

2 Angebot: Liebesfähiger werden

Bist du davon überzeugt, dass du nicht genug liebst oder melden dir andere so etwas zurück? Bist du dir unsicher darüber was Liebe überhaupt ist?

In diesem Lernprogramm kannst du deine Vorstellung von Liebe erweitern.

Ich gehe davon aus, dass Liebe ein Bestandteil des Seins ist, dass jeder Mensch in Liebe „schwimmt“, dass er/sie Liebe „ist“. Ist dein Zugang zur Liebe eingeschränkt, kannst du u.a. mit folgenden Einheiten daran mehr erfahren.

- (-) Liebe entdecken 311
- (-) Selbstliebe zulassen
- (-) den Fluss deiner Liebe freisetzen
- (-) Liebe "entpersonalisieren"
- (-) Mitleid in Mitgefühl verändern 315, 424, 564
- (-) in den Körper eintauchen 502d

Die zugehörigen Dateien auf der Seite werden mit ihren dreistelligen Kennzahlen z.B. „110“ gekennzeichnet.

Zu jedem Angebot empfehle ich vor den ersten Beschreibungen und Übungen einen **Realitätsscheck**.

Dieser kann drei Teile umfassen:

Eine Selbsteinschätzung

Eine Fremdeinschätzung von einer Bezugsperson

Eine professionelle Einschätzung von deinem Coach, Therapeuten oder von mir über

kontakt@dasganzeselbst.de .

Selbsteinschätzung Fragen dazu:

Was von den gelesenen oder geübten Inhalten hat dich berührt oder angesprochen?

Wo fühlst du bei dir einen Mangel?

Welche Bereiche sind dir schon vertraut?