



Die Tee-Zeremonie gehört zur Meditation



Nicht in Tibet, sondern im Allgäu: Daishin Zen Kloster Buchenberg

FOTO: LARS BOSSNER/STEFAN LUDWIG/STEFAN LUDWIG

Meditieren gegen Führungsschwäche

Um fünf Uhr morgens beginnt der Tag, wie der letzte geendet hat: auf den Knien. In vier Reihen à acht sitzen wir Seite an Seite mit den Mönchen in ihren dunkelblauen Gewändern in einem großen Raum, dessen schwere, dunkle Holzdecke von dicken Balken ge-

tragen wird. An den Wänden hängen Fahnen mit Weisheiten in fernöstlichen Schriftzeichen. Durch die bodentiefen Fenster geht der Blick auf einen kunstvoll mit Kieselsteinen eingefassten Zierteich. Dahinter verschwindet das Pagodendach des Teehauses im trüben Grau. Wir hören nichts als den Atem der anderen und von Zeit zu Zeit das Gluckern eines hungrigen Magens.

Scharf knallt ein Holzschlag durch die Stille des Zendo, als die Lehrerin den Beginn einer Meditationsphase anzeigt. Wir versinken wieder in Schweigen und lassen unsere Gedanken durch uns ziehen. Digitalstrategie, Community-Building, AfD. Irgendwann wird alles leiser und verstummt.

Das Zen-Kloster liegt nicht auf einem Berg im Himalaja, sondern im Allgäu. Ei-

nen Spaziergang entfernt kann man im Dorf Buchenberg in der Gastwirtschaft zu Brotzeit und Weißbier einkehren. Doch wir haben uns hier eingeschlossen für ein Wochenende mit dem Meister: Hinnerk „Syobu“ Polenski aus Kiel, zehn Jahre lang Unternehmensberater und heute der wohl bekannteste Zen-Meister Deutschlands. Manager, Medienleute, Verantwortungsträger aller Art: Mehr als tausend Menschen gehen jedes Jahr bei ihm in Klausur. Polenski verspricht nicht weniger als „eine Heilung vom Wahnsinn unserer Zeit“.

Statt im Golfhotel erholen sich Manager nun im Zen-Kloster. Und finden kniend zu innerer Klarheit

das sie – und ihre Mitarbeiter – noch mehr schufren können und höhere Leistungen zum Wohl des Unternehmens, der Aktionäre und Kunden erbringen? Eine Welt, in der man versucht, durch Meditation Stressschäden zu beheben, damit man danach noch mehr Stress aushält, scheint auf dem Kopf zu stehen.

Ein guter Führung arbeitet Margit Hutner. Sie ist Chefin einer auf strategische Personalentwicklung spezialisierten Beratungsfirma im oberschwäbischen Kronburg. Bei ihren Kunden – wo zu namhafte deutsche Handels-, Industrie- und Textilunternehmen zählen – nimmt sie eine wachsende Verunsicherung auch auf der Führungsebene wahr. „Wir haben da draußen eine Welt voller Unsicherheit. Und die Unternehmer und Manager sollen es lösen“, sagt sie. „Doch das können wir nur, wenn wir eine innere Stabilität haben.“ Früher schafften sie das allein, heute holt man sich dafür Unterstützung – auch von den Zen-Mönchen.

Vor drei Jahren fiel Hutner zufällig ein Buch über Meditation in die Hände. Sie zog sich eine Woche ins Zen-Kloster zurück. Und kommt seither nicht mehr los von „der Stille im Äußeren und dann auch im Inneren“, wie sie es beschreibt. Sie meditiert jeden Morgen. „Zen hilft mir, mich abzugrenzen. Ich bin – auch im Umgang mit Mitarbeitern und Kunden – klarer und schneller im Wahrnehmen von meinem Gefühl und meinen Entscheidungen geworden“, sagt sie. „Es hat viel mit Fokussierung zu tun.“ Was das konkret bedeutet? Wenn früher ein Kunde mit überzogenen Erwartungen zu ihr gekommen sei, hätte sie das oft mit einem „Kriegern wir schon hin“ abgeknickt. Heute sagt sie öfter einmal, das etwas nicht geht. Eine etwa banal klingende Heilslehre. Die Burnout-Statistiken sprechen indes eine andere Sprache.

Hutner war schon mit ihrer ganzen Mannschaft im Kloster. Es gehe auch darum, Mitarbeiter dabei zu unterstützen, dass sie Höchstleistungen erbringen können. „Doch das ist nur möglich, wenn sie auch eine Sinnhaftigkeit in ihrem Tun verspüren.“ Zen bedeute auch eine Abkehr von falschen Glaubenssätzen. „Fleiß ist für mich kein stimmiges Konzept mehr. Kreative Leistung bemisst sich nicht daran, wer abends als Letzter das Licht ausmacht.“

Rettet Meister Syobu die Welt? „Ich bin auch nur ein kleiner Hinnerk“, bescheidet sich Polenski. Er hoffe, dass seine Schüler wenn schon nicht bessere Menschen, so doch heilsamere Chefs würden. „Konzerne sind zu selbstorganisierenden Systemen geworden, die den Wahnsinn unserer Zeit noch befeuern“, sagt der 60-Jährige. In der Spiritualität finden wir den Mut, umzusteuern und Dinge zu verändern.“

So spricht der Meister, erhebt sich und richtet sein Übergewand für den nächsten Programmpunkt – die wöchentliche Aufzeichnung für Youtube.

VON STEFFEN FRÜNDT

In den USA ist Meditation der am schnellsten wachsende Gesundheitstrend. Der Anteil meditierender Menschen hat sich binnen fünf Jahren mehr als verdreifacht. Auch in Deutschland sind Meditation, Yoga und andere fernöstliche Praktiken dem Räucherstäbchendunst der Hippiekultur entstieg. Jetzt sind sie im Berufsleben angekommen. Beim Businesslunch prahlt man statt mit dem Golf-Handicap auch mal mit seinen Meditationsfortschritten. Einige Unternehmen stellen ihren Mitarbeitern sogar Meditationsräume und fernöstliche Fokussierungstechniken werden zu Tools für die Selbstoptimierung. Es gibt Führungskräfte, die ihren Mitarbeitern Meditations-Apps spendieren und dann eine Challenge daraus machen – wer meditiert mehr?

Christoph Magnussen, Inhaber des Beratungsunternehmens Blackboat, ist für zwei Tage aus Hamburg ins Zen-Kloster gereist, um kurz vor Weihnachten noch herunterzukommen. Vor vier Jahren ist er erstmals hier abgestiegen. Seither war Magnussen ungezählte Male in Buchenberg, zu langen Meditationen und Gesprächen. Der Manager und sein Meister sind Freunde geworden. „Ich arbeite gern und merke nicht, wenn es zu viel wird. Hinnerk sagt es mir dann: Du bist nicht in deiner Energie.“ Das klingt nach Erleuchtungsrhetorik. Tatsächlich aber wirkt Magnussen nüchtern und rational, wenn er über seine spirituellen Erfahrungen berichtet. „Ich bin eher verkopft. Ich denke schnell und viel – und stehe mir dadurch manchmal selbst im Weg“, erklärt er. „Die Meditation bringt mir Gelassenheit und Klarheit. Die besten Ideen kommen mir beim Meditieren.“ Magnussens Firma berät Unternehmen in Veränderungsprozessen und im Einsatz neuer Kommunikationserwerkzeuge.

Der Sinnstifter empfangt im Teehaus am See. „Das Wichtigste“, sagt Meister Polenski, „ist der Tee.“ Bevor das Interview beginnen kann, bereitet der große Norddeutsche mit dem langen, ergrauten Haar mit Akkuratessene einen grünen Tee: Gefäß, Wassertemperatur, Ziehdauer. Polenski überlässt nichts dem Zufall. Zum Tee gibt es zwei kleine Stücke dunkler Schokolade. Erst nachdem wir an dem lauwarmen Gefäß genippt haben, beginnt er zu erzählen. „Führen sollte nur, wer Orientierung hat. Die aber fehlt. Wir kreisen um uns selbst und müssen wieder lernen, die Essenz des Moments zu erkennen“, sagt der 60-Jährige. „Dabei hilft uns Zen.“

Polenski war noch Schüler, so erzählt er, als er eine Art Erweckungsmoment erlebte. Das tägliche Gehetze erschien ihm plötzlich banal. Er tauchte ein in die sich weltweit ausbreitende Meditationszene, studierte BWL und Philosophie und ging in Japan in die traditionelle Zen-Lehre. Polenski wurde Mitglied des Hoko-ji-Rinzai-Zen-Ordens und Syoko-ji-Tempels. Im Kloster bekam er seinen Zweitnamen und hörte zum ersten Mal einen japanischen Auto-Manager von Zen-Leadership sprechen. Ein zweiter Erweckungsmoment.

Endlich hatte Polenski einen Weg gefunden, wie er Zen mit der Notwendigkeit des Arbeitens verbinden konnte. Der Meister kehrte nach Deutschland zurück, gründete eine Beratung und, ein paar Jahre später, ein Kloster in einem ehemaligen Landhotel. Mit Mönchen und Nonnen, Meditationsräumen und einem kleinen Glockentürmchen. Fast wie im Himalaja.

Nur gehen bei Polenski die Entscheidungsträger ein und aus, nicht die Tibeter. Sie besuchen Seminare mit Titeln wie „The Focused Leader“, „Releasing the Pressure“ oder „Mindful Leadership“. Das Kloster kooperiert mit Hochschulen. Ab Januar werden sich die Teilnehmer eines einjährigen Zertifikatslehrgangs der School of Business & Technology hier mit „Balanced Leadership“ befassen. „Im permanenten Weißwasser der Veränderungsprozesse“, sagt Zen-Lehrerin Constanze Hofstatter, komme der Persönlichkeitsentwicklung von Führungskräften eine wichtige Rolle zu.

Wird die Wirtschaft nun geistreicher? Oder handelt es sich im Gegenteil um eine Profanisierung der Spiritualität? Vermutlich beides, sagen Kritiker wie André Reichel. „Wenn östliche Weisheitslehren durch den managerisierten Fleischwolf gedreht werden, kommt mitunter eine Mc-Mindfulness heraus“, kommentiert der Ökonom der International School of Management in Stuttgart. Achtsamkeit ist für ihn ein sinnvoller Ansatz, aber nur wenn dabei Ziel und Zweck kritisch hinterfragt werden. „Wenn Unternehmen ihren ausgebrannten Mitarbeitern kostenlose Meditationskurse finanzieren, ist das oft nur ein Pflaster für schlechte Führung.“

Manager, die meditieren oder Asana-Übungen aus dem Yoga praktizieren. Alles, um ein besserer Mensch und gerechterer Chef zu werden? Oder ist die Wirklichkeit profaner? Geht es nur darum,

Mein Vermögen? Habe ich einfach digital im Griff.

Mit der Digitalen Vermögensverwaltung bevestor und den Wertpapierexperten der führenden Finanzgruppe.



Hohe Flexibilität



Ab 25 € monatlich oder 1.000 € einmalig



Professionelle Vermögensverwaltung



Ein Unternehmen der Deko