

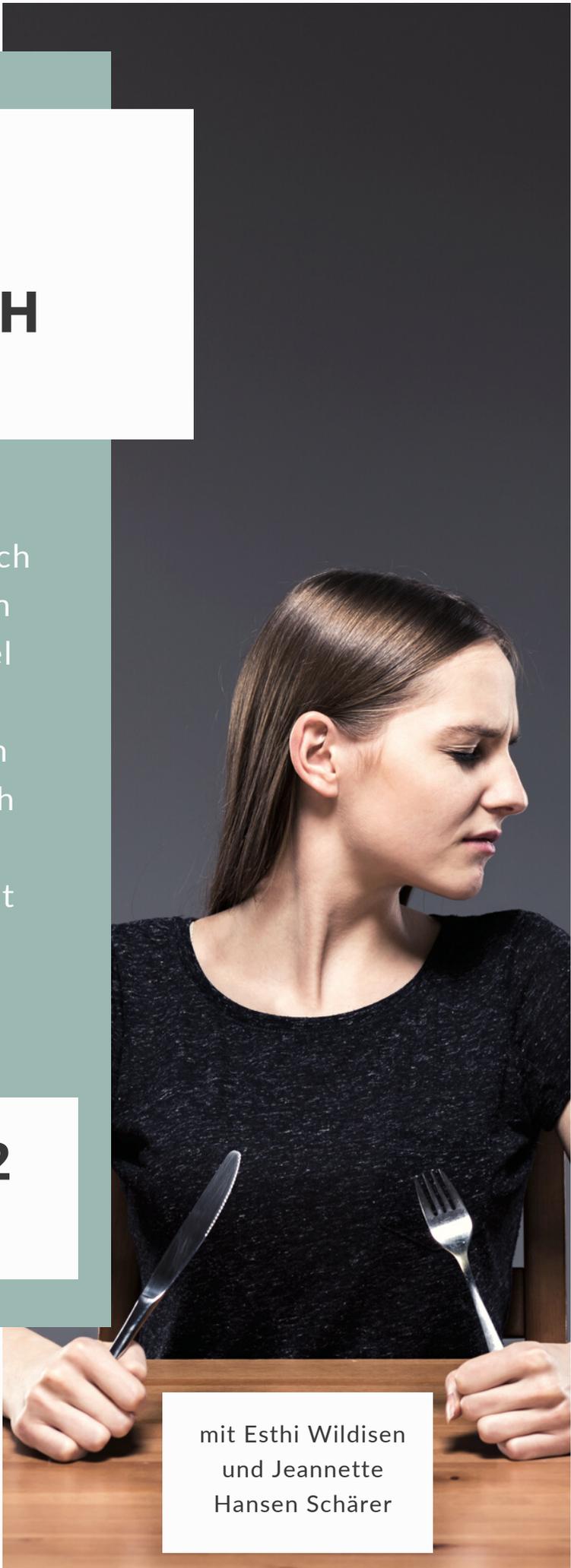
ESSEN IST KEINE LÖSUNG - NICHT ESSEN AUCH NICHT!

Kennst du solche Gedanken wie:
„Ich sollte nicht so viel essen“, „Ich
fühle mich so leer“, „Meine Eltern
sind schuld, dass ich heute so viel
esse“. „Ich sollte mich endlich
beherrschen können“. „Das Essen
bestimmt mein Leben“. „Wenn ich
als Kind nicht so viel Schlimmes
erlebt hätte, würde ich mich nicht
vollstopfen“....?

IST DAS WAHR?

HOCHDORF: 24.09.22
ZOOM: 06.11.22

Preis für beide
Tage: CHF 360.-



mit Esthi Wildisen
und Jeannette
Hansen Schärer

Essen ist keine Lösung - nicht essen auch nicht!

Gedanken begleiten uns tagtäglich und bestimmen unser Leben und unser Dasein. Manche fühlen sich stressig und traurig an. Sie lassen uns nicht frei leben. Oft machen wir uns selbst, andere oder unsere Eltern dafür verantwortlich.

Wir kämpfen tagtäglich auf's neue gegen unsere schmerzvollen Gedanken an oder schieben sie einfach weg. Dabei sind Gedanken wie Regentropfen, sie kommen und gehen, manchmal mehr und manchmal weniger. Würden wir je gegen einen Regentropfen kämpfen?

Gerne begleiten wir dich auf deiner Reise in deine Gedankenwelt. Lerne die Methode kennen, die deine Vergangenheit nicht austradert, sondern dir den Schlüssel für den Weg zu Frieden und Freiheit eröffnet.

Lerne hierfür die 4 Fragen von Byron Katie kennen und anwenden. Diese Methode kannst du danach selbstständig anwenden.

Esthi Wildisen und Jeannette Hansen Schärer führen Dich durch diesen Kurs. Er dauert jeweils von 9-12.30 und 14-17.00 Uhr. Der Kurs findet am 24.09.22 in Hochdorf und am 06.11.22 per Zoom statt. (Details auf der Homepage).

Anrechenbar auf die Anerkennung zum Coach (vtw)

Anmelden unter: www.praxiswasserschloss.ch/seminare22



„Der Kurs hat mir viel mehr geschenkt als erwartet. Ich durfte Erkenntnisse erleben, die sogar noch weit über das Thema Essen hinausgingen“.

Alexandra M.

Ich danke euch, Jeannette und Esthi für diesen wunderbaren, herzöffnenden, bunten und zugleich konzentrierten und zielführenden Workshop.

Nicole T.

„Ich habe erkannt, was mich bisher hinderte, ein gesundes und entspanntes Verhältnis zum Essen zu haben. Zudem weiss ich jetzt, wie ich die gewonnenen Erkenntnisse im Alltag leben kann“.

Tanja P.