

Sollte diese E-Mail nicht einwandfrei zu lesen sein, klicken Sie auf diesen [Link \(html\)](#) oder als [pdf \(Adobe Reader\)](#)



## Treffpunkt Auto-Suggestion

### Newsletter

Nr. 1/2012 Februar

Sie erhalten diese E-Mail aufgrund Ihres kostenlosen TPA-Newsletter-Abonnements.



## Herzlich willkommen zu unserem Februar-Newsletter!

Liebe Leserin, lieber Leser

Der Gedanke und die Vorstellungskraft gehen allem voraus, weil alles zuerst aus dem Gedanken geboren und gestaltet wird. Der Gedanke hat Ähnlichkeit mit dem Samenkorn in der Erde, in beiden liegt der Urtrieb, sich zu verwirklichen. Darum ist es auch ausschlaggebend, was für Saatgut Sie verwenden. Denken Sie positiv, werden Sie naturgemäss gute Früchte ernten, das Gegenteil erleben Sie durch negatives Denken. Was in unserem Geist dominiert, wird sich zwangsläufig verwirklichen.

Die Definition des bewussten Denkens im positiven Sinn heisst anzuerkennen, dass Sie die Fähigkeit haben, für jedes Problem eine für alle Seiten befriedigende Lösung zu finden. Das ist möglich!

Wir wünschen Ihnen angenehme Lektüre, eine wunderschöne Zeit, viel Erfolg, gute Gesundheit und Glückseligkeit – überall und an jedem Tag.

Ihr

Beat Scheuermeier

#### Aktuell:

» [Zitat des Tages](#)

#### Positive Ausrichtung:

» [Unsere Einstellungen](#)

#### Schon erlebt?

» [Vortrags-Highlights mit Tatjana D. Strobel](#)

#### Sich und anderen etwas Gutes tun:

» [Buchtipps: Heilung von Schuldgefühlen](#)

»

»

#### Homepage:

» [www.treffpunkt-autosuggestion.ch](http://www.treffpunkt-autosuggestion.ch)



---

## Zitat des Tages

**Freiheit ist, wie wir mit dem umgehen, was uns widerfährt.**

*Jean-Paul Sartre*



---

## Unsere Einstellungen

**In dem Masse, in dem wir an uns glauben, stärken wir unser Selbstvertrauen.**

### **Positiv formulierte Anweisungen – braucht das Hirn**

Weil unser Hirn immer nur das ausführt, was wir ihm einreden, erreichen Sie durch die Anwendung des Wortes „nicht“ genau das Gegenteil von dem, was Sie möchten. Vermeiden Sie deshalb das Wort „nicht“ und streichen Sie es aus Ihrem Wortschatz. Formulieren Sie Ihre Ziele und Wünsche positiv, genau so wie Sie dies möchten. „Ich möchte entspannt bleiben“, „Ich bin .....“, usw.

Achten Sie auf Ihre Wortwahl, Vorstellungen, Bewertungen und Gefühle. So wird Sie Ihr Hirn wirkungsvoll unterstützen und Sie werden bei der gezielten Anwendung von Autosuggestion Erfolg haben.

Die Fehler bei der Autosuggestion werden bei der Formulierung der Suggestion oder unseren (oft ängstlichen) Bewertungen gemacht und beeinträchtigen uns dann. Das Unbewusste führt immer das aus, was ihm gesagt wird, je nachdem welche „Sendung“ in uns läuft, ohne Vorbehalt und Überlegung der möglichen Folgen. Deshalb ist es wichtig, Suggestionen in möglichst direkten, sprachlich und inhaltlich positiven und in der Gegenwart formulierten Sätzen, unseren Wünschen entsprechend, dem Unbewussten einzugeben.

Als Autosuggestion kann man die Verwirklichung einer Idee bezeichnen, die Sie selbst in Ihr Gehirn eingepflanzt haben. Der Einfluss einer Idee, die Sie in Ihrem Geist aufgenommen haben, bleibt so lange darin haften, bis sie durch eine stärkere Idee ersetzt, resp. die alte Idee aufgelöst wird.

Wenn Sie etwas ändern möchten, so beginnt das zuerst bei den Gedanken, Vorstellungen und gelernt ist also etwas dann, wenn jemand das „Gelernte“ auch wirklich anwendet.

Wir wünschen Ihnen viel Spass und gutes Wohlbefinden - an jedem Tag.

Wir freuen uns, wenn Sie mit unserem Newsletter einen



---

Begleiter für den Alltag haben, der Ihnen hilft, glücklicher und besser zu leben.

*Herzlich  
Ihr Beat Scheuermeier*

[www.treffpunkt-autosuggestion.ch](http://www.treffpunkt-autosuggestion.ch)



---

**Vortrags-Highlights  
mit der bekannten Menschenkenntnis-Expertin**

**Tatjana D. Strobel in Bern!**

**«Lie to me – Die Zunge kann lügen,  
der Körper nicht»**

**Alle Vorträge**

im Hotel Kreuz, Zeughausgasse 41  
3011 Bern [www.kreuzbern.ch](http://www.kreuzbern.ch)

**Vortrag**

Vorverkauf empfohlen. Auch  
Abendkasse möglich, offen ab  
18.00 Uhr. Eintritt: 55.-

**Mi 14. März 2012**

19.00 – ca. 21.00 h

[Flyer hier »](#)

**Mensch – Entschlüsseln Sie sein  
Mysterium**

**Weitere Vortrags-Kurs-Module:**

- ✓ **I: Gefühle lesen – Mimik** **Mi 18. April 2012**
- ✓ **II: Körpersprache –** unser elementarstes Kommunikationsmittel **Mi 9. Mai 2012**
- ✓ **III: Stimme/Sprache –** Der Ton macht die Musik **Mi 13. Juni 2012**
- ✓ **IV: FaceReading / Physiognomik –** Was sagt uns das Gesicht über den Charakter, die Eigenschaften eines Menschen **Mi 4. Juli 2012**

Jeweils 19.00 – ca. 21.00 Uhr  
Eintritt: Alle 4 Vorträge/Kurse 299.-  
Einzel 89.-

Anmeldung: Beat Scheuermeier  
Tel. 031 829 37 47

[info@treffpunkt-autosuggestion.ch](mailto:info@treffpunkt-autosuggestion.ch)

[www.tatjanastrobel.com](http://www.tatjanastrobel.com)

[Flyer hier »](#)

[Anmeldung per Mail»](#)



## Buchtipp: Neu erschienen!

### «Heilung von Schuldgefühlen» Dr. Chuck Spezzano

Wie ist es mit den Fesseln unwahrer Schuld, um inneren Frieden zu finden? Schuldgefühle - wer kennt sie nicht? Schuldgefühle bewirken, dass wir uns herabsetzen und uns für das bestrafen, was wir getan zu haben glauben. Chuck Spezzano nähert sich diesem Thema mit der ihm eigenen Mischung aus Humor und Tiefgründigkeit. Er zeigt in seinem wachrüttelnden Buch nicht nur, wie es gelingen kann, die oftmals tief im Unterbewusstsein verborgenen Ursachen unserer Schuldgefühle aufzudecken, sondern stellt auch Wege vor, wie sie geheilt werden können.

Seine Prinzipien werden anhand von Übungen und Fallbeispielen aus seiner langjährigen Praxis als Therapeut veranschaulicht.

Fr. 31.- zuzügl. Versandkostenanteil

[Bestellung per E-MAIL »](#)

Vielen Dank für Ihr Interesse. Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie den kostenlosen Newsletter abonniert haben.

Damit der Newsletter nicht eines Tages durch einen Filter in den Spam-Ordner einsortiert oder gar gelöscht wird, nehmen Sie bitte die Absenderadresse dieser E-Mail [b.scheuermeier@sunrise.ch](mailto:b.scheuermeier@sunrise.ch) in Ihr persönliches Adressbuch auf. Danke.

**Impressum** Newsletter mind. 4-mal pro Jahr

Herausgeber: Institut für angewandte Auto-Suggestion, Treffpunkt Auto-Suggestion

Beat Scheuermeier, Postfach 353, CH-3032 Hinterkappelen, Schweiz

Telefon/Fax +41 (0)31 829 37 47

[info@treffpunkt-autosuggestion.ch](mailto:info@treffpunkt-autosuggestion.ch)

[www.treffpunkt-autosuggestion.ch](http://www.treffpunkt-autosuggestion.ch)

[Homepage »](#)

[Aktuell »](#)

[Veranstaltungen »](#)

[Kontakte Links »](#)

[Aus- und Weiterbildung »](#)

[E Newsletter »](#)

[Autosuggestion »](#)

[Das aktuelle Buch DVD »](#)