



AtmaDhara

Bildungsakademie zur Erforschung und Förderung von Gesundheit, Spiritualität & Bewusstsein

„Bewusstseinsbildung und transpersonales Coaching zur Gesundheitsförderung“ Bildungsprojekt

1. Hauptparameter zum Projekt:

Projektleitung: Brigitta Kemner, Präsident des Vereins, Durchführung und Verwaltung
Stefan Schuck, Vizepräsident, Dokumentation und Auswertung

Weitere Teilnehmer: Kooperationspartner des Vereins (Ärzte, Heilpraktiker, Osteopathen)

Projektort: das Projekt wird digital in Eins- zu Eins Begleitung durchgeführt

Projektdauer: 10 Jahre

Datum: 01.05.22-01.05.30

2. Projektbeschreibung

2.1 Einleitung

Die kurz-mittel- und langfristigen Einflüsse des „modernen Lebens“, sind auf unterschiedlichen Ebenen für viele Menschen nicht nur eine Belastungsprobe, sondern die Psyche und das seelische Wohlbefinden werden stark in Mitleidenschaft gezogen. Der tägliche Druck, Stressoren und die unnatürlichen Lebensbedingungen hinterlassen ihre Spuren: Ängste, Depressionen, Sinnkrisen, Burnout oder andere Störungsbilder nehmen stark zu. Krankheit und Unwohlsein sind immer ein Zeichen von Dysbalance- der Körper spricht. Wie können Menschen aus diesem toxischen Kreislauf aussteigen und einen Ausweg finden? Wie kann der Mensch seinen wahren Bedürfnissen gerecht werden und nachhaltig wieder Gesundheit und Wohlbefinden erlangen? Wie können wir wieder im Einklang mit den Naturgesetzen leben? Vor dieser Frage steht jeder einzelne und auch die gesamte Menschheit.

Wir möchten Menschen darin stärken und bilden, sich selbst wieder zu fühlen, für sich zu sorgen und Selbstverantwortung zu übernehmen.

Dieses Bildungsprojekt begleitet Menschen dabei, wieder in die eigene Kraft zu kommen, das wahre Potenzial zu nutzen und schädliche „Programme“ abzulegen. Da diese Themen in die Tiefe gehen und sehr intim und individuell sind, sieht das Projekt Einzelarbeit vor.

2.2 Das Bildungsangebot

Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Dieses Bildungsprojekt ermöglicht den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, nachhaltig Selbstheilungskräfte zu aktivieren in Verbindung mit der eigenen Einzigartigkeit (individuelle Signatur) eingebettet in die Erfahrung der Ganzheit. Heilung geschieht in dem Moment, in dem wir erkennen, dass unsere wahre Quelle der Heilung in unserem eigenen SEINSGrund liegt und nicht in der abgetrennten Erfahrung unseres Körpers und unserer Persönlichkeit. Sie braucht Bewusstsein für unsere geistigen, emotionalen,

„Erwachen bedeutet zu erkennen, wer Du wirklich bist.“

Brigitta C. Kemner • E-Mail: kontakt@atmadhara.org • www.atmadhara.org • ZVR Nummer: 1377588351



AtmaDhara

Bildungsakademie zur Erforschung und Förderung von Gesundheit, Spiritualität & Bewusstsein

körperlichen und spirituellen „Lagen“ in Kombination mit der eigenen Reinheit (Quelle) und unserer ureigenen Signatur.

Den inneren Arzt entdecken

In diesem Projekt erfahren Menschen individuelle Begleitung und Anregungen auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden, Balance, Konfliktlösung oder Selbstheilung.

Die Einzelschulung integriert das gesamte Spektrum des Bewusstseins und umschließt die Transformation psychosomatischer Störungen, Auflösung von Traumata und energetischen Blockaden.

Ein integrativer und ganzheitlicher Ansatz, der die innere Entwicklung anregt, sich selbst von begrenzenden inneren Mustern und Programmen zu befreien.

2.3. Aufbau des Bildungsprojektes

Der Aufbau des Projektes beinhaltet 4 Phasen:

- 1. Aufnahme des Projektes: Erstgespräch, Anamnese, Fragestellung und Zielklärung, Vermittlung von Grundlagen, Wissen zu Selbstheilung und Naturgesetzen verinnerlichen.*
- 2. Hauptphase: Einzeltermine nach Absprache ca. 10 Bildungstreffen.*
- 3. Stabilisierungsphase: Zusammenfassung der Ergebnisse und Erkenntnisse, Übertragung in den Alltag, Vorher- Nachher Vergleich.*
- 4. Feedbackbogen, Standortbestimmung (Selbstbild und Fremdbild), eventuell weitere Maßnahmen.*

2.4. Mögliche Inhalte der Bildungsarbeit

Übergeordnet/Spirituell:

- *Quantenphysik*
- *Energetische Grundsätze*
- *Naturgesetze*
- *Prinzip der Achtsamkeit*
- *Wer bin ich wirklich? Was ist MenschSEIN?*
- *Freies Bewusstsein*
- *Zugang zur Quelle und zum höheren Selbst*
- *Feinstofflichkeit und Grobstofflichkeit, Schwingungsfelder*

Körperliche Ebene:

- *Was ist Gesundheit und Krankheit*
- *die Kraft der Selbstheilung*
- *Fitness als Lebensstil*
- *Entgiftung*
- *Resilienzfähigkeit*
- *Vitale Ernährung und Nahrungsergänzung*
- *Atemtechniken*

„Erwachen bedeutet zu erkennen, wer Du wirklich bist.“



AtmaDhara

Bildungsakademie zur Erforschung und Förderung von Gesundheit, Spiritualität & Bewusstsein

Geistige und mentale Ebene:

- psychische Verfassung
- Prägung von Kern-Glaubenssätzen
- Stressoren und Antreiber
- Programme, Muster und Trigger erkennen
- Persönlichkeitstypen, Bedeutung der Persönlichkeit
- Meditation als Geistesstraining

Seelisch- Emotionale Ebene

- Gefühlsbewusstsein, Emotionen und Gefühle
- Defragmentierung von Gefühlsefeldern
- Blockaden, Konflikte und Programme lösen
- Trauma transformieren
- Systemische Zusammenhänge erkennen und lösen
- Emotionale Stabilität und Selbstwertgefühl erlangen
- Liebe als Kraftfeld
- Offene, gewaltfreie Kommunikation
- Erfüllende Beziehungen
- Elternschaft
- Die Bestimmung erkennen und leben

2.5. Ziele des Bildungsangebotes

Dieses Projekt legt die wesentliche Grundlage für Gesundheit, Selbstliebe, Potenzialentfaltung, Sinnfindung, ein zufriedenes, respektvolles Miteinander und innere Freiheit eines jeden Menschen. Gelebte Selbstbestimmung, Integrität, Authentizität und Selbstverantwortung sind nur möglich durch die Erfahrung der ursprünglichen Kraft und mit vollem Bewusstsein für sich selbst.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmern werden empathisch dort abgeholt, wo sie jetzt gerade stehen und erhalten einen roten Faden mit entscheidenden Impulsen für die eigene Entwicklung unter Berücksichtigung ihrer Anliegen und Ziele. Unter dem Motto: „Hilfe zur Selbsthilfe“ geht es um die Wurzel des Verständnisses für sich selbst und die Verbundenheit mit allem, was ist. Wer die Essenz verinnerlicht hat, kann sich von Problemen befreien und seinen Weg finden, ohne toxische Kreisläufe zu wiederholen.

3. Ausführende und Mitwirkende Experten

Brigitta Kemner hat als Coach und Bewusstseinstrainerin über 20 Jahre Erfahrung in der Begleitung von Menschen in Veränderungsprozessen auf beruflicher, persönlicher und gesundheitlicher Ebene. Sie lebt einen ganzheitlichen Ansatz und hat in diesem Projekt ihre Erfahrung und ihr fachliches Wissen zu einem „Werkzeugkasten“ verbunden. Bei Bedarf arbeitet sie mit Heilpraktikern, Ärzten, Psychologen, Osteopathen und anderen Experten zusammen.

„Erwachen bedeutet zu erkennen, wer Du wirklich bist.“



AtmaDhara

Bildungsakademie zur Erforschung und Förderung von Gesundheit, Spiritualität & Bewusstsein

4. Dauer und Art der Durchführung

Das Projekt wird als Langzeitprojekt geführt und wird in einem ersten Zyklus von 8 Jahren betrachtet und ausgewertet. Die digitale Durchführung ermöglicht es Menschen auf der ganzen Welt, an diesem Projekt teilzunehmen.

5. Gründe für dieses Projekt

Nicht zuletzt hat uns die Covid 19 Krise gezeigt, dass Gesundheit mehr als ein hohes Gut ist und dass wir Gesundheitsförderung neu denken und erschaffen dürfen. Viele Menschen leiden auch psychisch und emotional sehr stark unter den Folgen und suchen neue Orientierung und Halt. Es ist notwendig, Brücken zu bauen und Pionierarbeit zu leisten für ein neues Bewusstsein der Menschheit.

„Erwachen bedeutet zu erkennen, wer Du wirklich bist.“

Brigitta C. Kemner • E-Mail: kontakt@atmadhara.org • www.atmadhara.org • ZVR Nummer: 1377588351