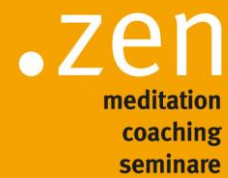


Psycho-Soziales Zen-Training - MODUL III  
Ich, wir und den Anderen begegnen,  
berühren und lieben  
Freitag, 24. bis Sonntag 26. Mai 2019



**Ich, wir und die Anderen: begegnen, berühren und lieben – Modul III**

Liebe ist das grösste Wort des Lebens, mit magischen Effekten, aber manchmal auch missbraucht. Und das in einer Zeit, in der sich das «Ich» zum «Wir» wandelt, die Zeit, in der wir heute leben. Es ist dies viel mehr als ein Einzel-Transformation, es ist eine gesellschaftliche Transformation. Damit das «Wir» entstehen kann, braucht es Begegnungen und Berührungen, die unsere innere Liebe sich entfalten und erstrahlen lassen.

Bei dieser Trainingseinheit entdecken wir in einem geschlossenen Rahmen, wie Begegnungen und Berührungen die innere göttliche Liebe in uns berührt und befreit.

**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 Jahrestaining auswählen

**Methoden**

**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 III**  
**Ich, wir und den Anderen begegnen,**  
**berühren und lieben**  
Freitag, 24. bis Sonntag 26. Mai 2019



- 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

#### **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, 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

Freitag, 16. bis Sonntag 18. März 2020 : Meinen Bezugsrahmen, meine Grenzen erweitern

**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

**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 III  
Ich, wir und den Anderen begegnen,  
berühren und lieben  
Freitag, 24. bis Sonntag 26. Mai 2019

**.zen**  
meditation  
coaching  
seminare

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

**Leitung**

Patrick R. Afchain

Sozialpädagoge HFS

Zen-Lehrer / Coach

**Kosten**

Wochenende: CHF 390.- inkl. Getränke und Snack

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

**Informationen und Anmeldung**

Patrick R. Afchain: [info@zen.li](mailto: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»**

April 2019, 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](mailto:info@zen.li)  
[www.zen.li](http://www.zen.li)