

Mein Kursangebot

Anleitung zum Glücklich Sein

Wenn du deinem Leben mehr Helligkeit, Leichtigkeit, Freiheit und Energie verleihen möchtest, ist dieser Kurs genau richtig für dich. Du lernst ein hilfreiches Modell der Matrix und die zwei Faktoren der Wirklichkeitsgestaltung kennen. Damit kannst du die Grundmotivation deines Lebens überprüfen und wenn nötig zu deinen Gunsten verändern. Du erfährst, wie du ungute Gefühle wie Wut, Angst, Zweifel, Scham bearbeiten und überwinden kannst, und dir so immer mehr Wohlbefinden, Erfolg und ein harmonisches Zusammenleben mit andern ermöglichen kannst.

EFT-Basiskurs

Die Wirkung von EFT (Emotional Freedom Techniques) ist erstaunlich und das Potenzial enorm. Auch wenn sich nicht alle Anwender einig sind über die Wirkmechanismen, begeistert sind sie trotzdem.

Da der Körper heute immer mehr als Bühne der Gefühle angesehen wird, macht es Sinn, auch genau dort – auf dem Körper – eine entsprechende Hilfestellung anzubieten: Die Technik des EFT besteht darin, auf bestimmten Punkten an Kopf, Rumpf und Händen zu klopfen und dazu das Thema auszusprechen, das verändert werden will.

Weil die Anwendung des EFT sehr einfach ist und es spielend während eines Tages gelernt werden kann, ist es zu einem der bedeutendsten Selbsthilfswerkzeuge geworden.

Selbstwerttraining mit Klopfakupunktur

Nur wenn wir uns selbst bedingungslos annehmen und wertschätzen können, wird unser Leben wirklich lebenswert. Damit uns das gelingt, brauchen wir Informationen über das Funktionieren unseres Unterbewusstseins und handfeste Übungsanleitungen/ Techniken, die uns dabei eine wirkungsvolle Hilfe sind. Beides erhältst du an diesem Tageskurs. Nimm dich liebevoll an der Hand und mache dich auf den Weg zu dir selbst. Gerne begleite und unterstütze ich dich dabei.

Energie im Fluss halten

Schon der griechische Philosoph Heraklit sagte: „Alles fließt.“ Heute wissen wir, dass ALLES Energie in Bewegung ist, also fließend oder in Schwingung. Auch unser Körper! Dieser Kurs hilft dir, dem Phänomen „Energie/ Schwingung“ näher zu kommen und gibt dir ganz konkrete Anleitungen für Übungen und Techniken, mit denen du dich energetisch unterstützen und dein Wohlbefinden steigern kannst.

EFT Fortsetzungskurs

Vielleicht hast du vor einiger Zeit den EFT Basiskurs oder das Selbstwerttraining besucht und bist ein wenig aus der Übung geraten oder du brauchst einfach wieder mal einen Motivationsschub, dann bist du im Fortsetzungskurs genau richtig. Neben der Auffrischung der Technik des EFT, lernst du weitere hilfreiche Techniken anwenden. Es ist auch möglich, gezielt auf persönliche Themen einzugehen.

Organisatorisches:

Ab vier Teilnehmenden komme ich an den gewünschten Ort.

Ab sechs Teilnehmenden nimmt die organisierende Person kostenlos teil.

Kurskosten: Fr. 180.-, inklusive ausführliches Skript

WiederholerInnen bezahlen die Hälfte

Ich freue mich auf deine Anfrage und verbleibe mit den Worten von Erich Kästner:

„Es gibt nichts Gutes, ausser man tut es.“