

Wenn der Newsletter nicht richtig angezeigt wird, klicken Sie bitte [hier](#):

LUTZ HERKENRATH
Energie und Emotionen erleben

Newsletter
Juli 2016



Sehr geehrte Damen und Herren,

wissen Sie, was "toxische Sehgewohnheiten" sind? Nein? Ich bis vor Kurzem auch nicht. Was das ist, erfahren Sie, wenn Sie möchten, weiter unten. Im Buchtipp geht es um einen Klassiker: "Trotzdem Ja zum Leben sagen", von Victor Frankl. Für mich eines der wichtigsten Bücher der letzten Jahre. Und zum Schluss habe ich noch eine Empfehlung für einen Kongress für mehr Selbstbewusstsein für Sie, kostenlos und online. Ich wünsche wie immer viel Freude beim Lesen,

mit herzlichem Gruß
Lutz Herkenrath

Das wird ja immer wird besser

Finden Sie nicht auch, dass das stimmt? Dass wir Menschen immer mehr Grund haben, zufrieden und glücklich zu sein? Dass unsere Welt sich in den letzten 20 Jahren gewaltig zum Positiven entwickelt hat? Nein? Bevor Sie sich jetzt besorgt Gedanken machen, was der Herkenrath wohl geraucht hat, möchte ich Ihnen versichern: Ich stehe nicht unter Drogen. Natürlich sind mir die Krisen, die wir in der Welt erleben müssen, vollauf und sehr schmerzlich bewusst, jeden Tag passieren dramatische Dinge. Aber bildet diese Sicht die ganze Realität ab? Ich glaube: nein. Daneben gibt es (noch mindestens) eine andere Wirklichkeit, die die Meisten von uns nicht so präsent haben - mich eingeschlossen.

Wussten Sie, dass in Deutschland...

...die **Zahl der Verkehrstoten stark rückläufig** ist? 1990 mußten wir 11.300 Tote beklagen. 2015 waren es "nur" noch 3.450 Tote.

...wir **weniger Schulabbrecher** haben? 1990 waren es 9,6 %, in 2015 noch 5,6 % aller Schüler, die die Schule ohne Abschluß verliessen.

Und das weltweit...

...inzwischen 91% der Menschen Zugang zu **Trinkwasser** haben? 1990 waren es noch nur 77%.

...die **Lebenserwartung** auf der Welt gestiegen ist? 1990 wurde ein Mensch im Durchschnitt 65,3 Jahre alt. 2015 lebte er durchschnittlich 71 Jahre.

...der **Hunger weltweit abnimmt**? 1990 gab es 1.100 Mio. hungernde Menschen in der Welt. 2015 waren es noch 795 Mio.

...**weniger Kinder sterben**? 1990 überlebten 12,7 Mio. Kinder die ersten Lebensjahre nicht. 2015 gab es noch 5,9 Mio. tote Babys.

Wenn Sie jetzt einwenden, dass die Zahlen immer noch erschreckend hoch

sind, dann gebe ich Ihnen völlig Recht. UND ich gebe zu, dass mich diese Zahlen verblüfft haben. Ich halte mich für einen interessierten und informierten Zeitgenossen. Warum wusste ich das nicht?



Es gibt eine Erklärung dafür:

Unsere toxischen Sehgewohnheiten.

Der Zukunftsforscher Hans Rosling sieht den Ursprung dieses verfehlten Blicks der westlichen Länder auf den Planeten in einer "toxischen Kombination aus Arroganz und Ignoranz".

Unsere Wahrnehmung, so Rosling, ist geprägt durch die Interpretation in den Medien. Und da gilt schon seit Urzeiten: Nur schlechte Nachrichten sind gute (im Sinne von verkaufsfördernde) Nachrichten. Hans Rosling hat dazu einen Test entwickelt. Mit der Beantwortung von 10 Fragen können Sie klären, ob Ihr Blick auf die Welt pessimistischer oder optimistischer ist als beim Durchschnitt der Befragten. Und wie sehr Ihr Wissen von Ihrer Überzeugung geprägt ist. Zu den Fragen geht es **HIER**.

Ich habe beim ersten Mal höchst durchschnittlich abgeschnitten. Ich darf also an meiner Grundeinstellung auch noch arbeiten. :-)

Ich bin fest davon überzeugt: Sich bewusst zu werden, was wir auf dieser Erde in den letzten Jahrzehnten erreicht haben, hilft sehr. Beim Überleben.

Die Buchempfehlung:



...trotzdem Ja zum Leben sagen - Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager
von Viktor Frankl

Ich gebe zu, um dieses Buch habe ich mich ein bißchen gedrückt. Ich fürchtete, es wird zu heftig, ich wollte nicht "runter gezogen werden". Als ich mich endlich überwunden hatte, erlebte ich eine Überraschung. Es klingt vielleicht komisch, aber es ist das lebensbejahendste Buch, das ich jemals gelesen habe. Viktor Frankl hat Grauenhaftes erlebt und schildert eindrücklich, ohne Schuldzuweisung, wie er einen tiefen Sinn in seinem Schicksal gefunden hat. Und so die Kraft zum Weiterleben finden konnte. Es sei jedem Menschen, der in einer existenziellen Krise steckt, wärmstens empfohlen. Mehr Weisheit und Klarheit ist in diesem Leben nicht zu bekommen.

Das Buch kostet € 17,95 und ist im Kösel-Verlag erschienen. Nähere Infos finden Sie **hier**.

08.07.2016 Seminar 'Ich bin. Also wirke ich.' - DHBW in Lörrach

Das Seminar ist ausgebucht

31.08.2016 Vortrag 'Das E.I.N. Prinzip®' - HORIZONTWISSEN in Aachen

Weitere Infos finden Sie [hier](#).

12.+13.10.2016 Seminar 'Durchsetzungsstärke trainieren' - TAE in Esslingen

Weitere Infos finden Sie [hier](#).

07.11.2016 Vortrag 'Böse Mädchen kommen in die Chefetage' - ExpertenZeit in Düsseldorf

Weitere Infos finden Sie [hier](#).

17.11.2016 Seminar 'Leuchten lernen'* - DHBW in Lörrach

Weitere Infos finden Sie im [Flyer](#) und der [Anmeldung](#).

Die vorherige Teilnahme am Basis-Seminar 'Ich bin. Also wirke ich.' ist Voraussetzung.

18.11.2016 Seminar 'Ich bin. Also wirke ich.' - DHBW in Lörrach

Weitere Infos finden Sie im [Flyer](#) und der [Anmeldung](#).

22.+23.11.2016 Seminar 'Die Peperoni Strategie' - FORUM Institut in München

Weitere Infos finden Sie [hier](#).

08.+09.12.2016 Seminar 'Die Peperoni Strategie' - TAW in Wuppertal

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).



Der Online Kongress für mehr Selbstbewusstsein

Vom 8. bis zum 17. Juli 2016 werden pro Tag jeweils zwei bis drei Experten in einem Video-Blog der Frage nachgehen: Wie entsteht eigentlich Selbstbewusstsein? Und was kann ich tun, um meines zu stärken? Ich habe die Ehre, dabei zu sein. Mein Part geht am 10. Juli online. Der Veranstalter Adrian Kubitsch hat uns alle interviewt, um Menschen unabhängig vom Alter Impulse für mehr Selbstbewusstsein zu geben. Die "Links des Tages" sind kostenlos, eine Online-Anmeldung ist vorher notwendig. Wenn Sie interessiert sind, dann klicken Sie einfach [hier](#).

Spruch des Tages:

A fact is a fact, and perception is reality. <Eine Tatsache ist eine Tatsache und Wahrnehmung schafft Realität.> (Albert Einstein)

Meine Assistentin Christina Hofmann erreichen Sie unter
040 / 24 88 81 98 | [Zassenhausweg 122](#) | 22589 Hamburg
www.lutzherkenrath.de | kontakt@lutzherkenrath.de

[Newsletter abbestellen](#)