



Einführung

Willkommen auf einer magischen Reise der Selbstentfaltung und des inneren Feuers! Dieser Kurs ist darauf ausgelegt, deine verborgenen Schätze der Selbstliebe zu entdecken und dein inneres Feuer wieder zum Strahlen zu bringen – mit Kraft, aber ohne dich selbst oder andere zu verbrennen.


Stell dir vor, du bist wie die Drachendame Saphira, die früher mit Leichtigkeit und Freude durch die Lüfte geflogen ist und den Menschen mit ihrer Großzügigkeit das Leben verschönert hat. Doch irgendwann wurde sie von der Welt müde, da die Menschen immer mehr von ihr wollten, ohne auf ihre eigenen Grenzen Rücksicht zu nehmen. So zog sich Safira in ihre Höhle zurück, versteckte ihre Schätze und spuckte Feuer, um sich zu schützen. Doch diese Feuerkraft war eigentlich dazu da, ihr Leben zu erhellen – nicht, um andere zu verletzen.


In diesem Selbstliebe-Kurs wirst du lernen, dein inneres Feuer wieder zu erwecken und es so zu kontrollieren, dass es dir selbst und den Menschen um dich herum Wärme und Freude schenkt. Gemeinsam erkunden wir, wie du deine Schätze – deine Liebe, dein Mitgefühl, deine Energie – wieder aus deiner inneren Schatzkiste herausholst und sie mit der Welt teilst.





Einführung


Wie ist der Kurs aufgebaut?


 **Coachingübungen:** Saphira entdeckte nach und nach, wie sie ihre Feuerkraft positiv nutzen konnte. Auch du wirst durch Übungen lernen, wie du deine innere Stärke gezielt einsetzt, ohne auszubrennen.

 **Affirmationen:** In jeder Lektion begleiten dich kraftvolle Affirmationen, die dein inneres Feuer nähren und dir Mut machen, alte Überzeugungen loszulassen.

 **Audiodateien und Nachrichten:** Wie Saphira, die manchmal ihre Flügel ausruhen musste, wirst auch du durch inspirierende Audiodateien und liebevolle Nachrichten begleitet, die dir zusätzlich Kraft geben.

 **Meditationen:** Saphira musste auch erst lernen, in ihrer Höhle zur Ruhe zu kommen. Geführte und stille Meditationen helfen dir, dein inneres Gleichgewicht zu finden und in die Tiefe deiner eigenen Höhle zu schauen.

 **EFT-Klopfsessions:** Manchmal haben Drachen – wie auch wir – energetische Blockaden, die ihren Flug behindern. Die Klopfübungen helfen dir, alte Muster aufzulösen und emotional frei zu werden.

 **“Feuerrituale”:** Das reine Wissen bringt keine Veränderung. Deshalb gibt es Alltagsrituale für deinen Selbstliebe-Kurs, die dir helfen, Themen praktisch in deinen Alltag zu integrieren.

Dein eigener Flug – ohne Druck, aber mit Fokus:

Es ist wichtig, dass du diese Reise in deinem eigenen Tempo machst. Wie Saphira, die sich nach ihren eigenen Bedürfnissen bewegt, sollst auch du dir die Zeit nehmen, die du brauchst. Es gibt keinen Zeitdruck – das Wichtigste ist, dass du dich wohl fühlst. Aber auch Saphira wusste: Nur durch regelmäßige Flüge konnte sie ihre Flügel stark halten. Sei also liebevoll zu dir selbst und bleib dran.

Bleib in Verbindung:

Solltest du während deiner Reise auf Fragen stoßen, sei sicher, dass ich hier bin, um dir zu helfen. Saphira hatte auch Verbündete auf ihrem Weg – und ich stehe an deiner Seite, um dich zu unterstützen, wo immer du mich brauchst.

Denke daran: Dein Feuer ist kostbar. Erwecke es mit Achtsamkeit, kontrolliere es mit Liebe und lasse es leuchten, um die Welt heller zu machen.

Ich freue mich, dich auf dieser wundervollen Reise zu begleiten!
Herzlichst,

Jennifer

