

TRENDSTORY.

Gesundheit wird zunehmend zum Konsumgut und zum Mittel der Selbstdarstellung. Prävention rückt ins Zentrum und Gesundheitsbewusstsein, Körper, Geist und Seele bilden den Kern dieser neuen Lebensphilosophie. **Das Wohlbefinden wird nicht mehr als ein statisches Moment an einem Zeitpunkt, sondern als ein dauerhafter Prozess betrachtet, zu dem man ständig einen Beitrag leisten muss.** Durch Arbeit am eigenen Leben sollen die verborgenen Kräfte mobilisiert werden; aus Lifestyle wird Healthstyle, die ganzheitliche Gesundheitsvorsorge.

Das geschieht vornehmlich durch Coaching und Nutzung jeglicher Formen der Gesundheitsberatung, durch ayurvedische Anwendungen, Taiji, Qi-gong, Zazen-Meditation und ganzheitliches Krafttraining, durch entspannende Gartenarbeit oder Kuraufenthalt in einem Kloster, durch neue Fitness- und Servicekonzepte oder funktionale Konsumprodukte. Fakt ist: Der Healthstyle wird die Konsum- und Dienstleistungsmärkte sowie die Mechanismen im gesamten Gesundheitssystem beachtlich verändern.

Generell zeigt sich, dass Gesundheit längst mehr ist als die Abwesenheit von Krankheit. Gesundheit impliziert persönliches Wohlfühl, Fitness, Leistungsfähigkeit und Schönheit. Aus Lifestyle wird Healthstyle.

Dazu Trendbüro-Gründer Prof. Peter Wippermann: „Gesundheit, Schönheit und anhaltende Jugend werden die zentralen Werte in unserer alternden Leistungsgesellschaft. Der eigene Körper wird zum Kapital: an Gesundheit knüpft sich Erfolg im Privat- wie im Arbeitsleben. Der Gesundheitsmarkt trennt sich vom Krankheitsmarkt. Lifestyle, Schönheit und Gesundheit verschmelzen zu einem wachsenden Healthstyle-Markt.“

Trendbüro**JETZTZEITSTORY.**

Wir leben in einem instabilen, nervösen und unberechenbaren Zeitalter, in der Arbeitslast und Zeitdruck immer mehr zunehmen und Prozesse immer komplexer statt einfacher werden. Das einzige, was konstant stabil bleibt, ist Veränderung. Wir müssen endlich Abschied nehmen von den alten „sicheren“ Strukturen. Telekommunikations- und Informationstechnologien mit einer Halbwertszeit von nur einigen Monaten machen uns das Leben schwer. Wo sie doch nur unsere helfenden Diener sein möchten.

Auch die alten Muster und Strategien greifen nicht mehr, und vieles müssen wir in Frage stellen. Wie soll ich weitermachen? Wie bisher? Wo führt das hin? Vielleicht zu einem Burn-out? Wie bekomme ich den Kopf wieder frei? Was ist eigentlich der Sinn des Lebens? Ist es möglich, beruflich erfolgreich zu sein und dabei als Mensch nicht auf der Strecke zu bleiben? Auch gilt es zu begreifen, dass unser Intellekt mit seinen überholten Methoden der Analyse und seinen kalkulierbaren Wahrscheinlichkeiten den Herausforderungen unserer Zeit nicht mehr gewachsen ist und unausweichlich Fehler begeht.

Damit souverän und gelassen umzugehen, ist eine Kunst. Innere Ruhe, Ausgeglichenheit, Verständnis für andere Menschen, Erkenntnis des Wesentlichen, intuitive Schlagfertigkeit und gute Widerstandsfähigkeit werden heute und morgen, neben Wissen und Erfahrung, zu den wichtigsten Attributen unseres Job- und Lebensalltags gehören. Das alles verlangt von uns totale Präsenz in jedem Augenblick.

Dieses Präsentsein ist die Mission von JETZTZEIT. Ein modernes, provokatives Programm ganz im Kontext von Healthstyle. Vom Management bis zu den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern- wir erholen alle nachhaltig gut: körperlich, geistig, seelisch. Täglich. An ihrem Arbeitsplatz. Hoch wirksame Vitalinstrumente aus Fernost sind die Programminhalte. Entmystifiziert und im westlichen Kontext vermittelt. Sie schärfen Sinne und Fähigkeiten, machen gelassen, souverän und widerstandsfähig. Jeder Augenblick wird zum Erlebnis.

Unser Training/Coaching ist reine Erfahrungsdisziplin und keine intellektuell abstrakte Interpretation. Es ist mentales und körperliches Training, geistige Schulung und Lebenskunst. Es ist Arbeit am eigenen Leben. Spielend leicht und einfach. Denn im Einfachen liegt das Geniale.

Michael Paul Herbst
Mai 2010