

SIGNIER-
STUNDE



PIRMIN LOETSCHER

«DER GURU IN UNS»



In seinem neuen Buch erinnert uns der erfolgreiche Achtsamkeitstrainer und Bestsellerautor Pirmin Loetscher an die Sprache, die wir seit unserer Geburt verstehen: die Intuition. Sie spricht wie ein innerer Guru zu uns.

SAMSTAG, 11. SEPTEMBER 2021, 14 UHR

Bei ZAP, Furkastrasse 3, Brig
Eintritt frei

Wir halten die vom BAG vorgegebenen Sicherheitsmassnahmen ein und danken für Ihre Mithilfe.

zap.ch

ZAP Zur alten Post
Furkastrasse 3, Brig

ZAP*

Bücher
Büro
Papiere



Zum Autor

Pirmin Loetscher, 1978 in Luzern geboren, studierte Kulturmanagement und arbeitet seit vielen Jahren als selbstständiger Kultur- und Eventmanager für internationale Musik- und Sportprojekte. Im Jahr 2002 führte ihn eine längere Krankheit zum Autogen- und Mentaltraining. Nach diversen Ausbildungen in diesem Bereich ist er mittlerweile auch als Achtsamkeitstrainer sowie Life- und Businesscoach tätig. 2014 gründete der Luzerner die Firma LIV – Life Inspired Values AG, die Einzelpersonen wie Unternehmen darin fördert, Potenziale zu erkennen und auszuschöpfen. Pirmin Loetscher, der mehrere Bestseller (Giger Verlag) zu Achtsamkeitsthemen schrieb, ist verheiratet und lebt noch immer gerne dort, wo er geboren wurde.

Zum Buch

In der heutigen Zeit gilt der Verstand als Nonplusultra, wenn wir Entscheidungen treffen. Bauch und Herz finden kaum mehr Platz in unserem Leben. Dieses Ungleichgewicht lässt unseren Guru verstummen. Pirmin Loetscher erklärt in anschaulichen Sprachbildern und anhand persönlicher Beispiele, wie hilfreich ein gesundes Gleichgewicht zwischen Kopf, Bauch und Herz ist. Vor allem zeigt der Mental- und Achtsamkeitstrainer, wie wir wieder lernen, auf unsere innere Stimme zu hören und ihr zu vertrauen – sei es in zwischenmenschlichen Beziehungen, auf dem Sportplatz oder im beruflichen Alltag. Mit einfachen Übungen führt er uns dahin, unseren inneren Guru wieder besser wahrzunehmen und die wertvolle Beziehung zu unserem kleinen grossen Helfer zu pflegen. Das Resultat, so weiss der Autor aus privater wie beruflicher Erfahrung, wird nicht lange auf sich warten lassen: ein besseres Gefühl für sich sowie die eigenen Bedürfnisse und so auch mehr innere Zufriedenheit.