



Entdecker-Tour Glück

Erlebnis-Seminar „Lebenskunst für`s Glücklichein“

Mit Sonja Gößwein & Roland Betz



Der Seminarort: Naturgarten Lebensglück, Forchheim-Buckenhofen

Einzigartiges Erlebnis-Seminar

Auf Wunsch: mit individueller Lebensberatung (Coaching)

Lebenskunst für`s Glücklichein

Die wichtigsten Fähigkeiten für ein gutes und erfülltes Leben

Wissenschaftlich ist längst bewiesen und wir wissen es auch selbst:

Glückliche Menschen sind erfolgreicher, viel kreativer, lebensfroher und gesünder. Ihre Partnerschaften verlaufen harmonischer. Glückliche Menschen werden auch (gesund) älter und sie fördern ein Klima des Vertrauens sowie der Freundschaft und der Liebe. Das wirkt sich positiv aus in der Partnerschaft, in den Familien und Unternehmen und nicht zuletzt in der ganzen Gesellschaft.

Das Leben ist zu kurz, um das Glück auf später zu verschieben.

Wir alle wollen ein glückliches, gutes und sinnerfülltes Leben führen. Nur das WIE bleibt uns oft verborgen, obwohl das Glück bereits in uns liegt. In jedem von uns - es ist kein Privileg für einige wenige.

Es geht um das ganzheitliche, niveauvolle Glücklichein. Es erzeugt ein tolles Gefühl und gute Gefühle machen unser Leben lebenswert und bringen Farbe hinein. Genau das vermitteln wir mit diesem besonderen Seminar im romantischen Naturgarten Lebensglück von Roland Betz.

Die Fertigkeiten eines guten und glücklichen Lebens wollen immer wieder aufgefrischt und eingeübt werden.

In kürzester Zeit können Sie Ihren Akku wieder aufladen, mehr Leichtigkeit und Lebensfreude spüren, sich intensiv mit Ihrem Leben sowie wichtigen Lebensfragen beschäftigen. Ein Seminar für all Ihre Sinne, für Körper, Geist & Seele. Mit kraftvollen Aktivitäten für ein gelingendes Leben.

Sie werden der „Chef Ihres Lebens“ und Sie leben, statt „gelebt“ zu werden. Sie stärken Ihr Bewusstsein für den Sinn des Lebens und werden dadurch lebensfroher sowie gelassener bei Erschütterungen des Lebens. Und Sie tanken neue Energie, schöpfen Ihre Potenziale voll aus und gewinnen mehr Selbstvertrauen sowie Klarheit über Ihr Leben.

Ihre Lebensaufgabe wird Ihnen bewusst und Sie folgen Ihrem inneren Feuer. Aus Ihren Visionen werden klare Ziele für ein erfülltes Leben.

Alles ist sofort anwendbar im täglichen Leben.

„Von allen Besitzümern auf Erden ist das Wertvollste die Lebenskunst“

(Hipparchos; griechischer Astronom)

Seminar-Themen / Glücksstationen:



1 – NATUR erLEBEN - Quelle des Glücks

Das Bewusstsein für die Schönheiten und die Kräfte der Natur schärfen und mit Bäumen, Pflanzen, Blumen, Steinen, Wolken, Gerüche und Düfte in innigem Bezug zu kommen. Beim Umarmen eines alten Nussbaumes oder einer Buche die Kraft der Bäume spüren.



2 – AUGENBLICK MAL - Sei achtsam – spüre das Glück

Achtsamkeit, Loslassen, in Balance kommen, alle Sinne wahrnehmen. Entschleunigung ist der wirkungsvollste Gegenspieler von Stress, Hektik, Hast und dem Motto „Besser, erfolgreicher, schneller“



3 – DANKBARKEIT - Ein Schlüssel zum Glück

Regelmäßig seine Dankbarkeit zu äußern ist so etwas wie eine Wunder-Therapie. Sie suchen sich Ihr persönliches Dankbarkeits-Steinchen.



4 – HERZLICH LACHEN - Und das Glück lacht mit Dir

Lachen und Humor machen uns glücklich. Und unsere Mitmenschen auch.



5 – FREUNDSCHAFT - Macht das Leben lebenswert

Gute Freunde sind Balsam für das Leben und ein gutes Mittel, gesund zu bleiben. „Von allen Dingen, die das Glück des Lebens ausmachen, schenkt die Freundschaft uns den größten Reichtum“. (Epikur; griech. Philosoph; 341-271 v.Chr.)



6 – LIEBE - ist grenzenlos

Vermehrung des menschlichen Glücks wird nur möglich durch Vermehrung der Liebe. Alles Glück ist Liebesglück. Die Grundvoraussetzung dafür ist: Selbst-Liebe – gut zu sich sein.



7 – SELBST- BEWUSST- SEIN - Sei Du selbst - vertrau Deinen Stärken – geh Deinen Weg

Glückliche und zufriedene Menschen sind selbstbewusste Menschen, die ihre Stärken kennen und sich darauf fokussieren.



8 – ANKOMMEN - Schenke Deinen Träumen Leben

Glücklich sein bedeutet im Grunde, einem Ziel zu folgen - mit ganzem Herzen. Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg, der dorthin führt. Und auf dem Weg zum Ziel sollte man bereits Freude empfinden



„Glück und Unglück sind nicht wie Schnee oder Wind, sie können nach dem Gesetz der Natur erkannt und beherrscht werden.

Unglück ist Unwissenheit, Glück ist Wissen“.

(Paracelsus; schweizerisch-österreichischer Arzt, Alchemist, Astrologe, Mystiker und Philosoph)

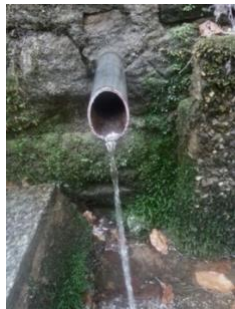


9 - Sorge Dich nicht – L(i)ebe

Lassen Sie Ihre Sorgen und Ängste los – werden Sie Optimist. Finden Sie Ihre innere Mitte, seien Sie mit sich selbst im Einklang.

Denken Sie daran, dass 95 % aller Sorgen, die sich Menschen machen, in der Realität nie eintreffen.

Wir wandern auch achtsam durch einen herrlichen Misch-Wald zum Hollerbrünnlein (ca.20 Minuten). Sonja Gößwein begleitet Sie dort mit einer besonderen Meditation und Sie können gleich Ihr wichtigstes Thema vertiefen.



Und Sie können das sanfte Plätschern des Hollerbrünnleins und das Zwitschern der Vögel genießen.

Termin: Samstag, 02. Mai 2020 (nur ein Seminar in Forchheim in 2020)
Von 9:30 bis 16:30 Uhr. Begrenzte Teilnehmerzahl: 10

Ihre Investition: 125 Euro inkl. ausführlicher Seminarunterlagen, Getränke, Mittagsimbiss, zum Abschluss Kaffee/Tee und Kuchen. Überweisung der Gebühren vor dem Seminar.

Seminarplatz/Ort: Naturgarten Lebensglück. Am Weingartsteig Forchheim-Buckenhofen. Parken bei der Kath. Kirche St. Josef, Stadtteil Buckenhofen.

Bitte mitbringen: Sitzkissen, Decke.
Bei schlechtem Wetter Terminverschiebung.

Anmeldung:
Bitte E-Mail an info@humanhappiness.de oder info@sonja-goesswein.de

Ihre Tour-Begleiter:



Roland Betz, Glücksbotschafter, Coach, Buchautor

91301 Forchheim

info@humanhappiness.de www.humanhappiness.de
Telefon 09191-9790300 Mobil 0151-53932851

Mehr über ihn: <https://www.humanhappiness.de/vita/>

Bericht in „Nordbayerische Nachrichten“:
<https://www.nordbayern.de/gluecklich-sein-muss-man-ubere-1.9389731>



Sonja Gößwein, Coach, Mentorin, Rednerin

Expertin für mehr Leichtigkeit im Leben

91336 Heroldsbach bei Forchheim

Mehr über sie: www.sonja-goesswein.de

Telefon 0179-2172541
info@sonja-goesswein.de