

Andreas Bernhard Müller

LIEBE DICH SELBST WIE DEINEN NÄCHSTEN

Andreas Bernhard Müller

arbeitet seit dreissig Jahren als Projektleiter und Eventmanager und hat sich gleichzeitig in vielen Aus- und Weiterbildungen u.a. bei Neale Donald Walsch, Alan Lowen, Ku Kahuna Lokahi oder Willem Lammers tief mit Fragen zum Sein, zur Psychologie des Glücks, zu Kreativität, Selbstermächtigung



und -heilung, Spiritualität sowie Coaching und Persönlichkeitsentwicklung auseinander gesetzt. Seine grosse Passion und Fähigkeit ist, Gelegenheiten und Möglichkeiten zu schaffen, in denen Menschen ihr Potenzial erkennen und immer mehr zur Entfaltung bringen können, sei dies in Coaching- und Beratungsgesprächen, eigenen Workshops oder als Organisator für andere Lehrerinnen und Lehrer. Als Autor hat er vor kurzem ein erstes kleines Handbuch mit dem Titel „Liebe dich selbst wie deinen Nächsten“ herausgegeben, das kostenlos auf seiner Website downgeloadet werden kann und im Fachhandel und bei Amazon auch gedruckt erhältlich ist.

Seit fünf Jahren hat er den Lebensmittelpunkt wieder in St.Gallen, freut sich über eine 19jährige Tochter und einen 25jährigen Stiefsohn und lebt in einer liebevollen Beziehung mit seiner Partnerin direkt am Stadtpark.



Andreas B. Müller | Blumenaustrasse 2 | 9000 St. Gallen
Coachingraum: Zwinglistrasse 7 | 9000 St. Gallen
+41 (0)71 534 81 84 | +41 (0)79 213 23 38

www.andreasmueller.com | home@andreasmueller.com
www.facebook.com/liebedichselbst
www.facebook.com/potenzialentfaltung

Dein Buch hat mir gezeigt, das ich mich immer hinten an gestellt habe, immer zurückgesteckt, immer alles hinuntergeschluckt habe. Ich liebe mich selbst, ich bin es mir wert, ich bin auch wertvoll. ~ Eleonore Z.

Es ist genau dieser Punkt, um den es wirklich geht. Man kann es gar nicht genug verinnerlichen! ~ Barbara F.

Auch ich bin in einer Kirchengemeinde gross geworden, in der man das „wie dich selbst“ unterschlagen hatte. Deshalb finde ich Ihr Buch sehr bereichernd und es hilft mir, genauso wie die Bücher von Neale Donald Walsch, endlich zu erfahren, wer ich wirklich bin. ~ Marion H.

Vor fast 30 Jahren, „als ich mich auf den Weg machte“, war mir das Thema sehr deutlich geworden mit der Frage: Wie liebe ich mich denn selbst, was meinen die denn mit „Liebe deinen Nächsten, wie dich selbst“, wenn keiner weiß wie er/sie sich selbst lieben kann... das ist doch wohl ein verdrehter Satz? In all den Jahren sind mir viele Lektionen zu dem Thema begegnet. Mein Fazit: Es kann nur mit der Selbstliebe beginnen! Dieses Buch bringt es wirklich auf den Punkt. Unbedingt weiterempfehlen! ~ Regina W.

Nur so kann es funktionieren. Denn wenn ich mich selbst genug akzeptiere, kann ich den Anderen lassen, wie er ist. Dann hätte die „ich bin besser als du“-Mentalität ausgedient und es gäbe endlich Frieden und ein Miteinander statt ein Gegeneinander. Und man kann selbst was TUN und ist nicht Opfer. Man tut es für sich und gleichzeitig für das Umfeld. Meines Erachtens der einzige Weg. ~ Susanne T.

eBook kostenlos downloaden:
www.andreasmueller.com/ebook

www.andreasmueller.com
www.facebook.com/liebedichselbst
www.facebook.com/potenzialentfaltung



Akzeptieren von ALLEM, was ist.

- eBook kostenlos downloaden
- neue Workshops 2012:
 - Liebe dich selbst wie deinen Nächsten
 - Die Magie des Seins
 - Ganz Mann sein.
- Coaching ins volle Potenzial
- Ermächtigende Coachingfrage der Woche kostenlos abonnieren

Edition.LEBENheute

Liebe dich selbst wie deinen Nächsten

Erlebnisabend:

Donnerstag, 26. Januar, 19.30 Uhr
Festsaal Katharinen, Katharinengasse 11, St. Gallen
Fr. 20.-, ohne Voranmeldung

Wochenend-Workshops:

- Freitagabend, 30. März bis Sonntag, 1. April
Freitag ab 20 Uhr bis Sonntag um 16 Uhr
Seminarzentrum Schloss Glarisegg, Steckborn
Fr. 340.- plus Unterkunft/Verpflegung
- Verlängertes Pfingstwochenende speziell für Paare
Freitagabend, 25. Mai bis Pfingstmontag, 28. Mai
Freitag ab 20 Uhr bis Montag um 16 Uhr
Kulturhotel Seegüetli, Wildhaus/Toggenburg
Fr. 390.- plus Unterkunft/Verpflegung

Sich ganz annehmen mit allen Ecken und Kanten inklusive den Anteilen, die nicht immer so einfach annehmbar sind, kann die Grundlage sein für ein erfülltes und reiches Leben, unabhängig der äusseren Umstände. Und selbst das „Aussen“ kann sich verändern, wenn der Blickwinkel und die eigene Position verändert werden.

In einfachen, spielerischen und zugleich tief wirkenden Prozessschritten – in Begegnungen mit sich und den anderen Kurs teilnehmenden – erschliessen sich grössere Bewusstheit und Achtsamkeit für das eigene Sein: Die Ich-Stärke wird dadurch unterstützt (oder zurückgewonnen), und in Verbindung mit der inneren Wahrheit gelingt es immer besser, die persönlichen Ziele und Wünsche gelassen und in Klarheit zu erreichen.

Verlängertes Pfingstwochenende für Paare: Ob erst kurz zusammen oder schon lange verbunden, kann es äusserst bereichernd und erfrischend sein, sich seiner selbst und den eigenen Wünschen (wieder) bewusst und damit dem/der geliebten Partner/in ein authentisches Gegenüber zu sein oder zu werden.

Masken tragen kann Spass machen, mit der Zeit aber auch mühsam und hinderlich werden, wenn damit Persönlichkeitsanteile versteckt und Wünsche und Sehnsüchte unterdrückt werden. In achtsamen Übungen und Ritualen kann die Liebe in sich selbst und dem/r Partner/in gegenüber intensiviert und neu geweckt werden.

Die Magie des Seins

Wochenend-Workshop:

Freitag, 15. Juni bis Sonntag, 17. Juni
Freitag ab 20 Uhr bis Sonntag um 16 Uhr
Seminarzentrum Schloss Glarisegg, Steckborn
Fr. 340.- plus Unterkunft/Verpflegung

„Alles, was du bist, bist du, weil du beschliesst, es zu sein.“ Eines der atemberaubendsten Werkzeuge aus den „Gesprächen mit Gott“ von Neale Donald Walsch ist das Konzept der Umkehr des uns so vertrauten Paradigmas HABEN-TUN-SEIN: Wenn ich X habe, kann ich Y tun, um damit Z zu sein, oder mit einem schlichten Beispiel ausgedrückt: „wenn ich genügend Geld/Zeit habe, kann ich mir langen Urlaub leisten, und dann bin ich glücklich.“ Die Umkehr dieser Aussage heisst SEIN-TUN-HABEN: Wenn ich Z BIN, werde ich Y tun, und X haben, oder „wenn ich mich dazu entschliesse, glücklich zu SEIN, werde ich mich entsprechend verhalten, und die entsprechenden Dinge in den Raum rufen.“

Dieser auf der Basis von Walsch's Being-It-Retreat entwickelte Workshop ist eine lustvolle Herausforderung, sich auf eine Reise zu begeben, die eine einmalige Gelegenheit ist, den Prozess der Gestaltung der eigenen Erfahrungen mit wirkungsvollen Werkzeugen zu verstehen und konkret anzuwenden und eine Erweiterung des bewusst SEINS ermöglicht.

Anmeldung für alle Workshops siehe:
www.andreasmueller.com/workshops

Coaching & Beratung

Wenn Sie das Gefühl haben, irgendwie festzustecken, unterstützt Sie Andreas B. Müller als Coach und Lebensberater dabei, Antworten auf Ihre drängenden Fragen im Privat- und Berufsleben zu erhalten. Er kann Ihnen persönliche Impulse geben, die Sie brauchen, um die nächsten konkreten Schritte zu gehen und hilft Ihnen dabei, Ihre Ziele motiviert und in Eigenverantwortung herauszuarbeiten und Stufe für Stufe zu erreichen.

Kontakt: home@andreasmueller.com | 079 213 23 38

Ermächtigende Coachingfrage der Woche (per E-Mail) kostenlos abonnieren: www.andreasmueller.com/coachingfrage

Ganz Mann sein.

Offener Einführungabend:

Montag, 30. Januar, 19 Uhr
Festsaal Katharinen, Katharinengasse 11, St. Gallen
Fr. 20.-, ohne Voranmeldung

Geschlossenes Halbjahrestraining:

jeweils am Montag von 19 bis 22 Uhr
am 20.2. / 12.3. / 2.4. / 30.4. / 21.5. / 11.6. und an einem Wochenende im Sommer nach Vereinbarung
Fr. 490.- plus Unterkunft/Verpflegung am Schlusswochenende

Wann ist ein Mann ein Mann? Wie wird ein Mann ein ganzer Mann?

Dem offenen Einführungsabend folgt ein Basistraining in sieben Stufen mit sechs Abenden und einem abschliessenden Initiationsritual an einem gemeinsamen Wochenende im Sommer in der Natur.

Dieses Training führt Sie schrittweise näher an den wahren Mann in Ihnen, konfrontiert Sie mit Ihren Licht- und Schattenseiten, lädt Sie ein, Ihre innere Achtsamkeit zu entwickeln und stärkt in Übungen und dynamischen Prozessen Ihr Selbst- und Mannbewusstsein.

Begleitet wird dieser achtsame und wirkungsvolle Weg durch zwei Männer, die kaum unterschiedlicher sein könnten und trotzdem in faszinierendem Einklang zueinander stehen. Die Begegnung von Norbert Geiger und Andreas B. Müller in einem Workshop mit dem hawaiianischen Kahuna Ku hat eine tiefe Berührtheit und den Wunsch nach einem gemeinsamen Projekt ausgelöst.



Norbert Geiger arbeitete als Skilehrer, Bergführer, Sprengmeister, Landwirt, Diakon, Suchttherapeut und Biosynthese-Therapeut und bietet seit über 25 Jahren Einzel- und Gruppensitzungen an. Er wohnt auf seinem Bauernhof in Oberegg AI und wirkt zunehmend als „Wandertherapeut“ an verschiedenen Orten, da seine speziellen Fähigkeiten und unkonventionellen Methoden ihre Wirkung zeitigen.