

Siegmar Gerken, Ph.D. und Zen-Meister Roshi Rei Ho Hatlapa M.A.



30. + 31. Mai, 2019 • Lebensgarten Steyerberg

Achtsamkeit, Zen und Leadership

Mindfulness, Zen and Leadership

**Begrenzungen erkennen • Neues entdecken
Ressourcen aktivieren • Veränderungen einleiten**

in Deutsch mit Englischer Übersetzung

Google, Apple, Goldman Sachs, Intel so wie andere namhaften Firmen, viele Business Schools und MBA Programme bieten Kurse zur Achtsamkeit an. Auf dem World Economic Forum 2015 erhielt Achtsamkeit besondere Aufmerksamkeit. In reduzierter Form wird es dann zum Stressmanagement genutzt.

Einige Chefetagen werden sich allerdings mehr und mehr bewusst, dass es auch darum geht, ein neues, gesundes und dynamisches Umfeld zu kreieren. Ein Umfeld, in dem Selbstwahrnehmung, Entscheidungsfähigkeit, Erneuerung, Begeisterung, Mitgefühl, Mut, Flexibilität und Resilienz gefördert werden - Kompetenzen für den Erhalt, Innovation und Wachstum von erfolgreichen und ethisch verantwortungsbewussten Firmen und Organisationen.

Der Prozess der Achtsamkeit öffnet neue Dimensionen zur persönlichen Wahrnehmung, damit zur Reflektion, Kreativität, Selbstverantwortung, Authentizität und Präsenz und gibt somit Zugang zum vollen Potential eines Menschen.

Unsere Einführung für Manager, Coaches and Führungskräfte gibt Ihnen nicht nur die Basis des 'How to' der Achtsamkeit, sondern bietet auch den Raum, in dem authentische Erfahrung stattfinden, vertiefend erforscht und in das persönliche oder berufliche Leben integriert werden kann.

Eine Teilnehmerin: "Ich erlebe in diesen Tagen, wie eine wunderbar harmonisch aufeinander abgestimmte Kombination zweier unterschiedlicher Wege zu einem Ziel führen: Achtsamkeit. Achtsamkeit mit mir, meinen Mitmenschen, der Natur und dem Leben."

- Elke Koniczeck, Coach und Beraterin, Körperpsychotherapie

15 Stunden Intensives Erfahren, Lernen und der Transformation die Ihren Beruf und Ihr Leben bereichern

Beginn: 30. Mai: 10.00 - 13.00; 15.00 - 18.30; 19.45 - 21.30

31. Mai: 6.30 - 7.45; 9.15 - 13.00

Kosten: Euro 325.- (plus Unterkunft und Verpflegung, die im Lebensgarten oder der Umgebung sehr günstig angeboten werden).

Da die Teilnahme begrenzt ist, wird um rechtzeitige Anmeldung gebeten.

Teilnehmer, die sich entscheiden den Prozess weiter zu vertiefen und durchgehend noch am Wochenendseminar: ***Achtsamkeit, Zen und Psychotherapie - und der Wille des Herzens teilnehmen, erhalten den Frühbucher-Preis.***
