

Lebensberatung in der Schweiz oder bei dir zu Hause

Lebensberatung – eine Beratung zum Leben? Wer braucht das schon?

Du bist – wie wir alle – ohne Fahrplan zur Welt gekommen: Niemand hat dir bei deiner Geburt gesagt, was der Sinn deines Lebens ist. Oder wie du ein erfülltes, glückliches Leben voller Liebe und Frieden führen kannst. Diesen Weg darfst du selbst Stück für Stück entdecken. In der Lebensberatung helfe ich dir dabei.

Was weißt du über das Leben?

Vom ersten Tag deines Lebens an beginnst du zu lernen: Deine Vorbilder sind Mama und/oder Papa, und ihre Wünsche, Träume und Ziele werden zu deinen. Sie vermitteln dir, was im Leben wichtig ist und wonach du streben solltest. Dazu kommen Großeltern, Lehrer, Bekannte, später Arbeitgeber, Medien und mehr, und immer klarer formt sich dein Bild vom Leben – aber wahrscheinlich passt dieses Bild gar nicht zu dem, der du wirklich bist.

Vielleicht bist du seit Jahren oder Jahrzehnten den Weg gegangen, der dir von außen vorgegeben wurde. Und nun spürst du immer mehr, dass dein Leben anstrengend geworden ist. Du bist gefangen in ständigem Kampf, fühlst dich fremdbestimmt, schwankst zwischen Erschöpfung und Funktionieren.

Lebensberatung für deinen ureigenen Weg

Es ist an der Zeit, deinen ureigenen Weg zu finden. In der Lebensberatung findest du einen Raum ganz für dich allein, in dem alle Gedanken und Gefühle hochkommen und sein dürfen. Du darfst annehmen, was gerade da ist, und ganz liebevoll aus dem Kampf aussteigen. Mit wohlwollendem Blick auf dich selbst sehen, einfach nur sein.

Eine Lebensberatung hilft dir, dich selbst besser kennenzulernen und für dich selbst einzustehen. Du lernst einen liebevollen Umgang mit deinen Gefühlen, sodass sich Angst und Ablehnung in Vertrauen und Verbundenheit verwandeln. Du legst Wert auf deine eigenen Bedürfnisse und beginnst zu verstehen, wie du sie in deinem Leben mehr und mehr erfüllen kannst. Damit du ein Leben gestalten kannst, dass deinem ureigenen Selbst entspricht.

Wie funktioniert die Lebensberatung?

Deine Lebensberatung kann bequem bei dir zu Hause (per Internet oder Telefon) stattfinden oder du kannst zu mir nach Rapperswil-Jona in die Schweiz kommen. Wir nehmen uns ein wenig Zeit, einander kennenzulernen, und beginnen dann direkt mit deinem Thema zu arbeiten.

Durch verschiedene Methoden – zum Beispiel bewusstes Atmen, Achtsamkeitstraining und Coaching – kommst du in Verbundenheit mit dir selbst. Aus dieser Verbindung heraus finden wir gemeinsam deine Antworten. Du kannst schon bald damit beginnen, dein Leben so zu verändern, wie es zu dir passt.

Möchtest du deinen ureigenen Weg entdecken oder herausfinden, ob wir beide zusammenpassen? Dann lade ich dich zu einem kostenlosen Klärungsgespräch ein. Den Link findest du hier.