

- ♥ Wiederholen sich manche unangenehme Situationen in deinem Leben immer wieder, du hast aber keine Idee, wie du es anders machen könntest?
- ♥ Hast du genug davon, zwischen „himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt“ hin und her zu pendeln, sondern würdest lieber entspannt in deiner Mitte bleiben?
- ♥ Wünschst du dir manchmal, einen Schalter drücken zu können, der dich mit einem Schlag von schmerzhaften Emotionen und Erinnerungen befreit?

In unserem Seminar kannst du Methoden erlernen, wie du dich schnell, einfach und dauerhaft von

a) **aktuellen oder akuten emotionalen Belastungen** wie Stress, Angst, Trauer, Ärger, Wut, Zorn, Hass, usw. befreien kannst.

b) **alten belastenden** Erlebnissen wie Trennungen, Todesfällen, Missbrauch, Unfällen, Diagnoseschocks, Krankheiten, Jobverlust, Überforderung und den damit verbundenen schmerzlichen Emotionen befreien kannst.

c) **schwierigen Situationen mit Personen lösen kannst**, mit denen du (unbewusst) energetisch verbunden bist (Verstrickungen), wie z. B. Ex-Partner, Mutter, Vater, Großeltern, Schwiegereltern, Kinder, Verstorbene, Vorgesetzte, Arbeitskollegen oder Menschen, die dich gedanklich zu sehr beschäftigen, usw.

Seminarinhalt:

Wir lernen und arbeiten mit Methoden, die du vom ersten Tag an daheim ganz einfach anwenden kannst. Bereits ab 6 Minuten (je nach Methode) ist es dir möglich, dich von den oben beschriebenen Belastungen zu befreien, die du vielleicht schon seit Jahrzehnten mitschleppst. Es ist nicht nötig, dass du deine Themen vor der Gruppe erzählst. Es erfordert jedoch die Bereitschaft, nochmals – nur sehr kurz – auf bereits erlebte negative Situationen hinzusehen, um diesen die emotionale Ladung zu nehmen und dich so dauerhaft davon zu befreien.

Seminarzeiten: Samstag 20. Oktober 2018 von 10.00 bis 17.00 Uhr

Seminarort: Hotel Plankenhof in Pill (bei Schwaz)

Kosten: €110,- inkl. Skriptum
Eine Teilzahlung des Beitrages ist auf Anfrage möglich.

Seminarleitung: Andrea Semper und Gerhard Reumann
Begründer von  Training & Coaching
Ausbildungen: META PEAT, 5d flash-Körperscan, Norbekov-Methode

Anmeldung: Verbindliche Anmeldung bis **5. Okt. 2018** über
www.autark-werden.at/kursanmeldung.html
oder per E-Mail an info@autark-werden.at

Voraussetzungen:

Dieses Seminar ist grundsätzlich für jeden geeignet und erfordert keinerlei Vorkenntnisse. Es sollte dir jedoch möglich sein, Gefühle und Körperempfindungen wahrzunehmen. Solltest du eine psychische Diagnose haben oder Psychopharmaka einnehmen, klären wir in einem Vorgespräch (vor der Anmeldung), ob dieses Seminar für dich geeignet ist oder wir dir ein Einzeltraining empfehlen.