

Loslassen

Zielgruppe

Angestellte, die bewusster leben möchten und bereit sind, alte ausgetretene Pfade, die im neuen Lebensabschnitt energieraubend sind, zu verlassen, um die Konzentration voll auf neue energiereiche und konstruktive Lebensabschnitte zu setzen.

Kursziel

Das Leben ist die reinste Illusion. Wir sind weder Name noch Beruf, sondern wir SIND einfach. Nur die äusseren Umstände haben uns verbogen und in eine andere Richtung gelenkt. Von aussen - manipulativ und unecht. Und so sind wir von unserem Weg abgekommen und spielen ein Spiel im täglichen Spielfilm. Eine Tragik, in der wir unecht und als Kopie unsere Zeit absitzen. Nur ganz wenige leben diese Zeit auch wirklich bewusst. Denn dazu bedarf es einer Bewusstseinswandlung. Das Leben offenbart sich uns am meisten, wenn wir es nicht festhalten und uns nicht daran klammern.

Inhalt

- Warum wir bei unseren Gewohnheiten bleiben?
- Wie erkenne und realisiere ich, was mir Energie raubt und mir nicht mehr gut tut?
- Wie setze ich mein neues Bewusstsein im täglichen Leben um (Arbeit, Karriere, Familie, Leben generell)?
- Was gibt es für Techniken um dieses Bewusstsein zu erreichen und um an dieses zu gelangen?
- Warum fällt uns das Loslassen so schwer?
- Wie lerne und trainiere ich das Loslassen und was für Techniken gibt es?

Referentin

Isabelle Bonvallat, Dipl. prakt. Psychologin, Coach, Dozentin, Autorin

Datum, Kurszeiten und Ort

Frei wählbar

Tagespauschale (exkl. Raumkosten/Verpflegung) / max. 18 Personen

2'800 CHF