

# Kiva - Zwischen den Zeiten

Innehalten, Rückschau auf Gewesenes, Vorschau auf  
Werdendes, Besinnung auf das Wesentliche

## Die Ernte einfahren, neue Samen pflanzen...

Wann haben Sie sich das letzte Mal Zeit dafür genommen, sich etwas Ruhe zu gönnen – Zeit für sich selbst, um Rückschau auf das vergangene Jahr zu halten, sozusagen die „Ernte einzufahren“ und die Samen für das kommende Jahr zu pflanzen. Ich meine nicht Neujahrsvorsätze, die wir uns oft vorschnell vornehmen, sondern jene Dinge, von denen wir wollen, dass sie sich in unserem Leben manifestieren – sowohl im Berufs-, wie auch im Privatleben.

Die Zeit um den Jahreswechsel ist traditionellerweise die Zeit des Rückzugs, der Einkehr und der Reflexion. Wir bringen unseren geschäftigen Verstand zur Ruhe und nehmen uns Zeit, um nach innen zu schauen und den Raum der Stille in uns betreten.

In diesen Zeiten der Veränderungen ist es besonders wichtig, nicht einfach „zu warten und zu schauen“, was uns das Leben bringt oder was andere tun. Vielmehr ist es wichtig, in unser Inneres zu schauen, was wir wirklich in unser Leben rufen wollen und was sich verändern soll.

In den 2 Tagen gehen wir auf eine Reise der Reflexion, schauen auf das vergangene Jahr zurück, stellen uns die Frage, was in diesem Zyklus unseres Lebens gewachsen ist, was wir gelernt haben, was unvollständig

geblieben ist und was wir loslassen wollen. Es ist auch die Zeit zu träumen, sich die Frage zu stellen, welche „Samen“ wir für das kommende Jahr pflanzen wollen.

Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und begeben Sie sich mit uns „zwischen die Zeiten“ – 2 Tage der Stille, der Reflexion, der Vorschau...

## Bilanz ziehen – Neues entstehen lassen...

Fernab von Planungsrunden und Geschäftsjahresabschluss ziehen Sie eine persönliche Bilanz des vergangenen Jahres – was ist gut gelaufen, was ist Ihnen gelungen, worauf sind Sie stolz. Aber Sie werden sich auch bewusst, was Sie loslassen und verändern wollen.

Danach wenden Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das kommende Jahr. Weniger Ihr Verstand ist jetzt gefragt, sondern Ihr Herz, Ihre innere Stimme. Sie schauen nach innen und erlauben sich zu „träumen“ - was soll im kommenden Jahr entstehen, was soll sich in Ihrem Leben manifestieren?

# Kiva - Zwischen den Zeiten

## Worum geht es...?

- Reflexion des vergangenen Jahres mit Fokus auf Lernerfahrungen und persönliche Erfolge
- Bewusstmachung hinderlicher Muster und Verhaltensweisen – „zeremonielles“ Loslassen
- Meditative Innenschau und finden der persönlichen Ziele und Intentionen

## Für wen ist das Programm gedacht...?

Für Menschen (Mitarbeiter und Führungskräfte), die sich abseits von Hektik und Druck Zeit für Reflexion und Vorschau nehmen wollen

## Ihr Begleiter

Dr. Michael Paula  
Berater und Coach – Creative Catalyst bei nowhere CEE - zertifizierter Council Guide (Ehama Institute, New Mexico)

## Termin

8. – 10. Jänner 2016

Das Seminar beginnt am Freitag Nachmittag und endet am Sonntag zu Mittag.

Die Kosten für das Seminar betragen 580.- Euro (inkl. MwSt.). Im Preis enthalten ist die Seminarpauschale von 230.- (Einzelzimmer) bzw. 210.- (Doppelzimmer). Diese inkludiert neben Übernachtung auch Verpflegung und Pausengetränke sowie die Benützung von Hallenbad, Sauna und Fitnessbereich.

Veranstaltungsort: Seminar- und Eventhotel Krainerhütte  
Helenental 41, A-2500 Baden

Fragen und Anmeldung richten Sie bitte an:

[sales@krainerhuette.at](mailto:sales@krainerhuette.at)

