



Glückliche Beziehungen sind kein Zufall

challenge of
love

GUTSCHEIN für das Männerseminar „Courage – mutig sein“

Was vielen Menschen am meisten Mut abverlangt, ist ein bedingungsloses Ja zu sich selbst. Alles beginnt damit, dass wir uns so achten, annehmen und wertschätzen, wie wir sind. Wenn du weißt & tust, was dein Herz will, wirst du deinen Weg gehen können. Dies ist wahrscheinlich auch der Grund warum sowohl das Englische als auch das Französische Wort für Mut - „courage“ – das Herz im Wortstamm integriert haben. Still werden und dem eigenen Herzen zuzuhören, ist heilsam und braucht eine spezielle Form von Mut. Mut ist auch Eigenschaft, die uns die Kraft verleiht, Altes zu transformieren. Es gibt keine mutigen Menschen, die nicht schon Enttäuschungen und Misserfolge erlebt haben oder auch ein gebrochenes Herz. Um dieses zu heilen braucht es dann auch den Mut zu akzeptieren, zu vergeben und zu verzeihen. **Mut ist der Schlüssel zur Freiheit!**

Der Gegenspieler unseres Mutes ist die Angst. Diese sitzt uns oft im Nacken, macht uns ein mulmiges Gefühl im Magen und lässt uns im Herz verzagen. Ein Ziel dieses Seminars ist es, dieses Emotionspaar in Dir besser kennenzulernen damit du dich der Angst nicht mehr ausgeliefert fühlen musst.

Das Seminar richtet sich an Männer, die ...

- gerne draußen sind und die Natur lieben
- sich mit dem Emotionspaar Mut & Angst bewusst auseinander setzen möchten
- Erfahrungen machen wollen, dass scheinbar Unmögliches doch möglich ist und damit neue Räume entdecken möchten.
- sich Zeit nehmen wollen, um in ihr Herz zu lauschen und sich mit dem Sein zu verbinden
- lernen wollen, Grenzen auf adäquate Weise zu setzen, sodass ihnen selbst und anderen klar ist, was geht und was nicht
- herausfinden wollen, was sie brauchen, um vertrauen zu können
- so mutig sein möchten, ihre Verletzlichkeit zu zeigen
- analysieren möchten, wie bei ihnen Angst entsteht, welche Schutzmuster sie dann nutzen und wie sie diesen Teufelskreis verlassen können



Mag. Dr. Stefan Gatt

e-mail: office@challengeoflove.at

mobil: (+43) 664-210 50 95

A-4020 Linz / Tummelplatz 15

website: www.challengeoflove.at

www.stefangatt.at

Aktuelle Termine /
Informationen unter:

