

2020

FÜR GANZHEITLICHES
WOHLBEFINDEN &
PERSÖNLICHES WACHSTUM

Urlaubs-
begleitende
Coachings &
Seminare



LEBENSGLÜCK

PRISKA PFÖSTL
SEMINARE - COACHING

Niemand hat die Macht, Dich
glücklich zu machen, nur Du selbst.

Robert Betz



HERZLICH WILLKOMMEN, NIMM DIR ZEIT FÜR DEIN LEBENSGLÜCK ...

Das Glück fällt nicht einfach vom Himmel, wir selbst haben die Aufgabe, gut für uns zu sorgen, uns selbst und das Leben verstehen und lieben zu lernen, ja... das Leben mit seinem Auf und Ab vertrauensvoll zu leben.

Mit LEBENSGLÜCK habe ich es mir zur Aufgabe gemacht, einen Platz zu schaffen, wo Menschen sich treffen und inspiriert werden, Freude, Klarheit und Heilung für Körper, Geist und Seele zu erfahren. Sich seiner selbst, der Lebensumstände, Gesundheit oder Krankheit bewusst zu werden, Neues zu erfahren und Mut zu haben, Altes loszulassen, zu transformieren und die eigene Liebesfähigkeit zu stärken.

Die Einzel-Coachings sowie der Großteil der Veranstaltungen finden im LEBENSGLÜCK-Zentrum im Schenna Resort – „Quelle des Lichts“ – in Schenna statt. In den schönen, lichtdurchfluteten, harmonischen Seminarräumen Luis und Rosa, benannt nach meinen Eltern.

Es erwarten Dich interessante Vorträge, Seminare, LEBENSGLÜCK-Abende und Coachings. Lass Dich inspirieren vom vielfältigen Programm. Ich freue mich auf Deinen Besuch!

Herzlichst, Priska Pförtl

ÜBER MICH, PRISKA PFÖSTL



Aufgewachsen bin ich im Gastgewerbe und lernte das Hotelfach. Dies erfüllte mich damals sehr und ich konnte in diesen Berufsjahren viele Erfahrungen mit Menschen sammeln.

Vor 16 Jahren habe ich mich entschlossen, einen neuen Weg einzuschlagen.

In diesem neuen Lebensabschnitt war es der Ruf meiner Seele, dem Leben eine Kehrtwende zu schenken. Ich konnte mich selbst nicht spüren und war mit mir und dem Leben unzufrieden und nicht glücklich. Dies war der Start in ein völlig neues, erfülltes und glückliches Leben.

Ich lernte das Leben und die Lebensumstände verstehen und meistern, denn jeder von uns hält das Werkzeug dafür selbst in seinen Händen. So absolvierte ich in den letzten 15 Jahren verschiedene Ausbildungen wie Reiki, Transformations-Coaching nach Robert Betz, Channeling, Mediale Ausbildung, Schwitzhüttenleiterin, Systemisches Coaching und Aufstellungsleiterin.

Seit 15 Jahren begleite ich nun Menschen in Seminaren und Einzel-Coachings hin zu ihrem Lebensglück. Ich bin die Gründerin von LEBENSGLÜCK-ZENTRUM, „Quelle des Lichts“ in Schenna. Zu Gast bei mir waren bereits bekannte Referenten wie: Robert Betz (D), Silke Schäfer (CH), Rüdiger Dahlke (A), Jeanne Ruland (D), Melanie Missing (D), Eric Standop (D), u.a.

INHALT

- 06 | Terminübersicht 2020
- 08 | Persönlichkeits- und Transformations-Coaching
- 10 | Intensiv-Coaching-Pakete – auch für den Urlaub
- 12 | LEBENSGLÜCK-Abende
- 13 | Systemische Aufstellungen
- 14 | Bewusstseins- und Transformationstage
- 16 | Marien-Kraftplatzreise
- 18 | Tagesseminar – Kraftquelle INNERES KIND
- 19 | Tagesseminar – Die KRAFT Deiner Gedanken
- 20 | Schwitzhütte auf der Alm
- 21 | Tagesseminar – Zeit für WEIBLICHKEIT
- 22 | Tagesseminar – Die Heilkraft unserer AHNEN
- 23 | Seminarnachmittag „Weichen stellen 2021“

SEMINARE UND EVENTS 2020

FEBRUAR

- 21.02.20 Systemischer Aufstellungsabend
27.02.20 Abendseminar in **Goldrain/Vinschgau** – Mach mal LANGSAM

MÄRZ

- 03.03.20 Abendseminar in **Vahrn/Brixen** – Mach mal LANGSAM
04.03.20 Abendseminar in **Schenna** – Mach mal LANGSAM
12.03.20 Infoabend zu Transformation und Bewusstsein
28.-29.03.20 Bewusstseins- & Transformationstage:
Das Schlüsselseminar zur Persönlichkeitsentwicklung

APRIL

- 04.04.20 Tagesseminar in **Goldrain/Vinschgau** – Inneres Kind
18.04.20 Tagesseminar – Die KRAFT Deiner Gedanken
29.04.20 Systemischer Aufstellungsabend

MAI

- 07.05.20 Abendvortrag – Entgiften, Entschlacken,
Abnehmen mit Ayurvedaarzt Dr. Schachinger
09.05.20 Schwitzhütte auf der Alm
18.-24.05.20 Marien-Kraftplatz Reise 2020
18.05.20 Im Rahmen der Marien-Kraftplatztage mit Jeanne Ruland,
Melanie Missing und Priska Pföstl
20 Uhr **kostenloser Abendvortrag** mit Meditation

JULI

- 04.07.20 Schwitzhütte auf der Alm

AUGUST

- 28.08.20 Systemischer Aufstellungsabend

SEPTEMBER

- 05.09.20 Schwitzhütte auf der Alm
09.09.20 Infoabend zu Transformation und Bewusstsein
15.09.20 Abendseminar in **Goldrain/Vinschgau** – Der Weg zu wahren LIEBE
16.09.20 Abendseminar in **Vahrn/Brixen** – Der Weg zu wahren LIEBE
22.09.20 Abendseminar **Schenna** – Der Weg zu wahren LIEBE

OKTOBER

- 10.-11.10.20 Bewusstseins- & Transformationstage: Das Schlüsselseminar
23.10.20 Systemischer Aufstellungsabend

NOVEMBER

- 07.11.20 Tagesseminar – Zeit für WEIBLICHKEIT
28.11.20 Tagesseminar – Die Heilkraft unserer AHNEN

DEZEMBER

- 04.12.20 Systemischer Aufstellungsabend
12.12.20 Seminarnachmittag: Bewusster Jahresabschluss und Neuausrichtung

Der Großteil der Veranstaltungen findet im LEBENSGLÜCK-Zentrum im Schenna Resort – „Quelle des Lichts“ – in Schenna statt.

Aktuelle Termine sowie ausführliche Infos zu den Seminaren, Seminaranmeldung, dem Haftungsausschluss und den Stornobedingungen: www.lebensglueck.it
Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.
Haftungsausschluss: Coachings und Seminare ersetzen keine Therapie oder medizinische Behandlung und dienen ausschließlich der Aktivierung der Selbstheilungskräfte.



PERSÖNLICHKEITS- UND TRANSFORMATIONS-COACHING

ZUR UNTERSTÜTZUNG BEI BELASTENDEN SITUATIONEN UND HILFE BEI KONFLIKTBEWÄLTIGUNG

DEM LEBENSGLÜCK ENTGEGENGEHEN ...

- 🌸 Möchtest Du Dein Selbstvertrauen stärken und Dein ganzes Potenzial leben?
- 🌸 Leidest Du unter Deinen Gefühlen wie Angst, Trauer, Wut etc.?
- 🌸 Möchtest Du Deinen Körpersymptomen auf die Spur kommen und Selbstheilungskräfte aktivieren?
- 🌸 Wünschst Du Dir mehr Klarheit, Ordnung und Entspannung in Deinem Leben?
- 🌸 Wünschst Du Dir, Dein ganzes Potential zu leben, das zu leben, was Dir Freude macht?
- 🌸 Hast Du Dein Herz für Dich geöffnet und Frieden gefunden mit allem was ist und was war?

MEIN ANGEBOT FÜR DICH:

- **Beratungsgespräch**
- **Ganzheitliches Persönlichkeits-Coaching**
- **Transformations-Coaching nach Robert Betz**
- **Systemische Aufstellung am Reißbrett**
- **Coaching-Intensivpakete (s. S. 10)**

Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“ in Schenna

Gerne unterstütze ich Dich bei den verschiedensten Lebensthemen, um Dir Deiner selbst bewusster zu werden und mehr Ruhe, Klarheit, Frieden und Erfüllung in Deinem Leben zu erlangen. Ich begleite Dich mit viel Erfahrung, vertrauensvoll und professionell, Schritt für Schritt alten Mustern, Blockaden, Prägungen und Glaubenssätzen auf die Spur zu kommen und sie zu lösen. In den meisten Fällen liegen die Ursprünge in der Kindheit verborgen, sie haben unser gesamtes Leben geprägt, führen zu immer wiederkehrenden Situationen und lassen uns unfrei sein.



Klientenstimmen:

Martin aus Schlanders:

Danke Priska, Du hast mir in der dunkelsten Zeit meines Lebens sehr geholfen.

Sabine aus München:

Vielen Dank für die tolle Sitzung. Sie hat mir sehr weitergeholfen. Ich fühle mich freier, fröhlicher und wieder mehr im Leben angekommen. Deine Tipps waren sehr hilfreich und ich habe das Gefühl, wieder an meine Freude und Genuss zu kommen. Danke.

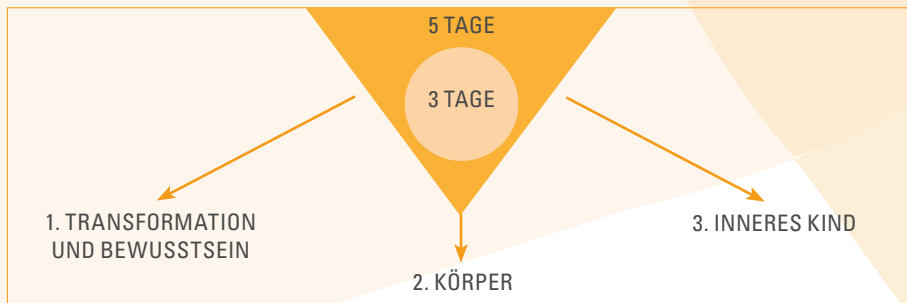
Mehr Infos dazu:

www.lebensglueck.it

INTENSIV-COACHING-PAKETE

Urlaubs-
begleitend

Möchtest Du Dir Zeit schenken, Dich INTENSIV mit Dir selbst und Deinen Themen zu beschäftigen? Gerne begleite ich Dich dabei. Die auf Dich individuell abgestimmten Einheiten unterstützen Dich, Dich selbst in Deiner Ganzheit wahrzunehmen und zu erkennen. Stelle die Weichen, lasse los, was Dich unfrei macht und finde Klarheit, Frieden und Balance in Dir.



DIE DREI VERSCHIEDENEN SCHWERPUNKTTHEMEN:

1. Deine persönlichen Bewusstseins- und Transformationstage

Ganz individuell auf Deine Bedürfnisse und Wünsche eingehend, unterstütze ich Dich dabei, Klarheit, Frieden, Heilung und Balance in den Bereichen Deines Lebens zu finden, wo es noch nicht rund läuft. Gehe jetzt Deinem Glück entgegen.

2. Deinen Körper verstehen und lieben lernen – Selbstheilungskräfte aktivieren

Lerne Deinen Körper bewusst wahrzunehmen, ihn so zu lieben, wie er ist, Körpersymptome zu verstehen und die Ursache von Krankheiten zu erkennen. Du erhältst ein Handwerkszeug, um Deine Selbstheilungskräfte zu aktivieren und Deinem Glück, Deinem Wohlbefinden näher zu kommen. Dein Körper liebt Dich. Liebst und Du ihn auch schon?

3. Begegnung und Heilung mit Deinem inneren Kind

Komm liebevoll in Kontakt mit Deinem kleinen Mädchen, dem kleinen Jungen in Dir. Lerne es kennen und erfahre von seinen Sehnsüchten, von seinen Bedürfnissen. Befreie es aus alten Verletzungen und entmache Deine Vergangenheit, es ist der Schlüssel zu einem erfüllten, glücklichen Leben und Lieben.

ABLAUF

3-Tages-Paket

1. Tag: Erstgespräch, Anamnese und geführte Meditation (2,5 Std.)
2. Tag: Gespräch und Transformations-Coaching (2 Std.)
3. Tag: Beratungsgespräch, Umsetzung im Alltag (2 Std.)

5-Tages-Paket

1. Tag: Erstgespräch, Anamnese und geführte Meditation (2,5 Std.)
2. Tag: Gespräch und Transformations-Coaching (2 Std.)
3. Tag: Spezial-Massage zum jeweiligen Thema angepasst (80 Min.)
4. Tag: Gespräch und Transformations-Coaching (1,5 Std.)
5. Tag: Beratungsgespräch, Umsetzung im Alltag (2 Std.)



Mehr Infos dazu:

www.lebenglueck.it

LEBENSGLÜCK-ABENDE

MACH MAL LANGSAM

27.02. Goldrain/Vinschgau | 03.03. Vahrn/Brixen | 04.03. Schenna

Entschleunigung und Achtsamkeit sind die Zauberworte der neuen Zeit. Dieser Abend ist eine Einladung, Dich zu besinnen und neue Impulse zu gewinnen – für ein erfolgreiches und entspanntes Leben.

Schwerpunkte:

- Ursachen von Druck, Stress und Misserfolg erkennen und lösen
- Wie Emotionen und Erfahrungen aus der persönlichen Geschichte unser Tun beeinflussen
- Wie schaffe ich viel, ohne mich zu erschöpfen?
- Tipps für den Alltag für ein Leben in Balance und Freude
- Geführte Meditation: Komm in die Stille Deines Herzens



DER WEG ZUR WAHREN LIEBE

15.09. Goldrain/Vinschgau | 16.09. Vahrn/Brixen | 22.09. Schenna

DIE KUNST DES LIEBENS – BEZIEHUNG HEUTE

Liebesglück fällt nicht einfach vom Himmel. Es ist eine der größten Möglichkeiten, uns in unserer Persönlichkeit und Liebesfähigkeit zu entwickeln.

Dieser Abend ist eine wertvolle Möglichkeit, neue Impulse und Sichtweisen über das Thema Beziehung und Sexualität zu erhalten. Deinen Partner mit all seinen Eigenheiten besser verstehen und lieben zu lernen, mehr Verständnis, Frieden und Erfüllung finden.

Schwerpunkte:

- Von der Bedürftigkeit zur wahren Liebe
- Konflikte mit Partner/-in lösen und Hindernisse als Chance erkennen
- Mut zur Wahrhaftigkeit
- Sex mit Herz – die Last mit der Lust
- Tipps zum Nähren und Pflegen der Liebesbeziehung
- Geführte Meditation: Mein Herz – Dein Herz – unser Herz

Dauer: ca. 2,5 Std. | **Preis:** € 25,- inkl. Seminarunterlagen /
Weitere Abendseminare und Infos: www.lebensglueck.it
Beginn: 19.30 Uhr in Vahrn und Goldrain, 20.00 Uhr in Schenna

SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGSABENDE

21.02. | 29.04. | 28.08. | 23.10. | 04.12.20

UNSICHTBARES SICHTBAR MACHEN – UNBEWUSSTES BEWUSST MACHEN

Das Systemische Aufstellen ist eine einfache, klare Methode, um Situationen, Strukturen, Dynamiken, Stärken, Schwächen, Verbindungen, Familienkonstellationen, Paar-Angelegenheiten, aber auch Gefühle, Blockaden und vieles mehr aufzuzeigen und sichtbar zu machen. Durch das systemische Aufstellen erhältst Du Klarheit, einen Überblick, einen Anders-Blick für die jeweilige Situation. Daraus ergeben sich Lösungen, neue Handlungsoptionen, neue Sichtweisen, Veränderungen in Deinem Leben.

Beispiele von Aufstellungs-Themen:

- Beruf bzw. Berufung, Karriere, Umgang mit Kollegen/-innen und Chefs, berufliche Umorientierung
- Finanzen, Geld
- Partnerschaft, Familie, Beziehungen, Single-Dasein, Liebe, Kinderlosigkeit
- Gesundheit, sich in seiner Haut wohlfühlen, Körpersymptome verstehen
- ... und vieles mehr.



Dauer: 19.00 bis 22.30 Uhr
Preis: mit eigener Aufstellung € 190,- inkl. Vor- und Nachgespräch
Preis: Teilnehmer/Stellvertreter/Beobachter € 20,-
Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“ in Schenna

BEWUSSTSEINS- UND TRANSFORMATIONSTAGE

INTENSIVSEMINAR ZUR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

28.-29.03.20 | 10.-11.10.20

DEIN WEG INS LEBENSGLÜCK ...

Erkenne Dein Leben als eine Reise hin zu Dir selbst, voller wertvoller Erfahrungen und Entwicklungsstufen. Diese zwei Tage führen Dich zu Dir selbst, zur inneren Ruhe, Klarheit und Selbstliebe. Erkenne, warum das Leben bisher so verlaufen ist, wie es ist. Erfahre, wie auf unbewusste Weise Enttäuschungen, Anstrengungen, Konflikte, Stress, Mangelzustände, ob Geldmangel, Gesundheit, Mangel an unerfüllten Beziehungen oder Probleme im Beruf in das Leben kamen.

Neue Sichtweisen und Methoden unterstützen Dich, um einen Weg zur Heilung zu finden, führen Dich zu Dir selbst, zur inneren Ruhe, Klarheit und Selbstliebe. In den tiefgreifenden und berührenden Meditationen begegnest Du Deinem inneren Kind, Deinem Körper, dem Vater und der Mutter Deiner Kindheit, den Ahnen und weiteren Schlüsselpersonen, die Dein Leben geprägt haben, ohne dass es Dir bewusst ist. In diesen Begegnungen löst Du Dich aus Verstrickungen, lernst zu verstehen und zu vergeben. Du erfährst den liebevollen Umgang mit Deinen Gefühlen und kommst diesen näher.

Lass Dich auf diesen Bewusstwerdungs- und Heilungsprozess ein und öffne Dich für Dein Lebensglück, öffne Dich für den Frieden, die Freude und die Liebe zu Dir selbst und zum Leben.



Mehr Infos dazu:
www.lebensglueck.it



Das
Schlüssel-
seminar

Kernthemen:

- Der Weg zur Selbstliebe, Selbstbewusstsein und Selbstermächtigung
- Neue Sichtweisen auf Dich und Deine Lebensumstände gewinnen
- Vater, Mutter, Geschwister und Ahnen – die Schlüssel zur Freiheit
- Den Sinn von Krisen, Konflikten und Krankheiten erkennen und verwandeln
- Wahre Sicherheit und Halt in Dir selbst finden
- Erkenne Dich als großartige/n Schöpfer/-in Deines Lebens
- Deine Gefühle zutiefst fühlen lernen
- Impulse für mehr Achtsamkeit und Ruhe im Alltag

Dauer: Sa 9.30 bis 18 Uhr | So 9.30 bis 17 Uhr

Preis: € 250,- inkl. Getränke und Snacks in den Pausen und Seminarunterlagen

Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“ in Schenna
Möglichkeit zur Übernachtung und Mittagessen

Klientenstimmen:

Ich fühle mich befreit und eine jahrelange Last ist von mir abgefallen. Eine wunderbare heilsame Erfahrung. Auch die Stimmung und die Energie waren wunderbar. **Markus aus Meran**

Ich habe Selbstvertrauen und Klarheit über mein Leben bekommen. Ich fühle mich gelassener und zufriedener und kann mich besser fühlen.

Sylvia aus Innsbruck

Kostenloser Infoabend zu den „Bewusstseins- und Transformationstagen“

Möchtest Du mehr über diese zwei Seminartage erfahren und verstehen, warum Bewusstseinsbildung und Transformation in dieser ganz besonderen Zeit des Wandels so wichtig und wertvoll sind? Der Abend besteht aus einem Vortrag und einer geführten Meditation.

12.03.20 und 09.09.20
in Schenna,
Beginn 20.00 Uhr



MARIEN-KRAFTPLATZ

18.05.-24.05.20 (auch einzeln buchbar)

Im Mondjahr 2020 bieten wir auf mehrfachen Wunsch zu dritt wieder eine wundervolle Marien-Kraftplatzreise an. Das Mondjahr ist ein Jahr der Heilung und Regeneration des weiblichen Weges und des mütterlichen, nährenden Prinzips. Wir verbinden uns mit dem heilsamen, heiligen Wesen der Mutter Maria. Sie hilft uns, alte Schmerzen

zu überwinden, Wunder zu bezeugen, Träume wahr werden zu lassen und neue Wege alleine, in der Partnerschaft, der Familie und der Gemeinschaft zu wählen. Ankommen, wohlfühlen, getragen und genährt sein, neue Wege und kraftvolle Impulse im Einklang mit dem Seelenplan wählen. Maria hilft! Maria hat geholfen! Maria wird helfen!



PROGRAMM
Mo. 18.05. Die goldene Madonna – Segensmadonna
 Segens- und Lichtübertragungen aus den höchsten Ebenen



Abendveranstaltung ist öffentlich und frei zugänglich:
 – 18.15 Uhr **Bildervernissage** Beate Böhr (D)
 – 20.00 bis 22.00 Uhr **Abendvortrag**
 Die wunderwirkende Kraft von Mutter Maria – mit Meditation

Di. 19.05. Mutter Maria und Erzengel Raphael
 Sanftmut, Wahrheit und Weihung – Heilung auf allen Ebenen

Mi. 20.05. Schwangere Madonna
 Licht des Himmels manifestieren – Vertrauen und Hingabe

Do. 21.05. Maria Knotenlöserin
 Reinigung und Klärung von Knoten und Verstrickungen

Fr. 22.05. Waldmadonna & Naturmadonna
 Heilkräfte und Wunder der Natur – Gleichgewicht und die Balance

Sa. 23.05. Madonntag – Weitere Aspekte von Mutter Maria
 Aspekte von Mutter Maria und den Marien kennen und integrieren lernen & persönliche Kurzgespräche

So. 24.05. Regina – Königin des Himmels – Mutter der Barmherzigkeit
 Führen bedeutet dienen – Integration von Seelenanteilen

Wochenpreis: € 1.111,-

3-Tagespreis: € 490,-
 (6. und 7. Tag je € 90,-)

Tagespreis: € 180,-
 (6. und 7. Tag je € 90,-)

Exkl. Unterkunft und Verpflegung



Mehr Infos dazu:
www.lebensglueck.it

KRAFTQUELLE INNERES KIND DER SCHLÜSSEL HIN ZU GLÜCK UND LIEBE

04.04.20



Das Kind in uns begleitet uns durch unser ganzes Leben und hat einen erheblichen Einfluss darauf. Es hat viele Erfahrungen gemacht, die noch heute unser Leben prägen. Sehr oft hat es schon früh beschlossen, sein Herz zu schließen, um die Angst, Wut, Trauer oder Scham nicht mehr fühlen zu müssen. Es hat gelernt, sich anzupassen, fleißig zu sein, um ein wenig Liebe zu bekommen und hat sich unbewusst Lebensmuster und Prägungen der Familie angeeignet. In diesem Seminar entdeckst Du Dein inneres Kind wieder und lernst, einen lebendigen Kontakt zu ihm zu entwickeln und es Schritt für Schritt in ein glückliches, selbstbewusstes, lebensbejahendes Kind zu verwandeln. Für eine glückliche Kindheit ist es nie zu spät.

Schwerpunkte:

- Wege, um in liebevollem Kontakt mit dem inneren Kind zu treten
- Vertrauen des inneren Kindes wiedergewinnen
- Den Zusammenhang von unverarbeiteten Erfahrungen, hin zu Schwierigkeiten in Partnerschaft, Liebe, Intimität, aber auch in Deinem Berufs- und Alltagsleben erkennen
- Die Rolle des inneren Kindes für die Erziehung Deiner eigenen Kinder
- Achtsame Schritte zur Aussöhnung und Heilwerden alter Verletzungen – Entmachtung der Vergangenheit
- Wie Du Dein inneres Kind als Kraftquelle für ein bewusstes Leben und Lieben integrieren kannst
- Klarheit mittels Systemischer Kurzaufstellung

Dauer: 9.00 bis 17.30 Uhr

Preis: € 95,- inkl. Seminarunterlagen

**Ort: Bildungshaus Schloss Goldrain,
im Vinschgau**

**Anmeldung ausschließlich über:
www.schloss-goldrain.com**

ERKENNE DIE KRAFT DEINER GEDANKEN „THE WORK“ NACH BYRON KATIE

18.04.20

DER EINFACHE WEG ZUM BEFREITEN LEBEN

Gedanken steuern unser Tun und Handeln und sind sehr wesentlich für unser Wohlbefinden. Sie verursachen oft Stress, Leid, Enttäuschung und Krankheit und vieles andere. Die vielen Glaubenssätze, meist unbewusst übernommen in der Kindheit in der Familie, Kirche, Schule usw. sind tief in uns gespeichert, oft Sätze mit MÜSSEN und SOLLEN. An diesem Tag hast Du die Möglichkeit, Deinen Gedanken auf die Spur zu kommen und Deinen Überzeugungen gewahr zu werden. Die Technik „THE WORK“ nach Byron Katie gibt Dir eine gute Möglichkeit, zu jeder Zeit Klarheit über Deine Gedanken zu finden. Denn sei Dir gewiss: Änderst Du Deine Gedanken, dann ändert sich Dein Leben.

Schwerpunkte:

- Wie wir unser Leben durch unsere Gedanken erschaffen
- Was wir denken leben wir – Erkenne die Macht Deiner Gedanken
- Wie Gedanken unsere Gefühle erzeugen
- Vom Umgang mit negativen Gefühlen
- Wahre von unwarren Gedanken unterscheiden

- Wie wir Balance finden, den Verstand mit dem Herz verbinden

Dauer: 9.30 bis 18.00 Uhr

**Preis: € 140,- inkl. Seminarunterlagen,
Getränke und Snacks in den Pausen**

**Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“
in Schenna**



SCHWITZHÜTTE AUF DER ALM

BACK TO THE ROOTS - SAUNA MAL ANDERS

09.05.20 | 04.07.20 | 05.09.20



ZUR KÖRPERLICHEN, SEELISCHEN UND GEISTIGEN GESUNDERHALTUNG

Ankommen bei Dir, verbunden mit der Natur. Eingebettet in einer schönen Waldlichtung unterhalb des Felixer Weiher, befindet sich die Schwitzhütte. Hier hast Du die Möglichkeit, dieses uralte schamanische Reinigungs- und Stärkungsritual zu erfahren. Die Schwitzhütte ist die ursprünglichste aller Saunaarten.

Sie unterstützt Dich beim Abschalten und bei Deinen eigenen Wurzeln anzukommen. Sie lädt Dich ein, Dich den Kräften hinzugeben, die auf dem Platz wirken, alten Ballast abzulegen, Dich körperlich und geistig zu reinigen und Dich neu auszurichten. Die Kraft der Natur und der Elemente unterstützen Dich dabei liebevoll.

Ort: Pföstl Alm, Nähe Felixer Weiher, Gampnenpass

Dauer: 14.00 bis ca. 17.30 Uhr

Gehzeit: Je nach Wanderroute zwischen 30 und 60 Min. (leichte Wanderung – ca. 80 HM).

Preis: € 80,- pro Person
inkl. köstlicher Brotzeit und Getränken



Mehr Infos dazu:

www.lebensglueck.it

ZEIT FÜR WEIBLICHKEIT

07.11.20



WIE FRAUEN IN DER LEBENSMITTE ZUM STRAHLEN UND ZU EINEM GLÜCKLICHEN FRAU-SEIN GELANGEN.

Du bist über 45? Hurra, denn Dein Leben fängt gerade an. In dieser anspruchsvollen Zeit des Wandels ist es für viele Frauen nicht immer leicht, Freude und Frieden zu empfinden, mit dem was gerade da ist. Bei diesem Seminar nehmen wir uns Zeit, gemeinsam nach innen zu schauen und wir werden uns mit den wichtigsten Aspekten und Themen der Weiblichkeit befassen.

Auf eine sanfte und liebevolle Art und Weise kannst Du Dich mit dem Verhältnis zu Dir selbst als Frau, zu Deinem Körper, Deinen Gefühlen

und der Erfüllung im Privaten und im Beruf befassen. In Kurzvorträgen, Besinnungsrunden und klärenden sowie nährenden Meditationen erfährst Du, was Du ändern kannst, um den Weg zu einer strahlenden, wahrhaftigen und sich selbst liebenden Frau zu gehen.

Kernthemen:

- Erfahre vom Frau sein – im Wechsel der Zeit
- Von der Selbstverurteilung zur Selbstliebe zum Selbstwert
- Mach Frieden mit Deiner Vergangenheit – es bringt Dich zum Strahlen
- Vom achtsamen Umgang mit Krisen und Veränderungen
- Den eigenen Körper annehmen, verstehen und lieben lernen

Dauer: 9.30 bis 18.00 Uhr

Preis: € 140,- inkl. Seminarunterlagen, Getränke und Snacks in den Pausen

Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“, in Schenna

Für Frauen
ab 45
Jahren

DIE HEILKRAFT UNSERER AHNEN UNSERE LEBENDIGEN WURZELN

28.11.20



WIR ALLE SIND MIT DEN SEELEN UNSERER AHNEN VERBUNDEN UND SEHR OFT VERSTRICKT.

An diesem Tag erfährst Du von der Bedeutung unserer Ahnen für unser Leben und das unserer Kinder und Enkelkinder. Die meisten von uns haben keine Ahnung davon, welche große Auswirkung die energetische Verbindung zu ihnen hat. Das zumeist schwere Leben unserer Ahnen, all das, was sie erlebt, geglaubt und erschaffen haben, hat einen großen Einfluss auf unser Leben. Wir haben die Möglichkeit, uns von all dem zu lösen, was uns einschränkt, so auch sich wiederholende, schmerzvolle Schicksalsschläge sowie genetisch bedingte

Krankheiten. Diese lassen sich nur lösen und erklären, wenn die Verbindung zu unserer Ahnenfamilie wieder lebendig und geklärt wird. Komm auch Du in die liebevolle Verbindung mit Deinen Ahnen und erfahre dadurch Führung, Halt und Kraft für Dein Leben.

Schwerpunkte:

- Komm in wohlwollenden Kontakt mit Deinen Ahnen
- Erfahre über die Zusammenhänge und Auswirkungen
- Befreie Dich von Glaubenssätzen, Mustern und Blockaden
- Wie Du Deine Ahnen als Kraftquelle für Deinen Alltag nutzen kannst
- Meditation: Intensives Clearing der Ahnenreihen

Dauer: 9.30 bis 18.00 Uhr

Preis: € 140,-

**inkl. Seminarunterlagen,
Getränke und Snacks in den Pausen**

**Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“
in Schenna**

BEWUSSTER JAHRESABSCHLUSS UND NEUAUSRICHTUNG

12.12.20



STELLE JETZT DIE WEICHEN FÜR EIN ERFÜLLTES 2021!

Der Monat Dezember ist der Monat, in dem wir eingeladen sind, das alte Jahr bewusst abzuschließen – Inventur zu machen und uns neu auszurichten, die Weichen für das Neujahr 2021 zu stellen. Die Transformationskraft dieser Zeit zeigt uns, dass die unbewusste Art, wie die meisten bisher ihr Leben lebten, nicht mehr lebbar ist. Diese Zeit fordert uns auf, aus der Rolle des Opfers auszusteigen und bewusste Schöpfer unseres Lebens zu sein. Gönn Dir eine kleine Auszeit vom Weihnachtsstress. An diesem Nachmittag hast Du die Möglichkeit, mit verschiedenen Übungen

und Ritualen das alte Jahr für Dich zu reflektieren, abzurunden und Dich mit viel Klarheit für ein erfülltes, glückliches neues Jahr auszurichten.

Schwerpunkte:

- Abschließen des Jahres – Frieden machen – Danken
- Welches sind Deine neuen Entscheidungen, Wünsche und Ziele für 2021?
- Vom unbewussten Opfer zum bewussten Schöpfer
- Bewusste Entscheidung für Deinen Herzensweg
- Ausblick auf 2021 aus Astrologischer und Sicht der geistigen Welt
- Meditation: Energiefeldreinigung und Lichtsamen säen

Dauer: 14.00 bis 19.00 Uhr

**Preis: € 90,- inkl. Seminarunterlagen,
Früchtepunsch und Weihnachtsgebäck
in den Pausen**

**Ort: Schenna Resort „Quelle des Lichts“
in Schenna**



LEBENSGLÜCK

PRISKA PFÖSTL
SEMINARE - COACHING

im Schenna Resort – „Quelle des Lichts“
Alte Straße 14 | 39017 Schenna | Südtirol | Italien
Tel. +39 335 7085529
info@lebensglueck.it | www.lebensglueck.it

LEBENSGLÜCK. Seminare – Events – Coachings 