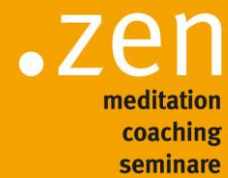


Psycho-Soziales Zen-Training - MODUL II
Meinen Bezugsrahmen,
meine Grenzen erweitern
Freitag, 15. bis Sonntag 17. März 2019



Psycho-Soziales Zen-Training für Befreiung, Heilung und Liebe

Das Leben ist nicht ein Model. Es muss individuell gelernt, geübt und reflektiert werden. Dieses Training bietet eine neue entwickelte Form der *Sozial- und Kommunikationskompetenz sowie einen Heilungsprozess.

Durch Theorie wird neues gelernt, durch Übungen wird experimentiert und reflektiert.

**Koan: "Soziale Kompetenz heisst, sich mit wenig Aufwand beliebt machen."*

Dieses Psycho-Soziale Zen-Training bietet einen freien Raum für Selbsterfahrung und Entwicklung mit Transfer in den Alltag. Mit Zen-Meditation und Philosophie, mit Systemaufstellung und Klang- und Energie-Arbeit wird das Leben geordnet, was Erfolg und Glück schenkt.

Damit Erde und Himmel sich verbinden.

Koan: « Im Paradies kann man tun was man will, weil man in der Liebe ist. »

Wir schaffen einen paradiesischen Zustand auf der Erde. Das heisst wir lernen besser mit uns selber und mit anderen umzugehen. Durch viele praktische Übungen, wird jeder sich selber und den anderen näherkommen.

Der Umgang miteinander wird leichter. Liebe, Achtsamkeit und Respekt wird uns begleiten. Wir begegnen uns von Herzen zu Herzen, das schafft Wandlung.

Dieses Training befreit, heilt und schenkt Kraft und Ruhe sowie Hoffnung, Willen und Kreativität. Es ist ganzheitlich auf körperliche, geistige und seelische Prozess orientiert.

Themen

- Kraft und Ruhe durch Meditation
- Werte System durch die Zen-Philosophie
- Ordnung und Beziehung durch Aufstellungsarbeit
- Heilung und Wohlbefinden durch Energie-Arbeit

Jeder Teilnehmer kann 3 Themen bewusst für das Jahrestraining auswählen

Methoden

- Passiv Meditation durch Zen-Meditation schenkt Ruhe, Kraft und Hoffnung und stärkt den Willen
- Aktive Meditation durch Vital-Training, Bewegung, Tanz schafft Lebendigkeit
- Zen-Gespräch, Mondo und Zen-Philosophie bringt auf den Punkt und klärt das eigene System
- System-, Familien- und Organisationsaufstellung schafft Ordnung und Klarheit, heilt
- Klang- und Energie-Arbeit schenkt Entspannung und heilt
- Teilweises Schweigen bringt Ruhe und Klarheit
- Vegetarische Ernährung, Alkohol- und Drogenfrei während den Einheiten, Wochenende und Woche schenkt Nüchternheit und hohes Bewusstsein
- Arbeitseinheit im Plenum, sowie in kleinen Gruppen

Patrick R. Afchain
Zen-Lehrer / Coach

Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Tel. + 41 81 740 60 06
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li
www.zen.li

Psycho-Soziales Zen-Training - MODUL II

Meinen Bezugsrahmen, meine Grenzen erweitern

Freitag, 15. bis Sonntag 17. März 2019

.zen
meditation
coaching
seminare

Ihr Gewinn

- Bringt sehr viel Erkenntnisse über sich selbst
- Löst Blockaden und heilt
- Schafft eine Brücke zum Leben
- Schenkt Kraft für den Alltag und für besondere Aufgaben
- Vermittelt Wissen über Zen-Meditation, Zen-Philosophie, Systemaufstellung, Psychosomatik und Energie-Arbeit
- Schenkt spirituelle Erfahrungen
- Eine Spielwiese mit Transfer in den Alltag

Teilnehmer

Frauen und Männer auf der Suche nach Sozial- und Kommunikationskompetenz, Transformation und Verwandlung, die glücklich und erfolgreich werden wollen. Training mit maximal 12 Personen

Weitere Termine in Werdenberg

Freitag, 24. bis Sonntag 26. Mai 2019 : Ich, wir und den Anderen begegnen, berühren und lieben
Freitag, 20. bis Sonntag, 22. Sept. 2019 : Meine Ressourcen. Meine Kraft
Freitag, 22. bis Sonntag, 24. Nov. 2019 : Meine Lebensaufgabe, Wu Wie im Flow
Freitag, 19. bis Sonntag 21. Januar 2020 : Wer bin ich – meine Einzigartigkeit entdecken und stärken
Termin in Le Broc/Provence: die Grüne Woche, alles im grünen Bereich
Samstag, 06. um 18 h bis Sonntag, 14. Juli um 09 h, 2019 – Durchsichtig und heil werden

Abläufe des Wochenendes (Änderungen vorbehalten)

Freitag

17.00 h – 21.00 h Meditation und Austausch, Zen-Gespräch, inkl. Pause mit Getränken und Snack

Samstag

07.00 h Meditation
08.00 h Frühstück*
09.00 h Reinigung durch Aufstellungsarbeit
13.00 h Mittagessen*.
14.00 h Mittagschlaf und frische Luft
15.00 h Befreiung und Ausgleich mit Energie-Arbeit
19.00 h Pause mit Snack
20.00 h Meditation und Gruppen Arbeit
21.30 h Ende

Sonntag

07.00 h Meditation
08.00 h Frühstück
09.00 h Austausch, zen Abschlussgespräch und Transfer im Alltag
13.00 h Ende

*Wir bitten euch, etwas mit zu bringen; Salat, Suppe, Käse, Dessert, usw.; die wir dann teilen werden. Getränke sind vorhanden

Patrick R. Afchain
Zen-Lehrer / Coach

Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Tel. + 41 81 740 60 06
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li
www.zen.li

Psycho-Soziales Zen-Training - MODUL II
Meinen Bezugsrahmen,
meine Grenzen erweitern
Freitag, 15. bis Sonntag 17. März 2019

.zen
meditation
coaching
seminare

Leitung

Patrick R. Afchain
Sozialpädagoge HFS
Zen-Lehrer / Coach

Kosten

Wochenende: CHF 390.- inkl. Getränke und Snack

Nach deiner Anmeldung erhältst du eine Rechnung, die du unmittelbar begleichst. Diese Einzahlung gilt als definitive Anmeldung.

Gesamt Gebühr bei einmaliger Einzahlung: für 5 Wochenenden und eine Woche: CHF 2'900.-

Informationen und Anmeldung

Patrick R. Afchain: info@zen.li oder +41 79 333 28 61

Nach deiner Anmeldung erhältst du eine Rechnung, die du unmittelbar begleichst. Diese Einzahlung gilt als definitive Anmeldung.

Das Training ist ganz bewusst Rauch-, Drogen- und Alkoholfrei.

Es ist selbstverständlich, dass alle TeilnehmerInnen sich verpflichten am Anfang, während und am Ende des Seminars ein- und aufzuräumen.

Ein Training um Akzeptanz, Toleranz, Respekt, Achtsamkeit und Liebe zu üben.

Das Training bringt sehr viel Erkenntnisse über sich selbst, über das Leben

Löst Blockaden und heilt

Schafft eine Brücke zum Leben

Schenkt Kraft für den Alltag und für besondere Aufgaben

Vermittelt Wissen über Zen-Meditation und Philosophie, über Systemische Arbeit, Psychosomatik und Energie-Arbeit.

Schenkt spirituelle Erfahrungen

Zen-Training: «Eine Spielwiese mit Transfer in den Alltag»

November 2018, Patrick R. Afchain

Patrick R. Afchain
Zen-Lehrer / Coach

Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Tel. + 41 81 740 60 06
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li
www.zen.li