

ZfU Leadership Academy

06. – 07. November 2012

05. – 06. März 2013

Führen wie ein Samurai

Die Lebens- & Führungs-Prinzipien der Samurai

Führen mit Fokus, Klarheit und Energie

- **Authentizität: Vertrauen und Respekt im Führungsalltag gewinnen**
Erfolge in der Führung durch Ziele, Prioritäten und Effizienz
- **Gelassenheit: Erfolgreicher Umgang mit Stress und Widerstand**
Inneres Gleichgewicht finden und Ruhe und Zufriedenheit erleben
- **Achtsamkeit: Sich und andere bewusst wahrnehmen**
Die Chance des Augenblicks erkennen und im richtigen Moment handeln
- **Durchsetzungsstärke: Situationsgerecht und konsequent im Handeln**
Mit dem Samurai-Training Kraftquellen erschliessen und mentale Stärke entwickeln

Führen wie ein Samurai

Führungskräfte und Samurai haben vieles gemeinsam: Im wirtschaftlichen Wettbewerb kämpfen Führungskräfte um den Erfolg wie einst die Samurai um das Überleben in der Schlacht. Ein Samurai war darauf trainiert, im entscheidenden Augenblick richtig zu handeln.

Denken und Handeln eines japanischen Samurai-Kriegers entspringen auf einem festen Fundament von ethischen Grundwerten – beschrieben als "die sieben Wege". Einmal innerlich verankert, bieten diese eine Quelle der Kraft und Regeneration. Das individuelle Leistungsvermögen wird erhöht, Konflikt- und Stresssituationen können leichter gemeistert werden und konzentriertes Denken lässt zielgerichtetes Handeln zu. Voraussetzungen für eine erfolgreiche Führungspersönlichkeit.

Dieses zweitägige Intensivseminar bietet Ihnen ein Instrument zum Selbstmanagement, das Ihre Führungspotenziale durch einen meditativen und intuitiven Zugang weckt und entfaltet.

Teilnehmerkreis

Das Seminar richtet sich an Fach- und Führungskräfte, die nach einem Ruhepol und innerer Orientierung suchen, um ihre Konzentration zu steigern und mehr Klarheit zu gewinnen. Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt. Frühzeitige Anmeldung empfohlen.

Ihr Nutzen – warum Sie teilnehmen sollten:

- Sie lernen Konzepte und Werkzeuge, um ein Samurai-Leader zu sein.
- Sie bekommen Klarheit für Ihren beruflichen und privaten Weg.
- Durch die ZEN Übungen gewinnen Sie Klarheit und Konzentration für Ihre Ziele.
- Sie finden innere Zufriedenheit und entwickeln Gelassenheit im Führungsalltag.
- Die Integration in den Alltag wird durch Praxisübungen gewährleistet.
- Sie gewinnen Begeisterung und Lebensfreude.
- Sie lernen Eigenschaften wie Ängste, Blockierungen, Ungeduld zu bekämpfen.

Trainer / ZfU Faculty



Sensei André Daiyû Steiner

ZfU Core Faculty; Lehrstuhl für Selbstmanagement, ZEN-Lehrer und Samurai-Trainer; Studium der Wirtschaftsinformatik, Wirtschaftsphilosophie und Organisationspsychologie. Über 10 Jahre Erfahrung in verschiedenen Managementfunktionen bei grossen Konzernen sowie als Geschäftsführer.

ZEN-Ausbildungen bei japanischen ZEN-Meistern (Reiko Mukai Roshi, Hozumi Roshi, Yamakawa Sogen Roshi, Oisaidan Roshi usw.).

Seit vielen Jahren Beschäftigung mit Kendo- und Iaido. Noch heute regelmässige Aufenthalte in japanischen ZEN-Klöstern. Mitglied des Hoko-ji-Ordens.

Seit mehreren Jahren verbindet André Steiner Coaching-Konzepte mit ZEN.

Arbeitszeiten

| | |
|--------|--|
| 1. Tag | 09.00 – 18.00h Seminar 18.00 – 20.00h Abendessen 20.30 – 22.00h Meditation |
| 2. Tag | 07.00 – 08.00h Meditation 08.00 – 09.00h Frühstück 09.00 – 17.00h Seminar |

Achtsamkeit: Konzentration und bewusste Wahrnehmung

- Bewusster Umgang mit sich selber und anderen
- Durch Stille die Kraft des Augenblicks erkennen
- Konzentriert und aufmerksam arbeiten
- Dynamisches und unabgelenktes Handeln

Wenn Du gehst, gehe!
Wenn Du sitzt, sitze.
Vor allem: schwanke nicht!

Yün-nem

Mit inneren Kraftquellen zu persönlichem Wachstum: Kraft, Energie und Ki

- Umgang mit blockierenden Ängsten
- Zen-Übung als Kraftquelle (Ki)
- Ego-Management
- Kraftvolles Handeln

«Der höchste Sieg des Samurai liegt nicht in der Überwindung des anderen, sondern im Sieg über sich selbst.»

Weisheit der Samurai

Zen- und Schwert-Training: Von der inneren Ruhe zum kraftvollen Handeln

- Einführung in Kendo, Iaido und Bokken
- Einfache Schwertübungen
- Einführung in die Kampfkunst
- Mentales Training: Mushin (leerer Geist)
- Erste Zen-Übung (Haltung, Atmung, Konzentration)
- Kinhin (Geh-Meditation)
- Taiwa (1:1 Einzelcoaching im japanischen Stil)
- Zen-Geschichten und -Vorträge

Gelassenheit und Vertrauen: Erfolgreicher Umgang mit Stress

- Mut zu Entscheidungen
- Humor und Lebensfreude
- Stressquellen erkennen
- Innere Ruhe finden

Es gibt drei Grundvoraussetzungen für Führung: Klarheit, Mut und Menschlichkeit.

Fushan Yuan

Alles zieht auf eines: still werden.

Japanisches Sprichwort

Arbeitsmethodik

Das Training besteht aus Vorträgen, Diskussionen sowie zahlreichen geistig-mental und körperlichen Übungen.

Die im Seminar erlernten Inhalte und Übungen sind auf das westliche Verständnis von Zen adaptiert und damit sofort in den Alltag umsetzbar.

Authentizität und Charisma: Innere Klarheit – Äussere Wahrheit

- Ziele klären und erreichen
- Fokussierung auf das Wesentliche
- Klarheit des Denkens und des Nicht-Denkens
- Authentisch sein, authentisch wirken

Kleidung

Für die Übungen empfehlen wir bequeme, lockere, nicht einengende Kleidung. Traditionell werden im Zen dunkle Farben getragen.

«**Neue Perspektiven, Grenzen sprengen und überwinden, bewegt jeden.**»

Karl Grölly, Key Account Manager, Mitglied der Direktion,
PAX, Schweizerische Lebensversicherungs-Gesellschaft AG

Preise

Standardpreis CHF 2880.–/ EUR 2400.–
ZfU-Mitglieder CHF 2670.–/ EUR 2225.–*

Im Seminarpreis inbegriffen sind **2 Mittagessen, 1 Abendessen**, Pausenverpflegungen, eine ausführliche Semindokumentation sowie 1 Samurai-Schwert (Bokken).

*Dieser Preis gilt für Mitglieder der ZfU-Academy sowie für Mitarbeiter von Firmen des ZfU-Fördervereins. Informationen unter: www.zfu.ch/mitglieder

Besuchen mehrere Personen des gleichen Unternehmens denselben Seminartermin, erhält jede weitere Person 15% Ermässigung. (Preis- und Wechselkursänderungen vorbehalten)

Annullationsbedingungen: www.zfu.ch/agb

Weiterbildungs-Credits: An dieser Veranstaltung werden Ihnen bis zu 100 Weiterbildungs-Credits angerechnet (1 Credit = 1 CHF). Ihren Weiterbildungscredit-Saldo finden Sie auf www.myzfu.ch!

Veranstaltungsort

Seehotel Hermitage ****
Seeburgstrasse 72, CH-6006 Luzern
Tel. +41 41 375 81 81, www.hermitage-luzern.ch

Transfer: PW: 45min. ab Zürich / ÖV: 90min. ab Zürich Airport
Einzelzimmerpreise: ab CHF 198.–/EUR 165.–

Kontakt

Rina Lombardini
Program Manager Leadership Academy
T +41 44 722 85 03; rina.lombardini@zfu.ch

Zen-Retreat für Führungskräfte: Mit inneren Quellen zu Klarheit, Kraft und Konsequenz

Einzigartige Intensivwoche mit dem ZEN-Lehrer und Managementtrainer Sensei André Daiyû Steiner inkl. Einzelcoachings im traditionellen japanischen Stil (Dokusan) und im europäischen Stil (Coaching).

16. – 20. Juli 2012

Informationen unter www.zfu.ch/pdf/fsr.pdf oder telefonisch unter +41 44 722 85 32.

Anmeldung Führen wie ein Samurai

Fax: Talon ausfüllen oder **Visitenkarte** anheften & faxen an **+41 44 722 85 86**
Telefon: Customer Care Center **+41 44 722 85 01**
Internet: <http://www.zfu.ch/weiterbildung/seminare/fsat.htm>

| | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|--|--|
| <input type="checkbox"/> Herr | <input type="checkbox"/> Frau | Name/Vorname | |
| Firma | | | |
| Telefon/Mobile/Fax | | | |
| E-Mail | | | |
| Funktion/Abteilung | | | |
| Strasse/Postfach | | <input type="checkbox"/> Firmenadresse | <input type="checkbox"/> Privatadresse |
| Land/PLZ/Ort | | | |

Ich nehme an **folgendem Termin** teil:

06. – 07. November 2012, Luzern 05. – 06. März 2013, Luzern

Ja, ich möchte ein **Hotelzimmer reservieren:**

Einzelzimmer Doppelzimmer von bis