



»Vereinfache das Komplizierte und verkompliziere nicht das Einfache!«

Liebe Freunde und Interessierte des Spiegelprinzips,

Viele von uns haben eine bestimmte Idee oder ein Gefühl, was sie gern tun möchten.

Doch statt diesem Impuls zu folgen, fangen sie an, darüber nachzudenken, ob dies denn wirklich so gut für sie ist.

Sie grübeln so lange, bis sie so viele Gegenargumente entwickeln, dass sie die Idee meist wieder fallenlassen.

Grübeln bewirkt, dass wir von einer Gehirnhälfte in die andere hin und her schieben. Wir kommen dabei nicht zu einer Entscheidung, sondern verwirren uns im Gegenteil immer mehr.

Der erste Impuls ist grundsätzlich das Gefühl, dem wir folgen sollten. Die zweite Idee ist durch unser Gehirn rationalisiert, d.h. mit den vielen Programmen aus der Kindheit oder selbst entwickelten Glaubenssätzen durchwachsen, sodass wir uns eher daran hindern, dem zu folgen, was wir im ersten Gefühl vorhatten:

Wir machen es mit jedem Gedankengang komplizierter statt einfacher.

Wenn dann die Gelegenheit oder die Situation vorbei ist, ärgern wir uns dann im Nachhinein oft, dass wir wieder eine Möglichkeit verpasst haben. Oder wir sagen "Ich hab's gewusst!" "Ich hätte es doch tun sollen!" oder so ähnlich.

Statt zu grübeln, ist es weitaus besser, wenn wir dem ersten Impuls noch nicht folgen können, eine Nacht darüber zu schlafen, um der Seele die Möglichkeit zu geben, uns am Morgen durch unsere Träume oder durch Klarheit zur richtigen Lösung zu verhelfen. Auch hier gilt als Lebensgrundsatz: "Folge Deinem Herzen und das Leben vereinfacht sich!"

Aktuelle Seminare, Workshops, Gesprächsabende und Vorträge:

Sa, 19. Mai 2018 – Workshop »Loslassen – Gehenlassen«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

Wieso halten wir an Gewohnheiten, Verhaltensweisen und Menschen, die längst nicht mehr zu unserer Entwicklung passen (Lebenspartner, Freunde und Bekannte), fest? Wieso lassen wir oft auch unsere Kinder so ungern los? Wieso fällt es uns so schwer, kranke und sterbende Menschen loszulassen – und verlängern damit ihren Leidensweg?

Was wir nicht loslassen, bleibt, erzeugt inneren Druck, führt zu seelischen und körperlichen Konflikten. Wer nicht loslässt, kommt in die Bedrängnis – was akute und chronische Krankheiten zur Folge haben kann.

In diesem 1-Tages-Workshop versuchen wir, uns diesem heiklen Thema zu nähern und mit Hilfe einiger kleiner Übungen den Sinn zu verstehen. Außerdem werden wir uns individuelle Ereignisse und Erlebnisse anschauen, um eine persönliche Lösung anzustreben. "Nur wer loslassen kann, ist wirklich frei!"

Mi, 23. Mai 2018 – Gesprächsabend »Selbstwert – Mangelware?«

18.00 - 20.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Was verhindert uns, dass wir selbstbewusst unser Leben gestalten? Was ist der Unterschied zwischen Selbstwertgefühl und Fremdwertgefühl? Was können wir tun, um den Weg zu uns selbst zu finden? Wie sehr spielt Vertrauen dabei eine - vielleicht entscheidende - Rolle? Und wie erlangen wir dieses?

Sa, 26. Mai 2018 – Workshop

»das Spiegelprinzip - Grundlagen«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

Das Spiegelprinzip besagt, dass wir uns selbst in Personen, Tieren und Objekten unserer Umgebung wiedererkennen. Das "Außen" ist dementsprechend das Spiegelbild des "Inneren". Was wir im Anderen sehen – seien es Eigenschaften, die wir schätzen, oder die wir ablehnen – können wir nur deshalb erfassen, weil wir diese Eigenschaften selbst in uns tragen. In diesem 1-tägigen Workshop werden diese Zusammenhänge durch kleine Übungen und viele einfache Beispiele aus dem Alltag erklärlich. Dies vermindert unter anderem ganz selbstverständlich Streitsituationen, weil uns bewusst wird, dass uns nur aufregt oder irritiert, was wir ja selbst in uns tragen. Durch diesen Wegfall der persönlichen Betroffenheit gelingt gegenseitiges Verständnis und gemeinsame Harmonie.

Mi, 20. Juni 2018 – Gesprächsabend

»Organsprache –

was spiegelt uns unser Körper?«

18.00 - 20.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Sa-So, 23.-24. Juni 2018 – Seminar

**»das Traumseminar – wie ich lerne,
mit meinen Träumen umzugehen«**

jeweils 9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 220,-

Weitere inhaltliche Informationen zu den jeweiligen Veranstaltungen finden Sie auf meiner Homepage »<http://www.max-segeth.de>«, »Seminarunterlagen«. Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl – maximal 14 Personen – bitte ich um rechtzeitige Anmeldung.

☎ 0664 – 890 1342 (0043 664 890 1342)
Anton-Fuchs-Weg 6, 9020 Klagenfurt
(Anfahrt über Josef-Sablatnig-Str., gelbes Haus)

Soweit nicht anders angegeben,
finden die Veranstaltungen dort statt.
Auffrischer-Rabatte für Seminare auf Anfrage.
Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

Ich freue mich, wenn ich den einen oder anderen liebgewonnenen Gesprächspartner wiedersehen werde und Menschen kennenlernen darf, denen ich bisher noch nicht begegnet bin.

Mögen uns unsere Engel zueinander führen!

Euer Max Segeth

Eine letzte Frage, mit der das Heute ausklingen könnte:

»Ist es mir heute einmal gelungen, bei dem einen oder anderen Gefühl dem ersten Impuls zu folgen, statt die Zeit mit Grübeln zu verbringen? – Wie ist es mir dabei ergangen?«