



Institut für
Persönlichkeitsentwicklung
& Coaching

Nahezu täglich erschüttern uns Meldungen über Attentate und Angriffe auf Zivilpersonen. Je näher sie auch örtlich kommen, um so mehr machen sie uns persönlich betroffen

Autokraten und Despoten wie Erdogan, Putin, Kim Jong-un oder der Präsidentschaftskandidat der Republikaner, Donald Trump, sind es, die mit ihrer zum Teil menschenverachtenden Haltung bewusst Ängste schüren.

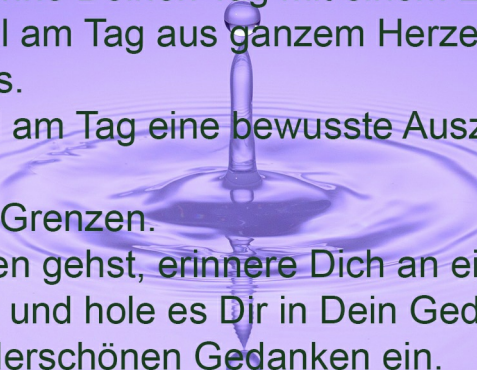
Wie geht es uns damit? Was macht "es" mit uns?

Wollen wir so viele negative Energie tatsächlich zu lassen? Wenn ich mich zurück erinnere an das WM Jahr 2014, als die deutsche Fußballnationalmannschaft in Berlin erwartet wurde, da haben sich rund 600.000 Menschen versammelt um die Spieler unter frenetischem Jubel zu begrüßen. Ein Feuerwerk der Gefühle konnten die Teilnehmer Live vor Ort und an den Bildschirmen erleben. Nicht nur für die Spieler Gänsehaut pur. **Das waren WIR! Da waren WIR in unserer ganzen Größe und Begeisterung, in unserer "niemand kann uns stoppen Euphorie". DAS WAR POSITIVE ENERGIE PUR!**

Das Gute ...

... es müssen gar nicht so große Ansammlungen stattfinden, um positive Energie freizusetzen. Jeder von uns kann täglich positive Energie weitertransportieren und ausstrahlen. Das Wichtigste: Positive Energien entdecken und zulassen!

Es geht ganz einfach. Wie? Lies Dir einfach in Ruhe unsere Impulskarte durch:

- 
- A graphic of a single water drop falling into a pool of water, creating ripples. The background is a solid purple color.
- Blicke jeden Morgen nach dem Aufstehen kurz in den Spiegel und beginne Deinen Tag mit einem Lächeln.
 - Sprich Dir einmal am Tag aus ganzem Herzen selbst Anerkennung aus.
 - Nimm Dir einmal am Tag eine bewusste Auszeit von mindestens fünf Minuten.
 - Achte auf Deine Grenzen.
 - Bevor Du schlafen gehst, erinnere Dich an ein positives Erlebnis am heutigen Tag und hole es Dir in Dein Gedächtnis! Schlafe mit diesem wunderschönen Gedanken ein.

WEIL DU ES DIR WERT BIST!

Wenn Du diese einfachen Übungen in ein tägliches und bewusstes Ritual umsetzt, wirst Du mehr und mehr positive Energie bei Dir entdecken und schon bald ein positives Feedback von Deinen Mitmenschen bekommen.

In diesem Sinne: **SEI ES DIR WERT!**

Herzliche Grüße aus Weilheim sendet Dir

Winfried

PS: Für alle, die ein selbstbestimmtes und energiereiches Leben führen wollen, empfehle ich meinen Workshop "[Energie gewinnt! Starke Assistenz - Starke Führung!](#)". Ich werde oft gefragt, ob dieser Workshop nur für Personen geeignet ist, die aus dem Assistenz Bereich kommen. Nein! Dieser Workshop ist auch für alle, die ihre wichtigste Ressource, **sich selbst**, aus vollem Herzen wieder entdecken und erleben wollen und nach neuen Handlungsimpulsen für ihr Berufs- und Privatleben suchen, Ich freue mich auf Deine Teilnahme im September am Starnberger See. Solltest Du noch Fragen haben, dann rufe mich an oder schreibe mir einfach eine kurze Mail. Ich freue mich, von Dir zu hören.

Institut für Persönlichkeitsentwicklung & Coaching . Holzhofstraße 19 . 82362 Weilheim in Oberbayern

Mobil +49 (0)170 5254140 . info@institut-ip.de . www.institut-ip.de

[Impressum](#)

[Newsletter abbestellen](#)