

Nach Freud ist der Anspruch des Menschen nach dauerhaftem Glück im Leben reine Illusion, da wir Glück nur in einzelnen Augenblicken empfinden. Den Rest der Zeit streben wir danach oder sind auf der Suche.

Damit sind wir in der hektischen Zeit des Alltages und der Leistungsgesellschaft dauernd, teilweise bis zur Erschöpfung, auf der Jagd nach diesen Glücks-Momenten unterwegs.

Betrachten wir aktuelle Coaching-Themen, so sind vielfach: Verunsicherungen, ungelöste Konflikte, Sinnkrisen, sich nicht wohl fühlen, es passt persönlich nicht mehr – auf der Tagesordnung. Was also tun?

Viktor Frankl meint: „Nicht was wir erleben, sondern wie wir empfinden, was wir erleben, macht unser Schicksal aus“.

Wenn wir in den Dingen, die wir erleben, mehr Schönes erkennen können, werden wir auf die Dauer der Zeit mehr Zufriedenheit ernten. Halten wir diese Dinge z.B. schriftlich fest stellen wir eine Verbindung zwischen dem bewussten und unbewussten Verstand her. Wir verinnerlichen dauerhafter diese Eindrücke.

Somit können wir Glück und Zufriedenheit erleben, abseits all der Hektik...



Paul Lürzer KG  
Weinbergstiege 2  
5201 Seekirchen am Wallersee  
Coaching- & Mediationsraum  
Mayrwiesstraße 2, 5300 Hallwang/Salzburg

Telefon: 0043 (0) 664 4108140  
E-Mail: [office@luerzer-training.at](mailto:office@luerzer-training.at)  
Website: <http://www.luerzer-training.at>  
Xing: [https://www.xing.com/profile/Paul\\_Luerzer](https://www.xing.com/profile/Paul_Luerzer)  
Skype: luerzerpaul