

Testimonial von Michel Malara, MBA

Strategische HR-Lösungen für nachhaltiges Wachstum – Wissen, das wirkt.

mp-beratung.ch



Im Rahmen meiner Weiterbildung im Bereich Erwachsenenbildung beim eFachausweis in Luzern, unter der kompetenten und inspirierenden Leitung von Yvo Wüest, durfte ich am vergangenen Samstagmorgen eine ganz besondere und prägende Erfahrung machen. Wir hatten die einmalige Gelegenheit, Guido Heller, einen renommierten Outdoor-Spezialisten und Trainer, kennenzulernen und von ihm zu lernen.

Bei angenehmen -4 Grad Celsius 🧤 führte uns Guido Heller durch eine Reihe von praxisorientierten Übungen, die uns nicht nur mit körperlichen Herausforderungen konfrontierten, sondern uns auch tief in die Psychologie von Konfliktsituationen einführten. Wir lernten, wie wichtig es ist, in Momenten der Anspannung ruhig und bewusst zu reagieren. Es ging weniger um Technik und mehr um das Erkennen der eigenen inneren Dynamiken und deren bewusste Steuerung.

Diese ganzheitliche Herangehensweise berücksichtigte sowohl den mentalen als auch den physischen Aspekt, was die Übung besonders wertvoll und tiefgehend machte.

Besonders beeindruckend war die Atmosphäre, die Guido Heller schuf. Zwischen den intensiven Übungen genossen wir wärmenden Tee, köstliche Verpflegung und sassen um ein prasselndes Feuer, das uns nicht nur körperliche Wärme spendete, sondern auch ein Gefühl der Gemeinschaft und Verbundenheit mit der Natur förderte. Der Morgen war nicht nur lehrreich, sondern auch ein Moment der Reflexion, der mich dazu anregte, die Natur nicht nur als äusseren Raum, sondern als inneren Ort der Ruhe und Klarheit zu betrachten.

Anbei einige Eindrücke von diesem Morgen: Die frische Luft, die knisternde Atmosphäre des Feuers, die spürbare Energie der Gruppe und vor allem die tiefgründigen Gespräche und Einsichten, die diesen Tag prägten. Dieser intensive Austausch und das Erleben der Natur als eine Quelle der Ruhe und Klarheit sind Eindrücke, die ich in meine eigene Praxis und in mein tägliches Leben integrieren werde.

➡ Ich möchte mich herzlich bei Guido Heller bedanken, der diesen Morgen zu einem unvergesslichen Erlebnis machte, und bei Yvo Wüest, der diese wertvolle

Erfahrung möglich gemacht hat. Es war ein Tag, der nicht nur meine Perspektiven erweitert hat, sondern mir auch eine neue Wertschätzung für die Natur und die menschliche Fähigkeit, in herausfordernden Momenten ruhig und besonnen zu bleiben, vermittelte.

Vielen Dank für diese bereichernde Erfahrung!

Michel Malara