

Seminaries, onderdeel van onze trajecten Succes zonder Stress.

Wat is verticale verdieping?

Onze seminars zijn bedoeld om de beoefening van de TM techniek verder te integreren in uw beroepsleven. Het kenmerk van onze cursussen is immers eerder **de verticale as van verdieping en integratie te activeren**, eerder dan de klassieke horizontale as van een veelheid van kennis naast elkaar opstapelen.

De benadering vanuit **bewustzijn is het unieke aspect** dat de beoefening van de TM techniek zo kenmerkt. Omdat het op een natuurlijke manier zich integreert in denken en handelen.

Inhoudelijk aanbod

Afhankelijk van uw **cursusmodule** kan u intekenen voor één of meerdere seminars:

Seminarie 1: **na 3 maanden beoefening**

Thema: Doe minder en Bereik meer (2,5u)

1. Bewustzijnsontwikkeling vs perceptie van tijd en taken
2. Effectiviteit, Productiviteit en Bewustzijn
3. Ayur Vedische principes rond tijdstip en soort actie.

Doelstelling: Ervaren leidt tot begrijpen en begrijpen leidt tot dieper ervaren.

Groepsmeditatie: 20 min.

Video: “Do Less and Accomplish More”

Syllabus

Seminarie 2: **na 6 maanden beoefening**

Thema: De Kunst van het Leiderschap (2,5u)

1. ‘Het concept ‘Invincible Leadership’
2. High Performance en Peak Performance vs de TM techniek (onderzoek)
3. Waar sta ik in mijn leiderschapskwaliteiten

Groepsmeditatie: 20 min.

Video: “The Art of Leadership”

Syllabus

Seminarie 3: **naar keuze**

Thema: Burn-out Preventie Programma (1,5u)

1. Individuele en Organisatie factoren
2. Neuroplasticiteit van de hersenen
3. Vedische principes en bewustzijnsverruiming

Groepsmeditatie: 20 min.

Video: Burn-out

Syllabus

Tijdstip

Onze seminars vertrekken **vanuit uw ervaring en persoonlijke ontwikkeling** door de

beoefening van de Transcendente Meditatie techniek. Vanuit onderzoek en getuigenissen stellen we vast dat mensen evolueren in het omgaan met leven en **werken**. We focussen uiteraard op elementen die gerelateerd zijn aan uw **beroep**. Daarom wachten we een zekere tijd eer we u de seminaries aanbieden. U kan dan zelf vaststellen wat u reeds merkt aan groei en voordelen.