

# **Managing Happiness/ Mit Glück umgehen**

## **Intensives Selbsterfahrungsseminar**



**Leiter:  
Dr. Omar Miranda-Novales**

**Samstag, 3. Mai  
9.30-13:30**

**2025**

**Online via Discord  
überallhin**

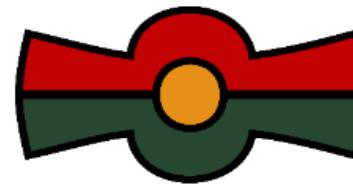
## Managing Happiness/ Mit Glück umgehen.

Glück ist ein Zustand der Fülle, Vollständigkeit und Leichtigkeit des Selbst. Es ist ein Fluss, der das Leben mit sich selbst und allem, was sich darum befindet, verbindet. Dieser Zustand bringt Zufriedenheit, Ausgeglichenheit und Freude.

An diesem inneren Ort des Glücks anzukommen, setzt eine gewisse Mühe voraus, es bedeutet, sich bewusst über die Umstände und Muster zu machen, welche das Erreichen dieses Glück verhindern, um sie dann zu verändern. Dieser Prozess beinhaltet das Glück an sich in Bezug auf Stabilität und Nachhaltigkeit zu managen. Es bedeutet auch, die Angst vor dem Glück zu überwinden.

Die intensive Erfahrung Managing Happiness verwendet Techniken aus der Nahual-Tradition des alten Mexikos zusammen mit psycho-intuitiven Methoden, um die eigenen Vorkonzepte über Glück in Frage zu stellen, um das Brechen von Gewohnheiten zu erleichtern, damit das Selbst die Schaffung einer gesunden Dynamik in der Konfrontation mit der Realität, der Arbeit, den zwischenmenschlichen Beziehungen und der Beziehung zu sich selbst priorisieren kann. Diese Strategien können auf dem eigenen Lebensweg angewendet werden, um der Akzeptanz dieses glücklichen Ortes als Akt und Zustand der Vollständigkeit des Selbst näher zu kommen.

Während des Seminars "Managing Happiness" haben die Teilnehmer die Möglichkeit, die Dynamiken, die das Glück hindern, zu reflektieren und zu entschlüsseln, um praktische Strategien zu entwickeln, um zu einem sinnvoller Leben voller Spaß und dauerhafter Zufriedenheit und Selbstverwirklichung zu gelangen.



## Seminar Managing Happiness/ Mit Glück umgehen

Sa. 3. Mai 9:30 - 13:30 Uhr

### Ort:

Online via Discord

### Beitrag:

152 €

**Achtung: Die Anmeldung ist durch die Überweisung oder Barzahlung des Beitrags erfolgt. Die Deadline für die letzten Anmeldungen ist bis zum 25.04.2025 fällig, nach diesem Datum wird der Beitrag nicht mehr erstattet. Die Bankverbindung wird bei Anmeldung bekannt gegeben. Die Kodierung des Seminars für den Verwendungszweck: MH25.**

### Informationen, Kontakt und Anmeldung:

**Dr. Omar Miranda-Novales**

[minosnl@yahoo.fr](mailto:minosnl@yahoo.fr)

[www.yokhah.org](http://www.yokhah.org)

[www.psychotherapie-novales.org](http://www.psychotherapie-novales.org)

\*Änderungen vorbehalten.

**Dr. Omar Miranda-Novales.**  
Sozialpsychologe und körperorientierter Psychotherapeut.

Ich wurde in Mexiko geboren und in der Nahual Tradition des Maya-Volkes erzogen und ausgebildet. Eine naturorientierte Tradition, die die Integration des Mensch-Seins und seine Umwelt fordert.

Im Jahr 1990 startete ich eine akademische Laufbahn in Europa. Ich studierte Sozialpsychologie und absolvierte eine Ausbildung zum Körperpsychotherapeuten. Meine kulturelle und professionelle Praxis habe ich mir außerdem in Ländern wie Russland, Spanien, USA, Deutschland und in Italien erschlossen und angeeignet.

In meine Arbeit als Trainer habe ich die darstellenden Künste eingebunden und Theaterstücke und Choreografien inszeniert.

Im Jahr 2015 veröffentlichte ich die **dynamisch-integrierten therapeutischen Methoden**.



In meine Praxis verbinde ich das Wissen der Nahual Tradition, Methoden der Körperpsychotherapie und die Kunst zum ganzheitlichen Ansatz. Im Moment biete ich Workshops, Kurse und einzelne Sitzungen online in verschiedenen Sprachen an.