

# Embrace life



Überwindung von  
Angst und Aufbau  
von Selbstvertrauen

Tanis Helliwell Luzern 8.- 9. Juni 2024



## Embrace life

Angst ist die Hauptursache all des fehlerhaften Denkens ist, das zu den verheerenden Handlungen führt, welche unsere wunderschöne Welt so sehr in ihrer Gewalt haben. Vielleicht glaubst du, dass es andere sind, die durch Gewalt, Krieg, Gier und viele andere unerwünschte Aktionen die Angst in der Welt verursachen und dass es entweder nichts gibt, was du dagegen tun kannst oder dass es nicht dein Problem ist.

Es gibt eine ganze Menge, was du tun kannst, um dein Gleichgewicht während dieser herausfordernden und verwirrenden Zeiten aufrecht zu erhalten. Die beste und schnellste Lösung besteht darin, deine eigenen Ängste direkt anzugehen.

Der **zweitägige Workshop**, *embrace life*, beschäftigt sich mit den Ursachen, die deinen physischen, emotionalen und spirituellen Ängsten zugrunde liegen, und er wird dir Instrumente an die Hand geben, um dir zu helfen, diese Ängste am Ort ihrer Entstehung zu heilen.

Dadurch bewegst du dich von der Hoffnungslosigkeit in die Selbstbefähigung und baust deine Energie wieder auf, so dass du deine Seelenaufgabe in deinem inneren und äußeren Leben erfüllen kannst. Außerdem unterstützt du durch die Überwindung deiner eigenen Angst andere dabei, das gleiche für sich zu tun, was wiederum dabei hilft, die sichere, friedliche und liebevolle Welt zu erschaffen, nach der wir uns sehnen.

**Samstag, 08. Juni 2024 10:00-17:00**

**Sonntag, 09. Juni 2024 10:00-15:30**

**[Yogagemeinschaft Luzern \(luzern-yoga.ch\)](http://luzern-yoga.ch)**

**Ort: Hirschengraben 13A · 6003 Luzern Preis: CHF 350**

**Kontakt für Information und Anmeldung: Jörg Hoffmann  
[j.hoffmann@gmx.ch](mailto:j.hoffmann@gmx.ch)**