

Tan, Chade-Meng: Search inside yourself. Das etwas andere Glücks-Coaching.
Arkana Verlag München 2012

Chade-Meng Tan ist Ingenieur bei Google und sein „Lebensziel besteht darin, der Menschheit die wohltuende Wirkung der Meditation zugänglich zu machen“ (S. 311). Dieses Buch könnte also ein weiteres Werk sein, in dem ein mehr oder weniger Selbstberufener versucht, die Menschheit mit seinen Einsichten zu beglücken. Ist es aber nicht.

Mit der einflussreichen Organisation Google im Rücken ist es Tan gelungen, sich die Unterstützung namhafter internationaler Experten zum Thema Achtsamkeit und emotionale Intelligenz zu sichern und mit ihrer Unterstützung ein Trainingsprogramm für Google zu entwickeln und erfolgreich umzusetzen. Dieses Programm, das inzwischen auch in anderen Unternehmen durchgeführt wird, bildet den Kern des Buches.

Es ist jedoch weit mehr als ein Buch über ein bestimmtes Seminarprogramm und dessen Umsetzung. „Search inside yourself“ ist eine inspirierende Darstellung über die Möglichkeiten eines achtsamen Lebens in der modernen Welt. „Die Meditation muss ´real` werden. Sie muss Eingang in das Leben und die Interessen der echten Menschen, der ganz normalen Durchschnittsbürger dieser Welt finden“ (S. 314). Das ist der Anspruch und der Ansatz des Autors.

Und diesen Anspruch meistert er mit einer gelungenen Mischung aus grundsätzlichen Gedanken, praktischen Anleitungen und persönlichen Beispielen. Es ist bei der Lektüre schnell spürbar, dass Tan nicht nur eine Mission hat, sondern diese auch im Alltag lebt.

Sein Schreibstil ist angenehm leicht und humorvoll, was der überzeugenden Darstellung dieses an sich ernsten Themas sehr gut tut. Er schreibt selbstbewusst und mit wohltuender und dem Thema angemessener Demut: „Dieses Buch handelt davon, wie man Weisheit aufs echte Leben überträgt, aber keine der Weisheiten stammt von mir selbst Ich habe sie lediglich in eine Sprache übersetzt, die auch ich verstehen kann“ (S. 325).

Fazit: Ein modernes, leichtes Buch zum Thema Achtsamkeit, besonders gut geeignet für „business people“.

Edgar Geiselhardt