

www.haischberger.at www.teket.at

Wenn du den Newsletter nicht gut sehen kannst, [klicke hier](#).

Newsletter 187 vom 7. April 2016

Lade deine Sorgenpakete ab

Liebe Leserin, lieber Leser!

Machst du dir oft Sorgen über andere Menschen? Ob es wohl der Tochter gut geht, der Sohn brav lernt. Hoffentlich passt er beim Autofahren auf! Meine Güte, die arme Nachbarin hat solche Kreuzschmerzen. Und erst die Bürokollegin – die Arme hat ja solche Eheschwierigkeiten.

Die Frage ist: Was hat das alles mit uns zu tun, außer dass es uns belastet?

Auch ich habe zu der Sorte Mensch gehört, die viel über andere Menschen nachdachte. Und natürlich auch helfen wollte. Das ist tief in uns verankert. **Aber wir können für einen anderen weder leben noch denken. Jeder Mensch muss seine eigenen Erfahrungen machen.** Er kann jederzeit Hilfe anfordern, erst dann sind wir gefragt, alles andere kann Ärger oder Kränkung hervorrufen.

Sorgenpakete, die sich so viele Menschen aufladen, rauben Lebensenergie und bremsen in der Entfaltung.

„Ja, aber das ist doch normal, dass ich mich um meine Tochter Sorge!“ empört sich Renate über diese Thesen.

Natürlich möchte ich auch, dass es meinen Töchtern gut geht, aber ich beschäftige mich nicht ständig damit, was sie gerade tun oder was passieren könnte.

Beobachte doch einmal deine Gedanken! Sind deine Gedanken gerade bei deiner Arbeit die du gerade machst? Nein? Komisch, warum sind unsere Gedanken immer irgendwo? Nur nicht dort wo sie sein sollten?

Nütze die Kraft deiner Gedanken, lenke sie dorthin wo sie hingehören – ins JETZT!
Laden wir die Sorgenpakete ab und machen wir uns ein schönes Leben

Warum wir uns so Sorgen machen und wie man damit besser umgeht sagt uns Heliamus Raimund Stellmach beim **Seminar: „Schau nach innen und erkenne dich“ in Bad Goisern von 29. April bis 1. Mai 2016. Freitag Beginn 14 Uhr.**

Das Seminar ist ein Einzelseminar, könnte aber der Beginn einer Ausbildungsreihe sein.

Ich wünsche euch wunderschöne Frühlingstage, genießt diese Blütenpracht!

Herzlichst

Edeltraud

Am 22. April haben wir wieder „Learning bei Doing“ hier behandeln wir „echte“ Klienten. So lernen wir zu arbeiten wie es in einer Praxis wirklich ist. Die Teilnehmer wie auch die „echten“ Klienten sind immer sehr begeistert.

Wenn du als Klient kommen möchtest und einmal von zwei Absolventen richtig energetisch „durchgecheckt“ werden möchtest, bitte anmelden 0676 638 1335. **Das ist für dich kostenlos** und geschieht natürlich unter Aufsicht von erfahrenen Behandlern.

22. April von 9,30 – 17,00 Uhr, Hotel Goisererhof Bad Goisern, € 70.- Für die Lernenden.



Edeltraud's Gesundheitstipps
hier hören: <http://cba.fro.at/248205>

Meine Radioarbeit macht mir immer noch große Freude.

Inzwischen stehen 125 Sendungen online. [Hier zu hören](#) einfach klicken

Sendung 123: Mein Gott, bin ich eingeroestet!
besser! [Hier klicken und anhören!](#)

Der „tu dir was Gutes“ Tipp

Verlieben Sie sich in sich selbst! (Aus meinem Buch „Frau stell dich auf die Füße)

Vielleicht ist es ganz neu für Sie, sich so genau zu betrachten. Sich einmal klar zu

machen, wie schön der Fuß geformt ist, die Zehen, die alle gerade stehen. Das ist durchaus nicht die Regel. Wenn es nicht so ist, auch das anzunehmen und dankbar zu sein, dass Sie der Fuß trotzdem durch das Leben trägt.

Denken Sie über jeden Körperteil ausgiebig nach, und stellen Sie eine Beziehung zu Ihrem Körper her. Seien Sie nicht zu streng und vergessen Sie Aussagen, die Sie irgendwann einmal gehört haben. Ich hörte immer wieder: „*Na, du hast ja echt ein gebärfreudiges Becken!*“ Oder: „*Du wirst nie einen schönen Busen bekommen!*“ Natürlich hat mich das sehr gekränkt. Heute weiß ich: Es ist die Meinung ANDERER, heute mache ich diese Aussagen nicht mehr zu meiner EIGENEN!!!

Betrachten Sie voller Liebe Ihre Augen und danken Sie ihnen, dass sie für Sie da sind und Sie gesund in die Welt blicken lassen. Lieben Sie Ihren Busen, auch wenn er nicht mehr die Spannkraft der jungen Jahre hat. Und danken Sie Ihrem Bauch, dass er schon so viel aushalten musste und trotzdem immer funktioniert.

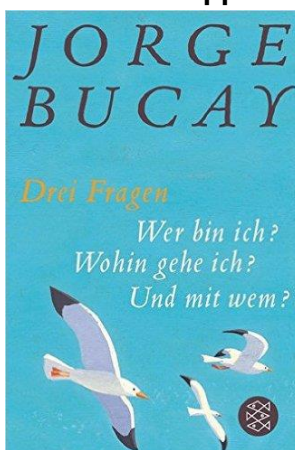
So beginnt Selbstliebe, den eigenen Körper schön finden, zu ihm zu stehen und ihn anzunehmen. (Aus „Frau stell dich auf die Füße“, Ennsthaler Verlag)

www.diegesundeseite.at

Hier sind alle Angebote von Therapeuten in **deiner Nähe!**

[Hier genauer ansehen](#)

Unser Buchtipp:



Drei Fragen: Wer bin ich? Wohin gehe ich? Und mit wem?

Jorge Bucay, € 12.-

Jorge Bucay macht das Reflektieren zu einem Genuss.

Ein "Fachbuch" zu lesen, als sitze man in ein Gespräch vertieft mit Bucay auf einem Sofa.

Seine kleinen Geschichten lassen die schon sehr zugänglichen Gedanken zu einem "Bilderbuch" der Innenwelt werden.

Die Zuversicht des Autors ermutigt zum genauen Hinschauen und dazu, eigene Schritte zu tun.
Ein Geschenk.

Unser Gschichtl

Wie erlangt man Glück?

„Durch Erlernen, mit allem, was man erhält, zufrieden zu sein.“

„Dann kann man sich nie etwas wünschen?“

„Doch man kann“, sagte der Meister, „vorausgesetzt, man tut dies in der Einstellung jenes ängstlichen Vaters, den ich einmal in einer Entbindungsstation traf. Als die Hebamme sagte: „Sie haben sich bestimmt einen Jungen gewünscht, es ist aber ein Mädchen“, erwiderte der Mann: „Ach das macht wirklich nichts, denn ich habe mir ein Mädchen gewünscht, falls es kein Junge ist!“

Anthony de Mello – Wo das Glück zu finden ist

Hier alle aktuellen Termine:

22. April 2016 Learning by Doing mit Edeltraud Haischberger 9,30 – 17 Uhr
Bad Goisern, mehr hier: www.haischberger.at

23. April 2016 Was flüstern deine Organe? Mit Edeltraud Haischberger
9,30 – 17 Uhr Mehr hier: www.haischberger.at
[Hier kannst du hören, was im Seminar passiert](#)

29. April – 1.Mai 2016 Schau in dein Inneres und lerne dich kennen mit Heliamus
Raimund Stellmach. Mehr hier: www.haischberger.at

Wenn Ihnen der Newsletter gefällt leiten Sie ihn bitte weiter.

Sie möchten abbestellen? Ein Mail mit NEIN in der Betreffzeile reicht an
seminare@haischberger.at , Schade.