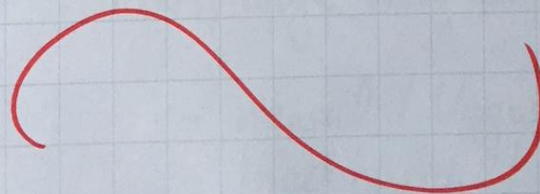


Herzlich

Willkommen

Zen & Leadership

Meditation



Herz =  
Ursprünge Leadership

- „Das Herz ist eine Pumpe“ ??? und noch mehr!

= Entwicklung der Neuzeit

= Mechanistisch, Reduktionistisch

= Andere Kulturen = Sitz der Werte,  
Bewusstheit, Ethik

= In Westen hilft die IT, die Sprache  
des Herzens zu entschlüsseln

= Rhythmus!

= Vierspurige Kommunikation

- neural / Vagusnerv
- biochemisch / Hormone
- pulsierender Druck / Wille
- elektromagnetisch: 5.000 \* Gehirn

= Hirn + Herz kommunizieren  
gleichberechtigt nebeneinander

Warum spielt das bei uns  
keine Rolle ??? *Bis jetzt!*

= Wissenschaft + Weisheitslehre wägen Reduktion

= Neue Physik - Chronobiologie, Epigenetik

L> Sämtliche Vorgänge im menschlichen Körper  
sind rythmisch durchorganisiert!

L> Kopf = zentrales Nervensystem

Brust = Herz + Lunge sind Taktgeber,  
der Dirigent im Orchester

Hara = Materielle Bindung / Erdung / Kraft

L> Pendeluhren → Frequenzkopplung

L> Mobile → viele Gleichgewichte

= Herz : Das Herz ist das zentrale  
Organ für die gefühlsmäßige  
Auseinandersetzung des Menschen  
mit seiner Umwelt

# leadership meditation

In Körper...

Ziel ist ein harmonisches  
Zusammenspiel

= Zwischen Chaos (Freiheit, schöpferischem,  
Qualitätswesen)

Ordnung (Sicherheit, Stabilität,  
Regelhaftem)

Energie (Kraft, Handeln, Wirken)

= Pendeln zwischen

Universellen und Individuellen Verhältnis

= Ausbalancieren von Heresedog  
und Atmung

= Kern = Energie- und Atemlehre

Hier und Jetzt

## Gesundheit + Vitalität

- = Im Einklang mit Sein, Werden, Leisten
- = Rhythmische Lebengestaltung
  - ↳ dazu bedarf es der Achtsamkeit
- = Hirn, Herz, Hara
  - Das mit Abstand größte Hebel für Kraftentfaltung
  - Stärkung + Klärung
- = Paradigmenwechsel
  - These Bewußtsein + Materie getrennt ist nicht mehr zu halten
  - Es kann als bewiesen gelten, dass ein verbindendes, universales Feld existiert, das die Welt im Jetzt zusammenhält

## Denken & Leadership

- = Orientierung geben
- = Zugang zu einer Dimension der Intuition, jenseits von Raum + Zeit
- = Kombination von Kopf- und Herzedenken

↳ Wer mit dem Herzen  
von der Zukunft her  
denkt, fühlt, ahnt,

der gestaltet wirksam Gegenwart

= Kopfdenken ( Analyse, Vergangenheitsbezug  
 $3+4=7$

Herzedenken ( Synthese, Zukunftsbezug  
 $7=1+3+3$   
 $7=2+4+1$

.....

Vorausspüren der Zukunft, von der  
Lösung her!