



Der Weg zur inneren Harmonie

von Dr. Ernestina Sabrina Mazza



www.akademiebios.at

akademie bios® verlag

Der Weg zur inneren Harmonie

von Dr. Ernestina Sabrina Mazza

Die innere Harmonie lässt uns den Rhythmus des Lebens in uns fühlen. Wir sind frei, offen und in Verbindung mit unserer Kraft. Erst wenn alle Kräfte im Einklang sind, das Starke und das Sanfte, das Weibliche und das Männliche, das Leidenschaftliche und das Spirituelle, fühlen wir uns im Fluss mit dem Leben und eins mit der Wandlung unseres Daseins.

Diese Meditationen führen in die Tiefe unserer Seele und lassen uns mit dem inneren Kind eine liebevolle Verbindung herstellen. In unserer Mitte entdecken wir dann Freude, Harmonie, Spontanität und Lebendigkeit. Die Reise zur inneren Harmonie endet, wenn die innere Familie,



die aus dem Archetypus des inneren Mannes, der inneren Frau und des inneren Kindes besteht, bewusst wahrgenommen und vereint wird.

Nach der Integration dieser Aspekte in unserem Bewusstsein leben wir unser Glückspotential. Erst jetzt können wir auch von Herzen – und nicht nur aus Sicht des Verstandes – akzeptieren, dass alle Ereignisse einen Sinn für unsere persönliche Entwicklung in sich bergen und es möglich ist, unser Leben in Freude und Leichtigkeit selbst zu bestimmen.



Dr. Ernestina Sabrina Mazza



akademie bios® verlag



Meditations-CD-Reihe | Seelenreisen aus der Mitte des Herzens

von Dr. Ernestina Sabrina Mazza

Diese geführten Meditationen begleiten unsere Seele zur Besinnung und erlauben uns wieder die Tiefe unserer Seele zu spüren. Sie führen uns durch die Erfahrung der Stille zu jenen kraftvollen, inneren Bildern aus der Mitte des Herzens, die wirkungsvoll im Unbewussten unsere innere Heilung begleiten. Diese Meditationen mit archetypischen Bildern und besonderer Musik erlauben uns, präsent, achtsam und im Herzen heil zu werden. Das Eintauchen in die Stille begleitet zur Selbsterkenntnis, gestaltet sich hierbei praxisnah und lässt sich leicht in den Alltag integrieren.



CD 1
Der Weg zur inneren
Harmonie – 48 min.

ISBN: 978-3-9503085-0-1

EUR 9,-



CD 2
Das innere Kind heilen
60 min.

ISBN: 978-3-9503085-1-8

EUR 9,-



CD 3
Die heilende Kraft der
Naturelemente – 72 min.

ISBN: 978-3-9503085-2-5

EUR 9,-



CD 4
Wandlung mit der Kraft
des Herzens – 60 min.

ISBN: 978-3-9503085-3-2

EUR 9,-



CD 5
Lichtmeditationen für die
Seele – 70 min.

ISBN: 978-3-9503085-4-9

EUR 9,-