



## Releasing

### Loslassen und Freiwerden für den eigenen Weg

#### Einzelsitzungen und Einführungsseminare

Releasing ist eine wirkungsvolle ganzheitliche Selbstheilungsmethode, entwickelt von Dr. Isa & Yolanda Ruth Lindwall, USA, die innere Blockaden, Programme und Gefühlsmuster auflösen hilft, die aus unserer Kindheit und zum Teil auch aus früheren Leben, archetypischen Schichten oder pränatalen Erfahrungen in dieses Leben hineinwirken und losgelassen werden können. Basis dieser Arbeit ist die bedingungslose Liebe, mit der wir im Releasingprozess den alten Mustern, Erfahrungen und Bildern begegnen, um sie umzuwandeln und wieder in Einklang zu kommen mit unserem wahren Wesen und Lebenssinn. Wir streben an, glücklich und erfüllt im Hier und Jetzt zu leben.

Einige Themen könnten dazu sein:

- Körperliche Blockaden mit seelisch-geistigen Ursachen
- Schlafstörungen, Essstörungen, Schocks, Traumata
- Neuorientierung
- Beziehungs- und Trennungssituationen mit Partnern oder Partnerinnen (auch Paarsitzungen möglich)
- Abschied und Neubeginn
- Dialog und Begegnung mit dem inneren Kind, Anregung der eigenen Heilungskräfte und Transformation von Kindheitsverletzungen
- Auflösung von Kreativitätsblockaden, Erschöpfungssymptomen und Hilfe beim Burn-Out-Syndrom
- Wiederentdeckung der eigenen inneren Kraft, Wahrheit und Lebensaufgabe u.v.m.
- Ängste wie z.B. Prüfungsängste, Schulängste, soziale Ängste etc.

Die einschränkenden inneren Strukturen anzuschauen und wirkungsvoll aufzulösen, ist das Ziel der Releasingarbeit.

Es ist ein sehr effektives Werkzeug, wenn es um die Veränderung überlebter Lebens- und Gefühlsmuster geht. Meditative, kreative und schamanische Methoden unterstützen diesen Prozess und zeigen, wie wir in bewegten Zeiten uns selbst immer wieder neu ausrichten und mit der eigenen inneren Kraft und Liebe rückverbinden.

#### Einzelsitzungen

**Beitrag:**

Vorgespräch: 35,-€

Einzelsitzung: 90,-€ / Std., eine Releasingsitzung dauert in der Regel 1 Stunde.

#### Einführungsseminare

Auf Anfrage

**Leitung:**

Kerstin Noffke, Aus- und weitergebildet in der Klangmassage und Klangpädagogik nach Peter Hess®. Auf dem Weg® – Beraterin und Seminarleiterin für Releasing, kreative Selbstwerdung & schamanische Heilungsarbeit. Gong-Künstlerin, Yoga, Brain-Gym.

**Meine Arbeit ersetzt keinen Heilpraktiker, Arzt oder Psychologen.**