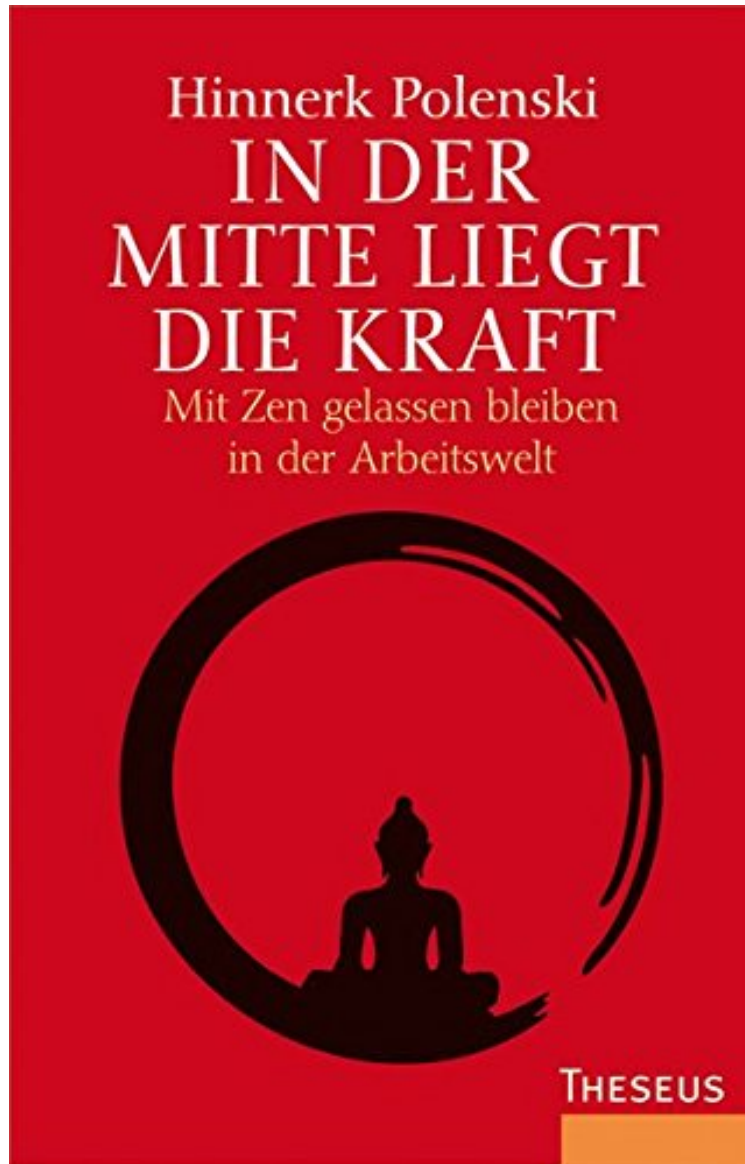


[Mobile book] In der Mitte liegt die Kraft: Mit Zen gelassen bleiben in der Arbeitswelt

## **In der Mitte liegt die Kraft: Mit Zen gelassen bleiben in der Arbeitswelt**

*Von Hinnerk Polenski*  
*audiobook / \*ebooks / Download PDF / ePub / DOC*



Produktinformation -Verkaufsrank: #149412 in BcherVerffentlicht am: 2014-03-15Abmessungen: 7.28 x .67b x 4.76l, Einband: Taschenbuch240 Seiten | File size: 79.Mb

**Von Hinnerk Polenski : In der Mitte liegt die Kraft: Mit Zen gelassen bleiben in der Arbeitswelt** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised In der Mitte liegt die Kraft: Mit Zen gelassen bleiben in der Arbeitswelt:

Kundenrezensionen  
Hilfreichste Kundenrezensionen  
2 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. In der Mitte liegt die Kraft: Mit Zen gelassen...  
Von Verstdnisprobleme  
Hinnerk Polenski spricht eine sehr deutliche und anschauliche Sprache. Ich schtze ihn schon seit Jahren durch sein ZEN-Video, das mir auch heute noch wichtig ist. Er ist berzeugend und hilfreich. In der Mitte liegt die Kraft: Mit Zen gelassen...  
4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Wirklich hilfreiches Werk vom Zen-Meister  
Von easterhaze  
Es ist nicht das erst Werk zum Thema Zen, das ich las. Es ist aber das erste von einem Deutschen Zen-Meister und es hat mir sehr gefallen. Da, wo sonst manchmal unser westlicher Verstand an seine Grenzen stt bei der Lektre eines japanischen Zen-Meisters gibt es hier wirklich praktische Erklrunen und bungen.  
ber all die vielen Bcher zum Thema Zen darf man aber nie vergessen, dass das Lesen allein nicht das Beschreiten des Weges ist. Dazu muss man dann doch selbst aktiv werden und Zen leben.  
Ich kann diese Buch jedem Menschen empfehlen, der einmal mehr darber lesen mchte, wie er sein Leben verbessern kann.  
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Kompetente Informationen aus erster Hand  
Von H. Meissner  
Kompetente Informationen aus erster Hand vom Zen Meister Hinnerk Polenski. Besonders die bungen zum Hara, Zazen, und Do sind eine echte praktizierbare Hilfe beim Weg in der Zen Meditation.  
H. Meisner

Kurzbeschreibung  
Wertvolle Hilfe fr Menschen, die in ihrem Beruf andere fhren und ihre Arbeit als Berufung sehen und erleben wollen. Zen-Meister Hinnerk Polenski zeigt, wie wir unsere Energien ausgleichen und ber den Tag hinaus behalten, gelassen bleiben und unsere Kreativitt ganz entfalten knnen. Burn-out, Frust und Lustlosigkeit haben keine Chance, denn in unserer Mitte liegt die Kraft. Viele einfache Meditations- und auch Sportbungen helfen, die Kraft des Zen auch im Arbeitsalltag zu erfahren. Schlselelemente in diesem klar strukturierten Leitfaden sind:  
1. In der Stille entsteht die ntige Kraft und wchst die eigene Lebensenergie.  
2. Ein motiviertes Team entsteht durch Respekt, Klarheit und Harmonie.  
3. Gestaltungswille schafft Mglichkeiten fr eine fried- und freudvolle Welt.  
ber den Autor und weitere Mitwirkende  
Hinnerk Syobu Polenski ist Zen-Meister und Abt des europäischen Daishin-Zen. Er leitet seit ber 20 Jahren Zen-Seminare fr Fhrungskrfte in Deutschland, sterreich, Luxemburg und der Schweiz und ist ein gefragter Experte fr Zen und Leadership. Seine seit 2001 ausgestrahlte Fernsehserie 'Zen-Meditation' erreichte bisher mehr als fnf Millionen Zuschauer, die gleichnamige DVD verkaufte sich mehr als 10.000 Mal.