

# Vom Mut, in Führung zu gehen

Persönliche Potenziale leben und  
die eigene Kraft weitergeben

Helmut Rümke

*Ein fernöstlicher Nachtschwärmer hat mit seinen Freunden gefeiert und stellt auf dem Heimweg fest, dass er seinen Hausschlüssel verloren hat. Er beginnt hartnäckig, seinen Schlüssel im Lichtkegel der einzigen Straßenlaterne weit und breit zu suchen. Bis er von einem Passanten gefragt wird, warum er denn ausgerechnet dort suche. Der Mann antwortet: „Na, weil das die einzige Stelle ist, wo ich etwas sehen kann!“ So scheint es vielen Menschen im Westen zu ergehen. Glück nur dort zu suchen, wo andere Licht spenden. Führende Institute bekräftigen, dass Meditation und Intuition die Führungsmethoden im 21. Jahrhundert schlechthin sind. Doch wie findet man als Manager zu Innenschau und Stille? Angeregt durch eine Konferenz integriere ich als Unternehmer den Zen-Weg seit sieben Jahren in mein Leben. Die ersten Jahre intensiven Trainings nutzte ich für mich selbst. Heute bin ich als Mitbegründer und Trainer der Zen Leadership School auch für andere Führungskräfte aktiv und teile Erfahrungen im Umgang mit Taschenlampen. Zur besseren Suche. Erkenntnisse und Einsichten meines bisherigen Weges im Sinne einer Zen-Leadership.*



„Und – wie war's“, musste ich gleich fragen, als ich einen Teilnehmer aus der „Nur-Sitzen-auf-Matte-und-Bänkchen-Gruppe“ traf. „Was habt ihr gemacht?“ 15 Jahre Self-Made-Unternehmer-Training in der Wirtschaft hatte ich persönlich hinter mir. NICHTS. Das war nicht das, was ich kannte. Einfach NICHTS. Na super. „Und wie war's?“ „Bewegend“, lautete die Antwort. Und ich dachte, die Teilnehmer hätten da doch nur gesessen.

Nach dem 2000er Hype kam die Internet-Blase. Aus dem Wachstumswahn des Jahrtausendwechsels war binnen kurzer Zeit ein Massensterben von Firmen geworden, in dem es galt, sich beruflich, nicht zuletzt mit Blick auf die Familie, oberhalb der Wasserlinie zu halten. Kurz: In der IT-Branche war nichts mehr wie im alten Jahrtausend. Gemessen am Ziel des äußeren Wohlstandes hatte ich gemäß der gesellschaftlichen Vereinbarung in unserem Land glücklich zu sein. Doch Glück, wie fühlte sich das noch an?

## Welche Rolle spielte eigentlich ICH?

Existenz- und Verlustangst – totgeschwiegen in der Wirtschaft. Statt dessen Machtkämpfe um Strategien, Taktiererei, notwendiger strategischer Umbau des eigenen, seit über 15 Jahren geführten Unternehmens. Und nun dieses Nichts. Voller Dynamik hetzte ich durch meine erfolgreichsten Karrierejahre. Haus, Auto, Geld, Boot – alles war da. Und nun? Ich fühlte mich weder gesund, noch krank. Was fehlt? Zum Glück gibt es Definitionen. Wenn Glück eine tief empfundene Übereinstimmung mit mir selbst, Einklang mit meinen Potenzialen bedeutet, dann war ich nicht glücklich. Ein tieferer Sinn für alles, was geschah, und eine Antwort auf die Frage, welche Rolle ICH selbst in meinem Leben spielte oder spielen sollte, lag im Verborgenen.

Ich fühlte Unzufriedenheit oder konkreter, eine „Nicht-Zufriedenheit“. Sie wuchs mit den Jahren. Mit jedem Erreichen eines Ziels des „Mehr-haben- und Mehr-erreichen-Wollens“ wurde ich nicht glücklicher, sondern angespannter. Der Fokus auf Äußeres hinterließ immer häufiger eine Leere. Viel Geld, viel Aushalten – noch mehr Geld, noch mehr Aushalten. Doch es wollte eine andere Frage in den Vordergrund treten: „Was ist wesentlich?“ Matte und Bänkchen. Der Rest kommt von selbst.

## Vom Nichts und vom Tun

5 Uhr morgens. 2003 oder 2004. Egal. Die Haubentaucher gleiten sanft über das Wasser. Kleine Wellen plätschern an den Steg. In der Ferne lassen Lichter die Autobahn erahnen. Hinter den Bergen leuchtet eine Stadt. Aber das ist jetzt alles nicht dran. „Nur hören“, lautet die Aufgabe. Hektische Woche. Flieger verspätet, Anreise lang. Nacht kurz. Jetzt stehe ich hier und soll nur hören. Wie 15 andere Teilnehmer des „Zen für Führungskräfte“-Seminars auf der Fraueninsel Chiemsee fange ich an zu frieren. Und zu gucken und zu fühlen. Ich will wieder rein.

In den ersten beiden Jahren des Zen-Trainings genoss ich am meisten den mit dem „Sitzen in Kraft und Stille“ verbundenen Aspekt der tiefen Entspannung. Ich fühlte Wohlbehagen, vernahm die zahlreichen Verspannungen in Form des mich beherrschenden Kopfkinos und ließ die Gedanken in der Meditation verwundert, teils belustigt vorbeiziehen. Einfachste Übungen der Fokussierung auf meinen Atem, der Konzentration auf einen bestimmten Aspekt empfand ich als schwer. „Nur atmen, nur hören.“ Das war nichts. Oh. Schon wieder das Nichts. „Den Verstand mit spiritueller Kraft im Hara (Bauch) steuern?“ Das klang besser. Da konnte ich ja was tun!

Doch irgendetwas tief in mir war bewegt und berührt durch die Entspannung und die Freude, die mich während der Meditation

berührte. Ein permanentes Wechselbad von Gefühlen, Gedanken, Stimmen und Stimmungen. Und zwischendurch immer wieder diese Freude! Welche Bereicherung. Komplette anders als die Freude über einen Auftrag, eine Gewinnausschüttung oder ein noch größeres Auto. Erstes Fazit – mal so vom Verstand her: Es kostet zwar Kraft, Zen zu trainieren, aber ich bekomme was zurück.

Im Daishin Zen hat jeder Gelegenheit, seine eigene Übung zu finden. Ich hatte meine erprobt und gefunden. Die vagabundierenden Gedanken ließen spürbar nach, das zwanghafte Kopfkino trat zurück und verschaffte meinem Geist Durchblick zu einer neuen Wesenheit – meiner eigenen. Als ich später meinen Gedanken nachhing, schrieb ich in mein Zen-Begleit-Buch: Im eigenen Wesen sein, heißt anwesend sein! In übertragenem Sinne: Der Schlamm im Wasser setzt sich, wenn man nicht mehr ständig umrührt, und die Sicht wird klarer. Ich sehe, kann Wesentliches von Unwesentlichem ganz natürlich unterscheiden. Zen ist ein geistiges Training und ich erfuhr diese geistige Kraft als eine notwendige Voraussetzung, die mir half, meinen Führungsalltag zu befrieden und effizienter zu gestalten.

## Achtsamkeit und beherzter Mut

Ich besuchte einige Zen-Seminare im Jahr und es wurde immer interessanter. Es gab etwas hinter diesen Gedanken, das mich immer neugieriger machte. Die Frage: Wie geht es weiter? Bereits im „HannyaShinGyō“, einem Jahrtausende alten Sutra (eine Art energetisches Gedicht) aus dem alten Indien heißt die Überschrift: „Lasst uns üben, über das Denken hinauszugehen.“ Cogito ergo sum. Ich denke, also bin ich. Was erwartet einen Menschen, der über sein Denken hinausgeht? Einen Menschen, der durch fortschreitendes Meditieren sein Denken nutzt, statt sein Denken zu sein? Für mich als westlich erzogenen Menschen war dies eine ungewohnte Vorstellung.

Ich lernte ich mich von vielen Seiten neu kennen. Tappe im Dunkeln. Keine Ahnung, was da so alles ist – wer so alles mitentscheidet, unbemerkt. Ahnung nur. Kein Gefühl für Größe. Und dann bekomme ich eine Riesenchance: Eine kleine Taschenlampe in der Hand, beginne ich zu schauen, was im Verborgenen liegt. Worauf mein Blick nie von allein gefallen wäre. Auf mich! Forschen als Prinzip verinnerlicht. Durch Meditation. Damit begann mein eigentlicher Zen-Weg. Meditation legte alles in mir offen. Meinen Ur-Antrieb, meine Ur-Ängste. Ich fühlte mit jedem Monat des Meditierens mehr Raum, vergleichbar mit mehr freiem Arbeitsspeicher eines Computers. Es öffnete sich ein Vorhang und noch ein Vorhang und noch ein Vorhang. Und dahinter stand immer nur ich selbst – in einer neuen Version, in ganz unterschiedlichen Facetten. Ein abenteuerlicher Weg!

Da waren immer wieder diese wertvollen Momente der unbändigen Freude, wenn ich diese Verbindung zu mir selbst spüren durfte. Es existierte nach zwei Jahren Zen-Training eine Idee davon, dass ich nicht weiter suchen muss, was schon da war. Dass die Kraft der Gegenwart sich dem entfaltet, der sich finden lassen will. Nicht neu denken, sondern neu erinnern. Ein unglaublicher Paradigmenwechsel!

## Die Ego-Falle

An dieser Stelle tappte ich kräftig in die Ego-Falle. Ich konnte nicht verstehen, wie andere nicht sahen, was ich sah. Es fühlte sich in meinem Ausschnitt von Wirtschaft für mich so an, als würde ich in einem großen Museum voll mit antiquierten Überzeugungen umherwandeln und sehr viele Menschen treffen, die vor einem Bild stehen und es bestaunen, weil im Katalog steht, dass es ein Meisterwerk ist. Das war für mich ein Punkt, an dem ich die Welt erneut retten wollte. Wie in der Pubertät, nur eben 35 Jahre später!

Die Lektion: Ich lernte zu unterscheiden, wer eigentlich etwas von mir wissen und erfahren wollte und wer nicht. Wer einen Ratschlag nicht annehmen möchte, weil er das Problem überhaupt nicht sieht, sieht in einer nicht angeforderten Hilfe immer mehr Schlag als Rat. Damit konnte ich eine Zeit lang nur schwer umgehen. Und das Spannungsfeld, das sich dadurch gerade in der Führung als Vorstand ergibt, lässt sich erahnen. Zen, Spiritualität und Ethik in der Führung sind als Dogma völlig wertlos. Die Menschen sind in kaum einem anderen Gebiet so fest voreingestellt und so wenig veränderbar, wie auf dem Terrain ihres eigenen Systems an Überzeugungen. Es ist die Umklammerung des eigenen Ichs, seine eigene Identität, umhüllt von einer Schale, die man nur von innen heraus knacken kann.

Doch mit dieser veränderten Einsicht stellte ich fortan als Chef andere Mitarbeiter ein und ich begegnete anderen Menschen als früher. Im Zen heißt es: Verändere dich selbst und alles um dich herum verändert sich von allein. So war es! Es entwickelten sich tiefere Gespräche und nicht wenige Geschäftspartner wurden neugierig und wollten auch einmal mitkommen auf die Zen-Seminare.

Ich begann beherzt auf die Menschen zuzugehen und sie einzuladen. Wenn jemand sagte, dass es ihm nie besser ging und es in meiner Wahrnehmung nicht so war, ging ich nicht vorüber. Ich schaute einfach nicht mehr weg. Ich spielte das Spiel nicht mehr mit und öffnete mein Herz. Da mein Beruf auch viel mit vertrieblichem Wirken zu tun hat, wandelte sich mein Bild noch mehr – weg von der typischen Vertriebsargumentation, hin zu mehr Authentizität im Umgang mit meinen Kunden.

## Zuhören – Was braucht der Kunde?

Bis dahin überwog gerade in IT-Kreisen die Argumentation der klassischen Einwandbehandlung. Ich habe das richtige Produkt für dich, lieber Kunde, und nun sagst du mir bitte, was dagegen spricht, es zu kaufen! Mit der fortschreitenden Erfahrung des Zen im Rücken wollte ich nun mehr die Ursachen für einen Kundenbedarf herausarbeiten. Ich hörte mehr zu! Das ist zwar Gegenstand eines jeden Vertriebsstrainings, aber es machen offensichtlich nur wenige. Lösungsvertrieb bedeutet, die Ursache herauszufinden. Bedeutet, zu beleuchten, was gebraucht wird! Bei mir öffnete sich dieses Tor zu mehr Achtsamkeit im Vertrieb durch Zen-Training von ganz allein. Vielleicht weil sich durch mein Vertrauen zu mir selbst mein mentaler Raum vergrößerte und ich dadurch mit der Zeit mehr Inhalte aufnehmen konnte. „Reden ist Silber, Schweigen ist Gold.“ Diese Regel entdeckte ich für mich neu.

Diese Entwicklung führte auch dazu, dass ich auf mich einströmende Informationen anders selektierte als früher. Es offenbarte sich in meiner beruflichen und privaten Entwicklung eine natürliche Balance. Nach welchen Kriterien lese ich Zeitung oder höre ich Nachrichten? Brauche ich täglich oder stündlich ein Update der Gewalt oder der Ego-Nachrichten aus aller Welt? Mein Meditieren führte zu anderen Prioritäten und zu der kraftvollen Frage: „Was muss ich wissen, worauf kann ich verzichten?“

Mit dieser natürlichen Selektion fiel eine Menge Ballast von mir ab und dies war eine zusätzliche Quelle für Kraft. Nicht mehr nur dort hinschauen, wo andere leuchten! Hinzu kam, dass ich die wirtschaftliche Entwicklung anders wahrnahm und offeneren Herzens sah, wie Unternehmen nach immer mehr kurzfristigem Profit zu Lasten von Ethik, Anstand und Nutzen streben. Mein eigenes Werteprofil veränderte sich nun eher

in eine Richtung: „Was nutzt den Menschen?“ Mit 20 Jahren Erfahrung im Mittelstand wie in der Industrie konfrontierte ich mich mit diesen Fragen und fand in der Meditation konsequente Antworten, die mein unternehmerisches Handeln zunehmend bestimmten.

## Den fortschreitenden Wahnsinn in Frage stellen

Ökonomie ist gut, aber wem nützt diese sich immer weiter ausbreitende „Egonomie“ in der Wirtschaft, diese Gier einer Minderheit, auf Kosten der Mehrheit. Meditieren gibt mir Kraft, hinzusehen. Je mehr man in Meditation sich selbst begegnet, desto mehr verschafft sich eine zweite sehr entscheidende Frage Raum: „Was ist meine ureigenste Rolle in diesem fortschreitenden Wahnsinn?“

Mein Zen-Training gab mir die entspannte heilsame Kraft, das Fundament bei mir selbst zu verändern. Es gab mir die Kraft und besonders den Mut, diese beiden oben genannten Fragen klar zu beantworten: „Nein, ich muss das nicht alles wissen“ und „Ja, ich kann die Zeit anders nutzen“ oder „Nein, ich tue mir das nicht mehr länger an und schaue nicht zu, wenn Menschen sich Leid zufügen“. Ich konnte als Führer einen anderen Weg einschlagen und dies offen bekennen. Ändere deine Haltung und die Welt um dich herum verändert sich!

Zen-Training in dieser Stufe der Achtsamkeit, des beherzten, mutigen Seins, ist fortan ein enormer Zugewinn an persönlicher Freiheit für mich gewesen. Ein Motor, der sich selbst antreibt. Ich nehme mich aktiv zurück und schaffe dadurch Win-Win-Situationen, wo vorher reine Überzeugungsarbeit vorherrschte. Ich biete anderen Nutzen und Orientierung an. Leadership! Kraftvoll voranschreiten und Helligkeit mit Spirit verbreiten. Es gelingt dadurch besser, in meinem direkten Umfeld Werte zu verankern, die mehr Menschen Nutzen verschaffen. Dadurch

entsteht mehr und mehr ein nachhaltiger Sog zum Erfolg, nicht nur oberflächlicher Druck durch möglichst straffe Führung. Ein neues Führungsprinzip, das den Mitarbeitern eher gerecht wird. Sie sind mündiger und leistungsfähiger.

Wer nicht mehr so „in Gedanken“ verstrickt ist, kann mehr aufnehmen. Wer achtsam mit sich und anderen umgeht, hat die Öffnung zum Räumlichen gefunden, ist angedockt an die grenzenlose Energie seines Bewusstseins. Ich lernte diesen Aspekt schätzen und erfuhr immer größere Gestaltungsspielräume. Wenn du als Leader gefragt bist, gehe deinen Weg weiter. Wenn nicht, gehe darüber hinaus und mache mehr Dinge, die du noch nicht kannst.

Mittlerweile war ich Zen-Schüler bei Hinnerk Polenski aus Kiel, hatte auf den Seminaren Funktionen übernommen und motivierte Führungskräfte, Meditation für sich zu prüfen.

## Helfen, Zen zu lehren, ist die beste Form des Lernens

In den ersten vier Jahren des Zen-Trainings eröffneten sich viele neue Möglichkeiten, ich nahm neue Herausforderungen an und ging meinen Zen-Weg. Eine dieser Herausforderungen war das Mitbegründen der Zen Leadership School und das Lehren von Zen.

Angeregt durch Zen begann ich, viele, viele Bücher zu lesen, ich begann zu dichten und zu schreiben. Das allein ist neben den Aufgaben als Familienvater und Ehemann eine besondere Herausforderung, wenn man zudem als Geschäftsführer und Mitvorstand für Hunderte Mitarbeiter in Verantwortung steht. Durch eine einwöchige Rückschau im Rahmen eines Zen-Seminars öffnete sich ein Verlangen, anderen Wirtschaftslenkern diese Erfahrungen aus 20 Jahren Wirtschaft und vier Jahren

Zen-Training zu vermitteln. Dieses Potenzial öffnete sich jedoch nicht von allein. Was ich zunächst als Falle für mein Ego erfuhr, erwies sich als äußerst wirkungsvoll. Nicht die Frage „Bin ich so gut, dass ich auch Zen lehren darf?“ ist wichtig für die eigene Entwicklung, sondern das Aufspüren und Transformieren des eigenen Potenzials – für andere. Die ehrliche Suche nach der Antwort auf die Frage „Wer bin ich?“. Die letztendliche Antwort ist eigentlich weniger wichtig, als der Weg dorthin! Wissen ist Macht und Wissen über uns selbst verleiht uns Macht über uns selbst. Mein Lehrer gab dies an mich weiter: Nicht, wer 1.000 Helden auf dem Schlachtfeld schlägt, sondern der allein, der sich selbst besiegt, ist ein wahrer Held.

Zen als Philosophie wurde für mich erlebbar. Ich las über Denker, Religionen und Spiritualität und hielt plötzlich Vorträge zusammen mit meinem Zen-Lehrer. Der Lehrer als spirituelle Instanz des 2.500 Jahre alten Zen und ich, ein ganz pragmatisch erfahrener Mann der Wirtschaft mit einigen Jahren Zen-Erfahrung. Das war eine Kombination, die Führungskräfte ansprach.

Als Teilnehmer auf einer Matte zu meditieren und die Verantwortung für eine Gruppe Meditierender zu übernehmen, sind völlig unterschiedliche Dinge. Ein Zen-Lehrer stellt einen Zen-Schüler vor immer neue, passende Herausforderungen. Wie in dem Bild des Bergführers: Es gibt schwierige Wege und einfachere Wege und die schwierigen Wege bringen einen Menschen schneller voran als die einfachen. Wenn jedoch die Herausforderungen zu groß werden, droht Scheitern. Eine Gratwanderung. Gehe so schnell du kannst und so langsam, wie es eben geht!

Diese ersten Erfahrungen der Weitervermittlung gaben mir unglaublich kraftvolle Impulse und mehr Tiefe auf meinem eigenen Zen-Weg – ein weiterer, sehr intimer Schalter in meinem

persönlichen Cockpit: Er kann nur ein Mal betätigt werden und schaltet dann unwiderruflich um auf: Folge dem Weg deines Herzens!

Wozu dient das Abenteuer, das Leben heißt? Dazu, sich im Sinne seiner ureigenen Potenziale zu entfalten, sich kraftvoll zu entwickeln und sich einzubringen zum Wohle anderer. Doch wer kennt seine wahren Potenziale, wenn der Sicherheitsbeauftragte in einem lauthals ruft: „Bleib bei dem, was du kannst!“

## Führen bedeutet, die eigene Kraft weitergeben

Fortan spürte ich, dass ich als Assistententrainer Kraft an andere, die auch Veränderung wollten, weitergeben konnte. Wenn ich ein Seminar mit Führungskräften ausrichtete, spürte ich nicht Hunderte von eigenen Mitarbeitern in meiner Verantwortung, sondern Zig-Tausende Mitarbeiter anderer Chefs im Seminar!

Jeder ist doch zumindest sein eigener Chef und muss daher sein eigenes Unternehmen „Menschsein“ führen. Somit konnte ich die eigenen Erfahrungen weitergeben. Ich entdeckte, dass ein bewusstes Leben dann am meisten Freude bringen kann, wenn wir unseren eigenen Wesenskern entdecken und unsere ureigene Existenz darauf gründen. Im Sinne einer Ethik handeln, auf Werten des Gemeinsamen aufbauen und geistvoll, das heißt voller Geist leben wollen.

Aufgrund meiner eigenen Veränderung lernte ich fortan viele Führungskräfte kennen, denen die scheinbare Sicherheit, das Leben im Hamsterrad, immer für den nächsten Quartalsgewinn, auch nicht mehr zu reichen schien. Plötzlich war Zen nicht mehr nur mein Werkzeug, sondern auch das von Kunden, Mitarbeitern und Freunden. Ich richtete einen Meditationsraum im Büro ein. Das hätte ich mich zu Beginn nicht getraut!



## Führungspersönlichkeit – das ureigene Potenzial kennenlernen

Durch die eigene Erfahrung gelangte ich zu der Einsicht, dass die Führungselite unseres Kontinents, das bedeutet immerhin die Auswahl der Besten, Meditation in Form von Zen-Training extrem gut gebrauchen kann. Es kann und darf nicht sein, dass man im Zuge seiner beruflichen Karriere dazu gezwungen wird, nach einer Work-Life-Balance zu suchen. Nach einer Balance zwischen Arbeit und Leben. Die gibt es nicht und kann es gar nicht geben. Was für eine unglaubliche Katastrophe, danach zu suchen! Diese Katastrophe abzuwenden, habe ich mir zur ganzheitlichen Aufgabe gemacht. Ich möchte Führungskräfte der Wirtschaft mit einer neuen Führungspersönlichkeit vertraut machen. Mit sich selbst! Mit ihrem ureigensten geistigen Potenzial.

Ich arbeite zunehmend und mit großer Freude daran, den Menschen praktikable Taschenlampen an die Hand zu geben, damit sie nicht mehr im Dunkeln ihr Glück nur dort suchen, wo andere hinleuchten, sondern dort, wo sie selbst hinsehen möchten. Damit sie ihre Sehnsucht entdecken, die Sucht, die Welt so zu sehen, wie sie ist. Denn dann ist jeder Tag ein guter Tag!



Helmut Rümke ist Mitbegründer der Zen Leadership School und gleichzeitig seit 22 Jahren IT-Unternehmer. Er verfolgt mit Zen-Lehrer Hinnerk Polenski und seinem Team das Ziel, speziell Führungskräfte über die Weisheit des Zen zu mehr Leadership im Sinne des Menschen anzuregen. Er hält Vorträge zu den Themen Zen und Führung, Zen und Vertrieb und Energieökonomie. Zen-Leadership-Seminare in dieser Form gibt es bereits seit 1991, seit 2006 engagiert sich Helmut Rümke als Co-Trainer für Firmen und Führungskräfte, die

sich für Meditation, Spiritualität und integrale Führung interessieren. Daishin-Zen für Leader basiert auf japanischem Rinzai-Zen und schafft Brücken für den westlichen Geist. Von Haus aus studierter Betriebswirt, ist Helmut Rümke als Vorstandsmitglied der akquinet AG, Hamburg (320 Mitarbeiter) mitverantwortlich für den Lösungsvertrieb im Mittelstand. Den Weg des Daishin-Zen als Schüler von Zen-Lehrer Hinnerk Polenski geht er seit 2001.

[www.zen-leadership.de](http://www.zen-leadership.de), [www.zen-schule.de](http://www.zen-schule.de)

### Literatur

Taisen Deshimaru: Zazen – die Praxis des Zen, Heidelberg 1991

Philip Kapleau: Die drei Pfeiler des Zen, München 2004

Bernd Linder, Manfred Zink: Die innere Form. Zen im Management, Herrsching 2002

Abt Muho: Zazen – der Weg zum Glück, Reinbek 2007

Shunryu Suzuki: Zen-Geist, Anfänger-Geist. Unterweisungen in Zen-Meditation, Stuttgart 2008

Shunryu Suzuki: Seide und scharfer Stahl, München 2003

Tiziano Terzani: Das Ende ist mein Anfang. Vom Leben und Sterben, München 2007