

## **Zen in Business: Een Goede Zaak. Een portret van Brigitte van Baren door Kees Klomp**

Brigitte van Baren (1957) is zenleraar en coach. Ze schreef verschillende boeken over zen in het bedrijfsleven, waaronder het onlangs verschenen 'Meer Bereiken Met Minder Doen'. Met haar bedrijf Inner Sense zet zij zich in voor de ontwikkeling van verdiepende leiderschapskwaliteiten. Voor leidinggevende teams ontwikkelde zij de coachingmethode in spelvorm Show Your True Colours.

### **Je bent zen gaan toepassen in het bedrijfsleven. Wat heeft het bedrijfsleven aan zen?**

Zen heeft een toegevoegde waarde voor het bedrijfsleven. De combinatie van waakzame verstillings- en beteugeling van het denken vormen een praktische training die mensen naar het wezenlijke leidt. Zo ontdekken ze hun werkelijke kracht. Dit helpt hen vol vertrouwen met de onzekere en ongrijpbare dagelijkse realiteit van het bedrijfsleven om te gaan. En om daarin steeds weer de juiste beslissingen te nemen. Alleen met een echt open geest kun je adequaat reageren op de realiteit zoals deze zich steeds maar weer aandient.

### **Hoe doorkruisten de paden van zen en zakelijke dienstverlening zich bij jou?**

Ik heb niet voor zen voor gekozen. Het heeft mij gekozen. Ik stond er in eerste instantie helemaal niet voor open. Maar hoe meer ik me verzette, hoe krachtiger de signalen werden die aangaven dat dit een weg was die ik moest volgen. Op een gegeven moment heb ik me er daarom maar aan over gegeven. Vervolgens is het zakelijke op mijn pad gekomen en zie ik het als mijn uitdaging om zen en zakelijke dienstverlening met elkaar te verbinden.

### **Wat doe je precies?**

Ik begeleid leidinggevendenden bij hun ontwikkeling tot verdiepende, wezenlijke, leiderschapskwaliteiten. Ik richt mij primair op het management, want als ik hen in hun hart weet te raken, zullen ze anders met hun medewerkers omgaan. En dat zal automatisch een positief effect op de gehele organisatie hebben. De transformatie komt op deze wijze vanzelf tot stand. Ik geloof dat de persoonlijke diepgang van de manager van grote invloed is op het wezenlijke karakter van een bedrijf. De ziel van de leider bepaalt de bezieling van de zaak. Andersom werkt het niet. Als je onderaan in een organisatie begint met dit proces krijg je te maken met oppositie.

### **Hoe doe je dat?**

Met Show Your True Colours, een management methode in spelvorm, dat het individuele en collectieve functioneren binnen teams in kaart brengt en bloot legt. De methode verbindt persoonlijke analyse en teamanalyse met persoonlijke ontwikkeling en teamontwikkeling. Het spel heeft als doel de persoonlijke kwaliteiten en het teampotentieel te maximaliseren. Het doorgronden van de eigen persoonlijkheid is een belangrijk aspect, maar het wordt bedrijfsmatig pas echt interessant als je weet hoe je daar het meeste uit kunt halen in relatie tot de samenwerking binnen het team. Het uiteindelijke doel van Show Your True Colours is een optimale match van verschillende persoonlijke profielen en kwaliteiten binnen teams in bedrijfsleven en organisaties.

## **Hoe gaat dat in zijn werk?**

Show Your True Colours is een spel dat zich vanzelf speelt. Dat maakt het aantrekkelijk en laagdrempelig. Het spel begeleidt de deelnemers in eerste instantie naar zelfinzicht. Met het verkregen zelfinzicht ga ik dan in het tweede deel van het spel aan de slag om een zo goed mogelijke afstemming en samenwerking in de groep te orkestreren. Het spel is mede gebaseerd op elementen van Jung en Myers-Briggs, in combinatie met een praktische vertaling naar werksituaties. De methode is erop gericht de persoonlijke kwaliteiten van mensen in kaart te brengen - en werkt met gecodeerde kaartjes. Situatiekaartjes om precies te zijn. De deelnemers moeten steeds kiezen op basis van een situatie die ze voorgelegd krijgen. Door middel van de keuzes die mensen maken ontstaat een persoonlijkheidsprofiel. In de tweede fase staat de feedback van de deelnemers aan elkaar centraal. Dat zorgt voor veel dynamiek en discussie. Het veroorzaakt diepe interactie en zet een prachtig, verbindend proces in gang. Deelnemers gaan hun eigen kwaliteiten, en die van anderen, herkennen, waarderen en omarmen. Zo ontstaat er synergie.

## **Je bent niet alleen coach, je bent ook zenleraar. Vertel daar eens wat meer over.**

Ik denk dat ik mezelf het best kan typeren als een moderne leraar. Ik zie er ook niet uit als een traditionele zenleraar. Ik ben gewoon westers gekleed. Dat is bewust. Ik vind het mijn taak om eenvoudig toegankelijk te zijn. De ouderwetse zenrelatie tussen leraar en leerling, die van de leraar als een haast ongrijpbare rots en de leerling die bijna sterft van verlangen staat ver van mij af. Mijn leerlingen hoeven niet eerst een steile weg omhoog te klauteren om bij de leraar te komen. Beschouw mij meer als een lage heuvel. Bewust bereikbaar voor wie mij zoekt. Begrijp me niet verkeerd. Ik ben geen missionaris. Ook bij mij is het altijd de leerling die het initiatief neemt en mij vraagt of ik zijn of haar leraar wil zijn.

## **Hoe ziet het leven van een moderne zenleraar er uit?**

Ik leef gewoon een westers leven. Ik combineer het leraarschap heel bewust met partnerschap, moederschap en ondernemerschap. Ik vind het belangrijk om midden in het leven te staan, maar tegelijkertijd ook geëngageerd te zijn aan de zenweg. Dat lukt omdat zen volledig is geïntegreerd in alles wat ik doe. Zen helpt mij om werkelijk en wezenlijk te leven. Ik beschouw alles in mijn dagelijkse bestaan als training.

## **Hoe bedoel je dat?**

Er wordt in de zentraditie niet voor niets gesproken over het terugkeren naar het marktplein. Als je eenmaal je diepste wezen hebt ontmoet, dan moet je dat manifesteren in je alledaagse leven. Dat doe ik. Ik beschouw het alledaagse als het ultieme werkveld van zen.

## **Waar komt je drang tot moderniseren vandaan?**

Alhoewel zen een eeuwenoude, oosterse traditie is met prachtige rituelen en ceremonies - die we nooit mogen verloochenen - vind ik het cruciaal de brug te slaan naar de westerse wereld en deze huidige tijd. Want daarin leven mijn leerlingen en ik. Aan de inhoud van de zenweg mag je nooit komen, maar het is mijn taak om een vertaling en een vorm te vinden die past bij deze tijd en deze plek. Veel mensen hebben geen of een verkeerd beeld bij het begrip zen. Als ik zen echter in het zakelijke domein vertaal in 'Meer bereiken met minder doen' – de titel van mijn laatste boek –

begrijpt elke manager het. En daar gaat het om. Daarom ook noem ik mijn maandelijkse meditatiebijeenkomsten mental fitness.

### **Mental fitness?**

Ja, zen is voor veel mensen gewoon mental fitness. Het is een manier om de geest te trainen. Het heet niet voor niets zenbeoefening. Ongeoefende mensen zitten gevangen in hun gedachten. Die gaan alle kanten op. Dit zorgt er voor dat mensen niet gericht kunnen leven. Door mensen te leren hoe ze hun geest kunnen temmen – door het oefenen van focus op de adem, een woord, een mantra of een beeld – treedt er verstillings op. In deze stilte kunnen mensen zich vervolgens bevrijden van hun gevoelens en gedachten, komen in contact met een diepere laag van hun zijn, en gaan ze volledig op in het huidige moment. Zen vereist training. Net als lichamelijke fitheid training vereist.

### **Het viel me bij het lezen van 'Meer bereiken met minder doen' op dat je veel gebruikt maakt van de koan. Wat is daar de reden van?**

Ik vind de koan zakelijk erg bruikbaar. In zen omvat de koan een raadselachtig dilemma dat je moet zien te doorgronden. Managers worden dagelijks geconfronteerd met dilemma's die – net als de koan – het verstand te boven gaan. De koan symboliseert niet alleen de essentie van de zenbeoefening, maar ook die van managementbeslissingen. Managers leren niet beter omgaan met de verwarrende werkelijkheid van het bedrijfsleven door hun verstand te gebruiken. Juist niet. De koan leert ons dat het inzicht en de wijsheid schuilt in dat wat het verstand te boven gaat en niet met denken op te lossen is. De echte oplossing ligt besloten in de dimensie van het niet-denken en het niet-weten. Managers moeten leren ziel aan zakelijkheid te koppelen. Dit doen ze door zichzelf helemaal leeg te maken. Door totale overgave bevrijden ze zich van gedachten en gevoelens, en ontstaat er de ruimte die benodigd is om het wezenlijke te ervaren, met het huidige moment te versmelten, waarin ze hun potentieel ten volste kunnen benutten. Dat is letterlijk en figuurlijk een goede zaak.