

## Moderne Manager meditieren

Stets wallt und weht der Zeitgeist durch Davos, jedes Jahr neu, jedes Jahr anders, jedes Jahr erhellend. Am WEF 2014 ist er am Donnerstagmorgen um acht Uhr besonders ausgeprägt spürbar im Flüela WorkSpace im Kongresszentrum. 60 Männer in Anzügen und einige Frauen im Businessdress verharren regungslos an ihren Plätzen und blicken angestrengt ins Leere.

Auf dem Podium führt ein buddhistischer Mönch im rotgelben Arbeitskleid mit sonorer Stimme Regie (Bild). Er fordert alle auf, die eigenen Gedanken zu betrachten, nach innen zu blicken und die Welt zu vergessen. Seine nackten Arme würden, handelte es sich um eine Frau, fast frivol wirken. Denn draussen herrschen Temperaturen unter null. Der Bud-

dhisimus ist eine Errungenschaft aus wärmeren Gefilden.

Im Flüela WorkSpace wird meditiert, was eigentlich das Gegenteil von «Work» ist, nämlich loslassen, sich versenken, leer werden. Das jedenfalls verlangt der sanfte Mönch. «Beim Meditieren geht es um die Kontrolle der eigenen Gedanken, darum, Herr über seinen Geist zu werden. Daraus resultiert erst wirkliche Freiheit.»

Wie so häufig, hat auch in diesem Fall der Zeitgeist auf dem Weg nach Davos einen Abstecher in die USA

gemacht. Der neueste Trend versteckt sich hinter den vier Buchstaben MBSR - «Mindfulness Based Stress Reduction». Techniken wie klassische Meditation, bewusstes Atmen oder zielloses Wandern sollen helfen, das überreizte Hirn zu beruhigen, bewusster zu leben und sich auf das Wichtige zu konzentrieren. Unzählige US-Fir-

men bieten mittlerweile Mindfulness-Kurse an. Sie fordern ihre Mitarbeiter auf, ihre Smartphones von Zeit zu Zeit abzuschalten, die E-Mails liegenzulassen und sich in die innere Ruhe zu flüchten.

Warum? Sicher nicht aus reiner

Menschenliebe, sondern weil sie überzeugt sind, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter seien nachher zufriedener, fokussierter und damit leistungsfähiger.

Moderne Manager meditieren, raunt uns der Zeitgeist 2014 in Davos zu. Im Flüela WorkSpace versuchen die 60 An- oder Abwesenden, den Weisungen des Mönchs zu folgen. Doch aller Anfang ist schwer. Immer wieder drängt sich der Gedanke an die nächste Veranstaltung vor, an den nächsten Termin oder an die hübsche Kommunikationsberaterin an der Microsoft-Party gestern Abend. Dann ist die halbe Stunde um. Alle strömen aus dem Flüela WorkSpace, stellen ihre Smartphones an und stürmen zur Verpflichtung. Aber viel bewusster - eben mindful.

Felix E. Müller, Davos

