



Vision Board Workshop (Kakao & Klang)

“Get inspired and unlock your wild creative energy living inside of you.”

Du hast immer wieder einmal ganz grossartige **Ideen, Ziele** und **Visionen**, doch es gelingt dir irgendwie nicht, diese umzusetzen? Du verlierst oft deine Ziele **im hektischen Alltag** aus den Augen und **vor lauter Bäume siehst du den Wald gar nicht mehr...** Und du hast dich schon so oft gefragt, warum deine Träume noch nicht wahr geworden sind? Warum einfach nichts passiert und du keinen Schritt wirklich vorwärts kommst?

Nutze die Kraft eines Vision Boards für die Manifestierung, Visualisierung und Erreichung deiner Ziele.

Hast du Lust, dich einen ganzen Tag mit deiner aktuellen Situation auseinanderzusetzen und **loszulassen**, was nicht mehr stimmig ist, um Platz frei zu machen für deine Ziele, deine **Herzenswünsche** und deine **Visionen**?

«Veränderung passiert
in einem Augenblick.
Sie passiert in jenem Moment,
in dem du dich dazu
entscheidest,
sie herbeizuführen.»
- Allyson Lewis -



In diesem **persönlichen Workshop** helfe ich dir, **Zeit für DICH** zu nehmen, **um Klarheit schaffen zu können**. Du darfst dich über deine eigenen Werte klar werden und dich in deine Ziele, Wünsche, Träume und Visionen vertiefen.

Wer seine Wünsche, Träume, Ziele immer vor Augen hat, wird daran stetig erinnert, behält das große Ganze im Auge und verzettelt sich weniger.

«Kreiere dein eigenes Vision Board –
du wirst staunen, wie es wie ein Magnet
deine Träume und Wünsche
in dein Leben ziehen wird.»

Herzöffnende Kakao-Zeremonie

Um dich auf **deine Träume und Visionen** einzustimmen, genießen wir zusammen einen feinen **Kakao**.

Kakao Rituale sind eine natürliche Weise, Deinen Alltag und Deinen Geist in Balance zu bringen und zu entspannen. Ihren Ursprung hat die Kakao Zeremonie in Südamerika. Die indigenen Völker nutzen dieses spirituelle Ritual, um das Ungleichgewicht zwischen Mensch und Natur zu bereinigen. Es kann zu **Klarheit** und zu **Selbstbestimmung** verhelfen. Dabei werden **innere Blockaden gelöst** und ein Zustand der **Harmonie** erreicht. Auch die **Kreativität** wird durch die Kakao Zeremonie gefördert. Kurz gesagt: Dieses **herzöffnende Ritual** soll Geist und Körper und die **Intuition** stärken, **Harmonie** und **Balance** fördern und ein Gefühl von **Verbundenheit mit dir selbst** und mit anderen schaffen.



Dazu darfst du dich entspannen und dich anschliessend einer **Klangmeditation (Sound Healing Session)** hingeben und den **Alltag loslassen**... einfach sein... bevor du dich mit deiner Zukunft, deinen Träumen und Visionen beschäftigst.

Klangmeditation / Soundhealing

Klangmeditation für Körper und Geist - Eine Klangmeditation kann eine **heilende und entspannende Wirkung** auf unseren gesamten Organismus haben.



Klang ist kraftvoll, Klang ist heilsam:

Klangschalen wurden schon vor Jahrhunderten eingesetzt, um einen meditativen Zustand zu erreichen. Die sanften Töne **beruhigen** die **Seele** und unterstützen dich dabei, innere Ängste und Stress zu lösen und loszulassen.

Die Kombination aus Klang und Meditation wirkt sich positiv auf dein Wohlbefinden aus und das **Visualisieren deiner Träume** wird damit ebenso unterstützt und angeregt.

Vision Board-Werkstatt:

Visualisierung – mit dem Vision Board:

Dann machen wir uns an die Collage aus Bildern, Stichworten und Affirmationen rund um die eigenen Ziele.

Und bringen die Bilder, Sprüche, Gedanken zusammen zu einem persönlichen Visualisierungs-Bild – dem **Vision Board auf Leinwand**



Mein Vision-Board Workshop ist für dich, wenn du:

-  ganz viel Träume und Ziele hast, aber nicht weisst wo anfangen mit der Umsetzung.
-  dein Leben neu ausrichten willst und du für dich deine innere Energie (wieder) entdecken willst.
-  dich mit deinen Wünschen verbinden willst.
-  mehr Klarheit für deinen persönlichen Lebenssinn wünschst.
-  dich von einigen einengenden Gedanken befreien möchtest, um Neues in Angriff zu nehmen.
-  dir einen Tag für die Zukunft schenken möchtest.

Gerne helfe ich dir dabei, deine Ziele zu entwerfen und den ersten Schritt mit dir zu gehen. Du wirst erstaunt sein, wie sich eins nach dem anderen einrenkt in deinem Leben.

Mit dem VISION BOARD kann man Ziele manifestieren – visualisieren – erreichen

Du wirst unbewusst und automatisch deine Aufmerksamkeit und deine Tätigkeiten anpassen, um diese Bilder in dein Leben zu transportieren. **Mit dem Vision Board gut sichtbar in deinen eigenen vier Wänden hast du deine Ziele und Wünsche immer vor deinen Augen** und unbewusst nimmst du Chancen und Gelegenheiten wahr, die zum Gewünschten führen. Das ist keine Magie – das ist das Gesetz der Anziehung (law of attraction), auch Resonanzgesetz oder Gesetz der Resonanz genannt.

“Get inspired and unlock your wild creative energy living inside of you!”

Organisatorisches

- Durchführung: **1:1 Setting – also nur Du und ich**
- Zeit: **10.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr (jeweils Freitag)**
- Ort: Treffpunkt: **Winterthur Hegi | im oberen Gern 67, Atelier, 8409 Winterthur**
- Programm:**
- | | |
|---------------|---|
| 10.00 Uhr | Ankommen/Austausch
Herzöffnende Kakao-Zeremonie
Klangmeditation /Sound Healing Session
(wenn gewünscht auch eine Klangschalen-Massage) |
| ca. 13.00 Uhr | Vision-Board-Werkstatt |
| ca. 17.00 Uhr | Abschluss |
- Kosten: **CHF 330.--** (inkl. Material, Lunch & Snacks (inkl. Kakao), Trinken (Kaffee, Tee, Wasser), Leinwand.)
- Du bringst mit: **Zeitschriften**, die zerschnitten werden können, wenn du bereits vorher Gedanken machen willst auch gerne Ausdrucke von Lieblings-Zitaten, Bilder etc. (oder gerade deinen eigenen Laptop)



Anmeldung und bei Fragen gerne hier: kontakt@petraeigenmann.com