

## CE QUE POUVEZ ATTENDRE DU COACHING PRIVÉ DE KATJA HANSKA

Aujourd'hui, vous êtes ici ...	Dans quelques temps, vous serez là ...
Déprimé(e), fatigué(e), stressé(e) de manière chronique. Vous ne vous sentez jamais en paix.	Vous apprendrez ou réapprendrez à prendre soin de vous, de vos émotions, de vos corps physique et subtils. Vous apprendrez à respirer selon les techniques yogique, à vous alimenter de façon à nourrir votre énergie vitale, psychique et spirituelle, ainsi que des techniques corporelles d'Asie pour conserver la Santé et la Beauté du Corps pour une heureuse Longévité.
Vous dormez mal, vous faites de mauvais rêves, voire des cauchemars, vous vous réveillez en sursaut et êtes assailli(e) par vos soucis. Vous avez du mal à vous rendormir. Vous vous levez fatigué(e) et n'arrivez pas à vous reposer.	Vous apprendrez à vous détendre et à dormir sereinement. Vos rêves serviront votre intuition. Vous apprendrez à compartimenter votre vie pour optimiser vos périodes de veille/travail et de repos/loisirs. Vous serez initié(e) au <i>Yoga du Rêve</i> .
Incertain(e) de la direction de votre Vie. Vous êtes souvent indécis(e) ou vous vous laissez emporté(e) par les événements.	Vous apprendrez à vous poser et à vous recentrer intérieurement dans n'importe quelle situation pour une réflexion et une action constructives. Vous reprendrez alors le fil conducteur de votre Vie.
À la recherche de votre chemin, de votre mission d'âme, de ce que vous devez accomplir dans cette incarnation pour évoluer vers un plan supérieur.	Vous apprendrez ce que les Sagesse d'Asie nous enseignent sur <i>L'Art de Vivre</i> en harmonie avec notre environnement et les Autres, c'est à dire vivre comme un être évolué et non plus soumis aux diktats de la société, à des croyances erronées et des comportements inadéquats, ceci avec authenticité et le respect de la Vie. Vous serez initié(e) aux principes de base et de leurs applications, des courants philosophiques majeurs de l'Asie.
Perte de sens, de motivation, du goût de la Vie. Vous avez le sentiment de passer votre temps à travailler. Vous êtes déconnecté(e) Votre moto actuel est "boulot/TV/dodo". Vous n'enrichissez plus votre intellect, vos lectures sont limitées à la littérature professionnelle et aux actualités. Vous sentez que votre monde intérieur s'étiole et se rétrécit.	Vous apprendrez à retrouver le fil de vos rêves oubliés ou rejetés. Vous apprendrez à retrouver votre enthousiasme pour des choses qui vous semblent impossibles à réaliser "dans cette vie". Vous reprendrez le goût d'apprendre, de découvrir le Monde à travers l'Art, la Culture et la Spiritualité des Mondes Asiatiques. Votre Esprit sera nourri des Grands Enseignements.
Éloignement ou perte de Spiritualité. Vous avez l'impression d'être déconnecté(e) de votre Âme. D'ailleurs, qu'est-ce que l'Âme ? Vous ne savez plus très bien ou vous réfutez son existence.	Vous serez initié(e) à diverses techniques yogiques de recentrage, de concentration, de visualisation, ainsi qu'à la <i>Mantrathérapie</i> qui harmonise les vibrations des corps physique et subtils. Vous étudierez diverses considérations relatives à l'Âme selon les Traditions Asiatiques, et sous l'éclairage scientifique. Vous apprendrez à vous "reconnecter" à votre âme et à en ressentir les vibrations, pour être à l'écoute de ses plus nobles aspirations.
Vous savez que vous devez changer de vie ... mais n'en avez pas le courage, le cran, l'énergie. Vous ressentez un décalage entre <i>qui</i> vous êtes, <i>ce</i> que vous vivez et les gens que vous fréquentez.	À ce stade de l'Accompagnement, vous serez seul(e) maître à bord de votre navire. Vous commencerez à cerner ce vers quoi vous devez vous aller pour votre évolution, et ce dont/qui vous devez vous détourner. Vous apprenez à lâcher-prise sans culpabilité des choses et les gens qui ne servent plus votre cheminement.
Vous vous découragez facilement, n'allez pas au bout des choses, renoncez et culpabilisez. Vous vivez en mode "si j'avais su" et "si j'avais pu"	Vous serez de nouveau animé(e) par l'inspiration pour réaliser les choses qui vous passionnent vraiment et mènerez à bien vos projets.

Copyright Katja Hanska Healing Energy – 2022-2023

*VOUS APPRENDREZ AUSSI ...*

Comment intégrer l'Esprit des Sagesse d'Asie dans votre quotidien

À reconnaître votre valeur et le but de votre Vie

À vivre selon vos valeurs avant celles de la Société

À acquérir l'autonomie, l'indépendance

À compter sur vous-même et vous faire confiance

À accepter vos différences pour en faire des atouts

À Vivre votre Vie en Conscience

À ressentir la Paix Intérieure et à la conserver

À aligner vos actes selon votre éthique personnelle

À harmoniser votre Esprit, votre Cœur et votre Âme

À agir selon votre intuition

À acquérir des outils pour maîtriser vos émotions

À recevoir des suggestions pour servir votre évolution

À entretenir des relations harmonieuses

À ouvrir votre Cœur

À ouvrir vos horizons