

Fallstudie: Meditation

Meditierende Manager führen besser

Bei steigender Konjunktur nimmt der Druck, insbesondere auf Manager, stetig zu. Pierre-Alain Graf, General Manager von Cisco Systems GmbH, und Anton Gunzinger, Geschäftsführer und Inhaber von Supercomputing Systems AG, haben beide den gleichen Schlüssel gefunden, um sich bei den zahllosen Herausforderungen täglich in Balance zu halten und kreativ zu bleiben: Sie meditieren.

Mariane Steffen Baran

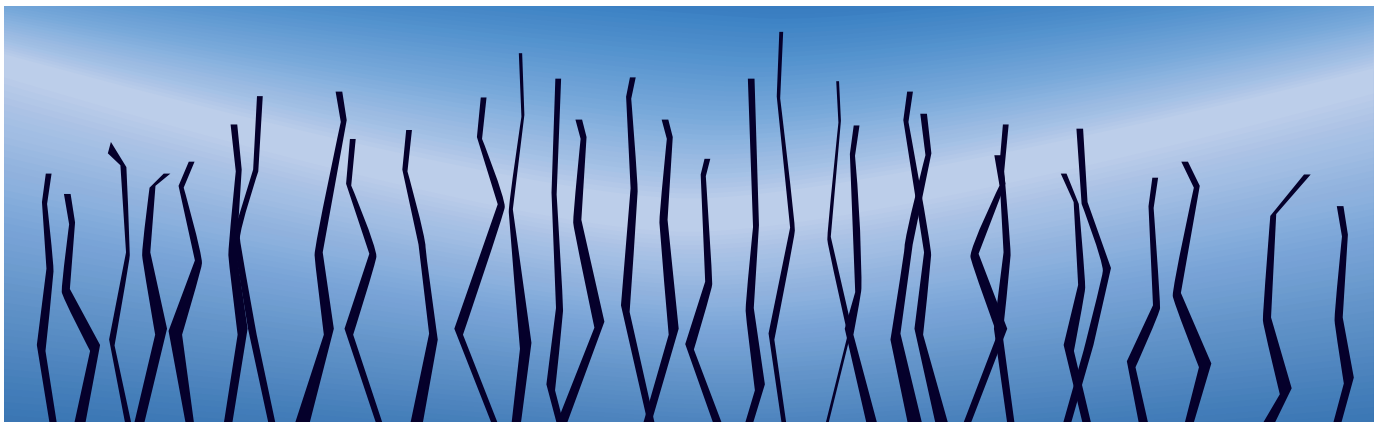
Seit gut einem Jahr ist Pierre-Alain Graf General Manager der Schweizer Niederlassung von Cisco Systems, dem weltweit führenden Anbieter von Networking-Lösungen für das Internet. Wie wichtig es ist, als Führungspersönlichkeit immer Ruhe zu bewahren, hat er bereits in seinem früheren Job als Managing Director der Colt Telecom Group in Schweden entdeckt. Dort genoss der Inhaber eines Master in Business der HSG St. Gallen von seiner Veranda aus die freie Sicht auf weite Wälder und konnte sich dabei wunderbar regenerieren. In Schweden

führte er erstmals Management-Team-Sitzungen in der freien Natur durch und war von den Resultaten restlos überzeugt.

Ruhe und kollaboratives Klima

In den transparenten Schweizer Büros von Cisco im Tower des Glattzentrums gibt es keine vergleichbare Aussicht auf Naturschönheiten. Die Atmosphäre in den Räumen ist jedoch erstaunlich ruhig im Verhältnis zur Geschäftstüchtigkeit dieses Unternehmens mit rund hundert Mitarbeitenden. «Eine angenehme Stimmung ist nur möglich, wenn

ein kollaboratives Klima herrscht und sich die Mitarbeitenden als Menschen und nicht als Arbeitskräfte angesprochen fühlen», sagt der souverän lächelnde Geschäftsführer, um gleich nachzuschieben, dass auch Ziele besser erreicht würden, wenn alle Beteiligten entspannt und mit Freude daran arbeiteten. Pierre-Alain Graf hält fest, dass sich die Funktion des General Managers radikal gewandelt hat, seit die Direktion und viele Mitarbeitende auf dem gleichen Wissensstand sind. Autoritäre Führung ist gerade in der IT-Branche kaum mehr möglich und wird am besten durch eine geschickte und sorgfältige «Moderation» ersetzt.





Nicht nur auf dem Markt der Netzwerktechnologie, auch in Bezug auf die Feedback-Kultur unter den Mitarbeitenden sowie firmeninterne Coaching-Werkzeuge dürfte Cisco Systems eines der führenden Unternehmen weltweit sein. Die Motivation unter den Arbeitnehmern kann in dieser Firma einstweilen extrem hoch werden, sodass einige Mitarbeitende freiwillig zu viel arbeiten und sich in ein selbst verordnetes Burn-out manövrieren. Um den Geschäftszielen oder dem selbst auferlegten Druck Stand zu halten, greift jeder Mitarbeitende zu seinem eigenen Mittel: Je nach Belieben sind Jogging, Golf spielen, Bergtouren oder eben Meditation angesagt.

Meditation als Psychohygiene

Die Meditation bietet Pierre-Alain Graf eine ideale Möglichkeit, um den ganzen Tag über Gelassenheit und Beschaulichkeit zu bewahren. Sie ist kurz und wäre eigentlich überall anwendbar. Wenn er genügend Zeit hat, meditiert er jeden Morgen bei sich zu Hause. Auch wenn seine Mitarbeitenden Kenntnis von seinen Methoden haben, in

seinem offenen Büro mit Glaswänden sieht er sich nicht meditieren. Dabei ist es dem Vater von zwei schulpflichtigen Töchtern enorm wichtig festzuhalten, dass Meditation nicht Rückzug bedeutet. Für ihn heisst Meditation, mitten im Leben zu stehen, Achtsamkeit zu üben und in jedem Augenblick die richtige Idee oder das richtige Wort zu finden. Meditation ist für Graf in erster Linie eine Psychohygiene, dank der er selbst grössere Freude im Arbeitsumfeld empfindet und diese an seine Umgebung weiterreichen kann. «Es bedeutet mir sehr viel, eine Technik zu beherrschen, dank der ich mich jederzeit vom Tagesgeschehen lösen kann, um mich einer tieferen Seinsebene zuzuwenden», bringt es der Geschäftsführer auf den Punkt.

Die Seele des Unternehmens

Der Ingenieur, Gründer und Inhaber der Firma Supercomputing Systems, Anton Gunning, geht noch einen Schritt weiter, wenn er behauptet: «Ein Unternehmen hat eine Seele, und ich bin daran interessiert, die Seele meiner Firma zu erforschen; ich möch-

te wissen, was ein Unternehmen im Innersten zusammenhält.» Als selbstständiger Unternehmer und Chef von rund 50 Software-Ingenieurinnen und -Ingenieuren hat er etwas mehr Freiheit, seine eigenen Überzeugungen in seinem Unternehmen umzusetzen. Das Grossraumbüro im obersten Stock des Technopark ist denn auch eine Welt für sich: Die Tür öffnet sich in ein grosszügiges Kreativlabor, in dem grossformatige Kunst neben zahlreichen Computertischen, Rechnern, Büchern und denkenden Ingenieuren, Physikern und Mathematikern wirkt. Man kann gut nachvollziehen, wie die Auftragsprojekte für erstklassige Hochleistungsrechner in dieser inspirierenden Umgebung ausgeführt werden. Das 1993 gegründete Unternehmen entwickelt heute Investitionsgüter in den Bereichen High-Performance Computing, Embedded Computing, Sensorik und Spezialdatenbanken.

Versuche mit dem Machbaren

Der Hausherr und ETH-Professor für Informatik trägt ein einladendes Lachen im Gesicht, das von weiser Menschlichkeit und Glück zeugt. Doch er meint: «Das Glück darf man nicht wollen, das Glück fällt einem zu.» Als Ingenieure sind er und seine Mitarbeitenden damit beschäftigt, Visionen in Realitäten umzusetzen und sich täglich mit den Grenzen des Machbaren auseinanderzusetzen. Dabei spielt das Glück eine zentrale Rolle. Genau in diesem Punkt ortet der Wissenschaftler die Beziehung zwischen der Ingenieurkunst und der Meditation. Im realen Leben wie auch in der Ingenieurkunst sind die wichtigen Dinge nicht immer berechen- und beweisbar. Der Zufall hilft oft mit, Lösungen zu finden, an denen der Verstand vorbeigeht. Ingenieure benötigen laut Gunning das Bewusstsein für diese kreativen Prozesse und die Bereitschaft, die Grenzen zwischen Verstand und Geist auszuloten. Auch Meditierende stossen an die Grenzen des Intellekts, um in Kontakt zu kommen mit dem Raum der unendlichen Möglichkeiten.

Eine Lebensschule

Bei Supercomputing Systems AG (SCS) ist die Unternehmenskultur mehr als spürbar, man kann sie beinahe anfassen. In Gunzingers Augen kann der Sinn der Arbeit nicht allein darin bestehen, Geld zu verdienen; das wäre eine zu eingeschränkte Genugtuung. Laut Gunzinger ist ein Unternehmen in erster Linie eine Lebensschule, die dazu dient, die Persönlichkeit zu entwickeln. Ein Unternehmen sei gleichzustellen, wie der Begriff es aussage, mit einem Abenteuer, etwas gemeinsam zu unternehmen. Dass dabei auch noch viel Geld verdient werden könne, ist für ihn ein wünschenswerter Nebeneffekt. Die Motivation der Mitarbeitenden hat auch bei dieser Unternehmerpersönlichkeit eine hohe Priorität für erfolgreiche Unternehmensführung. So erstaunt es nicht, dass sich trotz ausgetrocknetem Stellenmarkt immer wieder Ingenieure bei der SCS blind bewerben.

Anton Gunzinger meditiert seit 17 Jahren täglich. Diese Einkehr nach innen ist ihm immer wieder ein Abenteuer, eine Reise, auf

der er sich stets neu entdeckt. Er stellt seinen Mitarbeitenden am Ende des Grossraumbüros einen Ruheraum mit Liegesitz und Meditationskissen zur Verfügung, der von einigen Mitarbeitenden benutzt wird: «Meditation ist etwas sehr Persönliches, niemand kann dazu gezwungen werden», meint der Querdenker, «aber ich möchte meinem Team Möglichkeiten zur Selbstentfaltung aufzeigen.»

Wirtschaft und Spiritualität

Der Wissenschaftler und Unternehmer Gunzinger scheut sich nicht, öffentlich die Begriffe Marktwirtschaft und Spiritualität miteinander in Verbindung zu bringen. Vor drei Jahren hat er ein einzigartiges Projekt durchgeführt, indem er mit dem buddhistischen Abt Thich Thien Son der Pagode in Frankfurt eine Woche lang die Rollen tauschte. Thich Thien Son übernahm die Leitung der SCS in Zürich, während er in Frankfurt das buddhistische Zentrum leitete. Diese Aktion hat ihn nicht nur persönlich bereichert, er konnte damit Mitarbeitende und

Öffentlichkeit gezielt für die gesellschaftliche Verantwortung der Unternehmen sensibilisieren. ■

Einstieg in die Meditation

- Jede(r) kann jederzeit meditieren.
- Ein ruhiger Ort – am besten stets der gleiche – wird dafür bestimmt.
- Es kann in verschiedenen Stellungen meditiert werden: auf einem Stuhl, kniend oder im Yogasitz. Die Stellung soll für den Körper nicht zu anstrengend sein.
- Die Konzentration richtet sich auf das ruhige Ein- und Ausatmen.
- Zur Verstärkung der Wirkung können Mantras (magische Silben) herbeigezogen werden.
- Die Wirkung der Meditation wird in der Gruppe (Paar, Familie, Team) deutlich verstärkt.



Porträt

Mariane Steffen Baran ist Theateranthropologin und Coach für Potenzialentwicklung. In ihren Beratungen bevorzugt sie die nicht kognitive Ebene, die Wahrnehmung der Gefühle und der Stille. Ihre langjährige Erfahrung mit Yoga und Meditation bindet sie in ihr Coaching-Angebot ein. Mariane Steffen Baran bietet in der gesamten Schweiz ganztägige Seminare in den Bereichen Persönlichkeitsentwicklung, Zeitmanagement und Interkulturelle Kompetenz an.



Fragen

Mariane Steffen Baran

Lic. phil I, dipl. Coach
msb COACHING
Färberstrasse 31, 8008 Zürich
Tel. 044 251 09 18
info@msb-coaching.ch
www.msb-coaching.ch

