

„Authentisch sein ist eine wahre Kunst des Lebens“

Wissenswertes

Definition von Techniken

Laut Erwachsenenbildung sind Techniken „Wege und Hilfsmittel, um bestimmte Ziele zu erreichen“.

Zudem ermöglichen dir Techniken, deine Energie zu sparen.

Techniken als Bestandteil deines Alltags

Das oberste Ziel für viele ist es, gesund und glücklich den Alltag zu meistern.

Oft wird erwartet, dass dies ohne eigenes Zutun gegeben sein sollte. Für mich ist es ein ständiges Auseinandersetzen mit der eigenen Persönlichkeit, um dieses Ziel nachhaltig zu erreichen.

Die Basis dafür bildet der bewusste Umgang mit sich selbst. Dafür gibt es Techniken. Im speziellen handelt es sich um Energietechniken, die dich in deiner Komplexität als Mensch begleiten und dir aufzeigen, was beachtet gehört.

Jede einzelne Technik greift einen Teil von dir selbst heraus, welcher auf deine Gesamtheit großen Einfluß nimmt. Sie gibt dir Impulse und Aufgaben, damit sie ein Teil von dir wird. Alle Energietechniken sind in meiner Bibliothek unter www.energy42.at/techniken verfügbar.

WAS TUN, WENN DEINE ENERGIE WIEDER NACHLÄSST?



NUTZE TECHNIKEN!

energy42
let your energy flow

Neuigkeiten

Kostenloses Techniken-Training

Ich möchte dir den Einstieg in die Techniken vereinfachen. Daher biete ich dir kostenlos ein Technik-Training an. Die einzige Voraussetzung ist der Zugang zur Bibliothek.

Schau dir die Techniken an.
Welche spricht dich am meisten an?
Jede Technik kannst du unabhängig von anderen Techniken anwenden.

Ich freue mich, wenn ich dir dabei behilflich sein darf.

„Wir denken selten an das, was wir haben, aber immer an das, was uns fehlt.“

(Arthur Schopenhauer)