



Handzeichen

Als Han Shan, 61 Jahre, noch Hermann Ricker hieß, führte der gelernte Ingenieur in Singapur ein Unternehmen mit Millionenumsatz. Er bereiste die Welt, machte Geschäfte – bis ihn ein Autounfall im Jahr 1995 in Malaysia um ein Haar das Leben gekostet hätte. Es folgte der totale Bruch mit seiner bisherigen Existenz: Er überließ seine Firma seinen engsten Mitarbeitern, zog sich nach Thailand zurück und ordinierte zum buddhistischen Mönch. Die ersten Jahre verbrachte er in kompletter Armut, abhängig von den Almosen anderer. 1999 zog er auf ein großes Waldgelände und widmete sich seinem neuen Lebenstraum: dem Aufbau des Nava Disa Metaphysic Retreat Center, einer Oase für innere Einkehr. Weitere Informationen: www.master-han-shan.de

Han Shan, Meditationstrainer und ehemaliger Unternehmer

1. Woran erkennen Sie, wenn ein Mensch, der sich für leistungsstark und fit hält, keineswegs gesund ist?

Indem ich sein Energiefeld wahrnehme.

2. Was entgegnen Sie einem jungen Menschen, der von sich behauptet: „Solange ich mich jung fühle, zählen für mich nur Leistung und beruflicher Erfolg“?

Weißt Du wie lange Du Dich jung fühlst? Weißt Du was im nächsten moment passieren kann? Alles kann sich blitzschnell ändern.

3. Können Sie das Gefühl beschreiben, das Sie erschlich, als Sie Ihr millionenschweres Unternehmen an Ihre Mitarbeiter verschenkten?

Erleichterung. So wie der „Hans im Glück“ gefühlt haben muss, als er seinen Ballast loswurde, um leichtfüßig neue Wege zu betreten.

4. Sie lebten in den ersten Jahren als buddhistischer Mönch von Almosen. Welchen guten Effekt für die Seele hat es, wenn man selber nichts hat und auf die Gaben anderer angewiesen ist?

Es hat mir sehr geholfen mein eigenes Ego zu erkennen und neue Ansatzpunkte in mir anzuregen, um mit den Mächtschaften des Egos umzugehen.

5. Erklären Sie bitte in einem kurzen Satz, wie sich eine geglückte Meditation anfühlt.

Für mich gibt es keine geplückte oder missglückte Meditation. Meditation ist mentales Training. Je öfter man trainiert, desto besser wird man, auch wenn es manchmal nicht den Anschein hat.

6. Angenommen, Sie sollten noch einmal für einen Monat zurück in die freie Wirtschaft und ein Unternehmen leiten. Was würden Sie als Chef heute komplett anders machen als damals?


Ich würde jedem Mitarbeiter die Gelegenheit geben die Kraft der Achtsamkeit bei sich selbst zu realisieren und sein Potential freizulegen. Das kommt dem Mitarbeiter selbst und natürlich auch dem Unternehmen zugute.

7. Hand aufs Herz: Welche Vorzüge aus Ihrem alten Leben vermissen Sie – nicht immer, aber manchmal?

Da gibt es nichts zu vermissen. Das Wohlbefinden, das ich jetzt bei mir trage, konnte ich mir in meinem alten Leben nicht im Entferntesten vorstellen.

8. Welchen Rat fürs Leben möchten Sie an dieser Stelle Hochschulabsolventen mit auf den Weg geben, die jetzt vor dem Einstieg ins Berufsleben stehen?

Nicht zu vergessen auch die menschlichen, ethischen Qualitäten zu pflegen und gedeihen zu lassen. Sie erlauben uns in Harmonie und Frieden miteinander zu leben. Sie sind der fruchtbare Boden, auf dem unsere Zukunft wachsen kann.

 **Sein neuestes Buch:** Han Shan: Achtsamkeit: Die höchste Form des Selbstmanagements. Trinity 2012. ISBN 978-3941837751. 14,95 Euro.