

Ungeduld gilt in unserer Gesellschaft als Ausdruck von Ehrgeiz und Leistungsbereitschaft. Mancher Bewerber kokettiert beim Einstellungsgespräch auf die Fragen nach seinen Schwächen mit der Antwort: Ich bin ungeduldig. Dabei ist Ungeduld der Zweifel, etwas hinzukriegen. Die Sorge, etwas nicht zu schaffen. Eine innere Unsicherheit. Ungeduld ist Angst.

Ungeduld ist der Wunsch, alles zu beschleunigen und eilig auf Ziele hinzusteuern. Alles so schnell, so gut und so effizient wie möglich zu machen, wird als eine sehr positive Eigenschaft in unserer Gesellschaft verstanden. Lassen Sie uns ein Bild hinter die Maske der Ungeduld wagen. Aber Vorsicht! Oskar Wilde drückte es so aus: „Wer unter die Oberfläche geht, tut es auf eigene Gefahr.“

Wer weiß, dass er der richtige Mensch am richtigen Ort zur richtigen Zeit ist, wird nicht ungeduldig sein. Der Ungeduldige ist nicht präsent. Er ist nicht da. Er ist eigentlich immer woanders. Gehetzt zu etwas Neuem, etwas Besserem in seinen Augen. Dadurch trennt er sich von dem kraftvollsten Zustand: der Gegenwart. Er ist nicht gegenwärtig und kann dadurch einfachere, klügere und passendere Wege zur Zielerreichung nicht erkennen. Ihm mangelt es an Kreativität.

Beschäftigungswut

Der Ungeduldige braucht ständig Ziele, die er verfolgen kann. Nur dann ist er glücklich. Wenn er das Ziel erreicht hat, fühlt er sich innerlich leer. Damit er sich dieser unangenehmen Leere nicht stellen muss, setzt er sofort neue Ziele. Dadurch verhindert er, dass er sich selbst näher kommt. Sein Aktionismus lenkt ihn von sich selbst ab. Er hat Angst vor dem, was da kommen mag, wenn er zur Ruhe kommt. Ungeduld und Unruhe sind nah beieinander. Diese „Nicht-Ruhe“ steckt das Umfeld an. Anstatt besonnen, klar und tief durchdacht zu handeln, kommt es zu Aktionismus und schwerwiegenden Schnellschüssen. Mit der Meute seiner Ängste hetzt der Ungeduldige sich selbst und andere. Er ist verbissen und unzufrieden mit dem, was gerade da ist. Deswegen setzt er sich und seine Mitmenschen unter einen starken Druck. Er ist unzufrieden und wenig erfüllt. Zufriedenheit setzt er gleich mit mangelndem Antrieb und frustrierender Stagnation.

Geduldige Menschen können genauso zielstrebig und erfolgreich sein. Ihre innere Zufriedenheit hat nichts, aber auch gar nichts mit mangelndem Antrieb zu tun. Nur vergewaltigen sie nicht die Zeit. Ihnen ist bewusst, dass eine Idee erst dann reif ist, wenn ihre Zeit gekommen ist. Wird diese Idee zu früh durchgedrückt, verbraucht es Unmengen an Energie. Energie, die der Ungeduldige zur Verfügung stellt – So lange, bis er ausgebrannt ist.

Der passende Zeitpunkt

Dazu zum Verständnis: In der griechischen Mythologie wird „die Gunst der Stunde“ als Kairos und „das richtige Maß der Stunde“ als Chronos bezeichnet. Der Chronograph – die Uhr, der Zeitmesser – misst die Zeit "richtig". Kairos misst den passenden Zeitpunkt. Heute auch „das richtige Timing“ genannt. Ein geduldiger Mensch bereitet sich vor und ist bereit, wenn der passende Zeitpunkt erscheint. Ein ungeduldiger Mensch vergewaltigt die Zeit mit einem unnötig hohen Energieaufwand aus Angst, es nicht hinzubekommen.

Dazu fällt mir eine Geschichte aus meiner Vergangenheit ein. Ein früherer Mentor versuchte, mich ständig unter Druck zu setzen: „Wenn Du das jetzt machst und dann sofort jenes, dann wirst Du das schneller haben!“ Seine ungeduldigen Worte klingen heute noch in meinem Ohr. Meine Antwort war immer die gleiche: „Ob ich das in einem oder in zehn Jahren habe ist egal. Ich weiß, dass es kommt. Mir geht es darum, wie passend sich alles entwickelt.“ Gott sei Dank habe ich damals schon diese innere Sicherheit gehabt. Sonst hätte ich mich selbst mit meinem Ehrgeiz überfordert. Erst heute ist mir das so richtig klar.

Der Ungeduldige kann ein interessanter Partner im privaten und im beruflichen Bereich sein. Ein inspirierender, dynamischer, lebendiger und mutiger Mensch. Er kann in seinem Leben viel erreichen, jedoch keine Erfüllung. Er kann sehr mitreißend um sehr motivierend wirken. Erst seine permanente Intoleranz entlarvt ihn. Auch seine Gewohnheit, anderen Menschen Schuld einzureden, wenn sie ihn nicht unterstützen, ist ein Erkennungsmerkmal. Ungeduldige führen andere, indem sie ihnen ein schlechtes Gewissen machen und Schuld einreden. Auch führt die eigene Angst zu einem unnötig aggressiven Verhalten.

Ein Blick hinter die Maske

Es gibt zwei große innere hemmende Bilder, die Ungeduld entstehen lassen:

1. Wenn ein Mensch früh erfahren hat, dass er nicht erwünscht ist, so fühlt er sich meist fehl am Platz. Er muss mehr leisten oder besser sein, um erwünscht zu sein. Dadurch hetzte er von A nach B, ohne zu sich selbst zu kommen.
2. Die unbewusste Angst vor dem Tod ist der zweite überzogene Antreiber. Die Angst, allzu früh sterben zu müssen, setzt den Menschen innerlich unter Spannung. Alles muss schnell und sofort passieren, denn schon morgen kann es vorbei sein. Erst die Sicherheit, dass alles so kommen wird, wie es kommen soll, entspannt den unruhigen Ungeduldigen.

Die Angst davor, ein Projekt nicht perfekt hinzukriegen, bringt den Ungeduldigen dazu, Mitarbeiter und sich selbst unter einen starken und manchmal unerträglichen Druck zu setzen. Diese sollen alles tun, damit das Ziel erreicht wird und seine Angst nicht wahr wird. Diese Angst setzt ungeahnte Kräfte frei, doch die Mitarbeiter fühlen sich benutzt. Sie wissen eigentlich gar nicht warum, aber irgendwie treten sie innerlich auf die Bremse. Der Ungeduldige hat nicht das Ziel, seine Mitarbeiter zu führen und zu entwickeln, sondern seine eigene Lebens- und Todesangst zu bekämpfen.

Mit Geduld verfolgt der ungeduldige seine Ungeduld. Deswegen fühlt er sich innerlich wie eine Gießkanne. Er verschwendet seine Energie auf vielen Baustellen, um ja viel gebraucht zu werden. Er muss ständig beschäftigt sein. Gleichzeitig sehnt er sich nach Ruhe. Jene Ruhe, die er unbewusst permanent bekämpft. Anhalten ist jedoch nicht erwünscht. Sein Sinn erwächst aus dem Handeln, nicht aus dem Werden. Das „Ziel ist das Ziel“ nicht „der Weg zum Ziel“. Auch bringt er sich manchmal in Situationen, die ein hohes Risiko mit sich bringen. In diesen Situationen spürt er sich wieder. Er lebt.

Angst vor dem Leben

Der Ungeduldige möchte eigentlich erfahren, dass das Leben lebenswert ist, dass er gebraucht wird und dass er so, wie er ist, und dort, wo er ist, geliebt wird. Aus Angst, das Bessere und Neuere zu versäumen, gelingt ihm nicht der Blick auf das, was da ist. Ein Mangel an Dankbarkeit für alles Existierende ist daraus die logische Konsequenz. Dadurch pendelt er zwischen euphorischer Entscheidungsfreudigkeit und lethargischer Entscheidungslähmung. Je nachdem, wie groß seine Angst ist, etwas zu versäumen.

Ist die innere Ungeduld extrem ausgeprägt, wachsen Unduldsamkeit und Verachtung sich selbst gegenüber. Diese Verachtung, die er für sich selbst empfindet, projiziert der Ungeduldige dann auf andere. Sie sind in seinen Augen zu wenig engagiert und handeln oberflächlich und sinnentleert. Das macht ihn intolerant gegenüber jenen, die anders sind als er. Er hat Schwierigkeiten, die Vielfältigkeit der Menschheit zu akzeptieren und zu genießen. Sich für Menschen zu interessieren, die anders sind als er selbst, ist für ihn undenkbar. Geschweige denn, diese noch mit Freude zu führen.

Wenn er nur darauf vertrauen würde, dass er auch ohne die ungeheure Energie existiert, die er aufbringt, um seinem Leben einen Sinn zu verleihen, könnte der Ungeduldige ein gelassenes, zufriedenes Leben führen. Die Sinnhaftigkeit würde vom „erreichen wollen“ zum „sich selbst sein“ reifen. Wer jetzt denkt, dieser Mensch sei dann nicht mehr so dynamisch und erfolgreich, der hat noch nicht verstanden, um was es hier eigentlich geht.

Ungeduld kann also die drei folgenden Ursachen haben:

1. Der mangelnde Glaube an sich selbst und die inneren Kräfte (Selbstbild).
2. Der mangelnde Glaube an andere (Menschenbild).
3. Der mangelnde Glaube an die Welt (Weltbild).

Jetzt werden Sie sich vielleicht fragen, wie man Herr seiner Ungeduld werden kann? Marie Curie beantwortete die Frage mit genialer Präzision: „Man muss vor nichts im Leben Angst haben, wenn man seine Angst versteht.“ Erkennen und anerkennen ist also der wichtigste Schritt. Wer seinen eigenen Ängsten auf die Schliche kommen und sie transformieren will, dem sei das Intensiv-Seminar „Steh auf! – Wie Sie sich selber führen“ empfohlen. Entweder vom 7. (abends) bis 9. April oder vom 1. (abends) bis 3. Dezember dieses Jahres. Ich freue mich auf Sie!

<http://www.grundl-akademie.de/seminare/termine.html>

Ihr Boris Grundl