

Empower Yourself Reise

Absicht: Die Gedanken, Identifikationen und Prägungen der Gesellschaft, Kultur und das eigene Familiensystem erkennen, damit du zu den eigenen Werten und Umsetzungskraft vordringen kann. Über das Gesetz der Resonanz lernst du, wie du dich wohlwollend über die Materie unterstützen und mit dem Bewusstsein der Chakren wieder mit deiner Energie verbinden kannst.

1. Sitzung – Fokus und Ausrichtung – 7. Chakra - Feuer und Metal Kraft

Gehe deinen Weg, lebe deine Persönlichkeit und verwirkliche deine Ziele und Wünsche.

Das Umfeld, in dem wir geboren und aufgewachsen sind, wirkt auf uns ein. Sei es das Land, die Kultur oder das Familiensystem. All dies wirkt auf deine Gedanken, Glaubenssätze und Werte, die du heute lebst.

Erkenne, wer und was Dich geprägt hat, welche Identifikationen du daraus geformt hast, und welchen Fokus und Ziele du damit verfolgst.

Richte dich aus

2. Sitzung – Wissen und Weisheit – 6. Chakra - Wasser Kraft

Verbinde dein Bewusstsein mit deinem Unterbewusstsein.

Die Wahrnehmung der Gefühle eröffnet dir den Zugang zu deiner heutigen Realität. Die Verbindung mit deinem Bewusstsein ermöglicht dir Handlungsfähigkeit und die Anbindung zu deiner Weisheit, die dich auf deinen ganz persönlichen Weg führt, den nur du kennst.

Lebe bewusst und verbunden mit dir

3. Sitzung – Stimme und Gehör – 5. Chakra - Holz Kraft

Die eigene Wahrheit auszusprechen braucht Mut, Vertrauen und Selbstwahrnehmung.

Dein Umfeld ist dein Spiegel und gleichzeitig die Aufforderung, dein Sein zu erkennen. Lerne, wie du Kohärent sagen, fühlen und leben kannst, wer du wirklich bist.

Lebe deine Wahrheit

4. Sitzung – Liebe und Beziehung – 4. Chakra - Holz Kraft

Wir haben es erlebt und darüber gelernt wie sich Liebe, Bindung und Beziehung anfühlen.

Damit leben wir unsere heutige Liebessprache, zu und mit anderen Menschen sowie zu uns selbst.

Es beeinflusst unsere Motivation in Beziehung zu sein, den Selbstwert, den wir daraus erzielen, sowie den Glauben über die Liebe und die Dynamik, die wir der Liebe ermöglichen.

Erforsche deine erlernte Liebesbiographie, damit du deine eigene Liebessprache und das Potenzial deiner Gefühle erkennen und leben kannst.

Liebe ist

5. Sitzung – Ich und mein sein – 3. Chakra - Erden Kraft

Wer bin ich und wie habe ich zu Sein.

Löse dich von alten Rollen, Identifikationen, Bildern und Glaubensvorstellungen deiner Erziehung und kulturellen Abhängigkeitsstrukturen, was Menschsein bedeutet, damit du dein eigenes Sein entfalten kannst.

Lebe wer du bist

6. Sitzung – Du und Ich – 2. Chakra - Erden Kraft

Geben und nehmen, machen und sein.

Deine Polarität ist dein volles Spektrum als Mensch. Du bist jede Qualität und du kannst alles leben und sein, was, wer und wie du sein willst.

Integriere und verbinde dich mit all deinen unterschiedlichen Anteilen und werde frei, wie und mit wem du verbindend leben möchtest.

In Verbindung

7. Sitzung – Lebenspower und Lebensgefühl – 1. Chakra - Erden Kraft

Deine Sexualkraft ist dein Lebenspower.

Scham, dies zu fühlen, verhindert nicht nur die Lust und Freude am Leben, es blockiert auch die Verbindung zur eigenen Essenz und Existenz.

Löse deine Scham und deine Konditionierungen bezüglich Lust, Freude und Sex, damit du deine Lebensenergie, Freude und Lust am Leben fühlen und zum

Ausdruck bringen kannst.

Lebe

8. Sitzung - Urvertrauen und dein Ja zum Leben

Willkommen zum Ich sein - Re-Birth Yourself

Manifestiere dein wahres Sein, dein Ja zum Leben, im Körper und in Beziehung mit deinem Umfeld.

Im Gruppenprozess vom Rebirth Yourself, erlebst und durchlebst du all deine unterschiedlichen Anteile, womit du dein Vertrauen, dein Ja zum Leben als Mensch, Energie und Seele in deinem Körper vereinen und in dein Leben abschliessend integrieren integrieren kannst.