

BEWUSST SEIN – FÜR MÜTTER

12 Wochen entschleunigen, Einsicht in die eigenen Verhaltensmuster nehmen und das Leben auf Wesentliches ausrichten

Die letzten Monate sind nicht spurlos an dir vorbeigegangen. Kaum etwas ist mehr planbar, die Spannungen zwischen dir und deinen Kindern steigen und alles scheint zu verhärten.

Du fühlst dich

- * überfordert und erschöpft
- * unzufrieden und nörgelig
- * leer und gleichzeitig voll
- * alles ist dir eine Last
- * deine Kinder nerven dich
- * du bist leicht reizbar

Und auf der anderen Seite weißt du ganz tief in dir, dass „es“ anders möglich ist.

Wie geht das denn ?



Genau das erforschen wir gemeinsam in BEWUSST SEIN



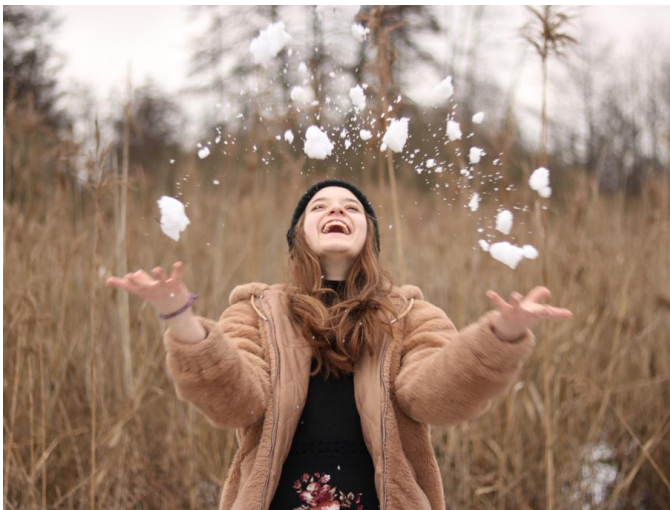
- * Erforsche und lerne wie du bewusst dein Leben entschleunigen kannst, um mehr Ruhe und Ausgeglichenheit in dein Leben zu bringen
- * finde heraus, was für dich, deine Kinder, deine Familie und die Welt wirklich wichtig ist
- * experimentiere und nimm wahr, was dir tief in dir drin wirklich gut tut
- * entdecke was du brauchst, um innerlich weich und offen zu bleiben

**Du wünschst dir mehr Liebe, Freude, Gelassenheit und Erfüllung in deinem Leben?
Ein Gefühl von ankommen bei dir, und dich so zu nehmen wie du bist?
Du möchtest deinen Kindern Halt geben und sie gleichzeitig frei lassen?**

- * beobachte wer/wie du bist**
- * übe dich im Wahrnehmen und Stillwerden von dem was ist**
- * lerne die Dinge anzunehmen wie sie sind**
- * finde heraus, was dir und der Liebe in deinem Leben im Wege steht**
- * lausche reaktionslos nach innen und nach außen**
- * rekapituliere und verändere ggf dein Leben**



ein Weg mit Herz - Du bist hier genau richtig!



- * ich begleite dich dabei, dich nicht mehr als Opfer deiner Konditionierungen und Umstände zu fühlen**
- * navigiere dich selbst leichten Herzens durch die Energien deiner Gefühlszustände**
- * entscheide dich für die Liebe und lerne ein Leben lang**
 - * sei Sicherheit und Freiheit für deine Kinder**

***Alles Lebendige lernt man in dem man es tut.
Zusammen entdecken wir die Schönheit und
die Freude an Selbsterkenntnis***

Herzlich Willkommen !