

KONKRETE AUSBILDUNGS- INHALTE DES BASISMODUL

Basismodul 1

Wahrnehmung und Identität

Das viertägige Basismodul kann zu einer völlig neuen Sichtweise in Bezug auf uns selbst und unserem Umfeld führen. Wir durchleuchten unser alltägliches Realitätsempfinden und unsere Ich-Wahrnehmung von allen Seiten und beschäftigen uns unter anderem mit folgenden Fragen:

- Wie entsteht und wie funktioniert unser Ego und unser Verstand?
- Wie sehen wir uns selbst und wie beeinflusst dieses Selbstbild unser Erleben?
- Wer bin ich? Bin ich mein Körper? Bin ich meine Gefühle und Gedanken?
- Gibt es ein getrenntes Du und Ich?
- Wie können wir mit belastenden Gefühlen und Gedanken umgehen?
- Wie können wir uns im Alltag glücklicher, freier und verbundener fühlen?

Mit Hilfe von Erkenntnissen aus Psychologie, Naturheilkunde, Quantenphysik, Neuropsychologie und Spiritualität vermitteln wir auf einfache, spielerische Art und Weise, tiefgreifende Zusammenhänge in Bezug auf unsere Identität. Durch liebevolle und intensive Selbsterforschung stellt sich uns immer mehr die Frage: Wer oder was sind wir wirklich? Indem wir die gewohnte, begrenzte Wahrnehmung und Identifikation gezielt aufdecken, fällt alles Trennende weg und das wahre Selbst wird uns wieder voll bewusst.

So entdecken wir in uns das reine Bewusstsein, welches der Ursprung von allem ist. In diesem tiefen Erkennen unserer wahren Kraft, eröffnen sich uns völlig neue Horizonte.

Probleme und hinderliche Blockaden lösen sich auf dieser Ebene wie von selbst auf und so kann unser Alltag zu einem freudvollen, spielerischen Erlebnis werden, weil wir erkennen, dass wir nicht unsere Sorgen und Nöte sind, sondern lediglich deren Beobachter. Dies führt dazu, dass sich unser Herz öffnet und die Liebe wieder frei fließen kann.

Basismodul 2

Vom Kopf ins Herz

Im Zentrum dieses Moduls steht das Herz und wie es trotz der täglichen Gedankenflut wieder die Führung über unser Leben übernehmen kann. Wir machen uns wichtige kollektive Gedankenfelder bewusst und lernen wertvolle Werkzeuge für mehr Klarheit und Präsenz im jetzigen Moment kennen.

Wenn wir uns mit den gewohnten Gedankenabläufen - der alten Geschichte, die wir gelernt haben über uns zu denken - identifizieren, kann es sich in unserem Leben sehr einschränkend, leidvoll und trennend anfühlen. Im alltäglichen Leben werden durch andere Menschen oder Situationen immer wieder alte Verletzungen in uns aktiviert. Dies kann sehr intensive Emotionen hervorrufen, begleitet vom starken Wunsch diese kontrollieren oder vermeiden zu wollen. Basierend auf dem Bewusstsein unseres wahren Selbst, lernen wir in liebevoller Akzeptanz mit herausfordernden Emotionen und Gefühlen umzugehen. Mit der Bereitschaft die volle Verantwortung für unser Leben und Erleben zu übernehmen, können wir tief heilen und inneren Frieden finden. Aus dieser neuen, bewussteren Präsenz heraus, wird es in unserem Kopf immer ruhiger und der Zugang für die unendliche Kraft und das Vertrauen des Herzens öffnet sich wieder. Wir entdecken tief, dass unser wahres Selbst jenseits aller Gedanken und Vorstellungen ist...vollkommen frei, glücklich und in reinster Liebe!

AUFBAUMODULE

Modul 1

Frieden schliessen mit der Vergangenheit und mit voller Kraft ins JETZT!

Wir beschäftigen uns mit Gefühlen wie Wut, Groll, Ärger, Schuld und Scham und ihren Auswirkungen auf unser Leben.

Wie gehe ich mit Wut und anderen herausfordernden Gefühlen um? Wieso erlebe ich immer wieder Situationen in denen ich mich als Opfer oder Täter fühle? Wie soll ich mit Schuldgefühlen umgehen? Mit welchen Mustern und Rollen identifiziere ich mich immer wieder so sehr, dass ich dabei meine wahre Kraft vergesse?

In diesem Kurs geht es darum die Opfer- und Täterrolle ganz bewusst zu verlassen, die vollkommene Selbstverantwortung zu übernehmen und uns für die tief befreiende und verbindende Kraft des Ho'oponopono zu öffnen! Wir erkennen, dass alles was wir im Aussen erleben, eine Reflexion unseres Innern ist und dort auch geheilt werden kann! Dies eröffnet uns die Möglichkeit tiefen Frieden zu schliessen mit dem Leben, unsere innere Wahrheit zu leben und voller Liebe neue Wege zu gehen!

Modul 2

Angst als Tor zur Freiheit!

Wenn wir uns in Ängsten gefangen fühlen, getrauen wir uns nicht nach unserem Herzen zu leben. Wir versuchen das Leben und andere Menschen zu kontrollieren und fühlen uns innerlich vom Vertrauen und der Lebensfreude abgetrennt. Dieser Kurs hilft dir bedrückende Ängste, Phobien, sowie einschränkende Angst- und Panikstörungen zu erkennen und Wege zu finden, sich aus dem Gefühl des inneren Gefangenseins zu befreien. Weiter beschäftigen wir uns auch mit körperlichen und energetischen Reaktionen ausgelöst durch Ängste und erhalten eine Vielzahl an wertvollen Werkzeugen für den befreiten Umgang damit. So wird die Angst zu einem befreienden Tor des Erwachens in ein völlig neues Lebensgefühl in dem wir mutig dem Weg des Herzens folgen können!

Modul 3

Durch die Dunkelheit ans Licht

Manchmal erleben wir Zeiten die uns sehr stark herausfordern können. Diese Phasen können sich beispielsweise in Form von Krisen, Verlusten, Schmerz oder depressiven Verstimmungen zeigen. Oft fällt es uns verständlicherweise sehr schwer solchen intensiven Phasen mit Offenheit, Selbstliebe und Vertrauen begegnen zu können. Oft fühlen wir uns dann abgetrennt, verlassen, einsam und überwältigt von den intensiven Gefühlen oder auch gefangen in einer inneren Leere und Sinnlosigkeit. In diesem Kurs treten wir in eine liebevolle und heilende Beziehung zu unserem inneren Schmerz. Wir begegnen den herausfordernenden Situationen in

unserem Leben mit einem völlig neuen Bewusstsein. Wir lernen innerlich frei und verbunden zu bleiben auch wenn sehr intensive Emotionen und Gefühle da sind. Wir erforschen auf welcher Ebene Tod, Vergänglichkeit und Leiden passieren. Dadurch eröffnet sich uns die Gnade den Teil in uns zu erkennen, der vom weltlichen Erleben nie berührt wird. So kann sich unser Herz wieder öffnen für das Vertrauen ins Leben und für die heilende Kraft der Liebe!

Modul 4

Unsere wahre Natur ist Liebe!

Wir alle wünschen uns liebevolle, heilende und erfüllende Beziehungen. Wir würden uns gerne geliebt, angenommen und zugehörig fühlen, haben aber oft grosse Ängste verletzt zu werden und können deshalb wahre Nähe und Intimität nicht richtig zulassen. Aufbauend auf einer liebevollen Selbstbeziehung öffnet sich in uns ein Füllezustand in Bezug auf alle unsere Beziehungen. Wir erkennen, dass die Liebe, die wir im Aussen suchen, immer schon in einer unendlichen Fülle in uns ist! Weiter erforschen wir in diesem Kurs Muster die unsere Beziehungen belasten können und lösen uns dabei ganz bewusst aus Verstrickungen, Abhängigkeiten und aus der Sprachlosigkeit in Bezug auf das, was wirklich in uns vorgeht.

Diese innere Klarheit und Ganzheit ermöglicht uns wieder ganz offen, authentisch und verletzlich zu sein und dadurch wahre Liebe und Intimität erleben zu können! Denn wenn wir uns innerlich und äusserlich wieder richtig verbunden fühlen, können unsere Beziehungen zu einem kraftvollen Heilraum werden, in dem wir immer tiefer heilen und erwachen können!

Modul 5

Vom Stress des Alltags zur Stille in uns

Wenn die Gedanken kreisen, wenn Stress und Ruhelosigkeit uns das Leben schwer machen, dann ist die Gefahr gross, dass wir uns darin verlieren. Solange das Ego und seine Bedürfnisse im Zentrum unseres Lebens stehen, dreht sich unser Leben um Selbstdarstellung sowie Selbstoptimierung und wir versuchen uns Liebe und Achtung durch Leistung zu verdienen. Es kann auch sein, dass wir Sachen vermeiden und uns nicht getrauen unsere Herzenswünsche zu leben. Dies bewirkt, dass wir uns innerlich immer mehr unter Druck und gestresst fühlen. Um mit diesem inneren Stress besser umgehen zu können, oder diesen Stress zu überdecken, verfallen wir oft auch in Süchte. In diesem Kurs erforschen wir die auslösenden Mechanismen hinter Stress und Sucht. Indem wir uns dessen wieder ganz bewusst werden, können wir die einschränkenden Muster transformieren und wieder aus der

inneren Mitte leben, die vollkommen frei ist von Leistungsstreben und Suche! Weil wir tief entdecken, dass wir schon vollkommen und geliebt sind im EinfachSein!

Modul 6

Gesundheit und Reinigung für Körper, Geist und Seele

Wir betrachten Gesundheit auf allen Ebenen unseres Seins und aus einer ganzheitlichen und allumfassenden Sichtweise. Weiter erforschen wir die gesundheitlichen Auswirkungen von trennenden Mustern, schwächenden Blockaden und Selbstablehnungsprogrammen. Aus dieser ganzheitlichen Sicht erkennen wir körperliche Symptome als tiefere Botschaften. Dadurch können krankmachende Ursachen, Gewohnheiten und lieblose Verhaltensweisen bewusst durchschaut und geheilt werden. Wir fügen uns wieder ein, in den Rhythmus der Natur sowie in das heilende Bewusstsein der Verbundenheit mit allen Lebewesen. In diesem neuen Bewusstsein kann sich der Körper ganz mühelos reinigen und entschlacken. Jedes Organ und jede Zelle unseres Körpers erfahren wieder eine liebevolle Zugehörigkeit zum Ganzen. Die Heilung die daraus entstehen kann, geht weit über das Körperliche hinaus und umfasst alle Ebenen unseres Seins!

Modul 7

Tief heilen und Heilwerkzeug sein

An diesem Wochenende geht es um Heilung, um verschiedene Heilmethoden und deren erfolgreicher Anwendung! Dabei wirst du erkennen, dass wahre Heilung ganz mühelos passieren kann, wenn wir uns dem reinen Bewusstsein vertrauensvoll als Werkzeug zur Verfügung stellen. Du lernst äusserst kraftvolle Werkzeuge zur Lösung von Traumata, sowie zur Heilung von körperlichen oder seelischen Blockaden kennen. Du erfährst wie auf spielerische Art und Weise Heilung auf Quantenebene und allen Ebenen unseres Seins passieren kann, wenn wir uns dieser kraftvollen Präsenz in und um uns bewusst sind und die lichtvolle Heilenergie gezielt durch uns fliessen lassen. Dieser Praxiskurs ermöglicht dir neu erlernte Werkzeuge aus diesem Kurs, sowie aus den vorherigen Modulen kraftvoll miteinander zu verbinden und für dich selbst und andere erfolgreich anzuwenden.

Modul 8

Lebenscoach im Alltag und in der Praxis

An diesem Kurs geht es noch vertiefter um die praktische Arbeit und das Wirken als Lebenscoach. Wir zeigen wie ein erfolgreiches Coaching konkret aufgebaut und durchgeführt werden kann. Dabei ist das Bewusstsein, dass das wahre Sein eines jeden Menschen immer vollkommen heil ist, egal was im Aussen gerade passiert oder schon passiert ist, von grösster Bedeutung. Es geht um das erfolgreiche Anwenden der erlernten Werkzeuge in Coachings für dich selber und für andere. Auch können alle Teilnehmenden wertvolle praktische Coachingerfahrungen sammeln. Als Lebenscoach A-PG ist es von zentraler Bedeutung alle Coachings in einem liebevollen und komplett wertfreien Rahmen durchzuführen. Für tief befreiende und heilende Coachings sind innere Prozesse vom Mitleid zum Mitgefühl, von äusserer zu innerer Stärke sowie vom Helfersyndrom zur bewussten liebevollen und wohlwollenden Präsenz wesentliche Voraussetzungen. LebenscoacherInnen wirken aus der Kraft des reinen Bewusstseins und dienen so als Werkzeug für enorme Heilungsmöglichkeiten und Transformationsprozesse!

Modul 9

Wege zum Licht

In diesem Modul lernen wir das spirituelle Enneagramm und dessen enorme Befreiungskraft kennen und können uns so noch umfassender aus der Illusion der trennenden Identifikationen lösen. Weiter beleuchten wir verschiedene befreiende Wege zum Licht, welche zu noch tieferer innerer Freiheit und Verbundenheit führen können. Hingabe ans Leben, Humor, Frieden und Dankbarkeit können so wieder ganz natürlich und kraftvoll in unser Leben fliessen. Dadurch öffnet sich das magische Tor zu Fülle, Demut und Kreativität. Unser Leben wird freudiger und lebendiger, ganz natürlich öffnen sich auch die Zugänge zu Intuition und Spontaneität, dies führt uns zu noch tieferem inneren Frieden im Jetzt!

Modul 10

Grundloses Glück

Unser Abschlussmodul feiern wir drei Tage an einem wunderschönen Ort in der Natur, um uns wieder ganz mit der Natur und ihrer enormen Heilkraft zu verbinden. Den ersten Tag widmen wir den Reflexionen der tief berührenden inneren Prozesse der Teilnehmenden. Die restlichen Tage verbringen wir grösstenteils in der Natur. Diese intensiven Einheitserfahrungen mit der Natur und allem Sein bewirken, dass wir tief eintauchen in den Flow des Lebens und

ins grundlose Glück. Wir öffnen und entspannen uns ganz in den jetzigen Moment, lassen uns vom Fluss des Lebens tragen und entdecken tief, dass wir in jedem Moment vollkommen geschützt sind. So öffnet sich der Zugang zum Urvertrauen und das Einfügen in die grenzenlose kosmische Ordnung geschieht! Unser Herz öffnet sich weit für die Liebe und Verbundenheit mit allem Sein!