



Beate Hofmann begleitet als Coach und Autorin Menschen und Unternehmen in einem sinnorientierten Wandel. Im TEAM BENEDIKT leitet sie Seminare zum sinnerefüllten Leben und Arbeiten.

[www.beatehofmann.de](http://www.beatehofmann.de)  
[www.hopeandsoul.com](http://www.hopeandsoul.com)

## Die Natur als Ressource in der Arbeitswelt



Es ist ein gewöhnlicher Waldspaziergang mit seiner Jagdhündin, auf dem der Schweizer Ingenieur Georges de Mestral eine Entdeckung macht, die sein Leben verändert. Als er einmal mehr die lästigen Blütenköpfe einiger Kletten aus dem Fell der Hündin klaubt, wird ihm bewusst, wie genial deren Hafteffekt eigentlich ist. Neugierig geworden untersucht er die Pflanze daheim unter dem Mikroskop und stellt Unmengen kleinster Häkchen fest, die sich hartnäckig an andere Materialien klammern. Was wäre, wenn man diese Häkchen mit Leichtigkeit lösen und schließen könnte? Der Gedanke lässt den Ingenieur nicht mehr los. Er entwickelt ein spezielles Flauschband und ein Gegenstück mit feinsten Schlingen, so dass sich die Häkchen verfangen, aber auch wieder lösen lassen. 1951 meldet er das Patent auf seine Erfindung an und beginnt die serienmäßige Fertigung von Flausch und Hakenbändern. Der Klettverschluss ist erfunden.

Produkte entwickeln sich rasant und De Mestrals Firma *Velcro* wächst zum Weltmarktführer heran, der mehrere tausend Mitarbeitende beschäftigt und einen Millionenumsatz macht. Georges de Mestral gilt als Pionier der Bionik, einer Wissenschaft an der Grenze von Biologie und Technik.

Es gibt viele solcher Geschichten, in denen Menschen meist durch Zufälle erkannt haben, wie phantastisch die Natur aufgebaut ist und ihre Erkenntnis genutzt haben, unser Leben damit zu verbessern. Natur ist eine unglaubliche Ressource. Sie fördert unsere Konzentration, steigert körpereigene Abwehrkräfte, baut Stress ab und lockt förmlich nebenbei noch gute Laune hervor. Wusstest du das?

Viele haben schon von dieser Kraftquelle gelesen oder gehört und sie sogar selbst erlebt. Doch das scheint im Arbeitsalltag wenig Wirkung zu haben.

Morgens rollt die Pendlerlawine in Städte und Fabriken. Natur ist etwas für den Feierabend oder das Wochenende, wenn überhaupt. Ich erlebe intelligente Menschen in Unternehmen, die in wohl temperierten Räumen hinter geschlossenen Fenstern sitzen und sich den Kopf zermartern, um innovative Lösungen zu finden. Meistens drehen sie sich dabei nur im Kreis, statt wirklich etwas Neues zu entwickeln.



Die Natur dagegen ist permanent in Entwicklung. Hier ist Wachstum Programm, genauso wie Veränderung, Vergehen und neues Wachstum. Keine Zelle existiert für sich allein, alles ist mit allem verbunden. In klimatisierten Räumen, Werkhallen und Großraumbüros geht diese Erkenntnis verloren. Die Art, wie wir arbeiten, und der Platz, den wir uns dafür schaffen, hat Bedeutung. Das beginnt bei den Räumen und Gebäuden, so dass Churchill treffend bemerkte: »Wir formen unsere Gebäude und dann formen sie uns«. Daran musste ich kürzlich im Büro einer großen Kanzlei denken. Moderne Kunst an den Wänden, der farblich passende Boden klinisch rein, Schiebegardinen halten mit dezentem Stoff das Sonnenlicht davon ab, den Raum zu fluten. Alles ist stilvoll und steril. Kein Wunder, dass das Meeting nur zäh vorangeht. Ich fühle mich wie eingesperrt und der Kaffee ändert nichts daran.

Den Pausenraum eines Technikunternehmens erlebe ich ähnlich nüchtern wie die Fertigungsstraße, zweckmäßig und unterkühlt, so dass niemand auf die Idee kommt, länger als nötig drin zu bleiben.

Das geht auch anders! Ich habe Schulen erlebt, die wundervolle Gärten auf ihren Schulhöfen gestaltet haben, Wartezimmer beim Arzt, die üppig begrünt sind, und Sitzungsräume, deren Türen ins Freie weit offenstehen. *Sounds True, eine der sinnorientiert arbeitenden Unternehmen, die der Berater Frederic Laloux untersuchte, wich auf Wunsch der Mitarbeitenden von den ursprünglichen Planungen beim Neubau eines Bürogebäudes ab. Sie bauten Fenster ein, die zwar teurer waren, sich aber dafür öffnen ließen. Laloux schreibt dazu: »Auf einer tieferen Ebene zeigt die Frage, ob sich die Fenster öffnen lassen oder nicht, etwas über die Beziehung unseres Arbeitsplatzes mit der Natur und mit uns selbst.« Und genau darum geht es, um eine kraftvolle und gute Beziehung zu uns selbst.*

*Als Seminarleiterin erweitere ich daher den schönen Seminarraum auf Schloss Schwanberg immer um den weitläufigen Schlosspark mit seinen Brunnen und ausladenden Bäumen, nutze das Labyrinth unter freiem Himmel für die Reise zum Wesentlichen und weiß um die besondere Aura, die der angrenzende Friedwald für die großen Lebensthemen hat. So gewinnen die Teilnehmenden durch die Grünkraft eine Dimension von Leichtigkeit und Tiefe zugleich. Die Natur ist meiner Erfahrung nach eine der stärksten Ressourcen, um unsere Seele zu stärken und uns verbunden zu fühlen mit anderen und unserem Selbst. Und das ist entscheidend, denn wir müssen uns Gutes tun, wollen wir der Welt unser Bestes geben.*

### NATÜRLICH STARK IM (ARBEITS)LEBEN BLEIBEN – 3 COACHING-TO-GO-TIPPS

#### → 1

Beziehe die Natur täglich in dein privates und berufliches Leben ein:

Richte deinen Arbeitsplatz so aus, dass du Tageslicht siehst und Ausblick hast.

Ist dies schwer möglich, dann bringe mindestens eine Pause täglich im Freien. Ist ein Spaziergang möglich? Gibt es einen Dachgarten, Teich, Bach oder Park in der Nähe. Nutze, was da ist!

Hole dir das Grüne in dein (Berufs) Leben und werde dabei kreativ – Pflanzen im Topf, in der Vase, selbst gefertigte Natur-Collagen, Stein oder Holzskulpturen ...

#### → 2

Verlagere die nächste Beratung im Team oder dein nächstes Essen mit Freunden nach draußen. Sei mutig! Gibt es Parkbänke, Außenmöbel oder brauchst du dafür Bierbänke und Tische? Suche dir Verbündete für diese Idee und nutze einen Tag mit schönem Wetter für das erste Mal.

#### → 3

Suche dir auf deinem nächsten Spaziergang draußen einen Zapfen, ein Stück Holz oder einen Flusskiesel, der deinen Arbeitsplatz schmücken kann. So hältst du die Sehnsucht nach Natur wach und machst dir gleichzeitig bewusst, du bist ein Teil des großen Ganzen, ein Teil dieser Mit-Welt und dafür lohnt es sich, sein Bestes zu geben.