



coaching personnel Orientation de vie et renforcement de la santé

Parfois dans la vie nous restons bloqués et ne percevons pas nos possibilités. Les blocages intérieurs, non perçus, se reflètent au niveau émotionnel et physique. Ainsi les conditionnements, dogmes, peurs et stress entravent notre développement et peuvent générer des maladies et des douleurs. Dans la médecine allopathique, celles-ci sont le plus souvent traitées que de façon symptomatique. La recherche de la cause sur d'autres plans, psychique, émotionnel, énergétique et physique peut éliminer des blocages. Lorsque nous prenons connaissance de nos potentiels non vécus, que nous mobilisons nos forces naturelles de guérison et que nous modifions notre schéma de pensées, nous pouvons alors trouver cette énergie de Vie, de Joie, de Bonheur et d'Amour.

Cette recherche de la source de notre force intérieure réside dans un travail délicat avec notre esprit, nos dogmes, restrictions, résistances, pensées et émotions. En plus des interventions PNL (Processing Natural Language), sont utilisés également un travail énergétique sur le corps et des exercices respiratoires.

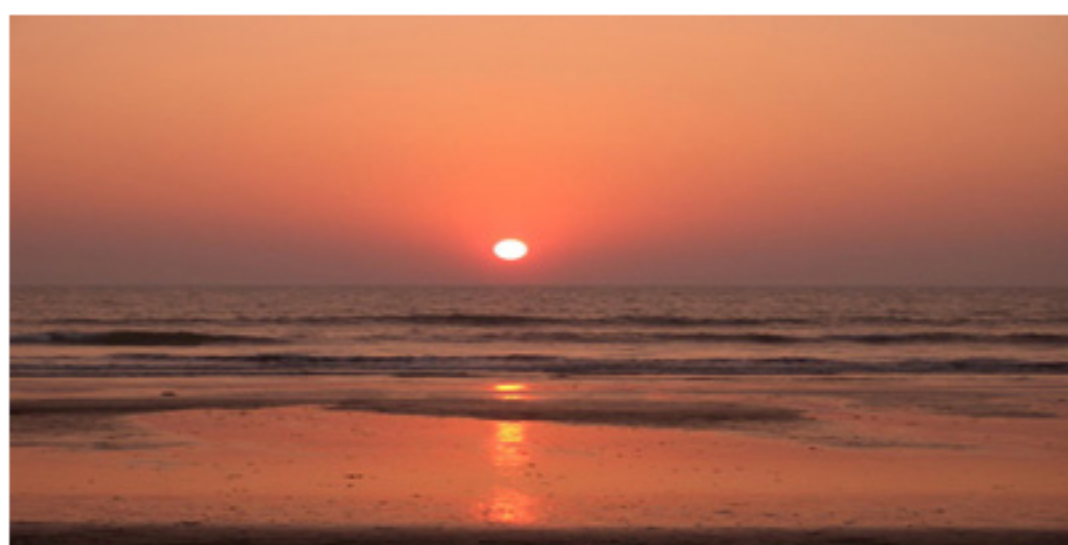
*Le bonheur provient de la perception de ce qui Est vraiment
Le malheur provient du conflit entre ce qui Est et ce qui Devrait être
(pensée d'un maître de l'Inde)*

Séances individuelles (à convenir)

À D-Freiburg € 60.--/heure

En Suisse CHF 120.--/heure

Coaching personnel à l'étranger



*Le chemin pour un meilleur art de vivre et une santé vitale
Satisfaire aux exigences de la vie actuelle
Amélioration de la qualité de vie et renforcement du système immunitaire*

Vous avez besoin d'une pause – d'un changement ?

Votre vie est en déséquilibre ?

Vous êtes dans une situation de vie difficile ?

Syndrome du burn out, surmené, épuisé, dépressif ?

Vous aimeriez arrêter de fumer ou perdre du poids ?

Vous souhaiteriez diminuer votre consommation de médicaments ?

Revenez aux racines de votre vie, à la simplicité. Découvrez et réalisez de nouvelles connaissances et visions pour votre propre vie, réveillez vos forces naturelles de guérison, mobilisez la confiance dans votre propre vivacité, centrez vous, retrouvez votre santé, votre énergie vitale, votre Joie, Bonheur et Harmonie.

Il s'agit de méditer sur la vie et de créer une relation profonde entre notre psychisme et notre corps et l'environnement, afin d'acquérir de nouvelles expériences de vie.

En même temps, les massages ayurvédiques ont un effet rajeunissant, nettoyant, renouvelant les cellules, vitalisant, désintoxiquant et relaxant et satisfont le besoin de contact et de tendresse. Le travail énergétique peut dénouer les blocages non perçus. La nourriture ayurvédique, adaptée à la constitution personnelle, a un effet énergisant et nettoyant.

Je serai votre coach et thérapeute personnel et j'élaborerai avec vous, après un bilan détaillé, un programme individuel. Cela peut être, faire du jogging tôt le matin ou courir sur le sable, nager, faire du yoga, méditations, traitements et massages ayurvédiques, travail énergétique, physiothérapie, séances psychothérapeutiques, conseils nutritionnels, excursions, contacts sociaux ou également du calme, du repos et de la relaxation.

Sur demande 1, 2, 3 ou 4 semaines avec un programme de 2 à 5 heures par jour.

En hiver 2005/6 à Goa – Inde (également conseils ayurvédiques pour flieg-ab-basel.de) et au printemps 2006 à Bali.

Sur demande également dans d'autres pays.

Dates à convenir lors d'un entretien préalable, tarif quotidien selon arrangement.