

# Atmen – Bewegen – Creativ Sein



Dieser Satz bekommt immer mehr und mehr Bedeutung in Zeiten von C und Co.

Was bedeutet es für dich, gesund zu sein?

Welche Teile sind mit Gesundheit gemeint?

Erkennst du den Zusammenhang zwischen Körper, Geist und Seele?

Bist du immer noch der Meinung, dass du deinen Körper mit Pillen, Spritzen und weiteren Eingriffen gesund bekommst und erhältst?

Wenn ja, dann solltest du nicht weiterlesen. Dann wünsche ich dir eine schöne Zeit.

Wenn du aber doch wissen willst, wie du deinen Körper bis ins hohe Alter fit, gesund und heil erhalten kannst, dann freue ich mich auf deinen Anruf/PN

**Gesund sein** geht nur in einem gesunden Umfeld. In einem Haus, das gesund ist. In einer „gesunden Wohnung“ und auch an deiner Arbeitsstätte.

Beobachte dich mal in deiner Wohnung, deinem Haus, deinem Umfeld:

- ✚ Was fühlst du?
- ✚ Enge oder weite?
- ✚ Beklemmung oder Leichtigkeit?
- ✚ Druck nach unten oder weite in alle Richtungen?

**Ehrlich zu sich selber sein**, ist der erste Schritt in Richtung Gesundheit.

Ich kann dir bei deinen ersten Schritten in diese Richtung ein paar wichtige Infos und Tipps geben, wenn du willst.

- I. Als erstes gehen wir in alle Räume deiner Wohnung, deines Hauses, deiner Wirkungsstätte und erfühlen die dortige Energie
- II. Wo liegt dein Arbeitszimmer, dein Badezimmer, dein Schlafzimmer, die Kinderzimmer usw.?  
Im Norden, Osten, Westen oder Süden?
- III. Alles, was dich stört, was dich runterzieht wird weggeräumt (Farben, Formen, Bilder, Pflanzen, Möbel und Dekoration)

- IV. Was ist in deinen Räumen, was der Vergangenheit angehört? Was ist kaputt? Wo stehen deine Möbel? In welcher Richtung liegt dein Badezimmer, dein Schlafzimmer, dein Wohnzimmer, deine Küche?
- V. Welche Farben sind dominant? Warum ist die Wahl der Farben so wichtig? Passen sie in diesen Raum? Erfreuen sie dich?
- VI. Wo steht dein Bett? Dein Sofa? Dein Esstisch?
- VII. Ist genug Platz zum Bewegen oder steht alles eng zusammen?

Wir machen uns gemeinsam auf die Suche, um **Gesundheit, Freude, Kreativität, Lösungen** und **Erfolg** wieder in dein Leben zu holen.

Das machst du u.a. mit Hilfe eines ausgeklügelten Fragbogens.

Mein Wirken ist in allererster Linie, dich in *deine* gewollte Richtung zu schuppsen durch genau die richtigen Fragen und Techniken, die dir den AHA Effekt bringen und die du dir vor allem selber beantworten solltest.

1. Weißt du, wer du bist?
2. Wer du sein willst?
3. Weißt du auch, was du willst oder nur, was du nicht willst?
4. Weißt du in welche Richtung du gehen willst?

Du hast 3 Möglichkeiten:

- a) Denkanstoß-Coaching (einmaliges Gespräch)
- b) Richtungsänderung Coaching (fünfmaliges Gespräch)
- c) Rundherum-Coaching (

Wenn es dir gefällt kannst du jederzeit upgraden.

- Kennst du schon Hilfsmittel, Techniken und geistige Unterstützungen?
- Lebst du in deinem Körper oder außerhalb?
- Erkennst du deine Einzigartigkeit?
- Wovon bist du abhängig?
- Willst du FREISEIN?

Fragen über Fragen und diese ersten Fragen kannst du dir schon alle mal durch den Kopf gehen lassen. Wir werden im **kostenfreien** Erstgespräch darauf eingehen.



**Monica Droste**

[www.kristallschule.com](http://www.kristallschule.com)

[genial.einfach.genial@gmail.com](mailto:genial.einfach.genial@gmail.com)

+49 0176 46 78 91 70

FB: monica.droste.bewusstseinscoaching  
telegram: Atmen-Bewegen-Creativ sein

