



Liebe wer du bist und entdecke deine Selbstheilungskraft!

- Was, wenn wir eine angeborene Fähigkeit zur Selbst-Heilung in uns tragen und sowohl unser Körper wie unsere Seele genau wissen, was sie brauchen um zu heilen?
- Was wenn es einen direkten Zugang dazu gibt, mit dem wir ohne hohe Kosten dieses Potential aktivieren können?
- Eines, das uns jederzeit und überall zur Verfügung steht?

Wir sind eine Welle im Ozean: einzigartig und Teil des grossen Ganzen.

Als Lebewesen mit einem Geist, einer Seele und einem Körper sind wir ein einziges Bewusstseinsfeld, das Teil des allumfassenden Bewusstseinsfeldes ist. So gesehen erschaffen wir nichts in unserem Leben isoliert und abgetrennt, auch nicht unser Wohlbefinden. Wir gestalten zusammen mit der universellen Intelligenz.

Die kreative Lebensenergie durchdringt uns und wirkt in jedem Augenblick in uns, auf allen Ebenen. Das bedeutet:

1 Wir sind auf allen Ebenen hochkreativ. Beispielsweise erschaffen wir auf der physischen Ebene jeden Moment neue Zellen. Dabei wirken wir mit, dass es gesunde oder kranke Zellen sind.

2 Unser Gehirn vernetzt sich während unseres Lebens immer wieder neu. Das nennt sich Neuroplastizität. Wir können diese Fähigkeit für unsere Gesundheit nutzen.

3 Kranksein ist kein fixer Zustand, sondern ein Prozess, bei dem mein Körper und meine Seele sich mit etwas auseinandersetzen und den für mich bestmöglichen Weg finden, wieder ins Lot zu kommen.

4 Gesundheit ist die Fähigkeit, sich immer wieder an neue Situationen anzupassen: in jedem Moment. An alles, was gerade in unserem Leben passiert und auf uns einwirkt – auf der physischen, psychischen oder gedanklichen Ebene.

5 Die Liebe zu (mir) wer ich bin ist mein persönlicher Schlüssel zur kreativen Lebensenergie.

6 Wir erschaffen mit grosser Unterstützung, nicht alleine. Die kreative universelle Intelligenz ist immer mit uns. Wir haben immer eine Kraft an unserer Seite, die für uns da ist.

Mit der kreativen Lebensenergie sind wir niemals alleine und es steht ein unendliches Reservoir an Möglichkeiten und Energie zur Verfügung, die wir alleine niemals hätten und die uns Heilung ermöglicht in ungekanntem Ausmass!

Gesundheitstraining

1. Tag: Liebe wer du bist, und erwecke dein Potential zur Selbst-Heilung

Uns selbst zu lieben erschliesst uns unser gesamtes menschliches Potential. Es ist eine Fähigkeit, die wir in der Regel nicht gelernt haben. Denn es bedeutet weit mehr als ein Gefühl. Mich selbst zu lieben ist

- zu wissen, was meine Bestimmung ist und
- für mich zu sorgen und mein «so sein» zu akzeptieren
- Und es ist auch vergeben und dankbar sein, für wer ich bin.

Die Liebe zu dir verbindet alle Ebenen in dir zu einem einzigen Bewusstseinsfeld: Körper, Seele und Geist. Alle Formen der Liebe sind Formen von Intelligenz. Das Herz ist der grösste Aktivator unserer Essenz und Manifestationsfähigkeit und verbindet uns über Raum und Zeit hinweg mit allem was ist. Es ist ein Magnet für das, was zu uns gehört und zu uns passt.

Wenn wir unsere Herzenskraft aktivieren, hilft es uns aus unserer Essenz zu handeln, Entscheidungen zu treffen und das zu manifestieren, was für uns von Bedeutung ist.

Zu lieben wer ich bin

- erschliesst mein einzigartiges Potential und
- aktiviert die Intelligenz meines Körpers und meiner Seele zur Selbstheilung,
- zeigt mir den Weg, der mich und nur mich heilt,
- schenkt mir die Kraft, das umzusetzen was ich erkannt habe,
- ruft ungeahnte, unvorhersehbare Unterstützung in mein Leben

Die Liebe ist die grösste Kraft im Universum. Zusammen mit der kreativen Lebensenergie, die uns alle durchdringt und am Leben erhält, finden wir unseren eigenen Zugang zu unserer Gesundheit und unserem Wohlbefinden.

2. Tag: Botschaften der kreativen Lebensenergie verstehen und nutzen

Wir sind so gemacht von Natur aus, dass wir direkten Zugang zur kreativen Lebensenergie haben. Unsere Vorfahren konnten mit Bäumen sprechen und mit Gesängen heilen, weil sie diesen Zugang noch kannten.

Zum Glück können wir das immer noch. Die Liebe zu wer wir sind ist der Schlüssel zu diesem Potential. Und unsere inneren Sinne zusammen mit den drei Gehirnen sind die Organe im Körper, mit denen wir das tun.

Wir empfangen Botschaften mit der kreativen Lebensenergie mit Hilfe unserer drei Gehirne

- Kopf: Erkenntnis und Einsicht
- Herz: Intuition
- Bauch: Impuls und Instinkt

in Form von

- Bildern
- Gedanken
- Gefühlen und
- Wahrnehmungen

Wir bringen die Ebenen unseres Energiefeldes in Einklang und schaffen ein ganz neues Wohlbefinden, das mehr als die Summe der Einzelteile ist.

Wenn wir Kohärenz der drei Gehirne erschaffen, sind wir selbstbestimmt, handlungsfähig und motiviert in der Umsetzung. Wir haben die kreative Lebensenergie mit an Bord, die auf unvorhersehbare Weise unterstützt und Dinge möglich macht, die wir alleine niemals könnten. Wir bringen unsere Gesundheit auf eine neue Ebene.

***Laden wir die kreative Lebensenergie ein, mit uns unser Wohlergehen zu erschaffen.
Gemeinsam ist Unvorstellbares möglich!***

3. Tag: Deine Frequenz – dein Weg

Alles ist Schwingung im Universum: Lebewesen, Gedanken und Gefühle, Musik, und Bilder. Unser Körper ist ein sensibler Resonanzkörper welcher In Resonanz tritt mit den Schwingungen um uns herum. Das können wir uns zunutze machen, um unsere Frequenz höher schwingen zu lassen und damit ein wohl-schwingendes Heil-Feld zu erzeugen

Wir sind nicht feste Materie. Zwischen den, aus denen wir bestehen auf Physischer Ebene ist ein weiterer Raum. Wir sind weit mehr Raum als solide Materie. In diesen Zwischenräumen entsteht Realität, manifestieren wir – auch unser Wohlbefinden.

Wir sind niemals, wer wir vor einer Minute waren.

Jeder Gedanke, jede Emotion, jede Begegnung, jede Mahlzeit und unausgesprochene Wahrheit schreibt sich in unsere Frequenz ein. Unser Bewusstseinsfeld antwortet auf alles. Wie wir antworten schlägt sich in unserer Stimmung nieder, sowohl aufbauend als auch Stress erzeugend. Mit der Zeit kann sich unverarbeiteter Stress zu einem Symptom entwickeln in unserem Körper. Das nennen wir dann Krankheit.

An diesem Tag gehen wir der Spur unserer Symptome nach und entdecken ihre Botschaft an uns. Wir schauen darauf, welcher Stress uns schadet und wie wir anders damit umgehen können.

Alles, was uns in eine aufbauende Schwingung bringt, nutzen wir dazu. So entwickeln wir gemeinsam einen Ansatz zur Gesundung, um unser Wohlbefinden zu steigern. Wir finden deine Ressourcen - bestehende oder neue - um deinen Weg des Wohlbefindens zu gehen, der sich richtig und gut anfühlt.

Wir nutzen dazu alles, was unsere Schwingung in eine Frequenz der Liebe bringt

- Affirmationen und Worte
- Deine Stimme und Musik
- Bilder und Visualisierung
- Gefühle
- Bewegung, Ernährung

Da wir in der Anzahl Moleküle zu 99% aus Wasser bestehen, nutzen wir auch eine neue Methode, die von Veda Austin entwickelt wurde. Sie heisst Wasser Kristallografie und kann Unsichtbares für uns sichtbar machen.

Schwingen wir uns auf die höchste Frequenz der Liebe ein und erlauben wir ihr, sich in uns auf allen Ebenen unseres Seins zu manifestieren.

Über Tessa Richter

Tessa hat früh begonnen, sich dem Thema Kreativität und künstlerischer Ausdruck zu widmen: zuerst innerhalb der gegebenen Strukturen der klassischen westlichen Musik, als klassische Flötistin mit einer internationalen Karriere. Später tauchte sie ein in innere Welten, fand Zugang zu ihren eigenen inneren Strukturen, wurde so professionelle Malerin und Bildhauerin mit internationalen Ausstellungen. Seit 2004 komponiert sie eigene Musik und hat bisher 3 CDs mit Eigenkompositionen veröffentlicht.



Sie erforschte andere Bewusstseinszustände in der Musik, in Bildern, in schamanistischer Trance und Mediationsformen ebenso wie auf Reisen u.a. zu den Ureinwohnern Nordamerikas, nach Indien, und nach Nepal. So erschloss sie sich die Verbindung zwischen Kult und Kultur als Quellen der (künstlerischen) Inspiration für ihre Kunst, Musik und fürs Leben.

Tessa gibt seit 30 Jahren ihr Wissen und ihre Erfahrung weiter im Coaching und in Kursen, privat und in Institutionen, wie beispielsweise an der Musikhochschule Zürich – heute Hochschule der Künste - und der Hochschule für Gestaltung Basel, in der Schweiz und im Ausland.

Seit einer einschneidenden Erfahrung mit einer bedrohlichen Krankheit vor 14 Jahren widmet sie sich zusätzlich dem Thema Kreatives Heilen und Gesundheit ganz neu gedacht, u.a. mit dem Aspekt der Selbstheilungskräfte, Selbstliebe und dem Zugang zur kreativen Lebensenergie.

Sie ist eine zertifizierte Coachin, hat ein Lehrdiplom und einen Master's in Flute Performance von der Boston University.

Über ihre Erkenntnisse und Erfahrungen hat sie 3 Bücher publiziert. Das letzte erschien 2024 unter dem Titel "Being highly creative – our superpower at the dawn of a new era".

Mehr Information findest du hier. www.oursecretpotential.com
und hier www.spirit-contacts.ch

Disclaimer: Dieser Kurs ersetzt keinen Arztbesuch und keine Medikamente. Er zeigt Wege in ein neues Paradigma der Gesundheit auf, wie du mit Eigenverantwortung dein persönliches Wohlbefinden gestaltest und das findest, was für dich auf allen Ebenen wirkt.

Daten:

Tag 1 24. Oktober 10 – 16 Uhr
Tag 2 14. Nov. 10 - 16 Uhr,
Tag 3 12. Dez. 10 – 16 Uhr

Ort

Simone Rügsegger
Oberdorf 7
4132 MuttENZ

Preise

Alle 3 Tage gemeinsam	665.- CHF
Einzel	225.- CHF

Anmeldung mail@tessarichter.ch oder simone.muttENZ@bluewin.ch