

ZEN FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

«KLARER, WEITER GEIST»

03.11.2021 / 24.03.2022

ANNA
GAMMA

INSTITUT ZEN & LEADERSHIP



INSTITUT ZEN & LEADERSHIP

Leader führen und gestalten aus der inneren Mitte

Zen - ist ein traditionsreicher Weg des chinesisch-japanischen Buddhismus. Er macht jene Stille erfahrbar, die Wesentliches offenbart. Sie öffnet den schöpferischen, weiten Raum des Geistes und erschliesst das grosse, mitfühlende Herz. Das Institut stellt die Entfaltung des HerzGeistes in den Mittelpunkt. Zen erlaubt, in das Bewusstseinsfeld einzutauchen, in dem die grosse Ordnung des Lebens sichtbar, erfahrbar und gestaltend wirkt. In der wachen Präsenz des HerzGeistes zeigen sich neue Möglichkeiten, die anstehenden gesellschaftlichen und institutionellen Herausforderungen zu bewältigen.

Leader - sind jene Menschen, die nationale und internationale Unternehmen und Institutionen in die Zukunft führen. Sie bauen dabei auf Bewährtem auf. In der Verbundenheit mit der inneren Mitte werden sie zu Pionierinnen und Pionieren, die neue, dem Leben dienende Entwicklungen erkennen und Menschen gewinnen, gemeinsam diese Visionen zu verwirklichen.

Institutsleitung
Dr. Anna Gamma

ZEN FÜR FÜHRUNGSKÄPTE

«KLARER, WEITER GEIST»

Themenschwerpunkte

Impulsreferate zur Philosophie und Praxis des Zen bereiten den Weg in die Stille. Sitzmeditationen wechseln mit Gehmeditation ab.

Die Gesprächsrunden dienen dem Erfahrungsaustausch. Ein Schwerpunkt bildet dabei die Umsetzung der Meditationspraxis in den Führungsalltag. Es besteht zudem die Möglichkeit eines Einzelgesprächs mit Anna Gamma, um persönliche Fragen der Meditationspraxis und ihre Integration in den beruflichen Alltag zu klären.

Nutzen der Zen Praxis

- Sie reduzieren Stress und entwickeln Gelassenheit
- Sie fördern die Konzentrationsfähigkeit
- Sie finden Vertrauen ins Leben und zu innerem Reichtum
- Sie gewinnen authentische Selbstkompetenz und stärken ihre Sozialkompetenz
- „Kopf, Herz und Hand“ finden zu neuer Balance.

Zielpublikum

Das Zen Seminar richtet sich an Führungskräfte, die sich in der inneren Mitte tiefer verankern und ihr privates wie berufliches Leben entsprechend ausrichten und gestalten wollen.

Am Institut zeichnet sich die Zen Praxis durch eine undogmatische Offenheit aus. Sie eignet sich für alle, unabhängig von Weltanschauungen und Glaubenszugehörigkeit.

Es werden keine Meditationserfahrungen vorausgesetzt. Die Seminare eignen sich auch zur Vertiefung der eigenen Zen Praxis. Die Tage können einzeln gebucht werden.

Leitung

Dr. phil. Anna Gamma
Psychologin / Zen Meisterin

Matthias Roth
Organisationsberater / Zen Assistenz Lehrer

Termine und Veranstaltungsort

Mi 03. November 2021 | 09:00-17:00 Uhr

Do 24. März 2022 | 09:00-17:00 Uhr

Zen Zentrum Offener Kreis | Bürgenstrasse 36
CH-6005 Luzern

Anmeldung www.annagamma.ch

Seminarkosten

CHF 700 pro Tag inkl. Verpflegung und einem optionalen Einzelgespräch zu Fragen der Zen Praxis.

Veranstalter

Das Seminar wird durchgeführt von
ANNA GAMMA Institut Zen & Leadership GmbH

ANNA GAMMA

Institut Zen & Leadership GmbH
Bürgenstrasse 36 | 6005 Luzern
T +41 41 370 27 11 | M +41 79 687 20 11
info@annagamma.ch | www.annagamma.ch