



**»Geduld ist die Kunst,
sich soviel Zeit zu lassen,
bis wir im Herzen verstehen!«**

**Liebe Freunde und Interessierte des
Spiegelprinzips,**

Viele Menschen hetzen durch's Leben, schauen nicht rechts oder links, verfolgen nur ein Ziel, das sie unbedingt erreichen "müssen". Sie sind getrieben von Hektik und Unruhe und lassen Ruhe und Gelassenheit nicht zu. Sie wollen unbedingt erreichen, was sie auf dem Wunschplan des Lebens haben – und berücksichtigen gar nicht, dass vieles von dem, was sie sich wünschen, vielleicht jetzt noch gar nicht 'dran' ist.

Ebenso ist es mit dem beruflichen Engagement – viele glauben, dass ihre Karriere das wichtigste Ziel ist, das sie erreichen müssen, und erkennen gar nicht, wie schnell sie sich überfordern. Sie lassen sich von den Anforderungen des Berufslebens hetzen und finden keinen Ausgleich mehr, weil am Abend die Energie fehlt, noch etwas zu tun, was Freude bereiten könnte. Oft führt dies dann dazu, dass die Überforderung ins totale innere Chaos führt, zur totalen Erschöpfung und manchmal sogar zum Ausgebranntsein.

Müssen wir wirklich getrieben durch's Leben gehen? Müssen wir uns aufopfern für die Ansprüche von anderen – gleich ob beruflich oder privat? Müssen wir wirklich vorschnell Entscheidungen treffen, nur weil wir meinen, wir haben keine Zeit zum Ventilieren der Ideen? Vielleicht gelingt es uns, geduldiger und gelassener durch's Leben zu gehen, wenn wir uns die Zeit lassen bei Entscheidungen auf unsere "innere Stimme" zu hören, ob es sich gut anfühlt. Wir sollten "Stopp" sagen, wenn sich unsere Stimmung ins Negative wandelt und wir eine Kehrtwendung anstreben, indem wir überlegen, was uns jetzt gut tun würde. Manchmal ist es einfach ratsam, etwas auf den morgigen Tag zu verschieben, weil es heute noch nicht 'reif' ist.

Wenn es uns gelingt, auf unser Herz zu hören, wenn wir unseren Alltag mit all seinen Forderungen und Entscheidungen leben, dann sind wir auf unserem Weg der Liebe in Ruhe und Gelassenheit.

Aktuelle Seminare, Workshops, Gesprächsabende und Vorträge:

Mi, 27. März 2019 – Gesprächsabend »Liebe – was ist das? Lieben – wie geht das?«

18.00 - 20.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Obwohl wir vielleicht alle dieses Wort schon einmal benutzt haben, scheint es das wohl missverstandendste Wort auf der Welt zu sein. Am heutigen Abend wollen wir uns mit den Inhalten, den persönlichen Erfahrungen und den eigenen Definitionen dieser wunderbaren »Sache« widmen. Vielleicht gelingt es uns, zu verstehen!

Sa, 30. März 2019 – 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, 24. April 2019 – Gesprächsabend »Angst – Unsicherheit – Zweifel«

18.00 - 20.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Sa, 27. April 2019 – Workshop

»Loslassen – Gehenlassen«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

Mi, 22. Mai 2019 – Gesprächsabend

»Verzeihen – Vergeben«

18.00 - 20.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Sa, 25. Mai 2019 – Workshop »Liebevolle

Kommunikation nach dem Spiegelprinzip«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

Mi, 26. Juni 2019 – Gesprächsabend

»Organsprache – was will uns unser Körper sagen?«

18.00 - 20.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Sa, 29. Juni 2019 – Workshop »Liebevolle Partnerschaft nach dem Spiegelprinzip«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

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 lieb gewonnenen 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 all meinen Aktivitäten inne zu halten und zu fragen,
ob es sich 'richtig' anfühlt, was ich gerade tun wollte.
Habe ich einmal 'Stopp' gesagt und geändert,
wenn dem nicht so war?**

Wie ist es mir dabei ergangen?«