



Tagesseminar aus der Reihe „AUTHENTISCH LEBEN!“  
**mit Ingrid Theresia Bleier (HP)**  
seit vielen Jahren Autorin, Beraterin & Ausbildungsleiterin

## **LEGE DEINEN FOKUS RICHTIG UND BLEIB DIR TREU!**

Sonntag, 28. März 2021 Regensburg b. M. Adler

Samstag, 27. Februar 2021 in München in der Praxis oder Online

Immer mehr Menschen können sich kaum konzentrieren und wissen oft nicht wo Sie ihren Fokus hinlegen sollen, damit sich Erfolg in bestimmten gewünschten Bereichen, also eine Umsetzung positiver Vorstellungen, einstellen kann.

Zerstreutheit und Unruhe, die einhergehen mit Angst während der Coronakrise, unterstützen nicht gerade dabei, den Fokus, sprich die Aufmerksamkeit auf das aktuelle und Wesentliche zu richten. Ohne Fokussierung bleiben die Energien und die damit verbundenen und dahinterliegenden Themen stecken und es können sich Wünsche und Vorstellungen nicht manifestieren. Wir geben Euch in einem Tagesseminar eine Technik an die Hand, wie Ihr für Euch und andere Fokussierung lernt für alle Bereiche die anstehen.

### **THEMEN**

- Technik für sich selbst und andere zum Erlernen von Fokussierung
- Meditation zur Fokussierung eigener Ziele.
- Konzentrationsschwäche in Konzentrationsstärke wandeln lernen
- Wie kann ich im Alltag authentisch und selbstbestimmt vorwärts gehen?
- Einzelarbeit für jeden Teilnehmer

#### **Affirmationen, die euch dabei unterstützen können:**

- 1) Ich fokussiere mich mit all meiner Kraft und Aufmerksamkeit jeden Tag auf mein Ziel nämlich folgendes zu erreichen:..... (einsetzen eigener Themen...)
- 2) Mein Glaube zu diesem Thema ist fest, klar und unerschütterlich!
- 3) Ich bleibe mir treu und sehe weiterhin mein Ziel ganz klar vor mir und erfüllt.

**WANN: Sonntag, 28. März 2021 in Regensburg** b. Michaela Adler,  
**Samstag, 27. Februar 2021 in München** in der Praxis, oder Online

**ANMELDUNG:** – für Regensburg, bei Health meets Beauty, Franz-von-Taxis-Ring 53, 93049 Regensburg  
Unter Tel. 0941/ 4024324

Für München, bei Compass for being Human, Linprunstr. 2, 80335 München 089/57951378

Weiter Informationen unter [www.compassforbeinghuman.com](http://www.compassforbeinghuman.com)

Teilnehmerzahl: ist auf 8 Personen begrenzt

Kosten: 170 €