



DEINE NÄCHSTEN SCHRITTE

MODUL 3: YIN & YANG

IM FLUSS



YIN & YANG

Lektion 1

IM FLUSS

REFLEXIONS- FRAGEN

■ Wenn du in dich selbst hineinspürst und die Beschreibungen der beiden Energien hörst, in welcher Energie (Yin oder Yang) verbringst du mehr Zeit?

■ Wie zeigt sich die expansive, männliche Yang-Energie in deinem Leben?

■ Was gefällt dir an dieser Yang-Energie?

■ Was gefällt dir daran nicht?

■ Wie könntest du diese Yang-Energie in der nächsten männlichen Hälfte deines Zyklus positiv nutzen?



LITERATUR ZUM WEITERLESEN

■ **Genesis: Die Befreiung der Geschlechter
von Veit Lindau**





YIN & YANG

Lektion 2

IM FLUSS

REFLEXIONS- FRAGEN

■ Nun, da wir die Yin-Hälfte des Zyklus behandelt haben, würdest du sagen, dass du mehr Zeit in deiner Yang- oder Yin-Energie verbringst? Unterscheidet sich deine Antwort von der Antwort aus der letzten Lektion?

■ Wie zeigt sich die zusammenziehende, weibliche Yin-Energie in deinem Leben?

■ Was gefällt dir an dieser Yin-Energie?

■ Was gefällt dir daran nicht?

■ Wie könntest du diese Yin-Energie in der nächsten weiblichen Hälfte deines Zyklus positiv nutzen?



IMPRESSUM

& Rechtliches

Diplom-Pädagogin | HP beschr. auf Psychotherapie
Jasmin Schümann
Coaching
ganzheitlich & selbstbestimmt
Leben & Arbeiten

Jasmin Schümann
Holtenauer Str. 92
24105 Kiel

Konzept und Inhalte

Autorin: Jasmin Schümann
Mail: kontakt@jasmin-schuemann.de
Website: www.jasmin-schuemann.de
Instagram: [@jasminschuemann_coaching](https://www.instagram.com/jasminschuemann_coaching)

© Jasmin Schümann | Kiel 2022

Die Inhalte dieses Kurses und alle Materialien sind urheberrechtlich geschützt.
Daher hier der freundliche Hinweis, es nicht zu vervielfältigen oder zu teilen. Weder im Ganzen, noch in Teilen.

Gefällt dir mein Kurs und du möchtest deine Erkenntnisse gerne teilen, dann teile gerne ein Foto z.B. auf Instagram und verwende den Hashtag #imflusszykluscoaching und tagge mich mit @jasminschuemann_coaching.
Vielen Dank!

Haftungsausschluss

Dieser Kurs gibt lediglich meine Erfahrungen und meine Meinungen wieder. Ich empfehle dir daher, sie nicht als alleinige Informationsquelle für gesundheitliche Entscheidungen zu nutzen. Die Inhalte dieses Kurses dienen der allgemeinen Information über gesundheitliche Themen. Sie können und sollen in keiner Weise die ärztliche Beratung, Diagnose, und Behandlung ersetzen. Solltest du starke Symptome haben, an einer Krankheit leiden, stillen oder schwanger sein, sprich erst mit deiner Heilpraktikerin oder Ärztin, bevor du Informationen in irgendeiner Weise umsetzt.

Fotos & Illustrationen

©SocialSquares
©Canva
©Christina Kloodt Fotografie
©privat

© Jasmin Schümann | Kiel 2022

