

Sollte dieser Newsletter nicht einwandfrei zu lesen sein, verwenden Sie bitte folgenden Link:
http://www.treffpunkt-autosuggestion.ch/newsletter/NewsletterTPA_3_2009.pdf

TREFFPUNKT
AUTO-SUGGESTION

Treffpunkt Auto-Suggestion Newsletter

Nr. 3/2009 Dezember

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



Herzlich willkommen zu unserem Weihnachts-Newsletter!

Liebe Leserin, lieber Leser

„...Und vergiss nicht zu träumen, dir eine Welt vorzustellen, in der die Liebe mehr Platz hat, in der die Hoffnung nicht aufhört und der Friede die ganz tiefe Sehnsucht ist. Setz dich ein für das, was du glaubst“.

Diese Art von Tagen – das wünsche ich Ihnen, wundervolle Momente und genügend Zeit zum Glücklichein – an jedem Tag.

Möge Ihnen und Ihren Lieben die bevorstehende Weihnachtszeit vermehrt zauberhaften Lichterglanz, viele brennende Kerzen, harmonische Gefühle und freudige Überraschungen bescheren. In einer Zeit, in der das innere und äussere Leuchten vermehrt einkehrt und erleuchtete Herzen Lichtvolles ausstrahlen. Das Lichtvolle kann uns den Weg zeigen und hellt manch trüben Tag wieder auf...

Ihr

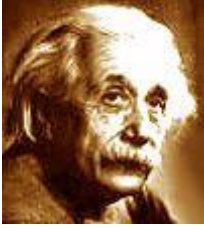
Beat Scheuermeier

www.treffpunkt-autosuggestion.ch



Zitat des Tages

Aktuell



«Vorstellungskraft ist wichtiger als Wissen»

(Albert Einstein - Physiker, 1879-1955)

Positives Selbstgespräch...

Positive
Ausrichtung



Positives Selbstgespräch...

Alle Menschen haben Probleme, aber...
Menschen werden mit Problemen konfrontiert, erleiden Verluste, sind Kritik ausgesetzt, erleiden Fehlschläge und Niederlagen, stossen hin und wieder auf Ablehnung, werden älter und müssen sterben...

Müssten so gesehen nicht alle Menschen verstimmt sein?
Auf diese Frage ist schliesslich nur eine Antwort möglich: Nicht die Situation ist das Problem, sondern der Bezug den wir dazu machen oder nicht machen können - die Art und Weise wie wir damit umgehen. Diese Erkenntnis der Stoiker liegt bereits 2000 Jahre zurück...

Es ist unser Denken, es sind unsere Einstellungen und Glaubenssätze (Überzeugungen) die über unser Glücklichsein und Unglücklichsein entscheiden. Es ist nicht übertrieben zu sagen: Unsere Haltungen und Gedanken können ein Schlüssel sowie ein Baumeister sein, für ein gesundes, erfülltes und (im individuellen Sinn) erfolgreiches Leben. Aus einem noch so kleinen Gedankenfunken kann ein leuchtendes Feuer der Begeisterung werden – oder umgekehrt.

Heute ist ein neuer Tag.
Wie viele Niederlagen wir auch erlitten haben,
heute ist ein neuer Tag.
Wie viele unserer Träume auch zerplatzt sind,
heute ist ein neuer Tag.
Wie viele Neins wir auch gehört haben,
heute ist ein neuer Tag.
Wie viele Ablehnungen wir auch erfahren haben,
heute ist ein neuer Tag.
Heute ist ein neuer Tag, der uns die Chance gibt,
unsere Niederlagen in Siege zu verwandeln,
unsere Träume Wirklichkeit werden zu lassen,
ein Nein in ein Ja zu verwandeln,
unsere Verletzungen und Wunden,
der Vergangenheit heilen zu lassen.

Jeder Gedanke ist eine Ursache und jeder innere oder äussere Umstand eine Wirkung.

Eine Affirmation ist die überzeugte Feststellung, dass etwas bereits geschieht. Es ereignet sich nicht Morgen oder in Zukunft, sondern jetzt.

Der Gedanke geht 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 wir durch negatives Denken. Was unseren Geist dominiert, wird sich verwirklichen.

Es ist eine wertvolle Aufgabe, das Bewusstsein in positive Bahnen zu lenken, laufend das bewusste Denken im positiven Sinn zu fördern und so dem negativen Denken die Grundlage zu entziehen.

Formulieren Sie Affirmationen immer in der Gegenwart, die zu jedem Zeitpunkt richtig klingen und immer positiv, nicht negativ.

Falsch: Ich mache mir keine Vorwürfe mehr.

Richtig: Ich gewinne von Tag zu Tag mehr Selbstvertrauen.

Hören Sie dabei eine negative Stimme, „Das glaube ich nicht“ oder bemerken Zweifel? Das innere Plappermaul ist hartnäckig. Es wird allen erdenklichen Widerstand leisten, um seine Macht über Sie zu behalten. Wenn Sie diese Stimme erst einmal unter Kontrolle haben, haben Sie es geschafft. Dann wird das positive Denken automatischer ablaufen und dann genügen täglich ein paar Erinnerungstützen, um Auftrieb zu erhalten.

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. Gedanken sind Kräfte. Nutzen Sie diese Energien und gehen Sie mutig an die Probleme heran. Jedes Problem ist eine Aufgabe und hat die Lösung in sich.

Ein junger Mann betrat im Traum einen Laden. Hinter der Theke stand ein Engel.

Hastig fragt er ihn: "Was verkaufen Sie, mein Herr?" Der Engel antwortete freundlich: "Alles, was Sie wollen." Der junge Mann begann aufzuzählen: "Dann hätte ich gern das Ende aller Kriege in der Welt, bessere Bedingungen für die Randgruppen der Gesellschaft, Beseitigung der Elendsviertel, Arbeit für die Arbeitslosen, mehr Gemeinschaft und Liebe und ... und ..."

Da fiel ihm der Engel ins Wort: "Entschuldigen Sie, junger Mann, Sie haben mich falsch verstanden. Wir verkaufen keine Früchte, wir verkaufen nur den Samen."

Im Inhalt möchten wir ihnen wertvolle Themen näher bringen, motivieren, konstruktiv und positiv zu Denken und zu Handeln, um schlussendlich in den Genuss der feinen, positiven Lebenskunst (-art) zu kommen...

Lassen Sie es sich gut gehen - unsere besten Wünsche begleiten Sie...





Wenn ich mir einrede, ich kann etwas nicht, dann bin ich dazu unfähig. Wenn ich aber fest daran glaube, ich würde es können, dann erlange ich auch die Fähigkeit dazu.

Mahatma Gandhi

Glücklichsein erfordert...

Besser glücklich!



GLÜCKLICHSEIN ERFORDERT, GEDANKEN LOSZULASSEN DIE UNS UNGLÜCKLICH MACHEN.

Unzufriedenheit und Unglücklichsein ist das Resultat dafür, dass wir mit dem unzufrieden sind, was wir besitzen. Wenn wir uns einreden, wir könnten erst glücklich sein, wenn wir dieses oder jenes besitzen, dann werden wir immer unzufrieden und unglücklich sein. Erst wenn wir uns auf das konzentrieren, was wir besitzen und aufhören, alles was wir besitzen, für selbstverständlich zu halten, dann schaffen wir die Voraussetzung für Zufriedenheit.

Seminar «Das Geheimnis innerer Freiheit»

Schon erlebt?



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 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 130.-/Person.

Datum: **Sa/So, 20./21. März 2010**

Ort: Idyllhotel Kernserhof, 6064 Kerns

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

Ein Wochenende
zum Auftanken:

**2-Tagesseminar am
20./21. März 10 im
schönen
Kerns/ OW
mit
Beat Scheuermeier**

Vorankündigung nächstes Seminar:

Datum: Sa-Mo, 22.-24. Mai 2010 (3 Tage)
«Wiederherstellung der Verbundenheit
- Erfüllung und Erfolg»

www.treffpunkt-autosuggestion.ch

**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, CD's/DVD's finden Sie hier:

- [Chuck und Lency Spezzano](#)
- [weitere Autoren](#)

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

oder
Fax 031 829 37 47



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

Übrigens: 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) in Ihr persönliches Adressbuch auf.

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 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

www.treffpunkt-autosuggestion.ch