

Antje Jacobs

Begegne dir selbst und erlebe inneres Wachstum



Mein effektives Transformations-Coaching

ERKENNEN. HEILEN. WACHSEN.

wahrnehmen - annehmen - loslassen

THEMEN:

SICH SELBST LEBEN / BERUFUNG LEBEN: *Willst du endlich deine Fähigkeiten und Talente leben? Willst du der Mensch sein, der du wirklich bist und dich in deiner gesamten Größe zeigen? Du möchtest endlich deine Berufung leben oder dich in deinem bisherigen Beruf mehr behaupten?*

MIT KINDERN LEBEN: *Wünschst du dir einen entspannteren Umgang mit deinem Kind? Möchtest du dein Kind besser verstehen und seine und deine Bedürfnisse unter einen Hut bringen? Fühlst du dich aber manchmal blockiert bzw. überfordert mit deinem Kind? Wiederholen sich diese Situationen?*

BEZIEHUNG LEBEN: *Du möchtest, dass sich deine Beziehung verbessert und dass ein gesundes Gleichgewicht im Geben und Nehmen entsteht?*

Ob in deiner Berufung, in der Beziehung mit deinem Partner, deinem Kind oder anderen Menschen:

Möchtest du endlich gerne in deinem Leben oder in einem Thema weiterkommen oder bestimmte Situationen in DEINEM Leben klären, in denen du dich blockiert, unsicher oder missachtet fühlst?

Willst du wissen, warum du trotz deiner persönlichen Weiterentwicklung und vieler Erkenntnisse nicht vorwärts kommst bzw. dich noch blockiert fühlst und wie du diese Blockade auflösen kannst?

Wenn wir in unserem Leben etwas klären möchten oder in einem bestimmten Thema endlich vorwärts kommen möchten, brauchen wir nicht unbedingt unser gesamtes Leben aufzurollen. Das könnte uns eher überfordern und wir verlieren den Überblick für das, um was es gerade geht. Es gilt genau hinzuschauen, wo sich schwierige Situationen oder Blockaden immer wieder zeigen.

Jede Blockade, jeder immer wiederkehrende Konflikt oder sich wiederholendes Muster hat eine Ursache, die in der Vergangenheit liegt. Genauso, wie ein Schmerz im Körper uns auf etwas hinweisen will, so will uns auch eine seelische / innere Blockade auf etwas hinweisen.

Durch die vielen verschiedenen und vielschichtigen Einflüsse und Prägungen in unserer Kindheit sind wir zu dem Menschen geworden, der wir heute im Außen sind. Dabei werden wir zum größten Teil noch durch unser Unterbewusstsein gesteuert, in dem die Grundeinstellungen und Prägungen, die wir als Kind übernommen haben, verankert sind.

Unsere Rollen, Muster und Konditionierungen leben wir selbstverständlich von klein auf und können sie daher nur schwer durchschauen.

Besonders die tiefsitzende und oft negative Grundeinstellung / Überzeugung über uns selbst ist der blinde Fleck, der uns noch von uns selbst trennt. Das hat zur Folge, dass wir an bestimmten Punkten in unserem Leben einfach nicht weiterkommen, egal was wir erkannt und versucht haben.

Als Coach für Innere Transformation helfe ich Menschen dabei, in kurzer Zeit den Ursachen ihrer Blockaden und immer wiederkehrenden Schwierigkeiten auf den Grund zu gehen. Dabei schauen wir auf das jeweilige aktuelle Thema / Problem / die Blockade oder Situation, die jetzt gerade vorhanden ist, auch wenn sie noch so banal erscheint. Von dort aus gehen wir in die Tiefe. Oft wird dadurch eine seelische Verletzung sichtbar, die schon sehr lange unbewusst das Leben beeinträchtigt oder belastet hat und denjenigen durch das Unterbewusstsein gesteuert hat. Die also auf sein ganzes Leben Einfluss hatte, ohne dass der derjenige es so klar sehen / deuten konnte.

Meine Kernfähigkeit besteht darin, Muster, Verstrickungen und deren Zusammenhänge schnell zu erkennen und zu benennen. So kann bereits beim ersten Gespräch ein

befreiender Prozess in Gang gebracht werden. Wenn du dafür bereit bist, kann bereits in der ersten Beratung der wesentliche Knoten gelöst bzw. der Ursache auf den Grund gegangen werden.

Für mich ist es nicht wesentlich, auf vergangene Leben zu schauen oder bestimmten Methoden oder Vorgaben zu folgen. Alles, was der Mensch auflösen und verändern will, geschieht im Hier, im Jetzt. Dann, wenn es sich zeigt und man bereit dafür ist, hinzuschauen und wahrzunehmen. Es geht dabei um die absolute Annahme von allem, was IST. Durch das Bewusstwerden kann wirkliche Heilung und Loslösung geschehen. Und der Weg ist frei, um in seine wahre Größe zu wachsen.

Ich berate per Telefon oder per Skype. Auf Wunsch auch persönlich.

Wertungsfrei, klar und auf den Punkt. Empathisch und tiefgründig.

Manchmal hat man vielleicht das Gefühl, mit der Vergangenheit eigentlich alles gut geklärt zu haben. Und doch kann es sein, dass etwas übersehen wurde. Um uns davor zu schützen, den noch negativ gespeicherten Erfahrungen, dem Schmerz von damals, nicht noch einmal zu begegnen, haben wir einen unsichtbaren und unbewussten Schutz um uns herum gebildet. Was ja auch nicht verwunderlich ist, da besonders die Rolle / das Grundmuster, in welches wir hinein geboren wurden, besonders tief sitzt und uns am stärksten prägt. Wir leben dies von Beginn an selbstverständlich und können es daher am schwersten erkennen. Unser Schutz ist auch als EGO bekannt.

*Die Ego-Verhaltensweisen sind vor allem auf 2 wichtige menschliche und vor allem frühkindliche Bedürfnisse ausgerichtet, nämlich **Schutz** (Distanz) und **Bindung** (Nähe):*

... sich vor weiteren negativen Erfahrungen, Verletzungen und dem Begegnen mit dem inneren verdrängten Schmerz zu schützen und

... die für sich nötig erscheinende Aufmerksamkeit und Anerkennung zu bekommen.

Wenn du dafür offen und bereit bist, kann ich dich dabei unterstützen, dein noch ungelöstes Thema sichtbar zu machen.

Dabei ist es möglich, dass wir auf innere Widerstände stoßen und etwas tief in dir verankertes angetriggert wird. Es sind alte, nicht geheilte Schmerzen, unterdrückte Gefühle, die sich zeigen, um endlich wahrgenommen und angenommen zu werden. Wenn du dich auf diesen natürlichen Prozess, deine Innere Transformation, einlässt, wirst du dich von dem Schmerz und der Blockade, die noch da war, befreien. Es kann natürlich sich immer wieder mal eine neue Blockade zeigen auf deinem Weg. Doch mit jedem *wahrnehmen - annehmen - loslassen* wirst du in dir selbst wachsen. Dein Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl werden stabiler. Ich werde dich dabei begleiten, deinen persönlichen Weg zu finden, wie du mit diesen Erkenntnissen und Gefühlen umgehen kannst. Wie du ohne bestimmte Methoden oder Praktiken deine innere Befreiung und Transformation erfahren kannst.

So kann Heilung und Loslösung geschehen. Innere Heilung kann nicht hergestellt werden. Bist du dafür bereit, wird sie geschehen.

Genau das fällt uns oft am schwersten. Einfach anhalten, aushalten und zulassen. Durch die Prägung der Vergangenheit sind wir es gewohnt, etwas zu tun, damit es besser wird. Wir gehen davon aus, dass wir im Außen etwas brauchen, damit sich etwas entwickeln kann. So kennen wir es von klein auf.

Wir suchen nach Erklärungen, nach Hilfsmitteln oder Lösungen. Spirituelle Praktiken oder Techniken... Alles davon kann in bestimmten Situationen im Leben hilfreich sein.

Doch wir werden erst dann wirklichen inneren Frieden und ein inneres Gleichgewicht erreichen, wenn wir bereit sind, dem zu begegnen, was uns nicht zur Ruhe kommt lässt / was uns immer wieder blockiert.

Das ist der Weg der Inneren Transformation.

Einige Gefühle oder inneren Reaktionen werden sich bereits während unserem Gespräch zeigen.

Mach dir bitte bewusst, dass die meiste Wirkung sich aber erst nach unserem Gespräch zeigen wird.

Du kannst mich gerne bei Bedarf dazu kontaktieren. Dies gehört zur Beratung dazu.

Mein Transformations-Coaching ist effektiv und hochwirksam für all jene, die bereits einiges erkannt und getan haben auf ihrem Weg und die offen dafür sind, auf sich selbst zu schauen.

Du wirst erleben, was es heißt, immer mehr mit sich selbst, seiner Seele verbunden und im Frieden zu sein. Du wirst eins mit dir und kommst in deine Ganzheit. Schritt für Schritt zeigt sich dein wahres Selbst.

Dies führt automatisch zu gewünschten wesentlichen Veränderungen in dem Bereich, in dem du dich immer wieder blockiert gefühlt hast.

Ich freue mich, dich bei deinem inneren Wachstum begleiten zu dürfen.

**Alles Liebe,
Antje Jacobs**

**Transformations-Coaching
*Begegne dir selbst und erlebe inneres Wachstum***

hoeheres-bewusstsein.de
leben-mit-kindern.blogspot.de/

Melde dich jetzt für meinen Newsletter an und du erhältst sofort den 1. Teil deines Gratis E-Mail Kurses:

[„WER BIN ICH / WER BIN ICH NICHT – Anleitung zur Selbstreflexion“](#)