



In die Röhre schauen oder nach Innen blicken?

- **Inne halten**
- **Innenschau halten**

Liebe Leser

Was macht wohl dieser junge Mann hier in Freshwater Bay? Schaut er nur in die Röhre oder hält er Innenschau?

Auflösung: Es war offenbar eine Notwendigkeit, an einem herrlichen Aussichtspunkt auf der Isle of Wight mit dem Laptop zu arbeiten, dessen "innere Strahlkraft" gegen das Sonnenlicht keine Chance hatte. Und darauf zu verzichten, was im Aussen geschah. Was ihm entging an diesem Platz? Der Blick in die Bucht, aufs Meer und die Kreidefelsen, das sanfte Rauschen des Wellenschlags im Kies und die kreischenden Möwen.

Ihr möchtet sehen, was der junge Mann verpasst? Schickt uns ein EMail bis zum 22.9. und wir schicken eine Postkarte zurück.

Inne halten für einen Moment **Innenschau** - dies sind wertvolle Momente, sich im Alltag zu fragen: Worum geht es gerade? Was tue ich wirklich? Womit bin ich gerade beschäftigt? Was fühle ich? Wie atme ich? Habe ich Freude mit dem, was ich tue?

Für Inne-halten und für Innenschau empfehlen wir uns auch weitere Möglichkeiten:

- **Abendseminar zum Kennenlernen:** "Integratives Familienstellen" aus erster Hand: Am Mittwoch, 25. September 2013 in Zürich, 18 Uhr. Praktische Aufstellungen, Hintergründe, Tipps und Gelegenheit für Fragen.
- **Tagesseminar Familienstellen am See (Noch Aufstellungsplatz frei)** Am Sonntag, 29. September findet ein eintägiges Seminar in Weggis statt. Eine gute Gelegenheit für eigene Anliegen, sich inspirieren lassen, in Bewegung kommen. Informationen [hier](#)
- **Zur Innenschau und/oder Weiterbildung: Nigelnagelneues Erfahrungs-Seminar zur Alltäglichkeit von Spiritualität und seiner heilenden Wirkung.** Von und mit Johannes B. Schmidt, 15.-17. November in Zürich. Es geht um die Überwindung unserer Grenzen, wenn unsere Lebensform oder die Arbeit an uns selbst an ihre Grenzen stösst. Informationen und Anmeldung [hier](#)

Wir freuen uns über Euer Interesse und stehen für weitere Informationen gerne zur Verfügung.

Herzliche Grüsse
André und Anke Hintermann

2[Hintermann]



André & Anke Hintermann
Ottenbacherstrasse 52, 8912 Obfelden
Tel. 043-211 04 23

Coaching-Praxis in Zürich
Wiesenstrasse 11, 8008 Zürich

www.2hintermann.ch
www.insac.ch
www.derhintermann.ch

Sie möchten keinen Newsletter mehr von uns erhalten? Dann senden Sie uns bitte eine [Nachricht](#) und wir löschen Ihre Daten aus unserer Liste.