

Lebenskompetenz

		Lebensenergie fließt nicht	Aspekte der Lebenskompetenz:	Lebensenergie fließt	Anfang % der Sessions bzw. Ausbildung	Ende % der Sessionreihe bzw. Ausbildung
1. Chakra: Wurzelchakra	Lebensangst, nicht erwünscht zu sein, kein Zuhause, isoliert von der Welt, entwurzelt,	1. Grundlebensgefühl Vitalität		Lebensfreude, Fülle, Stabilität, tiefe Verbundenheit mit der Natur, Sicherheit...	0 %	100 %
	ich will nicht da sein, Abtreibung als Trauma, kaum Lebensenergie ...				2. Grundenergie "Ja" zum Leben	100 %
2. Chakra: Bauch- oder Sexualchakra	Schuldgefühle, Wut, Hass, Verzweiflung, von anderen manipuliert zu werden; das Gefühl, wegen seiner Rasse, Geschlecht diskriminiert zu werden, das Gefühl großer Unsicherheit, Unehrlichkeit, Trauma, Missbrauch, Angst vor Armut, passives Erleiden ...	3. Selbstbild: "Wie siehst Du Dich" Selbstzufriedenheit	4. Selbstbestimmung Selbstverantwortung Habe Einfluß auf die wichtigen Dinge im Leben	Hohes Selbstwertgefühl, gutes Körpergefühl, authentisch sein können, Emotionalität, Lebensfreude, Ekstase, Begeisterung, Sexuelle Selbstbestimmung, Lust, Lebendigkeit, Sinnlichkeit ...	0 %	100 %
		5. Konfliktklärung Aktive Klärung Herausforderung annehmen			100 %	100 %
3. Chakra: Solarplexus Wille	Entscheidungsunfähigkeit Angst Verantwortung zu über- nehmen, Furcht vor Kritik, Erwartungshaltungen erfüllen wollen, Konditionierbar ...	6. Handlungskompetenz Nach Innen + Aussen: "Was immer kommt, ich werde es gut meistern"		Willenskraft, Entscheidungsfähigkeit, Unbefangenheit, Selbstverant- wortung, Selbstbestimmung, persönliche Dinge regeln, Durchsetzungsfähigkeit, "Ja" + "Nein" sagen können, Respekt vor sich selbst, den Menschen und der Welt ...	0 %	100 %
	Erwartungsabhängigkeit Normen, ich kann nichts klären, ich bin klein, unfähig sein ...				7. Selbstvertrauen zum Leben im "Hier + Jetzt" In Herzverbindung sein	100 %
4. Chakra: Herzchakra "Liebe"	Abgeschnitten sein, Nicht geliebt zu werden, nicht lieben zu können, einsam sein, sich in Traumwelten aufhalten, langweilig, Angst vor negativer Energie, nicht vergeben können, keine Dankbarkeit, Kummer, kalt sein, hohes Stressempfinden ...	8. Individualität "Mein Leben als Mann/Frau lebe ich inhaltlich unabhängig von Rolle/Gesellschaft"		Liebesfähigkeit Spontaneität, glücklich sein, Selbstvertrauen, empathisch sein, mitfühlen können, Menschen mit Fehlern und Schwächen annehmen können, verzeihen können, Angstfrei leben ...	0 %	100 %
					9. Lebenssinn "Meine eigenen Werte/Glück" "Habe meinen Lebensweg + Lebensaufgabe gefunden"	100 %
5. Chakra: Halschakra Kommunikation	Sich selbst verleugnen, Unehrlichkeit, lügen, sich nicht behaupten, seine Rechte ver- leugnen, Angst, Bedürfnisse, Gefühle + Meinungen zu äus- sern, Andere in die eigene Abhängigkeit bringen, Unfähig- keit, Gefühle von Trauer und Schmerz zu zeigen, tratschen ...	10. Resilienz + Spiritualität Leben aufgeräumt + innere Stabilität und Widerstandskraft gegen Krankheiten In Verbindung mit der Existenz + der Welt		Kreativität Selbstaussdruck, Unabhängigkeit, eigene Bedürfnisse + Meinungen äus- sern, Ehrlichkeit, eigenes Leben leben, Selbstbestimmung aus- serhalb der Erwartungen von Gesellschaft, für sich selbst ein- gestehen, aufrecht leben ...	0 %	100 %
					9. Lebenssinn "Meine eigenen Werte/Glück" "Habe meinen Lebensweg + Lebensaufgabe gefunden"	100 %
6. Chakra: 3. Auge Intuition Morphogene- tisches Feld	Lebenslügen, Neid, Eifersucht, Angst vor dem Unbekannten, Monstern, höhe- ren Mächten, Unbelehrbarkeit, Starrheit, Sturheit, Horrorfilme, Selbsttäuschung, Familienver- strickungen, kollektive Orientierung ...			Intuition, in sich schauen, Empfindsamkeit, Gestaltswahr- nehmung, Kombinationsfähigkeit, Intuition, eigene Einfälle, komplexe Wahrnehmung, individuelle Fähigkeiten leben, Familienordnung ...	0 %	100 %
					10. Resilienz + Spiritualität Leben aufgeräumt + innere Stabilität und Widerstandskraft gegen Krankheiten In Verbindung mit der Existenz + der Welt	100 %
7. Chakra: Kronenchakra Spiritualität	krank Lebensunfähigkeit, Leben in völ- liger Bedeutungslosigkeit, dem Leben nicht trauen, Finsternis, spirituelle Krisen, lineares Denken, verwahrlost, Selbstge- rechtigkeit, Weigerung innerlich zu wachsen + sich zu erkennen			gesund angekommen sein, Leben im Hier+Jetzt, frei von Glaubenssätzen, Fähigkeit zu synergetischem Denken, Dankbarkeit, einverstanden sein, Hingabe, Leichtigkeit, Humor, Erleuchtung ...	0 %	100 %
						100 %
		0 - 10 - 20 - 30 - 40 - 50%	➔	60 - 70 - 80 - 90 - 100 %	A=	B=
					Summe	
					% Steigerung	

6. Chakra - 3. Auge

5. Halschakra

4. Herzchakra

3. Solarplexus

2. Bauchchakra - Gefühle

1. Wurzelchakra

