

# Einstiegs



# Workbook



THE MUSE

# Deine Seele atmet auf! ✨

In meinen Workshops, Retreats und Coachings öffne und halte ich immer einen Raum, wo sich das innere Kind mit dem höchsten Selbst treffen kann.

Die folgenden Fragen geben dir Gelegenheit, Dich mit deinem inneren Raum zu verbinden- dem Ort der Stille, wo Du alle Antworten finden wirst und die Heilung kann beginnen!

**SELBS-ERMÄCHTIGUNG BEGINNT, SOBALD DU DICH MIT DER QUELLE, DER ESSENZ, DEM LICHT ODER DER SEELE- WIE AUCH IMMER DU ES NENNST- WIEDER-VERBINDEST.**

Indem Du dir die ERLAUBNIS gibst, so authentisch wie möglich zu sein, wird sich dein Herz so immens öffnen und Dein Geist so klar werden, dass du ganz natürlich in die beste Version Deiner Selbst `springen` wirst, ganz in deinem eigenen Rhythmus.

Dabei dürfen Freude, Sinnlichkeit und Fülle nicht fehlen!  
Geniesse es und erfreue Dich an den Momenten mit Dir !



# Nimm Verbindung zu dir auf

Was kannst Du in deinem Alltag tun, um Dich immer wieder mit Deiner Schöpferkraft zu verbinden?

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

Gibt es wiederkehrende Rituale, die Dich an Deinen Weg erinnern, stärken...?  
Ohne welches Ritual könntest du nicht leben?

1. ....
  2. ....
  3. ....
- 

Was macht dir Freude?

1. ....
2. ....
3. ....



Wie verbindest du Dich mit deiner höchsten Frequenz?

Wie kannst Du Deine Aufmerksamkeit immer wieder in den gegenwärtigen Moment bringen?



Was wolltest DU als Kind mal werden?

Wie nährst Du deine Gesundheit und Kreativität?

Was bedeutet Erfolg für Dich?

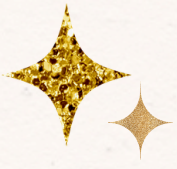


Wenn Du an dir selber zweifelst, wie kannst Du dich wieder aufbauen?

Was machst du am liebsten nach einem langen Arbeitstag wenn du nach hause kommst?

Welche Angst oder Herausforderung aus deinem Berufsleben hält dich wach in der Nacht?





Was ist das erste, was du machst, um in Deinen Tag zu starten?

An welchem Punkt in deinem Leben hast Du das erste mal etwas erfahren über Deine Leidenschaft, Vision und Träume?



Wie lautet Deine Mission?

Wen himmest Du an oder bewunderst Du, wer ist Dein Vorbild?

Ich hoffe, du  
hattest Spaß daran,  
Neuigkeiten über  
die wichtigste  
Person in deinem  
Leben zu erfahren:

**Dich!**

ALLES LIEBE  
DEINE MUSE