

# RICHTIG GUT LEBEN KONTEMPLATIV LEBEN



DIE KRAFT DER KONTEMPLATION IM ALLTAG GENIESSEN  
Nahe Begleitung für ein Jahr

## Die Gewinne der Kontemplation im Alltag verankern

In einer Kontemplation passieren wesentliche Schritte für die Qualität unseres Lebens. Die große Herausforderung besteht darin, das freigewordene Bewusstsein und die zutage getretenen Fähigkeiten im Alltag zur Wirkung zu bringen.

Das Ziel von KONTEMPLATIV LEBEN ist genau dieses: Das Bewusstsein, die Fähigkeiten, die Gelöstheit und die innere Freiheit, die sich in der Kontemplation eröffnet haben, tief im Denken, im Verhalten, in unserer Lebensgestaltung zu verankern.

Für unser eigenes Wohlergehen und zum Wohlergehen unseres privaten und beruflichen Umfeldes. Um dies zu erreichen, kombinieren wir zwei Maßnahmen.

### Kontemplativ leben besteht aus:

- 1) 12 x 2 Stunden Treffen auf zoom
- 2) 1 x 2 Tage Präsenz-Seminar

Das Programm bietet einerseits ein ganzes Jahr lang Kontinuität durch die monatlichen Treffen und beinhaltet andererseits einen Schwerpunkt durch das zweitägige Seminar, wo wir uns in Präsenz treffen.

### Die Ziele

- Die Power der Kontemplation im Alltag erfahren und aus dieser Kraft schöpfen – Lebensfreude, Inspiration, inneren Frieden.
- Gelöster, befreiter, liebender und powervoller durchs Leben gehen und den Themen des Alltags vermehrt aus einem Zustand der Fülle zu begegnen. Immer weniger aus Angst, Mangel und Widerständen.
- Lösend, befreiend, erleichternd in der Familie, in der Arbeit, in den Freizeitaktivitäten wirken, immer mehr Teil der Lösung statt des Problems zu sein.
- Das Leben immer mehr auf den Punkt bringen, am Wesentlichen zu bleiben und sich immer weniger im Belanglosen verlieren.
- Wo immer wir sind, immer mehr wach, bewusst, selbstbestimmt und zugleich hingebungsvoll zu leben.
- Dran bleiben, Spiritualität im Alltag praktizieren und somit unsere natürliche Würde, unsere Autorität, unser natürliches Charisma zur Entfaltung zu bringen.

Wir freuen uns über Ihr Interesse und heißen Sie von Herzen WILLKOMMEN!