



Die Vorträge

The Fire of Change

Für ein besseres Leben ist es nie zu spät!

Veränderung rockt!

Ich gebe Einblick in die gelebten Erfahrungen und Sichtweisen meines vergangenen, hochgradig zerrissenen, abhängigen und schwer depressiven Lebens. Wie fühlt es sich an, sich im Teufelskreis mangelnder Handlungskompetenz und fehlender Selbstwirksamkeit zu befinden? Ich will dich dabei zum Nachdenken animieren, dich ergreifen und aufrütteln. Ich mache dir Feuer und verteile Arschtritte, damit du beginnen kannst, dich selbst ehrlich zu betrachten, um dir die mit unermesslicher Power gefüllte Packung Energie und Seelenfrieden abzuholen! Ich will, dass du den Mut findest, dein Leben zu verändern – beruflich wie privat, wenn du es willst!

Du lernst:

- ▶ wie man das eigene (innere) Chaos entwurzelt und sich seinen Ängsten stellt
- ▶ wie man Veränderung erfolgreich angeht und wer dabei entscheidet: „Verstand“ oder „Bauch“
- ▶ warum Sicherheit eine Illusion und vor dem Tod keiner gefeit ist
- ▶ warum du nicht plötzlich aufwachen willst und dein Leben ist vorbei
- ▶ warum es so wichtig ist, sich darüber Gedanken zu machen, was man der Welt hinterlassen will

Brain-Tattoos – Du bist was du denkst!

Tribals in der Großhirnrinde

Jeder von uns trägt eine Tätowiermaschine mit sich herum, die rund um die Uhr läuft. Sie arbeitet nicht an unserer Haut, sondern dringt tiefer vor: Mit jedem bisschen Einfluss, dass unser Milieu auf uns ausübt, sticht sie einmal mehr zu. Die Bilder, die sie zeichnet, machen uns als Menschen aus.

Manche dieser Bilder begleiten uns unser Lebtag lang – planlos ins Hirn gestochen, voluminös, hässlich, pechschwarz, blutrot und eitergelb. Immer weiter breiten sie sich über die Nervenstränge aus, bis sie schließlich alles beeinflussen. An diesen Bildern arbeiten zahlreiche Tätowierer: unsere Eltern, unsere Freunde, die Schule, die Nachrichten, die Kirche, der Staat ... aber auch wir selbst.

Mein Vortrag zeigt dir, wie sehr uns Brain-Tattoos in unserem täglichen Denken und Handeln beeinflussen. Du lernst die Bilder in deinen grauen Zellen besser kennen, und damit auch dich. Brain-Tattoos kann man vielleicht nicht weglassen, aber wer sie kennt, der kann auch mit ihnen umgehen – reflektiert, nicht fremdbestimmt.

Du lernst

- ▶ warum du kein „unbeschriebenes Blatt“ bist – im Gegenteil!
- ▶ woher die Farbe kommt, die dich plötzlich nur noch schwarzsehen lässt
- ▶ warum Gehirn-Tattoos ein Teil von dir sind und dich trotzdem nicht beherrschen
- ▶ wie du deinen Lebensweg souveräner, eigenverantwortlicher und stärker gehst



**Extrem – Sucht ist ein Scheißspiel!
Zur Hölle mit den Regeln: Kämpf dich frei!**

Warum nehmen Menschen Drogen? Weil sie genau das tun, was sie versprechen! Sie schenken Vergessen, machen scharfe Kanten weich und nehmen den Dingen ihre Schwere – aber sie zerstören auch den Charakter, das Selbstbewusstsein, das ganze Leben. Drogen gibt es nicht nur in Tabletten-, Zigaretten- oder Flaschenform: Auch Arbeit kann zu einer Droge werden, Sport, das eigene Selbstwertgefühl, Essen, die Karriere, Adrenalin, Konsum und tausend andere Dinge. Das Prinzip ist immer das gleiche: Ein Mensch verliert die Kontrolle über etwas, das ihn zerstört.

Mein Vortrag richtet sich an Betroffene, aber auch an Familienmitglieder und Freunde, die nicht mehr hilflos zusehen möchten. Denn auch, wenn eine Sucht niemals vollständig verschwindet, trägt die Hilfe treuer Gefährten auf dem Lebensweg doch dazu bei, ihre Stimme zu

dämpfen. Therapieren kann sich der Betroffene jedoch nur selbst. Ich zeige auf, dass jeder – egal, in welchem Stadium der Abhängigkeit er sich befindet – die Kraft hat, sich wieder aus dem Abgrund zu ziehen. Ich habe selbst erlebt, wie es ist, langsam von einer Sucht verschrottet zu werden. Und wenn ich da rausgekommen bin ...

... dann kannst du es auch!

Du lernst:

- ▶ wie sehr das Klischee des Drogensüchtigen die Realität verfehlt
- ▶ warum du dich für deine Sucht nicht schämen oder verstecken musst
- ▶ wie du anderen Abhängigen in deiner Umgebung seine Schulter leihst
- ▶ wie du erklärst, dass du am Boden liegst – und dann wieder aufstehst

