

Mindness statt Wellness

Big Mind – Big Heart: Innovation für Hotelgäste?

Luzern, 17.12.2008

Täglich kreisen viele tausend Gedanken in unseren Köpfen. Wir erfassen, analysieren, bewerten, kontrollieren, beobachten, fühlen... pausenlos - manchmal bis zur totalen Erschöpfung.

Dabei sehnen wir uns nach dem Gleichgewicht; der „anderen“ Seite des Hebels. Wie kommen wir zu dieser absoluten Stille oder der totalen inneren Ruhe und Ausgeglichenheit? Aber bitte ohne endloses Sitzen auf dem Meditationskissen!

Big Mind – Big Heart ist eine effiziente und moderne Methode der Meditation, welche uns den Weg zu dieser Balance schnell, einfach und überall verfügbar aufzeigt.

Von Zen-Meister Dennis Genpo Merzel Roshi geschaffen, ermöglicht Big Mind – Big Heart den Menschen, unabhängig von Tätigkeit und Temperament, in kürzester Zeit einen tiefen meditativen Zustand zu erfahren und dabei trotzdem hellwach und handlungsfähig zu bleiben. So wundert es nicht, dass in Amerika bei Astronauten, Spitzensportlern sowie auch ehemaligen Soldaten bereits erfolgreich mit der Methodik von Big Mind - Big Heart gearbeitet wird.

Vor kurzem konnten sich Fachleute aus den führenden Schweizer Wellnesshotels bei einer Tagung von Schweiz Tourismus selber von der Einfachheit und der Wirkung von Big Mind – Big Heart überzeugen. Im Rahmen einer Präsentation über die neusten Trends im Wellness- und Gesundheitstourismus hat Nadia Lienert in einer halbstündigen Gruppendemonstration die Methodik und erstaunliche Wirkung aufgezeigt und damit auch Skeptiker restlos überzeugt.

Dank Nadia Lienert, Inhaberin von SoulResorts und ausgebildeter Erwachsenenbildnerin, Meditationslehrerin und Stressregulationstrainerin, hat Big Mind – Big Heart den Weg in die Schweiz gefunden. Nadia Lienert hat diese moderne Form der Meditation bei Genpo Merzel Roshi direkt studiert und praktiziert. Sie ist in der Schweiz die Ansprechpartnerin für Seminare und Einzelcoachings mit Big Mind.

Information: am Samstag, 10. Januar 2009, 15.00 – 16.30 Uhr findet ein kostenloser Einführungsvortrag statt.

Informationen zum Anlass und zu SoulResorts bei:

SoulResorts Nadia Lienert Staffelnweg 3 CH- 6015 Reussbühl-Luzern Tel. 41+ 41 260 03 41 soulresorts@bluewin.ch www.soulresorts.ch	wellswiss Management Caroline Wüest Schützenstrasse 6 CH-6003 Luzern Tel. +41 41 240 54 10 mail@wellswiss.com www.wellswiss.com
---	--

Über SoulResorts:

SoulResorts wurde von der Geschäftsleiterin Nadia Lienert, ausgebildete Erwachsenenbildnerin, Meditationslehrerin und Stressregulationstrainerin, im Jahr 2006 gegründet und arbeitet unabhängig. SoulResorts steht für zwei Jahrzehnte Erfahrung in Meditation und Persönlichkeitsentwicklung.

Nadia Lienert begleitet ihre Kunden auf dem Weg zu mehr innerer Ruhe. Das Unternehmen zeichnet sich aus durch:

- eine hohe Fachkompetenz (12 Jahre Erfahrung in Persönlichkeitstraining),
- ein feines Gespür für Menschen, ihre Potentiale und ihre Verletzlichkeit
- langjährige didaktische Erfahrung für die professionelle Vermittlung der Inhalte
- professionelles Auftreten
- flexible Einsatzmöglichkeiten da Orts- und Organisationsunabhängig