



**»Zuversicht ist das Vertrauen,
dass wir uns nach einem Tiefpunkt
neu entfalten können!«**

Liebe Freunde und Interessierte des Spiegelprinzips,

Wir schälen uns langsam aus den Fängen der Krise heraus, die ersten Lockerungen sind angelaufen, und allmählich können wir wieder etwas mehr Freiheit genießen.

Und doch hat sich vieles um uns und bei vielen auch in uns verändert. Viele gehen jetzt bewusster und achtsamer mit sich und dem Gegenüber um. Wir haben gesehen, nichts ist selbstverständlich, alles kann sich ganz schnell verändern. Vielleicht erkennen wir jetzt den Wert unseres Lebens auch besser oder bewusster. Manchmal müssen wir auf Gewohntes verzichten, um es hinterher besser schätzen zu können.

Einer der Inhalte des Wortes »Krise« hat im Chinesischen die Bedeutung »Chance«. Und so könnten wir die Situation auch betrachten. Sowie ein natürlicher Buschbrand in Australien erstmal vieles zerstört, entsteht doch nach dem Eindämmen der Flammen wieder neues Wachstum.

Manchem von uns erscheint die »neue Normalität« wie ein Schock – nichts ist mehr wie es einmal war – wir laufen verummumt herum, warten in Schlangen bevor wir einkaufen können und sollten Abstand zu unseren Lieben halten – und doch besteht die Chance, dass es auch besser werden kann als zuvor. Wir können lernen, die frühere Hektik und Ungeduld in Geduld zu verwandeln, wir können lernen, durch Abstand das Gegenüber anders zu betrachten und neu zu entdecken.

Wir können die Klima-Erwärmung nicht rückgängig machen, doch können wir lernen, dass die Natur unser Lebensraum, unsere Lebensgrundlage ist, mit der wir liebevoller umgehen sollten.

Vielleicht ist es an der Zeit, der Natur die Wertschätzung einzuräumen, die sie verdient, in dem wir sie so behandeln, dass auch in Zukunft ein erfülltes Leben möglich ist.

Je mehr Geduld, Achtsamkeit und Vertrauen wir jetzt entwickeln, desto größer ist die Chance, mit anderem Bewusstsein in der Gegenwart zu leben, um die Zukunft neu und besser zu gestalten.

In diesem Sinne wünsche ich Euch einen wunderschönen Frühling.

Aktuelle Seminare, Workshops, Gesprächsabende und Vorträge:

- ab sofort können Beratungen, Gesprächsabende und Workshops wieder wie gewohnt stattfinden

Mo. 25. Mai 2020 – Gesprächsabend »Gelassenheit – Achtsamkeit – Bewusstheit«

18.00 - 19.30 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,–

Viele Menschen hetzen durchs Leben. Sie sind getrieben von den Aufgaben oder Erwartungen des Alltags oder der Menschen, die sie umgeben. Sie finden keine Ruhe, keine Erholung mehr – und sogar der Urlaub wird zum Stress, weil all die versäumten Regenerationsphasen ausgelassen wurden. Wir werden versuchen, durch mögliches Umdenken und Umfühlen mehr Gelassenheit, Achtsamkeit und damit mehr Bewusstheit zu erfahren, um unser Leben liebevoller zu gestalten. Wie gehe ich achtsamer mit mir um, mit meinen Beziehungspartnern, Kollegen, Freunden und Verwandten? Wie lerne ich, achtsamer mit der Natur umzugehen? Was hat mich bisher daran gehindert, und wie lasse ich diese Blockaden los?

Mo. 22. Juni 2020 – Gesprächsabend »vom Zweifel ins Vertrauen«

18.00 - 19.30 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,–

Wieso haben wir so viele Zweifel? Wir zweifeln zu oft an uns, unseren Fähigkeiten und unserem Sein. Was macht uns so unsicher, welche Entscheidung für uns die "richtige" ist? Wer schafft es immer wieder, uns zu verunsichern und wieso? Was lässt uns zweifeln? Was schwächt uns und was könnte uns wieder stark machen? Finden wir einen Weg, um unser Vertrauen wieder zu stärken, damit wir frei sind!

Fr. 26. - Sa. 27. Juni 2020 – Seminar (1½ Tage)

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

Fr. 18.00 - 21.00 Uhr + Sa. 9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 150,–

In diesem Seminar vermittele ich das von mir entwickelte System, wie Sie ihre eigenen Träume – ohne fremde Hilfe – verstehen lernen, die Lösungen umsetzen und den Inneren Ratgeber zu ihrem ständigen Begleiter erwählen können. Mit einigen kleinen Übungen und viel Platz für die Beantwortung eigener Fragen wird es eine spannende Reise zum eigenen Ich.

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

☎ 0664 – 890 1342 (0043 664 890 1342)
Anton-Fuchs-Weg 6, 9020 Klagenfurt

Soweit nicht anders angegeben,
finden die Veranstaltungen dort statt.
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 gelungen, sorgsamer, geduldiger und wertschätzender mit mir und meiner Umwelt umzugehen?

Wie ist es mir dabei ergangen?«