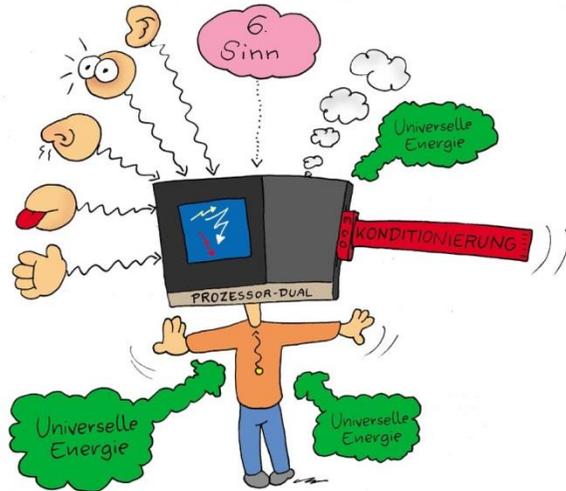


## Unsicherheit geht!



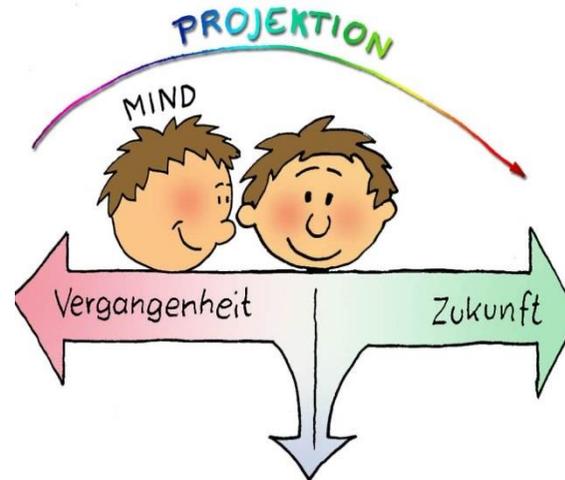
Die Sinnes-Organe sind unsere Helfer und Kontaktpunkte zur Außenwelt.

Den natürlichen Zustand erfahren wir nur bei der Sicht nach innen.

Der sechste Sinn führt zur Einsicht.

Der Mind wird als Prozessor erkannt.

## Innere Stabilität kommt!



Erfahren Sie Ihren natürlichen Zustand

- Frei von Vorstellungen
- Frei von Identifizierung
- Frei von Konditionierung

Durch das Erkennen des Mind

## Leichtigkeit bleibt?

Wenn Unsicherheit durch innere Stabilität ersetzt wird, bleibt Leichtigkeit.

Wie Sie Ihrem Leben mehr Sinn, Inhalt und innere Erfüllung geben.

Frei von allen alten Klischees, wie:  
-man muss stundenlang Meditieren,  
-im unbequemen Schneidersitz sitzen  
-Schmerzen in Beine und Rücken ertragen,  
-Stille ist gleichbedeutend mit Ruhe,  
-Affirmationen helfen aus jeder Krise,  
-ein anderer Mensch weiß, was gut für Sie ist.  
-wir wollen das Einfache nicht.

Wenn Sie glasklare Antworten auf all Ihre Fragen selber erfahren wollen, bringt altbewährtes östliches Wissen, gepaart mit westlicher Wissenschaft, durch sorgsame Selbstreflexion mit "INSIGHT mindfocusing", verlässliche Hilfe in jeden Moment Ihres Lebens.

Leichtigkeit hat Zukunft!

IF NOT NOW, WHEN?

Wenn nicht jetzt, wann dann?

## Was & Wo?

Coaching 1  
Einzelpersonen nach Absprache

Coaching 2  
Gruppencoaching nach Absprache

Coaching 3  
Offene Workshops

Weiteres Wissenswerte finden Sie auf der Website.

## Warum?

Weil folgende Hürden wie zum Beispiel

- Stress,
- Burnout,
- unerklärliche Unruhe,
- Angst jeglicher Art,
- Unkontrollierbare Emotionen,
- Unsicherheit in einem oder mehreren Lebensbereichen,
- Gier, Hass, Neid, Eifersucht,
- Konflikte durchleben, die

ö Ihre Lebensfreude reduzieren und Sie gerne in Ihren natürlichen Zustand zurückkehren wollen.

Erkennen Sie die Gesetze der wahren Natur, durch intensive, sachliche, nachdrückliche und sorgsame Überprüfung. Vorgaben und Annahmen werden durch Wissen ersetzt.

## AUSZEIT & RÜCKZUG

WENN NICHT JETZT  
ö WANN DANN?

Durch "INSIGHT mindfocusing" frei von Hetze und Zeitdruck leben!

Die Zusammenhänge des Lebens in sich selbst erkennen . weil es nur dort möglich ist. Einsicht ist die Grundlage für Verständnis.



ICC ~ Norbert Glaab  
Mörikestrasse 30  
72667 Schlaitdorf  
Tel: 07127.92 59 23  
[icc@norbert-glaab.de](mailto:icc@norbert-glaab.de)  
[www.norbert-glaab.de](http://www.norbert-glaab.de)

Ihre Zufriedenheit berührt mich.

## Die INSIGHT-Methode

Die vier Punkte der Aufmerksamkeit

1. Der Körper -  
Haltung  
Berührungspunkte

2. Grundstimmung -  
Achtsamkeit auf den unterliegenden  
Gemütszustand.

Vorbereitung zur mentalen Verankerung durch Konzentration auf das Heben und Senken der Bauchdecke beim Atmen.

3. Gefühle -  
Achtsamkeit auf alle auftretenden  
Gefühle.

4. Gedanken -  
Achtsamkeit auf alle auftretenden  
Gedanken und Sinneswahrnehmungen.

Generell:

Alle Feststellungen sollen ohne Wertung, neutral und ohne sich damit zu identifizieren, gemacht werden.

IF NOT NOW, WHEN?

Wenn nicht jetzt, wann dann?