

# Выпусти пар и вливайся в команду

Шри Шри Рави Шанкар является всемирно признанным гуманитарным лидером, его миссия заключается в том, чтобы избавляя людей от стресса, создать мир свободный от насилия. Он осуществляет эту задачу, обучая простым и действенным дыхательным техникам, йоге и медитации. Шри Шри Рави Шанкар занимает очень активную позицию в мире, осуществляя гуманитарную деятельность в зонах боевых действий и реализуя проекты в слаборазвитых регионах.

Одно из основных препятствий для управленцев на пути к интеграции многообразного мира, в котором им приходится вести бизнес – это их собственный стресс и неспособность справляться с отрицательными эмоциями, такими как страх и гнев. Шри Шри Рави Шанкар и его глобальная команда Фонда «Искусство Жизни»

момент это необходимость, а не возможность выбора. Это в нашей природе, и это признак интеллекта и эволюции, когда мы понимаем, что все культуры, все цивилизации, все различные школы философии, все принадлежит нам. К сожалению, предубеждения, основанные на недостатке знания – препятствие в воспри-

- Во многих местах изначальные противоречия и дискриминация основаны на половом признаке. Половое неравенство наиболее очевидно на сегодняшний день. Поэтому различия по признаку пола, религиозной принадлежности, а также по признаку национальности и особенностям культуры, следует оставить в стороне. Однако, я не говорю, что вы должны вынуждать себя нанимать людей, которые относятся к определенной категории, в то время как они могут быть не достаточно профессиональны и компетентны. Это тоже неверно. Талант, компетентность и личные качества должны идти на первом месте, а многообразие второстепенно – оно никогда не должно вытеснять профессиональные навыки.

Иногда, во имя многообразия, мы нанимаем людей, которые не способны выполнять работу или не имеют соответствующей квалификации. В результате страдает бизнес. Поэтому ценность многообразия не должна восприниматься как правило, возложенное на кого-то, но она должна идти изнутри. Она должна исходить из трансформации наших взглядов, а не из установленных правил или государственного регламента.

**- С чего следует начинать лидерам?**

- Я считаю, что лидерам следует начать с совета директоров, с руководителящего офиса. Для того чтобы создать позитивную атмосферу, вам следует иметь правильное личное отношение и вы должны привнести это

Мы больше не живем в изолированном мире. Наши знания и возможности обмена информацией растут, в то время как мир сужается. Поэтому, для того чтобы выжить, бизнес не может мыслить узко, территориально.

помогли более чем 30 миллионам человек по всему земному шару избавиться от стресса и задействовать интуицию. Этот подход основан на простых и в то же время эффективных дыхательных техниках, и глубоко понимании вековой восточной философии. О своих взглядах на современный мир и о деятельности Фонда Шри Шри Рави Шанкар рассказал в интервью для журнала.

**- Какова величайшая ценность многообразия?**

- Мы больше не живем в изолированном мире. Наши знания и возможности обмена информацией растут, в то время как мир сужается. Поэтому, для того чтобы выжить, бизнес не может мыслить узко, территориально. У нас нет другого выбора, кроме как с почтением относиться к многообразию. В настоящий

ятии многообразия. К примеру, 25 лет назад, в Европе, когда начинался разговор о йоге, дыхании и медитации, к этому относились как к чему-то странному. Было так много предубеждений по отношению к влиянию Востока. Но сейчас люди понимают, что йога приносит огромную пользу здоровью, и они принимают это. Аналогичным образом сейчас существуют предубеждения в некоторых исламских странах по отношению к внутреннему развитию через йогу и медитацию. Все эти предубеждения, включая предвзятое отношение к женщинам и расовые предубеждения, нужно убирать из сознания людей.

**- Разве принцип многообразия в назначении на ключевые должности в компаниях не должен включать в себя нечто больше, чем просто обсуждение процента женщин-руководителей?**



**Шри Шри Рави Шанкар**

В возрасте 4-х Шри Шри Рави Шанкар мог цитировать Бхагават Гиту на санскрите. Когда он вырос, к нему пришло осознание духовной цели его жизни. В 1982 году он основал некоммерческую общественную организацию Международный Фонд «Искусство Жизни» для того, чтобы обучать эффективным дыхательным техникам, которые устраняют стресс. С тех пор эта организация помогла более чем 30 миллионам людей всего мира. Организации принадлежит более 100 гуманитарных школ для детей из сотен деревень. «Искусство Жизни» способствует также развитию инфраструктуры жизнеобеспечения в отдаленных районах, связанной с повышением уровня гигиены. Фонд вы-

ступает за поддержание мира во всем мире. Его принципы основаны на трех составляющих: расширение возможностей людей, создание сообществ людей отрицающих насилие, а также многосторонний диалог и образование. Недавно Шри Шри Рави Шанкар начал программу бизнес-тренингов, которые проводятся Международной Ассоциацией «Общечеловеческие Ценности». Это родственная Фонду «Искусство жизни» организация со своими центрами по всему миру. Она предлагает тренинги, разработанные для бизнесменов. Эти программы нацелены на повышение продуктивности в бизнесе через саморазвитие и повышения осознанности среди участников.

отношение. Для этого, возможно, потребуются какая-то форма командного тренинга. В некоторых организациях люди умеют работать в команде, другим это нужно прививать. Атмосфера празднования, доверия, взаимодействия и чувства принадлежности, – все это должно появиться в вашей команде. Я не сомневаюсь, что у людей есть готовность к изменениям, им просто нужно правильно это преподнести, чтобы это

было эффективно и жизнеспособно. Им нужно дать возможность измениться. Бизнес не будет жизнеспособным, если ваш фокус направлен только на производство и фактический результат. В конечном счете, компания страдает, так как творческий потенциал, сила и чувство принадлежности ослабевают. Аналогичным образом, система «контроль и управление», организованная по военному принципу больше

не работает. Только вдохновляющие идеи и мотивация являются эффективными инструментами. Для этого вы можете применить на рабочем месте некоторые из древних принципов, принадлежащих различным мировым культурам. Так работа принесет больше удовлетворения.

**- Будет ли мировой бизнес через 20-30 лет отличаться по своей организации от того, каков он сейчас?**





- Мы уже начали этим заниматься. В прошлом мир бизнеса работал на давлении. В основном это было экономическое давление, потому что у людей не было иных средств. Ранее все имело региональную ориентацию относительно того, как следовало выполнять работу, и возможности были ограничены. Но сегодня мировой рынок открыт, существует огром-

мобильность, наряду с технологическим прогрессом, абсолютно изменили взгляд на бизнес.

**- Как усовершенствовать место работы?**

- Одна из составляющих нашей программы называется: «Выпусти пар и вливайся в команду». Это наш

рода образование, которое дает людям уверенность и способствует кооперации. Мы сочетаем это с дыхательными техниками и упражнениями, где участники сами устраняют стресс и начинают по-новому смотреть на ситуацию.

Для любого бизнеса вам нужна интуиция, а успех бизнеса напрямую зависит от интуиции руководителя. Чем лучше работает интуиция, тем больше успеха в бизнесе она приносит. Если ваша интуиция не работает, вы не сможете быть успешным. Наша программа нацелена на снижение стресса и повышение интуиции, что также приводит к повышению творчества и энтузиазма на рабочем месте. В современном мире, с его лихорадочностью, люди часто чувствуют себя истощенными, возникает столько заболеваний. Европейский Союз тратит от 3 до 4 процентов своего ВВП на борьбу с

**Бизнес должен воплотить корпоративную социальную ответственность. Это не просто интеллектуальная идея, это нечто, что должно исходить из сердца каждого человека.**

ный выбор и разнообразие. Осознанность людей возросла по сравнению с тем, что было несколькими годами ранее. Поэтому сейчас они готовы к миграции. Они найдут работу, если не здесь, то где-то еще. Возросшая

слоган. Иными словами, снимите свой костюм управленца и сядьте с остальными работниками вашей компании. Сядьте, поговорите с ними, поделитесь вашими взглядами. Такой тип взаимодействия – своего

психическими расстройствами. Эти затраты выливаются в сотни миллионов евро. Согласно Всемирной Организации Здравоохранения психические расстройства и заболевания составляют 20% заболеваний среди населения Европы. Психическим расстройствам, включая депрессию, подвержен каждый четвертый человек в Европе в определенный период жизни. Техники, применяемые в нашей программе, изменяют образ жизни, могут помочь людям справиться с их заболеваниями.

**- Возможно ли для бизнесменов сочетать этику и их ежедневную работу?**

- Причина, по которой в бизнесе происходят неэтичные вещи – это страх, который у людей внутри. Для того чтобы справиться со страхом необходима серьезная духовная работа. Когда в вас меньше страха, когда вы хотите, чтобы вам доверяли, когда вы хотите быть ответственным, держать обязательства и придерживаться ценностей, то вы никогда не совершите неправильного действия, которое потенциально может повлиять на жизни тысяч и миллионов людей. Вот почему бизнес должен воплотить корпоративную социальную ответственность. Это не просто интеллектуальная идея, это нечто, что должно исходить из сердца каждого человека.

Такие программы как наша, разработаны для того, чтобы способствовать этому процессу. Мы проводим конференции «Бизнес и этика» с успешными деловыми людьми, которые прошли нашу корпоративную программу. Конференции проходят для того, чтобы была возможность поделиться опытом относительно успешного совмещения делового успеха и этики. Это вдохновляет других деловых людей следовать такому примеру. И все же, часто люди считают, что если ты хочешь быть успешным, ты не можешь быть честным. Это не так. Это всего лишь иллюзия. Однако требуется баланс: вы не можете применять корпоративную социальную ответственность в ущерб вашей компании, позволяя ей идти ко дну. Точно также, вы не можете получать прибыль за счет ваших работников, если они

страдают и в конечном итоге покидают компанию. Обе эти стратегии раскачивают лодку. Вам необходимо достичь совершенного баланса. Вам нужно посмотреть на ваши прибыли и на то, насколько вы заботитесь о людях в компании, а также на до-

долгосрочное видение с хорошими намерениями. Для того, чтобы любой бизнес органически рос, лидеры также должны проверить себя на наличие «лихорадочности» и перестать искать виноватого. Это означает, что им необходимо учиться!

**Для любого бизнеса вам нужна интуиция, а успех бизнеса напрямую зависит от интуиции руководителя. Чем лучше работает интуиция, тем больше успеха в бизнесе она приносит.**

лю, которую вы уделяете корпоративной социальной ответственности.

**- Ваша организация затронула жизни 30 миллионов человек на протяжении 25 лет, и невероятно выросла за эти годы. Как вам удалось этого достичь и организовать это?**

- Я никогда ничего не организовывал! Я просто позволил этому процессу органично расти, не являлся препятствием. Организация управляется добровольцами и у нас много лидеров. Я даю свое имя проектам, а энтузиасты, увлеченные идеями Фонда, выполняют работу! Если говорить серьезно, продукт, который мы предлагаем очень полезен

Учиться у прошлого, иметь видение будущего и поддерживать энтузиазм. Также они должны иметь уважение к любому, независимо от того успешен он или нет.

**- Неужели для того, чтобы каждый почувствовал себя лучше, достаточно лишь простого дыхания, медитации и развития интуиции?**

- Совершенно верно, это подходит любому человеку. Нас не учили ни в школе, ни дома тому, как справляться с отрицательными эмоциями, такими, как печаль, зависть, гнев, безрадостность. Это знание нам не предоставили. Но если вас научили, как справляться со своим гневом и

**Часто люди считают, что если ты хочешь быть успешным, ты не можешь быть честным. Это не так. Это всего лишь иллюзия. Однако требуется баланс: вы не можете применять корпоративную социальную ответственность в ущерб вашей компании, позволяя ей идти ко дну.**

для людей, и у нас широкое поле деятельности. Наша интуиция работает, и любой проект, за который мы беремся, становится нашим успехом. На данный момент мы представлены в 151 стране, нас есть 41 региональный центр, и множество локальных, городских центров. У нас также есть 100 платных школ и 108 бесплатных школ для бедных слоев населения планеты.

Предпосылки для такого органического роста – это терпение, настойчивость и четкие намерения! Это включает ясность цели, гибкость при столкновении с ошибками, и

ваши собственными эмоциями, то это принесет вам большую пользу. Получить это знание возможно с помощью дыхания и медитации.

Это знание присутствовало в традициях Буддизма и Индуизма. Веками в Китае, Японии и Индии душевное равновесие достигалось с помощью дыхания, медитации и боевых искусств. Но отличие наших техник от древних в том, что они приспособлены к современным условиям нехватки времени. Эти техники удобны, полезны и доступны для применения в жизни в современном обществе. ■