Gesundheit auf den Punkt gebracht

LebenswandelVital

HEIL - UND GESUNDHEITSPÄD. PRAXIS

HEMA KAWOHLUS

Hippocrates Lifestyle Medizin, Quantenkonzepte, Persönlichkeits- und Geschäftsentwicklung im Gesundheitsbereich, LebenswandelVitalKuren, Fachberatung für Vitalkost

LIEBE LESERIN UND LIEBER LESER

ob im TV, in Zeitungen oder im alltäglichen Gespräch - überall und hört man von Problemen, Krisen, Nöten, Beschwerden. Wie soll man da Nahrung und Motivation für ein gesundes, erfülltes, selbstbestimmtes und erfolgreiches Leben finden?

Deshalb dreht sich in meinder Praxis alles um Gesundheit.
Um ihre Gesundheit!

Unser gemeinsames Ziel ist es, Ihre innere Kraftquelle zum Sprudeln zu bringen, damit sie sich körperlich wieder pudelwoh, emotional ausgeglichen und geistig frisch fühlen. Damit sie die Herausforderungen des Alltags mit Leichtigkeit meistern und mit Zufersicht bewältigen. Und schließlich, damit sie ihr Leben mit Freude und in vollen Zügen genießen können.

Mit meinen 5 Säulen der Gesundheit - hemacoaching, Quantenheilung, Ernährung, Fitness, Detox und Entspannung, helfe ich ihnen, auf ihren Weg zu einem gesunden, entspannten und glücklichen Leben im umfassenden Sinn zurückzufinden. Starten sie durch und entdecken sie selbst, wie viel Spaß das Leben machen kann. Das ganze heißt LebenswandelVital.

Ich freue mich auf sie,

Ihre
Hema Kawohlus

Mit Hemacaoching ändern sie ihre Aufmerksamkeit vom Problem zur Lösung. Denn nicht, was uns krank macht, Schmerzen bereitet oder die Stimmung trübt, ist letzendlich von Belang - entscheidend ist, was uns hilft, gesund, fit, lebendig und glücklich zu sein.

FÜR WEN IST HEMACHOACHING

in meiner Praxis

1

VORSORGE/PRÄVENTION

Vorbeugen ist besser als Heilen

- Minimierung gesundheitlicher Risikofaktoren
- Allergien

2

STRESS UND ERSCHÖPFUNG

Ruhe und Rückverbindung als innere Quelle

- Burn Out
- Seelisch- Emotionale Blockaden/Angst, Verzweiflung, Resignation, Trauer, ungelöste Konflikte
-

3

KÖRPER

Mens sana in corpore sano

- Verschlackungs - Folgen (Übergewicht, Rheuma, Stoffechsel Störungen)
- Vergiftungsbelastungen, Schmezen

Quantenkonzepte

Gesundheit beginnt und endet in unserem Kopf. Gene und Umwelt mögen ihren Einfluß haben - doch unsere Gedanken und Gefühle verändern unseren Körper unmittelbar und tiefgreifender als uns oft bewußt ist.

Die Schulmedizin, gegenüber alternativen oft sehr skeptisch, liefert mit dem Placebo Effekt sogar selbst den Beweis:wirkstofflose Zucker-Tabletten können dieselbe Wirkung entfalten wie ein echtes Medikament - wenn wir nur überzeugt davon sind, das richtige Präperat einzunehmen.

Physik der Heilung und Wunder

Quantenphysik und Hirnforschung sind sich einig, dass Bewußtsein nicht zwischen innerer Gedanken- und Gefühlswelt und äußerer Wirklichkeit unterscheiden kann. Es ist vielmehr bemüht, für unsere innere Realität - Überzeugungen, Haltungen, Erwartungen - eine Entsprechung im Außen zu kreieren. Demnach werden problembehaftete, ärgerliche, unzufriedene, angst- und sorgevolle Gedanken kaum ein gesundes, harmonisches und erfülltes Leben zulassen.

Adererseits: Wenn die von uns erlebte Wirklichkeit in unseren Köpfen entsteht, können wir sie dort auch verändern und gestalten.Wenn negative Gedanken und Gefühle uns krank machen können, dann können lebensbejahende uns ebenso gut wieder genesen lassen.

Mit der sogenennten Quantenmethode verändern sie ihre innere Realität - und damit ihr ganzes äußeres Leben.

Wir orientieren uns hier an Lösungen. Nicht Schmerzen, Burn Out, Rheuma, Allergien und andere Beschwerden, nicht Beziehungskrisen, berufliche Unzufriedenheit oder andere persönliche Probleme stehen im Mittelpunkt der Behandlung. Im Gegenteil:

Stellen sie sich vor, sie wachen morgens Früh auf und all ihre Wünsche sind erfüllt.... Woran merken sie die ersehnte Veränderung sofort? Wie sieht ihr Leben jetzt anders aus? Wie fühlt es sich an? Malen sie sich dieses Bild mit alles Sinnen aus.

Hemacoahing mit Quantenheilung unterstützt sie Gedanken, Gefühle und Bilder einer gewünschten Zukunft nachhaltig im Bewußtsein zu verankern. Belastenden Bilder werden bearbeitet und können losgelassen werden, alte Glaubessätze können ersetzt werden und somit tiefgreifende Selbstehilung - und Veränderungsprozesse eingeleitet werden. Im Einklang mit dem Fluß des Ursprungs im Universum, sozusagen im Einklang mit dem liebevollen göttlichen Willen.

Das alles geschiegt völlig entspannt. Sie können Hindernisse auflösen die ihnen bisher den Weg zu Freude, Gesundheit, Überfluss und Glück verschlossen hatten.

Life erleben

08.MÄRZ 2018 , KÖLN, TOR 28

Ernährung gesund und aktiv

wir können auf immer mehr Nahrungsmittel zurückgreifen, die mit bio, zuckerfrei oder light etikettiert sind - und werden dennoch nicht gesünder: 55% aller Krankheiten entstehen durch falsche Ernährung, mehr als die Hälfte aller Deutschen ist zu dick.....

Wir verfolgen neugierig die angesagten Ernährungstrends, die neusten Diäten, konsumieren Ratgeber und TV Shows - und fühlen uns nach dem Essen dennoch schlapp und kämpfen mit Verdauungsproblemen, Magenverstimmung, Sodbrennen.....

Ernährung, die uns gesund, fit und vital hält, ist wie ein Maßanzug

Eine gesunde Ernährung gibt es nicht von der Stange. Was der eine gut verträgt, schadet vielleicht dem anderen.Was die eine bedenkenlos und ohne Folgen verspeisen kann, lässt bei der anderen den Hüftspeck schon bei nur mikroskopischen Mengen wachsen..... Eine gesunde Ernährung muss zu ihrem Stoffwechsel, der Konstitution und den Genen passen wie eine zweite Haut. Sie sollte möglichst von Lichtkraft durchtränkt sein und ihre Zellen optimal nähren. Dann kann sie ihren Körper ausreichend und optimal mit Nähr- und Vitalstoffen versorgen und ihre Verdauung in Schwung bringen. Und dann können auch unreine Haut und Cellulite verschwinden. Die Kleidung sitzt wieder locker und sie verspüren die Energie in jeder Zelle.

Ein gesundes Leben kann so köstlich sein.

Hippocrates LiFESTYLE GESUND UND FIT

- Gesund abnehmen und dauerhaft schlank bleiben - ohne Hunger, Jojo Effekt und eintönige Speisekarte
- gesund zunehmen, Muskeln aufbauen
- Körper innerlich reinigen und strahlend aussehen
- gute Verdauung
- Körper und Geist in Höchstform
- Blutwerte verbessern
- Krankheitsrisiken deutlich verringern

Hippocrates Lifestyle

Fitness und Entspannung

Sanfte, regelmäßige Bewegung ist ein wahrer Jungbrunnen für unsere Lebenskraft und bringt Körper und Geist so richtig in Schwung.

Mit einem wohldosierten und zu uns passenden Entspannungsprogramm können Beschwerden schneller überwunden werden, viel Krankheiten verhindert und Gesundheit dauerhaft unterstützt werden.

Das Geheimnis echter Vitaltät, die uns bis ins hohe Alter begleitet, liegt darin, dass wir uns entsprechd unserer ganz individuellen Konstitution und des für uns optimalen Pulses regelmäßig bewegen. Nur dann erhält der Organismus ausreichend Sauerstoff, wird belastbarer, leistungsfähiger und ausdauernder. So haben sie dann mehr Freude an ihrem Körper und am Leben.

Yoga und Jin Chi Gong sind dazu ideale Angebote.

Ein Problem ist eine Situation. die wir noch nicht als Ganzes, als Aufgabe betrachtet haben.

Stellen sie sich vor, sie ändern nur ihren Standpunkt, ihre Betrachtungsweise, damit sie ihre Lösung erkennen. Eine Veränderung der Perspektive ist häufig alles, was für die Entdeckung der Lösung notwendig ist. Die Lösung ist in ihnen, tief in ihrem Herzen.

Die meisten Probleme entstehen, weil die menschliche Wahrnehmung unvollständig ist und wir deshalb Situationen, Menschen und uns selbst problemorientiert einschätzen.

An wen richtet sich das LebensCoaching?:

Sie haben ein Problem, dass sie nicht lösen können oder das sich unüberwindlich vor ihnen aufgebaut hat?

In Ihrem Unternehmen läuft es trotz ihres massiven Einsatzes nicht rund?

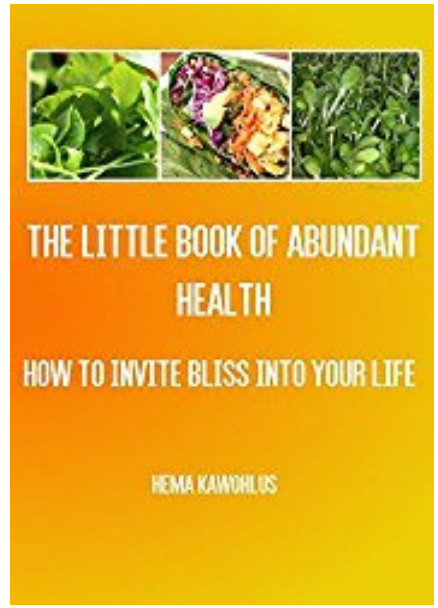
Sie fragen sich, ob das schon alles gewesen sein soll, und die Erfüllung ihrer Träume und Wünsche ersheint für sie in weiter Ferne, unerreichbar....

Sie fühlen sich von äußeren Einflüssen und Unständen gebunden, obwohl sie andere Vorstellungen von ihrem Leben haben?

Sie erkennen in ihrem Leben noch nicht ihre wirkliche Identität?
Sie sehen sich nach Authentizität, Freude, Erfolg, Liebe, Wohlstand und Erfüllung?

Nutzen sie mein Angebot, um eine Veränderung für ihre Lebens - und Arbeitssituation zu erschaffen. Sei werden verborgenen Chancen und Potentiale erkennen, die bereits in ihnen sind, um ihre Probleme Schritt für Schritt zu lösen.

Termin buchen

0171 - 1681128
MAIL(ÄT)HEMACAOCHING.COM

Meine Bücher: