



# Sei wer du wirklich bist.

Und lebe dein Leben  
in tiefer Zufriedenheit.

---

Ein 3-teiliger  
Seminar-Workshop,  
um das alltägliche Leben  
in Frieden zu meistern.

4 Seminartage,  
welche Antworten auf  
die wichtigen Fragen  
des Lebens geben und  
Werkzeuge zur Bewältigung  
des Alltags vermitteln.

Lebe ein Leben ohne Stress,  
Sorgen, Ängste und Zweifel.

## 1. Teil (Samstag und Sonntag)

Was sind deine Wünsche und Erwartungen?

Stress und Stressbehandlung.

Urteilen und Werten.

Deine Talente erkennen.

Superbrain Yoga.

Beziehungsprobleme, privat und geschäftlich. Einfache Methoden, diese zu lösen.

Verhalten und die Auswirkungen auf die Gesundheit.

Angst, Sorgen und Zweifel.

Karma =

Ursache und Wirkung für wen?

Illusion und Wahrheit

Wirkung der Meditation. Wie viel Meditation? Welche? Für wen?

Meditation über 2 Herzen.

Ego-ich und das Wahre-ich, wie lange noch im Kampf und wer gewinnt?

Lerne zu siegen ohne zu kämpfen.

Talente leben. Lebe was du bist.

Freier Wille?

Die Bedeutung vom Einssein.

Entwicklung.

Wer entwickelt sich?

Der Weg ist das Ziel.

Welcher Weg? Welches Ziel?

Sei wer du bist.

## 2. Teil (Samstag)

Praktische Übungen um das Ego in den Griff zu bekommen.

Meditation über deine Talente & Wünsche.

Mudra der Erfüllung.

Finde Deine eigene Wahrheit.

Wie können wir unser Schicksal bestimmen.

Gefühle zeigen: SEIN aus der Perspektive des Selbstes.

Das Schicksal macht keine Fehler.

## 3. Teil (Samstag)

Vom Wissen zum Sein.

Aufgabe der Dualität.

Leben im Alltag als das «BIN SEIN».

Von allen Verhaftungen lösen.

Gesunder Geist, gesunder Körper.

Verschiedene Wege der Erleuchtung.

Fülle und Vollkommenheit.

Spiel das Spiel!

Die wahre Freiheit.



## Kosten

1. Teil: 2 Tage  
(Samstag & Sonntag je 9 bis 17 Uhr)  
für CHF 480.–

2. Teil: 1 Tag (Samstag 9 bis 17 Uhr)  
für CHF 240.–

3. Teil: 1 Tag (Samstag 9 bis 17 Uhr)  
für CHF 240.–

Die aktuellen Termine entnehmen  
Sie bitte der Webseite [www.hsv.ch](http://www.hsv.ch).

## Kontakt



Max Witschi  
Obere Hauptgasse 89  
3600 Thun

Telefon 033 223 88 88

Fax 033 223 89 89

E-Mail [info@hsv.ch](mailto:info@hsv.ch)

