

Das Geschenkpaket der Leichtigkeit – Dein Weg in ein befreites, lebendiges Leben

Spürst Du, dass Du bereit bist für mehr Leichtigkeit, mehr Lebensfreude und einen tiefen inneren Flow? **Möchtest Du Dich endlich von Mühsal, Anstrengung und dem ewigen Kämpfen befreien?** Dann ist das Geschenkpaket der Leichtigkeit genau das Richtige für Dich!



von Frank Schwab

*Geschenkpaket
der Leichtigkeit*



Dein exklusives 6-monatiges Begleitprogramm

Dieses exklusive 6-monatige Begleitprogramm ist für Menschen gemacht, die eine klare Ausrichtung anstreben und ihre inneren Schätze tiefgehend entdecken und entfalten möchten. In dieser Zeit begleite ich Dich kontinuierlich, sodass Du Schritt für Schritt in Deine volle Lebendigkeit eintauchst und Dein Leben nicht länger aus Zwang und Müssen, sondern aus Freiheit und Freude heraus gestaltest.

„Du darfst in Deinen wahren Herzen- und Seelenfluss kommen.“

Stell Dir vor, wie sich Dein Leben verwandelt, wenn Dein Herz und Deine Seele die Führung übernehmen! Wenn Du Dich sicher, getragen und geliebt fühlst. Wenn sich Dein Leben von innen heraus neu ausrichtet – hin zu mehr Leichtigkeit, mehr Flow und mehr strahlender Lebensfreude. **Ich gehe mit Dir den Weg zu Deinem Durchbruch, dort, wo Du ihn wirklich brauchst und nachhaltige positive Wirkungen in Deinem Leben hinterlässt. In Deinem gesamten Leben oder einzelnen Lebensbereichen.**



Was ist im Geschenkpaket der Leichtigkeit enthalten?

 Was ist im Geschenkpaket der Leichtigkeit enthalten?

- 12 Coachingsitzungen (45-60 Minuten / Sitzung, bei Bedarf auch länger)
- 6 Kurzcoachings (ca. 20-30 Minuten / Sitzung)
- 1 individuelle homöopathische Sitzung mit 6-monatiger Begleitung (alternativ eine 13. Coachingsitzung)
- Zugang zum IntensTouch-Bereich mit wertvollen Inhalten für 1 Jahr
- Bestimmung Deiner klaren Ausrichtung & Intention für Dein Leben
- Der „Emotionen Flow“
- Ein begleitendes Workbook mit dem Coachingtool "Das Lebensrad" und einer 26teiligen unterstützenden eMail-Serie
- Die digitalen Begleiter und Coaching-Unterstützer "Körpersignale & Seele verstehen", "Seelenbotschaft" und "Die 3 wichtigsten Fragen"

Die besonderen Inhalte dieses Paketes im Einzelnen

12 Coaching-Sitzungen

Diese werden Dir helfen, die fehlenden Puzzle-Teile Deines wahren ICH's und Deines wirklichen Seins zu finden und zu Dir zurückzuholen. Sie gehen in Deine Tiefe und bringen Dir Deine wahre Identität zurück.

6 Kurzcoachings

Die 6 Kurzcoachings werden Dich darin unterstützen, aufzuhören gegen Dich, Deine Emotionen und/oder die äußeren Umstände anzukämpfen. Sie lassen Dich Deine Seele in seiner Weite und Vollkommenheit erfahren.

Anmerkung zu den Coachings: Sie können bei mir vor Ort in Wiesbaden stattfinden oder telefonisch. Die Wirkung ist absolut gleich tiefgehend. Außer den 6 Kurzcoachings, da treffen wir uns ausschließlich telefonisch.

Homöopathische Begleitung und IntenSTouch

Homöopathische Begleitung


In der Homöopathie liegt eine tiefe Weisheit verborgen. Meine homöopathische Begleitung zielt darauf ab, das Urvertrauen in Dir zu stärken und Dich verbundener mit Dir selbst und anderen Menschen zu fühlen.

Das passende homöopathische Mittel wirkt auf allen Ebenen: Körperlich, emotional und geistig.



IntenSTouch

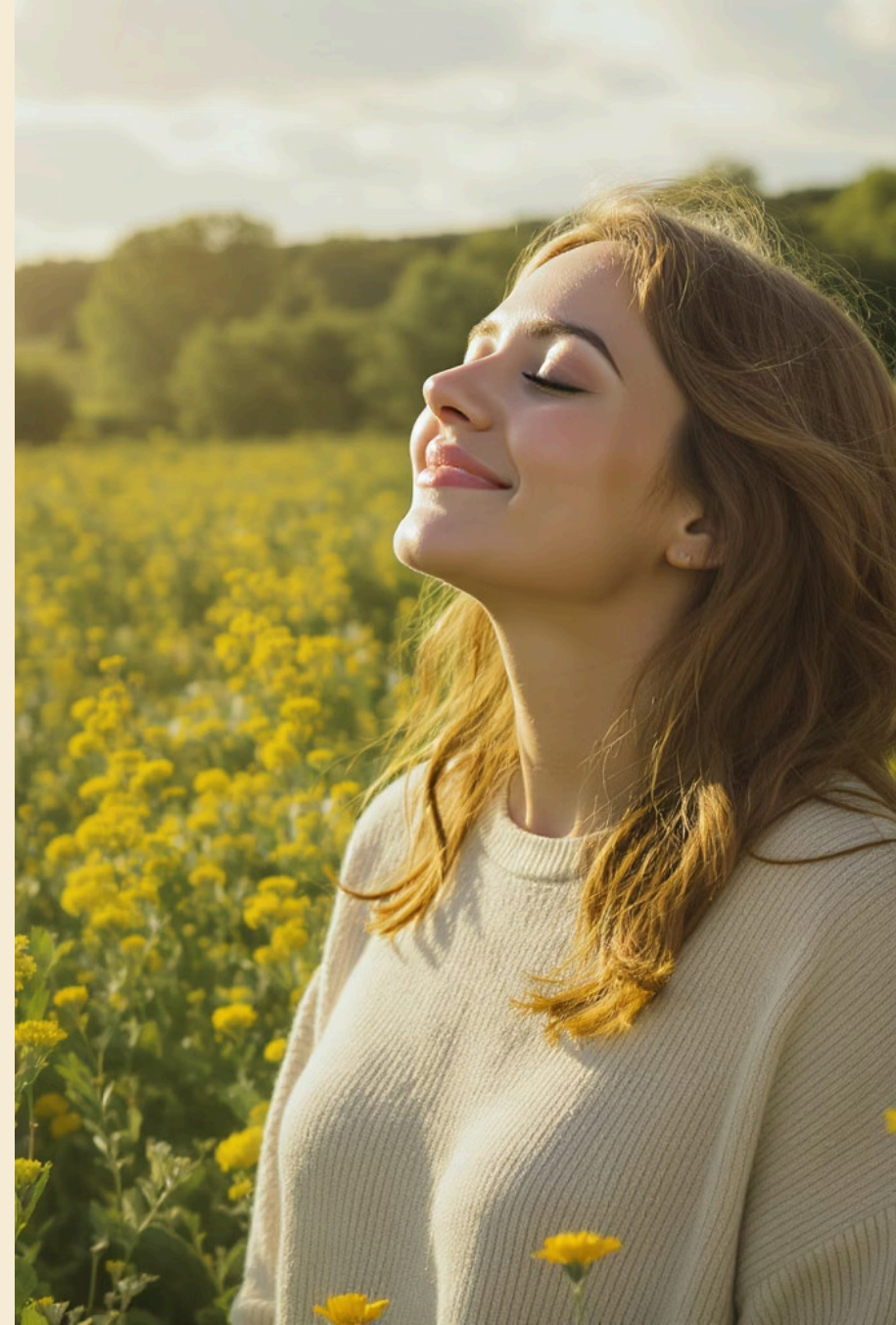
IntenSTouch ist eine kraftvolle Methode, die es Dir ermöglicht, tiefsitzende Blockaden sanft zu lösen und mehr Harmonie in Dein Leben zu bringen. Du bekommst Zugang zu einem Mitgliederbereich, in dem Du lernst die Methode selbstständig anzuwenden.

UND:  Jeden Montag Abend findet eine Live Meditation online statt, in der Du tief in Dein Sein eintauchen kannst (die Meditation gibt es auch als Aufzeichnung, falls Du live nicht dabei sein kannst). Diese Meditationen ermöglichen Dir u.a. Dein **inneres Kind**, welches in Deiner Kindheit wahrscheinlich so manche Verletzung erlitten hat, zu heilen.

SeelenAusrichtung

Deine persönliche SeelenAusrichtung ist der Schlüssel zu einem neuen Lebensgefühl. Nur in der Verbindung mit Deiner Seele, kannst Du Leichtigkeit, Lebensfreude und Lebendigkeit erfahren. Gemeinsam formulieren wir eine kraftvolle Intention für Dich, die in Deinem Unterbewusstsein verankert wird.

Darüber hinaus bekommst Du eine Methode, die die Leichtigkeit Deines Seins bis auf die Zellebene Deines Körpers bringt.



Der „Emotionen Flow“

Die meisten Menschen leiden unter „emotionaler Verstopfung“, d.h. ihre Gefühle und Emotionen sind nicht im Fluss. Dies blockiert den Flow, die Leichtigkeit und die Klarheit.

Der „Emotionen Flow“ bietet Dir die Möglichkeit, festsitzende Emotionen ins Fließen zu bringen und neue innere (und auch äußere) Freiräume entstehen zu lassen. Dadurch wirst Du Dich immer lebendiger, freier und mit Dir verbundener fühlen.

Der „Emotionen Flow“ ist ein wunderbares Instrument, um sich von emotionalem Ballast zu befreien.





Das begleitende Workbook & die unterstützende eMail-Serie

Das Geschenkpaket der Leichtigkeit beinhaltet ein speziell entwickeltes Workbook, das Dich auf Deiner gesamten Reise praktisch und inspirierend begleitet. Es dient als Dein persönlicher Wegweiser, in dem Du die erarbeiteten Erkenntnisse festhalten, Übungen vertiefen und Deine Fortschritte dokumentieren kannst.

Das Herzstück dieses Workbooks ist das Coachingtool „**Das Lebensrad**“. Dieses kraftvolle Instrument ermöglicht Dir eine umfassende Selbstanalyse verschiedener Lebensbereiche wie Beruf, Beziehungen, Gesundheit, Finanzen und persönliches Wachstum. Du wirst visuell erkennen, wo Du bereits in Deiner vollen Leichtigkeit bist und wo noch Blockaden oder Ungleichgewichte bestehen. Das Lebensrad hilft Dir dabei, klare Prioritäten zu setzen und gezielt an den Bereichen zu arbeiten, die Dir momentan am wichtigsten sind, um ein erfülltes und ausgewogenes Leben zu führen.

Ergänzend zum Workbook erhältst Du eine 26teilige unterstützende E-Mail-Serie, die Dich mit zusätzlichen Impulsen, Erinnerungen und motivierenden Inhalten versorgt. Diese regelmäßigen Botschaften vertiefen die Themen des Coachings, halten Dich am Ball und inspirieren Dich, die neuen Gewohnheiten und Denkweisen fest in Deinem Alltag zu etablieren. Sie sind Dein stiller Begleiter, der Dich daran erinnert, Deine Leichtigkeit und Lebensfreude kontinuierlich zu nähren und zu leben.

Du erfährst eine neue Selbstwirksamkeit und wirkst damit kraftvoll und beständig in Deine Innen- und Außenwelt.

Deine digitalen Begleiter für tiefe Selbsterkenntnis

Zusätzlich zum Coaching erhältst Du exklusiven Zugang zu drei kraftvollen digitalen Begleitern, die Dich jederzeit auf Deinem Weg unterstützen:

Körpersignale & Seele verstehen

- Hilft Dir, die Signale Deines Körpers zu entschlüsseln und den tieferen Sinn von Lebensereignissen zu erkennen
- Begleitet Dich mit kleinen IntensTouch-Sequenzen für mehr Ruhe & Frieden
- Führt Dich durch tiefe Resonanzfragen ins Spüren und Fühlen

Seelenbotschaft

- Gibt Dir eine Idee vom Sinn Deines eigenen Daseins
- Zeigt Dir Deine wahren Lebensaufgaben
- Verbindet Dich mit Deiner inneren Bestimmung

Die 3 wichtigsten Fragen

- Führt Dich durch einen kraftvollen Prozess der Selbsterkenntnis
- Hilft Dir wahrzunehmen, was Dein Herz wirklich will
- Befreit Dich von kulturellen, kollektiven oder familiären Mustern und Programmen
- Du weißt dann, wohin Du in Deinem Leben wirklich willst

So bist Du auch zwischen unseren Sitzungen nicht allein – sondern hast drei kraftvolle Werkzeuge an Deiner Seite, die Dich erinnern, begleiten und stärken. Sie sind wie achtsame Freunde, die Dir helfen, Deine innere Welt zu navigieren, Deine wahre Bestimmung zu erkennen und im Einklang mit Deinem Herzen zu leben.

Investition in Deine Leichtigkeit und Lebensfreude

Diese Investition ist mehr als nur ein Coaching-Programm – es ist eine Investition in Dich selbst, in Deine Leichtigkeit und Lebendigkeit. Eine Entscheidung für ein Leben, das sich von innen heraus erfüllt und lebendig anfühlt.



**Preis für die 6-monatige Begleitung:
1.590 €**

(ich bitte den Betrag nach der ersten Coachingsitzung zu überweisen). Falls Du bei mir schon eine Sitzung hattest, erhältst Du bei dieser Zahlweise eine zusätzliche Ermäßigung von 50% des letzten Sitzungshonorars



**Einzelbuchungspreis
aller Leistungen:
~~2.288,80 €~~**

(Du sparst fast 700 €!)



**Flexible
Zahlungsoptionen: 2
oder mehr Raten
möglich.**

- 2 Raten zu jeweils 810,00 € nach der ersten Sitzung und nach 3 Monaten
- 3 Raten zu jeweils 550,00 € nach der ersten Sitzung und nach 2 und nach 4 Monate
- 6 Raten zu jeweils 280,00 € nach der ersten Sitzung und anschließend monatlich

Warum ist das Geschenkpaket der Leichtigkeit so besonders?

Dieses Paket trägt seinen Namen aus zwei Gründen: Du erhältst es vergünstigt als Geschenk an Dich selbst – eine Investition in dein leichteres, erfüllteres Leben. Diese Investition ist viel mehr wert als den Preis, den Du dafür bezahlst. Und es bringt Dich in eine Leichtigkeit, die nicht nur vorübergehend ist, sondern Dein ganzes Sein durchdringt.

Es ist für Dich, wenn Du ...



Klarheit und neue Kraft

Klarheit und neue Kraft und Lebensenergie in Dein Leben bringen möchtest.



Aus der Schwere aussteigen

endlich aus der Schwere und Mühsal aussteigen möchtest, - und den Modus des Kämpfens insgesamt in Deinem Leben oder einzelnen Lebensbereichen verlassen willst.



In den Lebensfluss kommen

innerlich wie äußerlich in einen klaren Lebensfluss, der genau Dir entspricht, kommen willst.



Transformation erleben

eine kraftvolle Transformation erleben und langfristige dauerhafte Veränderungen bewirken möchtest.

Das Geschenkpaket der Leichtigkeit ist ein wahres Powerpaket für tiefe, nachhaltige Veränderung und Deinen persönlich Durchbruch, genau da, wo Du bisher festhängst. Bist Du bereit, das Steuer Deines Lebens neu auszurichten? Dann freue ich mich darauf, Dich auf dieser Reise zu begleiten!

Kurz noch etwas zu mir

Mein eigener Lebensweg führte mich durch viele Herausforderungen. Ich **kenne den inneren Kampf, das ständige Funktionieren und die Sehnsucht nach echter Lebensfreude** aus eigener Erfahrung.

Seit dem Jahr 2000 begleite ich Menschen als Coach dabei, ihre Last abzulegen und ein Leben voller Leichtigkeit, Freiheit und Erfüllung zu gestalten.

- 30 Jahre Erfahrung als Coach in Persönlichkeitsentwicklung und Lebensfreude. In dieser Zeit mehr als 12.000 Coachingsitzungen für meine Klient*innen. Einige Rezensionen von Klienten findest Du [hier](#).
- **Tiefes Verständnis aus meiner eigenen Lebensreise** mit allen Höhen und Tiefen, die das Leben mit sich bringt
- Klare Strategien, um den inneren Kampf zu lösen und echte Leichtigkeit, Lebensfreude und Lebendigkeit zu erfahren

Meine Arbeit ist geprägt von echter Erfahrung, Herz und der klaren Vision: Raus aus dem Kämpfen – rein in die Leichtigkeit.

Mehr zu mir findest Du [hier](#).



Deine Reise zur Leichtigkeit beginnt jetzt

Entscheidung treffen

Erkenne, dass Du bereit bist für mehr Leichtigkeit und Lebensfreude in Deinem Leben, - insgesamt in Deinem Leben oder in einzelnen Lebensbereichen. Entscheide Dich bewusst für Deinen Weg aus der Schwere.

Kontakt aufnehmen

Vereinbare Deine erste Coachingsitzung und starte Deine 6-monatige Reise zur inneren Freiheit und Lebendigkeit.

Transformation erleben

Erfahre, wie sich Dein Leben Schritt für Schritt verwandelt, wenn Du in Deinen wahren Herzen- und Seelenfluss kommst.

Das Geschenkpaket der Leichtigkeit ist Deine Einladung, ein Leben voller Freude, Freiheit und Erfüllung zu gestalten. Nimm diese Einladung an und erlebe, wie sich Dein Leben von innen heraus transformiert.