



## FEEDBACK und wichtige Erkenntnisse

Es war eine wunderbare Chance an dem Retreat teilzunehmen, zu erfahren, dass alles nur eine Art von Betrachtung ist und ich meine „Wahrheit“ und meine Aktionen selbst gestalten kann. Damit kann ich nicht nur mir, sondern auch anderen Ruhe, Geborgenheit und Unterstützung bieten. Vielen herzlichen Dank für diese neuen Möglichkeiten!

Das “zurück in die Ruhe/Kraft” finden.

Mir hilft - auch im Arbeitsleben - Personen aus einer anderen Perspektive zu sehen, die bei mir normaler Weise bestimmte “Knöpfe“ drücken. Ich kann damit eine für mich angenehmere Arbeitsatmosphäre bilden.

Bestätigung.

Probleme schaffen wir selbst. Ziele werden in kleinen Schritten erreicht. Selbstanalyse ist hilfreich.

Kraft = Energie für das Erreichen meiner Ziele. Danke.

Der NextHealth Business Retreat war für mich etwas ganz neues und sehr schönes. Ich habe gelernt, Situationen aus anderen Perspektiven zu sehen, nicht sofort auf alles anzuspinnen und Leute in meiner Umgebung anders wahrzunehmen.

Durch Zeit nehmen und auf sich selbst gucken, können andere Perspektiven erlangt werden.

Ein gesunder Geist braucht auch einmal die Zeit des „Nichtdenkens“. Gehe einen Schritt zurück, um zwei Schritte nach vorn zu gehen.

Bestätigung schon vorhandener Erkenntnisse.

Seit dem Retreat lasse ich Ärger von Anderen an mir vorbei und mache gedanklich einen Schritt zur Seite. Ich reagiere auf stressige oder anstrengende Situationen ruhiger, gehe einen Schritt zurück, sortiere und beginne dann erst mit der Problemlösung.

Ruhe und Auszeiten sind richtig. Reflexion und Selbsterkenntnis. Kommunikation.

Jeder gestaltet seine Wahrheit selbst.

Ich habe meine Notizen aus dem Retreat zu Hause in der Küche an der Pinnwand hängen und sehe sie öfters an. Und es war gut sie zu schreiben und so einen „Anker“ zu haben, der mich zurück, der mich auf mich schauen lässt und auf das, was für mich wichtig ist und mir gut tut. Dafür möchte ich euch danken.

There are many ways to solve a problem, if one thing doesn't work, try something else.

Interaction with different people.

Ruhe durch atmen.

Gruppendynamik, -zusammenhalt, -verstehen.

Ziele: genau wissen und fühlen, die eigene Lebensenergie spüren, sich wieder mehr bewegen.

Gefühlt liegen die schönen, gemeinsamen Tage schon wieder lange zurück – danke!

Nach 4 Tagen Business Retreat und zahlreichen Erkenntnissen ging es zurück in den Alltag. Natürlich bleibt der Alltag bestehen- doch ich lebe jetzt anders: Ich denke wieder an mich, bin damit glücklich und habe einige Vorsätze realisiert. Meine Leistungen sind effektiver und ich habe ein gutes Lebensgefühl. Kurz und knapp- ich bin wieder glücklich! Vielen Dank.