

Vortrag

Frieden beginnt innen

Vortrag am Donnerstag, 23. April 2026, 19:00–20:30 Uhr

Wir wünschen uns von Herzen, Frieden in diese unruhige Welt zu bringen.
Wir möchten verzeihen, großzügig sein, geben, zuhören, Brücken bauen.

Und doch erleben wir uns im Alltag oft ganz anders.

Da ist der innere Widerstand.

Die Enttäuschung.

Der Wunsch nach Anerkennung für das, was wir bereits geben.

Die Erschöpfung.

Und plötzlich gelingt genau das nicht mehr, was wir eigentlich leben möchten.

Viele kennen diese Momente:

Man weiß, was richtig wäre – und schafft es dennoch nicht, über den eigenen Schatten zu springen.

In diesem Vortrag geht es um einen neuen, entlastenden Blick auf unsere Gefühle.

Sie erfahren,

- wie Gefühle überhaupt entstehen
- warum sie uns manchmal so sehr im Griff haben
- und wie wir ihnen auf sanfte und zugleich kraftvolle Weise begegnen können

Statt innerem Druck oder Selbstüberforderung eröffnet sich ein Weg, Frieden und Gelassenheit von innen heraus zu kultivieren – alltagstauglich, verständlich und ohne sich „zusammenreißen“ zu müssen.

Der Vortrag lädt dazu ein, sich selbst besser zu verstehen, innere Enge zu lösen und neue Spielräume im Miteinander zu entdecken.

Ein Abend für alle, die spüren:

Veränderung im Außen beginnt mit einem ehrlichen, freundlichen Blick nach innen.

Der Vortrag ist kostenlos und möge Sie durch viele interessante Erkenntnisse über Gefühle, ihre Entstehung und wie wir inneren Frieden erfahren können, bereichern.