

Lebensprinzipien der Shaolin



Von WP StB CVA Prof. **Andreas Creutzmann**, Vorstandsvorsitzender der IVA VALUATION & ADVISORY AG Wirtschaftsprüfungsgesellschaft, Frankfurt, und der IACVA-Germany e. V. sowie geschäftsführender Gesellschafter der Creutzmann & Co. GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft Steuerberatungsgesellschaft, Landau. Professor für Unternehmensbewertung an der SRH Hochschule Calw. www.creutzmann.eu

1. Einleitung

► Shaolin ist der Name eines buddhistischen Mönchsordens in China. Im Sprachgebrauch wird der Begriff Shaolin auch für das Ursprungskloster des Ordens verwendet, welches am Berg Songshan in der Provinz Henan im Herzen Chinas liegt. Es ist berühmt für seine Kampfkunst „Shaolin Quanfa“ (im Westen besser bekannt als Shaolin Kung Fu), sowie für Tai Chi und Qigong. Das Kloster gilt außerdem als die Geburtsstätte des historischen Chan-Buddhismus, des Vorläufers des Zen (<http://de.wikipedia.org/wiki/ShaoLin>). Ehrwürdige Shaolin-Großmeister präsentieren seit einigen Jahren weltweit in atemberaubenden Shows mit weltbekannten Kampfmonchen ihre jahrhundertalte Kung Fu-Kampfkunst. Seit der Finanzkrise kämpfen weltweit viele Unternehmen um das Überleben. Berater kämpfen entweder gemeinsam mit ihren Kunden ums Überleben oder sie kämpfen aufgrund rückläufiger Aufträge ums eigene Überleben. Dies ist Grund genug, um sich einmal mit den Lebensprinzipien der Shaolin-Mönche auseinanderzusetzen. Denn diese Lebensprinzipien können helfen, diesen Kampf zu gewinnen.

2. Die 12 Lebensprinzipien der Shaolin

Bernhard Moestl hat in seinem Buch „*Shaolin – Du musst nicht kämpfen, um zu siegen*“ die folgenden 12 Lebensprinzipien der Shaolin zusammengefasst (vgl. Abbildung 1). Die nachfolgenden Ausführungen stammen aus diesem Buch. Wie können Berater die 12 Lebensprinzipien der Shaolin nutzbringend in ihrer täglichen Praxis einsetzen? Im Folgenden werden die Konsequenzen lediglich einzelner Prinzipien näher erläutert.

3. „Lessons learned“ für Berater

Lebe im Hier und Jetzt, ohne den Moment zu bewerten.

Das *erste Lebensprinzip* lehrt uns, den Augenblick anzunehmen. Alles, was mit ihm zusammen hängt, zu akzeptieren. Anzunehmen, was ihn hat entstehen lassen, anzunehmen, was aus ihm entstehen wird. Den Moment zu akzeptieren, ohne ihn zu beurteilen. Nach diesem Shaolin-

Prinzip zu leben, bedeutet in diesem Zusammenhang, dass wir jeden einzelnen Moment als einen wunderbaren, kostbaren, vergänglichen Teil unseres Lebens betrachten. Kein einziger Moment in unserem Leben, ob wir ihn schätzen oder achtlos vorüber ziehen lassen, wird jemals wiederkommen. Der Wert der Gegenwart besteht darin, dass sie alles einzigartig macht. Egal, was wir noch einmal tun, es wird vielleicht das gleiche, aber nie wieder dasselbe sein.

Tue Dinge ganz oder lasse sie sein.

Hier geht es um das Prinzip der Entschlossenheit. Das *dritte Lebensprinzip* lehrt uns, Dinge ganz zu tun oder ganz zu lassen. Es lehrt uns, nur das zu tun, zu dem wir wirklich entschlossen sind und zudem wir auch bereit sind. Das Prinzip der Entschlossenheit ist gleichzeitig ein Prinzip des Handelns. Dabei geht es auch darum, dass wir die Dinge des Lebens akzeptieren, die wir nicht ändern können, und entschlossen handeln, wo wir handeln können. Das Shaolin-Prinzip der Entschlossenheit lehrt uns auch, dass Menschen, die handeln, den Lauf der Welt und das Leben der anderen bestimmen.

Lasse dich nie zu einer Handlung hinreißen.

Das *fünfte Lebensprinzip* der Gelassenheit lehrt uns, dass auch das bewusste Nicht-Tun ein wirksames Mittel zu unserer Verteidigung sein kann. Viele Menschen beginnen zu reagieren, bevor sie überhaupt noch die gesamte Situation kennen. Dies kann aus Zorn, Gewohnheit oder vorauseilendem Gehorsam geschehen. Wer aber keine Gelassenheit in sich hat, wird berechenbar. „Wenn Du aufgebracht ist“, sagt man in Shaolin, „tue und sage nichts“. Atme langsam ein und aus, und warte, bis dein Geist wieder ruhig und klar ist. Das Prinzip der Gelassenheit lehrt uns, den Zorn und die Angst unserer Gegner in unserem Vorteil zu verwandeln. Es lehrt uns auch, in aussichtslosen Situationen gelassen zu bleiben und uns selbst zu keiner Handlung hinreißen zu lassen.

Besiege Eile mit Langsamkeit.

In dem *sechsten Lebensprinzip* der Shaolin geht es um das Prinzip der Langsamkeit. Es lehrt uns, dass Schnelligkeit zu Fehlern führt

Abbildung 1: 12 Lebensprinzipien der Shaolin

1. Lebe im Hier und Jetzt, ohne den Moment zu bewerten.
2. Nur durch Achtsamkeit kommt die Einsicht in andere und in dich selbst.
3. Tue Dinge ganz oder lasse sie sein.
4. Begierde macht dich berechenbar, verletzbar und erpressbar.
5. Lasse dich nie zu einer Handlung hinreißen.
6. Besiege Eile mit Langsamkeit.
7. Nur durch Nachahmung kannst du andere besser einschätzen.
8. Schaffe Gelegenheiten und warte auf sie, um sie für dich, aber gegen deine Feinde zu verwenden.
9. Wenn du nachgibst, lässt du die Energie deines Gegners ins Leere laufen.
10. Wahre Überlegenheit ist die Kunst, kampfflos zu siegen.
11. Löse dich von übernommenen Meinungen und prüfe deine eigenen stets aufs Neue.
12. Alles was du bist und was du wirst, liegt nur an dir selbst.

und Hektik die Übersicht verhindert. Es lehrt uns auch, dass jemand, der uns zur Schnelligkeit drängen kann, von vorneherein in der besseren Position ist. Jemanden zu Schnelligkeit verführen, heißt ihn zu Fehlern zu provozieren. Ein chinesisches Sprichwort lautet: „Wenn du in Eile bist, dann gehe langsam.“ Wann immer man in eine Situation kommt, in der man beginnt hektisch zu werden, sollte man an das Prinzip der Langsamkeit denken. Man sollte sich selbst ermahnen, langsam zu gehen. Dieses einfache Prinzip bewirkt Wunder. Deshalb ist auch meist genau dann die richtige Zeit, eine Pause zu machen, wenn keine Zeit ist, eine Pause zu machen.

Das Prinzip der Gelegenheit

Das *achte Lebensprinzip* lautet: Schaffe Gelegenheiten und warte auf sie, um sie für dich, aber gegen deine Feinde zu verwenden. Wer nach dem Prinzip der Gelegenheit handelt, wird alles daransetzen, jederzeit handeln zu können, wenn der rechte Augenblick gekommen ist. Das bedeutet einerseits auf den richtigen Moment zu warten. Aber andererseits auch, dass man bereit ist zu handeln, wenn dieser dann gekommen ist. Das Prinzip der Gelegenheit bedeutet aber auch, dass man Geduld haben muss. Viele Menschen warten jahrelang auf den richtigen Moment und verlieren dann alles, weil sie in den entscheidenden letzten Minuten die Geduld verlieren.

Löse dich von übernommenen Meinungen und prüfe deine eigenen stets aufs Neue.

Bei dem *11. Lebensprinzip* geht es um das Prinzip des Sich-lösen-Könnens. Laotse sagte: „Indem man loslässt, geschieht alles wie von selbst. Die Welt wird gemeistert von jenen, die loslassen.“ Dieses Prinzip lehrt uns zunächst, in jeder Situation ganz von vorne zu beginnen. Es lehrt uns auch, dass wir immer wieder von allem, was wir zu wissen glauben, von vermeintlich erprobten Verfahren und Methoden und von vorgefertigten Lösungen trennen müssen. Sich von etwas lösen zu können bedeutet auch, dass man die Fähigkeit erlangen muss, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Wer sich auf die wesentlichen Dinge des Lebens konzentriert, ist anderen meist überlegen. Außerdem sollte man in jeder kritischen Lebenssituation darüber nachdenken, ob man an der Situation etwas ändern kann oder nicht. Zu viele Menschen beschäftigen sich mit Dingen, die längst vergangen und somit unveränderbar sind.

4. Ausblick

Es wurden hier nur einige wenige Lebensprinzipien der Shaolin vorgestellt und ein wenig erläutert. Vielleicht sind dem einen oder anderen diese Gedanken bereits vertraut. Sie in der täglichen Praxis anzuwenden, ist die eigentliche Herausforderung. Üblicherweise ist die Zeit um den Jahreswechsel eine erholsame und geruhige Zeit sowie eine Zeit des Nachdenkens. Viele Menschen starten mit neuen Vorsätzen ins neue Jahr. Die Anwendung des einen oder anderen Lebensprinzips der Shaolin könnte beispielsweise ein guter Vorsatz für das neue Jahr sein.