

*Dein Mini*

# WORKBOOK

LASS LOS. DANN KANN ES KOMMEN.



*mit Sam und David*

# INHALT

## Das Mini-Workbook im Überblick

3

### HERZLICH WILLKOMMEN

Du darfst ankommen, wir stellen uns vor.

6

### MINI-MODUL 1

Soulfood

9

### MINI-MODUL 2

Lege deine Rollen ab und trete ein in dein Selbst.Bewusst.Sein

22

### WIE GEHT ES WEITER

Deine Möglichkeiten

29

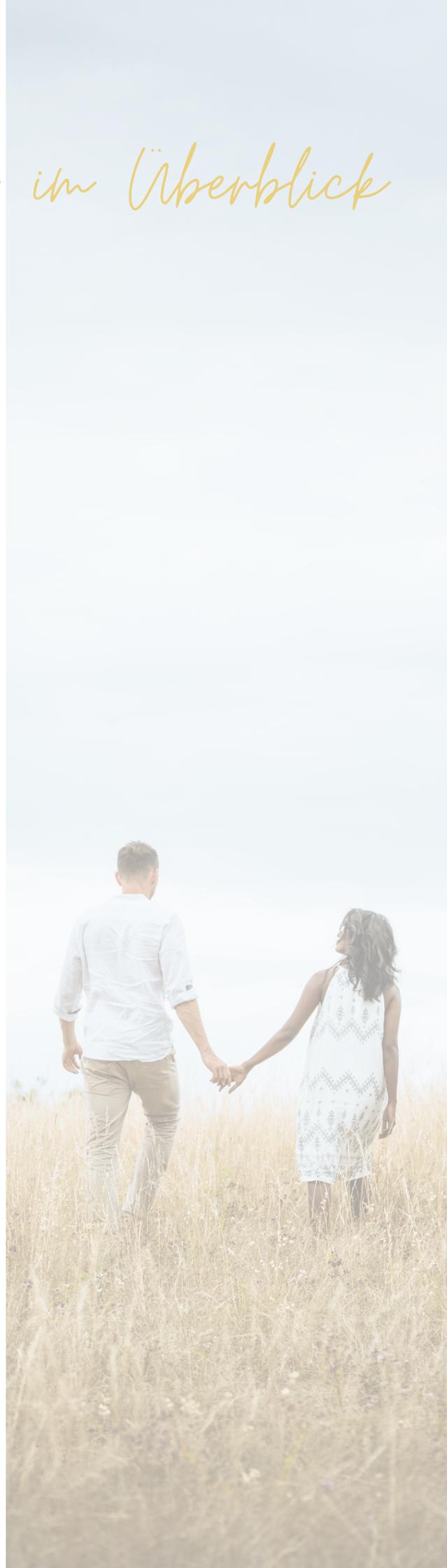
### DEINE EINLADUNG

Lass dich persönlich von uns coachen im kostenfreien Live-Event

 [die.acht](#)

 [Die Acht - Befreie deine Intuition](#)

 [die-acht@sam-david.de](mailto:die-acht@sam-david.de)





# HERZLICH *Willkommen*

Alles ist Energie, alles ist Schwingung. Die Gebrauchsanweisung ist daher auch sehr ähnlich wie bei einem Radio: Egal ob du empfangen willst oder mit deinem eigenen Programm auf Sendung gehst, musst du in der Lage sein, dich mit der entsprechenden Frequenz verbinden zu können.

Wenn du die Mechanismen verstanden hast und weißt, wie du dich verbinden kannst, dann wird es dir möglich sein, Neues über dich und die Welt da draußen zu erfahren, dich schneller zu entwickeln und schließlich auch deine Gabe in die Welt zu bringen.

Diese Reise hat längst begonnen und es ist wundervoll, dass dich der Weg zu uns geführt hat. Hier bist du genau richtig! Jetzt gehen wir gemeinsam den nächsten Schritt.

Wir nehmen dich an die Hand und zeigen dir ein neues Bewusstsein über die Verbindung zu deinem innersten Selbst und zu der Welt im Außen.

Denn diese Verbindung ist der Schlüssel zu allem. Ganz einfach. Ganz intuitiv.

Wir freuen uns, dich nun ein kleines Stück des Weges begleiten zu dürfen und wünschen dir viel Freude mit diesem Mini-Workbook!

*Deine Sam und David*

 [die.acht](#)

 [Die Acht - Befreie deine Intuition](#)

 [die-acht@sam-david.de](mailto:die-acht@sam-david.de)

# WAS WIR TUN

## *Das Ziel*

Das Leben bewegt sich. Es ist im Fluss. Wenn du wahrhaftig ins Leben eintreten möchtest, dann musst du dafür nichts erzeugen, sondern dich einfach immer mehr mit diesem Energiefluss verbinden. Es ist ein Prozess der Befreiung. Du befreist dich von den Blockierungen, die dich bisher noch von dir selbst und deinem Potenzial abgetrennt haben.

Ins Leben einzutreten bedeutet auch Begegnung. Egal ob du Bekanntes oder Fremdes triffst, dich mit Einflüssen von außen konfrontiert siehst oder dich auf die Reise zu deinen inneren Anteilen begibst: Nur wenn du die richtige Sprache findest, die dich mit dem Gegenüber verbindet, führt diese Begegnung zur echten Kreation..

Leben bedeutet also Kommunikation und Verbindung. Die gemeinsame Sprache, die dich mit allem verbindet, ist das Fühlen. Das intuitive Fühlen ist die Schnittmenge aller Informationen, sozusagen die komprimierte Datenmenge. Auf kleinstem Raum ist hier alles Wichtige enthalten.

Und deshalb möchten wir gemeinsam mit dir umso genauer hinschauen und das Mit-Fühlen neu ergründen. Wir möchten diese Sprache fließend mit dir sprechen und werden dich Schritt für Schritt wieder mit dir selbst, deinen inneren Anteilen und der Welt im Außen zu einem Ganzen verbinden.

*Das ist unser Ziel für dich :*

*Ganz. Einfach. Leben.*

# Es geht los

## DER START

Dieses Mini-Workbook steht ganz unter dem Motto  
“Loslassen”.

Du musst also gar nicht so viel tun. Vielmehr darfst  
du dich von dem ein oder anderen befreien und  
“nicht tun”.

Wir empfehlen dir, dass die Fragen und Anstöße des  
Workbooks auf separaten Notizblättern für dich  
umzusetzen. So bist du umso freier und kannst dein  
(Unter-)Bewusstsein fließen lassen.

**WIR WÜNSCHEN DIR DABEI VIEL FREUDE!**





# MINI-MODUL 1

## Soulfood

### DU HAST ES DIR VERDIENT, GUT ZU DIR ZU SEIN. WAS IST DEIN SOULFOOD?

#### EINE KLEINE GESCHICHTE

"Was das Ego nicht tat."

Es war einmal ein großes Ego, das seine Größe nicht richtig entfalten konnte. Es war verletzt worden und seither blockiert. Dem Ego fiel es besonders schwer, sich diese Verletzung einzugestehen, schließlich war es das Ego und konnte sein unendliches Potenzial ganz genau erkennen. Es war so nah. Und gleichzeitig doch so fern, scheinbar abgetrennt. Oh, welch furchtbare Qualen es litt. Es war so schmerzhaft, dass das Ego fortan versuchte, den schmerzenden, schlechten Teil, der den Fortschritt immer wieder aufhielt, einfach von sich abzuschneiden und den guten Teil dafür immer weiter zu vermehren.

Ein harter, aufopferungsvoller Kampf, doch das Ego war sich gewiss, dass es eines Tages den richtigen Zipfel erwischen und sich endlich von dieser lästigen Plage befreien würde. Was das Ego nicht wusste: Es arbeitete tatsächlich die ganze Zeit gegen sich selbst. Kein Wunder, erreichte es nie die gewünschten Ziele.

Die Seele hingegen, die nicht bewertete und urteilte, vermochte die Großartigkeit und die Perfektion des Egos auf beiden Seiten zu erkennen und wollte sich sehnlichst mit ihnen allen verbinden. Doch leider verwehrte das Ego der Seele den Zugang. Nicht nur zu den schmerzhaften Stellen konnte sie nicht mehr gelangen. Auch der starke Teil des Egos war unerreichbar für die Seele geworden. Denn das Ego wollte die Dinge alleine erreichen und sich selbst beweisen.

Doch die Seele war geduldig und wartete. Schließlich sah sie auch die Angst, die das Ego vor der gemeinsamen Vereinigung hatte. Und das war auch völlig in Ordnung. Sie konnte nur immer wieder die Einladungen aussprechen und mitansehen, wie sich das Ego dagegen wehrte und noch mehr kämpfte.

Eines Tages zahlte sich das Warten dann aber endlich aus. Natürlich wusste das Ego schon längst, dass die Seele ihm seit jeher gerne unter die Arme greifen würde und mit seiner unvorstellbaren, fast schon magischen Macht helfen wollte.

Doch wer wäre das Ego gewesen, wenn es die Unterstützung gleich am Anfang schon angenommen hätte? Da es sich mittlerweile nun aber zu lange und vergeblich am Leben gerieben hatte, wollte das Ego diesen einsamen Kampf endlich beenden. Insgeheim war es sogar der Wunsch des Egos, gemeinsam mit der Seele zu verschmelzen und in voller Pracht zu erstrahlen. Denn wenn sich beide zusammäten, so die Legende, entstünde etwas wirklich Großes.





# MINI-MODUL 1

## Soulfood

Und wer wäre das Ego nun gewesen, wenn es diese magischen Kräfte nicht nutzen wollte? Auch wenn es bedeutet, dass es sich zu einem Teil aufgeben müsste, würde es doch wachsen und noch größer werden. So war es nun bereit für die Begegnung mit der Seele.

Als das Ego die nächste Einladung der Seele nun annehmen konnte, wollte das Ego wissen, was es denn tun könne.

"Nicht!" antwortete die Seele.

"Nichts tun ist eine Schwäche und fällt mir immer schon sehr schwer. Das entspricht nicht meiner Natur", wandte das Ego ein, "Aber weil ich wirklich gut in allem sein möchte, werde ich natürlich mein Bestes versuchen. Das ist schließlich eine edle Tugend. Und zudem ist es sicherlich nicht verkehrt, jetzt tatsächlich mal eine absolute Pause einzulegen."

"Nein", sagte die Seele, "du darfst jetzt nicht tun. Das ist ein großer Unterschied. Denn wenn du nichts tust, dann schaltest du dich einfach ab. Wenn du aber nicht tust, das hältst du inne und bleibst einfach mal stehen. Dann beobachtest du, ohne zu bewerten, ohne zu tun und in Bewegung zu versetzen. Und dann darfst du nach deinen eigenen, wahren Bedürfnissen fragen. Fühle dabei in dich selbst hinein. Gibt es dort leise Bedürfnisse, die lange nicht gehört sind? Und ein kleiner Tipp noch, damit wir beide uns umso leichter vereinen können: Diese leisen Bedürfnisse verlangen meist gar nicht viel. Im Gegenteil. Sie werden dir sogar dabei helfen, dir selbst Gutes zu tun. Denn sie sind du."

"Puuuh!", ächzte das Ego, als es die Aufgabe erkannte. "Hinter dieser Weichheit steckt eine Menge Stärke. Dann lass uns doch mal schauen, was wir alle gemeinsam (nicht) tun können."

Das Ende  
Der Anfang



# MODUL 6

## Soulfood

### DIE UMSETZUNG

Das Einzige, das versucht, das Ego zu bekämpfen, ist das Ego selbst. Und genau deshalb lautet die Devise: Take it easy! Leicht, spielerisch und kreativ .

Geh einfach mal raus "Spielen". Auf die Schaukel. Spring in ein Pfütze. Mach einen Kopfstand. Tue Dinge, die du zum ersten Mal tust. Tue Dinge, bei denen du weißt, dass du kein Profi bist und tue sie trotzdem einfach so aus Spaß. Sei faul. Sei peinlich. Schlüpf in eine Fantasie-Rolle. Lass dir (Lebens-)Tipps von Kindern geben. Bastle. Male. Singe. Tanze. Lache. Gönn dir eine Qualitäts-Auszeit. Belohne dich mit etwas Schönerem. Tu, was auch immer deine Seele wirklich nährt. Oder tue auch mal nicht, denn das nährt sie auch.

Manchmal ist weniger doch mehr. Für deinen Prozess ist es nicht wichtig zu WISSEN, was du brauchst. Viel wichtiger ist es immer wieder in dich hinein zu FÜHLEN und zu erkennen, was dein System und vor allen Dinge deine Seele dir wirklich signalisiert.

Und das passiert niemals im "Kampf um Verbesserung", sondern immer über die spielerische Leichtigkeit.

Und diese Leichtigkeit entsteht nicht dadurch, dass du die Seele baumeln lässt. Sie entsteht dadurch, dass der andere Part von dir ein wenig loslässt und deine Seele endlich mal wirken und dich führen lässt.

**Also: Was nährt deine Seele wirklich? Und wie kann deine Seele dich nähren?**



*Wir wünschen dir dabei viel Freude!*



Zusätzlich darfst du dich von Sam beschenken lassen und in eine wundervolle, heilsame Verbindung mit dir selbst führen lassen.

Über den folgenden Link kommst du zur 60 minütigen Aufzeichnung:  [Zum Video](#)





## MINI-MODUL 2

## Selbst.Bewusst.Sein

### NICHT ENTWEDER ODER. SONDERN SOWOHL ALS AUCH.

**Bevor du beginnst:** Es stehen dir wertvolle Impulse bevor, aber du musst nicht alle drei Übungen durchführen und schon gar nicht abarbeiten, um zu irgendeinem Ziel zu gelangen.

Um zu wachsen musst du ursprünglich nichts wissen, suchen oder erzeugen. Vielmehr darfst du dir zeigen lassen und finden. Passieren und entstehen lassen. Du bist im Flow.

Nun ist das Leben voller Möglichkeiten. Und je mehr du dich mit dir selbst und der Welt verbindest und in diese Fülle trittst, desto weniger kannst du alles machen und kontrollieren, jede einzelne Information auswerten, verstehen und integrieren. Aber du kannst lernen, dich ganz bewusst von den Wellen dieser Überflut treiben zu lassen und dabei deine eigene Linie zu finden.

Du reitest auf diesen Wellen, ein freudvoller Tanz mit den Elementen. Spüre die Schönheit des Momentes. Du wirst getragen von einer gewaltigen Macht, kannst aber dennoch frei wählen und dich navigieren. Alles ist vollkommen. Und gleichzeitig vergänglich.

Die beste Navigationshilfe ist dein befreites Gefühl. Dein Gefühl kann dir zeigen, welche der Begegnungen und Möglichkeiten, die um dich herum strömen, für dich bestimmt sind, oder auch nicht. Ebenso kann es dir den Zeitpunkt zeigen, wann du den Dingen begegnen darfst. Oder ihnen vielleicht gar nicht begegnen musst. So musst du dich nicht unter Druck fühlen, denn vieles wiederholt sich und kehrt ohnehin wieder. Die nächste Welle kommt. Zum richtigen Zeitpunkt eben.

So verschaffst du dir jetzt erstmal einen Überblick, lässt dich inspirieren und dein Gefühl wählen, ob, wann und welche der folgenden Übungen für dich bestimmt sind. Mach dir deine Bedürfnisse und eventuellen Widerstände bewusst, die du im Hier und Jetzt, in diesem Moment, fühlen kannst und lass die Entscheidung passieren.

Und die besten Entscheidungen, die du in der gemeinsamen Absprache mit deinen inneren Anteilen treffen kannst, bedeuten immer sowohl als auch.





## MINI-MODUL 2

### *Selbst.Bewusst.Sein*

UND SCHLIESSLICH LÖST DU DICH AUS DEM  
EIGENEN TRUGSCHEIN UND TRITTS IN DEIN SEIN.  
DENN DU BIST.

Nichts ist wie es scheint. Alles ist ok, wie es ist. Es ist.

Dein körperliches, irdisches Ich wurde mit einem Bewusstsein in die Welt geboren, das den kollektiven Erfahrungsschatz deiner gesamten Ahnenlinie, sogar der gesamten Menschheit in sich trägt. Instinkte, Glaubenssätze, traumatische Erlebnisse und deren (oft mühsame Überlebens- und) Lösungsstrategien. Wie sehr hast du diese Programmierungen unreflektiert übernommen oder gar selbst mitentwickelt, statt die Dinge und dich selbst dabei tiefer zu hinterfragen?

Ebenso darf der feinstoffliche Teil deiner Seele seine Erfahrungen noch sammeln, ist nicht allwissend und unterliegt so mancher Täuschung. Deshalb ist jede Ent-Täuschung so etwas wie eine kleine Erleuchtung. Der Schleier fällt und du entdeckst einen neuen Teil der Wahrheit. Die Welt hat sich gerade für dich verändert und du kannst austreten aus der alten Rolle, die du im bisherigen System noch ausgefüllt hast.

Du füllst viele Rollen aus. Sehr viele. Und du befindest dich in genauso vielen (Glaubens-)Systemen. So kannst du bei genauerer Betrachtung erkennen, dass du aus eben diesem Grund noch gar nicht du selbst sein kannst, weil du immerzu eine Rolle auszufüllen musst, die Teil eines Aktes ist.

Dieser Akt ist kein Schauspiel, sondern die nackte Wirklichkeit (im Unterschied zur Wahrheit). Der Trug liegt darin verborgen, dass wir uns des Rollenspiels nicht bewusst sind und uns zudem nicht mit den Menschen verbinden können, die hinter den anderen Rollen stecken.

Verbindung passiert im Hier und Jetzt, in diesem Moment. In deinem bewussten Sein. Also raus aus den Limitierungen deiner Rollen und rein in die wundervolle Freiheit. Spreng deine Grenzen. Aber ohne Kampf, sondern durch die Erkenntnis, dass die Barrieren niemals wirklich da waren.

Es ist alles wie zuvor. Denn es ist. Nur eben ganz anders.

---

---

*Das ist dein bewusstes Sein.*





## MINI-MODUL 2

### Selbst.Bewusst.Sein

#### 1. DEINE ROLLEN IM DRAMADREIECK

Prinzipiell kannst du sämtliche deiner Rollen in drei Archetypen unterteilen: Der Täter, das Opfer und der Retter. Einer teilt aus, der andere steckt ein und der dritte wirft sich mit den edelsten Absichten dazwischen.

Aber sie befinden sich in einem immerwährenden Dramadreieck, wobei jede einzelne Partei die gemeinsame Dynamik antreibt. Durch die Besetzung einer Rolle werden die beiden anderen zwingend auf den Plan gerufen.

Um das Chaos perfekt zu machen, bleibst du innerhalb einer solchen Begegnung tendenziell zwar in einer festen Rolle, aber nicht selten wird das Aufeinandertreffen zum kunterbunten Wechselspiel.

Ein ganz einfaches Beispiel dafür ist ein Streit, also ein verbales Wortgefecht: Angenommen, du fühlst dich zu Unrecht angegriffen (Opfer). Das impliziert, dass der andere dir etwas getan hat (Täter) und im Prinzip sollte doch zumindest eine höhere Gerechtigkeit dafür Sorge tragen, dass dies aus der Welt geschafft wird (Retter) und Einsicht geschieht. Da gerade niemand anderes zur Stelle ist, schlägst du mit aller Finesse und Wortgewalt selbst zurück. Immerhin ist es ja dein Recht, dich zu verteidigen. In Wirklichkeit springst du also aus der Rolle des Opfers hinein in die des Täters und machst dein Gegenüber nun wiederum zum Opfer (Wechsel).

Aber egal wie verzwickelt und verworren der Verlauf deiner persönlichen Dramen auch ist: Wenn du authentisch und tiefgründig in die Übungen gehst, dann wirst du die Regeln für dieses Spiel sehr schnell durchschauen und die Dynamiken auch in anderen Dreiecken einfach unterbrechen, indem du deine generellen Rollen ablegst und deine Begegnungen in eine neue, neutrale Energie führst.

Dazu wirst du nun deine zwischenmenschlichen Beziehungen näher beleuchten. Beziehe aber auch die Verbindung zu abstrakteren Konzepten, wie z.B. zur Gesellschaft, der großen Welt oder auch zu ideellen Werten und allgemeinen Ansichten als mögliche Akteure mit ein.

Zum Dramadreieck stehen dir zwei alternative Übungen zur Auswahl: (A) "Dein ganz spezielles Dramadreieck" und (B) "Deine Rollen in der Transformation".





## MINI-MODUL 2

### Selbst.Bewusst.Sein

#### A. DEIN GANZ SPEZIELLES DRAMADREIECK

SITUATION: \_\_\_\_\_

**TÄTER**  
Name: 

**OPFER**  
Name: 



**RETTER**  
Name: 

1. Fühle dich mit deiner Neutralität in die Grundessenzen der einzelnen Archetypen ein, ohne dabei die Rollen zu bewerten. Du lernst ohnehin alle drei kennen. Für diese Übung ist es nur wichtig, welcher Anteil in diesem Moment am meisten mit dir resoniert. In welche Richtung tendierst du? Zeigt sich gerade mehr der Täter, das Opfer oder der Retter in dir? Markiere dich im Dreieck.

2. Welche Situation kommt dir dazu spontan in den Sinn?

3. Wer sind die beteiligten Personen/ Instanzen, die in den beiden anderen Rollen stecken? Trage die Namen im Dreieck ein.

4. Nimm drei separate Zettel, notiere darauf eure Namen mit den entsprechenden Rollen und ordne sie im Dreieck in einer für dich stimmigen Konstellation. Fühle wo die Position der anderen ist und wie weit die Distanz zu ihnen ist.





## MINI-MODUL 2

### Selbstbewusst Sein

5. Nun möchtest du dich in beliebiger Reihenfolge mit den Rollen verbinden und in die einzelnen Positionen einfühlen. Erde und öffne dich noch einmal, mach dich fließend und reguliere dein System.

Mach dich ganz frei und sei bereit, dich mit den energetischen Informationen der Rolle zu verbinden. Du kannst dir z.B. vorstellen, dass du vor einer Säule stehst, die aus diesem Informationsfluss besteht. Dann tritts du ein. Gerne kannst du dir zur rituellen Unterstützung den entsprechenden Zettel zur Brust nehmen und die Information so zu dir holen.

Wenn du dich mit diesen Informationen verbindest und die Welt aus einer anderen Perspektive wahrnimmst, wirst du deine Neutralität und deine absolute Ehrlichkeit die ganze Zeit über immer wieder beobachten und regulieren müssen.

Bleibe also in der neutralen Verbindung und stelle dir in dieser Rolle die folgenden Fragen, die in beiden Richtungen funktionieren: Zum einen aus der Perspektive der der Rolle, mit der du gerade verbunden bist im Bezug zu den beiden anderen. Und zum anderen genau umgekehrt, also im Bezug auf diese momentane Rolle. Notiere deine Antworten, dann wechselst du die Rolle.

- 
- WAS ÄRGERT MICH, VERWIRRT MICH, MACHT MICH TRAUIG ODER ENTTÄUSCHT MICH IN DIESER SITUATION?
    - WIE SOLL SICH MEIN GEGENÜBER ÄNDERN? WAS SOLL ES TUN?
    - WAS HAT MICH IN DIESE SITUATION GEBRACHT? WAS IST MEIN ANTRIEB?
    - WELCHEN RAT MÖCHTE ICH MEINEM GEGENÜBER ANBIETEN?
    - WELCHEN RAT MÖCHTE ICH MIR SELBST GERNE GEBEN?
  - WAS SIND MEINE EIGENTLICHEN, EMOTIONALEN BEDÜRFNISSE?

**Tip:** Schüttele die energetische Information der Rolle vor dem Wechsel in die nächste Position einfach von dir ab.





## MINI-MODUL 2

### Selbstbewusst Sein

6. Im nächsten Schritt darfst du dir nun die Antworten der jeweiligen Rollen ansehen und dich noch einmal wie in Schritt 5 mit den energetischen Informationen verbinden und dich in alle drei Positionen begeben. Was ist die Reaktion auf die Antworten des Gegenübers?

- 
- KANN ICH MEIN GEGENÜBER WIRKLICH VERSTEHEN? WAS WÜRD E ICH IN DIESER SITUATION FÜHLEN?
    - GIBT ES BEDINGUNGEN DES GEGENÜBERS, DIE ICH ERFÜLLEN KANN? WAS IST MEIN ANGEBOT?
    - KANN ICH DEN RATSCHLAG DES GEGENÜBERS ALS GESCHENK ANNEHMEN?
    - WAS KANN ICH TUN, UM DIE INTERESSEN BEIDER SEITEN ZUEINANDER ZU BRINGEN?
    - WAS BRAUCHT MEIN GEGENÜBER VON MIR, DAS ICH NOCH NICHT LEISTEN KANN?
  - WAS PASSIERT MIT DEM GEGENÜBER, WENN ICH MEINE ROLLE EINFACH ABLEGE?

7. Im letzten Schritt dieser Übung überprüfst du nun deine Einstellung und die Gefühle aus der ursprünglichen Situation. Wie gut konntest du die unterschiedlichen Rollen verstehen? Welche Erkenntnisse konntest du gewinnen und für dich nutzen? Was hat sich geändert? Wie wirst du in die nächste (ähnliche) Begegnung gehen?

---

---

---





# MINI-MODUL 2

## Selbstbewusst. Sein

### B. DEINE ROLLEN IN DER TRANSFORMATION

#### DER TÄTER



In welchen Beziehungen weise ich zurecht, mache Vorwürfe, kritisiere, weise Schuld zu, klage an, setze den anderen herab, stelle mich über, ziehe zur Rechenschaft, fühle mich im Recht oder „missioniere“ und handle eigentlich in guter Absicht? Was habe ich zu dieser Situation beigetragen? Wie habe ich mich selbst dort hinein gebracht?

---

---

---

#### DAS OPFER



In welchen Beziehungen unterwerfe ich mich, bin kindlich, hilflos, schüchtern, unwissend ODER bin rebellisch, angriffslustig, bringe andere gegen mich auf, fühle mich bestätigt durch den Schmerz, rechtfertige den Täter/Retter aus Schutz vor Verzweiflung? Was habe ich zu dieser Situation beigetragen? Wie habe ich mich selbst dort hinein gebracht?

---

---

---

#### DER RETTER



In welchen Beziehungen springe ich ein, tröste, gebe Ratschläge, wurde ich nicht ausdrücklich darum gebeten, bekomme Bestätigung (vom Opfer), werde gebraucht oder erkenne (dem Opfer) die Fähigkeit des selbstständigen Handelns ab? Was habe ich zu dieser Situation beigetragen? Wie habe ich mich selbst dort hinein gebracht?

---

---

---

Kleiner Reminder: Erde und öffne dich, mach dich fließend, reguliere dein System und lass dich von deinem Gefühl wahrhaftig reflektieren.





## MINI-MODUL 2

### *Selbst.Bewusst.Sein*

Nun betrachte jeweils eine Beziehungen aus dem letzten Schritt und führe deine Rolle dabei in eine neutrale Energie.

#### DER TÄTER WIRD ZUM VERHANDLER

Wie kann ich ...[gegenüber XY] meine Überzeugungen und Interessen vertreten, mich aber gleichzeitig auch einfühlen, nach Bedürfnissen und Bedingungen fragen? ...meine Kräfte und Energien aufwenden, ohne [XY] dabei zu schaden? ...meine Bedürfnisse äußern, ohne zu kontrollieren oder bestrafen? ...wahrhaftig kooperativ und konstruktiv sein? ...mich mit [XY] verbinden und selbst berührt werden? etc.

---

---

---

#### DAS OPFER WIRD ZUM HILFESUCHENDEN

Wie kann ich ...[XY] um die nötige Hilfe bitten, anstatt abzuweisen und wegzuschieben? ...mich [gegenüber XY] ganz authentisch mit meiner Verletzlichkeit zeigen? ...meine eigene Situation, den Schmerz und die Schwäche annehmen? ...selbst Verantwortung übernehmen und aktiv werden? ...wie könnte ich die Probleme mit meinen jetzigen Ressourcen und Unterstützungen lösen? etc.

---

---

---

#### DER RETTER WIRD ZUM UNTERSTÜTZER

Wie kann ich ...einfühlsam auf die wirklichen Bedürfnisse von [XY] eingehen, statt durch die Rettung meine eigene Welt in Frieden bringen zu wollen? ...die Selbständigkeit und Eigenverantwortung [von XY] respektieren? ...mit [XY] arbeiten und einbeziehen, statt alles zu übernehmen? ...meine Unterstützung als Einladung aussprechen, die [von XY] bei Bedarf angenommen werden kann aber nicht muss? ...auch mal Nein sagen? etc.

---

---

---





## MINI-MODUL 2

### Selbstbewusst. Sein

Du hast deine Rollen deutlicher in die Neutralität geführt und kannst nun für dich die wahren Bedürfnisse erfüllen, die dich bisher immer wieder in die Dynamiken gesteuert haben. Versetze dich noch einmal in die ursprüngliche Rolle und hinterfrage deine Motivation.

#### DER URSPRÜNGLICHE TÄTER



Was genau tue ich als Täter? Warum tue ich es? Was sind meine emotionalen Bedürfnisse, die mich antreiben? Kann ich ihnen auch auf andere Art gerecht werden?

---

---

---

#### DAS URSPRÜNGLICHE OPFER



Was genau tue ich als Opfer? Warum tue ich es? Was sind meine emotionalen Bedürfnisse? Kann ich ihnen auch auf andere Art gerecht werden?

---

---

---

#### DER URSPRÜNGLICHE RETTER



Was genau tue ich als Retter? Warum tue ich es? Was sind meine emotionalen Bedürfnisse, die mich antreiben? Kann ich ihnen auch auf andere Art gerecht werden?

---

---

---

Kleiner Reminder: Erde und öffne dich, mach dich fließend, reguliere dein System und lass dich von deinem Gefühl wahrhaftig reflektieren.



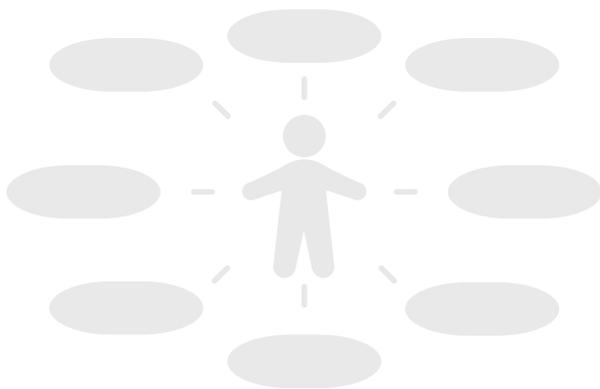


## MINI-MODUL 2

# Selbstbewusst Sein

### 2. DIE ROLLEN DEINES LEBENS

1. Natürlich füllst du auch noch viele andere Rollen. Wer musst du in diesem Leben alles sein? In welche Positionen projizierst du dich selbst? Wie lässt du dich von anderen formen? Finde 15 Rollen.



[Bsp.: Mutter, Bruder, Lehrer, Versorger, Zuhörer, Anführer, Gute Seele, Ordnungshüter, Organisator, Heiler, Spiritueller, Verbinder, Sportler, Freund, Bücherwurm, Sternzeichen, Gesundheitsmensch, Stereotyp, Klassenclown, etc. ...]

2. Jetzt verbindest du dich mit den einzelnen Rollen und fühlst dich in das individuelle Sterbebett-Szenario ein. Wie fühlt sich die Rolle? Was bereut sie? Was würde sie anders machen wollen? Was sind die ultimativen Konsequenzen ihres Lebens?



3. Lege deine Rolle einfach ab. Spüre, wo diese übernommene Energie sitzt. Gib ihr die Erlaubnis zu existieren und so lange bei dir zu bleiben wie nötig. Aber gib ihr auch den Freiraum zu gehen, wenn sie möchte. Wenn du neutral genug bist, kannst du auch bestimmen, dass sie dich verlässt.

Wenn es dir hilft, dann kannst du den Prozess auch rituell unterstützen durch vergraben oder verbrennen oder weggeben von assoziierten Gegenständen. Sei kreativ und finde heraus, was dir am besten dabei hilft.





## MINI-MODUL 2

# Selbst.Bewusst.Sein

### 3. DIE ANNAHME

Alles ist ok, wie es ist. Denn es ist. Die individuelle Wahrnehmung und Bewertung dieser absoluten Wahrheit hingegen ist eine (un)bewusste Entscheidung.

Bedingungslose Annahme ist elementar wichtig für deine Heilung. Denn nur so kannst du aus deiner persönlichen Wirklichkeit austreten und die Wahrheit erkennen.

Bedingungslose Annahme bedeutet, das "Problem" ehrlich einzuladen und ihm anbieten, so lange zu bleiben, wie es wünscht. Zur Not für immer. Schließlich ist es kein Problem, sondern ein Teil deines Systems, der dich auf die (neue) Wahrheit aufmerksam machen will.

Und so darfst du dir nun an einem Reibungspunkt deiner Wahl die folgenden 4 Fragen in gewohnter Manier tiefgründig und ehrlich beantworten und deine Gedanken niederschreiben.

1

WAS MACHT MICH UNGLÜCKLICH?

2

WARUM MACHT MICH DAS UNGLÜCKLICH?

3

WIESO GLAUBE ICH DAS?

4

WAS BEFÜRCHTE ICH, KÖNNTE PASSIEREN,  
WENN DICH DAMIT EINFACH GLÜCKLICH WÄRE?





## MINI-MODUL 2

### Selbst.Bewusst.Sein

#### 4. DIE INTEGRATION

Nun gibt es keine "Arbeit" mehr für dich. Aber du möchtest die Anstöße in deinen Alltag tragen. Diese beiden Vorschläge können dir dabei wertvolle Unterstützung geben:

##### DAS ARMBAND



Es kann ein Armband, ein anderes Schmuckstück oder ein beliebiger Gegenstand in deiner Hosentasche sein: Du legst ganz einfach die Intention auf den sprichwörtlichen "Knoten im Taschentuch", dich jedes Mal davon erinnern zu lassen, was du gerne im Alltag wieder entdecken und umsetzen möchtest.

##### DAS JOURNALING



Eine Reflexion am Ende des Tages kann Wunder wirken. Und dann formuliere es in die Essenz und integriere so dein Bewusstsein!

TAG 1

---

TAG 2

---

TAG 3

---

TAG 4

---

TAG 5

---

TAG 6

---

TAG 7

---

Du bist wundervoll 





## MINI-MODUL 2

### Selbst.Bewusst.Sein

#### 5. WIE GEHT ES WEITER

Einmal tief durchatmen! Schau einmal ganz achtsam in dich hinein und realisiere, wo du angekommen bist. Was hat sich durch diese Mini-Reise verändert?

Natürlich ist die Welt noch (fast) dieselbe wie zuvor. Doch irgendetwas ist bestimmt anders. denn du hast dich mit deinem Inneren verbunden.

Und klar, da gibt es noch so viel mehr zu entdecken. Vor allen Dingen schaffen ein paar einfache Übungen noch lange keine echte Transformation. Aber trotzdem darfst du dir selbst DANKE sagen, dass du diese Schritte gegangen bist.

Und **wenn du Lust auf mehr hast**, dann findest du auf den folgenden Seiten noch einige Infos zu den Möglichkeiten, die wir dir bieten können. So kannst du dich z.B. in unserem **Live-Event** einfach mal **kostenfrei von uns coachen lassen!**

Wir sagen von ganzem Herzen Danke für deine vertrauensvolle Offenheit und freuen uns, dich vielleicht schon bald im Live-Event persönlich begrüßen zu dürfen!



Deine Sam und David



*Wie geht es weiter* →

# DEINE MÖGLICHKEITEN

## DEINE AUSBILDUNG ZUM INTUYOU-LIFECOACH

Wenn du deine Intuition noch klarer und präziser erfahren möchtest als je zuvor, dann ist diese Ausbildung genau das Richtige für dich.

Wir führen dich in die volle Kraft deiner Intuition und zeigen dir, warum gerade durch diese Leichtigkeit selbst "austherapierte" Klienten in kürzester Zeit endlich die Erfolge verspüren, um die sie jahrelang gekämpft haben. Die tiefergehenden Impulse wirst du direkt in der Partnerarbeit umsetzen und deine intuitiven Kanäle dadurch immer weiter verfeinern.

Du wirst lernen, die fundamentalsten Blockierungen deines Gegenübers wahrhaftig zu berühren und dadurch spielerisch einfach zu lösen. Denn echte Heilung geschieht immer leicht und einfach. Durch echte Verbindung.

Egal, ob du coachen oder selbst heilen möchtest: Die echte Verbindung zu deinem Gegenüber erfährst du durch die echte Verbindung zu dir selbst - und umgekehrt. Das eine existiert nicht ohne das andere. Es ist eins.

Der nächste Schritt führt dich hinein - IntuYou!

*Wir freuen uns auf dich !*



# ÜBERSICHT

## zur Ausbildung

01

### DIE HEILREISE

Im ersten Schritt der Ausbildung wirst du deine Intuition befreien und dich noch bewusster an dich selbst anbinden. Wir führen dich auf unserer E-Learning Plattform zurück zu deinem wahren Kern und die Energiearbeit mitten hinein ins Leben. Die eigens dafür abgestimmten Verbindungsübungen ergänzen deine eigenständige Arbeit mit den Lernvideos und dem Workbook perfekt und öffnen dir die Welt des feinfühligsten Spürens immer mehr.

02

### DAS INTUYOU-COACHING

Nun zeigen wir dir, warum unsere 1:1 Klienten mehr erreichen, während sie gleichzeitig sogar weniger Aufwand und Mühe haben.

Du wirst die Essenzen des intuitiven Heilens gemeinsam mit uns erlernen und mit anderen Teilnehmern direkt in die Praxis umsetzen.

In wechselnder Partnerarbeit darfst du dich einerseits als Klient tiefer in die Verbindung mit deinen Anteilen führen lassen. Vor allem aber lernst du durch die Perspektive des Coaches und Begleiters Neutralität und wahres Mitgefühl als die wertvollsten Hilfsmittel für deine eigene Anbindung kennen.



### DER BONUS

Wir begleiten deinen Prozess jede Woche mit einem zusätzlichen Zoom-Call. Dort beantworten wir alle deine Fragen ganz persönlich und geben dir immer wieder neue Impulse für deine Prozesse - und das dauerhaft und so lange du möchtest auch über die Ausbildungszeit hinaus.

WIR MÖCHTEN DIR EINEN SANFTEN WEG ZEIGEN, DER DICH GLEICHZEITIG ZU DEINER STÄRKE FÜHRT ... UND UMSO SCHNELLER AN DEINE ZIELE.

*Ist dein inneres Ich bereit?*





Phase 1

# DIE HEILREISE

Wir führen dich tief in deine innere Welt, arbeiten intensiv an deinen Themen und regulieren dein Energie-System. Aber vor allem befreist du dich und trittst in deine Kraft. Wenn dein Gefühl dich ruft, dann vertraue ihm!

## Modul 1 ERDUNG

Es geht los! Du trittst ein in die Welt der Energien. Und dieser Weg führt nicht nach oben, sondern du kommst viel mehr im Hier und Jetzt an – bei dir selbst.



## Modul 3 NEUES ICH

Hier wirst du deine Glaubenssätze hinterfragen und dich mit deinen inneren Anteilen verbinden. Was können Schmerz und Stärke voneinander lernen?



## Modul 2 ENERGETISCHE GRENZEN

Nun definierst du deinen eigenen Raum. Du lernst deine Grenzen zu regulieren und schaffst so eine ganz neue Verbindung mit dem Außen.



## Modul 4 BEFREITE INTUITION

Lerne deine Chakren zu nutzen und befreie deine Intuition. So findest du in jeder Situation den richtigen Weg.





Modul 5

## MEISTER DER GEFÜHLE

Frei von Urteil verstehst die Botschaften deiner Emotionen immer besser. Du lernst wahrhaftig mitzufühlen, statt dich von deinen Emotionen beherrschen zu lassen.

Modul 6

## SOULFOOD

Zeit für eine kleine "Pause". Was braucht dein System, um die bisherigen Impulse noch weiter integrieren zu können?



Modul 7

## AUTHENTISCHES ICH

Kennst du deine echten Bedürfnisse? Worüber sprichst du schon längst, aber tust es noch nicht? Werde endlich der Mensch, der du sein kannst.



Modul 8

## SELBST.BEWUSST.SEIN

Und schließlich lässt du einfach los, löst dich aus den übernommenen Konzepten und selbstauferlegten Rollen. Du manifestierst dein neues Sein.



# DEIN 1. ETAPPENZIEL ✓

DU BIST BEI DIR SELBST ANGEKOMMEN. DU HAST DICH VON VIELEN BLOCKIERUNGEN BEFREIT UND EINE NEUE LEICHTIGKEIT HÄLT EINZUG IN DEIN LEBEN. DU SPÜRST DIE VERBINDUNG ZU DEINER INNEREN WEISHEIT NUN UMSO MEHR.





# Phase 2

## DIE LIVE-COACHINGS

Im zweiten Teil der Ausbildung zeigen wir dir die effektivsten Tools aus unserer jahrelangen Erfahrung in der Klientenarbeit. Umso wichtiger wird nun die Verbindung zu dir selbst. Je mehr du in deine reine Energie kommst, desto heilsamer wird die Begegnung für dein Gegenüber.

### Modul 1

#### NEUTRALITÄT

Das absolute Fundament: Durch deine eigene Neutralität regulierst du das System deines Gegenübers grundsätzlich und gibst auch schon die ersten heilsamen Impulse.



### Modul 2

#### VERBINDUNG

Du wirst dein Gegenüber fühlen und verstehen lernen, gleichzeitig aber bei dir bleiben, um so den gemeinsamen Raum zu halten und mit sanften Impulsen zu nähren.

### Modul 3

#### EINSICHT

Du verbindest dich und dein Gegenüber mit den Energien der sichtbaren Anteile und schaffst tiefere Erkenntnis.



### Modul 4

#### ANBINDUNG

Welche verletzten Anteile liegen abgetrennt unter der Oberfläche verborgen? Wie könnt ihr sie zurück an das große Ganze anbinden?





Modul 5

## INTUITIVE MEDITATION

Was braucht dein Gegenüber wirklich? Und was brauchst du? Diese Antwort findest du, wenn du dich öffnest für einen neuen Weg, den du selbst noch nicht gegangen bist.

Modul 6

## HEILSAMER HALT

Du tauchst noch tiefer in das Energiesystem ein und löst die fundamentalsten Blockierungen auf - mit einer besonders sanften, aber umso effektiveren Methode.



Modul 7

## PARTNER-SESSIONS

Bis hierhin hast du die Verbindung zu dir selbst und deine Fähigkeiten so vertieft, dass du dein Gegenüber mit Leichtigkeit durch einen komplett intuitiven Prozess führen kannst.



Modul 8

## KLIENTEN-SESSIONS

Du bist gewachsen. Also zeige dich in deiner neuen Größe. Du darfst das Gelernte in authentischen 1:1-Sessions mit echten Klienten umzusetzen.



# PERFEKT! ✓

NACH INSGESAMT MEHR ALS 120 STUNDEN THEORIE UND PRAXIS ERHÄLTST DU DEIN ZERTIFIKAT ALS INTUYOU-LIFECOACH UND BIST EIN NEUER MENSCH – BEREIT, DEINE GABEN IN DIE WELT ZU TRAGEN.





# *zusätzlich* **DER BONUS**

Wir begleiten dich und deine Prozesse jede Woche persönlich in einem zusätzlichen Zoom-Call. Hier kannst du dich jederzeit mit uns verbinden, dich austauschen, deine Fragen stellen und deine Prozesse immer wieder neu anstoßen.

## **DER SONNTAGS-CALL**

Jeden Sonntagabend von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr tauschen wir uns über das Erlebte aus, stellen Fragen und bekommen wertvolle Impulse für "die nächste Runde".

Egal ob du ein konkretes Anliegen hast oder gar nicht wirklich weißt, was dich neugierig macht: Wir finden immer den richtigen Impuls für neue Inspiration.

Und das Beste daran: Der Sonntags-Call steht dir solange zur Verfügung, wie du möchtest. Egal ob du regelmäßig dabei bist, oder ob wir dich nach langer Zeit wieder einmal begrüßen dürfen:

Bei uns bist du immer herzlichst willkommen!

*Die Verbindung zu uns steht. Solange du möchtest.*





# Vertraue deiner Stimme RUFT DICH DEIN GEFÜHL?

Wenn du erfahren möchtest, wie wir unsere Klienten in die tiefste Verbindung zu sich führen und die fundamentalsten Blockaden spielerisch einfach lösen, dann schau uns im online **Live-Event "Deine Intuition als Coaching-Tool No.1"** einfach mal 2 Stunden lang über die Schulter.

## IN DIESEM KOSTENLOSEN ONLINE COACHING ZEIGEN WIR DIR LIVE

- ✓ Warum eine **befreite Intuition das Coaching-Tool No.1** ist und dadurch **jede andere Methode noch effektiver** wird.
- ✓ Wie wir unsere Klienten auf sanfte Art und **spielerisch einfach zu den tiefsten Veränderungen** führen, die bis dahin noch kein anderer Coach oder Therapeut bewirken konnte.
- ✓ Wie selbst Hochempathische und Feinfühlige ihre **Intuition noch klarer und präziser nutzen** können und ihre Gabe voll ausschöpfen.
- ✓ Was dich bisher noch davon abgehalten hat, deine **Herzenswünsche mit Leichtigkeit zu erfüllen**.



Und mit ein wenig Glück kannst du dich direkt im Event sogar **live von uns coachen lassen**.



**WEITER INFOS FINDEST DU HIER**

**<https://die-acht.com/das-kostenfreie-live-event/>**



„Das war wirklich die beste Ausbildung für Energiearbeit, die ich je gemacht habe.

Es hat die Arbeit mit meinen Klienten völlig verändert und nochmal auf ein ganz anderes Level gebracht. Es sind nicht nur wunderbare Werkzeuge für die Arbeit mit meinen Klienten. Es sind Dinge, die ich wirklich mit jedem Atemzug leben kann.“

~ Rike

„Die Ausbildung zum IntuYou-Lifecoach ist für mich wie ein goldener Schlüssel für alles, was ich noch erforschen und erfahren darf. Sie hat mir eine Tür geöffnet, in eine Welt, die ich verloren und wieder gefunden habe. Ich habe gelernt, mir wieder zu vertrauen. Meinem Bauchgefühl zu zuhören. Das Fühlen wieder zu zulassen.“

~Aylin

„Für mich und meine Patientinnen war es das größte Geschenk, dass ich die Ausbildung bei euch machen durfte. Ich habe gelernt meinem Gefühl zu vertrauen und komplett intuitiv zu arbeiten. Diese Ausbildung ist absolut transformierend und unglaublich bereichernd gewesen.“

~Conny



**WIR FREUEN UNS AUF DICH  
UND SAGEN "BIS GANZ BALD"!**



*Deine Sam und David*

„Mein ganzes Leben hat sich verändert. Meine Fähigkeiten sind unbeschreiblich intensiv und ich weiß nun mit meiner Hochsensibilität umzugehen. Ich kann meinen Energiefluss kontrollieren und ich habe unheimlich viel Kreativität.

Wieso? Weil ich frei bin.“

~Sandra

„Ich danke euch für die wundervollen, aufregenden Monate mit euch. Es sind Dinge geschehen und sie passieren noch immer, die mich sehr verändert haben. Ich durfte lernen, dass nicht immer alles schwierig oder schwer sein muss, man kann es mit Leichtigkeit kreieren! Das war eine sehr besondere Erfahrung. Dank eurer Ausbildung habe ich einen Weg gefunden, wie ich diese bei mir selbst, aber auch bei meinen Klienten anwenden kann. Es ist ein neues Kennenlernen von sich selbst, aber auch der Energiearbeit!“

~Jette

