

FEATURING ANDREAS CAMINADA, LAURENCE ROCHAT, NINA RUGE

Das Businessmagazin für LADIES mit DRIVE

LADIES DRIVE

seit 2007

No 62

Holistic Health

WIE WIR LERNEN,
UNS UND DIE (BUSINESS-)WELT
GANZHEITLICHER ZU SEHEN |

Schweiz CHF 15.00 Europa 11,00 €



WE LOVE SLOW READING:
VIERTELJÄHRLICHE ERSCHEINUNGSWEISE
FÜR IHRE QUALITY-ME-TIME

SOMMERAUSGABE 2023, 16. JAHRGANG
SCHWEIZ, DEUTSCHLAND, ÖSTERREICH

#BusinessSisterhood



SOMMERAUSGABE 2023

FOTO: ISTOCK/ALEKSANDARBERGJEV

Holistic Health

_Weshalb es so wichtig ist,
das grosse Ganze zu betrachten

Aus unserer Sicht ist der Megatrend Holistic Health nicht nur ein Zeitgeist-Phänomen, dass wir uns zunehmend umfassender „im grossen Ganzen“ wahrzunehmen versuchen. Aber die Pandemie hat ihre Spuren hinterlassen und unsere Sinne geschärft, hat dieses kleine Virus doch eindrücklich gezeigt, wie sehr wir alle miteinander verbunden und auf eine gewisse Art und Weise voneinander abhängig sind.

Ganz abgesehen davon war und ist Gesundheit eines der zentralsten Elemente unseres Daseins. Ohne Gesundheit ist alles Geld der Welt obsolet. Entsprechend ist dieser „Megatrend“ eigentlich etwas, was wir schon längst hätten tun sollen: über mehr nachzudenken als uns selbst.

Holistic Health ist aus unserer Sicht eine logische Konsequenz unserer persönlichen Entwicklung. Es reicht uns schon lange nicht mehr, einfach nur einen Job, eine Arbeit zu haben. Was wir tun, soll sinnstiftend sein. Und unser Sein bedeutet mehr, als nur ein bisschen Luft wegzatmen. Wir wollen etwas bewirken. Dieses sinnstiftende Wirken ist einer der Gründe, weshalb Menschen gesund und glücklich sind. Dies führt also unweigerlich dazu, dass wir über den Tellerrand blicken müssen. Ein ganzheitlicher Ansatz wird häufig auch längst im Business gelebt. Wer nachhaltigen Unternehmenserfolg anstrebt, weiss, dass man ein ganzes Dorf braucht, um etwas zu bewegen, und dass man das grosse Ganze im Blick haben muss. Wer sein Leben also holistisch, gesamtheitlich betrachtet, hat nicht nur den kurzfristigen Gewinn im Blick. Sondern ganz viel mehr.

Wir haben vier Frauen vor die Kamera gebeten, um sich authentisch und wahrhaft zu zeigen – genau so, wie sie sind. Und um uns zu erzählen, was sie unter ganzheitlichem Tun und Sein verstehen, welchen Beitrag sie selbst leisten möchten und was wir gemeinsam anpacken könnten. Mit Dr. Linda Grieder-Kern (Founder & CEO RethinkResource), Alina Nowak (Unternehmerin und Expertin für nachhaltigen Vertrieb), Sarah Meier (Founder & CEO parents@work) und Prianthy Tschopp (spirituelle Lehrerin und Coach).

Idee & Realisation: Sandra-Stella Triebel

Fotografie: Tomek Gola

Postproduktion: Sofia Romero

Make-up: Angela Meleti

Alle Fotos unserer Fotostrecken findet ihr unter www.ladiesdrive.world



Für mich, in meiner Tätigkeit als spirituelle Lehrerin, bedeuten Holistic Business und Holistic Health ganzheitliche Konzepte, die darauf abzielen, den Menschen und das Unternehmen als Ganzes zu betrachten. Holistic Business bedeutet für mich, dass ein Unternehmen nicht nur auf Gewinn ausgerichtet ist, sondern auch die Bedürfnisse und Wünsche der Mitarbeiter, Kunden und der Gesellschaft im Allgemeinen ebenso wie die Auswirkungen auf Umwelt und Natur berücksichtigt. Holistic Health bezieht sich auf die Gesundheit des gesamten Menschen und nicht nur auf die körperliche Gesundheit. Es geht darum, den Geist und die Seele des Menschen in den Heilungsprozess einzubeziehen. Es ist wichtig, unsere Gesundheit und unsere Wirtschaft ganzheitlicher zu betrachten, da wir in einer Welt leben, die immer komplexer und vernetzter wird. Indem wir den ganzen Menschen oder das ganze Unternehmen betrachten, können wir ein besseres Verständnis dafür entwickeln, wie verschiedene Faktoren miteinander interagieren und wie sie unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und unsere Wirtschaft beeinflussen. Eine holistische Betrachtungsweise kann uns helfen, bessere Entscheidungen zu treffen und langfristig positive Veränderungen zu bewirken. Meine Erfahrung hat mich gelehrt, dass alles miteinander verbunden ist und dass wir nur dann in Harmonie leben können, wenn wir den ganzen Menschen oder das ganze Unternehmen betrachten. Ich bin als Adoptivkind im Alter von drei Monaten aus Sri Lanka in die Schweiz gebracht worden und hier aufgewachsen. Viele Jahre bin ich mit diesem Leben nicht klargekommen. Als ich mich in jungen Jahren auf die Suche nach meiner biologischen Mutter begab, habe ich in meinem Geburtsland erstmals zum Ayurveda gefunden. Ayurveda bedeutet „die Wissenschaft vom Leben“ und ist nichts anderes als die jahrtausendealte Version von Holistic Health, um Körper, Geist und Seele nachhaltig in den Einklang zu bringen. Ich fühlte mich mit dieser „Lehre vom Leben“ vom ersten Moment an verbunden und habe über die Jahre diese uralte östliche Lehre für unsere westliche Leistungsgesellschaft neu gedeutet und angewendet. Ich glaube, dass spirituelle Entwicklung auch ein wichtiger Teil der ganzheitlichen Gesundheit ist und dass es uns hilft, ein tieferes Verständnis für uns selbst und die Welt um uns herum zu entwickeln. Ayurveda ist eine Investition in ein gesundes und langes Leben. Ich unterstütze Menschen dabei, ein erfolgreiches, gesundes und glückliches Leben zu führen. Jeder von uns kann einen Beitrag leisten, indem er sich bewusst für eine holistische Betrachtungsweise entscheidet und sich für eine positive Veränderung einsetzt. Wir können uns bemühen, unsere eigene Gesundheit und unser Wohlbefinden zu verbessern, indem wir uns um unseren Körper, Geist und Seele kümmern. Wir können auch versuchen, unsere Arbeitsumgebung zu verbessern, indem wir uns für eine Kultur der Achtsamkeit, des Respekts und der Zusammenarbeit einsetzen. Wir müssen gemeinsam diskutieren, wie wir die ganzheitliche Betrachtung in unsere Gesellschaft und in unsere Wirtschaft integrieren können. Wir müssen uns für ein umfassenderes Verständnis von Gesundheit und Wohlbefinden und für eine Wirtschaft einsetzen, die nicht nur auf Gewinn ausgerichtet ist, sondern auch auf soziale und ökologische Verantwortung. Wir müssen auch darüber diskutieren, wie wir die spirituelle Entwicklung in unsere persönlichen und beruflichen Leben integrieren können, um eine tiefere Verbindung zu uns selbst und der Welt um uns herum aufzubauen. Ich möchte betonen, dass die ganzheitliche Betrachtung kein esoterisches Konzept ist, sondern ein wichtiger Bestandteil eines gesunden und erfüllten Lebens. Wir können nur unser volles Potenzial ausschöpfen und ein erfülltes Leben führen, wenn wir uns um unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden und unsere spirituelle Entwicklung kümmern. Ich ermutige alle, offen zu bleiben und neue Wege der ganzheitlichen Betrachtung zu erkunden. Wir können unsere Perspektiven erweitern, indem wir voneinander lernen und gemeinsam wachsen. Jeder kleine Schritt in diese Richtung zählt und trägt zur positiven Veränderung bei. Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass wir alle Teil eines grösseren Ganzen sind und dass wir durch unsere individuellen Handlungen und Entscheidungen einen Einfluss auf die Welt um uns herum haben.

Name: Prianthy Tschopp

Firma: Spirituelle Lehrerin, Beraterin, Coach, Keynote-Speakerin

Website: www.prianthytschopp.com

Sinnbild: Ganzheitlichkeit

Ein Bild: Ein Mandala, welches die verschiedenen Aspekte des Lebens in einem Kreis symbolisiert

FEMALE
INNOVATION FORUM
VOL. 6

**MAKE IDEAS
BIGGER BETTER
FASTER TOGETHER**

21. SEPTEMBER 2023

BMW GROUP
BRAND EXPERIENCE
CENTER
DIELSDORF (ZH)

**4 INNOVATIONS-
KEYNOTES**

**WORKSHOPS
MIT FEMALE FOUNDERS**

**AWARD NIGHT
(FEMALE INNOVATOR
OF THE YEAR)**

**TICKETS UNTER:
WWW.FEMALEINNOVATIONFORUM.CH**

PRESENTING PARTNER



SIEMENS



Kanton Zürich
Fachstelle Gleichstellung



Kanton Zürich
Volkswirtschaftsdirektion
Amt für Wirtschaft und Arbeit

talpian Digital
Private
Banking



CO-PARTNER

PKZ
MEN & WOMEN

oppenheim & partner

emediately

MEDIAPARTNER

Blick EqualVoice