BJØRN ARIS

VOEL, WEET EN HANDEL

INTRODUCTIE

De leiders van morgen denken niet harder, ze voelen scherper. Bjørn Aris traint al meer dan twintig jaar de intuïtie van executives, teams en organisaties wereldwijd. Niet als soft skill, maar als strategisch voordeel.

Met zijn Mental Bridging filosofie neemt Bjørn Aris je mee in persoonlijke ontwikkeling. Niet nog een leadership coach, niet een mindfulness trainer, niet een AI-criticus maar de man die de vergeten intelligentie van het lichaam terugbrengt naar de boardroom

In het AI-tijdperk is het menselijke voelen, verbinden, aanwezig zijn en betekenis geven niet soft. Het is het enige wat niet gerepliceerd kan worden. Bjørn positioneert dit niet als weerstand tegen technologie, maar als de logische volgende stap in menselijke ontwikkeling.

"AI may automate the knowing. Not the being."

ACHTERGROND

Bjørn is iemand die zelf de sprong heeft gemaakt van het hoofd naar het lijf. Van investment banker naar samoerai-beoefenaar. Dat is geen rollenspel, dat is 41 jaar dagelijkse beoefening. Hij heeft het zelf gedaan, en hij kan het overdragen. Zijn moeder leerde hem: kapitaal zit niet in je portemonnee, maar in je hoofd. Hij voegde daar zelf aan toe: en het hoofd luistert naar het lichaam.

Het Westen heeft rationaliteit verheven tot de enige werkelijkheid. Daardoor hebben we gevoel, intuïtie en lichaamswijsheid systematisch gemarginaliseerd en betalen we de prijs in burnout, angst, oppervlakkige beslissingen en verlies van betekenis.

Via de lessen uit de Japanse zwaardkunst, de levende kennisdrager van eeuwenoude lichaamswijsheid, geeft hij mensen toegang tot wat al in hen aanwezig is. Het zwaard is niet het doel. Het is de spiegel. In die fractie van een seconde voor een beweging is alles aanwezig: focus, kalmte, overzicht, aanwezigheid. Dát is wat hij overdraagt middels zijn, wetenschappelijk gevalideerde en innovatieprijs winnende, Mental Bridging filosofie.

MENTAL BRIDGING FILOSOFIE

"Voel, weet en handel"

Dat is de essentie van de Mental Bridging filosofie, in 2004 ontwikkeld door Bjørn Aris, gebaseerd op de Japanse zwaardkunst. Zijn filosofie is geen vage beschrijving. Het is een concrete opdracht. Een opdracht die resulteert in persoonlijke ontwikkeling.

De Mental Bridging filosofie is gebaseerd op het inzicht dat het lichaam weet wat het hoofd nog moet leren. Het lichaam kan ingezet worden als kennisbron. Dat is geen metafoor, maar feit. Lichaamswijsheid is sneller, dieper en betrouwbaarder dan rationele analyse in complexe, snelle situaties. De Japanse traditie weet dit al eeuwen. De westerse neurowetenschap bevestigt het. Bjørn brengt dit tot leven.

"De wijsheid van het lichaam is exponentieel groter dan de intelligentie van het brein."

Intuïtie is een vaardigheid, geen mystiek. Intuïtie is geen gevoel dat je overkomt. Het is een vermogen dat je traint. Net als een samoerai zijn reflex traint totdat die geen reflex meer is maar aanwezigheid. Bjørn maakt intuïtie concreet, overdraagbaar en toepasbaar.

"Intuïtie is wat je weet voordat je het denkt."

Stilte is de bron van daadkracht. In het Westen zien we rust als afwezigheid van actie. In de zwaardtraditie is rust de conditie voor optimale actie. Alle beweging komt voort uit stilte. Alle helderheid komt voort uit leegte. Dit is geen zen-cliché, dit is hoe topperformers functioneren onder druk. De stilte stelt je in staat om daadkrachtig te handelen.

"Ware effectiviteit begint in stilte."

PROGRAMMA'S

Strategieprogramma

KERN

Een programma gericht op overzicht creëren, zodat je problemen kan oplossen in plaats van symptomen bestrijdt. En, hoe je het gehele bedrijf hierin mee krijgt.

DOELGROEP

- Strategisch management.

INHOUD

- Lezing waarin Bjørn Aris u, met behulp van het Japanse zwaard, meeneemt in de kracht van intuïtie.
- Interactieve sessies waarin de vertaalslag wordt gemaakt naar uw bedrijfsstrategie.
- Fysieke oefeningen die u de oplossing laten ervaren.
- Gebaseerd op de, wetenschappelijk gevalideerde en innovatieprijs winnende, Mental Bridging filosofie.

Groeiprogramma

KERN

Een programma dat je in staat stelt om onder hoge druk helder te blijven denken en zaken praktisch aan te pakken.

DOELGROEP

- Gehele organisatie.

INHOUD

- Lezing waarin Bjørn Aris laat zien hoe je druk en spanning op een positieve manier inzet. Hij laat zien hoe je voorkomt dat spanning verlamt, en hoe je vanuit eigen kracht beter presteert.
- Interactieve sessies, in groepsverband en 1-op-1, waarin Bjørn Aris op persoonlijk niveau in gesprek gaat, en iedereen naar een hoger niveau brengt.
- Fysieke oefeningen die u de oplossing laten ervaren.
- Gebaseerd op de, wetenschappelijk gevalideerde en innovatieprijs winnende, Mental Bridging filosofie.

Teamprogramma

KERN

Een programma gericht op groepsdynamica. Het programma gaat in op hoe verschillende persoonlijkheden elkaar positief kunnen aanvullen en zet de neuzen dezelfde kant op.

DOELGROEP

- Gehele organisatie.

INHOUD

- Lezing waarin Bjørn Aris u, met behulp van het Japanse zwaard, meeneemt in de kracht van echte verbinding.
- Interactieve maatwerksessies waarin Bjørn Aris de groepsdynamica analyseert en met de groep richting bepaalt om met meer plezier en met minder (in)spanning meer resultaat te behalen.
- Fysieke oefeningen die u de oplossing laten ervaren.
- Gebaseerd op de, wetenschappelijk gevalideerde en innovatieprijs winnende, Mental Bridging filosofie.

Generatieprogramma

KERN

Een programma gericht op positieve en effectieve samenwerking tussen gen Z en de “boomer” generatie.

DOELGROEP

- Gehele organisatie.

INHOUD

- Lezing waarin Bjørn Aris u meeneemt in de verschillende hersenpatronen tussen gen Z en de “boomer” generatie.
- Interactieve maatwerksessies waarin Bjørn Aris via een groepssessie positieve verbinding tussen generaties tot stand brengt.
- Fysieke oefeningen die u de oplossing laten ervaren.
- Gebaseerd op de, wetenschappelijk gevalideerde en innovatieprijs winnende, Mental Bridging filosofie.

ERKENNING

Meer dan 10.000 excutives uit meer dan 60 verschillende landen gingen u sinds 2004 voor, vanuit de volgende bedrijven:

ABN AMRO
Accenture
Adecco Benelux
Aegon
Ahold Delhaize
Air France - KLM,
Astra Zeneca
BT
Boston Consulting Group
Canon
Cap Gemini
De Baak Management Center
VNO - NCW
DSM
Electrabel
Fujitsu
Getronics PR
Greenberg Traurig LLP
Joulz
Kenya Airways
KPN
Leiden Universiteit
Luchthaven Schiphol
McKinsey
Mirakl
Nederlandse overheid
Nike
NOC*NSF
Nyenrode Business Universiteit
NN Ivestment Partners
Olympus
Oracle
Ordina
RABO Nederland
Robeco
Roche
RSM Erasmus Rotterdam
Siemens
Transavia
Tias Business University
VBK Media
Veerstichting
VNU
VU Amsterdam
Xebia

... en vele anderen.

Quote van CIO uit de investeringssector
"Zes keer geboekt, met elke keer dezelfde overtuiging. Omdat de kwaliteit en diepgang het telkens opnieuw rechtvaardigen. Bjørn behoort tot de zeldzame categorie mensen die je écht iets bijbrengen."

Quote van vice president HR uit de luchtvaartsector
"Wij selecteren jaarlijks de 25 scherpste high potentials voor een intensief leiderschapstraject. De lat ligt hoog, en de verwachtingen ook. Bjørn ontving na afloop de hoogste waardering die wij ooit een trainer hebben gegeven. Hij bereikt wat andere programma's niet bereiken."

Quote van vice president IP uit de chemiesector
"In onderhandelingen, met het mes op tafel, heb ik de inzichten van Bjørn direct toe kunnen passen. Ik kon mezelf tot rust manen en ervan overtuigen dat spanning alleen bij mij binnenkomt als ik daar zelf voor kies. Zo was ik in staat om, op het scherpst van de snede, met ontspanning te onderhandelen.En met succes."

Quote van managing director uit de infrastructuursector
"We zochten diepgang, geen dagje training. Bjørn nam ons hele MT mee naar een niveau van verbinding en zelfbewustzijn dat je met geen enkel standaardprogramma bereikt. De impact was direct voelbaar en beklijft tot op de dag van vandaag."

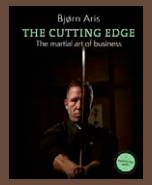
BOEKEN

Lessen van een samoerai
De ultieme gids voor een zinvol bestaan

Eerste druk: 2020

Een toegankelijke en persoonlijke gids die de lessen van de Japanse zwaardkunst vertaalt naar het dagelijks leven. Thema's als zingeving, innerlijke rust, discipline, veerkracht en aanwezigheid staan centraal. Het boek nodigt uit tot reflectie en is geschreven voor iedereen die meer richting, rust en betekenis zoekt — in werk én leven. De omslag is geïnspireerd op Kintsugi, de Japanse kunst van het repareren met goud: wat geleefd heeft en gebroken is geweest, is mooier dan daarvoor.

The Cutting Edge
The Martial Art of Business



Eerste druk: 2012

De Japanse zwaardkunst is de historische bron van wat het Westen kent als Lean, Agile en de Toyota Way — maar de meeste leiders kennen alleen de bladeren, niet de wortel. In The Cutting Edge legt Bjørn die verbinding expliciet. Het boek biedt concrete basisregels voor leiders, managers en organisaties die willen handelen vanuit overzicht en innerlijke kracht, in plaats van reageren vanuit druk en angst. De kern: succes is geen inspanning meer, maar een toestand. Compact, direct en onmiddellijk toepasbaar in de dagelijkse leiderschapspraktijk.

BJØRN ARIS

VOEL, WEET EN HANDEL

VOOR MEER INFORMATIE

WEBSITE
www.bjornaris.com

E-MAIL
bjornaris@gmail.com

TELEFOON
06 518 528 16

FOTOGRAFIE
Foto 1 - 7: Mark Horn, foto 8: JPF

ONTWERP
Bram Baak