



ZIELE SCHNELLER ERREICHEN

**Dank persönlicher
Entwicklung als Paar.**

**ANJA FANKHAUSER &
MARTIN SCHWENNINGER**

Inhaltverzeichnis

VORWORT VON MARTIN SCHWENNINGER

MARTIN & ANJA

DIE GRÖßTE HERAUSFORDERUNG!

WIE WIRD MAN ZU MENTOREN VON PAAREN?

UNSER MOTTO: SICH LIEBEN UND ZUSAMMENSPIELEN

WENIGER ÄNGSTE – DAFÜR EIN ERFOLGREICHERES BUSINESS

DIE EINFACHSTE SACHE DER WELT

DURCH DIE LIEBE INS GLÜCK

PRÄGUNGEN

HILFE IST NÄHER ALS DU DENKST

ALL IN

PRIORITÄTEN

1. DU
2. PARTNER/IN
3. DIE KINDER
4. ANDEREN MENSCHEN

MEINE GRÖßTE MOTIVATION

WAS IST EIGENTLICH TRANSFORMATION?

JASMIN & BENNY

JASMIN: „VOM MANGEL IN DIE FÜLLE MEINES LEBENS“

BENNY: „NEUE WEGE GEHEN UND BESTEHENDES HINTERFRAGEN“

MANUELA & MANUEL

MANUELA: „VOM MIST-HAUFEN INS KÖNIGREICH“

MANUEL: „ICH SEHNTE MICH NACH EINER VERÄNDERUNG“

ANIKA & JULIAN

ANIKA: „MEIN WEG ZU MIR SELBST“

JULIAN: „NUN WEIß ICH, WAS ES HEIßT, FAMILIE ZU SEIN“

SABRINA & BENJAMIN

SABRINA: „MEIN WEG IN EIN KOMPLETT NEUES LEBEN“

BENJAMIN: „DIE HARMONIE IST WIEDER ZURÜCKGEKEHRT“

BARBARA & HEIKO

BARBARA: „DIE GESCHICHTE MEINER TRANSFORMATION“

HEIKO: „UNSER LEBEN HAT EINE GANZ NEUE TIEFE BEKOMMEN“

CARINA & THOMAS

CARINA: „NACH AUßEN HIN PERFEKT, DOCH INNERLICH UNGLÜCKLICH“

THOMAS: „JA, ICH BRAUCHTE ES AUF DIE EXTREM HARTE TOUR“

SHERIN & GIDEON

SHERIN: „VOM SCHWARZEN SCHAF, ZUR KÖNIGLICHEN ADLERIN“

GIDEON: „ES WAR AUF JEDEN FALL GUT, DASS ICH NICHT LOCKER LIEß“

KATHRIN & FRANK

KATHRIN: „VOM ÜBERLEBENSMODUS ZURÜCK INS FREIE LEBEN“

FRANK: „WIR SIND ALS PAAR WIEDER ZUSAMMEN GEWACHSEN“

KARINA & ANDREAS

LUST AUF TRANSFORMATION?

Vorwort von Martin Schwenninger

In diesem Buch geht es darum, wie man seine persönlichen Ziele auf möglichst direkten Wege verwirklicht. Gerade in dieser schnelllebigen Welt, in der wir heutzutage leben, wo man oft unbewusst von einem ins andere gleitet, werden viele Ziele, die man einmal erreichen wollte, aufgeschoben oder vergessen.

Doch es gibt tief in uns drinnen die sogenannten Herzenswünsche. Das sind Ziele, über die sich die Seele ausdrücken möchte. Genau diese Herzensziele sind es auch, die einen immer wieder motivieren, die Verwirklichung wieder aufzunehmen, bis man irgendwann dran bleibt - komme was da wolle!

An dem Punkt, wo eine Partnerschaft eingegangen wird, stellen viele Menschen ihre persönlichen Ziele in den Hintergrund, denn man will ja gemeinsam eine Beziehung führen und nicht nur (egoistisch) seine eigenen Ziele verfolgen. Es kommt aber der Tag in so gut wie jeder Partnerschaft, wo man sich nicht mehr so glücklich fühlt. Das liegt meist daran, dass man aufgehört hat, den Zielen seines Herzens zu folgen. Wenn der Alltagstrott eingeebnet ist, kommt das tiefe Verlangen wieder durch, seiner Seele Ausdruck zu verleihen.

Beginnt man im Zuge einer persönlichen Entwicklung sich von dem zu befreien, was man nicht ist, fällt es einem leichter die Fährte wieder aufzunehmen und im besten Fall auch seine Ziele dann zu verwirklichen.

**„Niemandem wird ein Traum gegeben,
ohne die nötigen Voraussetzungen
für dessen Verwirklichung.“**

Am schnellsten erreicht man Ziele immer mit dem richtigen Team. Jeder sehr erfolgreiche Mensch hat ein großartiges Team im Hintergrund, wo jeder Einzelne sein Handwerk mehr als gut versteht und im Normalfall auch sehr gut dafür honoriert wird.

Doch es gibt auch eine Möglichkeit, die vielleicht sogar noch besser ist als sich ein hochkarätiges Team zu suchen und zu engagieren! Ich denke sogar, es gibt nur diese eine Möglichkeit, die sowohl genial als auch fast jeden umsetzbar ist. Die Möglichkeit von der ich spreche, ist mit dem eigenen Partner ein Team zu bilden und sich sowohl gegenseitig zu pushen, als auch wenn nötig zurückzuhalten. Ich behaupte: Wenn ihr euch als Mann und Frau zusammenschließt, um eure männlichen und weiblichen Aspekte in Balance zu bringen, ist dies der stärkste Wind, den ihr in die Segel bekommen könnt!

Genau das wollte meine Frau Anja in ihrem Leben haben - einen Team-Buddy an ihrer Seite! Einen Traummann, der mit ihr einen Weg geht! Sie kam zwar immer wieder ein Stück in Richtung ihrer Ziele voran, doch die Umstände ihres Lebens haben sie immer wieder in die Knie gezwungen. Sie wollte endlich Wind in ihren Segeln spüren und sich zu ihren Herzenszielen tragen lassen. Das bedeutete jedoch für sie, sich ihrer größten Herausforderung stellen zu müssen, und das war die Liebesbeziehung mit einem Partner.

Sie hatte es zwar satt, alleine die Steine aus dem Weg zu rollen, aber eines war sie sich sicher: Sie würde sich nicht noch mal in eine „lauwarme“ Beziehung begeben und Zeit verträdeln. Wenn es den Mann nicht geben sollte, der bereit war bei ihr All-in zu gehen, dann würde sie alleine bleiben, soviel stand fest.

Am Beginn unserer Beziehung gab sie mir in einer 20-minütigen Rede zu verstehen, dass ich nur der Richtige für sie sein könnte, wenn ich auch bereit war, mich persönlich zu entwickeln. Ich war beeindruckt von dieser Rede und wollte, was auch immer sie von mir verlangte! Im Laufe unserer Beziehung zeigte sich immer mehr, wie sich nicht nur unsere persönlichen Ziele, sondern auch unsere Talente ergänzten. Und ich wette, das ist auch in eurer Beziehung nicht viel anders. Das Universum macht bekanntlich keine Fehler! (Und falls du nicht von vornherein den Mut hattest, von deinem Partner das Commitment gegenüber der Beziehung mit dir einzuholen, kannst du dies jederzeit nachholen.)

Anja ist als Pionierin für so viele vorausgegangen; sie hat es gewagt, mir als Mann voll und ganz zu vertrauen, um ihre Ziele in ihrem Leben schneller, ja

manche sogar blitzschnell zu erreichen. Sie hat sich geöffnet und mir ihre Seele offenbart, wofür ich ihr sehr dankbar bin.

Ich übergebe nun das Wort an meine abenteuerlustige Frau und wünsche dir eine aufschlussreiche Reise durch dieses Buch.

Alles Liebe Martin

Martin & Anja

Anja: Ich beginne erstmal damit, uns vorzustellen, damit du weißt mit wem du es hier zu tun hast:

Wir sind Martin Schwenninger & Anja Fankhauser, seit 2011 ein Paar und Eltern zweier wundervoller Töchter.

Seit über zehn Jahren verbringen wir täglich so gut wie 24 Stunden zusammen, betreuen unsere Kinder selbst und rocken nicht nur unser Business gemeinsam, sondern den gesamten Alltag.

Unsere grundlegende Philosophie ist, Paare so auszubilden, dass Mann und Frau sich künftig gegenseitig als Mentoren zur Seite stehen können und wollen, um ihre Ziele zu erreichen. Mehr darüber erfährst du in diesem Buch.

In unserer langjährigen Beziehung konnten wir extrem wachsen und unzählige Prüfungen gemeinsam meistern. Wir wollten die Meisterschaft in unserer Beziehung erreichen und waren bereit, alles dafür zu geben. Wir hatten es nicht einfach und es uns nicht immer leichtgemacht; unsere Beziehung hing des Öfteren am seidenen Faden. Umso mehr freut es uns, euch durch unser heutiges Wissen etliche Herausforderungen ersparen zu können.

Martin ist ein Projektor, der jede Beziehung glasklar analysiert, und die „Unordnung“ sofort erkennt, die einem bisher das Leben schwergemacht hat. Je effektiver für Ordnung gesorgt wird, umso mehr Platz ist für Frieden, Liebe, Freude, Lust, Erfüllung, Erfolg.“ Er versteht es den Ist-Zustand mit dem gewünschten Zustand energetisch „übereinander“ zu legen und kann dadurch den „missing link“ erkennen.

Martin: „Für Anja gibt es fast kein Thema, womit sie keine persönliche Erfahrung hat. Durch ihre persönliche Transformationsgeschichte inspiriert und motiviert sie, sich auf die Reise zu sich selbst zu begeben, und steht mit Rat und Tat zur Seite. Sie konnte sich ihren großen Wunsch der Freiheit ausgerechnet in einer 24/7 Paarbeziehung (mit mir☺) erfüllen. Basierend auf

ihre Ausbildungen in den unterschiedlichsten Heilweisen gibt sie unseren Paaren im Mentoring wertvolle Werkzeuge an die Hand.“

Unsere erste Priorität ist seit jeher die persönliche Entwicklung – und zwar im praktischen Sinne. Seit vielen Jahren arbeiten wir stetig an unserer geistigen und körperlichen Gesundheit – und das mit sichtbarem Erfolg.

Die größte Herausforderung!

Eine wirklich durch und durch erfüllende Paarbeziehung ist wohl das herausforderndste „Business“ der Welt.

Das Beste daran: In einer Partnerschaft kann man alles lernen, was für ein gelungenes Erden-Dasein benötigt wird:

Sich selbst und andere Menschen lieben und wertschätzen, Teambuilding, Energien vereinen, um oft zum eigenen Erstaunen das Unmögliche möglich zu machen.

Bislang war es scheinbar nur wenigen Paaren vergönnt, die wahre Meisterschaft innerhalb ihrer Beziehung zu erlangen. Uns ist das tatsächlich nach einigen Jahren gelungen. Deshalb haben wir uns zum Ziel gesetzt, genau das mit der HappyRichCouples Methode zu ändern – mit und für euch!

Als ganzheitliche Mentoren und Paarberater der Neuen Zeit mit Lebensmittelpunkt auf Zypern, begleiten wir Paare blitzschnell zu ihren Zielen und damit in ihr persönliches Glück. Im Zuge unseres Mentorings vermitteln wir konkret die Anwendung aller unserer Geheimnisse, die uns schließlich zu einem wahrhaftigen Team zusammengeschmiedet haben, dem kein Erfolg verwehrt bleiben muss.

Wie wird man zu Mentoren von Paaren?

Diese Frage ist an sich leicht zu beantworten, denn über die Jahre hinweg fühlten sich andere Paare von unserem Beispiel irgendwie inspiriert. Wir erinnern uns an eine Promi-Hochzeit, bei der wir auf viele der anwesenden Paare eine magnetische Wirkung hatten. Obwohl sie uns nicht kannten, besprachen sie binnen Minuten ihre persönlichsten Probleme mit uns. Sie hingen an unseren Lippen, als wir ihnen die Lösungen aufzeigten. So erging es uns am laufenden Band. Wir realisierten auch immer mehr, dass auch vor unserer gemeinsamen Zeit, jeder von uns auf seine eigene Art und Weise, Menschen in seinem Umfeld dahingehend beraten hat, wie sie ihre Ziele im Leben erreichen können.

Es war als hätte man uns dieses Talent unabhängig von einander in die Wiege gelegt. So kam irgendwann der Impuls für uns, unsere Erfahrungen, Erkenntnisse und Werkzeuge auch professionell mit anderen zu teilen.

Unser Motto: Sich lieben und zusammenspielen

Wir haben genau das die letzten elf Jahre gemacht. Wir haben gelernt, uns so zu lieben, wie wir sind, und eine wundervolle Art des Zusammenspiels entwickelt. So schön und harmonisch, wie dieser Satz jetzt klingt, so anstrengend und hart waren teilweise die Prozesse, die wir dafür durchmachen mussten. Wir hatten niemanden, den wir befragen konnten, wenn wir nicht mehr weiterwussten. Niemanden, der uns beruhigte und sagte, dass solche Situationen im Zuge von Transformationen normal sind. Selbst auf unserer dreijährigen Weltreise durch viele Länder sind wir niemandem begegnet, bei dem wir das Gefühl hatten, dass er mehr von einem durch und durch erfüllten Leben als Paar versteht als wir. Wir waren bereit, jemanden zu fragen oder uns Hilfe zu holen. Doch es zeigte sich niemand. Was wohl bedeutete, dass wir da alleine durch mussten – im wahrsten Sinne des Wortes.

Martin hat diesen unglaublich klaren Blick. Er erkennt die Löcher in der Aura seines Gegenübers und weiß den kürzesten Weg zu jedem Ziel. Ein grandioses Talent, das mich aber fast wahnsinnig machte! Denn nur weil jemand so ein außergewöhnliches Talent hat, bedeutet dies nicht automatisch, dass er diese große Weisheit auch voll und ganz in seinem Leben anwendet. Denn auch er hatte seine Ängste und Widerstände.

Da war ich also einerseits mit dem „geborenen Genie Martin“ und seinem genialen göttlichen Talent konfrontiert und andererseits mit dem Mensch Martin – meinem Partner. Das war mir aber nicht bewusst, ich sah nur eine Person, die meines Erachtens stark zu Schizophrenie neigte. Ich dachte mir, wenn die Weisheiten nur so aus ihm heraussprudelten: „Will der mich verarschen? Er kann mir doch nicht etwas abverlangen, was er selbst nicht lebt – geschweige denn überhaupt eine Ahnung davon hat!“ Besonders spannend wurde es, als ich keine Lust mehr auf Sex hatte!

Das „Genie Martin“ erklärte mir, ich solle für mich Sex haben wollen und meine Einstellung dazu ändern. Ich dachte mir: „Na, eh klar, dass er das sagt, er will ja schließlich Sex. Typisch Mann!“ In mir brodelte nur so der Ärger, weil ich mich von diesem Typen, der scheinbar unter einer gespaltenen Persönlichkeit litt, so an der Nase herumführen ließ. Und genau das habe ich ihm vorgeworfen: Eiskalte Berechnung und Irreführung durch das widersprüchliche Zeug, das er von sich gab. Bis zu dem Tag, an dem ich erkannte, wer er wirklich war! Das reinste und liebevollste Wesen, dem ich je begegnet bin. Als ich meine Programmierungen und Überzeugungen über

Männer ablegen konnte, stand er da, so unschuldig und rein. Ein Mann, der sich dazu entschieden hatte, mir, dem wilden, Feuer spuckenden Drachen, der ihn teilweise wüst beschimpfte, mit seinem ganzen SEIN zu dienen. Ich hatte all die Jahre gehofft, dass er irgendwann erkennen wird, wie sehr er mich gequält hatte durch seine Widersprüchlichkeiten und es ihm sehr leidtun wird. Doch da stand ich nun, mit Tränen in den Augen, und erkannte, dass ich diejenige war, der es nun unendlich leidtat, dass ich diese reine Seele durch meine eigenen Wunden so lange Zeit geistig verschandelt hatte. Zugleich spürte ich aber auch ganz stark in mir, dass ich genau das anderen Paaren ersparen beziehungsweise ihnen dabei helfen möchte, diesen Prozess erheblich zu verkürzen. Sie sollten sich nicht jahrelang herumquälen müssen und sich gegenseitig das Leben schwer machen. Ich sah plötzlich ganz klar: Weil wir all die Kämpfe durchlebt haben, können wir dieses Update authentisch weitergeben.

Weniger Ängste – dafür ein erfolgreicher Business

Und so kam es, dass wir, während wir weiterhin am Feinschliff unserer Liebesbeziehung arbeiteten, immer mehr Paare anzogen, die es allein nicht schafften ihre Ziele zu erreichen und deshalb zum Teil sogar unmittelbar vor einer Trennung standen. Anfangs hatte ich große Bedenken, denn ich glaubte, dass wir diese Paare auf den gleichen Weg schicken müssen, den wir gegangen sind. Und ganz ehrlich, das wollte ich niemandem antun.

Doch je mehr ich mich damit beschäftigte, umso mehr wurde mir klar, dass wir genau diese Hölle den Paaren ersparen konnten. Die Hölle war für uns, dass wir keinem roten Faden folgen konnten, dass wir tonnenweise Wissen durchwälzen mussten und nicht wussten, was funktioniert und was nicht. Dass wir uns alle Erkenntnisse aus dem Nichts erarbeiten und anschließend festigen mussten. Aufgeben wäre für uns in dieser Zeit viel einfacher gewesen als weiterzumachen.

Wir merkten immer mehr, dass unsere durchlebten Erfahrungen und die dadurch gewonnenen Erkenntnisse super gut von unseren Klienten angenommen wurden und sich nicht nur ihre Liebesbeziehung, sondern sogar ihr ganzes Leben binnen kürzester Zeit von Grund auf transformierte. Es wurde uns immer klarer, wie wertvoll diese Pionierarbeit war und welches Potenzial das daraus gewonnene Knowhow für die ganze Welt beinhaltet.

Die einfachste Sache der Welt

Eine Liebesbeziehung zu führen, scheint die simpelste Sache der Welt zu sein und zugleich ist sie die größte Herausforderung. Es ist die Meisterschaft! Einer meiner Lieblingsprüche ist: „Die ganze Welt ist ein Business!“ Wer das für wahr annehmen kann, darf mir glauben: Eine durch und durch erfüllende Liebesbeziehung ist die Meisterklasse in dieser Businesswelt. Wer es versteht, als Paar zusammenzuspielen, für den gibt es im Außen keine relevanten Herausforderungen mehr! Aus unserer Sicht gibt es keine lukrativere Investition, als die in die eigene Liebesbeziehung. Denn wenn diese Basis gefüllt ist, wird eine unvorstellbare Kraft freigesetzt, die magischen Einfluss in ALLE Lebensbereiche hat. Zu lange schon sind die weiblichen und männlichen Energien der Menschheit im Ungleichgewicht. Stellt ihre Balance doch eine grundlegende Basis für nachhaltigen und moralisch reinen Erfolg aller Art dar.

Doch nicht umsonst wird dieser Bereich die Meisterklasse genannt! Wenn etwas so viel Freude, Freiheit und Frieden bringt, verlangt es auch seinen Preis – ein Preis, der mit Geld nicht zu bezahlen ist. Es geht viel tiefer, die Meisterklasse verlangt die Heilung deiner tiefsten Themen. Sie fordert dich auf, in die Liebe zu gehen, Vertrauen zu entwickeln und dich deiner Vision voll und ganz hinzugeben. Alles, was du dir für dein Leben wünschst, befindet sich auf der anderen Seite deiner Ängste und vermeintlichen Schwächen. Wie du dort hinkommst? MITTENDURCH.

Doch dieses Durchgehen bedarf etwas Vorarbeit, die man natürlich am besten gemeinsam mit seinem Partner macht. Wir zeigen in unseren Mentorings den Paaren erprobte Techniken, die sie jederzeit anwenden können. In den Anfängen begleiten wir sie durch die Prozesse, so lange bis sie den Ablauf voll und ganz in ihr Leben integrieren konnten und den Mut aufgebracht haben, die Entwicklung gemeinsam als Team fortzuführen.

Durch die Liebe ins Glück

Wenn ich dir nur einen einzigen Satz mitgeben könnte, wäre es dieser:

Gib stets dein BESTES, frei von Angst und in der LIEBE zu allem was ist, denn es ist alles „nur“ Erfahrung - wegen ihr sind wir hier.

Das Ziel jedes Einzelnen von uns ist glücklich zu sein. Doch was hindert uns daran? – Wir glauben und denken das Falsche. Gehen wir mal zurück an den

Anfang unseres Lebens:

Als wir noch ein kleines Baby waren, war die Welt für uns in Ordnung. Wir nahmen das Leben, wie es kam, Moment für Moment. Waren wir in einem Moment traurig, so konnten wir im nächsten Moment schon wieder lachen – beides mit Leib und Seele. Es war, als hätte es den traurigen Moment vor dem freudigen gar nicht gegeben. Wir lebten im Hier und Jetzt. Je älter wir wurden, umso stärker wurden die Einflüsse unseres Umfeldes, und umso mehr wurde uns das Gefühl verliehen, dass wir so, wie wir waren, nicht richtig waren, weil wir nicht in die Vorstellungen der anderen passten. Aus einem höchst attraktiven Baby, das alle schon liebten, nur weil es da war, wurde eine Person gemacht, die dazu angehalten wurde, verschiedene Masken zu tragen, um damit Verhaltensmuster an den Tag zu legen, die anderen besser gefielen. Es war plötzlich nicht mehr erlaubt zu weinen, wann man wollte, laut zu lachen, die eigene Wahrheit zum Ausdruck zu bringen usw. Denn die meisten Eltern wollen brave Vorzeigekinder haben und erziehen sie deshalb dementsprechend. Die Invasion der Glaubenssätze, Prägungen, Muster, Programme nennt man zusammenfassend das Paradigma und die Bildung dessen hat schon sehr früh begonnen. Wir können uns wahrscheinlich gar nicht mehr daran erinnern, wann genau es angefangen hat, dass wir uns von unserem wahren Selbst entfernt und damit Tag für Tag an Attraktivität verloren haben.

Doch jetzt ist der Zeitpunkt gekommen alles, ja alles, was du heute glaubst, zu hinterfragen. Denn nur so kannst du herausfinden, ob es sich, um deine Wahrheit handelt, oder ob sie dir jemand übergestülpt hat. Was wäre, wenn du so sein dürftest, wie du wirklich bist, und das bereits vollkommen wäre? Was wäre, wenn du rein gar nichts tun müsstest, um wertvoll zu sein? Was wäre, wenn allein dein Sein ausreicht, um die Welt zu bereichern? Hast du den Mut, all deine Masken abzulegen und dich so wie du bist, der Welt zu zeigen? Dann bist du Vorbild, Lehrer, Coach, für so viele andere, die den dringenden Wunsch in sich tragen, glücklich zu sein. Die vollständige Annahme von allem was ist, im HIER und JETZT, ist die Abkürzung zum Weg ins Glück. Im Hier und Jetzt gibt es nämlich so gut wie kein Problem. Probleme gibt es nur in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Das Leben findet aber im Hier und Jetzt statt, Moment für Moment. Wenn das Leben also jetzt stattfindet, gibt es im Leben keine Probleme. Wozu sich also damit beschäftigen. Und sollten wir doch mal auf ein Problem stoßen, so werden wir feststellen, dass jedes Problem seine Lösung bereits mit sich bringt. Vielleicht fragst du dich jetzt, was genau du den ganzen Tag tun sollst, wenn es keine Probleme mehr gibt? Wie wäre es mit glücklich sein, dankbar für all die wunderbaren Geschenke des Lebens? Wenn wir erkennen, dass Glück nichts damit zu tun hat, was und wie viel wir besitzen, dann wird es einfach. Da du dir ja jetzt keine Sorgen über etwaige Probleme in der Zukunft machst, weil du weißt, dass es früh genug ist, wenn sie da sind (falls sie überhaupt kommen), ist es an der Zeit, mit deiner Vergangenheit Frieden zu machen. Was war, ist gewesen und kann nicht mehr geändert werden. Das Beste ist, du schließt Frieden mit deiner Vergangenheit, indem du sie annimmst, wie sie ist, und dir und anderen alle Erfahrungen vergibst, die nicht so toll waren. Denk daran, dass du selbst es

warst, der sie erschaffen hat, weil du diese Erfahrungen (warum auch immer) machen wolltest. Wenn du mit nichts mehr ein Thema hast, dann bist du frei! Wenn du in Frieden bist mit deiner Vergangenheit und keine Angst mehr vor deiner Zukunft hast, dann herzlich willkommen in der Gegenwart! Im Hier und Jetzt ist die einzige Möglichkeit, glücklich zu sein – viel Spaß dabei! Frage dich bei all deinen zukünftigen Vorhaben, ob dich das glücklich macht. Lautet die Antwort NEIN, dann lass es. Martin ist nicht nur mein Partner und der Vater meiner Kinder, er ist auch mein Coach, mein Mentaltrainer und der mutigste Knöpfedrucker, den ich kenne! Hätten wir nicht ein paar Jahre zusammen in einer Einraumwohnung von 21 Quadratmetern verbracht, gemeinsam an unseren Themen gearbeitet, und hätte ich nicht nahezu keine Fluchtmöglichkeit gehabt, würden so manche jetzt bereits gelöste Themen noch auf ihre Heilung warten. War es leicht? Nein, das war es bestimmt nicht, aber es war einfach. Immer der gleiche Ablauf: Der Widerstand tritt auf, führt zu einer Emotion, die auf einer grundlegenden Angst aufbaut und die durch ihr imposantes Auftreten versucht, die Themen (Leichen im Keller) zu vertuschen.

Doch nur wenn man sich die Mühe macht, die grundlegende Angst gemeinsam herauszufinden, macht die ganze Sache plötzlich Sinn. Für den, der sich gerade nicht in der Emotion befindet, gilt: Nimm nichts persönlich! Es hat nichts mit dir zu tun! Wenn es dich allerdings trifft, dann betrifft es dich auch, wie Robert Betz es so schön formulierte. Das Geniale am Universum ist ja, dass die Themen (Ängste) der einzelnen Partner so perfekt zusammenpassen. Das Universum macht keine Fehler! Es ist ein genialer Plan, den nur unser Verstand und unser Ego immer wieder wagen infrage zu stellen. Doch immer wenn wir uns aus dem VERTRAUEN, dass alles perfekt ist, so wie es ist, wegbewegen, bedeutet dies das Ende der Hingabe zum Leben und das Leid beginnt.

Je mehr wir lieben lernen was ist und jeder Seele erlauben ihren eigenen Weg zu gehen, um ihre eigenen Erfahrungen zu machen, desto einfacher und problemloser wird unser Leben. Wir mögen es ja auch nicht, wenn sich jemand bei uns einmischt oder uns mit Informationen zwangsbeglückt. Hier ein guter Wegweiser:

„So wie du willst, dass Menschen dir begegnen,
so begegne du den Menschen.“

Prägungen

Wenn ihr euch jetzt als Paar entscheiden solltet, ein Leben nach euren eigenen Vorstellungen, Wünschen und Träumen zu leben, dann dürft ihr euch zuerst aus den familiären und gesellschaftlichen Prägungen herauslösen.

Egal wie schwer oder leicht man es als Kind mit seiner Herkunftsfamilie hatte, kann es durchaus herausfordernd sein, sich energetisch dort herauszulösen. Die Mutter war das erste weibliche Vorbild und damit der Inbegriff von Frau-Sein für das Mädchen und der Vater war das erste männliche Vorbild und somit der Inbegriff von Mann-Sein für den Jungen.

Da man als Kind keinesfalls davon ausgeht, dass die Eltern einen anlügen könnten, nimmt man all die Vorstellungen, Meinungen, Überzeugungen der Eltern, und damit oft für sich selbst jede Menge nicht förderlicher Glaubenssätze, praktisch ungefiltert als die eigene Wahrheit in sich auf.

Selbst wenn die Eltern oder Großeltern den Mut gehabt hätten, hatten sie damals vor unserer Zeit nicht die Möglichkeiten, die sich uns heute bieten. Es gab kein Internet, wo man zu jeder Tages- und Nachtzeit Zugang auf einen gigantischen Informationspool hat. Es gab auch noch nicht die Möglichkeit, sich einen Coach oder Mentor von jedem Platz der Erde zu Hilfe zu nehmen. Es war noch nie so einfach wie heute, seine persönliche Entwicklung und damit sein Leben selbst in die Hand zu nehmen. Ein bisschen Mut, Zeit und Geld können schon die Siebenmeilenstiefel in ein Leben sein, das den eigenen Träumen entspricht.

Ich würde an dieser Stelle immer jemanden empfehlen, nur jemanden zu Rate zu ziehen, der nicht nur Wissen vermittelt, sondern dich besonders bei der Umsetzung des Wissens in die Praxis unterstützt. Wie du weißt, bin ich sehr lange mit extrem viel Wissen herumgelaufen, aber erst als Martin mich liebevoll zur Umsetzung drängte, kamen die wirklich großen Veränderungen in meinem Leben.

Die allermeisten Prägungen hast du zwischen deinem 4. und 7. Lebensjahr abbekommen. Das, was du als Kleinkind durch deine Umwelt immer wieder erlebt hast, hat in dir ein bestimmtes Bild von der Welt kreierte und dieses Bild beeinflusst dich in deinem Unterbewusstsein für dein gesamtes weiteres Leben. Emotionale Vernachlässigung, Trennung oder traumatische Erlebnisse lassen das Bild entstehen, dass die Welt ein gefährlicher Ort sei. Jede Herausforderung kann sich wie eine Schikane des Lebens anfühlen, man hat das Gefühl, am laufenden Band zu scheitern. Wächst ein Kind in einer bewussten, liebevollen und wertschätzenden Umgebung auf, so entwickelt es Vertrauen in sich und die Welt und heißt Herausforderungen als wertvolle Erfahrungen willkommen.

Jetzt wird es spannend:

Es gibt Reizpunkte oder Triggerpunkte, wie wir sie nennen, wenn sie zu einem schmerzvollen Reiz zurückführen. Sobald im späteren Leben so ein Reizpunkt aktiviert wird, läuft im Menschen ein Programm ab, das ihn gemäß seiner Prägung steuert. Man verhält sich vielleicht sogar wie ein kleines Kind. Diese Schlüsselreize können auf die unterschiedlichsten Arten aktiviert werden. Berührung, ein Geruch, ein Geräusch, eine bestimmte Aussage, ein Lied, etwas das man sieht, ein abgeschlossener Ausgang, Dunkelheit.

In Beziehungen wird meist dem Partner die Schuld für den emotionalen Schmerz gegeben, wenn so ein Reizpunkt aktiviert wurde. Das ist der Punkt, wo wir unseren Klienten lehren, dass der Partner nicht derjenige war, der diese Wunde verursacht hat, er hat lediglich seinen Finger draufgelegt und gefragt: „Was hast du da?“ Damit übernimmt er eine ganz wichtige Aufgabe! Denn nur, wenn du dir bewusst bist, dass du diese eine Wunde hast, dann kannst du für ihre Heilung sorgen, z. B. durch die Arbeit mit dem inneren Kind. Wenn der Schmerz auftaucht, hast du die Wahl, ob du dich wieder in dein Gefängnis (auch Komfortzone genannt) zurückziehst oder ob du die Chance am Schopf packst und dich um die Heilung deiner Wunde kümmerst.

Hilfe ist näher als du denkst

Dein Partner ist, wie bereits erwähnt, bestens dafür geeignet, dich bei der Heilung deiner alten Wunden zu unterstützen. Wage es, ins Vertrauen zu gehen und erlaube dir, diese Hilfe anzunehmen. Viele Menschen laufen weg, sobald ihre Reizpunkte berührt werden. Sie denken, dass ihr Gegenüber ihnen gerade die Schmerzen frisch zugefügt hat und versuchen, sich in „Sicherheit“ zu bringen.

Doch in der nächsten Beziehung passiert genau das Gleiche, immer wieder wiederholt sich das gleiche Drama. In einer Gesellschaft, die noch weit weg von Selbstverantwortung lebt, ist es üblich, die Schuld (und damit die Macht) stets anderen zuzuschieben. Solange du aber nicht erkennst, dass du es bist, der/die mit der immer noch schmerzenden Wunde rumläuft, solange wirst du auch nicht motiviert sein, dich um die Heilung zu kümmern.

Nachdem es fast unmöglich ist, aus einer neutralen Position heraus sich selbst und seine Verhaltensweisen fortlaufend zu beobachten, würde es sich doch anbieten, mit dem geliebten Partner ein Team zu bilden, um sich gegenseitig dabei zu unterstützen, die schmerzhaften Prägungen zu entlarven. Niemand ist dir näher, kennt dich in deinem heutigen Sein besser und verbringt mehr Zeit mit dir!

All in

Damit dieses Team-Building auch klappt und zum Erfolg führt, ist es notwendig, einander zu vertrauen und dem Partner nach sich selbst die höchste Priorität einzuräumen. Weder Mama, Papa, Bruder, Schwester, Tante

noch der Chef darf mehr in deinem Leben zu sagen haben als dein(e) Liebespartner(in)! Es könnte durchaus sein, dass diese Veränderung manchen Menschen, die dich bisher gut beeinflussen konnten, gar nicht schmeckt. Aber du willst ja nicht ewig das kleine Kind bleiben, sondern eine durch und durch erfüllende Paarbeziehung leben! Dafür ist es wichtig, dich zur Gänze auf die Seite deines Partners zu stellen und „all in“ zu gehen. Bist du dafür bereit? Wenn nicht: Bitte sei so fair und gib deinen Partner frei.

Prioritäten

Je mehr Ordnung in deinem Leben herrscht, umso leichter ist es Ziele zu erreichen. In sehr vielen Familien herrscht allerdings Chaos. Die wenigsten kennen ihren Platz oder haben ihn bereits eingenommen. Das liegt sehr oft an der falschen Prioritätensetzung. Ob das bei dir auch zutrifft, wirst du gleich erkennen:

1.DU

In erster Linie darfst du die Verantwortung für deine körperliche und mentale Gesundheit übernehmen.

Oftmals sind es gerade die Frauen, die sich lieber um alles andere kümmern und am Ende keine Energie mehr für sich selbst haben. Man kann sich einige Zeit vernachlässigen, aber irgendwann kommt der Zusammenbruch. Burn-out, Depression und welche Bezeichnungen es noch dafür geben mag, wenn man die Naturgesetze missachtet hat. Wenn du schon mal mit einem Flugzeug geflogen bist, erinnerst du dich vielleicht daran, wie bei der Erklärung der Sauerstoffmasken eindringlich erklärt wurde, erst sich selbst eine aufzusetzen und erst dann beispielsweise deinen Kindern. Nur wenn es dir gut geht, kannst du dich auch optimal um andere kümmern.

Wenn du ehrlich mit dir selbst bist, hast du in der Vergangenheit immer wieder Impulse und Zeichen bekommen, die dich darauf hingewiesen haben, was du tun oder lassen sollst. Doch dein Verstand konnte es dir nicht erklären, woher das Gefühl kam und wieso du es befolgen solltest. Daher hast du es vorsichtshalber immer und immer wieder ignoriert.

In letzter Instanz bist und bleibst immer du, deshalb hast du mit deinen Bedürfnissen höchste Priorität.

2. Partner/in

Wenn du in einer Partnerschaft bist, kommt an dieser Stelle dein Partner/ deine Partnerin. Wenn ihr ein eingespieltes Team seid, dann seid ihr praktisch unangreifbar und werdet jede Herausforderung gemeinsam meistern.

Solltest du gerade keinen Partner haben, aber dir für die Zukunft einen wünschen, dann halte diese Position frei. Besetze sie weder mit einem Kind, deiner Freundin, deiner Schwester, deinem Chef, deiner Mutter oder sonst wem.

Gerade in Bezug auf Kinder macht es Sinn, zu zweit zu sein. Denn vier Augen sehen mehr als zwei, zwei Köpfe haben mehr Ideen als einer und 2 Herzen spüren mehr als eines. (Wobei einer allein es meist nicht wagt sich auf sein Herz zu verlassen.) Das Ego macht sehr gerne Alleingänge in der Hoffnung, im Anschluss den ganzen Ruhm zu ernten. Diese Entwicklung wurde sehr stark vom staatlichen Schulsystem gefördert. Zu meinen Schulzeiten wurden Plastikwände auf den Schreibpults aufgebaut, wenn schriftliche Prüfungen anstanden. Hat man jemandem geholfen, seine Aufgaben zu lösen oder etwas „ingesagt“ wurde man bestraft, insofern man dabei erwischt wurde. Teamplay, Einzigartigkeit, Förderung von Talenten, Meinungsfreiheit – nichts von dem war erwünscht.

Es mag sein, dass sich mittlerweile vieles in den Schulen geändert hat, doch ich glaube nicht, dass den Kindern heute gezeigt wird, wie man ein guter Freund ist, wie man eine Gemeinschaft bildet, wie man seine Träume verwirklicht, wie man sein volles Potential lebt, wie man Beziehungen mit allem was dazu gehört führt, wie man seine Schöpferkraft zum Wohle aller einsetzt.

Wenn du es schaffst, mit deinem Partner zusammenspielen und als Team zu agieren, lebt ihr nicht nur ein geniales Leben, sondern seid auch die besten Eltern, die ihr sein könnt. Dieser kleine Schritt hat eine Tragweite, die du dir in deinen kühnsten Träumen nicht vorzustellen vermagst. Auch wenn es scheinbar nur eine Entscheidung ist, dieses Team zu bilden, so bedeutet es einiges an Arbeit, sein Ego so weit in den Griff zu bekommen, so etwas überhaupt möglich zu machen. Denn so gut wie keiner von uns wurde darauf vorbereitet, ein Team auf Augenhöhe zu bilden und gemeinsam als vollwertige Partner zu erschaffen, zu generieren.

3. Die Kinder

in der Reihenfolge, in der sie geboren wurden. Wenn es dir gut geht und du mit deinem Partner „rund“ bist, dann könnt ihr aus dieser Energie heraus die Kinder lenken. Wer zuerst kommt, mahlt zuerst. Das ist dir wahrscheinlich auch völlig neu. Denn die Gesellschaft suggeriert einem: man muss ja alle Kinder gleichbehandeln, alle gleich lieben und so weiter. Abgesehen davon ist die gängige Entwicklung eher umgekehrt, sodass das jüngste Kind die meiste

Aufmerksamkeit bekommt. Fakt ist, dass das erstgeborene Kind das höchste Risiko eingegangen ist und daher auch den größten Respekt in Form von Aufmerksamkeit verdient. Denn als die Eltern noch keine Kinder hatten, war es für das erste Kind nicht absehbar, wie sich diese so anstellen würden und wie lange es überleben würde. Dieser Mut gehört belohnt. Die Erstgeborenen müssen sich viel mehr erkämpfen, haben noch keine Geschwister, die ihnen durch die Herausforderungen helfen, müssen den Eltern erst mal beibringen, wie das mit einem Kind so läuft und werden oft überbehütet. Alle weiteren hatten es zunehmend einfacher und daher brauchen sie auch nicht mehr so viel Anerkennung und Aufmerksamkeit.

4. Anderen Menschen

Verwandte, Bekannte, Vorgesetzte, Freunde, einfach alle Menschen, die du für deine gewünschten Erfahrungen brauchst.

Solche, die dir nicht so Spaß machen und dies auch nicht ändern möchten, solltest du vielleicht vorerst zumindest weder mit Zeit, Aufmerksamkeit oder Energie versorgen, um für dich mehr Klarheit zu gewinnen. Du musst dazu keine Konfrontation suchen, sondern ziehst dich einfach galant zurück. Zurück zu sich selbst, um bei dir zu sein, um die Klarheit zu erlangen und neu zu planen, welche Erfahrungen du künftig mit anderen machen möchtest.

Meine größte Motivation

Der größte Antrieb, die tiefen Transformationen wirklich zu 100% anzugehen, war meine erste Schwangerschaft. Denn auch wenn ich mir selbst vielleicht noch nicht das Leben meiner Träume wert war, wollte ich meine Prägungen, Ängste und Blockaden nicht an mein Kind weitergeben. Dieses Verantwortungsbewusstsein hat sich die letzten Jahre auch in unseren Klienten widerspiegelt. Für die Kinder sind (werdende) Eltern bereit, vieles zu tun, das sie sich selbst bisher noch nicht wert waren. Solange man keine Kinder hat, bekommt keiner die Streits, die ungesunde Lebensweise oder das begrenzte Denken mit. Wenn so eine kleine Seele sich auf den Weg gemacht hat, bringt sie jede Menge Heilungsenergie mit und nötige Veränderungen, die man ewig vor sich hergeschoben hat, finden plötzlich in einer nie dagewesenen Leichtigkeit statt.

Ich dachte allerdings damals bei meiner ersten Schwangerschaft, dass mein Leben jetzt gelaufen sei. Ich werde in einer meiner schlimmsten Vorstellungen enden – als Hausfrau und Mutter, finanziell abhängig von einem Mann. Dabei wollte ich doch frei sein, Großes kreieren und bewirken.

Die Wahrheit: Mein Leben hat durch diese Schwangerschaft erst begonnen! Ich liebe es heute, auch „Hausfrau“ und Mutter zu sein! Die Kinder heranwachsen zu sehen, zu kochen, Brot zu backen, unser Obst und Gemüse anzubauen und noch so viel mehr Aktivitäten, die meine Freude am Leben widerspiegeln. Unsere Familie und unser Heim stellt die genialste Basis für unser Wirken in dieser Welt dar. Ich bin so glücklich und dankbar, dass ich mein Denken und meine Sichtweise verändern konnte und mir dadurch dieses Leben ermöglicht habe. Ich bin sehr froh darüber, dass ich den Mut aufgebracht habe, mich meinen Ängsten zu stellen, durch sie durchgetaucht bin und sie damit hinter mir lassen konnte/immer wieder kann. Jeder der es wagt, sich seinen Ängsten zu stellen, erleichtert nicht nur sein eigenes Leben ungemein, sondern ist darüber hinaus auch eine enorme Bereicherung für viele Menschen da draußen. Denn wenn sich deine Energie verändert, verändert sich automatisch auch die Energie des Ganzen.

Was ist eigentlich Transformation?

Das Wort Transformation kommt vom Lateinischen „transformare“ und bedeutet umformen. Von Anbeginn deines Lebens wurdest du geformt von: Familie, Schule, Staat, Religion, den Ausbildnern, der Gesellschaft, Schulmedizin sonstige Einflüsse.

Diese Personen und Institutionen haben dich meist nicht so geformt, wie es für dich am besten war, sondern haben dabei mehr auf ihre eigenen Bedürfnisse Rücksicht genommen.

Du hattest so zu sein, wie dich andere haben wollten oder sie haben etwas weitergegeben, dass sie selbst übergestülpt bekommen haben. Deshalb ist es so wichtig, dich von allem zu entwickeln, dass nicht zu dir gehört, nicht dem entspricht, was du in Wahrheit bist. (Persönliche Ent-wicklung)

Alleine die Prägungen der Eltern sind so zahlreich, vielfältig und oft sehr subtil (siehe Kapitel Prägungen). Man übernimmt ungefragt und ungefiltert einfach alles von ihnen, da man seinen Eltern vertraut und nicht davon ausgeht, dass sie einem etwas Schlechtes wollen. Das Blöde daran ist nur, dass sie das, was sie leben, meist auch nur übernommen haben und selbst wahrscheinlich nicht hinterfragt haben.

Verformungen jeglicher Art haben dazu geführt, dass du immer mehr vergessen hast, wer du wirklich bist. Dein Wahres Sein wurde immer mehr bedeckt von all den Programmen, die dir durch andere aufgespielt wurden und hatte dadurch auch nicht die Möglichkeit, sich in seiner wahren Größe zu entfalten.

Je mehr du dich bewusst darum kümmerst, all diese für dich nicht förderlichen Daseinsformen abzulegen, desto mehr gelangst du in deine eigene wahre Größe.

Du verwandelst/formst/transformierst dich (zurück) zu dir selbst.

Im Zuge der Transformation seiner Persönlichkeit lernt man die Verantwortung über sich, sein Leben und damit seine Probleme und sein eigenes Glück zu übernehmen.

Nun begleiten wir schon seit vielen Jahren mit Transformationsprogrammen, Büchern, Videokursen, Retreats oder privaten Mentorings Menschen mit dem Ziel, fortan in wundervollen, befreienden und erfüllenden Beziehungen in echter Freiheit und wahren Frieden weiterleben zu können.

Wir haben über die Jahre viele Geschichten gesammelt und möchten euch einige von diesen berührenden Storys hier zur Verfügung stellen.

Die Paare, die ihre Geschichten in diesem Buch erzählen, haben einen außergewöhnlichen Weg beschritten, um ihre Ziele zu erreichen und dafür ein Miteinander in einem ganz anderen Level erhalten! Sie sind zu Vorbildern ihres Umfeldes geworden, das hautnah miterleben konnte, welche Veränderungen durch die Transformation bei ihnen stattgefunden haben.

Viel Freude beim Lesen ihrer emotionalen und inspirierenden Erfolgsgeschichten.

Alles Liebe
Martin & Anja

Wer es schafft, mit seinem Partner
ein Team zu werden,
den erwartet ein grandioses Leben!

Nun aber Bühne frei für die Erfolgsgeschichten der transformierten Paare:

Jasmin & Benny

Jasmin: „Vom Mangel in die Fülle meines Lebens“

Während eines Telefonats mit Anja sagte diese einmal zu mir, ich würde denken, ich sei bereits frei. Doch wirklich frei wäre ich erst, wenn ich weiß, dass das Universum mir dient und ich mich als Schöpferin voll und ganz wahr- und annehme.

Ich fühlte mich lange Zeit zu schlecht, die Liebe und das Sein von Martin und Anja wirklich annehmen zu können.

Ich saugte deren Wissen auf und konnte dieses theoretisch annehmen. Doch umsetzen und leben wollte ich es nicht. Ich fühlte mich zu schlecht, mit den beiden befreundet zu sein. Ich spürte ihre Größe und die Wahrheit, die sie ausstrahlen und leben. Da konnte ich nicht mithalten (redete mir mein Ego ein), also wie hätte ich ihre Freundschaft verdient?

Ich fühlte mich für vieles zu schlecht und zu minderwertig. Mein größtes Thema überhaupt war das „Sich-zu-schlecht-fühlen“. Ich fühlte mich zu minderwertig, um nachhaltig coachen zu können. Die Liebe meines Mannes konnte ich nicht annehmen, weil ich es mir nicht wert war, aufrichtig geliebt zu werden. Ich vertraute weder meiner inneren Stimme noch meiner Intuition. Ich konnte zu meiner wahren Größe kein Vertrauen aufbauen. Dieses Zu-schlecht-fühlen und das Misstrauen mir selbst gegenüber trug ich sehr lange mit mir herum.

In dieser Zeit deckten die beiden viele meiner Themen und Blockaden auf. Ich durfte in den Genuss kommen, was es bedeutet, die Praxis zu leben und mein Wissen praktisch umzusetzen. Nach der Zeit mit Martin und Anja in Asien begannen mein Mann Benny und ich, uns weiterzuentwickeln. Wir lösten unsere Wohnung auf und starteten in unser neues Leben ohne festen Wohnsitz. Mein Traum, ein ortsunabhängiges Leben zu führen, ging also bereits in Erfüllung. Doch etwas war noch nicht so, wie es sein sollte. Und hier kam wieder mein großes Thema „Sich- zu-schlecht-fühlen“ ins Spiel. Ich fühlte mich schlecht, weil ich noch mehr vom Leben wollte – es hatte sich doch schon so vieles getan und dennoch war es nicht genug für mich. Ich wollte wirklich Geld verdienen.

Mein Selbstwert war jedoch miserabel und ich war mir meiner selbst nicht bewusst. Und das, obwohl mir Martin und Anja jederzeit alles zur Verfügung gestellt hatten. Sie hatten mir ihre Talente als Freunde zur Verfügung gestellt, aber ich war es mir nicht wert gewesen, diese in Anspruch zu nehmen.

Das Transformationsprogramm war mein Weg, Martin und Anja und deren Liebe endlich annehmen zu können. Ich bin von meinem Freundin-Status zurück in einen selbst gewählten Kunden-Status gewechselt und konnte damit ihre Fähigkeiten und Ratschläge endlich annehmen.

Mein Traum war es, mich wahrhaftig als das zu erkennen, was ich wirklich bin. Ich wollte endlich ein wirklich freies Leben führen – nicht nur ein ortsunabhängiges Reiseleben.

Einen der Gründe, warum ich am Programm teilnehmen wollte, notierte ich mir zu Beginn der Transformation: „Wenn jeder alles von mir wissen darf, bin ich frei!“. Durch das Programm konnte ich mein Ego öffentlich zeigen und sterben lassen. Ich konnte endlich aussprechen, dass ich mich zu schlecht fühlte – sogar zu schlecht, um auf der Welt zu sein.

Ständig hatte ich diese Gedanken, nicht genug zu sein, in mir herumgetragen. Das Programm brachte mir die durchbrechende Erkenntnis, wer ich wirklich bin, welche Aufgabe ich auf der Erde habe und was ich hier bewirken möchte. Ich habe nicht nur mich und meinen Selbstwert erkannt, sondern gleichzeitig den Wert einer jeden Seele auf dieser Erde. Es hat mich tief in meinem Herzen berührt, solch eine weise Einsicht zu erlangen. Den Sinn des Lebens nicht nur zu verstehen, sondern ihn auch fühlen zu dürfen, ist ein großes Geschenk. Ich weiß nun, dass ich mir das Leben, das ich leben möchte, selbst erschaffen kann – aus Liebe zu mir und zu allen anderen Lebewesen.

Außerdem brachte mir das Programm ein unbeschreibliches Wachstum in der sexuellen Beziehung zu mir selbst und zu meinem Mann. Ich konnte in die Hingabe eintauchen. Die Verbindung zu mir und zu meinem Mann Benny ist intensiver als je zuvor. Dies war noch vor meiner Asienreise undenkbar für mich gewesen.

Ich fühle nun tief in meinem Inneren eine Ruhe – eine erholsame und gelassene Ruhe – die nie zuvor da gewesen war. Ich fühle bedingungslose Liebe für mich, für meinen Mann Benny und für unsere drei Kinder.

Ich bin in tiefer Verbundenheit mit dem Einen Geist und fühle das Vertrauen, dass wir gemeinsam bereit sind, die Welt mit Liebe zu übersähen. Ich erkenne den Unterschied von Theorie und Praxis, den ich war sehr gut darin, die Theorie zu verstehen, zu wiederholen und auch anderen zu vermitteln – doch ich bin auf der Erde, um auch und vor allem die Praxis zu leben und vorzuleben. Innerhalb des Programmes durfte ich in meine Rolle hineinwachsen und meine Themen lösen. Dafür bin ich unbeschreiblich dankbar!

Eines weiß ich jetzt: Es nützt nichts, zu wissen, wer man ist, wenn man es sich nicht zu leben traut.

Benny: „Neue Wege gehen und Bestehendes hinterfragen“

Jasmin und ich sind nun schon seit über zehn Jahren ein Paar und sechs Jahre davon verheiratet. Wirklich zusammen, als Einheit und glücklich, sind wir erst seit kurzem. Diese letzte Zeit, ist die intensivste, schönste und qualitativste, die wir je miteinander verbracht haben. Und das

unbeschreiblich schöne ist: Diese Zeit darf ich, dürfen wir, jeden Tag aufs Neue leben, lieben und schätzen. Doch erst einmal ein kurzer Blick zurück an den Beginn unserer Beziehung:

Wir hatten beide gute Jobs, ein gutes Einkommen und lebten ein gesellschaftskonformes Leben. Wir hatten ein „ganz normales“ Leben. Jasmin war schon immer die treibende Kraft in unserer Beziehung, wenn es darum ging, neue Wege zu gehen und Bestehendes zu hinterfragen. Dafür bin ich ihr heute sehr dankbar, denn dies war der Schlüssel zu unserem Wachstum.

Unser Wachstum als Paar, aber hauptsächlich das Wachstum eines jeden Einzelnen von uns. Unsere ganz persönliche Entwicklung. Der Grund, warum wir uns persönlich entwickeln durften, war schlichtweg der, dass ein ganz normales Leben uns nicht glücklich machte und uns nicht erfüllte – trotz der äußerlichen Dinge, von denen man fälschlicher Weise denken mag, sie könnten zum Glück und zur Freiheit beitragen.

Das tun sie definitiv nicht. Auch ich durfte lernen, dass das persönliche Glück niemals im Außen zu finden ist und gerade auch mit Hilfe von Martin & Anja wurde unser Bewusstsein und unsere Beziehung auf ein neues Level gehoben. Dass unser Leben, wie es bis dorthin verlief, nicht so bleiben konnte, war Jasmin und mir klar. Doch was bedeutete das für jeden Einzelnen von uns?

Jasmin war viele Jahre in unserer Beziehung überwiegend alleine. Und das jeden Tag! Ich hatte eine eigene Werbeagentur und war sehr viel am Arbeiten, sei es im Büro oder Zuhause. Jasmin war mit den Kids, dem Haushalt und dem Leben „um uns herum“ auf sich alleine gestellt. Ich wollte immer für meine Frau und meine Kinder da sein, aber faktisch war ich es NICHT. Jasmin hatte bereits vor über zwei Jahren die Chance ergriffen, sich persönlich weiterentwickeln zu lassen. Warum „zu lassen“? Weil wir es selbst und alleine einfach nicht wirklich tun. Und falls doch, es sehr sehr hart wird, denn wenn man mitten in den Problemen steckt, sieht man sie selbst einfach am wenigsten.

Als Jasmin vor zwei Jahren von ihrem ersten Coaching mit Martin & Anja von den Philippinen zurückkam, war uns beiden klar, dass sich unser Leben grundlegend ändern würde. Wir sprachen sehr viel miteinander und entschieden uns dann dafür einen neuen Weg zu gehen. Ich verkaufte die Anteile meiner Agentur, wir kauften uns ein größeres Wohnmobil, lösten unsere Wohnung auf und starteten ein neues Leben. Ein Leben als Familie. In dieser Zeit haben wir unser persönliches und gemeinsames Wachstum immer weiter vorangetrieben und konnten mit Hilfe von Martin & Anja, die wir heute zu unseren besten Freuden zählen, viele Themen und Glaubensmuster lösen und in Heilung bringen.

Und obwohl wir bereits über zwei Jahre intensiv an uns arbeiten, immer mehr zusammenwachsen (als Paar und Eltern), wir uns immer wieder unsere Themen aufzeigen und behandeln, brachte das Transformationsprogramm

noch einmal ein ganz neues Niveau in unsere Beziehung(en), in unser Sexleben und in unsere Lebensqualität.

Das Programm hat Jasmin und mich in die bedingungslose Praxis geführt. Denn nur durch die gelebte Praxis verändern sich die Dinge, nicht aber in der Theorie. Wir hatten beide viel theoretisches Wissen darüber, welche Schritte notwendig wären, um ein freies und erfülltes Leben zu leben. Doch ohne die nötige Disziplin, Konsequenz und Dominanz, dieses Wissen praktisch anzuwenden, ist es absolut wertlos und bringt keine Veränderung.

Nach einer kurzen Phase der Euphorie und Motivation landeten wir sehr schnell wieder in alten Mustern und in der Frustration. Die andauernde Begleitung und Beobachtung im Programm, das tägliche Updates und die Rückkopplung mit Jasmin und unserem Umfeld, brachte uns beide in die Praxis und führte zum Erfolg.

Wir arbeiten immer wieder mit den Werkzeugen, die uns Martin & Anja an die Hand gegeben haben – besonders wenn wir wieder einmal in dem einen oder anderen Thema feststecken.

Für mich persönlich, für meine Familie, für die Lebensqualität, die ich täglich erleben darf und für unser gemeinsames, glückliches und freies Leben bin ich Martin & Anja, ihrer Arbeit und ganz besonders meiner wundervollen Frau und unseren zauberhaften Kindern aus tiefsten Herzen dankbar!

DANKE ♥

Manuela & Manuel

Manuela: „Vom Mist-Haufen ins Königreich“

Ich funktionierte unerfüllt im Familienalltag, suchte die Schuld für meine schlechte Laune bei anderen und bemitleidete mich selbst. Jetzt genieße ich mein Leben und weiß, dass nur ich die Verantwortung dafür trage. Ich kann mir selbst vertrauen, für meine Wünsche einstehen und mich meinem Mann voller Liebe hingeben.

Ich möchte Dir gerne erzählen, wie mein Leben aussah, bevor ich mich auf meinen Weg der Persönlichkeitsentwicklung und – an dessen wertvoller Spitze – auf das 6-Wochen-Transformationsprogramm einließ:

Häufig gab es in meinem „alten Leben“ Situationen, in denen ich in meinem Ego gefangen war. Ich machte mich selbst klein und ließ mir von meinem Verstand Dinge einreden, die mein Herz nicht fühlte. Ich habe die Schuld meist bei meinem Mann, meinen Kindern und meinem Umfeld gesucht, anstelle mich selbst für mein Leben verantwortlich zu fühlen. Anstatt mich zu fragen, warum ich mir diese und jene Situation kreierte habe, fand ich es viel

bequemer, mich im Ego und im Selbstmitleid aufzuhalten und mein Gegenüber mit meiner schlechten Laune anzustecken. Und darin war ich sehr gut... Durch diese „Taktik“ habe ich meiner Familie – und allen voran mir selbst – oftmals die Stimmung verdorben, konnte schöne Situationen nicht genießen und war genervt von mir selbst. Mir ist in dieser Zeit nur selten aufgefallen, dass ich es mir selbst schwerer machte, als es tatsächlich war. Ich fühlte mich mit meiner Sichtweise im Recht und akzeptierte andere Ansichten nur ungern.

Ich fühlte mich auch oft machtlos und als ein Opfer der Umstände. In schönen Augenblicken vergaß ich das alles, in weniger angenehmen Augenblicken bemitleidete ich mich selbst. Die Beziehung zu meinem Mann war schön, doch sexuell lief nicht mehr viel bei uns. Zu Beginn unserer Beziehung war alles super gewesen, doch irgendwann verlief sich unsere bewusst füreinander genommene Zeit und wurde von Hobbys, Haushalt und später von unseren Kindern überrannt. Mein Bedürfnis nach Sex nahm ab, bis wir uns nur noch selten vereinten. Da die Lust meinerseits fehlte, der Sex für mich nicht erfüllend war und ich mich meinem Mann in dieser Beziehung nicht öffnen und hingeben konnte, bestimmte ich für uns beide, es immer seltener zu tun. Ich begann zu spüren, dass es an der Zeit war, etwas zu verändern. Tief in mir wusste ich, dass niemand anders für mein Leben verantwortlich war, außer meiner selbst.

Ich wurde mir klar darüber, dass nur ICH im Stande war, mein Leben zu verbessern und dadurch in Liebe und Vertrauen und Harmonie zu gelangen.

Also begann ich, an mir (und damit verbunden auch an der Beziehung zu meinem Mann und unseren Kindern) zu arbeiten. Ich las lehrreiche Bücher, sah mir hilfreiche Videos an und nahm an Workshops teil, u.a. auch an Selbstlernkursen von Martin und Anja.

Während dieser Aktivitäten erlebte ich eine angenehme Verbesserung unserer Situation und auch nach deren Beendigung war es insgesamt harmonischer und schöner als zuvor. Aber der „große Durchbruch“ ließ dennoch auf sich warten. Nach und nach kehrte ich zurück in den Alltagstrott bezüglich vieler Glaubensmuster und Verhaltensweisen.

Irgendwie fehlte das entscheidende Etwas, das mich dauerhaft voran brachte. Heute weiß ich: Mir fehlte einfach die Disziplin! Das Universum bemerkte das natürlich. Und so kam es, dass die Möglichkeit zum 6-Wochen-Transformationsprogramm in mein Leben flatterte. Zuerst war ich unschlüssig – waren die bisherigen Versuche doch nicht von dauerhaftem Erfolg für mich gewesen. Aber meine Intuition und mein genialer Mann ermutigten mich dazu, am Programm teilzunehmen. Also tat ich es – ohne auch nur einen Schimmer davon zu haben, was es mich kosten würde (in vielerlei Hinsicht) und was das Programm mit mir und in mir machen würde. Das Beeindruckende im Moment meiner Entscheidung war folgendes: Sobald ich mich bewusst dazu entschieden hatte, am Transformationsprogramm

teilzunehmen, spürte ich das tiefe Vertrauen und Wissen in mir, dass es dieses Mal etwas Großes sein wird – ja, dass es dieses Mal der Durchbruch sein wird!

Ich wünschte mir vom Programm Tipps und Hilfen, die wir in unserem Alltag anwenden und umsetzen konnten. Ich hoffte darauf, von nun an in die Eigenverantwortung für alles gehen zu können, was mir wiederfährt; Ich wollte von Mal zu Mal schneller aus meinem Ego heraus finden. Ich wollte die Beziehung zu meinem Mann und unseren Kindern liebevoller und intensiver gestalten; Ich wünschte mir, dass ich angetrieben würde, ins TUN zu kommen (dies war eine meiner großen Hürden: Ich sammelte gerne Wissen – aber ich war super darin, es nicht umzusetzen).

Sicherlich kannst Du Dir denken, was passierte. All meine Wünsche und Hoffnungen wurden erfüllt. Für alle oben genannten Punkte bekam ich Werkzeuge und Lösungen in die Hand. Doch das war bei Weitem nicht alles!

Ich lernte durch das Transformationsprogramm wundervolle Menschen kennen und lieben, die von nun an meine wertvollen WegbegleiterInnen sind.

Durch den täglichen Kontakt zueinander kam eine jeder von uns ins Handeln und Umsetzen. Wir motivierten uns, gaben uns Ratschläge, halfen uns durch unsere Themen, coachten uns gegenseitig, verschafften uns unterschiedliche Sicht- und Perspektivwechsel und kitzelten unsere Egos und Ängste heraus. Das Ausmaß, das durch diese Gruppen-Transformation möglich war, ist einfach mega! Und es ist noch so viel mehr passiert: Mit Hilfe unserer

Gruppen-Power und unserer genialen Coaches habe ich mich selbst (wieder) lieben gelernt. Ich fühle mich wundervoll, genauso, wie ich bin – und das ist ein tolles Gefühl! Durch meine (zurück-)gewonnene Selbstliebe setze ich mich an die erste Stelle in meinem Leben, denn genau dort gehöre ich hin: An meine erste Stelle! Ich nehme mir Zeit für mich und ich liebe mich. Nur wenn es mir gut geht, kann es auch meiner Familie gut gehen.

Ich habe gelernt, für mich einzustehen. Ich bin in Liebe dominant zu mir selbst und zu meinem Umfeld. Ich weiß jetzt, dass ich die Beste (für mich) bin und fühle dies in meinem Herzen – mein „altes Ich“ wollte immer aus dem Ego heraus die Beste in Allem sein. Ich habe aus vergangenen Erlebnissen, die ich einst verurteilte, das Gold und den Schatz für mich herausgefunden.

Die Leichtigkeit ist in mein Leben zurückgekehrt. Mein Vertrauen in mich und alles um mich herum ist gewachsen und wächst stetig weiter. Ich lenke meine Aufmerksamkeit nun bewusst auf die schönen Dinge. Verbrachte ich zuvor viele Gedanken in (noch nicht eingetretenen) Sorgen und Ängsten, so befasse ich mich nun viel lieber mit dem gegenwärtigen Augenblick und meiner großartigen Zukunft.

Ich schaffe es nun auch, Momente und Situationen vollständig wahrzunehmen und zu genießen. Dadurch bin ich offen für die Geschenke des Lebens und erkenne meine eigenen Erschaffungen dahinter.

Außerdem habe ich mir die Wichtigkeit ans Herz gelegt, JEDEN meiner (noch so kleinen) Erfolge gebührend zu feiern – und so ist die Freude über mich selbst in mein Leben heimgekehrt. Die Beziehung zu meinem Mann hat eine neue Ebene erreicht. Schon vor dem Transformationsprogramm konnten wir alles miteinander besprechen – und ich meine wirklich ALLES.

Durch das Programm sind wir nun tiefer miteinander verbunden. Liebe und Vertrauen tragen uns – auch in Momenten von Diskussion und aufkommenden Themen.

Wir nehmen uns bewusst Zeit füreinander und verwöhnen uns gegenseitig. Ich kann mich meinem Mann nun vertrauensvoll hingeben – unser Sexleben hat dadurch neuen Schwung bekommen und wir genießen es, uns wieder zu verbinden. Durch die Selbstliebe, die jeder für sich (wieder-)entdeckt hat, strahlen wir eine neue Attraktivität aus, durch die wir uns gegenseitig angezogen fühlen. Und wir wissen, dass wir jedes zukünftige Thema gemeinsam meistern werden. Ich liebe meinen König sehr und bin so dankbar für diesen wunderbaren Mann.

Auch die Beziehung zu unseren Kindern ist liebevoller und authentischer geworden. Jeder durfte seinen Platz in unserer Familie einnehmen, was das Zusammenleben sehr erleichtert und harmonischer macht. Als gesamte Familie sind wir eine zusammenspielende Einheit geworden, in der Liebe und Harmonie die Überhand gewonnen haben. Auf dieser Basis können wir alles Anstehende mit offener Kommunikation klären. Unsere Priorität liegt bei uns. Wir genießen und schätzen die gemeinsame Zeit und gönnen uns gegenseitige Auszeiten.

Ich weiß, dass es hier nicht zu Ende ist. Neue Themen werden hochkommen – und durch ein jedes, das sich mir zeigt und gelöst wird, werde ich wachsen. Ich sehe es mit Leichtigkeit, wenn ich in meine 1.0-Version (Ego) verfallen sollte, denn ich habe das Wissen und die Werkzeuge und meinen wunderbaren Mann, mit deren Hilfe ich dort wieder herauskomme. Ich bin dankbar für mich, für meine Familie und für unser gemeinsames Leben. Ich genieße und ich singe. Und ich bin im Vertrauen, dass alles zu meinem Besten geschieht. Jetzt ist es an der Zeit, unsere Geschichte in die Welt hinaus zu tragen. Schon lange helfe ich Menschen auf ihrem Weg – doch erst jetzt bin ich es mir wert, für meine Hilfe und meine investierte Zeit einen Ausgleich anzunehmen. Das ist ein genialer Schritt für mich. Ich fühle, dass wir Großes hier auf der Erde bewirken werden. Wir werden die Liebe und das Vertrauen in unser aller Leben zurückholen und für unseren Herzensweg einstehen. Die Zukunft kann kommen – wir sind bereit und wir wissen, dass wir sie als machtvolle SchöpferInnen in unseren Händen tragen. Es wird groß und atemberaubend. Wir verändern die Welt! Und ich freue mich, wenn auch Du ein Teil davon wirst! ♥

Von Herzen, Manuela

Manuel: „Ich sehnte mich nach einer Veränderung“

Den Winter 2016/2017 verbrachten wir als Familie in Thailand. Dort begann unser Weg, uns mit unseren Konflikten/Themen und mit uns als Paar auseinanderzusetzen. Auf der kleinen Insel Koh Phangan lernten wir Martin & Anja kennen.

Irgendwie haben es uns die beiden angetan und wir nahmen einen Tag an ihrem Paar-Seminar teil.

Gute zwei Jahre später, erzählte mir meine Frau Manuela von einem 6-Wochen- Transformationsprogramm, das Martin & Anja anboten. Meine Frau war nicht sicher, ob sie mitmachen sollte, weil ihre bisherigen Teilnahmen an Programmen nicht den erhofften Erfolg einbrachten bzw. dieser nicht von Dauer war. Außerdem war sie sich unsicher, ob sie nochmal (aus unseren Augen) viel Geld investieren sollte, wobei wir die Höhe des Betrages da noch nicht kannten.

Sie fragte mich also nach meiner Meinung zum Programm. Ich wusste, dass die Teilnahme bedeuten würde, nochmal viel Geld zu investieren und dabei keine Garantie bestand, dass es sich dieses Mal ausbezahlen würde – zumindest sagte mir das mein Verstand. Mein Herz aber wusste, dass ich Martin & Anja vertrauen kann und dass in unserem Leben noch wesentlich mehr geht als das, was wir bisher erreicht hatten.

Ich sehnte mich nach einer Veränderung in meinem Leben, die unsere Beziehung, unsere Familie und meine Arbeit betraf. Außerdem gab es in mir noch Unsicherheiten, auf die ich mir vom Transformationsprogramm Antworten erhoffte. Ich spürte beispielsweise, dass ich noch zu oft im Mangel-Denken (also nicht im vollen Vertrauen) war.

Manchmal war ich mir meiner Position als Mann und Vater nicht klar. Für was stand ich? Was war meine Aufgabe und mein Part, sowohl in unserer Familie als auch als Liebhaber? Wie halten wir unsere Energie, die wir immer wieder zusammen aufbauten, dauerhaft hoch? Was konnten wir als unsere persönliche Energie-Tankstelle nutzen? Also stimmte ich dem Programm zu 100% zu, mit dem Gedanken, Manuela überall zu unterstützen, wo ich kann. Manuela nahm sich meinen Rat zu Herzen und melde sich zur Transformation an.

Wir – vor allem Manuela – hatten schon so viel Wissen über alles Mögliche angehäuft, aber wir scheiterten oft an der Umsetzung in unserem Alltag. Gerade im Familienleben gingen viele wichtige Aspekte einfach verloren. Speziell in der Partnerschaft (Zeit zusammen haben und diese wirklich nutzen)

und der Sexualität (Häufigkeit und Wichtigkeit) sah ich Verbesserungspotential.

Miteinander reden konnten wir schon immer gut, außer wenn meine Frau stussig oder verletzt war. Dann wollte sie mich nicht an sich heranlassen und konnte sehr nachtragend sein. Ich saß diese Stunden (und manchmal sogar Tage) einfach aus, bis sie sich wieder „einfing“. Manchmal versuchte ich, mich ihr zu nähern, aber meistens blockte sie das ab. Ich war sehr zurückhaltend und „auf der Hut“, weil ich Angst vor ihrer Laune hatte und nicht gerade scharf darauf war, dass sie noch mehr austickte.

Ich wusste nicht, wie ich damit umgehen konnte, wenn sie so feststeckte. Wie konnte ich ihr dabei helfen, wie konnte ich ihr da heraus helfen? Würde sie sich überhaupt von mir helfen lassen? Und so kam es, dass wir die Transformation durchlebten. Manuela, ich und unsere beiden Kinder. Und es hat sich so vieles in und um uns verändert! Anfangs war es sehr interessant mitzuerleben, wer uns Geld für das Programm leihen könnte. Unsere Familien waren da echt super, sie vertrauten uns und gaben uns die für sie möglichen Summen, sodass wir das Geld für das Programm zusammenbrachten. Hier spürte ich, wie einfach Geld fließen kann – ganz ohne Banken, Arbeitgeber oder andere Geldgeber. Interessant war außerdem, dass Manuelas Ego „ein bisschen“ mehr zahlen wollte als die anderen.

Ihr Ego ist wohl wirklich nicht gerade klein gewesen – hab ich das doch schon immer geahnt! Durch die Gruppenenergie ist Manuela (und damit auch ich) ins Tun gekommen. Und ich muss sagen, das ist das Beste, was uns passieren konnte. Endlich setzen wir die Dinge auch um!

Durch das Miteinander-Reden entdeckten wir auch unsere eigenen Themen viel deutlicher und konnten diese heilen. Mir wurde DAS geniale Werkzeug in die Hand gegeben (welches das ist, erfahrt ihr, wenn ihr die Transformation selbst mitmacht)! Damit kann ich meine Lady jederzeit aus ihrem Ego/Selbstmitleid holen. (Das passt ihrem Ego übrigens nicht immer.)

Ich fühle mich in meiner Position als Mann, Partner, Vater und Liebhaber viel gefestigter. Ich weiß nun, für was ich stehe. Was ich mega finde, ist die Tatsache, dass wir jetzt wieder viel mehr Sex haben als zuvor.

Juhu!!! „Diese Aussage ist mal wieder typisch Mann...“, denkst Du gerade? – Sex ist für uns beide so wichtig, das weiß ich jetzt einfach. Warum das für beide Partner so wichtig ist lernt man auch im Programm.

Unseren Kindern teilen wir uns jetzt auf eine andere Art mit. Offener, authentischer und eben auch von unseren Gefühlen geleitet. Unsere Gefühle gehören zu uns und wollen gesehen (und gelebt) werden. Jedes Mitglied unserer Familie hat nun seinen Platz. Unsere beiden Kinder dürfen voll und ganz Kind-sein.

Manuela und ich sind als Eltern in einer haltgebenden, führenden Position. Wir haben unser gemeinsames Leben als Paar und als Familie auf die höchste

Priorität gesetzt. Wir möchten so viel Zeit miteinander verbringen, wie nur möglich. Deshalb habe ich auch schon meine Arbeitszeit auf 20 Stunden/Woche reduziert oder ich bin komplett in Elternzeit Zuhause bei meinen drei Schätzen. Und bald werde ich komplett mit ihnen sein. Es ist einfach ein geiles Gefühl! Wir wissen, wie wir unsere Energie anheben und diese dann auch halten können.

Wir reflektieren uns häufig und überlegen gemeinsam, ob alles so für uns passt, wie es ist. Wir hinterfragen, ob wir Dinge wirklich für uns selbst oder doch eher für andere tun (und es selbst gar nicht so wollen?). Wir sind viel aufmerksamer und bewusster geworden, was unsere gemeinsame Zeit und die geteilte Zeit mit anderen betrifft. Gerade die Transformation als Gruppe hat sich sehr bewährt. Indem man sich gegenseitig unterstützt und die Sichtweisen miteinander teilt, können sich alle viel schneller entwickeln und transformieren. Das wirkt oft wie ein Booster.

Ich bin so stolz auf meine mutige Frau! Dass sie die Transformation mitgemacht hat und dadurch so enorm gewachsen ist und weiterhin wächst, dass sie mich und unsere Familie auf diese spannende Reise mitnimmt und dass wir uns gegenseitig aus unserer schlechten Laune herausholen können.

Wir entwickeln uns weiter und weiter. Das Leben verändert sich und ich liebe es. Und ich liebe Dich, meine wundervolle Frau Manuela. ♥

Anika & Julian

Anika: „Mein Weg zu mir selbst“

Alltägliche Dinge fielen mir schwer, da ich mich von meinem Umfeld ablenken ließ, anstatt bei mir zu bleiben. Nun kann ich das, was ich möchte, klar kommunizieren, ich stehe für mich ein und habe meine Energie wiedergefunden.

Gerade sitze ich in der Natur, schaue hinauf in den Sternenhimmel und bin einfach dankbar: Yeah, wie genial ich mich verändert habe und welches mega Wachstum ich hinter mir habe. Mein Selbstwert ist enorm gestiegen. Ich spüre meine tolle Energie und ich liebe mich! Vor sechs Wochen sah das noch ganz anders aus...

Die Meinung der anderen war mir sehr wichtig – sogar wichtiger als meine eigene. Auch das Wohlbefinden von Freunden und Familienmitgliedern stellte ich über mein eigenes. Ihnen zuliebe wollte ich es allen Recht machen und hörte dabei nicht auf meine eigenen Impulse. Ich war lieber im Außen verstreut, als bei mir selbst Zuhause. Durch all diese Glaubensmuster habe

ich mich selbst vergessen und verloren. Sehr lange war ich energielos. Ich ließ mich so auf die Energie meines Umfeldes ein (meist war das eine unruhige, zehrende Stimmung), dass ich diese in mich aufnahm und übernahm. Immer wollte ich eine gute Frau, Mutter, Freundin, Tochter und Schwiegertochter sein. Ich eilte blind durch mein Leben, lenkte mich selbst durch alle möglichen Umstände ab und redete mir ein, für die schönen Dinge im Leben keine Zeit zu haben.

Nicht einmal zum Kochen nahm ich mir bewusst Zeit – es sollte lieber schnell gehen. Ihr müsst wissen: Ich koche gerne! Es war für mich jedoch mit meinen beiden Kindern immer mit Aufwand und Stress verbunden.

Jeden Tag wartete ich auf meinem Mann, bis er von der Arbeit nach Hause kam, um mir mit den Kindern und dem Haushalt zu helfen. Alleine fühlte ich mich überfordert. Das Wort Lebensfreude oder Freude am Leben war mir fremd. Von Herzen lachen fiel mir sehr schwer. Ich habe die schönen Dinge im Leben nicht erkennen wollen und stattdessen in allem das Schlechte gesehen. Nun möchte ich Dir noch von der Beziehung zu meinem Mann erzählen: Schon neun Jahre lang gehen wir gemeinsam unseren Weg. Für viele waren wir das Traumpaar, das total gut zusammenpasst und sich super ergänzt. Ich hatte meinem Mann immer viele Freiheiten gelassen, weil ich dachte, es muss ihm doch gut gehen und er darf machen, was er will. Mein Mann holte sich gerne die Meinung seiner Eltern ein und vertrat diese mir gegenüber. 2015 kam unsere Tochter zur Welt. Mein Mann hat mich oft mit ihr alleine gelassen, ist seinen Hobbies nachgegangen und ich hatte immer im Hinterkopf, dass er das ja darf. Er ist frei und soll sich auch so fühlen. In meinem Umfeld gab es sehr viele Frauen, die schon fast „alleinerziehend“ waren (der Mann war mit Geldverdienen, seinen Hobbys und mit seinen Kumpels beschäftigt). So dachte ich, das ist eben der Standard, so sind Beziehungen wohl heutzutage: die Frau mit den Kindern (überfordert und unzufrieden) Zuhause, der Mann irgendwo unterwegs.

An einem Punkt der Erschöpfung musste ich schließlich feststellen, dass das nicht der Weg ist, den ich weiterhin gehen wollte. So kam das geniale 6-wöchige Transformationsprogramm in mein Leben. Als ich meinem Mann davon erzählte, war er dagegen. Er war der Überzeugung, dass er schon perfekt sei, dass wir unsere Themen selbst lösen können und dafür niemanden benötigen. Doch tief im Herzen wusste ich, dass die Transformation das Richtige für mich ist. Ich wusste, dass sie mich dorthin bringen kann, wo ich wirklich sein will. Und so startete ich die Transformation. Ich war mir des Programmes so sicher, dass ich ohne die Zustimmung meines Mannes daran teilnahm. Mein Wunsch nach einem glücklichen Leben in Freude und Leichtigkeit war so tief, dass ich diesen Schritt wagte - koste es, was es wolle. So machte ich mich auf den Weg – erstmal ohne meinen Mann. Er lehnte das Programm ab, deshalb erzählte ich ihm nichts von den Themen, die wir dort lösten. Ich hatte Angst vor seiner Kritik, mit der ich möglicherweise nicht umgehen konnte.

Die Wochen vergingen und natürlich erkannte mein Mann meine Veränderung. Diese betrafen ja nicht nur mich, sondern auch unsere Beziehung. So war es an der Zeit, eines unserer gemeinsamen Themen anzugehen: unsere Kommunikation. Mutig sprang ich über meinen Schatten und begann, mit meinem Mann zu reden: über das Programm, über meine Ängste und Sorgen, über meine Zweifel. Und natürlich auch über meine Erkenntnisse, meine Fortschritte und meine geheilten Themen. So konnte ich ihm die Augen und das Herz öffnen. Er fühlte mit mir und fing an, Lösungen zu suchen und zu finden - für mich und für die anderen. Zuerst konnte ich es nicht glauben. Er versteht mich und ich darf mich ihm voll und ganz öffnen? JA!

Seitdem steht er komplett hinter mir und wir gehen nun unseren Weg gemeinsam – Hand in Hand. Ich bereue nichts – im Gegenteil! Ich bin so dankbar. Ich komme gut mit meinen Kindern zurecht, auch alleine. Keine Überforderung mehr. Ich liebe es, mit meinen Kindern zusammen leckere Gerichte zuzubereiten.

Mein Mann und ich sind ein starkes Team geworden, ich habe die Erwartungshaltung ihm gegenüber abgelegt. Wir bauen uns gegenseitig auf und wachsen gemeinsam. Als Paar, als Familie und jeder für sich. Ich liebe meine Familie und meinen (All-)Tag, ich bin voller Freude und Dankbarkeit.

Die Transformation hat mich zu mir selbst zurückgeführt. Ich weiß nun wieder, wer ich bin und welche tolle Talente und Fähigkeiten ich habe. Ich kann meine Energie bei mir halten und bin voll und ganz bei und in mir angekommen. Ich habe aufgehört, für andere gut sein zu wollen und auf deren Meinung zu hören.

Nun vertraue ich mir und meinen Impulsen und bin für mich die wichtigste Person in meinem Leben. Ich nehme mir bewusst Zeit für mich, und tue dann das, was mir Freude bereitet. Es ist nicht in Worte zu fassen, was sich alles verändert und verbessert hat. Das kann man nur selbst erleben.

Julian: „Nun weiß ich, was es heißt, Familie zu sein“

Als Anika mir erzählte, dass sie an einem Persönlichkeitsentwicklungsprogramm teilnehmen wird, um sich und damit uns beide weiterzuentwickeln, war es für mich nicht einfach zu sagen: „Ich bin dabei.“, denn ich hatte in unserer Beziehung keine Probleme oder Dinge gesehen, die verbessert werden könnten.

Je länger das Programm voranschritt, umso deutlicher verbesserte sich allerdings unsere Beziehung. Wir konnten noch besser über alles reden. Außerdem haben wir eine engere Bindung zueinander aufgebaut. Deshalb bin ich auch sehr froh, dass Anika an dem Programm teilgenommen hat und dass sie sich / wir uns so toll entwickelt haben.

Nun weiß ich auch, was es heißt, eine Familie zu sein und als Familie zu leben. Ich lerne täglich neu dazu. Ich bin schon gespannt, welche schönen Momente als Nächstes entstehen werden.

Ich wünsche euch allen auch eine solch geniale Bereicherung eures Lebens.

Julian

Sabrina & Benjamin

Sabrina: „Mein Weg in ein komplett neues Leben“

Kein Vertrauen in mich und meinen Partner, mangelnde Kommunikation und ein unerfülltes Sexleben stellten unsere Partnerschaft auf eine harte Probe. Jetzt genieße ich das Leben, von dem ich immer geträumt habe. Wir können als Paar über alles reden und ich kann mich beim Sex leidenschaftlich hingeben. Und endlich liebe ich mich, genauso wie ich bin!

Vor dem Transformationsprogramm befand ich mich ohne Ziel im Leben, in einem Job, der mir keine Freude bereitete und ich war unglücklich in unserer Partnerschaft, weil ich meinem Mann kein Vertrauen schenken und wir nicht klar kommunizieren konnten.

Mir ging es teilweise so schlecht, dass ich manchmal nicht wusste, wie ich den Tag überstehen sollte, weil in mir so viele negative Glaubenssätze programmiert waren, welche sich auf meinen Alltag auswirkten. Ein Glaubenssatz, der mir beispielsweise meinen Alltag erschwerte, war folgender: Ich war der Überzeugung, ich müsse es Jedem rechtmachen, bevor ich mir selbst etwas Gutes tat. Dementsprechend habe ich das immer und immer wieder getan, sodass ich am Ende des Tages völlig erschöpft war, weil ich meine Energie für alle anderen verbraucht hatte und mir selbst nicht einmal eine kurze Verschnaufpause gönnte. Aufgrund meines geringen Selbstbewusstseins war ich es mir außerdem nicht wert, wirklich und effektiv an mir zu arbeiten. Zudem war ich davon überzeugt, dass das Leben gegen mich spielte. Ich habe die Schuld für meine Lebenssituation immer nur bei den anderen gesucht, nie bei mir selbst.

Meist musste mein Mann für alles herhalten, denn ich glaubte, er sei verantwortlich für meine miserable Laune. Viele Kleinigkeiten, die den Haushalt betrafen (zum Beispiel Spülmaschine ausräumen oder Wäsche waschen) schaukelten sich hoch und wir stritten darüber. Mein Partner und ich waren beide nicht kritikfähig, weshalb wir unsere Konflikte nicht lösen konnten und dadurch viele Missverständnisse entstanden. Trotz all unserer Hürden beschlossen wir im Jahr 2015 zu heiraten, weil wir wussten, dass wir füreinander bestimmt sind und dass wir diese Zeit überstehen würden.

Als ich schwanger wurde, begann ich zum ersten Mal, über mich, über mein Leben und über den Sinn meines Lebens nachzudenken. Ich war schon

immer der Meinung, dass ich für viel mehr auf dieser Erde war, als ich bisher gelebt und umgesetzt hatte. In mir schlummerte der Wunsch, Menschen mit meinem Sein zu helfen, egal in welcher Hinsicht.

Unser Sohn erblickte im Jahr 2016 das Licht der Welt. Es begann ein neuer Lebensabschnitt für mich, den ich nicht genießen konnte, weil ich mit meiner Mutterrolle so überfordert war. Für mich war klar, dass ich meinen Sohn stillen wollte, doch es wollte im Krankenhaus nicht auf Anhieb funktionieren. Sofort stiegen die Gedanken in mir auf, ob ich denn nicht einmal fähig wäre, meinen Sohn zu ernähren? Ich verlor mich in Selbstzweifeln und Sorgen. So fühlte ich mich auch schnell hilflos und überfordert, wenn mein Sohn weinte. Konnte ich ihm denn nicht helfen? Wie konnte ich als Mutter nur so versagen?

Meine Hilflosigkeit und mein Gedankenkarussell belasteten mich sehr stark. Die Situation entspannte sich zum Glück ein wenig, als wir aus dem Krankenhaus nach Hause durften und ich dort besser in meine Rolle als Mama fand – und ja, dann klappte es sogar mit dem Stillen. Doch durch die hormonelle Umstellung nach der Geburt empfand ich meine negativen Gedanken noch schlimmer als während der Schwangerschaft. Ich wusste nicht, wie ich damit umgehen sollte. Zu den Versager-Gedanken als Mama kamen nun ganz verstärkt noch weitere hinzu: Ich war nicht glücklich in meinem Körper. Ich war es mir nicht wert, Freude in meinem Leben zu empfinden. Ich würde es nicht schaffen, eine gute Mutter für mein Kind zu sein. Was mir außerdem schon immer schwer zu schaffen machte, war die Überlegung, was die anderen über mich denken könnten.

Und dann habe ich von einem 30-tägigen Mentoring Programm zum selber lernen erfahren, an dem ich begeistert teilnahm. Es half mir dabei, meine Themen auf den Tisch zu bringen und anzuschauen. Auch hilfreiche Tipps und Meditationen umfasste das Programm, dennoch kam ich nicht in die Umsetzung. Durch das Mentoring- Programm wurde mir allerdings bewusst, dass ich ganz alleine für mein Leben verantwortlich bin. Noch dazu durfte ich lernen, dass das Leben immer für mich spielt und nie gegen mich. Alles im Leben sind Erfahrungen, welche wir machen wollen und dürfen.

Den Anreiz, endlich von der Theorie in die Umsetzung und ins Tun zu kommen, bekam ich, als Martin & Anja ein sechswöchiges Transformationsprogramm starteten. Dieses hat mich so inspiriert, dass ich wusste, ich muss auf jeden Fall dabei sein – koste es, was es wolle.

Und so kam es, dass ich durch das Programm weitere, wundervolle Paare kennenlernen durfte, welche den gleichen Weg gingen, nämlich den Weg des Wachsens und der Heilung ihrer Themen. Es war ein Gruppencoaching, was bedeutete, dass wir alle füreinander da waren und uns gegenseitig motivierten, das Erlernte auch umzusetzen. Auf wunderbare Art und Weise kamen immer mehr Themen in mir zum Vorschein, welche ich in die Heilung bringen durfte. Zum ersten Mal in meinem Leben spürte ich eine Veränderung in mir und im Außen.

Ich bekam tolle Feedbacks, auch von meinem Mann, der mir sagte, dass ich mich so wundervoll entwickle und es in unserem Familienleben auf einmal sehr liebevoll und harmonisch läuft. Ich spüre die tiefe Liebe in mir, das wohlige warme Gefühl, welches meine ganze Art verändert. Mein Mann und ich sind nun viel mehr miteinander verbunden, oder noch besser gesagt: wir sind eine wunderbare Einheit geworden. Die Kommunikation zwischen uns gestaltet sich auf einmal sehr einfach, denn wir wissen nun, wie wir uns auf liebevolle Art mitteilen können, wodurch keine Missverständnisse mehr entstehen.

Wir können nun über alles sprechen, egal welches Thema auch ansteht. Unsere beiden tollen Kinder sind so wunderbar ausgeglichen, weil sie unsere Liebesenergie intensiv spüren. Ich genieße unser Leben als Familie und blicke nun voller Freude in die Zukunft. Es gilt natürlich weiterhin, an mir zu arbeiten und zu wachsen.

Und das Tolle ist, dass ich nun weiß, wie ich zukünftig mit aufkommenden Themen umgehen kann, selbst wenn es noch so hart ist. Ich konnte meine negativen Glaubenssätze, die ich über Jahre in mir getragen habe, transformieren.

Ich weiß nun, wie wichtig es ist und wie ich es schaffe, mehr auf mein Herz und auf meine innere Stimme zu hören und mich öfters in die Ruhe zu begeben. Mein Herz will zukünftig anderen Menschen dabei helfen, ihren Herzensweg zu gehen. Das ist der tiefe Sinn meines Lebens, den ich schon lange in mir spüre: Andere, mutige Menschen auf ihrem Weg zu begleiten. Dafür bin ich hier – auf dieser wunderbaren Welt. Wenn also auch Du den tiefen Wunsch in Dir verspürst und Dein Leben endlich selbst in die Hand nehmen willst, Deinem Herzen folgen willst, raus willst aus Deinem zehrenden Alltag, dann empfehle ich Dir, Deinem Herzenswunsch zu folgen.

Du bist das Wichtigste in Deinem Leben, also starte JETZT in Dein Traumleben! Sei es Dir wert!

Alles Liebe

Sabrina

Benjamin: „Die Harmonie ist wieder zurückgekehrt“

Vor dem 6-Wochen-Programm fiel mir das Reden mit meiner Frau sehr schwer, da ich mich nicht verstanden oder sie sich angegriffen gefühlt hat.

Durch das Programm sind wir zu einer Einheit geworden. Die Harmonie, welche am Anfang unserer Beziehung da war und durch den schleichenden Alltagstrott fast versiegt war, ist wieder zurückgekehrt und sogar noch stärker als vorher – egal ob es um die Erziehung unserer Kinder oder um die Gestaltung unserer gemeinsamen Zukunft geht. Ich habe zu vielen Dingen

eine andere Sichtweise erhalten. Für mich war es ein unbeschreibliches Gefühl, mit meiner Frau diesen Weg gehen zu dürfen!

Benjamin

Barbara & Heiko

Barbara: “Die Geschichte meiner Transformation“

Ich bin nicht gut genug, habe ich mir oft gesagt. Mir musste es immer wenigstens ein bisschen schlecht gehen, denn wer bin ich denn, dass es mir einfach gut gehen dürfte. Und so hatte ich zum Beispiel den für mich besten Mann und die wundervollste Beziehung, dafür aber überhaupt keine Lust auf Sex.

Während des Programmes habe ich es kapiert: Alles – jede einzelne Entscheidung und jeder noch so große Mist, der mir in meinem Leben widerfahren ist – einfach alles macht mich zu der, die ich bin. Und das ist gut so.

Ich erhielt von einer Freundin eine Einladung in die Facebook-Gruppe mit dem Titel „Sich lieben und zusammenspielen“. Ich habe ohne nachzudenken angenommen und erst danach die Gruppenbeschreibung gelesen. Es sollte dort darum gehen, unter anderem die sexuelle Beziehung zu mir selbst und zu meinem Partner zu heilen, um mit der befreiten sakralen Energie meine Ziele schneller zu erreichen. Äh what?! Einen Scheiß, ich werde doch hier nicht mein Sexleben ausbreiten vor mir völlig unbekanntem Leuten, dachte ich mir und wollte schon beinahe direkt wieder austreten. Das erste Video von Anja, welche die Gruppe ins Leben gerufen hatte, habe ich mir aber noch angesehen. Und etwas an ihr und all dem, was sie zu sagen hatte, hat mich magisch angezogen. Und ich blieb.

Anja machte uns allen das Angebot, dass wir im Rahmen eines von ihr und Martin initiierten Gruppencoachings unsere Themen heilen können, die uns davon abhalten unsere Ziele zu erreichen und sie uns zeigen, wie wir uns gegenseitig zur besten Version unseres Selbst begleiten können.

Ich bin eine, die alle Möglichkeiten der Entwicklung meiner Selbst und über das Leben aufsaugt wie ein Schwamm. Mein erster Coach hat mich mit unendlich tollen Ideen und Prinzipien angefüllt, wie das Universum so funktioniert. Ich habe Bücher verschlungen über die Kraft der Gedanken, die Macht der Anziehung, die Kraft des Bewusstseins und Unterbewusstseins. Ich habe Thailand und Indien bereist, war im Ashram und habe zwei Mal zehn Tage Vipassana in Triebel gesessen. Ich habe mit Seelenreisen und Aufstellungen

gearbeitet. Meine liebste Körperarbeit ist Yoga. Ich liebe alle Themen ums Mensch-Sein in diesem wundervollen Universum.

Ich habe viel erlebt, mir viel erschaffen. Einen wundervollen Mann und zwei herrliche Kinder. Und trotzdem fiel ich immer und immer wieder zurück in all meine alten (und abgelegt geglaubten) Muster. Ich badete in Wellen von Traurigkeit und war schier bewegungs- und entscheidungsunfähig. Ich bin nicht gut genug, sagte ich allzu oft zu mir. Mir musste es immer wenigstens ein bisschen schlecht gehen, denn wer bin ich, dass es mir einfach gut gehen dürfte?

Dieses mein wunderbares Leben fragte mich immer und immer wieder: Soll es das jetzt gewesen sein?! Ich fühlte ganz genau, dass in mir noch viel mehr Liebe und Größe und Schönheit verborgen lag. Ich erhaschte immer mal wieder einen Blick darauf, bekam ein Gefühl dafür. Nur konnte ich den Zugang dazu nicht nachhaltig und dauerhaft aufrechterhalten.

Ich wollte die Welt verändern, zu einem schöneren Ort machen. Ich wollte Familien ermächtigen, ihr Abenteuer zu leben. Frauen ermächtigen, ihre Kraft zu leben und zu feiern. Ich bin ein Quell von Wissen und Weisheit. Aber wer wollte das haben? Niemand. Und ganz ehrlich: Ich konnte es ja selbst nicht so richtig auf den Punkt bringen. Ich war ja nie gut genug.

Geschweige denn hatte ich den Mut, ernsthaft damit raus zu gehen und mich zu zeigen. Und was hätte ich denn zeigen sollen: Eine Menge ungenutzten Potenzials?

Genau das, wozu ich andere befähigen wollte, war ich noch lange nicht fähig, selbst zu leben und zu feiern. Und ich schaffte es einfach nicht allein. Zu dem Zeitpunkt, an dem das Programm in mein Leben schneite, war ich seit zehn Jahren systemischer Business Coach. Nur nahezu nie praktizierend.

Privat war ich zuletzt hauptsächlich nur noch Mama. Alles drehte sich darum, mein Leben um die Kinder herum zu organisieren. Zeit für mich selbst war hauptsächlich die Zeit, die ich in Beratungen verbrachte. Das gab mir viel. Rauskommen, Familien bereichern.

Im Bett lief es schon vor der Geburt unseres ersten Kindes schön, aber selten. Versteht mich richtig:

Ich habe den für mich besten Mann, wir führen eine wundervolle Beziehung. Ich würde so weit gehen, zu sagen, wir sind füreinander bestimmt. Und ich hatte immer ein schlechtes Gewissen, dass ich mich ihm körperlich nicht wirklich öffnen und hingeben konnte. Er hatte so viel Verständnis für mich, so viel Liebe. Und wieder nagte die Frage an mir: Womit hab ich so einen tollen Mann an meiner Seite verdient? Ich habe nach Ursachen gesucht, mich auf eine Seelenreise begeben, Aufstellungen gemacht. Es änderte sich nichts. Im letzten Jahr seit der Geburt unserer Tochter hatte ich dann überhaupt keine Lust mehr auf Sex. Mein Mann respektierte das, also hatten wir keinen.

Mein Mann und ich verbrachten kaum noch wirklich Zeit miteinander, nur wir beide und ganz für uns. Es war doch meist gemeinsam mit den Kindern oder es ging bei unseren Gesprächen um unseren Nachwuchs.

Sollte es das nun gewesen sein? Was ist mit mir, ganz für mich allein? Was ist mit meiner Familie, wer bereichert die? Wer beackert unsere Baustellen? Wann leben wir unsere Träume? Was sind überhaupt unsere ganz großen Herzensträume? Also wartete ich auf jemanden. Einen Coach, einen Guru, einen Meister.

Jemand, der mich an die Hand nimmt und mir zeigt, wie es geht. Mir zeigt, wer ich bin, wozu ich fähig bin und wie ich es mit der Welt teilen kann. Und dann kamen diese Gruppe und damit Martin & Anja in mein Leben. Und mit jedem weiteren Video, in dem Anja erzählte, worum es in der Gruppe und im Transformationsprogramm gehen sollte, kam von mir ein Ja, Ja, Ja, Ja. Ja war das denn die Möglichkeit!?

Hier schlossen sich wirklich ausnahmslos sämtliche Kreise. Ich sollte meinen Selbstwert heilen und zelebrieren lernen, ich sollte eine erfüllte Paarbeziehung leben und das und vor allem in sexueller Hinsicht. Ich sollte Klarheit über meine Fähigkeiten erlangen und könnte endlich der Coach sein, von dem ich immer geträumt hatte. Und ich selbst würde all das leben. In meiner wahren Größe. Verbunden mit allem Sein. Einer der Sätze, die mich in meinem Leben am meisten geprägt hatten, ist von Wayne Dyer: „Don't die with your music still in you.“

Und da war diese wunderbare Gelegenheit, diesen Satz für mich wahr werden zu lassen. Ich werde nicht sterben mit meiner Musik in mir verschlossen. Ich werde die gelebte Musik sein. Und Martin & Anja werden uns dahin bringen. Das konnte ich ganz klar fühlen.

Also sagte ich aus vollem Herzen – JA! Da mach ich mit. Und jetzt ist das Programm beendet.

Ich habe eine erfüllte sexuelle Beziehung zu meinem wunderbaren Mann. Wir haben eine wundervolle Paarbeziehung und reden endlich wieder über das Leben, das Universum und den ganzen Rest. Auch die Kinder sind Thema, sicherlich, aber lange nicht mehr nur. Ich habe erlebt, wie ich mir vergebe für all die Scheiße, die ich mitunter über Jahrzehnte mit mir herumgeschleppt habe. Ich habe erlebt, wie ich das, was ich als negative Scheiße wahrgenommen habe, in glänzendes Gold verwandeln kann.

Auf einmal habe ich es kapiert: Alles – jede einzelne Entscheidung und jeder noch so große Mist, der mir in meinem Leben widerfahren ist – einfach alles, macht mich zu der, die ich bin. Und das ist gut so. Jetzt kann ich mich voll und ganz annehmen und total gut finden, mich abgöttisch lieben und lieben lassen. Ich kann die wunderbare Frau sein, die ich bestimmt bin zu sein, in

all meiner Größe und Schönheit. Für mich. Für meinen Mann. Für meine Kinder und für die Welt.

Ich habe den Mut aufgebracht, mich meinen Themen zu stellen und in meine wahre Größe zu gehen. Ich habe den tollsten Mann, den ich mir an meiner Seite nur wünschen kann, dem ich vertraue, an den ich mich wenden darf, wenn ich Hilfe brauche und der mit mir meine Themen aufspielt und mir Impulse gibt. Und dem ich Impulse geben darf. Ich bin heute bereit, um Hilfe zu bitten, wo ich vorher immer alles alleine regeln wollte und auch alleine mit mir ausgemacht habe. Ich ruhe öfter in mir und erlebe bewusster.

Ich bemerke immer häufiger, wenn ich nicht in meiner wahren Größe bin und schaffe es, wieder dorthin zu gelangen. Ich habe immer noch Baustellen. Ich habe immer noch alte Muster und Glaubenssätze. Ich weiß, da geht immer noch mehr. Und ich weiß, es wird mich schütteln. Und ich weiß, dass ich darauf vertrauen darf, dass es gut sein wird. Ich weiß, dass ich von meinem Mann getragen bin und er mir 100%-ig beisteht und mit mir geht. Ich weiß, dass alles, was mir gegeben und genommen wird, dazu dient, die beste Barbara zu sein. Was auch immer kommt: Ich bin gut aufgehoben. Ich kann zuversichtlich nach vorne sehen und was ich sehe, das gefällt mir sehr:

Ich bin Liebe. Ich erstrahle in voller Größe. Ich bin erfolgreich. Das Universum singt durch mich seine Lieder.

Barbara

Heiko: „Unser Leben hat eine ganz neue Tiefe bekommen“

Als mir Barbara davon erzählte, dass sie ein Programm gefunden hatte, das sie unglaublich spannend fand und unbedingt daran teilnehmen möchte, waren wir gerade am Ende des ersten Jahres unserer Zweitgeborenen und im fünften Jahr unseres Erstgeborenen.

Wir waren weitestgehend ausgelastet mit unserem Familienleben, meiner fixen Idee, mit 47 Jahren noch einmal eine Ausbildung zu machen und dem, das wir zu dem Zeitpunkt Freizeit nannten. Wir haben immer versucht, unsere Lücken im Alltag zu finden, um uns selbst noch darstellen zu können und unsere Partnerschaft zu leben – mal besser, mal schlechter.

Ich habe Barbara immer geliebt, das stand nie infrage. Ich war weder unzufrieden noch unglücklich – im Gegenteil. Aber da ging mehr, das wussten wir beide. Doch wir hingen so fest in dem Wunsch nach etwas Routine und etwas mehr Freiheit. Etwas mehr Abenteuer und etwas mehr „Wir“. Etwas mehr „dürfen“ und etwas weniger „müssen“. Etwas mehr „machen“ und etwas weniger „besprechen, was zu tun ist“. „Das Programm“, wie Barbara es liebevoll nannte, bot sich an und traf offensichtlich viele Punkte, die ihr so sehr am Herzen lagen. Sie hatte Feuer, war hochmotiviert und strahlte vor Hoffnung, ihre Themen auflösen zu können, die sie schon so lange so sehr

beschäftigten. Ich brauchte keinen weiteren Grund, um mein OK zu geben. Was könnte mir wichtiger sein, als dass sie in ihren Themen ihren Frieden findet? Ich sah in ihr schon immer mehr, als sie in sich sah.

Wie sehr ich mich freuen würde, würde sie sich etwas mehr mit meinen Augen sehen, dachte ich mir. Was dann geschah, war für mich unerwartet stark. Es folgten Wochen mit Berg- und Talfahrten großer Emotionen, die aber nie wieder ganz ins Tal zurückgingen, sondern immer etwas mehr Richtung Berg. Ich durfte und darf ihr beim Wachsen zusehen, was für mich ein großes Geschenk ist. Mehr noch, ich darf UNS beim Wachsen zusehen, denn das, was in ihr wächst, strahlt auf ihr Umfeld – Sie strahlt auf ihr Umfeld.

Endlich sehe ich sie die Frau sein, die ich schon immer in ihr sah: diese wundervolle, kraftvolle Frau, in die ich mich verliebt und die ich geheiratet habe. Denn sie musste es nicht erst werden – sie war es schon immer sie konnte nur endlich auch sein. Was ihr gefehlt hatte, war einzig der Zugang zu ihrer wahren Größe und Kraft. Transformationen sind nicht immer einfach für niemanden. Aber wir haben viel gesprochen, während dieser Wochen (schöner Reim). Besser gesagt „endlich wieder gesprochen“.

Natürlich haben wir das auch vor dem Programm, aber anders. Es war zuvor zweckorientierter und zeitgebundener. Jetzt unterhalten wir uns wieder, tauschen Gedanken und Träume. Wir philosophieren wieder über die Welt und ihre Götter. Über uns und den ganzen Rest. Diese Gespräche waren und sind wichtig für uns.

Heute, nach sechs Wochen, kann ich mit gutem Gewissen behaupten, dass es eine großartige Idee war, diesen Weg zu gehen. Ich feiere das. Aus tiefstem Herzen.

Und ich werde es noch lange feiern. Denn wir haben allen Grund dazu. Wir sind ein gutes Stück näher gerückt, als Freunde, als Partner und als Familie. Ich genieße diese Frau, in all ihren Facetten, in denen sie sich mittlerweile selbst schillern lässt. Unser gemeinsames Leben hat eine ganz neue Tiefe und eine ungeahnte Offenheit bekommen.

Es gibt keinen Grund mehr, sich voreinander zu verstecken. Warum sollte es auch? Ganz im Gegenteil! Hindert es uns doch nur daran, dass wir, wir selbst sind und den anderen daran, uns selbst auch kennen zu lernen und zu lieben, was wir sind und nicht, was wir glauben, sein zu müssen.

Und ich mag Schachtelsätze. Und ich beginne gern Sätze mit „und“. Aber das war auch schon vorher der Fall. Einfach sein zu können und fließen zu lassen. Das mochte ich schon immer. Kraftvoll und glücklich. So wie das Leben eben ist. Kraftvoll und glücklich.

Ich feiere das und bin dankbar. Vor allem meiner Frau. Weil sie die Stärke besessen hat, ihre eigene Stärke zu erkennen und all jenen, die ihr dabei geholfen haben.

Danke!

Carina & Thomas

Carina: „Nach außen hin perfekt, doch innerlich unglücklich“

Mit dem Alltagsleben, das ich führte, sollte ich doch zufrieden sein. Job, Partner, gemeinsame Wohnung. Eigentlich das, was man will, oder? Doch vom Glücklich-Sein aus tiefster Seele fehlte in mir jede Spur, mein Job erfüllte mich nicht, unsere Partnerschaft inklusive mangelnder Kommunikation war eintönig geworden und die Wohnung war zu klein.

Jetzt haben wir endlich Werkzeuge erhalten, um aus vollstem Herzen glücklich zu sein und unsere Ziele gemeinsam zu erreichen. Ich liebe das, was ich tue und meine Partnerschaft ist von Liebe, Vertrauen und offener Kommunikation geprägt. Genau wie Du, war ich auf der Suche nach mehr. Mehr von allem, mehr von dem, was mich glücklich machte, mehr Freiheit und mehr Erfüllung. Ich freue mich von Herzen, dass Du hier bist und diese Zeilen liest. Mein Gefühlsleben war eine Achterbahn, aufregend hinauf, steil nach unten. Möchtest Du mehr darüber erfahren? Dann lies weiter!

Wenn ich beschreibe, wie mein Leben vor dem Transformationsprogramm war, dann liest es sich für die meisten wahrscheinlich sehr schön, fast schon perfekt und sie denken vielleicht, ich hätte mich glücklich schätzen können. Ich teilte mein Leben mit meinem Partner. Wir lebten unser Leben, wie es wahrscheinlich viele andere Paare auch tun.

Nach außen hin waren wir das perfekte Vorzeigepaar der „normalen“ Gesellschaft. Und da es ja ach so wichtig ist, wie man sich nach außen präsentiert, und da die Meinung der anderen ja das Non-plus-Ultra darstellt, hätte es eigentlich keinen Grund geben sollen, etwas zu verändern. Oder etwa doch?

Mein Partner ermöglichte es mir, nur 20 Stunden die Woche arbeiten zu gehen und somit mehr Zeit für mich zu haben. Einen sicheren Job mit verhältnismäßig gutem Gehalt hatte ich auch. Wir wohnten in einer Mietwohnung, aus der wir so bald nicht ausziehen müssten und wir hatten die Möglichkeit, uns mit hochwertigen Lebensmitteln zu versorgen, was uns wichtig ist. Falls uns das Kochen zu anstrengend war, gingen wir auch mal in ein Restaurant. Wenn wir Lust hatten, konnten wir am Wochenende Ausflüge machen und wir erlebten auch einige schöne Urlaube im Jahr. In unserer Zukunft steuerten wir darauf zu, uns ein Eigenheim zu kaufen, Kinder in die Welt zu setzen und das klassische, vermeintlich glückliche Leben zu führen, das uns seit unserer Kindheit vorgelebt und anezogen wurde.

Bringe ich in die obige Beschreibung meine Gefühle mit ein, muss ich ehrlicherweise sagen, dass ich in keinster Weise glücklich war und mir aus Selbstschutz oft eingeredet habe, ein feines Leben zu haben.

Ja, es war bequem in der Komfortzone und viele Menschen verbringen darin ihr ganzes Leben.

Allerdings war dies für mich nicht mehr möglich. Ich war freudlos, unglücklich, lethargisch, unmotiviert, von Ängsten und Zweifeln erfüllt und hatte ständig das Gefühl, dass das doch nicht alles gewesen sein konnte. Für alle, die mich kennen (außer meiner Familie), ist dies wahrscheinlich neu, da ich nach außen immer zufrieden wirkte.

Wenn ich allerdings wieder einmal eine Phase hatte, in der ich mich allzu sehr darauf konzentrieren musste, glücklich und zufrieden zu wirken oder ich andere sah, denen es offensichtlich besser ging und die die Dinge erreicht hatten, von denen ich glaubte, sie auch in meinem Leben haben zu wollen, dann folgte kurz darauf eine Phase, in der ich total am Boden war.

Ich suchte mir dann etwas in meinem Leben heraus, über das ich gegenüber meinem Partner eine riesige Jammertirade abließ, die mit den Worten endete:

„Keine Ahnung, wie ich endlich das finden soll, was mir Spaß macht und mich glücklich macht. Ich schaff das nicht.“ In diesen Momenten war das Gefühl der Verzweiflung am Stärksten und ich wollte endlich wissen, wie ich ein vollständig glückliches Leben führen konnte. Nur das große „WIE“ lastete schwer auf meinen Schultern und führte oft zu schmerzenden und tränenreichen Augenblicken. Es brauchte unzählige Momente wie diese, um im vollen Umfang zu begreifen, dass ich eine Veränderung in meinem Leben ohne Hilfe nicht schaffen würde. In unserer Paar-Beziehung standen wir mit einer Dauer von zweieinhalb Jahren noch relativ am Anfang, doch der Alltagstrott hatte sich schon eingeschlichen und wir lebten häufig nebeneinander her. In den Wochen vor dem Transformationsprogramm hatten wir sehr viele Diskussionen und Streits und es gelang uns nur durch Ablenkungen (zum Beispiel Filme / Serien anschauen oder Ausflüge machen), den Schein einer glücklichen Beziehung aufrecht zu erhalten. Tiefe Gefühle oder Problemthemen verdrängten und ignorierten wir. Tief im Inneren wusste ich, dass ich eine Beziehung mit offener Kommunikation und einen Partner wollte, der hinter mir steht und mich voll und ganz unterstützt.

Ich war an einem Punkt angekommen, an dem sich immer weniger getan hat. Stillstand in meiner persönlichen Entwicklung, so fühlte es sich an. Ich fiel schnell zurück in alte Verhaltensmuster und hatte das Gefühl, ich müsse mich mit meinem Leben in der Komfortzone abfinden, da ich es einfach nicht schaffte, von der Theorie in die Umsetzung zu kommen. Es gab niemanden, dem ich es bisher ermöglicht hatte, mir dabei zu helfen, konsequent dranzubleiben und mein Wissen beständig umzusetzen. Fazit, mein Leben machte mir selten Spaß und ich hatte keine Ahnung, wie ich nachhaltig etwas daran ändern konnte.

Als ich die Chance bekam, an diesem Transformationsprogramm teilzunehmen, fühlte ich, dass dieses endlich den entscheidenden Unterschied zu allen bisherigen Coachings machen würde. Ich fühlte die Größe und die

Kraft, die darin steckten und ich wusste, dass ich so wie bisher nicht mehr weitermachen wollte. Deshalb zögerte ich keine Sekunde, weil ich selbst glücklich sein und eine von Harmonie geprägte Beziehung mit meinem Partner erschaffen wollte, in der wir für uns als Paar gemeinsam entscheiden, was wir wollen und was nicht, ohne auf das Außen Rücksicht zu nehmen. Ich wünschte mir ein freies Leben, in dem ich mir alles so gestalten konnte, wie ich es gerne hätte und in dem meine Familie das Wichtigste ist. Außerdem hatte ich schon lange den Wunsch, meinen Lebensunterhalt mit einer Tätigkeit zu verdienen, die mir Freude bereitet und mit der ich anderen Menschen helfen kann, ihr Licht wiederzufinden und glücklich zu sein.

Ich war bereit, ins Ungewisse zu springen! Ich hatte das sichere Gefühl, dass mein Partner diese Entscheidung missbilligen würde, da in seinen Augen keines der bisherigen Coachings eine mega Veränderung gebracht hatte und er der Meinung war, dass wir es auch alleine schaffen könnten. Doch ich spürte tief in meiner Seele, dass dieses Transformationsprogramm das Richtige war. Dieses Gefühl war so stark und mein Herz war über alle Zweifel erhaben. Dies ermöglichte es mir, trotz anfänglicher Ängste und Nervosität, den Schritt in mein Licht zu wagen.

Wenn ich sagen würde, es war leicht, wäre das eine glatte Lüge. Von einer vorübergehenden Trennung, über Wohnen bei meinen Eltern und damit verbunden das Auflösen gemeinsamer Themen, meinen Job lieben lernen, mich auf ein Leben ohne meinen Partner einstellen bis hin zum Wieder-Einzug in die gemeinsame Wohnung war alles in den sechs Wochen inbegriffen. Und all dieses Hin und Her hat sich absolut gelohnt: meine Liebesbeziehung, meine Arbeitssituation, die Beziehung zu meinen Eltern und vor allem die Beziehung zu mir selbst haben sich durch die Transformation grundlegend verbessert und ich bin dankbar, diesen Schritt gegangen zu sein. Ich befinde mich manchmal immer noch in Situationen, in denen ich nicht für mich einstehe und danach rückblickend erkennen darf, dass ich wieder aus meinem „alten“ Bewusstsein gehandelt habe.

Diese Situationen werden allerdings immer weniger und ich erkenne viel schneller, wenn ich in alte Verhaltensmuster und Glaubenssätze ver falle.

Manchmal ist es dann noch möglich, eine Kurskorrektur in mein neues Bewusstsein vorzunehmen und damit für mich einzustehen. Aber manchmal sind die Situationen auch schon vorbei und ich merke erst danach, dass ich mich angepasst habe. Beides ist okay, ich darf einfach weiterhin lernen und wachsen. Mit meinem Partner kann ich mehr denn je offen über alles reden und ich weiß nun, dass ich ihn aus ganzem Herzen liebe und er voll und ganz hinter mir steht und mich unterstützt. Ich bin dankbar, ihn – nach mir – als den wichtigsten Menschen in meinem Leben zu haben. Auch unser Sexleben hat sich durch das Programm verbessert und auch hier bin ich dabei, mich an erste Stelle zu setzen, was bedeutet, mir selbst erst einmal klarer zu

werden, was mir Spaß macht und dies dann meinem Partner mitzuteilen, um unser Sexleben zu bereichern.

Mir ist nun klar, dass ICH der wichtigste Mensch in meinem Leben bin und meine Zukunft gestalte und ich bin dankbar, meinen wundervollen Partner als Unterstützung an meiner Seite zu haben. Wir spielen zusammen, um uns für unsere derzeit noch kleine Familie das Beste herauszunehmen.

Es ist das erste Mal, dass ich voller Freude, Vertrauen und Liebe an meine Zukunft denken kann. Ich bin erfüllt von Liebe zu mir und zu meinem Partner und ich weiß, dass wir gemeinsam alles hinbekommen werden. Wir übernehmen die Verantwortung für unser Leben und gestalten es immer mehr nach unseren Wünschen und das fühlt sich so gut an. Ich habe so vieles erreicht und fühle mich so glücklich. Und weißt du was? Wenn ich das kann, dann kannst du das auch! Dafür brauchst Du einmal den Mut, zu springen und Dir selbst einzugestehen, dass es mit Hilfe leichter geht.

Alles Liebe
Carina

Thomas: „Ja, ich brauchte es auf die extrem harte Tour“

Beruflich bin ich Controller / Buchhalter. Ich arbeite Vollzeit in einem Büro und bin sozusagen der Finanzminister der Firma. Alles was mit Geld zu tun hat, läuft über meinen Tisch. Ich mache einen ausgezeichneten Job. Zahlen sind mein Metier.

Die Erziehung meiner Eltern war konservativ, religiös und von viel Liebe geprägt. Sie gaben immer ihr Bestes für mich und meine Schwester. Geld war ausreichend, aber nicht im Überfluss, vorhanden. Aus dieser Zeit habe ich wahrscheinlich meine Einstellung zu Geld gewonnen: Ich kaufe das, was ich zum Leben brauche, gönne mir ab und zu etwas und spare auf ein eigenes Haus oder eine eigene Wohnung. Wenn ich Geld ausbebe, möchte ich dafür etwas bekommen, das ich in den Händen halten kann.

Egal, um was es in meinem Leben geht – ich will es verstehen. Ich mag es gern schlüssig, logisch, nachvollziehbar. Ich mag weder Jammerer noch Gerüchte. Ich bin ein Fan von Fakten. Mein Kopf schaltet in den Stand-by-Modus, wenn mein Gegenüber die Worte „Ich glaube“ ausspricht. Ich treffe Entscheidungen in meinem Leben aufgrund der Einschätzung meines Verstandes und aufgrund von Tatsachen. Mein Herz kommt natürlich auch zu Wort und schlägt vor allem für Familie, Partnerin, Essen, Tiere und kleine Kinder (zufällige Reihenfolge).

Meine Freundin hatte mich gebeten, mich mit der Hälfte an den Kosten des Transformationsprogrammes zu beteiligen. Falls Du denkst, dass ich nicht sofort bereit dazu war, liegst du richtig! Mein VERSTAND sagte sofort: NEIN!

Und ich blieb bei dieser Antwort. Unsere Beziehung litt sehr unter unseren unterschiedlichen Auffassungen über das Transformationsprogramm. Der Herzenswunsch meiner Partnerin war begründet auf ihrem guten Gefühl. Ich dagegen sah mein hart erarbeitetes Geld (das ich nicht ausgeben wollte) und kein lohnenswertes Ergebnis, in das ich investieren konnte. Was auf der Gefühlsebene stattfand, war für meinen Verstand nicht greifbar. Da war für mich nichts schlüssig und logisch. Wenn ich ein Auto kaufe, habe ich ein Auto. Wenn ich Geld für Urlaub ausbe, habe ich mir Erholung und eine schöne Zeit erkauf. Wenn ich mit Freunden ein Bier trinken gehe, habe ich Bier. Größere Summen an Geld investierte ich in Vorhaben, von denen ich langfristig etwas habe. Laut meiner Einschätzung zählte so ein Transformationsprogramm nicht dazu.

Was passierte dann? Es folge eine Auszeit, Carina zog zu ihren Eltern. Warum tat sie das? Sie spürte tief in ihrem Herzen, dass dieses Coaching die entscheidende positive Veränderung in ihrem Leben bewirken wird. Sie fragte mich um Hilfe und es hätte mich nicht weniger interessieren können. Wie aus der Pistole geschossen kam mein „Nein – sicher nicht!“. Ich habe ihrem Gefühl, diesem Herzenswunsch nachzugehen, nicht vertraut und ihr die finanzielle Unterstützung verwehrt.

Während der Auszeit war ich alleine in unserer gemeinsamen Wohnung. Mir ging es echt beschissen. Die Frau, die ich liebte, war weg und meine Haltung gegenüber dem, was sie tat und tun will, änderte sich nicht, so sehr ich es mir auch schön denken wollte. Da mein Kopf nicht imstande war, eine Lösung herbeizuführen, ermutigte das Herz ihn zu einem Experiment: Man nehme Geldscheine und lege sie sich gegenüber auf den Esstisch. Das Geld war schweigsam und auch nicht so hübsch anzusehen wie meine Freundin. Außerdem waren die Scheine so rau beim Kuscheln im Bett und mit Geld in der Hand spazieren zu gehen, ist einfach nur deppert.

Ja, ich brauchte es auf die extrem harte Tour! Schlussendlich entschied ich mich für meine Partnerin und dafür, sie finanziell zu unterstützen und mitzumachen. Wenn ich durch mein erarbeitetes Geld für sie langfristiges Glück kaufen konnte, dann war es das auch wert und eine sinnvolle Investition.

Diese Zeilen schreibe ich einen Monat, nachdem das Coaching beendet ist. Carina ist wieder eingezogen. Wir führen jetzt eine Partnerschaft, in der es keine Tabus gibt. Wir können offen über alles reden. Und vor allem: Ich will über alles offen reden. Carina lässt mir meinen Freiraum für Qualitätszeit mit mir selbst. Sie ist glücklich, aber nicht, weil sie Geschenke bekommt, mehr Zeit mit mir verbringt, wegen gutem Essen oder weil die Sonne scheint. Nein! In diesem Coaching fand eine Transformation statt, die sie in ihrer Grundwesensart glücklich gemacht hat. Und tolle neue Freundschaften entstanden auch noch durch das Programm.

Ich bin froh, in die Transformation investiert zu haben und hoffe, Dir mit meinem kurzen Erfahrungsbericht gedient zu haben.

Thomas

Sherin & Gideon

Sherin: „Vom schwarzen Schaf, zur königlichen Adlerin“

Ich liebe meine Arbeit, doch ich stellte sie über mich, anstelle mich selbst zu lieben und mich so zu zeigen, wie ich wirklich bin. Trotz meiner bisherigen Erfolge und überwundenen Themen war ich völlig erschöpft. Jetzt gelingt es mir, mit Freudenschein durchs Leben zu tanzen.

Seit März 2009 war ich leidenschaftlich gerne Polizistin, doch ich stellte diesen Beruf über mich und war mit ihm verheiratet. Auch meinen Ex-Partner priorisierte ich höher als mich selbst. Ich wusste noch nicht, dass es das Wichtigste ist, MICH am meisten zu lieben und MICH auf „Platz 1“ meines Lebens zu setzen.

Obwohl ich während des letzten Beziehungs-Jahres mit meinem Ex-Partner bereits an Liebeskummer litt, zog ich die Entscheidung hinaus, ihn zu verlassen. Ich konnte und wollte nicht loslassen. Als ich den Schritt endlich wagte, hatte ich anschließend große Angst, mich wieder neu auf eine Beziehung einzulassen oder gar an die Gründung einer eigenen Familie zu denken. Ich unterdrückte ständig mein wahres Selbst und versteckte meine großartigen Fähigkeiten hinter meinem „sicheren“ Traumjob und hinter den Menschen, die ich liebte, aber über mich stellte. Auch war ich in meiner Freizeit ständig auf der Suche nach einem Adrenalin-Kick, um mich von meinem innerlichen Stress abzulenken.

Durch meine Multitasking-Fähigkeit konnte ich auf mehreren Hochzeiten gleichzeitig tanzen und verpasste dabei mein wirkliches Leben. Seit zwei Jahren begleitet mich mein Bruder Shady in meinem Herzen, weil er beschlossen hatte, sein Leben hier auf Erden zu beenden.

Ein dreiviertel Jahr später verstarb mein geliebter, österreichischer Opa. Bei beiden Bestattungen bemerkte ich, welche verbundene Liebe zu den beiden Seelen ich in mir trage und agierte davon geführt als wundervolle Sprecherin im Zusammenspiel mit der Trauerrednerin. Ich fühlte mich sehr wohl dabei, vor den Trauergästen zu sprechen, weil ich intuitiv wusste, dass ich ihnen viel zu geben hatte.

Doch auf eine öffentliche Bühne hatte ich mich aufgrund meines mangelnden Selbstwertes nie getraut. Ich versteckte mein Potential vor der Welt. An Erfolgen hatte es mir dennoch nicht gemangelt, denn ich hatte mir im Leben das erkämpft, was ich erreichen wollte und stets alle Hürden unaufhaltbar gemeistert. Aber der Weg zu meinen Zielen war anstrengend, weil ich mich

phasenweise aufhalten ließ und manchmal auch nicht wusste, was ich mir wirklich vom Leben nehmen wollte. Alles in allem war ich in den Wochen vor dem Transformationsprogramm völlig leer und erschöpft, obwohl ich eine krasse Powerfrau mit einer genialen Energie bin.

Erschöpft von all den Kämpfen und meiner eigenen Planlosigkeit bezüglich meiner Zukunft. Aus Angst, mich partnerschaftlich neu zu binden, wollte ich lieber erstmal alleine bleiben. Und eigene Kinder wollte ich eigentlich auch nicht. Was war also nun mein Lebensplan? Wer wollte ich sein, jetzt und in Zukunft? Was wollte ich erleben, außer irgendwann einmal die Welt zu bereisen? Ich wusste es nicht. Da kontaktierte mich meine Freundin, von der ich schon lange nichts mehr gehört hatte. Ich war total geflasht von ihrer Energie. So eine Ausstrahlung und so ein geniales Leben wollte ich auch! Sie war es auch, die mir schon früher mit Rat und Tat zur Seite gestanden hatte und mich nun zum Transformationsprogramm führte.

Anfangs fühlte ich mich in der Transformationsgruppe wie das schwarze Schaf, da die meisten schon eine Familie mit Kindern hatten. Während sie ihre Scheiße auspackten und zu Gold verwandelten, war ich immer noch dabei, mich selbst zu belügen: „Ich möchte eigentlich keinen Partner, weil dieser mich verletzen könnte.“, „Ich will alleine in Freiheit leben.“ oder „Ich will meinem Polizeijob bis zur Rente nachgehen, weil ich diesen Beruf liebe.“. Doch ich wurde entlarvt. Und irgendwann konnte ich mir diese Lügen selbst nicht mehr glauben. Also musste ich mein komplettes Leben überdenken: Polizeiberuf ja oder nein? Versteckte ich mich wirklich dahinter?

Habe ich ein Familienthema? Stelle ich mich endlich meiner Angst, mich neu zu binden? Was fühle ich im Herzen zum Thema Familiengründung mit einem König?

Ich wurde vorwärts geschoben, bis ich erkannte, dass ich alles andere als das schwarze Schaf war! In mir erwachte die Königin Sherin, die sich endlich ihren Themen stellte und diese in Heilung brachte! Alleine hätte ich das niemals geschafft, trotz des unendlichen Wissens in mir. Die Transformationsreise war unglaublich reich an Erfahrungen und Erschaffungen. Ich durfte die Magie meiner eigenen Schöpferkraft erleben:

Ich wurde mit einem großen Smoothie (statt dem bestellten kleinen) bedient. Ich bekam kostenlos Melonen-Nachschub an einem Verkaufsstand, für den die anderen Leute nachzahlen mussten. Ich wünschte mir einen Pizza-Lieferservice am Strand in Genua – und da war er! Ich kam kostenlos in eine Location rein und bekam obendrein noch ein Getränk gratis dazu. Ja, solche tollen „Kleinigkeiten“ und auch wundervolle Begegnungen gibt es jeden Tag! Ich musste mich nur entscheiden, was ich möchte, es loslassen (wobei es mir völlig egal war, ob ich es dann wirklich bekomme oder nicht) und so konnten die Naturgesetze ihren Lauf nehmen.

Während dem Programm lernte ich die Grundprinzipien für eine von Liebe getragene Beziehung und Familie kennen, wodurch ich mir eingestand, dass auch ich diese Kraftquelle als Basis für mich nutzen wollte, anstatt weiterhin orientierungslos zu leben.

Und so geschah es – es war einfach unglaublich! An dem Abend, an dem ich Gideon kennenlernte, hatte ich mir zuvor gewünscht, JETZT einen Lebenspartner treffen zu wollen, zu dem ich mich hingezogen fühlte und der zu mir passte. Als sich mein Wunsch aber innerhalb von wenigen Stunden verwirklichte, kapierte ich es nicht schnell genug und ließ Gideon abblitzen.

Ich dachte, ich sei noch nicht bereit, mich meinem Beziehungs-Thema zu stellen. Und ich konnte mir auch nicht vorstellen, dass Er es ist, der meinen Weg gemeinsam mit mir gehen würde. Ich lag falsch – und als ich endlich zu mir stand und mein Beziehungs- Thema geklärt hatte, gründete ich mein Königreich, indem ich Gideon zu meinem Partner ernannte und wir nun als König und Königin in unser gemeinsames Reich einziehen werden.

Außerdem traf ich mit Hilfe unserer tollen Gruppe endlich die längst fällige Entscheidung, das Polizeisystem loszulassen und stattdessen meinem Herzensweg zu folgen.

Entscheide auch Du Dich für Dich und Deinen Herzensweg, denn Du bist es wert!

Sherin

Gideon: „Es war auf jeden Fall gut, dass ich nicht locker ließ“

(Achtung Satire ;-)) Anfangs wollte Sherin mich in ihren Verlies-Keller sperren, wo ich hätte warten sollen. Ich musste hungern und fast verdursten, aber Leitungswasser gab es. In ihr königliches, vermeintliches Chaos-Schlafzimmer durfte ich lange Zeit nicht hinein. Sechs Wochen später war plötzlich alles anders. Sherin war wie ausgetauscht. Sie ernannte mich zu ihrem König und wollte ein gemeinsames Königreich gründen – also mit mir zusammenziehen, sobald ihre kurzzeitigen Mitbewohner wieder ausgezogen sind.

Als ich Sherin das erste Mal traf, sah ich ihre Schönheit und bemerkte auch bald, dass sie cool drauf ist. Doch sie wirkte auf mich planlos und irgendwie „lost“. Sie war total unentspannt und wusste nicht, was sie wollte. Ausgesprochen hatte sie zwar, dass sie kein Interesse an mir hat und keinen Sex und keine Beziehung möchte, aber ich spürte dennoch eine Chance, bei ihr landen zu können. Sie betonte nochmals, dass sie momentan nur Zeit habe, an sich selbst zu arbeiten. Ich versprach ihr, ihr dabei nicht in die Quere zu kommen, was auch immer das ist. Ich wollte sie irgendwie dabei unterstützen und es ihr leichter machen, an sich zu arbeiten, ihr den Raum für sich selbst geben, sie aber dennoch kennenlernen. Sie war wirklich

verschlossen. Ihren Hauptberuf verriet sie mir auch nicht. Es war auf jeden Fall gut, dass ich nicht locker ließ, denn sie war es mir wert.

Letztlich kamen wir uns bei einem nächtlichen Spaziergang näher. Unsere Treffen waren etwas Besonderes und doch nichts Halbes und nichts Ganzes. Sie hatte nur selten Zeit und machte zwischendurch kurze Reisetrips nach irgendwohin. Überraschungsbuchungen waren nichts für mich, da ich lieber selbst entscheide, wo ich hin möchte.

Deswegen wollte ich da auch nicht mit dabei sein. Eines Tages wollte sie unbedingt mit mir sprechen. Sie war auf einmal so offen, hatte eine stabile und selbstbewusste Ausstrahlung und sprach klar und sicher. Sie erzählte mir alles über ein Coaching- Programm, welches sie durchlaufen hatte und über ihre beruflichen Zukunftspläne. Sie wusste jetzt genau, was sie wollte. Dazu gehörte auch ich – als König ihres Reiches. Ok, dann werden wir uns jetzt wohl öfter sehen. Wir ziehen nun zusammen (in ihre Wohnung).

Es ist so krass, dass wir nun in einer Liebesbeziehung sind und sie es wirklich ernst meint – wo sie mich vorher noch aus Angst und Unsicherheit von sich weggeschoben hatte. Ich finde das mit dem Coachen interessant, denn ich beschäftigte mich auch mit solchen Themen.

Wir „upgraden“ uns jetzt gegenseitig.

Gideon

Kathrin & Frank

Kathrin: „Vom Überlebensmodus zurück ins freie Leben“

In Terminen, To-Do-Listen, Ängsten und Überforderung gefangen, hatte ich mich selbst verloren. Nun weiß ich endlich, was ich vom Leben will und wer ich bin. Wieso sind die Dinge so, wie sie sind? Warum bin ich hier auf der Erde? Hat das hier alles einen Sinn?! Wer bin ich?

Diese Fragen haben mich schon sehr früh beschäftigt. Dass es mehr gibt, als das Auge sieht und uns die Wissenschaft oder unser Verstand vorgeben, habe ich gespürt und gefühlt. Aber dann sind da ja noch unsere Erziehung, die vielen erlernten, vorgelebten und verinnerlichten Glaubenssätze und unser Verstand, der die Macht übernommen hat.

Wie oft habe ich mir gewünscht, jemand anderer zu sein, so auszusehen, diesen Job zu haben, jenes Talent zu besitzen. Ich sah mich oft in der Opferrolle: „Ich kann doch nicht einfach...“, „Wie soll ich nur...“, „Das geht doch nicht!“, „Ich muss...“. Ich hatte große Angst, Fehler zu machen. Ich verurteilte mich für vergangene Situationen und Handlungen (beispielsweise habe ich oft „ja“ gesagt, obwohl ich „nein“ meinte) und für meine Gefühle (Wut, Trauer). Ich verurteilte natürlich nicht nur mich selbst, sondern auch andere Menschen. Ich dachte oft, dass ich nicht richtig bin, so wie ich bin. Wenn ich in einer Situation mein Bauchgefühl wahrgenommen habe, hat mein Verstand

gleich dagegen gesteuert und mir mit Pro und Contra mein Gefühl ausgedet. Ich habe MICH und meine GEFÜHLE sozusagen gleich im Keim erstickt. Ansonsten lebte ich „das ganz normale Leben“. Ausbildung, Job, Wohnung. Ich hatte Hobbys, die mir Spaß machten, tolle Freunde, schöne Urlaube, eine Familie, einen Mann, der mich liebt usw.

Im Alltag sah das aber so aus, dass ich zwischen schlafen, essen und Arbeit so viele Termine und Besuche reinpackte, dass ich total gestresst von einer Verabredung zur nächsten hetzte. Zur Ruhe kam ich selten, denn ich wollte ja nicht faul sein, es gab immer irgendetwas zu tun oder jemand brauchte meine Hilfe. Ich wurde Meisterin im Multi-Tasking, um alles unter einen Hut zu bekommen. Für mich war all das der „normale Wahnsinn“ – so ist das eben, dachte ich mir.

Doch mein Gemütszustand litt unter meinem stressigen Ablenkungs-Alltag. Es gab Phasen, da konnte ich die Welt umarmen, mir ging es super und ich hatte den Job bekommen, den ich wollte. Und dann gab es Phasen, da ging es mir so schlecht, dass ich nicht mehr weiter wusste. Wieso machte mir mein Ausbildungs-Kollege das Leben zur Hölle? Wieso erkennt niemand meine Leistungen an? – Sofort schaltete sich mein Verstand ein und beschwichtigte mich: „Ja, so schlecht geht es dir doch gar nicht, du hast wenigstens einen Job! Wie viele Leute haben keinen Job und nichts zu essen!“ So versuchte ich, mir mein Leben und die Situation schön zu reden und meine Gefühle zu beruhigen. Aber tief in mir habe ich schon immer gespürt, dass da mehr ist.

Mein Herz, eine Energie, eine Liebe. Das alles will endlich gesehen und gelebt werden. Aber wie??? Meine Freundin Jasmin kenne ich seit der fünften Klasse. Ich habe fast all ihre Entwicklungen miterleben dürfen. Nach ihrer Asien-Reise, während der sie Martin & Anja kennen lernen durfte, war ich wie magisch von ihr angezogen. Sie erzählte mir von ihrem Coaching und ihrem neuen Wissen, sie hatte Antworten auf meine Fragen und ich spürte, dass sie auf dem Weg zu sich selbst ist. Und genau das wollte ich auch: bei MIR ankommen, wissen wer ICH bin, was ICH will. Ich hatte schon viele Bücher zu diesen Themen verschlungen, Videos angesehen, Seminare besucht, war bei Heilpraktikern, hatte meine Ernährung umgestellt, an mir gearbeitet und meinte, es zu verstehen. Alles klang so einleuchtend, so plausibel, so einfach. Ich verstand es – aber die Umsetzung fiel mir so schwer. Ich hatte starke Angst vor der Veränderung und vor meiner wahren Größe.

Was passiert, wenn ich so bin, wie ich bin? Die größte Veränderung stand für mich an, als ich schwanger wurde.

Wollte ich doch eigentlich keine Kinder, oder doch?! Würde ich eine gute Mutter sein? Welche Werte und Glaubenssätze möchte ich unserer Tochter mit auf ihren Weg geben? Was lebe ich ihr vor? Jasmin konnte mir in dieser Zeit super helfen, einige meiner Ängste loszulassen. Ich fasste dadurch so viel Vertrauen in mich, dass ich mich für eine Hausgeburt entscheiden konnte. Das war ein riesiger Schritt, doch weiterhin ging es in meinem Leben auf und ab. In den Monaten nach der Geburt durchlebte ich krasse

Gefühlsschwankungen. Einmal war da ein tiefes Gefühl von Liebe, im nächsten Moment war ich total überfordert und gestresst. Ich habe gelacht und Sekunden später geweint. Wo war mein altes, vermeintlich tolles Leben hin?!

Ich träumte von diesem Durchbruch – wollte ich auch endlich schaffen! Aber ich habe ja schon so oft an mir gezweifelt und gearbeitet, war im Gefühlshoch, dann wieder im Tief. Wie – WIE? – schaffe ich es endlich?

Mein Ruf wurde vom Universum erhört: Jasmin rief mich an und gab mir den Anstoß in die rettende Richtung: das 6-Wochen-Transformationsprogramm von Martin & Anja.

Meine Zweifel waren groß. Ich soll da mitmachen? Ich hab doch schon so oft an mir gearbeitet und an Seminaren teilgenommen und nie kam der große Durchbruch! Also warum jetzt? Ich kann es doch bestimmt auch irgendwie alleine schaffen!? Es war eine hohe Summe! Ich dachte darüber nach, was ich mit dem Geld sonst machen könnte, doch dann wurde mir bewusst, dass Geld meine Probleme nicht lösen konnte. Hätte ich beispielsweise von dem Investitionsbetrag einen schönen Urlaub gemacht, wäre ich danach wieder in mein altes Leben zurückgekommen und nichts hätte sich geändert. Die Beziehung zu meinem Mann war zu dem Zeitpunkt auch nicht gerade gut. Wir waren beide überfordert, als Ehepaar, als Eltern. Ich wusste nicht, ob wir den Weg weiter zusammen gehen sollten. Und als ich an dem Abend mit meinem Mann gesprochen habe und er mir von Herzen aus sagte, ich solle da mitmachen, war ich ehrlich baff.

Ich hatte große Zweifel und er sagte einfach, ich solle da mitmachen? Obwohl ich schon so oft an mir gearbeitet und es keine nennenswerten Früchte getragen hatte? Also gut! Ich hatte mich entschieden. Ich war dabei! Und was soll ich sagen: Es ist der Wahnsinn!! Es ist mit Worten nicht zu beschreiben!

Endlich verstehe ich die Dinge. Ich weiß jetzt, dass ich der wichtigste Mensch in meinem Leben sein darf und bin. Ich bin richtig, so wie ich bin. Mit all meinen Gefühlen, Empfindungen, meiner Vergangenheit und meinem Körper. Jahrelang sprach ich so schlecht über und mit meinem Körper. Ich sah nur die Ecken und Kanten, die ich hässlich an mir fand. Über jede Speckrolle an meinem Bauch regte ich mich tierisch auf. Nun liebe ich meinen Körper. Er ist so ein geniales Wunderwerk. Er ist perfekt, so wie er ist! Und was er jeden Tag für mich leistet, wow! Ich habe gelernt, meine Gefühle und Ängste anzunehmen. Ich hole mir Hilfe, weil ich es nicht alleine schaffen muss. Ich weiß meine eigene Energie einzuteilen, um nicht wieder in den „Gestresst-Modus“ zu verfallen. Es ist alles, so wie es ist, richtig. Alles, was war, war richtig und wichtig.

Auch, wenn mir die vermeintlichen Fehler noch so falsch vorkamen oder ich es noch so scheiße fand. Ich kann und darf jetzt für mich das Gold aus meiner Vergangenheit herausziehen. Die Beziehung zu meinem Mann hat sich um 180 Grad gedreht. Ich weiß, er steht bzw. stand schon immer voll und ganz

hinter mir. Ich konnte es nur nicht annehmen. Er liebt mich, genauso wie ich bin. Mit seinen vermeintlichen Handlungen gegen mich war er immer nur für mich.

Wir können nun Ego-frei miteinander reden (weniger schmollen, weniger schweigen, weniger Zickerei). Endlich kann ich seine Liebe annehmen.

Ich kann mich als Partnerin und Mutter selbst lieben. Ich erfreue mich jeden Tag an meiner Tochter und ihrem Wachstum. Sie dabei zu beobachten, wie sie die Welt für sich entdeckt, mit ausgestreckten Armen auf mich zu rennt und ich ihr meine Liebe von ganzem Herzen heraus geben kann, ist so ein geiler Erfolg!

Ich bin dankbar und kann nun endlich verstehen, warum meine Tochter mich beispielsweise all die Nächte nicht hat schlafen lassen, warum Frank gegen meine Ideen war oder mich in der Schwangerschaft nicht so unterstützte, wie ich es mir gewünscht hätte. Unsere Tochter spiegelt mir meine Themen (oft Wut- oder Dominanz- Thema) und ich darf durch sie lernen. Ich kann unsere Kleine jetzt liebevoll, aber bestimmt, führen und das braucht sie. Ich kann ihre Gefühle (Wut, weinen, schreien) annehmen und lieben. Es ist so schön! Ich liebe sie und meinen Mann so sehr!

Außerdem durfte ich ein großes Thema von mir heilen: Entscheidungen treffen. Früher waren Entscheidungen für mich immer in Stein gemeißelt und deswegen fiel es mir so schwer, welche zu treffen. Ich dachte, bei jeder Entscheidung ginge es um Leben und Tod. Jetzt kann ich aus meinem Herzen heraus Entscheidungen treffen, weil ich mein Leben plane, strukturiere, mir Zeit für mich herausnehme. Ich nehme mir Zeit für die Entscheidungsfindung und wenn eine Entscheidung mal nicht mehr passen sollte, dann kann ich diese jederzeit ändern und mich umentscheiden. Mein Herz hat endlich seinen Platz wieder eingenommen und das ist so schön. Ich darf ins Tun kommen. Mein Leben so leben, wie es für mich passt. Egal, was die anderen dazu sagen. Ich habe keine Angst vor Ablehnung mehr. Ich bin Schöpfer. Tauchen Themen oder alte Glaubensmuster auf, wissen wir, was zu tun ist, um diese aufzulösen und zu transformieren. Jeden Tag tauchen Situationen auf, die mich herausfordern, in denen mein Verstand versucht einzugreifen oder in denen ich schnell wieder in den Stress-Modus ver falle. Ich darf dies jeden Tag lernen und erkennen und es anschließend wieder passend für mich machen. Ich kenne mein Ziel, meine Vision, meinen Selbstwert. Ich bin wertvoll. Diese Erkenntnisse hätte mein Verstand vor dem Programm niemals zugelassen. Ich soll wertvoll sein? Für andere? Einfach nur durch mein Sein? Oh ja, so ist es! Ich durfte außerdem so wundervolle Menschen kennenlernen, die genau wie ich den Sprung in ihr wahres Sein gewagt haben. Zusammen bringen wir nun die Liebe in die Welt. Das Leben ist JETZT. Ich bin so dankbar, so groß und so voller Liebe. Jeder trägt das in sich. Auch du!

Alles Gute,

Kathrin

Frank: „Wir sind als Paar wieder zusammen gewachsen“

Wie in jeder Partnerschaft, hatten wir schöne und schwierige Zeiten, Auf's und Abs. Je mehr Kathrin sich mit ihren Themen/Ängsten auseinandersetzte, umso schwieriger wurde es. Durch Seminare/Coachings/ Bücher wurde es phasenweise besser, bis ihre Laune und Stimmung wieder schlechter wurde. Sie wusste nicht, wie sie es schaffen sollte, dahin zu kommen, wo sie sein wollte. Sie hatte immer wieder mit Sachen angefangen, doch dann nicht weiter gemacht. Sie konnte sich selbst bei banalen Sachen nicht entscheiden. Das hat mich oft wirklich sehr wütend gemacht. Wenn ich ihr helfen wollte oder Tipps gegeben habe, konnte und wollte sie diese oft nicht annehmen. Die Nachricht über ihre/unsere ungeplante Schwangerschaft brachte uns an einen Punkt, an dem wir nicht mehr weiter wussten. Wir zickten uns immer mehr an und konnten teilweise gar nicht mehr miteinander reden. Unser Sexleben war gleich null. Die Monate mit unserer Tochter vergingen und Kathrins Stimmung und Laune war jeden Tag unvorhersehbar.

Ich hatte Angst, abends nach der Arbeit nach Hause zu kommen, weil ich nicht wusste, wie sie gerade drauf war. Wir waren also damit beschäftigt, den Tag irgendwie zu überstehen. Ich habe mich nicht mehr wohl gefühlt. Als mir Kathrin von dem Transformationsprogramm erzählte und mich fragte, was ich davon halte, habe ich gesagt, sie soll es machen. Mir war klar, dass das Geld für mich hier nicht im Vordergrund stand. Ich stehe voll und ganz hinter Kathrin. Obwohl ihre ganzen anderen Seminare nicht den gewünschten Erfolg brachten und sie selbst noch skeptisch war, konnte ich ihr von meiner Seite aus ein ganz klares „Ja“ für das Programm geben. Die Veränderungen waren schnell spürbar. Kathrin erzählte mir ihre Ängste und Gedanken, was alles bei ihr im Kopf los ist und warum sie keine Entscheidungen treffen konnte. Wir haben endlich wieder angefangen, über alles miteinander zu reden. So gab es schon mal keine Missverständnisse und Fehlinterpretationen mehr.

Kathrin begann, die Dinge wieder in die Hand zu nehmen, anstatt nur davon zu reden. Ich bemerkte, dass es für sie nicht immer einfach war. Sie hat oft geweint. Aber ich merkte trotzdem, wie gut es ihr tat, dass sie endlich verstanden wurde. Dass sie sich selbst endlich verstand! Kathrin konnte ihre negative Lebenseinstellung und Vergangenheit annehmen und hinter sich lassen.

Sie sieht jetzt positiv in die Zukunft – für sich selbst und für uns als Familie. Wir sind als Paar wieder zusammen gewachsen, können wieder zusammen lachen und miteinander reden. Falls wir doch wieder in einem Thema stecken und streiten, wissen wir, wie wir da zusammen raus kommen. Wir entscheiden gemeinsam und besprechen alles zusammen. Unser Sexleben ist wieder voller Leidenschaft. Wir nehmen uns jetzt wieder Zeit für uns und wissen, was wichtig ist für uns. Kathrin lebt und liebt ihre Rolle als Mama und hat uns als Familie wieder „im Griff“.

Ich bin froh und dankbar für das Programm und dass wir als Familie jetzt unseren Weg kennen. Wir lieben uns und können das jetzt auch endlich leben.

Frank

Karina & Andreas

Wir suchten dringend nach einer Lösung für unsere Probleme und wussten, wenn wir das Mentoring nicht machen, dass wir uns immer weiter voneinander entfernen werden. Da wir vor einem Jahr Eltern wurden, waren wir ausgebrannt und Sex gab es nur mehr sehr wenig.

Durch das Mentoring harmonieren wir besser, entscheiden gemeinsam, fragen einander um Rat, wir reflektieren Situationen gemeinsam, sprechen und diskutieren, wie solche Situationen bei Wiederholung optimiert werden können. Wir machen einen Wochenplan und haushalten mit unserer Energie. Indem wir nun die Talente und Eigenschaften des jeweils anderen kennen, können wir einander helfen und mehr Verständnis aufbringen.

Wir finden beim Sex gemeinsam heraus was uns gefällt oder nicht gefällt und werden dadurch in diesem Bereich immer freier.

Voller Freude blicken wir nun der Übernahme unseres Familienbetriebes entgegen und gestalten so unsere Zukunft nach unseren eigenen Vorstellungen.

Die Eigenverantwortung spielte für uns auch eine sehr große Rolle, um auch lernen zu dürfen, wie wir nach dem Mentoring weiterhin als geniales Team zusammen spielen können.

Unser Tipp: Die Investition ist zwar hoch, aber man sollte es sich in jedem Fall erlauben. Das Allerwichtigste: Auf sein Herz zu hören!

Alles Liebe

Karina & Andreas

„Wer Heilung aufschiebt, vergrößert den Schaden“

- Anja Fankhauser -

Lust auf Transformation?

Es gibt aus unserer Sicht nichts Lohnenswerteres, als in die Optimierung der Liebesbeziehung und damit auch in das persönliche Vorankommen auf allen Ebenen im Leben zu investieren!

Hier findest du Möglichkeiten, wie du sofort damit beginnen kannst, auch dein Leben gemeinsam mit deinem Partner zu optimieren damit du deine Ziele schneller erreichen kannst! Sprich am besten mit deinem Partner darüber, welche der drei Möglichkeiten am besten zu euch passt.

1. TRANSFORMATIONSPROGRAMM
2. BUCH
3. VIDEOKURS

1. TRANSFORMATIONS-PROGRAMM:

„ZIELE BLITZSCHNELL ERREICHEN“

Das Rundum-Sorglos-Paket!

Grundsätzlich ist es natürlich möglich, sich auf ohne persönliche Hilfe von Martin & Anja oder sonst wem, als Paar zusammen zu spielen – es dauert nur wahrscheinlich länger.

Wenn ihr nicht besonders motivierte Selbstlerner seid und Abkürzungen liebt, dann fühlt ihr euch bestimmt zu dieser umfassenden, lebensverändernden Transformation gerufen.

Auf diese Seite findet ihr nähere Informationen dazu:

<https://www.happyrichcouples.com/transformationsprogramm/>

Du möchtest lieber langsam beginnen und Martin & Anja erstmal besser kennenlernen? Dann ist vielleicht dieses Buch oder der Videokurs das passende für dich:

2. BUCH:

„LIEBESBEZIEHUNG À LA WOLKE 7“

Kurzbeschreibung:

Martin & Anja präsentieren in diesem praxisorientierten Fachbuch das Ergebnis ihrer über 10-jährigen Forschungsarbeit in dem Bereich „Erfüllende Liebesbeziehung zu sich selbst und anderen Menschen“.

Ihr Ziel war in all den Jahren einerseits selbst grandiose Beziehungen zu führen und darüber hinaus die ultimative Abkürzung für ein Leben auf „Wolke 7“ für ihre Klienten zu finden.

Mit dem Know-how aus diesem Buch können sich Paare unzählige Streits, seelische Schmerzen oder gar die Trennung ersparen. Schritt für Schritt erklären die Autoren, wie sie es geschafft haben, ihre unzähligen Herausforderungen zu überwinden, um sich wahrhaftig zu lieben und zusammenzuspielen – auf allen Ebenen.

E-Book: ISBN 9783903440968

Taschenbuch: ISBN 9783903440869

Gebundenes Buch: ISBN 9783903440449

Überall erhältlich, wo es Bücher gibt!

3. VIDEOKURS

„6 MENTALE GEHEIMNISSE lüften und anwenden“

In diesem Videokurs lüften Martin & Anja die 6 mentalen Geheimnisse, die ihnen dabei geholfen haben eine Liebesbeziehung à la Wolke 7 zu realisieren. Mit den enthaltenen 6 langjährig erprobten Übungen, sind sicherlich große Transformationen möglich!

Mit der im Kurs enthaltenen Meditation könnt ihr sofort eure männlichen und weiblichen Anteile in Balance bringen.

Für wen ist der Videokurs geeignet?

- Paare, die das tiefe Verlangen nach einer Traumbeziehung in sich tragen.
- Paare, die bereit sind sich gegenseitig beim Erreichen der Ziele zu unterstützen.
- Paare, die (wieder) von einer platonischen Liebesbeziehung in eine romantische Liebesbeziehung wechseln wollen.
- Paare, die mehr Freiheit und Frieden in ihre Liebesbeziehung bringen möchten.
- Paare, die gemeinsames Wachsen und Entwickeln anstreben.
- Paare, die einander besser verstehen wollen.
- Paare, die gemeinsam erfolgreich sein möchten.

! Achtung ! Als Leser dieses Buches erhältst du für kurze Zeit 50 % Rabatt auf den Videokurs! Verwende dazu bitte diesen Gutscheincode: **MINUS50%**

<https://elopage.com/s/happyrichcouples/videokurs>

Wir hoffen, dass wir dich mit diesem Buch dazu motivieren konnten, deinen Träumen zu folgen und wünschen dir, dass du deine Ziele so schnell erreichst, wie du es möchtest!

Danke für deine Zeit und die Möglichkeit dich zu inspirieren!

Alles Liebe

Deine Anja

Impressum:

E-Book

„ZIELE SCHNELLER ERREICHEN dank persönlicher Transformation als Paar“

© Anja Fankhauser

Kontakt:

hello@happyrichcouples.com

Haftungsausschluss

Die Inhalte dieser Publikation wurden sorgfältig recherchiert, aber dennoch haftet der Autor nicht für die Folgen von Irrtümern, mit denen der vorliegende Text behaftet sein könnte. Der Autor übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen und weiteren Informationen. Haftungsansprüche gegen den Autor, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens des Autors kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt.

Verweise und Links

Bei direkten oder indirekten Verweisen auf fremde Webseiten („Hyperlinks“), die außerhalb des Verantwortungsbereiches des Autors liegen, würde eine Haftungsverpflichtung ausschließlich in dem Fall in Kraft treten, in dem der Autor von den Inhalten Kenntnis hat und es ihm technisch möglich und zumutbar wäre, die Nutzung im Falle rechtswidriger Inhalte zu verhindern. Der Autor erklärt hiermit ausdrücklich, dass zum Zeitpunkt der Linksetzung keine illegalen Inhalte auf den zu verlinkenden Seiten erkennbar waren.

Auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung, die Inhalte oder die Urheberschaft der verlinkten/verknüpften Seiten hat der Autor keinerlei Einfluss. Deshalb distanziert er sich hiermit ausdrücklich von allen Inhalten aller verlinkten/verknüpften Seiten, die nach der Linksetzung verändert wurden.

Diese Feststellung gilt für alle innerhalb des eigenen Internetangebotes gesetzten Links und Verweise sowie für Fremdeinträge in vom Autor eingerichteten Gästebüchern, Diskussionsforen, Linkverzeichnissen, Mailinglisten und in allen anderen Formen von Datenbanken, auf deren Inhalt externe Schreibzugriffe möglich sind. Für illegale, fehlerhafte oder unvollständige Inhalte und insbesondere für Schäden, die aus der Nutzung oder Nichtnutzung solcherart dargebotener Informationen entstehen, haftet allein der Anbieter der Seite, auf welche verwiesen wurde, nicht derjenige, der über Links auf die jeweilige Veröffentlichung lediglich verweist.

Urheber und Kennzeichenrecht

Der Autor ist bestrebt, in allen Publikationen die Urheberrechte der verwendeten Bilder, Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zu beachten, von ihm selbst

erstellte Bilder, Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zu nutzen oder auf lizenzfreie Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zurückzugreifen. Alle innerhalb des Internetangebotes genannten und ggf. durch Dritte geschützten Marken und Warenzeichen unterliegen uneingeschränkt den Bestimmungen des jeweils gültigen Kennzeichenrechts und den Besitzrechten der jeweiligen eingetragenen Eigentümer.

Allein aufgrund der bloßen Nennung ist nicht der Schluss zu ziehen, dass Markenzeichen nicht durch Rechte Dritter geschützt sind!

Das Copyright für veröffentlichte, vom Autor selbst erstellte Objekte bleibt allein beim Autor der Seiten. Eine Vervielfältigung oder Verwendung solcher Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte in anderen elektronischen oder gedruckten Publikationen ist ohne ausdrückliche Zustimmung des Autors nicht gestattet.

Datenschutz

Sofern innerhalb dieses Angebotes als Druck und Internetversion die Möglichkeit zur Eingabe persönlicher oder geschäftlicher Daten (Emailadressen, Namen, Anschriften) besteht, so erfolgt die Preisgabe dieser Daten seitens des Nutzers auf ausdrücklich freiwilliger Basis. Die Inanspruchnahme und Bezahlung aller angebotenen Dienste ist soweit technisch möglich und zumutbar auch ohne Angabe solcher Daten bzw. unter Angabe anonymisierter Daten oder eines Pseudonyms gestattet.

Die Nutzung der im Rahmen des Impressums oder vergleichbarer Angaben veröffentlichten Kontaktdaten wie Postanschriften, Telefon und Faxnummern sowie Emailadressen durch Dritte zur Übersendung von nicht ausdrücklich angeforderten Informationen ist nicht gestattet.

Rechtliche Schritte gegen die Versender von sogenannten SpamMails bei Verstößen gegen dieses Verbot sind ausdrücklich vorbehalten.

Rechtswirksamkeit dieses Haftungsausschlusses.

Dieser Haftungsausschluss ist als Teil unseres Angebotes als Druck und Internetversion zu betrachten, von dem aus auf diese Seite verwiesen wurde. Sofern Teile oder einzelne Formulierungen dieses Textes der geltenden Rechtslage nicht, nicht mehr oder nicht vollständig entsprechen sollten, bleiben die übrigen Teile des Dokumentes in ihrem Inhalt und ihrer Gültigkeit davon unberührt.

Copyright © 2023, Anja Fankhauser • Alle Rechte weltweit vorbehalten.

Rechtliche Ansprüche aus fehlerhaften Eintragungen können nicht abgeleitet werden. Nachdruck und Übernahme, auch auszugsweise, auf Datenträger nur mit Zustimmung des Herausgebers.