

INFOS

FREI SEIN



Frei sein – dein Weg zu mehr Klarheit und innerer Freiheit

In meiner Workshop-Reihe Frei sein helfe ich dir, dich von alten Glaubenssätzen und negativen Mustern zu lösen. Entdecke mehr Freude, Frieden und Erfüllung in deinem Leben. Schritt für Schritt zu mehr Klarheit und innerer Freiheit – bist du bereit, den Weg zu gehen?

Alle Workshops sind ab 8 Personen buchbar

Frei sein:

Wir widmen das Wochenende der Kleinen/dem Kleinen in uns. Lerne dein inneres Kind mehr und mehr kennen und lieben. Entwickle dadurch mehr Mitgefühl zu dir selbst und dadurch zu anderen.

Dein Ziel: mehr Frieden & Liebe in und zu dir, in deinem Umfeld und dadurch mehr auf dieser Welt

Achtsamkeit im Alltag:

Wir widmen das Wochenende der Achtsamkeit, dem -sich bewusst sein- und unserem Beobachter, unserer Beobachterin. Damit lernen wir mehr und mehr, dass zwischen Reiz und Reaktion ein Himmelreich liegt.

Dein Ziel: mehr in dir ruhen, Projektionen als diese erkennen und Resilienz aufbauen für die Lebens-Ereignisse die uns begegnen

Nervensystem in Balance:

Lerne wichtige Informationen über dein autonomes Nervensystem und wie du es unterstützen kannst, sich aus der Übererregung oder aus der Untererregung wieder zu „befreien“.

Dein Ziel: Ressourcenstärkung und Aufbau von Selbstregulation um deine Gesundheit zu unterstützen, Abbau von Traumafolgesymptomen (die sich über körperliche Beschwerden melden)

Werde, wer du wirklich bist:

Werde dir deiner Haltung, die du mehr einnehmen möchtest bewusst und finde die Werte, die du heute leben möchtest unabhängig von den Werten, die unbewusst aus deinem „alten“ Familiensystem stammen und wirken. Entwickle dich hin zu der Person, die du wirklich bist. Wie setze ich gesunde Grenzen und sage -Nein- in der Liebe.

Dein Ziel: authentisches, leichtes und freudvolles, in tiefer Klarheit – da sein –

Dein Unterbewusstsein bringt Fülle

Jetzt ist es Zeit deine innere Navigation einzustellen (wie im Auto 😊). Wir lassen uns von unserem Unterbewusstsein unterstützen und finden Bilder, die uns hinführen zu all dem, was wir leben möchten. Menschen bereuen am Ende nicht das, was sie falsch gemacht haben, sondern das, was sie nicht gemacht haben. Komm mit in die Fülle deines Lebens.

Dein Ziel: deine Vision leben

Magnet für Positives werden:

Werde Vorbild für deine Kinder, für deine Kollegen, Mitarbeiter, dein Umfeld, diese Welt. Integriere die Workshopzeit und den Inhalt in deinen Alltag. Feedback nehmen und geben lernen, sammeln aller wichtigen „Werkzeuge“ unserer gemeinsamen Zeit. Stärke dich für das was dir wirklich wichtig und bedeutsam ist, weiter zu gehen.

Dein Ziel: Vorbild sein und Magnet für Positives werden

WIE INNEN - SO AUSSEN

Es bedeutet, dass alles was in unserem Inneren existiert,
im Außen wiedergespiegelt wird

Jetzt anfragen und deinen Weg zu mehr Gesundheit, (Selbst)Liebe und Lebensfreude starten - tu dir Gutes!

Für alle Workshops gilt eine Gruppengröße von mindestens 8 Personen. Termine nach Absprache.

**Lass uns gemeinsam auf die Reise zur Innenwelt gehen.
Ich freue mich auf dich!**

Kontaktdaten



silke.jennewein@wertweisend.de



0160 90527872



www.wertweisend.de



@wertweisend

DEINE SILKE JENNEW EIN

kalipeh - Zur Innenwelt

