



Schule für
JAZZGYMNASTIK + KOMMUNIKATION
Adresse: Rebenweg 2, 5707 Seengen
Telefon: 062-777.33.22
Email: info@kommzumsein.ch

KOMMUNIKATION

als Lebensgestaltung

lehrt uns, die Macht unserer Entscheidung zu begreifen, dass *wir* die Gestalter unserer Erfahrungen sind. Wir lernen ganz eindeutig unsere Lebens-Situationen anzuschauen und den Ist-Zustand zu klären. Wir erkennen dadurch, dass Un-Frieden, Angst, Krankheit sich nicht vereinen lassen mit dem Frieden. An das eine glauben bedingt den Verzicht auf das andere. Und wer will auf den Frieden verzichten?

Kommunikation erlöst uns aus dem Hoch- und Tiefgefühl. Wir werden zur inneren Freiheit geführt, spüren vermehrt die innere Ruhe und das in sich frei Fühlen – weil Freiheit die Bedeutung des Friedens ist. Eine kleine Bereitwilligkeit nur ist notwendig, um sich selber helfen zu wollen, etwas zu ändern und daran zu glauben, dass es für jeden ein besseres Leben gibt.

Seit 1995 unterrichte ich Kommunikation in Gruppen und Einzelgesprächen.

In geführtem Gruppengespräch praktizieren wir **Kommunikation** indem wir tatsächliche Zusammenhänge unseres Lebens und geistige Prinzipien erarbeiten, anhand von Beispielen der Teilnehmer. Auf diesem Weg gelangen wir zu neuen Sichtweisen, die in allen unseren Beziehungen zu mehr Verständnis führen.

Ich freue mich über jedes Interesse, jeden Anruf sowie über alle Rückfragen.
Fränzi Schwarz



Schule für
JAZZGYMNASTIK + KOMMUNIKATION
Adresse: Rebenweg 2, 5707 Seengen
Telefon: 062-777.33.22
Email: info@kommzumsein.ch

Lasse folgendes Gedicht auf dich wirken, achte auf dein Gefühl und danach auf deine Gedanken!

Es ist Unsinn
sagt die Vernunft
Es ist was es ist
sagt die Liebe

Es ist Unglück
sagt die Berechnung
Es ist nichts als Schmerz
sagt die Angst
Es ist aussichtslos
sagt die Einsicht
Es ist was es ist
sagt die Liebe

Es ist lächerlich
sagt der Stolz
Es ist leichtsinnig
sagt die Vorsicht
Es ist unmöglich
sagt die Erfahrung
Es ist was es ist
sagt die Liebe

Von Erich Fried.