



COACHINGAUSBILDUNG IM ROTEN ZELT

4. Zoom Call: Inhalte einer Session – Wege um zu Lösen

Du hast die Session bereits gut eingeleitet, hast den Kunden in den Körper geführt, verankert und seine Intention finden lassen, so dass die Energie weiß, wohin sie fließen soll.

Du hast an dieser Stelle schon eine Ahnung, wohin die Reise führen kann, oder welches Thema anklingelt. Nun kannst du folgende Wege oder Möglichkeiten wählen, um den Kunden in seinem inneren Raum zu einer Lösung und einer tieferen Erkenntnis des Themas zu führen.

Im Herzraum:

Wenn du das Gefühl hast, es geht um Herzensthemen, um Liebe, Trauer, Mitgefühl ist es eine Möglichkeit, dort zu beginnen. Es gibt das emotionale und das weise Herz und wir können Menschen durch die emotionalen Schichten in das weise Herz – die Essenz – führen.

Herzraum Reise:

Führe deinen Klienten in seinen Herzraum. Lass ihn beschreiben.

- Wie sieht es dort aus?
- Was lebt dort? Dunkle Ecken, Gefühle, Ängste?

- Geh dann weiter mit dem Fluss, der sich zeigt. Evtl brauchst du auch Elemente wie Clearing, Innere Aufstellungen o.ä. dann an dieser Stelle.

Herzensvision sichtbar machen:

Lass einen Film aus dem Herz an die Wand strahlen auf dem die eigene Vision erscheint. Der Klient sieht sich selbst, wenn all das lebt, wonach er sich sehnt, wenn er sein höheres Selbst verkörpert.

Lass ihn diesen Film so farbig und lebendig wie möglich beschreiben. Und am Ende all die Gefühle im Körper verankern.

Verbindung mit dem Schoßraum:

Leite dabei eine innere Reise über das Herz durch eine Tür und über eine spiralförmige Treppe nach unten. langsam, Schritt für Schritt hinunter führen – in das Unterbewusstsein. Dort im Schoß ist ein Tor, dies führt entweder direkt in die Gebärmutter oder einfach in den Schoßraum. Dort kannst du verschiedenste Möglichkeiten anwenden:

- **Erkunde den Raum**, wie ist dieser Raum eingerichtet, welche Gefühle kommen dabei hoch. Schau nach dunklen Ecken, nach Löchern oder Nischen, was ist dort versteckt und welcher Schmerz/ Geschenk verbirgt sich dahinter.

- **Schau nach dem Drachen** im Schoßraum. Ist er da? Ist es ein Ei? Ist er in Ketten? Was braucht es, um ihn zu befreien? Was braucht es zum Abschluss, damit er frei fliegen kann als Schritte in deinem Leben?

- **Komm in deinen eigenen Schoßgarten**: Wie sieht es dort aus? Was kommt hoch? Gibt es Tiere dort? Wasser? Wesen? Was möchte in dem Garten geschehen? Will etwas gepflanzt oder geerntet werden?

Achtung: Am Ende immer wieder den Weg zurück führen, nach oben und aus dem Reich des Unterbewussten zurück ins Hier und Jetzt und ins Tagesbewusstsein.

Clearing Sessions

Clearing Sessions dienen dem Ablösen von Fremdenergien oder auch dem Zurückholen von Energien, die wir in Ängste und Muster gegeben haben. (Siehe auch PDF 3. Coaching Session)

Dabei kannst du nach einem sichtbar machen der Energie bzw. der Form folgende Mittel nutzen:

- Energien rausfließen lassen und zurücknehmen
- Nabelschnur durchschneiden
- das Wesen entlassen und Helfer dazu bitten
- liegende Acht oder blaue Lichtsäule um sich ziehen und die Energie in ihrem Raum lassen

Visionsarbeit:

Die Visionsarbeit kannst du nutzen, um z.B. in die geistige Welt reisen, zu geistigen Helfern (Höheres Selbst, Vision, etc) und dich mit deiner Seele zu verbinden.

Dazu kannst du entweder den Klienten ein Wesen wählen lassen, oder du wählst aus, wohin es geht. Gern gewählt wird dazu: deine Seelenfamilie, deine Schutzengel, dein höheres Selbst.

Bei Entscheidungen:

Oftmals stehen Menschen vor wichtigen Entscheidungen und sind in extremem Druck. Der Kopf hat alles durchdacht, aber sie können sich nicht entscheiden. Hier ist es wichtig, dass du die beiden Wege vorher informierst, bevor den den Kunden dann in die Reise schickst.

Nutze dazu z. B. Einen Weg, der auf eine T-Kreuzung führt. Lass den Kunden wählen und schauen und fühlen, wie sich jeder Weg anfühlt und welche Erfahrungen warten, wenn er ihn geht.

Innere Aufstellungen

Wenn Themen mit Mitmenschen oder Familienmitgliedern auftauchen, heftige Trigger und Emotionen im Feld sind, bietet sich eine Aufstellung an. Dabei steht die triggernde Person (meist die Mutter, Vater, Geschwister oder eigenes Kind) vor dem Klienten.

Es geht zunächst um ein Erkennen der Ist-Situation, wichtig ist hierbei auch alles auszusprechen, was oftmals im Verborgenen schwingt und nicht gesagt wurde. Ebenso ist hier der Raum für die wahren Gefühle wichtig. (Wut, Trauer, Angst, Verantwortung, jemanden tragen müssen, etc.)

Ziel ist die Liebe fließen zu lassen und zu erkennen, was los gelassen werden muss oder welche gesunden Grenzen es braucht, damit der Klient in der Kraft bleiben kann.

Innere Aufstellungen sind auch möglich:

zum Inneren Mann/Frau, inneren Kind , guten Mädchen-Bösen Mädchen, oder guten Jungen-Bösen Jungen.

Oder zu einem Körperteil, einer Krankheit, Organ, Depression
oder zum zukünftigen Partner, zur Liebe, Fülle Geld, Freude, usw.

Sonstige Möglichkeiten

- **Womb Mapping**

Die Reise durch die Elemente des Schoßes, um Botschaften oder Helfertiere etc zu empfangen.
Oder auch gezielt zu einem Element, das es zu kultivieren gilt oder wo du eine Blockade wahrnehmen kannst.

- **Den Geldraum besuchen**

- **Eine Zeitreise machen**

um Aspekte aus der Kindheit zurück zu holen oder zum Ursprung eines Themas/Krankheit zu gelangen. Dabei kann die Reise auch gut in den Mutterleib zurück gehen oder sogar in ein früheres Leben.

Dabei ist es wichtig, gut darauf zu achten, dass der Klient am Ende der Session auch wieder im hier und jetzt und in seinem Körper verankert ist.

- **Inner Devi Yoga**

Dabei kannst du den Klienten auf eine Reise zu einem göttlichen Aspekt schicken. z.B. Fülle, Liebe, oder auch eine Göttin wie die Göttliche Mutter/Vater, Mutter Maria.

Er kann diesem Wesen Fragen stellen und Antworten empfangen. Danach in die Göttin hineinschlüpfen und den Standpunkt wechseln. Auf sich selbst zurück schauen.

Dann unbedingt wieder hinaus atmen.

Am Ende kann es stimmig sein, diesem Aspekt einen Platz im eigenen Körper zu geben und in sich einschmelzen zu lassen.

- **Erdverbindung stärken:**

Reise durch einen Eingang durch die Wurzeln eines Baumes hinein in die Erde. Verbindung mit dem Erdelement, den nährenden Qualitäten, der irdischen Heimat und dem Wiedererwecken der Körperweisheit.

Zusätzliche Tools

- Kartensets nutzen – eine Karte für den Kunden ziehen und damit den Raum öffnen

- Öle oder Kristalle nutzen – zeigen oder energetisch einschwingen
- Release über den Körper – wenn Entladung über den Körper nötig ist um überhaupt eine tiefere inner Arbeit möglich zu machen. Z.B. Aufstehen, schütteln, stampfen, aufwachen, ins Kissen hauen, hüpfen, usw.
- Deine eigenen erlernten Methoden, Tönen, Sounds, Klänge, EFT, Essenzen, Mittel, usw.

Reflektion / Hausaufgaben:

(mit dem Buddy zusammen)

1. Buddy kontaktieren
2. zwei Termine ausmachen (maximal 60 min je Termin)
3. Ausmachen, wer führt die 1. und wer die 2. Session (einmal geben, einmal empfangen)
4. Mit dem Buddy mindestens zwei der oben genannten Wege ausprobieren. Es dürfen gerne mehrere sein.
Mach nur eine kurze Einführung und steige direkt mit dem Weg ein.
5. Feedback vom Buddy: Wie hast du dich gefühlt? Wie geht es dir jetzt? Sei ehrlich mit dem Feedback.

Viel Freude beim Üben!