

Online-Kurs Vergebung lernen

Einleitung

Willkommen
Mehr über mich
Aufbau des Kurses
Seelenreise

Modul 1 - Was ist Vergebung?

Gabe und Gnade
Kein Vergessen
Keine Versöhnung mit anderen
Zusammenfassung

Modul 2 - Warum soll ich vergeben?

Einstiegsvideo
Aus Liebe zu mir
Weil das Leben im Jetzt geschieht.
Für wahre Begegnungen
Um frei zu sein
Zusammenfassung

Modul 3 - Wisse um die Hindernisse.

Einstiegsvideo
Verstehen wollen
Die Hoffnung stirbt zuletzt.
Angst, feige zu sein.
Zusammenfassung

Modul 4 - Wann ist die richtige Zeit, um zu vergeben?

Einstiegsvideo
Worauf noch warten?
Entscheide dich jetzt!

Modul 5 - Wie verbinde ich mich mit der wahren Energie der Vergebung?

Einstiegsvideo

Umarme die Gegenwart

Einführung
Übung 1: Die tiefe Atmung
Übung 2: Magische Fragestellung
Übung 3: Heilende Bewegung

Erhöhe deine Energie

Einführung
Übung 4: Metta Bhavana – die liebende Güte
Übung 5: Chakrareinigung mit kosmischer Energie und Rose
Übung 6: Aurareinigung

Unterscheidungskraft

Einführung
Übung 7: Die Introspektion
Übung 8: Die Identität des Leidenden
Übung 9: Zusammenhänge verstehen

Erlaube dir eine Vogelperspektive.

Einführung
Übung 10: Der Brief
Übung 11: Der Rollentausch
Übung 12: Eine neue Erzählung

Vergib dir selbst!

Einführung
Übung 13: Zugang zu deinen Emotionen mit der Spiegelübung
Übung 14: Werde dir deiner inneren Stimme bewusst
Übung 15: Handle wahrhaftig

Modul 6 - Wie erkenne ich, dass ich vergeben habe?

Einstiegsvideo
Innerer Frieden
Mitgefühl
Gleichmut

Modul 7 – Boni für dich

Einstiegsvideo
Vergebung und Zahlenmystik
Vergebung und Yoga
Vergebung und spirituelle Reinigung

Danke für dein Vertrauen

Erinnere dich.
Seelenreise