



Praxis für bewusstes Sein

Selbst-bewusst-sein – sich selbst spüren und leben

Die wichtigste Person in Ihrem Leben sind Sie! Es liegt in Ihren Händen, wie Sie Ihr Leben gestalten. Sind Sie glücklich und zufrieden, strahlen Sie dies aus und werden es im Außen gespiegelt bekommen. Sie erkennen sich selbst und erfahren, welche Potenziale in Ihnen stecken. Sie lernen Techniken und neue Sichtweisen, um achtsamer und selbst-bewusster im Alltag zu leben und Ihre gesteckten Ziele auch zu erreichen.