

## Im April: Eile mit Weile

Die schnelle (?) **Übung** für den Alltag

### Die Entdeckung der Langsamkeit

Du brauchst für diese Erfahrung zehn Minuten Zeit und einen Ort, wo Du für Dich alleine bist. Schreite eine Geh-Strecke von zehn Metern Länge in normalem Tempo ab. Dann gehe wieder zum Ausgangspunkt zurück und lege dieselbe Strecke in zehn Minuten zurück. Achte darauf, dass Du nicht früher ankommst und schaue nur einmal auf die Uhr. Registriere, wie Du Deinen Körper und Deine Umgebung wahrnimmst, und welche Gedanken Dir durch den Kopf gehen.



### Aus unserem aktuellen Fortbildungsangebot

#### NLP-Ausbildung - Jetzt anmelden

14. 6.: 18 Uhr Start des Practitioner-Wochen-Kurses in Kirchentellinsfurt  
Dreimal pro Monat mittwochs von 18.00 -21.30 Uhr, plus  
ein Intensiv-Wochenende im Januar 2007.  
Info-Abend: 4.Mai 18.30 Uhr in Kirchentellinsfurt

#### Info

16.5.: 19 Uhr Gelöst und konzentriert in die Prüfung. Info-Abend  
zum NLP-Coaching-Konzept gegen Prüfungs-Stress

#### Kurs

13./20./27. Juni 18.30-21.30 Uhr: Mentales Training zum Wunschgewicht

#### Impuls-Treffen

25.4.: 19 Uhr in den Räumen der Neuen Arbeit im Französischen Viertel  
in Tübingen. **Thema: Metaphern.** Ihr seid herzlich eingeladen.

### NLP-Reflex

Im amerikanischen Westen, irgendwo in Arizona oder New Mexico: Eine kleine Ortschaft mit einem Bahnhof. Einer der wenigen Züge, die hier durchkommen, hält an. Einige Reisende steigen aus, darunter auch ein älterer Indianer. Die Reisenden zerstreuen sich nur der Indianer geht nicht weg, sondern setzt sich unweit der Gleise hin.

Nachdem einige Zeit vergangen ist und der Indianer immer noch dasitzt, geht der Bahnhofsvorsteher, der dies beobachtet, auf den Indianer zu und fragt ihn, was los sei und ob er ihm helfen könne.

Der Indianer schaut den Bahnhofsvorsteher an und antwortet in freundlichem Ton: „Es ist alles ok. Ich bin eine längere Strecke mit dem Zug unterwegs gewesen und jetzt warte ich, bis auch meine Seele angekommen ist.“