



21 Tage Frequenzheilungsmeditation



Veränderung findet dann statt,
wenn sich dein Frequenzmuster verändert – deshalb:

Verändere deine Frequenz und du veränderst dein Leben!

Was ist Frequenzheilungsmeditation (FHM)?

Frequenzheilungsmeditation ist Meditation und energetische Fernbehandlung in Einem. Die Vorteile von Meditation werden mit kraftvollen Heilungsfrequenzen kombiniert.

Die FHM unterstützt dich dabei, dich an deine direkte Verbindung mit der Quelle zu erinnern und diese zu aktivieren. Dadurch erwacht dein Bewusstsein und löst sich aus seinen Beschränkungen.

Störende Muster und Blockaden, die dich bisher zurückgehalten haben, lösen sich auf und du entdeckst immer mehr, wer und was du wirklich bist.

Frequenzheilungsmeditation ist eine gezielte und kraftvolle energetische Unterstützung, um Störfrequenzen zu neutralisieren, dein inneres Licht klarer leuchten zu lassen und ein erfülltes und reiches Leben zu manifestieren.

Was ist einzigartig am 21 Tage Programm?

Dieses 21 Tage Programm ist für Menschen, die Altes loslassen möchten und bereit sind, sich für Veränderungen selbst zu verändern.

Während 21 Tagen hilft es dir täglich 20 Minuten lang, dich mit deiner Kraft und deinem inneren Licht zu verbinden - online und von zu Hause aus.

Während den Frequenzheilungsmeditationen verbinde ich mich energetisch mit der ganzen Gruppe und bin dadurch mit allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer verbunden.

Durch die tägliche Energiearbeit – verstärkt durch die Kraft der Gruppe - kommen alte Blockaden schnell an die Oberfläche und können gezielt aufgelöst werden.

Da ich direkt mit den Frequenzmustern arbeite, kann tiefe Klärung und Stärkung stattfinden, ohne dass ich die zu den Problemen gehörenden Geschichten der Teilnehmer kennen muss.

Für die Frequenzheilung spielt es keine Rolle, ob ich mit einer Person im gleichen Raum bin oder ob wir räumlich getrennt sind.



Warum ist die Arbeit in der Gruppe so kraftvoll?

Indem ich die Energiearbeit mit der Kraft der Gruppe verbinde, entsteht eine starke Beschleunigung des Erwachens und eine Frequenzsteigerung bei jedem Teilnehmer.

Unabhängig von den unterschiedlichen Persönlichkeiten ist die Absicht bei jedem dieselbe: wir alle wollen, dass es uns immer besser geht und wir ein schönes Leben manifestieren.

Durch diese geteilte Absicht entsteht ein starkes Kraftfeld für positive Veränderung.

Diese Kraft verbinde ich mit Frequenzen, die den Teilnehmern ermöglichen, schneller und direkter zu erwachen und ihre eigene Essenz zu aktivieren.

Sobald dieses Erwachen in uns beginnt, sorgt es dafür, dass Harmonie und Wohlergehen in unserem Leben zunehmen und wir unsere Frequenzmuster neu programmieren.

Warum verändert sich dein Leben, wenn sich deine Frequenz verändert?

Alles in diesem Universum ist Energie, welche in einem bestimmten Frequenzmuster schwingt.

Dies gilt auch für uns selbst und den Verlauf von unserem Leben. Alles schwingt und entfaltet sich entsprechend den jeweiligen Frequenzmuster, in denen wir uns befinden.

Diese Frequenzmuster haben wir meist unbewusst übernommen oder von unseren Vorfahren geerbt.

Sie entscheiden über Gesundheit und Krankheit, wie unsere Beziehungen verlaufen, welches unsere Selbstsabotagemechanismen sind und wo wir voller Selbstvertrauen sind – oder eben auch nicht.

Klarheit und Verwirrung, Stress und Entspannung, die Fähigkeit Wohlstand anzuziehen und zu behalten – oder immer wieder alles zu verlieren. All das wird erschaffen entsprechend den Mustern, auf die wir geprägt sind.

Kurz zusammengefasst: In den Bereichen deines Lebens, wo du Mangel erlebst, hast du störende Frequenzmuster.

Je mehr wir diesen Ballast auflösen und in unseren ursprünglichen Seins-Zustand gelangen, umso stärker und harmonischer werden unser Körper und unsere Psyche ...

... und umso mehr Wohlergehen manifestieren wir in unserem Leben.

Mögliche Ergebnisse durch FHM

- **Gesundheit wird gestärkt**
- **besserer Schlaf**
- **gesteigertes Wohlfühl - mehr Leichtigkeit & Gelassenheit**
- **Innere Stabilität - mehr innerer Frieden & Stärke**
- **geerdetes spirituelles Wachstum**
- **neue Türen öffnen sich**
- **destruktive Verhaltensmuster lösen sich auf**
- **Anti Aging**
- **negative Familienmuster heilen**

Weitere 21 Tage Frequenzheilungs-Informationen

Die 21 Frequenzheilungsmeditationen finden jeweils abends statt. Der Abend ist ideal, da so die Energie auch während der Nacht weiterwirken kann.

Während den Frequenzheilungsmeditationen überprüfe ich energetisch, was die Gruppe gerade braucht und arbeite dann spezifisch mit diesen Energien und Themen.

Falls es dir nicht möglich ist, live dabei zu sein: es gibt immer ein Replay, welches du später hören kannst und das genauso wirksam ist.

Du kannst die Frequenzheilungsmeditationen auch downloaden und auf deinen Geräten speichern, um sie so oft zu hören, wie du magst.

Jeder Teilnehmer erhält einen Zugangslink und ein Passwort, die spätestens einen Tag vor Beginn per Email zugesendet werden.

Um teilzunehmen braucht es keine Vorkenntnisse. Alle sind herzlich willkommen! Umso grösser die Gruppe ist, umso stärker wird das gemeinsam erzeugte Kraftfeld, von dem alle profitieren können.

Was TeilnehmerInnen schreiben

“ Erst mal sage ich: herzlichen Dank für die spannenden, intensiven und stärkenden Meditationstage!

Die drei Wochen sind im Flug vorbei, waren und sind noch immer sehr bereichernd. Ich fühlte von Beginn an wie sich meine Essenz einen Weg sucht - ja sogar drängt - um zum Vorschein zu kommen.

Wie von Zauberhand füllte sich mein Sein mit heiterer Leichtigkeit. Ich lache viel mehr, nehme viele Situationen humorvoller auf und auch mein physischer Körper fühlt sich leichter und beschwingter an.

Es gab besonders zwei Meditationen, die für mich wie ein Schlüsselerlebnis waren - es fühlte sich wie ein „Häuten“ einer Schlange an - etwas Altes blieb einfach zurück und das Neue darunter kann erblühen.

Bei beiden erlebte ich eine nicht gekannte Intensität, die mich einfach beglückt.

Claudia Fierz

“ Es war wirklich ganz wunderbar! Wie du versprochen hattest, bringt uns die FHM enorm weiter – obwohl, ich muss es gestehen – auch ich skeptisch war.

Es ist schön, die Kraft der Gruppe zu spüren, deine Stimme, die uns begleitet, zu hören und doch für sich in vertrauter Umgebung zu sein. Allein und doch nicht einsam. Genauso passt es mir.

Ich werde auf jeden Fall beim nächsten Mal, wenn du Ähnliches durchführst wieder mit dabei sein.

Kathy Sutter

“ Ganz ohne grosse Vorahnung meldete ich mich für die 21 tägige Meditation an. Es war ein einmaliges Erlebnis. Die wohlwollende Stimme von Claudia und ihre Erklärungen halfen mir, ohne Vorkenntnisse die Meditation für mich stimmig zu machen.

Zum Teil kam bei mir eine Unsicherheit auf, kann ich das oder wie soll das gehen? Im gleichen Atemzug sprach Claudia die Unsicherheit an. Dies gab mir ein gutes Gefühl.

Ich habe schon lange Menstruationsschmerzen, die ich auf diverse Arten versuchte zu mindern. Leider erfolglos. So griff ich immer einmal pro Monat zu einer Tablette. Während der Meditation verschwanden die Schmerzen ganz.

Auch den Schmerz am Fuss, der jeden Morgen beim Draufstehen angibt, spüre ich nicht mehr.

In diesen 21 Tagen passierte viel in meinem Körper. Anfangs reagierte auch mein Umfeld heftig auf meine Veränderungen. Dies pendelte sich aber schnell ein und ich wusste, dass dies passieren kann. Dadurch konnte ich besser damit umgehen.

Fabienne Doggwiler

“ Fand die 21 Tage sehr spannend, bin ein völliger Neuling, hatte noch nie meditiert, manchmal war es sehr gut, ab und zu eingeschlafen ...

... oft habe ich erst am Morgen die Neugier und Freude gefunden, hörte dir nochmals zu, fand ein Lächeln auf meinem Gesicht und konnte den Tag mit einer Leichtigkeit erleben.

Fühle mich sehr wohl.

Noch was fand ich sehr spannend. Kaum hatte ich mich mit der Kraft verbunden, sind regelmässig bis auf M. meiner Leithündin alle Hunde und der kleine Findlings Kater zu mir gekuschelt.

Tun sie sicher auch ab und zu. Was speziell war, dass sie immer an die gleiche Stelle an meinem Körper schliefen.

M. P.

“ Not really knowing what to expect I started the 21 day frequency healing meditation with curiosity and an open mind. What an incredible experience, one which I did not want to end!!!!

From the very first evening I felt I was on a journey, one which was leading me through different phases and heading towards a deep inner peace and strength.

I was guided each time to become totally present within my being, and I literally felt certain blockages releasing and day by day my essence actually becoming stronger and stronger. Hard to imagine that frequency healing of this kind has such a strong and obvious effect, but it DOES!

I enjoyed it extremely and can honestly recommend it to each and every person who would like to day by day become at peace and strength with themselves.

Thank you Claudia (and of courses the energy of the group)..... EINFACH SUPER!!! Last but not least, it is not something that stops after the 21 days..... it's something you take with you for life.

Sacha Weiss

“ Ich fand es meistens sehr entspannend, diesen Moment mit mir vor dem Einschlafen. Ich habe diese Momente des Innehaltens vermehrt in meinen Alltag eingebaut.

Es war aber auch ein bisschen ein Auf und Ab, es gab Tage, da fühlte ich mich wirklich ruhiger, entspannter, dann aber wieder lagen meine Nerven blank.

Was ich sagen kann, ist, dass ich mich stärker fühle und die Gefühle von Verzweiflung und Ohnmacht hatte ich nicht mehr.

Rahel Dürst

“ Die Meditation selber IST SUPER. Hatte immer das Gefühl, dass Du neben mir stehst. Die Distanz war nie spürbar.

D. D.

“ Die Frequenzheilung war für mich eine wundervolle Begleitung in den Schlaf.

Jeden Tag, dachte ich, wie passend das Thema für mich gewählt ist. Oft bin ich auch dabei eingeschlafen, im Wissen, dass es erst recht seine Wirkung haben wird.

Herzlichen Dank für die wundervolle Möglichkeit dabei gewesen zu sein.

Simone Roth

“ Ging nach der ersten Frequenzheilungsmeditation zu Bett und bemerkte mit der Zeit, dass sich etwas tut. Begann mich immer besser zu fühlen.

Dann gab es einen kurzen Moment, wo ich verwundert den Eindruck hatte, die Grenze zwischen mir und meiner Umgebung hebt sich auf. Habe besser geschlafen, ruhiger.

Ich hatte mit der Zeit den Eindruck, dass ich mich vom Physischen her wohl fühle in meinem Körper/Haut.

Nichts das pikst, schmerzt oder das irgendwie unpassend erscheint, sondern ein gutes Gefühl.

S. H.

“ Feedback aus meinem Umfeld: ich wurde gelassener & ruhiger wahrgenommen.

Ich habe in diesen Zeiten immer sehr gut & tief geschlafen und hatte ein gutes Gefühl beim Tagesstart.

Was ich selber bemerkt habe, rückwirkend: im Geschäft ist es mir teilweise "einfacher gelaufen" - nicht so energieaufwendig wie sonst.

Barbara Estermann

Wichtige Informationen zu Heilungerscheinungen

Die Frequenzheilungsmeditation ist nicht nur Meditation. Durch das Anregen der Selbstheilungskräfte findet beschleunigte Veränderung statt.

Es hat sich gezeigt, dass durch diese Beschleunigung bei etwa 30-40 % der Teilnehmer leichte oder stärkere Heilungerscheinungen auftreten.

Diese können entweder körperlich sein (leichtes Unwohlsein, Müdigkeit, usw.), emotional (alte Emotionen kommen nochmals an die Oberfläche, bevor sie verschwinden), geistig (Verwirrung und kurzfristiges Gefühl der Orientierungslosigkeit als Nebeneffekt der energetischen Neuorientierung) oder auch konkrete Ereignisse im Alltag, welche die Transformation beschleunigen.

Diese „Nebenwirkungen“ müssen nicht auftreten, doch wenn sie auftreten, ist es wichtig zu wissen, dass sie nur vorübergehend sind und keines Eingreifens bedürfen. Sie sind ein Zeichen dafür, dass das Alte sich auflöst und Transformation passiert, was anschliessend zu einem neuen und besseren Lebensgefühl führt.

Obwohl die meisten Menschen sich eine Verbesserung wünschen, gibt es gleichzeitig in jedem eine gewisse Angst vor Veränderung und dadurch ein Festhalten an alten Mustern. Je nach Vorgeschichte, innerer Einstellung und Entwicklung geschieht das Loslassen entweder relativ einfach und schmerzlos oder aber es tauchen vermehrt Kontrolle und Widerstand auf.

Bei jedem Menschen geschieht deshalb Veränderung auf unterschiedliche Weise. Die einen lassen leicht los und wechseln direkt zu den verbesserten Umständen, während es bei anderen zuerst kurzfristig etwas holprig werden kann, bevor es dann auch bei ihnen besser wird.

Und dann gibt es noch eine dritte, eher kleine Gruppe von Menschen, bei denen die Kontrollmechanismen so stark ausgeprägt sind, dass es mehrere Monate dauern kann, bis die Veränderungen sich manifestieren.

Alle diese unterschiedlichen Vorgehensweisen im Veränderungsprozess sind in Ordnung und sind einfach so, wie sie sind. Wenn Heilungerscheinungen auftreten, ist es empfehlenswert, sich genug Ruhe zu gönnen und sich mit dem Prozess Zeit zu lassen.

Wenn notwendig können auch ein paar Tage unterbrochen und später mit den Replays weitergearbeitet werden. Wer schnell vorwärtskommen möchte, lässt sich am besten viel Zeit dabei!

Bitte beachten: Die Frequenzheilungsmeditation ist Bewusstseinsarbeit. Sie kann eine Ergänzung aber sicher **kein Ersatz** für die ärztliche Behandlung sein. Es werden keine Heilversprechen gemacht und wenn Zweifel bestehen, bitte immer zuerst den Arzt oder die Ärztin konsultieren.