

**"Man schließt die Augen der Toten behutsam;
nicht minder behutsam muss man die Augen der Lebenden öffnen."**

- Jean Cocteau (1889 -1963) -

Sehr geehrtes Auditorium, sehr geehrte Auditorium Community,

die Psychologie ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen.

Stauend sah ich neulich z. B. in der Bild-Zeitung Hilfsangebote à la Familienstellen und renommierte Zeitschriften wie "Der Spiegel", die "Neue Zürcher Zeitung" - NZZ und "Die Zeit" haben sehr gute psychologische Artikel und Interviews und verweisen auf wichtige Bücher in diesem Bereich.

Unser Leben ist schnelllebiger, unsicherer und komplexer geworden. Wurde früher etwa **ein Beruf häufig ein Leben lang** ausgeübt, oft sogar an derselben Arbeitsstelle, ist es heute gang und gäbe, Arbeitsstelle und Wohnort zu wechseln - eine Ehe, die ein Leben lang hält, ist rar geworden heutzutage. Die Herausforderungen, die wir täglich zu bewältigen haben, sind komplexer geworden und werden es ständig weiter. Die Kirche, früher Trost- und Sinnspender, ist für die meisten Menschen kein Platz mehr, an dem sie ihr Seelenheil suchen oder zu finden hoffen.



Immer mehr Menschen geraten in Krisen und benötigen in so mancher Lebensphase **Informationen, Rat und Hilfe.**

Auch **Auditorium Netzwerk**, vor 10 Jahren noch ein Insidertipp, ist **heute außerhalb der Welt der Profis bekannt** geworden durch fundierte und vielfältige **Unterstützung und Hilfestellungen renommierter, fachlich exzellenter Therapierender, Coaches und weiser Frauen und Männer** aus unterschiedlichen weltethischen Disziplinen.

Das Ziel unseres nächsten Online-Kongresses (vom 28. Oktober bis 03. November)

PSYCHOLOGISCHE HILFE

im ALLTAG für ALLE

Von STRESS zu ENTSPANNUNG

Von BURNOUT zu GUTEM SCHLAF

Von DIÄTENWAHN zum SPÜREN DES KÖRPERS

ist es, **Ihnen an 7 Tagen Hilfe und nährnde Unterstützung zu bieten** durch eine Auswahl hochkarätiger Aufzeichnungen.

Die einzelnen Tage sind Themen gewidmet, die für nahezu alle im Verlauf des Lebens einmal aktuell sind:

- **Karriere und berufliche Zufriedenheit**
- **Wenn Engagement zur Falle wird - Wege aus der Erschöpfung**
- **Vom guten Umgang mit Stress – Stress und Stress-Management**
- **Schlafen wie ein Murmeltier**
- **Entspannung finden – bei sich ankommen**
- **Richtig essen und Lebensenergie**

Mit Sicherheit jeder muss sich mit dem Thema

"Abschied – Loslassen – Tod"

auseinandersetzen, dem täglich ein oder zwei Beiträge gewidmet sind.



Als kleine Kostprobe zeigen wir Ihnen Ausschnitte folgender Titel:

- **Maja Storch: Schluss mit dem Diäten-Wahn**
- **Michael Bohne: Lampenfieber und Auftrittsstress überwinden**
- **Kai Spiegelhalder: Schlaf und Gesundheit**

>>> Hier geht's zum gratis Reinschauen.

Wir wünschen uns, dass Sie durch unseren Onlinekongress **für sich gewinnbringende und hilfreiche Impulse, Vorschläge und Anregungen erhalten** - und wie immer:

Mögen Ihr Geist elastisch und Ihr Herz offen sein.

Es grüßen herzlich

Ihr

Bernd Ulrich-Buff und Team

