

Dialog mit dem Leben

10 Schritte auf dem Weg



Es dauert verdammt lange,
bis man jung wird.

Dialog Theater
Anstiftungen
zum Quersdenken
und umfüllen

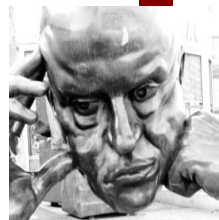
Bitte nicht lesen!

Risiken und Nebenwirkungen

Folgende gesundheitspräventive, persönlichkeitsentwickelnde und soziale Nebenwirkungen können auftreten:

Steigerung der Lebensqualität und Lebensfreude; Anregung zu einem Gesundheitsbewusstsein; Bildung einer demenzpräventiven Einstellung und Verhaltensweise; Förderung seelischen Wohlbefindens durch eine positive Lebenseinstellung; Reduzierung äußerer und innerer Stressfaktoren; Entwicklung eines kraftvollen und befreienden Denkens und Handelns; Optimierung der individuellen Lebenserfüllung; Verbesserung der Kommunikation und infolge dessen Verbesserung der Sozialkompetenz; Steigerung der Lebensreife; Wachstum der Persönlichkeit; Entdeckung bisher wenig genutzter Ressourcen und Potenziale; Zustand inneren Friedens; Anstiftung zu vielfältigen Formen bürgerschaftlichen Engagements; Einbindung der eigenen Erfahrungskompetenz und der geistig-seelischen Ressourcen in die Gesellschaft.

Bedenke dein Denken.



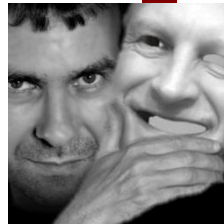
Achten Sie auf Ihre Gedanken, denn sie werden zu Ihren Gefühlen und zu Ihren Taten. Daraus entstehen ihre Gewohnheiten, die zu Ihrem Charakter und schließlich zu ihrem Schicksal werden.

Entroste dich.



Haben Sie Mut sich auf neue und andere Erfahrungen einzulassen und erweitern Sie Ihren Handlungsspielraum. Wer immer nur dasselbe tut, erhält auch immer dieselben Ergebnisse. Entdecken Sie die spannende Welt jenseits ihrer Box.

Erkenne wer du bist.



Wer sind Sie eigentlich wirklich? Entdecken Sie Ihre Tiefe und entscheiden Sie sich für den Weg der Wahrhaftigkeit gegenüber sich selbst und den anderen. Es befreit, sich und anderen nichts mehr vormachen zu müssen

Lebe jetzt und hier.



In jeder Minute der Gegenwart liegt eine Chance. Entdecken Sie wieder die Kleinigkeiten des Augenblicks und die vielen unscheinbaren Gelegenheiten der Begegnung



Nutze dein Gehirn.

Wussten Sie, dass Sie normalerweise nur 10 % Ihrer Gehirnkapazität nutzen und Ihr Gehirn nichts lieber tut, als zu lernen? Welche genialen Möglichkeiten können sich für Sie auftun, wenn Sie an der Erweiterung Ihrer mentalen Fähigkeiten arbeiten.



Befreunde dich.

Pflegen und vertiefen Sie Ihre sozialen Kontakte und lernen Sie neue Leute kennen, gerade auch Menschen, die älter oder jünger sind als Sie selbst. Liebevolle Gemeinschaft mit anderen ist die beste Demenzprävention.



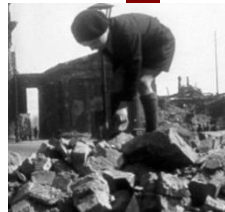
Kreiere deine Zukunft.

Es ist nie zu spät. Heute kann der 1. Tag einer neuen Epoche sein. Machen Sie aus dem Rest Ihres Lebens das Beste Ihres Lebens. Dabei ist die Neugier und Lust auf Leben, die Ihr inneres Kind in sich trägt, ein guter Motor.



Entrümpele dein Leben.

Werfen Sie unnötigen Ballast ab. Vieles von dem wir denken, es sei wichtig, belastet nur unser Leben. Loslassen fällt zwar schwer, aber macht frei.



Versöhne dich.

Entscheiden Sie sich für den Weg der Versöhnung mit sich selbst, ihrer Geschichte und den anderen. Die innere Aussöhnung schenkt tiefen Frieden und heitere Gelassenheit, die das Leben leicht machen.



Lebe deine Berufung.

Sie haben ungeahnte Gaben in sich. Suchen Sie diese Schätze und schöpfen Sie daraus. Entdecken Sie Ihren verborgenen Lebenstraum und beginnen Sie damit, ihn zu leben.

© Karlo Müller 0177 8740597 ▪ kontakt@dialogtheater.de
www.dialogtheater.de ▪ www.lebensnaheseminare.de

Es dauert nur so lange, wie du es zulässt.

Zwei Möglichkeiten auf dem Weg wieder jung zu werden:

DialogCafé

- Lebensthemen vertiefen
- einander begegnen
- kreuz- und querdenken
- andere Sichtweisen erfahren
- sich gegenseitig inspirieren
- voneinander lernen

DialogWorkshop

- der Phantasie Ausdruck schenken
- sich spielerisch ausprobieren
- neue Möglichkeiten entdecken
- Gemeinschaft erleben
- neue Erfahrungen machen
- das eigene Potenzial leben