

Schule für Blütenessenzen und Bewusstseinsweiterung

Ambros Rieder Gasse 32A, A-2380 Perchtoldsdorf, ☎ 01/ 869 31 47

wochentags, 8.00 - 9.00 Uhr www.achtsnit.com

Eva Achtsnit: CD Reihen Geführte Meditationen



CD Reihe: Für ein Leben aus dem Herzen

CD1: Heilung des Inneren Kindes: 40 min

Jeder hat ein Inneres Kind in sich, manche leben in einer stärkeren Verbindung mit ihrem Inneren Kind, andere haben wenig Verbindung zu ihrem Inneren Kind. Eigentlich haben wir nicht nur ein Inneres Kind, sondern einen ganzen Kindergarten von verletzten, wütenden, ängstlichen, unsicheren..... Kindern in uns. Aber dein Inneres Kind trägt auch dein Potential für Lebensfreude, Kreativität, Lebendigkeit, Spontaneität und Heilung. Je mehr dein Inneres Kind heilt, desto mehr heilst du auf allen Ebenen. In der Geführten Meditation "Heilung des Inneren Kindes" werden die Prägungen aus deiner Kindheit direkt angesprochen und neu erschaffen. So erschaffst du neue synaptische Verbindungen im Gehirn in Bezug auf deine Kindheit, dein Inneres Kind heilt und du erschaffst durch dein Unterbewusstsein neue Lebenserfahrungen.

CD2: Heilung durch dein Höheres Selbst: 57 min

Tiefe Heilung empfangen wir, wenn wir unsere ursächlichen inneren Konflikte heilen, unsere Emotionen annehmen und loslassen können und bereit sind unsere Lektionen zu lernen. Die Energie der Heilung kommt von dem vollkommenen, lichten, liebenden Teil in uns, der mit allem verbunden ist. Er hat die Blaupause (=vollkommener Bauplan für Gesundheit, Vitalität, Erfolg und Heilung) zur Verfügung und kennt unseren Lebensplan. In dieser Meditation kannst du eine tiefe Verbundenheit mit deinem göttlichen Teil erfahren, aus dem die Heilungsenergie kommt.

CD3: Herzfindung:44 min

In einer Welt, in der wir oft verletzt wurden, ist es nicht immer leicht unser Herz offen zu halten und doch ist es das einzige was uns wirklich glücklich macht: Ein Leben aus dem Herzen. In dieser geführten Meditation wirst du angeleitet dein Herz wieder für das Leben, für Beziehungen und für dich selbst zu öffnen, besonders in den Lebensbereichen in denen du verletzt wurdest und so den Weg deines Herzens zu gehen. In dieser Meditation erhältst du Bilder oder innere Klarheit über deine Lebensaufgabe und Antworten auf deine Fragen, warum die Dinge in deinem Leben so sind wie sie sind.

CD4: Integration der Schattenseiten: 31 min

Vor dieser Meditation empfiehlt es sich die Frage zu stellen: „Was lehne ich an mir ab, was verurteile ich an mir?“

Diese Geführte Meditation schafft tiefen inneren Frieden mit deinen Emotionen, aber auch mit allen Verhaltensweisen, die du an dir selbst anlehnest. Dadurch erfährst du eine tiefe Selbstannahme, die die Voraussetzung für Selbstliebe ist.

CD5: Verbindung mit deiner Inneren Kraftquelle: 37 min

In dieser Geführten Meditation handelt es sich auch um die Erfahrungen deines Inneren Kindes. Um die Liebe unserer Eltern und anderen geliebten Menschen zu erhalten, spalten wir Teile unserer Persönlichkeit ab, passen uns an und erlernen Verhaltensweisen und Rollenverhalten, das nicht unserem wahren Wesen entspricht. In dieser Meditation kannst du die Teile, die du von dir verschenkt oder unterdrückt hast, um die Liebe von anderen zu erhalten, zurück holen.

CD6: Der Innere Heiler: 38 min

Diese CD empfehle ich allen, die ein emotionales oder körperliches Problem heilen wollen. Die Selbstheilungskräfte werden dadurch aktiviert und der Innere Heiler wird angesprochen und beauftragt alles für deine Heilung zu tun. Eine wertvolle Begleitung in allen Heilungsprozessen. Diese CD kann auch während und nach Operationen, Zahnarztbesuchen und nach Unfällen gehört werden um den Schock zu verarbeiten und die Selbstheilkräfte zu aktivieren.

CD7: Wunschmanifestation: 46 min

Was wünschst du in deinem Leben zu verwirklichen? Was sind deine Herzenswünsche?

Alles, was in deinem Leben ist oder nicht ist, ist von dir auf bewusster und unbewusster Ebene erschaffen. Durch Visualisation kannst du die Realität erschaffen, die du dir wünschst. In einer fantasievollen Meditationsreise wirst du angeleitet diese Bilder mittels deiner Vorstellungskraft zu entwickeln.

CD8: Vergebung: 43 min

Wenn wir nicht vollständig vergeben, halten wir die Vergangenheit fest und sind nicht frei in unserem Leben. Indem wir wirklich von Herzen vergeben, heilen wir. Wir holen uns dadurch die Energie zurück, die gebunden war. Wirklich vergeben haben wir, wenn wir neben der betroffenen Person stehen können und ihr von Herzen das Beste wünschen können. Dann sind wir frei. Das Hören dieser CD unterstützt dich in diesem Prozess.

CD9: Selbstliebe: 53 min

Selbstliebe ist manchmal die größte Herausforderung in unserem Leben. Uns vollkommen zu lieben wie wir sind, wie wir aussehen und uns ganz tief zu bejahen, ist Inhalt und Ziel dieser Meditation. Du lernst deinen Körper zu lieben, dich wertzuschätzen ohne dass du etwas besonderes dafür tun oder leisten musst, und dich auch dann wertvoll und liebenswert zu erfahren, wenn du die Anerkennung von anderen nicht erhältst. Selbstliebe ist die Voraussetzung, um in unserem Leben Liebe zu empfangen und zu geben.

CD10: Partnerschaft: Die Kraft der Liebe: 42 min

Mit dieser CD kannst du arbeiten, um Verletzungen in einer Partnerschaft zu heilen, um die Liebe zum Partner zu vertiefen, aber auch um eine alte Partnerschaft abzuschließen und eine neue zu erschaffen. Du regst den kreativen Teil in deinem Unterbewusstsein an, die Partnerschaft zu erschaffen, die du dir wünschst.

CD11: Chakrenmeditation: 40 min

Chakren sind Energiezentren in unserem Körper, durch die wir unsere Lebensenergie aufnehmen. Sie können durch schmerzvolle Prägungen blockiert sein. In dieser Meditation lernst du dich tief zu entspannen und Sorgen, Ängste, Druck, alles was dich belastet, loszulassen. Ich habe positive Rückmeldung erhalten, dass diese CD auch effektiv bei Schlafproblemen eingesetzt werden kann. Generell öffnet dich diese geführte Meditation für mehr Energie, Liebe und Heilung und unterstützt dich im Loslassen.

Preis pro CD: 15,00€ (plus Porto)
Setpreis (11 CDs, 2 CDs gratis): 135,00€ (plus Porto)

Geführte Meditation: Gewicht coaching

In dieser geführten Meditation kannst du dein Unterbewusstsein darauf programmieren mit Leichtigkeit und Freude Gewicht zu reduzieren, deinen Stoffwechsel zu aktivieren und dein Essverhalten in einer Art und Weise verändern, die du genießt und dein Abnehmen unterstützt. Wir wollen in dieser Meditation dein Unterbewusstsein anleiten ein liebevolles Verhältnis zu deinem Körper aufzubauen und ein positives Selbstbild zu entwickeln, das dich im Erreichen deines Idealgewichts unterstützt, sowie es beizubehalten. Dein Körper wird angeleitet emotionale Toxine, Schlacken und Giftstoffe auszuleiten. Höre diese CD 2mal pro Tag. Du kannst sie auch während des Schlafens hören, um dein Wunschgewicht mit Freude und Leichtigkeit zu erschaffen. Dauer: 48min

Preis: 15,00€ (plus Porto)