

Irene Wahle

IRENE WAHLE

biographin

17. Dezember 2009

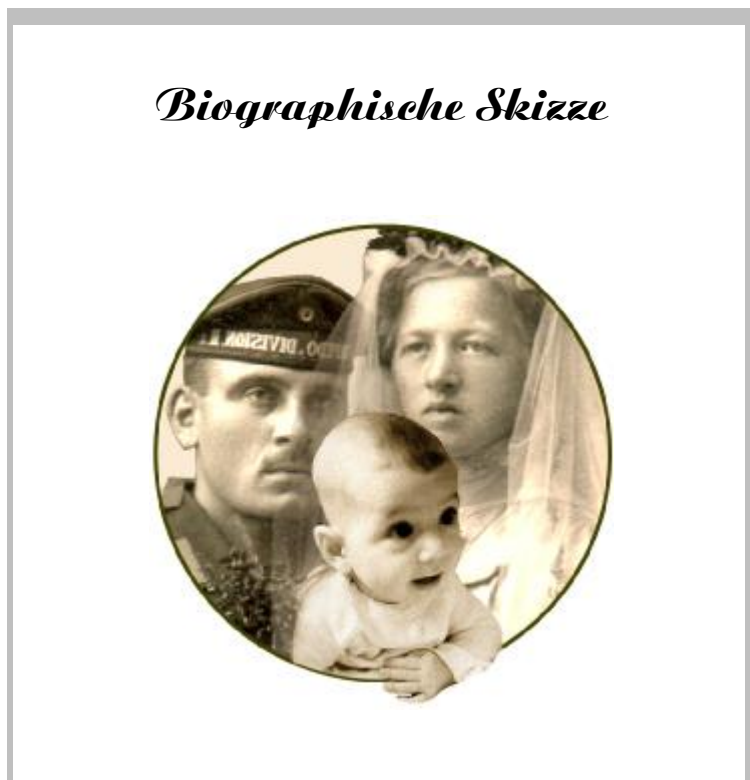
Sehr geehrte Damen und Herren,

in meinem heutigen **Newsletter** lesen Sie:

1. Besondere Geschenkidee: Gutschein für eine „Biographische Skizze“ verschenken.
2. Es weihnachtet: Anregungen für sinnlich- reflektiertes Tagebuch-Schreiben
3. Aktion Kindertraum: kranke Kinder sollen lachen
4. Zeichen des Gevatters: Kunst – Humorvolles – Grabinschriften
5. Was uns Geschichten erzählen: "Vor langer Zeit, als die Götter zu entscheiden hatten "

### **1. Die besondere Geschenkidee: Gutschein für eine „Biographische Skizze“**

Noch sechs Tage. Haben Sie schon alle Weihnachtsgeschenke besorgt? Oder überlegen Sie noch? Möchten Sie möglicherweise ein: langlebiges, wertvolles und exklusives Geschenk für einen lieben Menschen finden? Dann verschenken Sie doch einen **Gutschein** für eine



IRENE WAHLE

biographin

### **Biographische Skizze**

Größe	10x 10 cm
Seiten	30
Fotographien	5
Gestaltung Inhalt/Cover	inklusive
Anzahl Exemplare	10

**Preis: 790,00€**

**zzg. Fahrtkosten**

Mit diesem Präsent schenken Sie Freude, Wertschätzung und Anerkennung und bleiben nachhaltig in Erinnerung.

➔ **Senden Sie mir gern Ihre Anfrage mit Ihrem Wunschtermin für einen Rückruf. Ich melde mich bei Ihnen.**

<http://www.irene-wahle.de/kontakt.php>

## **2. Es weihnachtet: Acht Tipps für sinnlich- reflektiertes Tagebuch-Schreiben**

In meinem letzten Newsletter habe ich Sie angeregt, über Ihr Leben nachzudenken und wichtige Ereignisse in einem Tagebuch festzuhalten.

- Schreiben Sie Ihre Gedanken frisch von der Leber weg.
- Schreiben Sie, wie es in Ihren Tagesrythmus passt.
- Setzen Sie sich ein tägliches Limit an Seiten. Das motiviert einerseits, da der Umfang begrenzt ist und trainiert andererseits, mit seinen Gedanken auf den Punkt zu kommen. Wenn Sie anfangs vom Hundertsten ins Tausendste kommen, ist das ok. Mit der Zeit pegelt sich das ein.
- Schreiben Sie, ohne zu werten, was Sie schreiben.



IRENE WAHLE

biographin

- Schreiben Sie mit allen fünf Sinnen: hören Sie in Ihren Tag hinein, atmen Sie seinen Geruch ein, spüren Sie Ihren Gefühlen nach, schmecken Sie ihn und tasten Sie sich in die Atmosphäre Ihres Tages hinein.
- Reflektieren Sie Ihren Tag.
- Kehren Sie die Sache auch mal um: Beginnen Sie in der letzten wachen Stunde und arbeiten Sie sich bis zum Morgen zurück
- Überdenken Sie Gescheitertes Ihres Tages.
- Löschen Sie, wenn Sie mögen Erinnerungen, die sich mies anfühlen aus Ihrem inneren Speicher. Setzen Sie anstelle dessen, die reflektierte, überdachte Lösung.

## 2. Aktion Kindertraum: kranke Kinder sollen lachen

Es weihnachtet. Das Fest der Liebe und der Freude. Wer in dieser Zeit etwas für einen guten Zweck spenden mag, dem möchte ich mit dem aktuellen Wunsch des Monats der Aktion Kindertraum eine Möglichkeit offerieren.

*„Niemand ist gerne im Krankenhaus, weder als Patient, noch als Besucher. Kahle Flure, strenger Geruch nach Desinfektionsmitteln und die schreckliche Ahnung, dass hinter jeder Tür ein trauriges Schicksal versteckt sein könnte.*

*Besonders für Kinder ist ein Klinikaufenthalt sehr schlimm. Sie liegen einsam in ihren Betten, angeschlossen an Geräte und Maschinen. Viele haben starke Schmerzen und fühlen sich furchtbar allein. Ihre Eltern können nicht ständig bei Ihnen sein. Einige kommen zudem von weit her und haben sehr lange Anfahrtswege. Und jeder, der schon mal im Krankenhaus gelegen hat, weiß, wie lang die Zeit des Wartens dort werden kann [ ... ]*

*Genau aus diesem Grunde hat sich Aktion Kindertraum vor vier Jahren für das Dauerprojekt »Klinik-Clown« entschieden. Und wenn Clown Julia in ihren riesigen Schuhen, dem bunten Kostüm und mit ihrer knallroten Nase durch drei hannoversche Krankenhäuser zieht, verzaubert sie all die trostlosen Stationsflur in eine lustige Zirkusmanege.*

*Da wird gelacht und gesungen, aber auch getröstet und beruhigt – Ängste, Schmerzen und Einsamkeit sind so schnell vergessen. [...]"*

[--> weiterlesen](#)

Irene Wahle

IRENE WAHLE

biographin

### 3. Zeichen des Gevatters: Kunst – Humorvolles – Grabinschriften

"Manche Menschen leben so vorsichtig, dass sie wie neu sterben", sagte ein mir unbekannter Autor

### 4. Was uns Geschichten erzählen: Vor langer Zeit hatten die Götter zu entscheiden...

Vor langer Zeit hatten die Götter zu entscheiden, wo sie die größte Kraft des Universums verstecken sollten, damit der Mensch sie nicht finden könnte, bevor er reif dazu sei, diese verantwortungsvoll zu gebrauchen.

Ein Gott schlug vor, sie auf der Spitze des höchsten Berges zu verstecken.

Doch die Götter erkannten sofort, dass der Mensch diesen Berg erklimmen werde und die größte Kraft des Universums entdecken könnte, bevor er reif dazu sei.

Ein anderer Gott schlug daher vor, sie auf den Grund des tiefsten Meeres zu verstecken.

Aber wieder wurde den Göttern klar, dass der Mensch natürlich auch hierhin bald vordringen und sie entdecken werde, bevor er reif dazu sei.

Schließlich sagte der weiseste Gott: „Ich weiß was zu tun ist. Lasst uns die größte Kraft des Universums IM Menschen selbst verstecken. Denn dort wird er niemals suchen, bevor er reif ist, den Weg nach Innen zu gehen!“

Und so versteckten die Götter die größte Kraft des Universums im Menschen selbst.

Und dort ist sie noch immer und wartet darauf, dass wir sie in Besitz nehmen.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an meinem Newsletter.



*Der unvergleichliche Kongo. 890 Karat*

*Irene Wahle*

IRENE WAHLE

biographin

Ich freue mich auf Ihre Anfragen, wünsche Ihnen besinnliche Weihnachten,  
einen guten Rutsch ins neue Jahr und für 2010: Glück, Wohlstand, Zufriedenheit, Erfolg im  
Privatleben und im Beruf, Gesundheit und was immer Sie sich selbst wünschen ...



*Irene Wahle*