



Online-Seminar – Wahrnehmungstraining Die Reise ins Innere

Herzlich Willkommen zu diesem wunderbaren Online-Seminar. In der Zeit der Hektik und des Stresses, ist es wichtiger den je zu sich selber zu finden. Eine Möglichkeit in die Ruhe und in den inneren Frieden zu kommen, ist die bewusste Wahrnehmung.



In diesem Online-Seminar lernen Sie, wie Sie Ihre persönliche Wahrnehmung aktivieren können. Nicht nur die Wahrnehmung Ihres Körpers und seinen Signalen, sondern auch die Wahrnehmung im Außen. Die Wahrnehmung schöner Dinge, wie Blumen, den Himmel, Farben und Gerüche. Die Wahrnehmung von Erfolg und Wohlstand, von Menschen mit positiven und negativen Schwingungen.

Sie werden erkennen, dass Sie mit Ihrem Körper einen wunderbaren Signalgeber haben, der Sie immer führt und für Sie da ist. Ihre Gefühle werden Ihnen klarer werden und Sie werden sie im Laufe der Zeit richtig deuten können.

Ich vermittele Ihnen Grundkenntnisse zu Ihrem Körper, zu Ihrem Energiefeld, Ihren Gedanken und Gefühlen. Ich zeige Ihnen, wie Sie sich positiv ausrichten können, wie Sie durch Wissen und Wahrnehmen ein anderer Mensch werden können. Übungen werden Ihnen helfen, mehr und mehr zu fühlen und weniger zu denken. Wir arbeiten vom Verstand weg und hin zum Herzen.

Ich wünsche Ihnen eine aufregende Zeit und freue mich Sie durch diese neue Erfahrung führen zu dürfen.

Ihre Margret Schuck

Margret Schuck
Copyright © I. Auflage 2012
Alle Rechte vorbehalten

Dieses Online-Seminar ist für Ihren persönlichen Weg bestimmt.
Sie haben keine Wiederverkaufsrechte an diesem Online-Seminar.
Ich bitte Sie, dieses Online-Seminar nicht zu vervielfältigen oder kostenlos weiterzugeben.

Ich freue mich über Empfehlungen und über die Achtung meiner Arbeit.

Haftungsausschluss:

Die Inhalte der Publikation wurden sorgfältig recherchiert, aber dennoch haftet die Autorin nicht für die Folgen von Irrtümern, mit denen der vorliegende Text behaftet sein könnte.

Dieses Online-Seminar dient Ihrer Persönlichkeitserfahrung und ersetzt keinen Arzt oder Heilpraktiker.

Tag 1

Ihr Körper, ein Wunderwerk

Haben Sie sich schon einmal das Wunderwerk einer Zelle angeschaut? Die größte Zelle, die für das menschliche Auge sichtbar ist, ist die Eizelle der Frau. Sie ist so groß, wie ein Punkt hinter einem Satz. Alle anderen Zellen können Sie mit bloßem Auge nicht erkennen. Der Mensch besteht aus 100 Billionen Zellen. Als Zahl sieht das so aus: 100.000.000.000.000. Im Prinzip bestehen Sie nur aus Zellen. Alles beginnt mit der Vereinigung von Samenzelle und Eizelle. Die Zellteilung findet im Inneren statt. Im Außen passiert nichts mehr.

Lassen Sie sich dies bitte einen Moment durch den Kopf gehen. Stellen Sie es sich bildlich vor. Ein Spermium dringt in die Eizelle ein und dort beginnt nach kurzer Zeit die Zellteilung. Alles was nun wächst, geschieht IN dieser Zelle. Sie nimmt im Laufe der Zeit immer mehr Formen an, bis ein kleiner Mensch entstanden ist. Die Zellen teilen sich und wachsen. Und jede Zelle weiß genau, was aus ihr werden soll. Ein Herz, ein Auge, eine Leber oder was auch immer im menschlichen Körper vorhanden sein muss.

Wir gehen so selbstverständlich mit unserem Körper um, ohne uns Gedanken zu machen, wie er aufgebaut ist und was er für ein Wunderwerk ist. Ihr Herz schlägt am Tag ca. 100 000 mal und transportiert so das Blut in den Blutkreislauf und zu den Zellen.

Ihre Leber hat viele verschiedene Aufgaben. Z. B. steuert sie den Stoffwechsel, sie verarbeitet Zucker, Fette, Vitamine und Mineralien, diese werden gespeichert und bei Bedarf abgegeben. Sie filtert Schlackenstoffe und Gifte aus dem Blut. Die schädlichen Stoffe werden inaktiviert oder in Substanzen umgewandelt, die mit dem Urin ausgeschieden werden. Sie produziert die Galle, die dem Körper bei der Fettverdauung hilft. Sie bildet die meisten Bluteiweiße und Hormone. Eine große Aufgabe für ein kleines Organ.

Gehen wir zu den Nieren. Auch die Nieren sorgen dafür, dass es Ihnen gut geht. Sie entgiften, regulieren die Elektrolyte, regulieren die Körperflüssigkeit und sogar den Blutdruck. Die Milz dient der Vermehrung der weißen Blutkörperchen, den Lymphozyten. Sie spielt eine große Rolle bei der Abwehr von körperfremden (Antigene) Stoffen. Sie speichert außerdem eine andere Form der weißen Blutkörperchen, die Monozyten und sie dient der Aussonderung der roten Blutkörperchen (Erythrozyten).

Lesen Sie bitte nicht einfach über diesen Bereich hinweg, sondern führen Sie sich einmal vor Augen, also nehmen Sie wahr, was diese Organe alles leisten. Der Verdauungstrakt sorgt dafür, dass alle wichtigen Mineralien, Spurenelemente, Vitamine an ihren entsprechenden Ort kommen. Wussten Sie, dass Kohlenhydrate, also Brot, Kartoffeln, Reis und Nudeln schon im Mund vorverdaut werden? Im Mund wird das Enzym Amylase mit dem Speichel ausgesondert. Wenn Sie gut kauen und sich Zeit beim Essen lassen, können Sie Ihren Körper schon wunderbar unterstützen.

Kohlenhydrate werden nicht im Magen verarbeitet. Dort werden nur Eiweiße aufgespalten. Die Kohlenhydrate werden lediglich im Magen zermalmt, um dann in den Dünndarm abgegeben zu werden. Hier werden die Kohlenhydrate weiter verarbeitet. Wenn Sie gut gekaut haben, braucht Ihr Dünndarm gar nicht mehr so viel zu leisten. Wenn Sie allerdings schlecht gekaut und schnell gegessen haben, wird Ihr Dünndarm eine Menge Arbeit haben. Sie können ihm also helfen, in dem Sie sich Zeit beim Essen lassen.

Die Bauchspeicheldrüse gibt dem Dünndarm Enzyme ab, damit die Nahrung in kleinste Teile zerlegt werden kann und über die Darmzotten in die Blutbahn gelangen kann. Von hier geht es dann in die Leber. Ebenfalls wird in der Bauchspeicheldrüse das Insulin hergestellt und in die Blutbahn abgegeben. Eine Dauerfunktion der Bauchspeicheldrüse ist nicht von Vorteil. Daher sollte man zwischen den Mahlzeiten immer Pausen einlegen und nicht zu fettig und zu süß essen.

Das Lymphsystem ...