

## WHOLENESS SHAMANIC YOGA

Der Samen Gottes ist in jedem von uns vorhanden. Eine der größten Herausforderungen in der Welt der Materie ist es jedoch sich daran zu erinnern, woher wir kommen und aus dieser Quelle heraus schöpferisch zu handeln.

Das Ankommen in unserer wahren Natur geht durch verschiedene Schichten. Auf diesem Weg ist es wichtig, sich in Ehrlichkeit zu betrachten, mögliche Verdrängungen und Verletzungen mit Liebe und Geduld anzunehmen. Erst dann, ist eine authentische Begegnung mit sich selbst möglich. Denn in diesem Moment, erlaubt sich jeder Mensch seine Einzigartigkeit zu leben und andere Menschen damit zu inspirieren.

In meinem Wirken verwende ich die Sprache meiner Seele: Die Intuition. Somit (er)öffne ich den Raum für das, was angeschaut werden möchte. Mein Konzept „Wholeness Shamanic Yoga“ stellt ein intensiver Weg der Selbstbegegnung, der persönlichen und spirituellen Entwicklung, dar.

Mittels verschiedener Hilfsmittel, wie klassischen Yogaelementen (Mantren, Körperstellungen, Atemübungen, Meditation, Tiefenentspannung), Musik und Klang, einfache (schamanische) Rituale, kurze und nachvollziehbare Übungen des klassischen Coachings, Erläuterungen wichtiger Zusammenhänge (z.B. Körper-Geist, Gesetz des Karmas, kosmische Prinzipien) im Rahmen von Vorträgen, entfaltet sich jeder Moment zu einem einzigartigen Augenblick. Somit bekommt jedes Wort einen besonderen Klang, wie: *Wholeness = Ganzheit, Shamanic = Verbindung mit der Natur, Yoga = Einheit.*