

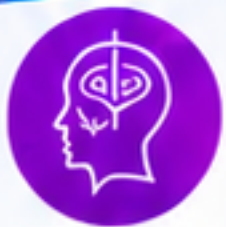


Analyse meiner Psyche über die Chakras

Mich besser verstehen.
Mein Gleichgewicht finden.
Mein Potenzial entfalten.



Sieben
Energiezentren.
Ein klarerer Blick
auf meine Psyche.
Ein Weg zu mehr
Gleichgewicht.



VERSTÄNDNIS

Mich selbst besser kennen – durch eine tiefgehende Analyse meiner Psyche.



TRANSFORMATION

Emotionale Blockaden erkennen und durch Selbsterkenntnis lösen (Svadyaya).



PRAKTISCHE TOOLS

Konkrete Empfehlungen für meinen Alltag, meine Beziehungen und mein Wohlbefinden.



GLEICHGEWICHT

Mehr Klarheit, Selbstvertrauen und eine höhere Lebensqualität.



UNSERE FORMATE



KOMPLETTE ANALYSE

Detaillierter Fragebogen und persönliches Auswertungsgespräch mit individueller Analyse.



KURZ-FORMATE

Jedes Thema tiefgehend, flexibel und praxisorientiert.



SÉMINARE

Eine intensive Erfahrung (4 Std. + 1 Std. Yoga) für Körper und Geist.



INDIVIDUELLE BEGLEITUNG

Persönliche Unterstützung, angepasst an Ihre Bedürfnisse und Ziele.



UNSERE MÉTHODE

- ✓ Svadyaya – Selbsterkenntnis
- ✓ Samkhya – Philosophie und Psychologie
- ✓ Integrale Chakra-Psychologie
- ✓ Atemarbeit, Meditation und Achtsamkeit
- ✓ Körperarbeit und Haltungskorrektur
- ✓ Moderne Wissenschaft und Psychologie



Tiefgehendes Wissen



Praxisorientiert und direkt anwendbar



Ganzheitlicher Ansatz :
Körper, Geist und Beziehungen



Für mehr Wohlbefinden,
Selbstvertrauen und
ein erfüllteres Leben.



Mich besser verstehen.
Mein Gleichgewicht finden.
Mein Potenzial entfalten.



MEHR ERFAHREN & ANMELDEN

www.mental-health.yoga



WAS IST DIE CHAKRA-ANALYSE ?



Ein fundierter Ansatz, der das traditionelle Modell der sieben Chakras nutzt, um meine Gedanken, Gefühle, Verhaltensmuster und Lebensbereiche besser zu verstehen. Die Analyse hilft mir, meine Stärken, meine Blockaden und meine Bedürfnisse zu erkennen, um ein ausgeglicheneres und authentischeres Leben zu führen.

WIE FUNKTIONIERT ES ?



Durch einen detaillierten Fragebogen, ein persönliches Auswertungsgespräch und eine individuelle Analyse betrachten wir jedes Chakra und seinen Einfluss auf meine Psyche, meine Emotionen, meine Beziehungen und mein allgemeines Wohlbefinden. Ich erhalte klare Erklärungen und konkrete Empfehlungen für meinen persönlichen Weg.

DIE SIEBEN CHAKRAS UND IHRE EINFLÜSSE



Kronen-Chakra – Lebenssinn, Spiritualität, Verbundenheit



Drittes-Auge-Chakra – Intuition, mentale Klarheit, innere Vision



Hals-Chakra – Kommunikation, authentischer Ausdruck



Herz-Chakra – Liebe, Beziehungen, Mitgefühl



Solarplexus-Chakra – Selbstwert, Willenskraft, Selbstbestimmung



Sakral-Chakra – Emotionen, Kreativität, Lebensfreude



Wurzel-Chakra – Sicherheit, Stabilität, Grundvertrauen



FÜR WEN ?



Alle, die sich selbst besser kennen und persönlich wachsen möchten



Menschen in einer Lebensphase der Veränderung oder des Übergangs



Menschen mit emotionalen Blockaden oder geringem Selbstvertrauen



Fachpersonen (Therapeut:innen, Coaches, Lehrpersonen etc.)



Alle, die mehr Balance, Klarheit und Sinn in ihrem Leben finden möchten

