



www.weripower.at

Betreff: [weripower] Brief Nr. 11: Mit Leichtigkeit zum Glück

Datum: Mon, 12 Mar 2007 17:04:04 +0100
Von: Ulrike Feichtinger <u.feichtinger@weripower.at>
Organisation: weripower

Liebe Leserin, lieber Leser!

Der letzte Brief war wohl ein bisschen "schwer" und lang, oder? Ich freue mich, dass ich so viele Rückmeldungen und Diskussionsbeiträge von Euch erhalten habe. Offensichtlich war das Thema spannend! :)

Der heutige Brief möge ein "leichter" sein - so wie draußen vor meinem Fenster der Frühling in aller Leichtigkeit den Einzug hält. Er ist einfach da! :) So übertitle ich den heutigen Brief mit:

*** Mit Leichtigkeit zum Glück ***

Inhalt des 11. Briefes:
=====

- * Die Sprache der Zeichen
- * Geschenke, die am Weg liegen
- * Meldestelle für Glücksmomente
- * Leser/innen über den weripower Brief Nr. 10
- * aktuelle Termine
- * Neu auf weripower.at

=====

*** Die Sprache der Zeichen ***

[...] zu entdecken, dass das Universum eine eigene Sprache spricht (die Sprache der Zeichen) und wir, um sie zu verstehen, nur mit wachem Geist das anzuschauen brauchen, was um uns herum geschieht. [...] Es reicht, aufmerksam zu sein; die Lektionen kommen immer dann, wenn du bereit bist und offen für die Zeichen, und sie lehren dich alles, was du für den nächsten Schritt brauchst.

von: Paulo Coelho
aus: Der Zahir

=====

*** Geschenke, die am Weg liegen ***

Ist das nicht eine schöne Vorstellung, die Paulo Coelho da beschreibt? Alles, was wir für den nächsten Schritt brauchen, liegt für uns als Zeichen auf dem Weg. Alles, was wir dazu tun müssen, ist achtsam und offen für diese Zeichen zu sein.

Diese Vorstellung hat für mich sehr sehr viel mit Zuversicht zu tun. Als ich damals meine Coaching-Diplomarbeit über das Thema "Von der Angst zur Zuversicht" geschrieben habe, habe ich Interviews mit Menschen geführt, die mir sehr zuversichtlich erschienen. Viele von ihnen haben mir genau das bestätigt, was Paulo Coelho oben beschreibt.

Beispiele, die ich damals genannt bekommen habe:

- * die Begegnung mit einem Menschen, der genau die fehlende Information hatte bzw. die fehlende Verbindung hatte
- * ein Kontostand, der genau dem Preis der überlebenswichtigen Anschaffung entsprach
- * ein Buch auf dem Flohmarkt, das genau das akute Problem lösen konnte



Aus solchen Erfahrungen heraus leben diese Menschen nun in der Zuversicht, dass ihnen auch in Zukunft genau das Richtige im richtigen Augenblick passieren und widerfahren wird.

Was mir spontan zum Thema Geschenke auf meinem Weg einfällt?

Seit ich an einem Frauenprojekt arbeite, lerne ich "ganz zufällig" :) lauter Frauen kennen, die hervorragend gut zum Thema dazupassen.

Als ich besonders intensiv an den Vorbereitungen zu meinem Schwangeren-Coaching gearbeitet habe, hat mich ein Buch in einem Geschäft richtig "angeblinkt" und gerufen: "Kauf mich, kauf mich!" :) In dem Buch sind so wunderschöne Gedanken und Übungen, die ich nun als Bereicherung meines Coaching-Konzeptes verwende.

Geschenke auf dem Weg sind für mich aber auch jene "Kleinigkeiten", die mein Herz erfreuen: das Zwitschern der Vögel am Morgen, der warme Sonnenschein, der erste blühende Baum im Nachbargarten, das fröhliche Lachen der Kinder, oder ihre strahlenden Augen, wenn sie ihre Liebesspeise bekommen. All diese "Kleinigkeiten" berühren mein Herz, erfreuen mich, machen mein Leben lebenswert und machen mich glücklich.

Wir müssen nur eines dazu tun: Wir müssen achtsam und offen sein. Ohne Achtsamkeit nehmen wir diese (oft kleinen) Zeichen nicht wahr. Wir leben in einer Fülle der kleinen und großen Geschenke - und so viele von uns übersehen das. Fangen wir an, uns mehr und mehr an diesen Geschenken zu erfreuen! Denn dann fühlen wir uns reich und zuversichtlich - und glücklich! :)

Wir können das Leben als den sprichwörtlichen "Ernst des Lebens" sehen - oder als eine Aneinanderreihung von Abenteuern, die es möglichst leicht und respektvoll und zuversichtlich und liebevoll zu bestehen gilt.

Ich bin sicher, dass beide Weg zum Ziel führen - doch ich persönlich fühle mich auf dem zweiten Weg wohler, seit ich ihn entdeckt habe! :)

Wie geht es denn Euch? Nehmt Ihr bereits die Zeichen am Weg als Wegweiser für Euer Leben wahr? Welche guten Erfahrungen habt Ihr bereits damit gemacht? Wie immer freue ich mich über Rückmeldungen unter
--> u.feichtinger@weripower.at

Ich wünsche Euch viele fröhliche Abenteuer und eine Fülle von Geschenken auf dem Weg! :)

=====

*** Meldestelle für Glücksmomente ***

Ich geb's zu: Ich bin eine Newsletter-Junkie! :) :) Für mich sind diese Zusendungen oft auch Geschenke, die auf dem Weg liegen. Ganz aktuell habe ich dieser Tage das "Glücksabo März" von Heidi Smolka

--> <http://www.glueckstraining.at/>

erhalten. Darin schreibt sie ganz euphorisch, dass die erste österreichische Meldestelle für Glücksmomente online gegangen ist:

--> <http://www.meldestellefuergluecksmomente.at/>

Sie schreibt:

- > die meldestelle dient dazu, die aufmerksamkeit aktiv auf das schöne,
- > das angenehme, das glücklichmachende zu richten, um auch diesen
- > ereignissen und tatsachen gebührend aufmerksamkeit zu schenken und
- > somit bewusster zu machen. hier haben sie einerseits die möglichkeit,
- > ihre persönlichen glücksmomente niederzuschreiben, aber sich



www.weripower.at

- > inspirieren zu lassen: ihrem eigenen glück auf die sprünge zu helfen,
- > ein bisschen zu stöbern, welche arten von glücksmomenten schon bei der meldestelle eingelangt sind - und sie werden sehen: es ist wirklich
- > ansteckend! und es gibt schon so feine meldungen.

Ich hab schon reingeschaut - und auch schon mehrere Glücksmomente gepostet! :) Meine Einschätzung: Sehr empfehlenswert! :)

=====

*** Leser/innen über den weripower Brief Nr. 10 ***

Heute ist es mir wieder einmal ein Bedürfnis, ein paar Rückmeldungen zum letzten weripower Brief mit Euch zu teilen:

* H.H. aus Wien schreibt:

- > Der Jubiläumsbrief ist wirklich wertvoll und bereichernd.
- > Zur Selbsterschaffung der Realität habe ich Dir eine meiner Lieblingsgeschichten beigelegt.
- > Zum Begriff der Schuld möchte ich Dir berichten, dass es in der tibetischen Sprache keine Übersetzung dazu gibt. Man sieht, dass eine Kultur über mehr als tausend Jahre ohne diesen Begriff auskommen konnte. Dafür geht es dort um das Karma, das mit Verantwortung ultimativ zu tun hat.

Anmerkung: Die erwähnte Geschichte mit dem Titel "Der Tempel der tausend Spiegel" habe ich zum Download bereit gestellt: (pdf, 24 kB)

--> http://www.weripower.at/download/tausend_spiegel.pdf

* R.K. aus Salzburg schreibt:

- > Gratuliere zum 10. weripower-Jubiläum (feiern, am Aschermittwoch, > tststs ;-))) Ich habe ihn wieder sehr gerne von oben bis unten > durchgelesen.
- > Zu der Prüfungs-Geschichte: Du kennst sicher das spanische Sprichwort: > "No hay mal, que por bien no venga" - "Alles Schlechte hat auch sein > Gutes" - davon bin ich fest überzeugt, obwohl sich so manche positive > Seite erst viel später erkennen lässt.
- > Und zum Huna-Prinzip - da sag ich meiner Tochter ein ganz ähnliches, > schwedischen Ursprungs: "Ich mach mir die Welt, wide wide wie sie mir > gefällt" ;-)))

Anmerkung: Ganz "zufälligerweise" :) hält Eva Gütlinger Seminare unter genau diesem Titel ab, in denen es darum geht, die eigene Wirklichkeit (u.a. mit Hilfe von Huna-Prinzipien) zu gestalten.

Mehr Infos:

--> <http://www.eva.guetlinger.com/seminare.html#Pippi>

* E.B. aus dem Weinviertel schreibt:

- > Es ist schön, dass auch mich ähnliche Gedanken in letzter Zeit > begleiten. Ich trage gerne die Verantwortung für alle meine > Handlungen, denn so kann ich meinen Weg selbst bestimmen. Ganz bewusst > gehe ich kleine Schritte einem Ziel entgegen, das ich nicht kenne. Ich > habe gelernt, meiner inneren Stimme zu vertrauen, welche niemals den > leichteren sondern immer den besseren Weg für mich wählt.

=====



www.weripower.at

*** Aktuelle Termine ***

Details und weiterführende Links unter
--> <http://www.weripower.at/termine.html>

* Von der Angst zur Zuversicht

Mini-Workshop und Informationsabend
14. März 2007, 19 Uhr, Casa Lacus Felix, Gmunden

* Mein Erfolgsrezept - Mein persönlicher Glückskuchen

Coaching-Workshop
24. März 2007, 9-18 Uhr, Casa Lacus Felix, Gmunden

* Was ist und kann Coaching?

Vortrag und Informationsabend
18. April 2007, 19 Uhr, Casa Lacus Felix, Gmunden

* Spielerisch bewusster kommunizieren

Kommunikations-Seminar in Zusammenarbeit mit Andreas Mitterlechner
21. und 22. April 2007, Sa. 9-18 Uhr, So. 9-13 Uhr, VHS Gmunden

=====

*** Neu auf weripower.at ***

* Der Tempel der tausend Spiegel

Die bereits oben erwähnte Geschichte veranschaulicht metaphorisch, wie sehr unsere Wirklichkeit von unseren Einstellungen abhängt. Download (pdf, 24 kB) unter
--> http://www.weripower.at/download/tausend_spiegel.pdf

* Wer Du bist

In dieser Powerpoint-Präsentation geht's um den Wert des Menschen, um den Wert des Lebens - veranschaulicht an einem 50 Euro-Geldschein. Klingt schräg - und hat mich dennoch beeindruckt! :) Download unter (pps, 545 kB)
--> http://www.weripower.at/download/Wer_Du_Bist.pps

* Lektion des Schmetterling

Dieses Dokument passt zu den Lektionen, die im obigen Zitat von Paulo Coelho angesprochen werden. Zitat aus der Präsentation: "Ich bekam nichts, was ich wollte... Aber ich bekam alles, was ich brauchte." Download unter (ppt, 330 kB)
--> http://www.weripower.at/download/Lektion_des_Schmetterling.ppt

=====

Ja, die Leichtigkeit ist wirklich das Leitthema des heutigen weripower Briefes! :) :) Diesmal ist er wie von selbst aus der Tastatur geflattert! :) Ich hoffe, dass Ihr beim Lesen und Schmökern so viel Freude habt wie ich beim Verfassen! :)

Ich sende Euch allen wunderschöne sonnige Grüße aus Gmunden! :)
Uli Feichtinger



www.weripower.at

=====

*** Impressum ***

Du erhältst diesen Newsletter als KundIn oder InteressentIn von weripower Coaching & Training mit :) - Faktor.

Anmeldungen, Adress-Änderungen und Abmeldungen vom Verteiler sind entweder mit einem formlosen Email an

--> u.feichtinger@weripower.at

oder über folgende Seite möglich:

--> <http://www.weripower.at/briefe.html>

Medieninhaberin: Für den Inhalt der weripower Briefe ist Ulrike Feichtinger verantwortlich.

Richtung des Newsletters: In den weripower Briefen werden Informationen und Denkanstöße rund um die Themen ***Zuversicht - den eigenen Weg gehen - Leben aktiv gestalten - selbstbestimmt leben*** sowie Veranstaltungsankündigungen von Ulrike Feichtinger übermittelt.

Unternehmensgegenstand der Medieninhaberin: Unternehmensberatung, Schwerpunkt Coaching & Training

siehe auch

--> <http://www.weripower.at/impressum.html>

--

Dr.^in Ulrike Feichtinger, Coach & Trainerin

weripower: Coaching & Training mit :) - Faktor

www.weripower.at - u.feichtinger@weripower.at

+ 43 (0) 650 460 4103

4810 Gmunden, Traunsteinstr. 52
1040 Wien, Gußhausstr. 24 / 12