

---

# Konzentration Wie Wir Lernen Wieder Ganz Bei Der

---

Woodward, Cleveland

Darf ich vorstellen: Amor

Frag den Buddha - und geh den Weg des Herzens

Mentale Intelligenz

Abgelenkt

Leitfaden Korrektur und Bewertung

Konzentration

200 Ratgeber oder dieser

Alleinsein macht stark

Astrologie des Herzens

Super-Intuition

Dem Ruf des Schamanen folgen

Seelisch fit für die Liebe

Stille finden in einer lauten Welt

Konzentrationstraining für Kinder

Liebe passiert, Beziehung ist Arbeit

Power auf Dauer

Moving Organizations

Brand Innovation

Heilwege der Verwandlung

Die Reorganisation der Fabrik und die

Wiederentdeckung der Arbeit

Happy Brain

Hypnotherapeutische Strategien bei akutem und

chronischem Stress  
Menschliche Resilienz in Unternehmen – Dialog  
als Ressource  
Der Weg des modernen Samurai  
Zeitschrift für Schul-Geographie  
Huna  
Unterwegs ins Hier & Jetzt  
Die Kunst des Werdens innerhalb der Kunst des  
Seins  
Nie wieder Burnout!  
Metallographie in elementarer Darstellung  
Ab heute ist mein Glückstag  
Die Kunst des Heilens  
Der kleine Krisenguide  
Achtsam abnehmen - Das Praxisbuch  
Zurück zur Beweglichkeit  
Die weissen Blätter  
Glücksleitfaden - achtsam ins Glück  
Praxishandbuch Nachhaltige Produktentwicklung  
Selbstheilungskräfte aktivieren

*Konzentration*  
*Wie Wir*      *Downloaded*  
*Lernen*                      *from*  
*Wieder Ganz*      [worldimpex.com](http://worldimpex.com)  
*Bei Der*                      *by guest*

---

## **WALLS**

---

## **CHRISTINE**

---

*Woodward,*  
*Cleveland*  
Kösel-Verlag  
Im Laufe der  
Zeit haben die  
Menschen

vergessen,  
wie es sich  
anfühlt, im  
inneren  
Einklang mit  
sich selbst  
und der Natur  
zu leben. Sie  
tauschten  
Harmonie  
gegen Stress

und Hektik  
ein. Heiko  
Gärtner und  
Tobias Krüger  
beschlossen  
deshalb, den  
wertvollen  
Schatz an  
Wissen der  
Naturvölker zu  
erkunden, um

die Heilkraft der Schamanen zu erlernen. Inspirierend und verständlich zeigen sie, wie jeder sein eigener Schamane werden kann. Zahlreiche praktische Übungen und Anleitungen für Hypnosen, Meditationen und Trancereisen stärken unsere Wahrnehmung der geistigen Welt und helfen dabei, die eigene Heilkraft zu entdecken und zu entfalten. Wir können selbst	in unserer modernen, rastlosen Zeit noch immer inneren Frieden finden, unsere Sinne öffnen und unsere Selbstheilungs kräfte erwecken. Die Neuausgabe von "Die natürliche Heilkraft der Bäume" <u>Darf ich vorstellen: Amor</u> Gütersloher Verlagshaus Im Grunde geht es uns allen wie dem Gast in Loriots Kalbshaxen- Sketch: Wir werden ununterbroche n unterbrochen	und kommen zu nichts. Unsere Konzentration wird ständig gestört, wir reagieren auf jedes neue Signal. Dieser Verlust von Konzentration ist in den letzten Jahren zu einem Hauptproblem in der Arbeitswelt geworden. Mit seinem neuen Buch weist Marco von Münchhausen uns einen Ausweg aus den ständigen Ablenkungen. Der Leser erhält praktische Impulse und Tipps, um in seinem Alltag
--	---	---

wieder  
konzentrierter  
bei der Sache  
sein zu  
können.  
Frag den  
Buddha - und  
geh den Weg  
des Herzens  
Lüchow Verlag  
Jeder von uns  
leidet unter  
Stress. Jeder  
kann an  
Depressionen  
oder Burnout  
erkranken.  
Niemand ist  
davor sicher.  
Unsere  
Gesellschaft  
hat sich in  
eine Richtung  
entwickelt, die  
solche  
Erkrankungen  
fördert und  
überhaupt  
erst möglich  
macht. Auch  
ich wurde ein  
Opfer dieser

falschen  
Entwicklung.  
Mein Weg der  
Heilung nahm  
aber eine  
Richtung  
außerhalb  
unseres  
überforderten  
Gesundheitssy  
stems und  
war, vielleicht  
auch gerade  
deshalb,  
erfolgreich.  
Ich habe mich  
nicht nur aus  
eigener Kraft  
selbst  
therapiert,  
sondern dabei  
ganzheitlich  
gewandelt.  
Meine  
Einstellung  
zum Leben  
wurde Stück  
für Stück  
verändert und  
neu  
geschrieben.  
Es war ein

Weg aus  
dunkler  
Depression  
und Burnout  
zu innerer  
Freiheit und  
Wohlbefinden.  
Diesen Weg  
können auch  
Sie gehen,  
wenn Sie sich  
dafür öffnen  
wollen und  
können. Es  
sind dabei  
absolut keine  
Nebenwirkung  
en zu  
erwarten,  
außer neu  
gewonnener  
Lebensfreude,  
neuer  
Einsichten und  
einem völlig  
neuen  
Lebensgefühl.  
Alle hier  
beschriebenen  
Übungen und  
Methoden  
gründen sich

auf bewährten Heilverfahren, teils aus der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), teils aus buddhistischen Behandlungsmethoden und auf modernen psychologischen Therapieformen. Wir gehen hier zusammen, vom Erkennen der Ursachen, bis hin zur Umsetzung von einfachen und sehr effektiven Übungen, Ihren persönlichen Weg zu mehr innerer Ruhe und Stärke. Doch durch diese einfachen Techniken konnte ich mir selbst und auch schon anderen Betroffenen helfen. Stress und Überforderung hat bei mir jetzt keine Chance mehr. Ich bin ein neuer Mensch geworden und kann mein Leben wieder in vollen Zügen genießen. Hier möchte ich meine Erfahrungen anbieten und an Sie weitergeben. Der Fokus dieses Buches liegt auf den praktischen Anleitungen. Es gibt keine übertriebenen theoretischen Abhandlungen, nur das, was Sie zum Grundverständnis der Übungen benötigen. Wenn sie einverstanden sind, nehme ich Sie an die Hand, und gemeinsam werden wir auch Ihr Leben vom Stress befreien und wieder lebenswert machen! Mentale Intelligenz MVG Verlag Das Ziel das hier angestrebt wird, ist es,

dem	Verschmelzun	verstanden.
Suchenden	g mit unserem	Daher geht es
auf dem Pfad	göttlichen	nicht darum,
zur wahren	Ursprung	sich zu einer
Selbsterkennt	möglich Durch	Religion oder
nis das Wissen	die weisen	Religiosität zu
sowie die	Worte der	bekennen,
praktischen	Heiligen aller	sondern viel
Mittel näher	Religionen	eher darum,
zu bringen,	wurden	die geistigen
um jenen	mächtige	Gesetze zu
Stand des	Wahrheiten	durchschauen
Bewusstseins	zum Ausdruck	und im
zu erreichen,	gebracht, die	Einklang mit
den wir	eine hohe	ihnen zu
"geistige	befreiende	leben. Wenn
Autonomie"	Wirkung	wir diese
nennen	haben, wenn	Weisheiten
könnten - Ein	wir diese	verstehen und
Bewusstsein	nachvollziehe	in unser Leben
frei vom	n können und	integrieren,
Dogma Regeln	im täglichen	dann bewegen
der Religionen	Leben	wir uns in
und Sekten.	anwenden.	Harmonie mit
Erst in einer	Diese	den Gesetzen
solchen	Weisheiten	und werden
Freiheit wird	beruhen auf	folglich den
eine	geistigen	Quell aller
Wahrhafte	Gesetzmässig	Gesetzmässig
Annäherung	keiten, die sie	keiten, Gott in
und	erschauten	unser kennen.
schliesslich	und	Es wird

bezweckt, die lebendig geistige Weisheit allen Weisen zugänglich zu machen, um die Vielfalt praktischer Anwendungsmöglichkeiten aufzuzeigen und somit den Aspiranten zu inspirieren, selber diese im Leben umzusetzen, was unweigerlich zu einer Bewusstseinsweiterung führen wird. Denn erst wenn wir damit beginnen, alle uns zur Verfügung stehenden Kräfte für den

subtilen Pfad zur Befreiung einzusetzen, können wir mit der Entfaltung eines höheren Bewusstseins rechnen. *Abgelenkt* Springer-Verlag  
Eine "Landkarte", die das unbekannte Land unserer Seele zugänglich macht. Ein Wegweiser zur Quelle der eigenen Kraft, zu einer liebevollen und glücklichen Partnerschaft mit sich selbst und dadurch auch mit anderen.

Spielregeln und praktische Tipps, wie wir mit unseren männlichen und weiblichen Seelenkräften eine "Spirale des Glücks" in Gang setzen können - sowohl innen in sich selbst wie auch außen in der Partnerschaft. Leitfaden  
Korrektur und Bewertung  
Klett / Kallmeyer  
Dies ist eines der wichtigsten Bücher, die über Meditation, über den Prozess der inneren

<p>Transformation und die Integration der spirituellen Praxis in unserer täglichen Leben geschrieben wurde. Mit „Frag den Buddha und geh den Weg des Herzens“ wurde der Psychologe und Meditationslehrer Jack Kornfield 1995 im deutschsprachigen Raum bekannt, und es ist bis heute eine Fundgrube und ein wichtiger Begleiter für alle, die sich</p>	<p>auf die spirituelle Suche begeben. Im ersten Teil geht es um die Grundlage eines spirituellen Lebens: um Achtsamkeitspraxis und Meditation, um die Schwierigkeiten, die dabei auftauchen können, sowie um den Umgang mit unseren Schattenthemen. Im zweiten Teil zeigt Jack Kornfield, wie wir diese Praxis in unser Leben integrieren können, dabei kommen Mitgefühl,</p>	<p>Abgrenzungstrategien und der Umgang mit spirituellen Lehrern zur Sprache. Schließlich lädt er im dritten Teil dazu ein, Weisheit und Mitgefühl zu entfalten und mit Leichtigkeit und Freude unser Leben zu leben. Dieser spirituelle Klassiker berührt unser Herz und zeigt, was uns alles begegnen kann, wenn wir uns auf die Stille und den gegenwärtigen Moment</p>
--	---	---



einlassen. Er ist ein wertvoller Wegbegleiter in vielen Lebensphasen, um Einsicht, Klarheit und Heilung zu erfahren.	Auswirkungen auf unsere Leistungsfähigkeit, Produktivität sowie auf unsere Gesundheit.	stellt dabei folgende Fragen: - Was sind die neuronale Grundlagen für
<u>Konzentration</u>	Anton Eibel bietet Anregungen, um diesen Fragen auf die Spur zu kommen. Auf eine gut nachvollziehbare Weise geht der Autor umfassend auf neueste Erkenntnisse der Neurowissenschaften ein, die uns dabei helfen können, unseren Arbeitsalltag besser zu bewältigen. Er	gehirnfreundliches Arbeiten? - Was passiert in unserem Gehirn bei Stress? - Wie können wir unser Arbeitsumfeld und unsere Arbeitsabläufe optimieren? - Wie wichtig ist eine gesunde Lebensweise für beruflichen und persönlichen Erfolg? Das vorliegende Buch bietet eine ganze Reihe an praktischen Beispielen, die
BoD – Books on Demand		
Wann langweilt uns unsere Arbeit, wann überfordert sie uns - und wann ist eine Aufgabe gerade richtig und wir befinden uns im Flow?		
Häufige Unterbrechungen, Meetings, Multitasking und ständige Erreichbarkeit haben		

uns dabei helfen, diese wissenschaftlichen Erkenntnisse im eigenen Leben umzusetzen und die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität in unserer modernen Arbeitswelt zu steigern.

**200**

**Ratgeber  
oder dieser**

epubli  
Im Buch von Petra Bernatzeder erfahren die Leser, was die Profis aus dem Sport mental trainieren und wie auch sie diese Techniken in ihrem

beruflichen Alltag nutzen können, um über mehr Kraft und Souveränität zu verfügen: Ressourcen, die immer wichtiger werden, da es vielen Menschen in unserer hochdynamischen Welt schwerfällt, Schritt zu halten und die Fülle an Möglichkeiten für sich zu nutzen. Andere sind erschöpft angesichts ihrer Zukunftsängste und den tiefgreifenden Veränderungen unserer Zeit

oder tappen immer wieder in dieselbe Gedanken-Falle. Sie blockieren sich selbst und verhindern, ihr Potenzial voll auszuschöpfen. Petra Bernatzeder erklärt, was es bringt, mentale Intelligenz zu erwerben, zu verstehen und den Fluss seiner Gedanken zielgerichtet einzusetzen. Mit einem kurzen Einblick in die Neurobiologie unseres Gehirns erkennen die Leser dieses

Buchs, welchen Einfluss mentale Bilder auf unsere Gefühle haben, auf unsere Konzentration, den Stoffwechsel, das Wohlbefinden, die Gesundheit, Leistungsfähigkeit ... und damit auf unseren Erfolg. Sie lernen, sich intelligent mental zu steuern und Stress keine Angriffsfläche mehr zu bieten. Das Buch ist gefüllt mit Praxisbeispielen und	Übungen, zum Beispiel zu den Themen Wohlfühlen und Entspannen, Erfolg in kritischen Situationen, Flow kreieren, Energien auftanken, Abschalten und Umschalten. Außerdem zeigt die Autorin, wie sich mentale Intelligenz in den persönlichen Alltag integrieren lässt, durch den Aufbau neuer Gewohnheiten, das Schaffen von Ritualen und den Einsatz von	Trainingseinheiten. <i>Alleinsein macht stark</i> Schäffer-Poeschel Menschen möchten Freude spüren. Freude ist ein angeborenes Grundbedürfnis. Kommen Grundbedürfnisse zu kurz, kommt es zur Störung. Im Buch geht es darum, Hindernisse auf dem Weg zur Freude zu entdecken und sie zu beseitigen. Im Zentrum steht die "Achtsamkeit". Der Leser erfährt einen Weg mithilfe
--	--	--

<p>von einfachen Meditationsan- leitungen, dem Münchener Trainingsmod- ell und Verhaltens- Schematherap- ie seine Persönlichkeit so zu verändern, dass er Freude und Gesundheit erfährt. Durch nichtwertende Beobachtunge- n von Gefühlen, Gedanken und Verhalten lernt er zu verstehen und zu akzeptieren. Erst dann ist einer Veränderung möglich. Mit dem funktionalem</p>	<p>Verhalten seines starken "Gesunden Erwachsenen" findet er seinen Weg zur Freude. Dieser Bewusstseinsz- ustand hält die nervenden und störenden "inneren Kritiker" im Zaum und versorgt den "Kindmodus". Methoden der Schematherap- ie helfen beim Verstehen der Zusammenhän- ge. Die Schematherap- ie ist derzeit eine der wirksamsten und vielverspreche- ndsten Verfahren zur Entwicklung</p>	<p>der Persönlichkeit. Ihr zugrunde liegt die Annahme, dass sich während der Kindheit "Schemata", d.h. bestimmte Verhaltens- und Denkmuster, entwickeln, von denen einige im späteren Verlauf des Lebens zu unangepasste- m Verhalten führen können. Dem Leser werden verschiedene Methoden und Werkzeuge an die Hand gegeben, um fehlangepasst e</p>
---	--	---

Verhaltensweisen, die oft unbewusst im "Autopiloten" wirken, aktiv zu regulieren. Dieses Buch ist Aufklärungs- und Arbeitsbuch zugleich. Es ist schwerpunktmäßig nach praktischen und leicht verständlichen Methoden und Strategien der Verhaltenstherapie konzipiert, die den Leser in die Lage versetzen, selbststeuernd und selbstinstruierend in die automatisierte Bewältigungsraktion	eingzugreifen. Verschiedene Arbeits- und Fragebögen unterstützen den Leser. Seine durch Übungen wachsende Achtsamkeit hilft ihm bei der Selbstreflexion seiner Erlebnisse, Gefühle und Gedanken. <i>Astrologie des Herzens</i> tolino media GmbH The folder may include clippings, announcements, small exhibition catalogs, and other ephemeral items. <u>Super-Intuition</u> Verlag	Barbara Budrich Warum suche ich mir immer wieder die gleichen Typen aus? Wieso hat es mit ihr nicht geklappt? War er meine einzige Chance auf die große Liebe? Wenn ich jetzt gehe, werde ich dann je wieder jemanden finden, der mich liebt? Hans Herzlich hat auf jede dieser Fragen eine Antwort. Er ist von Beruf Amor. Ja genau, Amor! Sein Job ist es, den perfekten Partner für seine Klienten
---	---	--

zu finden und darin ist er äußerst erfolgreich. Bis alles schief geht...

### **Dem Ruf des Schamanen folgen**

tradition

Das japanische Wort für Achtsamkeit setzt sich aus den Zeichen für „Herz“ und „Hier und Jetzt“ zusammen. Achtsamkeit ist also das „Hier und Jetzt Herz“. Dies ist die Art und Weise, wie der moderne Samurai seinen Weg beschreitet. Damit wird der Weg und

das Leben an sich zu einer Kunst. Die Kampfkunst dient den Autoren als Mittel zum Zweck, kann aber auch metaphorisch für jede Art der Übung gesehen werden, die sich mit der Erkenntnis des eigenen Weges beschäftigt. So kann auch der Leser zu einem modernen Samurai werden und dieses Buch zu einem Wegweiser für alle Menschen, die ihr Leben nicht nur als

ihren individuellen Weg betrachten, sondern darin sogar eine tiefere Kunst entdeckt haben oder noch entdecken wollen. Seelisch fit für die Liebe Riva Verlag  
Obwohl 70% der Deutschen an die "große Liebe" glauben, scheitern viele Beziehungen immer wieder aus den gleichen Gründen. Mit der Liebe geht es manchmal ganz schön schnell. Manchmal reicht ein

romantischer Abend, manchmal sogar nur der berühmte "erste Blick". Doch wenn die Schmetterling e im Bauch erst einmal verfliegen sind, fällt es vielen Menschen schwer, die andauernde und innige Beziehung aufzubauen, die sie sich eigentlich wünschen. Dabei sind Probleme in einer Partnerschaft ganz normal und absolut menschlich. Immerhin gehört die Liebesbeziehu ng zu den	größten Herausforderu ngen, die uns im Leben begegnen. Sie besitzt nicht nur das Potential, dass wir uns immens weiterentwick eln - sondern sie hat glücklicherwei se auch die Fähigkeit, unbewusste Wunden zu heilen. In ihrem Buch erklärt die Diplom- Psychologin und Beziehungs- Expertin Nele Sehrt, wie jedes Paar lernen kann, so miteinander umzugehen,	dass die Beziehung für beide erfüllend ist. Dabei greift die Autorin auf den Erfahrungssch atz ihrer langjährigen Praxis als Paar- und Sexualtherape utin zurück. In diesem Beziehungs- Ratgeber gibt es kein "Müssen" und kein "Sollen", vielmehr geht es um das gemeinsame Gestalten einer Partnerschaft, damit sich beide Partner wohl fühlen können. Das Besondere: Anstelle von
---	--	---

allgemeinen  
 Patentrezepten  
 lädt die  
 Autorin ihre  
 Leser dazu  
 ein, sich selbst  
 eine  
 individuelle  
 Lösung zu  
 erarbeiten.  
 Sehrts Buch  
 thematisiert  
 Fragen vom  
 Verlieben bis  
 zur Trennung  
 – und allem,  
 was  
 dazwischen  
 passiert. Und  
 für jene, die  
 dringenden  
 Rat suchen, ist  
 das Buch wie  
 ein  
 Nachschlagew  
 erk aufgebaut  
 und muss  
 nicht von  
 vorne bis  
 hinten  
 durchgelesen  
 werden. Wer

gleich mit der  
 Arbeit an der  
 eigenen  
 Beziehung  
 beginnen  
 möchte, kann  
 auch direkt  
 bei einem  
 spezifischen  
 Thema  
 einsteigen.  
 Wissenschaftli  
 ch fundiert  
 und  
 gleichzeitig  
 charmant,  
 verrät Nele  
 Sehrt, wie  
 jeder  
 Beziehung  
 lernen kann.  
 Es lohnt sich!  
Stille finden in  
einer lauten  
Welt BoD -  
 Books on  
 Demand  
 Während wir  
 uns als Kinder  
 noch viel  
 bewegt  
 haben, geht

dieser  
 natürliche  
 Drang mit den  
 Jahren immer  
 mehr verloren.  
 Die daraus  
 entstehende  
 Bewegungsar  
 mut wirkt sich  
 im  
 Erwachsenenena  
 lter oftmals  
 negativ auf  
 den Körper  
 aus und kann  
 zu  
 chronischen  
 Schmerzen  
 und  
 neurodegener  
 ativen  
 Erkrankungen  
 wie Parkinson  
 oder  
 Alzheimer  
 führen.  
 Basierend auf  
 einem  
 neurozentriert  
 en Ansatz  
 zeigt dir  
 Mobility-



Experte Patrick Meinart, wie du deine natürlichen Bewegungsmuster neu erlernen kannst und welche Rolle das Gehirn dabei spielt. Mit einer Kombination aus Mobilisationsübungen und neurozentriertem Training verbesserst du nicht nur deine Bewegungskualität entscheidend, sondern beugst durch die Aktivierung bestimmter Gehirnnareale auch	chronischen Schmerzen und Krankheiten vor. <u>Konzentration straining für Kinder</u> ZS - ein Verlag der Edel Verlagsgruppe Das Hier und Jetzt feiern! Um uns herum ist alles laut, chaotisch und gehetzt. Wir erleben den Alltag oftmals mit engem Herzen, Körper und Geist sind angespannt. Der große buddhistische Lehrer Jack Kornfield empfiehlt eine gelassener Lebenshaltung und zeigt, wie	wir aus dieser äußeren und inneren Unruhe wieder herausfinden: indem wir die Praxis der Achtsamkeit üben, das offene Gewahrsein im gegenwärtigen Moment. Er erzählt von den tiefen Erfahrungen, die durch regelmäßige Meditation möglich werden und geht dabei auch auf Herausforderungen ein, z. B. wenn alte innere Verletzungen wieder auftauchen. Er ermutigt uns,
--	--	--

Achtsamkeit immer und überall zu üben, sodass wir schließlich uns selbst heilen können und in eine tiefe glückliche innere Stille kommen. Dieses Buch erschien ursprünglich unter dem Titel "Erleuchtung finden in einer lauten Welt" im Arkana Verlag. *Liebe passiert, Beziehung ist Arbeit* John Wiley & Sons Entdecken Sie das Geheimnis innerer und äußerer Leichtigkeit Nicht die

Kalorien sind schuld, wenn wir zu viel wiegen, sondern unsere Geisteshaltung. Wenn wir unachtsam sind und wie ferngesteuert essen, dann essen wir automatisch zu viel, zu schnell und zu oft zwischendurch. Vergessen Sie daher alle Diäten. Hören Sie auf, gegen sich selbst zu kämpfen, und vertrauen Sie der Weisheit Ihres Körpers. Schalten Sie die Fernsteuerung aus, wachen Sie auf und

entwickeln Sie Ihre Achtsamkeit beim Essen. 33 kleine Übungen helfen Ihnen dabei. Sie können noch heute beginnen - beispielsweise indem Sie ... - sich mit Ihren emotionalen Problemzonen vertraut machen, - die Stopp-Technik anwenden, - lernen, wie achtsames Essen im Hier und Jetzt funktioniert, - die Schokoladen-Meditation machen. Um sich von belastenden Ernährungsmu

stern zu  
befreien,  
brauchen Sie  
keine  
Brechtstange.  
Kleine Impulse  
genügen. Die  
33 Übungen in  
diesem Buch  
laden Sie dazu  
ein, Ihre  
Ernährungs-  
und  
Lebensweise  
sanft und  
dauerhaft zu  
verändern.  
**Power auf  
Dauer** Carl-  
Auer Verlag  
Warum haben  
wir unsere  
Fähigkeit  
verloren, uns  
zu  
konzentrieren  
? Was sind die  
Gründe dafür?  
Und am  
wichtigsten:  
Lässt sich  
Aufmerksamk

eit wieder  
antrainieren?  
Um diese und  
viele weitere  
spannende  
Fragen zu  
beantworten,  
hat Johann  
Hari über drei  
Jahre lang  
Forschungen  
betrieben. Er  
hat vom  
Silicon Valley  
über eine  
Favela in Rio  
bis zu einem  
Büro in  
Neuseeland  
mit den  
weltweit  
führenden  
Experten und  
Fachleuten  
gesprachen,  
12  
entscheidende  
Gründe, die  
für den  
Verlust  
unserer  
Aufmerksamk

eit  
verantwortlich  
sind, entlarvt  
und zeigt  
Wege auf, wie  
wir unseren  
Fokus endlich  
wieder  
zurückgewinn  
en.  
Moving  
Organizations  
GABAL Verlag  
GmbH  
Berührend,  
offen,  
charmant:  
Kankyō  
Tannier bringt  
die Lehre der  
Achtsamkeit  
auf den Punkt  
So oft kreisen  
unsere  
Gedanken um  
längst  
Vergangenes,  
so oft  
beschäftigt  
uns, was uns  
vielleicht in  
der Zukunft

erwartet – und wir verlieren dabei aus den Augen, was für unser Leben grundlegend ist: den gegenwärtigen Moment. Mit großem Einfühlungsvermögen und viel Humor nimmt uns die Zen-Nonne Kankyo Tannier an die Hand und führt uns sanft, aber bestimmt ins Hier und Jetzt zurück. Auch wenn es gerade noch so turbulent zugehen mag: Mit diesem inspirierenden, einfachen 30-Tage-Kurs	werden Achtsamkeit und Spiritualität zu einem selbstverständlichen Teil unseres Alltags – der auf einmal so viel mehr an Lebensfreude, Gelassenheit und Glücksgefühlen für uns bereithält, als wir je zu träumen gewagt haben! <u>Brand Innovation</u> tradition Jeder Mensch kann lernen, seine geistigen Fähigkeiten einzusetzen, um z. B. auf der	geschäftlichen oder der privaten Ebene erfolgreicher zu werden, wenn er nur die jeweiligen Techniken beherrscht. Techniken, mit denen man die Aufmerksamkeit auf das lenkt, was man wirklich für sein Leben braucht und was man sich wünscht. Wer an seiner Persönlichkeit Entwicklung interessiert ist, erhält hier praktische Lebenshilfe auf der Basis der Huna-Prinzipien, ein Schritt-für-
--	--	---

Schritt-  
Trainingsprogr  
amm zur  
Verbesserung  
der  
persönlichen  
Lebensqualität  
, nämlich die  
Stärkung des  
Selbstvertraue  
ns und der  
inneren  
Harmonie,  
Optimierung  
der  
Gesundheit,  
glückliche  
Beziehungen,  
Wohlstand  
und Erfolg im  
Beruf. Ein  
Buch voller  
praktischer  
Ideen und  
Techniken, mit  
denen sie ihre  
Wünsche wahr  
werden lassen  
können. Im  
Mittelpunkt  
steht die  
Huna-

Weisheit, die  
zur Stärkung  
der geistigen  
und  
körperlichen  
Kräfte  
beiträgt. Diese  
Weisheit lässt  
sich auf alles  
anwenden,  
besonders gut  
geeignet ist  
sie jedoch, um  
Ziele zu  
erreichen,  
privaten und  
beruflichen  
Erfolg zu  
haben und  
um Träume zu  
verwirklichen.  
**Heilwege der  
Verwandlung**  
neobooks  
Wie schaffen  
es Marken,  
auch in  
Zukunft  
relevant zu  
sein? Wer sind  
die Käufer von  
morgen, und

was wollen  
sie? Wie  
verändern  
sich Märkte  
und deren  
Regeln?  
Welche  
Weichen  
müssen  
Unternehmen  
jetzt stellen?  
Das Buch  
hinterfragt  
grundlegende  
Paradigmen  
der  
Markenführun  
g und  
beleuchtet  
erkennbare  
Entwicklungen  
. Im  
Mittelpunkt  
stehen  
zentrale  
Schlüsselbegri  
ffe, wie:  
Agilität  
Automatisieru  
ng Content  
Daten E-  
Commerce

Moralisierung	Vertrauen	g entwickelt
Prototyping	Voice Von	und konkrete
Purpose	ihnen	Ansatzpunkte
Regionalität	ausgehend	für die
Relevanz	werden Ideen	Markenarbeit
Targeting	und Modelle	der Zukunft
Value	für die	aufgezeigt.
	Markenführun	