

# Vortrag

## „Angst und Ärger - meine ständigen Begleiter!?“

**Termine: 11.10.2011 oder 8.11.2011**

**Ort: Harmony Place / Gratwein, Stallhofstr. 24**

*Ohne Gefühle ist mein Leben triste und wenig erfüllend. Sogar Angst und Ärger gehören zum Leben - jedes Gefühl ist eine wichtige Botschaft für mich.*

*Auch die sogenannten „negativen Gefühle“ sind also hilfreich - aber gefährlich, wenn sie mich beherrschen! Dann verderben sie mir nicht nur die Laune, sie machen mich unglücklich, ja sogar auf die Dauer krank. Zu allem Überfluss - nach dem Gesetz der Resonanz - ziehe ich gerade das vermehrt in mein Leben, wovon ich Angst habe - und - „Ärger macht alles noch ärger“, wie K.Tepperwein es treffend formuliert.*

*Was tun??*

*Wir sollten einfach lernen, besser/anders (bewusster und liebevoller) mit unseren Gefühlen umzugehen!*

*In diesem Vortrag möchte ich Ihnen daher das alles verständlicher machen, aber auch Hilfe zur Selbsthilfe geben, sodass Sie in Zukunft nicht mehr so hilflos diesen starken Energien ausgeliefert sind.*

*K.Tepperwein: „Alles ist möglich - ich bin nicht Opfer meiner selbst, ich bin Schöpfer - und kann mein Leben in jedem Augenblick neu gestalten!“*

*Zum Abschluss findet eine Meditation zur emotionalen Harmonisierung und Stärkung statt.*

*Eintritt: freiwillige Spende*