

Wenn Firmen fasten

Die umfassend reinigende Wirkung des Fastens beginnt nun auch UnternehmerInnen zu interessieren. Fasten – ein neues Managementtool?

Text von Harald Koisser



Michael war begeistert. Er war eine Woche im Kloster Pernegg auf einem Fastenkurs, den ich leiten durfte. Wir haben meditiert, es gab philosophische Impulse zur Hinterfragung des Lebensstils und eine intensive Naturerfahrung. Körper, Geist und Seele waren in Bewegung. Alten Denkmustern und Verhaltensweisen wurde die Chance geboten, aufzubrechen und sich zu verabschieden. Am letzten Tag des Kurses nahm mich Michael zur Seite: „Das brauche ich für mein Unternehmen!“ Er will mit seinen Führungskräften kommen, um einen Change-Prozess in seiner

Firma durchzusetzen. Von den bisherigen Managementtools hatte er genug. Zu viel Strategiepapier für die Schublade. Fasten wirkt unmittelbar, weil es „echt“ ist.

Wenn Menschen sich in der Bereitschaft zum Verzicht treffen, können sie sich selbst und einander finden. „Team Building“ passiert gewissermaßen als Nebenprodukt. Die Fastenden sind zurückgeworfen auf sich selbst und die Gruppe. Fasten heißt immer auch: Loslassen. Der große Schmerz im Leben kommt ja nicht vom Loslassen, sondern

vom Unbedingt-Festhalten-Wollen. Man kann sich von einem Plan, einem Produkt, einer Personalentscheidung, einer Kampagne nicht verabschieden, auch wenn die Zahlen und der Bauch schon etwas anderes sagen. Beim Fasten aber öffnen sich Augen, Herzen und Seelen. Neues Gemeinsames kann entstehen.

„Fasten stillt den Hunger unserer Zeit“ sagt ein Sprichwort und offenbar stillt es auch den Hunger unserer Ökonomie, die mit Nachhaltigkeitsberichten und CSR-Management versucht, sich selbst Sinn einzuhauchen und andere davon zu überzeugen. Firmenfasten ist schlicht und einfach auch ein Beitrag zur sozialen Nachhaltigkeit und Gesundheitsvorsorge. „Verlorenes Geld ist ersetzbar, verlorene Zeit niemals. Verlorene Gesundheit kostet beides: Zeit und Geld.“, wie der Ernährungswissenschaftler Werner Kollath anmerkte.

„Die Firma kümmert sich ja wirklich um mich“, erkannte verblüfft eine Mitarbeiterin auf einem Firmenfastenkurs. Wer „echte“ und sinnvolle Leistungen wie biologische Verköstigung in der Firma oder eben gemeinsames

Fasten anbietet, bewährt sich als umsichtiger Arbeitgeber und hat Vorteile im Recruiting.

Firmenfasten kann auf zweierlei Arten stattfinden. Eine Gruppe in der Firma entscheidet sich zu fasten, ohne aber deshalb Urlaub zu nehmen. Sie machen das einfach während einer Arbeitswoche. Ich komme mit einem Betreuungsteam in das Unternehmen, um die MitarbeiterInnen zu begleiten, und stehe telefonisch rund um die Uhr zur Verfügung.

Die intensivere Variante ist eine Firmenfastenwoche, wo das Firmenfasten-Team sich dezidiert Auszeit nimmt und in dieser Woche mit gezielten Workshops an einer Aufgabe arbeitet. Solche Wochen stellen wir mit der Firmenleitung maßgeschneidert zusammen.

Informationen: www.koisser.at
Tel.: 0699 1 7107707

Das Bild zeigt das Kräuterlabyrinth im Kloster Pernegg; hier sind schon viele ManagerInnen im Pilgerschritt zu sich selbst gegangen