

## **DIE NEUE DIMENSION DES SEINS**

Die eigentlichen Katastrophen in unserer Gesellschaft sind nicht die großen Konfrontationen, nicht die großen Konflikte. Was viel tiefer sitzt, sind die ständigen kleinen, unmerklichen Frustrationen, (Selbst-)Kränkungen und (Selbst-)Verletzungen. Unsere Persönlichkeit wird von diesen Erlebnissen negativ beeinflusst und begrenzt.

Heimlich, still und leise sind die ehemals großen Pläne und spannenden Vorhaben, die für ein besseres und zufriedeneres Leben vorhanden waren, zerbröselt. Irgendwann kommt der wehmütige Blick zurück – „Hätte ich doch ...“ Die Analyse des eigenen Lebens ist nicht mehr nach vorn, sondern nach rückwärts gerichtet, auf die Dinge, die wir alle nicht getan haben.

### **Inhalte**

- Die Kunst des Glücklich seins  
Die Verdrängung von Leidenschaft und Begeisterung durch Routine, Gleichgültigkeit und Resignation umkehren
- Macht innerer Dialoge/Botschaften  
Antreiber, Schweinehund, Richter
- Mein Leben in Balance  
Stark aus der Mitte auf einen guten Weg in Balance gelangen, bewusste Lebenslinie
- Durch Bewusstheit und innere Stärke zu einem richtig guten Leben  
Die „letzte Freiheit“ als Lebenselixier des selbstbestimmten und glücklichen Menschen

Wenn wir das Glück suchen, heißt es: „Raus der Komfort-Zone, unsere Begeisterung leben, unsere Lebendigkeit spüren, unserer Faszination nachspüren und all das Schöne erkennen“. Wir können uns durch eigenes Handeln von inneren Zwängen befreien.

Nutzen wir neue Handlungsoptionen für einengende Situationen im Leben und ermöglichen damit, Herausforderungen bewusster „wahr“ zu nehmen sowie Verhaltensweisen, um entsprechend reagieren zu können. Die damit mögliche Steigerung der Lebenskraft erschließt neue Erfolgspotentiale.

Erfolg im Beruf erreichen wir langfristig nur in Kombination mit Zufriedenheit im Privatleben. Die Regeln des Selbstmanagements haben auch dabei nach wie vor ihre Gültigkeit. Gestalten wir die Beziehung zwischen den vier Lebensbereichen, „Leistung-Gesundheit-Soziale Kontakte-Sinn“ sowie zu unserer Umwelt so, dass wir ein er-fülltes statt ein ge-fülltes Leben führen.

Setzen Sie durch den bewussten Umgang mit Ihren persönlichen Stärken eine Spirale aus Kompetenz, Erfolg und Freude in Gang. Entscheiden Sie sich bewusst für ein werteorientiertes Leben.

**Das größte Risiko des Lebens besteht darin, alle Risiken ausschalten zu wollen!**