



Von extremen Ängsten zu stark und erfolgreich

Für deinen ersten Schritt, inkl. SORTIERSESSION



Dein erster kraftvoller Schritt auf deinem neuen Weg!

VON EXTREMEN ÄNGSTEN zu STARK UND ERFOLGREICH Du hast nur noch einen Wunsch in dir - ENDLICH RAUS DA?

Ein erster Schritt auf einem ganz neuen Weg zieht meistens ein sehr gutes Gefühl nach sich - du bist schon mal losgegangen und du bist gespannt was da noch kommt!

Vielleicht lässt du mit dem ersten Schritt in eine neue Richtung auch etwas Altes hinter dir und blickst sogar zuversichtlicher nach vorne.

Dazu möchte ich dich heute einladen - ZU DEINEM ERSTEN SCHRITT AUF DEINEM ENDGÜLTIGEN WEG AUS DER ANGST.

Ich zeige dir sehr gerne den ersten Schritt, da ich diesen besonderen Weg schon vor dir gegangen bin und es dir jetzt leichter machen kann.



Das Wichtigste jetzt?
Geh' los!



Die SORTIERSESSION - Dein starker erster Schritt!

Wahrscheinlich fühlst du dich momentan sehr verunsichert.

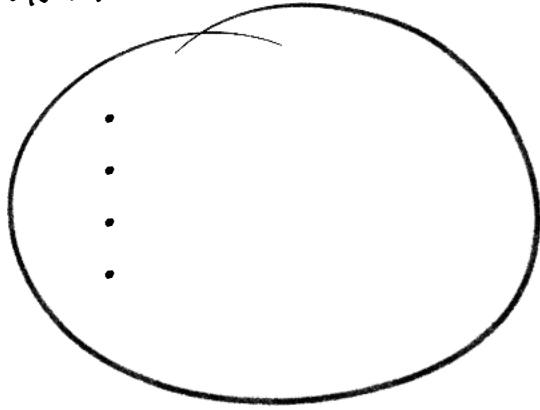
Du hast Gefühle in dir, die du lieber nicht fühlen möchtest und hast ganz viel Arbeit damit, jeden Tag irgendwie durchzustehen ...

... dann brauchst du jetzt Papier und ein paar bunte Stifte.

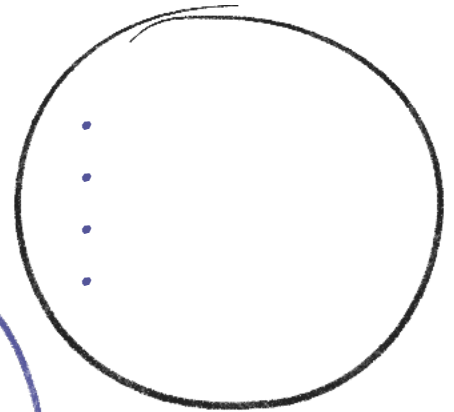
Teile das Blatt mit einem Strich in zwei Hälften - eine OBERE und eine UNTERE:

Nimm dazu die Grafik auf der folgenden Seite als Vorlage ...

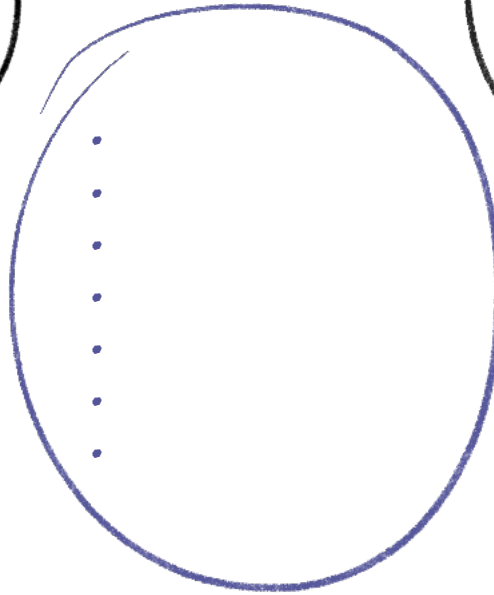
UNGÜNSTIGE VERZANGENHEIT



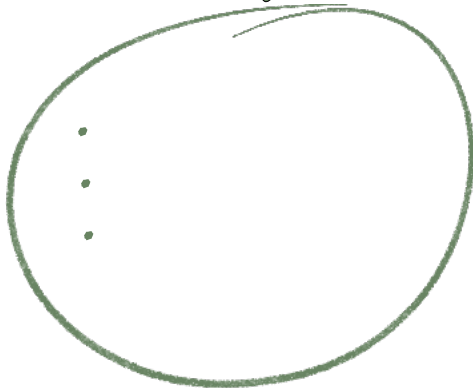
BELASTETE LEBENSBEREICHE



DEINE ANGST
SYMPTOME
DIAGNOSEN



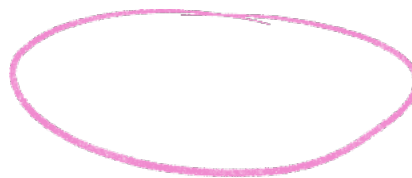
TRAUMATISCHE ERLEBNISSE



URFÄHIGKEIT *



URFÄHIGKEIT *



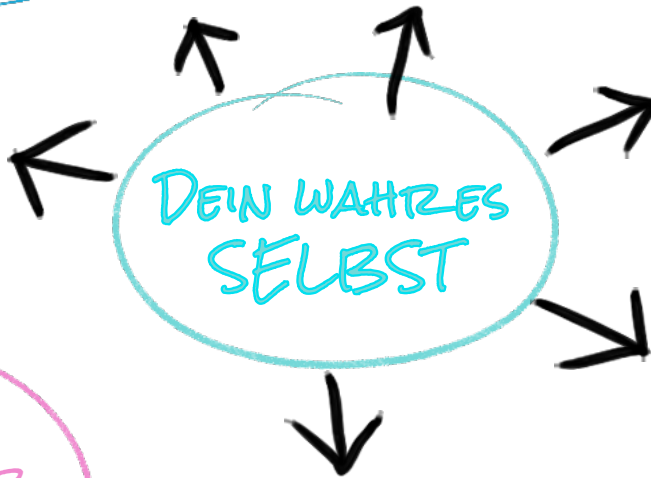
URFÄHIGKEIT *



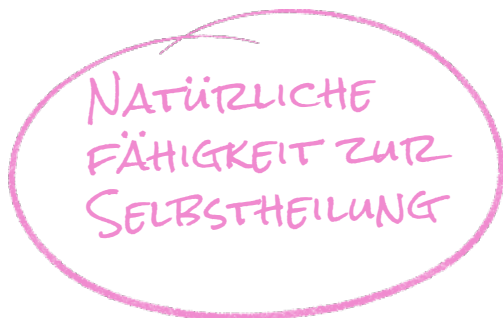
URFÄHIGKEIT *



DEIN WAHRES SELBST



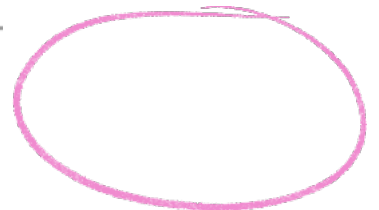
NATÜRLICHE
FÄHIGKEIT ZUR
SELBSTHEILUNG



URFÄHIGKEIT *



URFÄHIGKEIT *



* SUCH DIR DEINE
URFÄHIGKEIT AUS DER
LISTE AUF SEITE 11 AUS

Dann beginne zunächst in die OBERE Hälfte des Blattes Folgendes einzutragen -

1. Deine Angst

Deine Angst mit allen Begleiterscheinungen wie Angst vor der Angst, Depressionen, Zwangsgedanken, Zwangsverhalten, Schlaflosigkeit und sämtliche körperliche Beschwerden/Symptome.

2. Problematische Lebensbereiche

Die Lebensbereiche wo es gerade nicht klappt - Partnerschaft, Kinder, ungewollt Single, Arbeitsplatz, Verwandtschaft, Freundschaften usw.

3. Deine Vergangenheit

Deine Vergangenheit, mit all ihren ungünstigen Einflüssen auf deine Entwicklung als Kind:

Eltern waren unglücklich oder auch schon in der Angst, die Schulzeit, Mobbing, Überforderung durch einen vollen Zeitplan schon im Jugendalter, du konntest nicht für deine natürlichen Bedürfnisse sorgen, Kommunikation war schwierig bis nicht möglich, Fremdbestimmung, Strafen usw.

4. Traumatische Erlebnisse

Wie zum Beispiel Trennung/Scheidung der Eltern, Tod von nahen Verwandten, Unfall, Krankheit, usw.



Das ist dein Leben wie es gerade ist!

Nachdem du alles mit deinen Worten gefüllt hast, stelle dir Fragen dazu:

Wie viel Zeit des Tages verbringe ich im oberen Teil des Blattes?

Was habe ich schon alles versucht, um mit diesen 1000 Baustellen fertig zu werden?

Wie viel Energie, Bemühungen, Disziplin, Tränen, Geld hat mich das schon gekostet?

Wie oft zieht mich das runter?

Komme ich mit meinen Bemühungen eigentlich dahin wo ich hin möchte?

Wie lange versuche ich das eigentlich schon alles zu lösen?



Im OBEREN Teil des Blattes befindet sich jetzt also dein Leben, so wie es jetzt gerade ist ...

aber da ist ja noch der UNTERE Teil - da steht jetzt noch nichts! Was könnte da stehen?

Ich helfe dir jetzt dabei!

Vervollständige dein Blatt mit folgenden Kreisen:

1. Dein wahres SELBST

Das ist dein innerster Kern – dein Zentrum von dem alles ausgeht. Hier findest du Stille und einen tiefen inneren Frieden – du wirst dich mit der Zeit wieder in dich SELBST HINEIN entspannen können.

Stelle dir einmal einen türkisgrünen, glasklaren Bergsee vor – nimmst du die **Stille**, die **Schönheit** – die von ihm ausgeht wahr?

So fühlt sich DAS WAHRE SELBST AN.

Als kleines Kind hast du ganz selbstverständlich in dir SELBST GERUHT – du hast keinen anderen Zustand gekannt. Genau dahin kannst du jetzt Schritt für Schritt wieder zurückkehren und dort alles wiederfinden, was dir jetzt gerade so sehr fehlt.

2. Deine Urfähigkeiten

Das sind deine dir angeborenen Fähigkeiten – sie sind seit deiner Geburt in dir. Die brauchst du jetzt nicht lernen – du darfst sie entfalten, wie eine Blüte, die sich im Frühling langsam öffnet.

Mit deinen Urfähigkeiten erschaffst du dir dein eigenes Leben, so wie du es möchtest und es deinen Bedürfnissen entspricht – und du verbindest dich damit mit anderen Menschen.

Forsche in dir nach deinen angeborenen Fähigkeiten und schreib sie dir auf. Denke einfach mal daran, wie kleine Kinder ihre Fähigkeiten ganz natürlich im Spiel entdecken und andere damit beglücken. Auf der folgenden Seite hab ich dir ein paar Vorschläge zusammengestellt.

DA liegt deine natürliche Macht!

Lerne dich selbst wieder gut kennen, erlöse dich damit vollständig von deinen Ängste und auch den anderen Baustellen in deinem Leben!

3. Deine Fähigkeiten zur SELBSTTHEILUNG

Du hast ganz natürliche Fähigkeiten, mit denen du dich aktiv selbst heilen kannst.

Das ist zum Beispiel deine WAHRNEHMUNG, deine Fähigkeit DINGE ZU HINTERFRAGEN, du bist in der Lage dir ein NEUES BEWUSSTSEIN zuzulegen, du kannst dich DIR SELBST LIEBEVOLL ZUWENDEN oder deine Emotionen FÜHLEN UND AUSLEBEN.

Lerne deine immensen KRÄFTE ZUR SELBSTTHEILUNG gut kennen, erlöse dich damit vollständig von deinen Ängsten und auch den körperlichen Beschwerden, die dich jetzt jeden Tag quälen.

Einige deiner Urfähigkeiten

Deine serienmäßige Ausstattung

- ◆ dein **Urvertrauen**
- ◆ deine Fähigkeit zu lieben und **Liebe** anzunehmen – das entgegengesetzte Ende deiner Angst
- ◆ dein **Freiheitsgefühl**
- ◆ **Spaß an der Bewegung** – es hüpfst von ganz alleine
- ◆ deine **Vorstellungskraft** – die **Phantasie** ist nämlich die Werkstatt deines Lebens
- ◆ dein **Bauchgefühl / Intuition** – das entgegengesetzte Ende deines Verstandes
- ◆ **Begeisterungsfähigkeit**
- ◆ **Verbindung**
- ◆ **Absicht**
- ◆ dein **Grundoptimismus**
- ◆ **Glück** – dein Urzustand – das musst du nicht mehr in deiner Zukunft suchen
- ◆ deine **Urkraft**
- ◆ deine natürliche **Lebendigkeit** – Feuer im Arsch!!!!
- ◆ **Kreativität** – du bist ein Schöpferwesen.
- ◆ determiniertes **Handeln** – du zögerst oft viel zu viel, stimmt's?
- ◆ dein **Wille** – du weißt eigentlich immer was du wirklich willst!
- ◆ deine **Herzenswünsche** + den **Mut** sie auch ziemlich schnell in dein Leben zu bringen
- ◆ eine gesunde **Neugier** – keine Angst, auf Neues zu zugehen.



Du hast jetzt das Blatt mit dem OBEREN Teil und dem UNTEREN Teil vor dir liegen.

LERNE DICH SELBST aktiv im UNTEREN Teil gut kennen. Lass ihn in deinem Leben immer größer und machtvoller werden

ERINNERE DICH AN DICH SELBST!



Wie würde sich dein Leben anfühlen, wenn es größtenteils mit Dingen aus der UNTEREN HÄLFTE deines Blattes bestehen würde?

Wenn DU SELBST dein Leben immer mehr bestimmen und ausfüllen würdest?

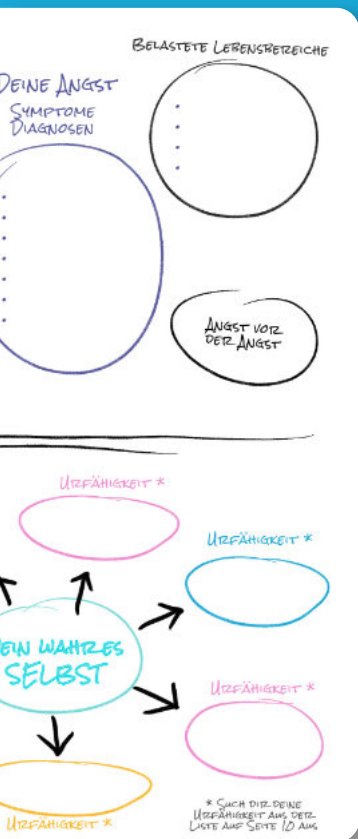
Mit dem UNTEREN Teil lässt sich der OBERE Teil nach und nach komplett auflösen, denn **da liegt deine ganz große Macht verborgen** – DAS IST DEIN ENDGÜLTIGER WEG AUS DER ANGST!

Erlöse dich damit vollständig von deinen Ängsten und den anderen Baustellen in deinem Leben!

Ich bin diesen Weg gegangen – ich finde es jeden Tag auf's Neue absolut faszinierend, es SELBST TUN zu können!



WAS IST JETZT ZU TUN?



Hänge dir dein Blatt irgendwohin, wo du es immer sehen kannst, z. B. an den Kühlschrank.

Wenn du in den nächsten Tagen Angst, Stress, Druck fühlst oder du suchst wieder nach Lösungen, dann SORTIERE dich erstmal mit der Frage:

Wo bin ich gerade mit meinen Gedanken unterwegs? OBEN oder UNTEN?

Mehr nicht - du öffnest dich damit für neue Möglichkeiten!

Der untere Teil - DEIN wahres SELBST wird immer größer werden. Mit deine angeborenen Fähigkeiten hast du die Macht, den oberen vollständig aufzulösen.



Du willst noch mehr tun?



ZUM
ONLINEKURS

Dann ist mein Einsteigerkurs - die ROADMAP TO HEAVEN genau richtig für dich

Es kann jedoch sein, dass du dich momentan in einer ziemlich Stresssituation befindest oder gar eine handfeste LEBENSKRISE dich schon länger schüttelt.

Wie dem auch sein - wie gebeutelt du dich auch gerade fühlen magst - es gibt den Ausweg.

Beginne gleich heute mit diesem ersten Schritt in ein faszinierendes Leben, in dem du deine ganz natürliche Macht wieder fühlst - denn schon EIN kraftvoller Schritt kann deinem Leben eine ganz neue Richtung geben.

<https://www.sabinestemp.de/roadmap-to-heaven/>



 **Seelenkonditorei**