

# KLAR . BEWUSST . SEIN

Beratung . Coaching für *Raum & Seele*



KLAR . BEWUSST . SEIN . Isarstr. 20/1.OG . 90451 Nürnberg

Beate Schwarz dipl.Ing.(FH)  
Innenarchitektur . CQM MasterCoach . systemisches Aufstellen . Feng Shui

## Newsletter 2.Quartal 2017

- **Im Zeichen der Erneuerung in der Rückschau**  
+ Einladung auf die neue Website: [www.klar-bewusst-sein.de](http://www.klar-bewusst-sein.de)  
+ Einladung zum KBS Workshop **Selbsterfahrung FRAUENPOWER**
- **mosaikLEBEN e.V. :**  
+ Vortrag: "Wie Veränderung wirklich gelingt ..." am **DI 20.Juni 17**, von Beate Schwarz
- **- K.B.S Beratung . Coaching für Raum & Seele -**  
+ **Vom Mangel in Fülle und Glück!** - bereit für eine neue Dimension?  
+ über Grundbedürfnisse hinaus...  
+ Tipp zur Selbsthilfe: kennen Sie die "Löffel-Liste"?

Geht es Ihnen genauso? Dieses Jahr ist gefühlt eine Zeit der Gleichzeitigkeiten. Oft laufen Entwicklungen und Projekte parallel, lassen sich noch nicht sauber abschließen, bevor sich schon Neues in den Vordergrund drängt.

Für Jemanden, der gerne plant und dann Ergebnisse sehen will, sicherlich eine Herausforderung . So geht es auch mir, meine Website beschäftigte mich genau ein Jahr. Und ich bin glücklich darüber, bevor das 2.Quartal zu Ende geht und der Hochsommer sich warm und sonnig zeigt, doch noch den KBS Newsletter an Sie per Mail versenden zu können. Sie finden darin bestimmt Anregendes....

- **Im Zeichen der Erneuerung in der Rückschau**  
+ Einladung auf die neue Website: [www.klar-bewusst-sein.de](http://www.klar-bewusst-sein.de)

Es wurde aber auch Zeit – für einen neuen Webauftritt von KLAR . BEWUSST . SEIN!

Sie sind eingeladen vorbei zu schauen und sich inspirieren zu lassen -

von einer mutigen Farbigkeit und Gestaltung für Ihre eigenen vier Wände. Da spricht die Innenarchitektin und Feng Shui-Beraterin in mir.

Oder es spricht eher der Inhalt an, der vermitteln will, dass es sich lohnt dran zu bleiben um so die eigenen Ziele im Leben zu verwirklichen. So jedenfalls ermuntert die Unternehmerin und der Coach in mir, aus eigener Erfahrung.

***Authentisch den eigenen Weg gehen,  
das ANDERS sein leben, dem inneren Ruf folgen,  
Herzenswünsche verwirklichen, JETZT !***

**Übrigens:** Sie finden jetzt alle Termine unter dem Button VERANSTALTUNGEN, jeweils unter

- ➔ KBS Workshops / Vorträge, für Inspiration und Initiation, von und mit Beate Schwarz
- ➔ rund um CQM, für alle CQM Anwender der Region
- ➔ mosaikLEBEN e.V., für Anregungen rund um Gesundheit

-----

## + Einladung zum KBS Workshop

### ➔ Selbsterfahrung **FRAUENPOWER** - in die weibliche Kraft kommen!-

Sie spüren zusammen mit anderen Frauen den urweiblichen Energien der LILITH, der VENUS, der MONDin nach. Gemeinsamkeit erleben und erfahren, wie es ist kraftvoll in der Schöpferenergie der Frau zu sein und wie das Umsetzen im Alltag gelingen kann.

- was hält ab FR. 13.Okt. 17, 18.30 – ca 22.30Uhr
- wo ist der Zugang FR. 17.Nov. 17, 18.30 – ca 22.30Uhr
- was ist wenn... FR. 15. Dez. 17, 18.30 – ca 22.30Uhr
- es erleben, spüren, wahrnehmen FR. 19. Jan. 18, 18.30 – ca 22.20Uhr

Sie erfahren sich gestärkt und bewusster im Umgang mit den eigenen Rollen.

### ➔ Workshop mit **Beate Schwarz**, mit Inhalten aus der Astrologie, unterstützt durch GruppenCoaching und Selbsterfahrung beim Systemischen Aufstellen (letzter Abend).

**Ort:** KLAR.BEWUSST.SEIN, Beratung . Coaching, **Beate Schwarz**;

Isarstr.20/1.OG; 90451 Nürnberg;

**Anmeldung:** T 0911-278 388 16 oder [beate.schwarz@klar-bewusst-sein.de](mailto:beate.schwarz@klar-bewusst-sein.de)

eine frühzeitige Anmeldung sichert den Platz, da begrenzt.

**Workshop-Gebühr:** für vier Abende Vorauszahlung € 450,-; einzeln € 120,-

-----

### ● **mosaikLEBEN** e.V. :

+ Vortrag: "Wie Veränderung wirklich gelingt – für Herzenswünsche verwirklichen"

**am DI 20.Juni 2017**

...und wenn Sie jetzt einen **Herzenswunsch haben**, etwas, was Sie **geändert haben wollten** – doch, warum auch immer, es eben nicht schon so ist, dann kommen Sie zu dem VortragsAbend mit Beate Schwarz.

Sie erfahren, warum es noch immer nicht so ist, **doch Sie erleben auch, dass es gelingen kann.**

Als CQM MasterCoach zeige ich den Weg aus solchen Verhinderungsprogrammen. Gerne an Freiwilligen aus dem Publikum.

**Ort:** mosaikLEBEN e.V./ **KLAR.BEWUSST.SEIN**, Beratung . Coaching, **Beate Schwarz**;

Isarstr.20/1.OG; 90451 Nürnberg;

**Anmeldung:** T 0911-278 388 16 oder [beate.schwarz@klar-bewusst-sein.de](mailto:beate.schwarz@klar-bewusst-sein.de)

Ihre Investition von € 15,- kommt der Vereinskasse zugute.

**Als neue Vorsitzende des Vereins mosaikLEBEN e.V.** lade ich Sie zu unseren öffentlichen Aktivitäten herzlich ein und freue mich, wenn wir uns persönlich sehen. Bald steht auch die neue Website zur Verfügung. [www.mosaikleben.de](http://www.mosaikleben.de)

Der Verein **mosaikLEBEN e.V.** steht für die Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege,

er ist eine **Plattform für Information zu**

**Beratung – Coaching – Prävention – Therapie**

**Werden Sie Förder-Mitglied !** Der Jahresbeitrag von € 45,- beinhaltet den dreimaligen Besuch unserer Vortragsreihe und Ihre etwaige Begleitung zahlt die Hälfte.

---

### ● - K.B.S Beratungen + Coachings für **Raum & Seele** -

+ **Vom Mangel in Fülle und Glück!** - bereit für eine neue Dimension?

+ über Grundbedürfnisse hinaus...

+ Tipp zur Selbsthilfe: kennen Sie Ihre "Löffel-Liste"?

**Haben Sie das auch schon beobachtet? Die Grundbedürfnisse** des westlichen Alltags sind weitest gehend gesichert, dennoch leben wir oft noch im gefühlten "Notfall-Modus" unserer Eltern und Großeltern. Unreflektiert erzeugt dies heute z.B.

- *Zeit- und Geldmangel statt Energie*
- *Frustration und Sucht statt Lebenslust*
- *Angstgefühle statt Freiheit*
- *Ohnmacht statt Selbstbestimmtheit*
- *Konflikte statt Vertrauen und Liebe*

**Haben Sie darüber auch schon nachgedacht? Wenn das ginge, aussteigen** aus meist unbewußten Mustern und Erleben von Überfluss und Glück? Die Quantenphysik weiß, JEDER Gedanke ist reine Energie und auch Potential! Dieses Wissen ermöglicht es verändernde Muster zu "neutralisieren" – mit klarer Absicht und einem einzigen Gedanken wird Neues möglich. Das "Geheimnis" vieler moderner Veränderungsmethoden, wie CQM, QuantenHealing, etc, ist für jedermann und-frau lernbar, auch zum Selbstcoaching. Gerade weil es so einfach ist, ist es kaum zu glauben. Inzwischen ist es für Viele dennoch normal,

- *Schöpfer seiner Wirklichkeit zu sein*
- *Herzenswünsche wahr werden zu lassen*
- *Gesundheit liegt in eigener Hand*
- *erfüllende Beziehungen zu leben*
- *Wohlstand und Erfolg zu haben*

**Haben Sie das auch schon erfahren? Neues gelingt allein** über NEUE Lösungsansätze. So betrachtet steht heute eine Vielzahl an neuen Ansätzen zur Verfügung. Mentale Veränderungsmethoden wie CQM lernt man auf Erlebnisabenden kennen oder besucht gleich ein Seminar. Konsequenterweise weitergedacht: würden alle Menschen für sich und ihre Mitwelt wirkliche oder virtuelle "Notfall"- und Mangel-Zustände verändern können, wer wäre dann noch über Ängste steuerbar? Darin liegt das wahre Potential und ist damit wirklich revolutionär! Erlauben Sie sich Fülle, Glück und Freiheit in einer neuen Dimension.

Sollte der Artikel bekannt vorkommen, er steht in der **PRISMA, dem Magazin für Lebensfreude** oder [www.prismamagazin.de](http://www.prismamagazin.de), S. 11, Verfasser Beate Schwarz.

### **+ Tipp zur Selbsthilfe**

**Lernen Sie Ihre "Löffel"-Liste kennen! Sind Sie bereit für eine Übung?**

Alles was Sie dazu brauchen, sind ein Blatt Papier, einen Stift und ein paar Minuten Zeit.

Schreiben Sie untereinander 20 Dinge auf, die Sie in Ihrem normalen Tages- oder Monatsablauf tun.  
.. am besten, jetzt gleich, BEVOR Sie weiterlesen...

Die Liste steht? Jetzt dürfen Sie bewerten, auf einer Skala von 1-10. Notieren Sie dahinter was Sie sehr erfüllt mit +10-, und was Sie gar nicht erfüllt mit -1-.

Was überwiegt? Viele im Bereich 7-10? Ich gratuliere, Sie verbringen Ihr Leben mit erfüllenden Tätigkeiten!

Ihre Zahlen bewegen sich im 1-4er Bereich? Da sind die Tage und Wochen eher voll von Dingen die getan werden müssen, ohne dass Sie eine innere Befriedigung dabei verspüren oder das Gefühl haben einen echten Beitrag leisten.

Und nun drehen Sie das Blatt um:

**Notieren Sie jetzt die 20 Dinge, die Sie tun wollen , bevor Sie eines Tages "den Löffel abgeben".**

Anschließend gleich wieder bewerten, wie hoch jetzt der Erfüllungsfaktor der einzelnen Punkte ist.

Die Löffel-Liste kommt in einem Film vor: "**das Beste kommt zum Schluss**" mit Jack Nicholson und Morgan Freeman. Die beiden Herren erhalten zeitgleich die Diagnose eines Hirntumors....  
Und zeigt, es gibt keine bessere Zeit wie das Hier und Jetzt!

**Was also hält Sie davon ab, Ihre Löffel-Liste schon jetzt zu leben?**

Eine ganze Menge?

An der Stelle empfehle ich das Buch, aus dem die Löffel-Liste -ab Seite 25- jetzt entnommen wurde:  
**Wenn Fische fliegen...., die Chinesische Quantum Methode;**  
von Gabriele Eckert; ISBN 978-3-942534-00-0; € 16,95  
Sie können es gerne bei mir ausleihen!

---

Lieber Leser, liebe Leserin,

**es gibt nur einen, der Deinen Tanz tanzen kann... Du selbst!**  
Gabriele Eckert

Über Ihren Anruf, Ihre Fragen, freue ich mich, über Ihre Reaktion, zur Website oder wegen Ausleihen vom "Wenn Fische fliegen..."-Buch.  
Und gerne auch über eine Coachingsitzung mit Ihnen, für Leichtigkeit und Erfolg, für den Mut zum eigenen Weg.

Ich wünsche Ihnen einen wunderbaren Sommer  
Alles Liebe und Gute, Ihre

Beate Schwarz

**P.S. Anmelden zum Vortrag DI 20.06.2017 zu Veränderung und Herzenswünsche leben ...**

---

KLAR . BEWUSST . SEIN  
Beratung . Coaching für Raum Et Seele  
Isarstr. 20/1. OG  
90451 Nürnberg

Tel.: 0911/ 278 388 16  
Fax: 0911/ 278 388 20  
info@klar-bewusst-sein.de  
www.klar-bewusst-sein.de

FiAmt NBG-Süd 240/272/42037  
VR-Bank Nürnberg eG  
IBAN DE90 7606 0618 0003 0914 81  
BIC GENO DE F1 N02

Sollte der Newsletter Sie versehentlich erreichen oder Sie diesen nicht mehr wünschen, dann bitte einfach zurückmailen.