

**Liebe Focusing–Freunde und Interessentinnen,**

Ostern steht vor der Tür, doch bei allem besinnlichen Feiern sollten wir nicht die aktuellen Krisen in der Welt vergessen, die uns aufzeigen, wie dringend unser bisheriges Weltbild durch neue integrale Blickwinkel erweitert werden muss.

Focusing bietet hierfür präzise Hilfestellungen, die stimmiges Verhalten fördern. Die zunehmende Zerbrechlichkeit der Welt macht uns zugleich aber auch ihre Schönheit bewusst und hilft dabei, sich auf das auszurichten, was in diesem Sinne Wert hat. In gewisser Weise ist dies auch ein integral-spiritueller Raum, ein Erleben und Wahrnehmen, ein einfaches, schlichtes Gefühl des Seins und Sich-eins-Fühlens, das tiefe vorsprachliche Antworten der Seele auf Lebens- und Sinnfragen ermöglicht.

Ein schönes Zitat von Siddharta Gautama Buddha:

**„Glaube nicht an etwas, nur weil es viele dauernd wiederholen.**

**Glaube nichts, nur weil die Autorität eines Lehrers oder Priesters dahinter steht.**

**Glaube an das, was du selbst durch eigene Prüfung für richtig erkannt hast,  
was sich mit deinem Wohlergehen und dem der anderen vereinbaren lässt.“**



In diesem Sinne: besinnliche und erholsame Ostertage -  
und a bissl Zeit für achtsames Wahrnehmen deiner Fähigkeiten,  
Talente und Träume

**Herzliche Grüße, Rainer** 

---

**Aktuelle Termine:**

nächste Basis-Ausbildung, ab 27. April 2024

eintägiger Workshop für igf-Ausgebildete und Therapeuten: 15. Juni 2024

Weitere Vorträge und Seminare: bitte auf meiner Website anschauen.

PS: Gerne könnt Ihr mich auch an Interessenten weiterempfehlen!