

Sollte dieser Newsletter nicht einwandfrei zu lesen sein, verwenden Sie bitte folgenden Link:  
[http://www.treffpunkt-autosuggestion.ch/newsletter/NewsletterTPA\\_1\\_2009.pdf](http://www.treffpunkt-autosuggestion.ch/newsletter/NewsletterTPA_1_2009.pdf)

**TREFFPUNKT**  
AUTO-SUGGESTION

## Treffpunkt Auto-Suggestion Newsletter

Nr. 1/2009 Juli

*Sie erhalten diese E-Mail  
aufgrund Ihrem kostenlosen  
TPA-Newsletter-  
Abonnement.*

### Herzlich willkommen zu unserem Sommer-Newsletter!

Liebe Leserin, lieber Leser

In dieser Ausgabe finden Sie die «5 Gesetze des positiven Denkens» inkl. dem Glücksrezept «Heute nehme ich mir vor...». Die Geschichte «Das Märchen von der traurigen Traurigkeit» rundet dieses Thema ab.

Zum einen entsteht Glücklichkeit auch aus dem was uns wahrhaftig erfüllt und unserer Bestimmung entspricht – und meistens ist der Ursprung zum Glück in der Einfachheit zu finden.

Und schlussendlich ist Glücklichkeit auch eine Wahl, eine Entscheidung im Verstand und Herzensbewusstsein. Gleichbedeutend einer festen Absicht – ohne Angst und Zweifel - Glück und Glücklichkeit als Ziel erreichen zu wollen. Damit verbunden ist auch sich selber annehmen – weil es die allumfassende Liebe ist die heilt. In dieser Aussöhnung mit der Wahrheit und der eigenen Vergangenheit liegt des Menschen Frieden.

Haben Sie den Mut zur Freude und möge alles mit Leichtigkeit gelingen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude wie Erkenntnis beim Lesen von unserem Newsletter und eine wunderschöne Sommerzeit sowie genügend Zeit zum Glücklichkeit

Ihr



Beat Scheuermeier

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



## 5 Gesetze des positiven Denkens

AKTUELL



- Wir fühlen, was wir denken
- Was wir denken, strahlen wir aus
- Was wir ausstrahlen, ziehen wir an
- Wir bekommen das, woran wir glauben, und nicht das, was wir wollen
- Wir bewegen uns auf das Ziel zu, mit dem wir uns am meisten beschäftigen

### Heute nehme ich mir vor:

- die Liebe als Grundprinzip meines Lebens zu erkennen und zu leben.
- die positive Seite aller Dinge zu sehen und optimistisch zu sein. Nur das Beste zu denken, nur für das Beste zu arbeiten und nur das Beste zu erwarten.
- mich selbst zu akzeptieren und zu wertschätzen und dadurch ein stärkeres Bewusstsein zu erlangen.
- so stark zu sein, dass nichts und niemand meinen Seelenfrieden stören kann.
- mit jedem, den ich treffe, über Glück, Gesundheit und Wohlergehen zu sprechen.
- immer und überall mein Bestes zu geben, um meinem Nächsten auch auf seinem Wege eine Hilfe sein zu können.
- sich genauso über die Erfolge anderer zu freuen, wie ich mich über meine eigenen freue – nie neidisch sein.
- Fehler der Vergangenheit zu belassen, nicht nachtragen sondern den höheren Zielen der Zukunft zuzustreben.
- so viel Zeit darauf zu verwenden, mich selbst zu verbessern, dass ich keine Zeit dazu habe andere zu kritisieren.
- meine Mitmenschen in ihrer Art zu akzeptieren und zu verstehen.
- zu gross für Sorge, zu edel für Ärger, zu stark für Angst und Furcht zu sein und zu glücklich zu sein, um Schwierigkeiten in meiner Gegenwart zu dulden.

## Das Märchen von der traurigen Traurigkeit

Es war einmal eine kleine Frau, die einen staubigen Feldweg entlanglief. Sie war offenbar schon sehr alt, doch ihr Gang war leicht und ihr Lächeln hatte den frischen Glanz eines unbekümmerten Mädchens. Bei einer zusammengekauerten Gestalt, die am Wegesrand sass, blieb sie stehen und sah hinunter.



Das Wesen, das da im Staub des Weges sass, schien fast körperlos. Es erinnerte an eine graue Decke mit menschlichen Konturen. Die kleine Frau beugte sich zu der Gestalt hinunter und fragte: "Wer bist du?"

Zwei fast leblose Augen blickten müde auf. "Ich? Ich bin die Traurigkeit", flüsterte die Stimme stockend und so leise, dass sie kaum zu hören war. "Ach die Traurigkeit!" rief die kleine Frau erfreut aus, als würde sie eine alte Bekannte begrüßen.

"Du kennst mich?" fragte die Traurigkeit misstrauisch.

"Natürlich kenne ich dich! Immer wieder einmal hast du mich ein Stück des Weges begleitet."

"Ja aber...", argwöhnte die Traurigkeit, "warum flüchtest du dann nicht vor mir? Hast du denn keine Angst?"

"Warum sollte ich vor dir davonlaufen, meine Liebe? Du weisst doch selbst nur zu gut, dass du jeden Flüchtigen einholst. Aber, was ich dich fragen will: Warum siehst du so mutlos aus?"

"Ich..., ich bin traurig", sagte die graue Gestalt.

Die kleine, alte Frau setzte sich zu ihr. "Traurig bist du also", sagte sie und nickte verständnisvoll mit dem Kopf. "Erzähl mir doch, was dich so bedrückt."

Die Traurigkeit seufzte tief.

"Ach, weisst du", begann sie zögernd und auch verwundert darüber, dass ihr tatsächlich jemand zuhören wollte, "es ist so, dass mich einfach niemand mag. Es ist nun mal meine Bestimmung, unter die Menschen zu gehen und für eine gewisse Zeit bei ihnen zu verweilen. Aber wenn ich zu ihnen komme, schrecken sie zurück. Sie fürchten sich vor mir und meiden mich wie die Pest."

Die Traurigkeit schluckte schwer.

"Sie haben Sätze erfunden, mit denen sie mich bannen wollen. Sie sagen: 'Papperlapapp, das Leben ist heiter' und ihr falsches Lachen führt zu Magenkrämpfen und Atemnot. Sie sagen: 'Gelobt sei, was hart macht' und dann bekommen sie Herzschmerzen. Sie sagen: 'Man muss sich nur zusammenreißen' und sie spüren das Reißen in den Schultern und im Rücken. Sie sagen: 'Nur Schwächlinge weinen' und die aufgestauten Tränen sprengen fast ihre Köpfe. Oder aber sie betäuben sich mit Alkohol und Drogen, damit sie mich nicht fühlen müssen."

"Oh ja", bestätigte die alte Frau, "solche Menschen sind mir auch schon oft begegnet..."

Die Traurigkeit sank noch ein wenig mehr in sich zusammen. "Und dabei will ich den Menschen doch nur helfen. Wenn ich ganz nah bei ihnen bin, können sie sich selbst begegnen. Ich helfe ihnen, ein Nest zu bauen, um ihre Wunden zu pflegen. Wer traurig ist hat eine besonders dünne Haut. Manches Leid bricht wieder auf wie eine schlecht verheilte Wunde und das tut sehr weh. Aber nur, wer die Trauer zulässt und all die ungewein-ten Tränen weint, kann seine Wunden wirklich heilen. Doch die Menschen wollen gar nicht, dass ich ihnen dabei helfe. Stattdessen schminken sie sich ein grelles Lachen über ihre Narben. Oder sie legen sich einen dicken Panzer aus Bitterkeit zu."

Die Traurigkeit schwieg. Ihr Weinen war erst schwach, dann stärker und schliesslich ganz verzweifelt. Die kleine, alte Frau nahm die zusammengesunkene Gestalt tröstend in ihre Arme. Wie weich und sanft sie sich anfühlt, dachte sie und streichelte zärtlich das zitternde Bündel.

"Weine nur, Traurigkeit", flüsterte sie liebevoll, "ruh dich aus, damit du wieder Kraft sammeln kannst. Du sollst von nun an nicht mehr alleine wandern. Ich werde dich begleiten, damit die Mutlosigkeit nicht noch mehr Macht gewinnt."

Die Traurigkeit hörte auf zu weinen. Sie richtete sich auf und betrachtete erstaunt ihre neue Gefährtin:

"Aber..., aber - wer bist eigentlich du?"

"Ich?" sagte die kleine, alte Frau schmunzelnd. "Ich bin die Hoffnung."

**Vortrag****«Partnerschaft-Familie-Berufung-Glücklichsein»**

[Den FLYER finden Sie HIER](#)

**HERZLICHE EINLADUNG ZUM VORTRAG MIT DR. CHUCK SPEZZANO, HAWAII**

"Die Hand an der Wiege regiert die Welt." Dieses Sprichwort zeigt, welchen grossen Einfluss die Familien auf unser Leben haben. Sie zeigen uns unsere Seelenmuster auf und als solche bestimmen sie unsere Beziehungen und Erfolge. Die Ursache von gebrochenem Herzen, Misserfolgen, Mangel und schweren Krankheiten findet sich oft in Familienverstrickungen. Dies kann sich chronisch auf unser Leben auswirken und verschiedenste Symptome auslösen. Ein Aspekt, welcher zeigt, dass eine Heilung in der Ursprungsfamilie stattgefunden hat, ist, ob wir eine glückliche Beziehung führen und erfolgreich sind in unserem Beruf.

An diesem Abend wird Chuck Spezzano unter anderem Wege und Möglichkeiten zur Transformation von solchen Verstrickungen und Mustern in unseren Familien aufzeigen. Er wird auch erklären, wie wir unsere Vergangenheit in der Gegenwart heilen können und ein "glückliches Familienmodell" vorstellen.

Freuen Sie sich auf einen lehrreichen, inspirierenden und heilenden Abend mit dem weltbekannten Buchautor und Begründer der "Psychology of Vision" aus Hawaii!

*Der Vortrag wird in englischer Sprache gehalten mit direkter Übersetzung ins Deutsche.*

**Dienstag, 22. September 2009, in Bern**

19.00 – ca. 22.00 Uhr,  
im Hotel Kreuz, Zeughausgasse 41, 3011 Bern

Vorverkauf bis 21.08: CHF 40.-  
Anmeldung per Telefon oder E-Mail an uns  
Abendkasse ab 18.00 Uhr: CHF 45.-

[Für Ihre Bestellung per Mail bitte hier klicken »](#)

Tel. Bestellung:  
031 829 37 47

Schon entdeckt?

**Vortrag  
22.09.2009  
in Bern mit  
Dr. Chuck  
Spezzano**

**Seminar****«Wiederherstellung der Leichtigkeit»****HERZLICHE EINLADUNG ZU 2 UNVERGESSLICHEN, WUNDERVOLLEN TAGEN**

Dieses Seminar vermittelt grundlegende Techniken, um den Weg aus Krisen und Konflikten hin zu Harmonie, Vertrauen und mehr Lebensfreude

Schon erlebt?

**Ein Wochenende zum Auftanken:**

**2-Tagesseminar  
am 21./22. Nov. 09  
im schönen Kerns/  
OW mit**

[Den FLYER finden Sie HIER](#)

zu finden - damit ein besserer Weg wieder möglich wird.

P.S. Wer gerne im Idyllhotel Kernserhof übernachten möchte, erhält zudem ein Spezialangebot:

z.B. Mineralwasser an beiden Seminartagen, Übernachtung im DZ, mit 5 Gangmenu am Samstagabend und reichhaltiges Frühstück am Sonntagmorgen - zu 125.-/Person.

Datum: **Sa/So, 21./22. Nov. 2009**

Ort: Idyllhotel Kernserhof, 6064 Kerns

Beitrag: CHF 320.- (Seminar, ohne Unterkunft/Verpflegung)

**Vorankündigung nächste Seminare:**

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

**Beat Scheuermeier**

## Autosuggestions-/Mental-Trainer/in und Persönlichkeitsbildung 2010/11



Sie wünschen sich Ziele wie: mehr Lebensfreude, gesund werden oder gesund bleiben, Zusammenhänge verstehen, entspanntes und positives Denken sowie erfolgreich sein im Privatleben und Beruf - Sie wollen ganz einfach bessere Lebensqualität erreichen...

Ob Sie dieses wertvolle Wissen für sich selbst einsetzen oder ob Sie die neu erworbenen Kenntnisse an Kursen, Vorträgen sowie in persönlichen Beratungen an Interessierte und Ratsuchende weitergeben - Sie können von dieser Ausbildung in vielen Hinsichten profitieren.

Und - warum nicht Bildung mit Ferien verbinden?

[HIER finden Sie weitere Informationen >](#) oder erfahren Sie dazu auch mehr auf unserer [Webseite](#).

Wünschen Sie die Unterlagen per Post? Ein kurzer Anruf auf Telefon +41 (0)31 829 37 47 genügt, um die Unterlagen unverbindlich zu erhalten.

Wir freuen uns über Ihr Interesse!

Besser leben

**Beginn:  
Frühling 2010**

## Das aktuelle Buch

Sich und anderen etwas Gutes tun



Empfehlenswertes Buch:

**«Brücken zwischen Himmel und Erde»  
Chuck und Lency Spezzano**

***Inspirierende Worte, die Schöpferkraft in der Natur und die Schönheit der Kunst verbinden Himmel und Erde***

*Brücken zwischen Himmel und Erde* ist ein aussergewöhnliches, inspirierendes Buch, das als ein Familienprojekt entstanden ist. Gemälde von Tochter J'aime, in denen die Schönheit zum Ausdruck kommt, die sie bewegt, Fotos von Sohn Christopher, der die besondere Gabe hat, Stimmungen mit der Kamera einzufangen, Geschichten von Mutter Lency, die bewegen und inspirieren, und poetische Texte und Gedichte von Vater Chuck bilden eine perfekte Synthese, die das Herz öffnet und den Leser mitnimmt in eine Welt jenseits all der Probleme, Schwierigkeiten und Hindernisse, von denen der Alltag so oft geprägt ist.

Man kann einen anderen Menschen nur inspirieren, indem man sein eigenes Herz öffnet und das mit ihm teilt, was einen selbst inspiriert. *Brücken zwischen Himmel und Erde* sollte im Regal jedes Lesers stehen, der inspiriert werden möchte.

CHF 39.50, plus Versandkosten.

**Weitere Bücher, Kartensets, CDs/DVDs finden Sie hier:**

[- Chuck und Lency Spezzano](#)

[- weitere Autoren](#)

[Für Ihre  
Bestellung bitte  
hier  
klicken »](#)



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

Wenn Sie künftig auf weitere Informationen verzichten möchten, benutzen Sie bitte den folgenden Link: [Newsletter abmelden »](#)

Falls sich Ihre E-Mail-Adresse geändert hat, bitte Ihre neue E-Mail mitteilen, besten Dank: [Änderung E-Mail-Adresse »](#)

**IMPRESSUM** Newsletter mindestens 6 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)