

REZENSIONEN

MallorcaPower

Die Zeit vom 20. bis 24. März 2023 bei Carmen auf Mallorca war im höchsten Maße inspirierend. Am Ende hörte ich mich die Worte sagen: „Das war die schönste Woche meines Lebens!“ Die Erfahrungen, die ich machen durfte, gingen sehr tief. Ich habe gefühlt die ganze Woche geweint, weil ich so wertvolle Erkenntnisse gewonnen habe. Es waren Tränen der Rührung. Ich bin sehr glücklich darüber, an dieser Stärkereise teilgenommen zu haben. Schon jetzt freue ich mich auf das nächste Mal. Nicht zuletzt durfte ich sechs wunderbaren Frauen, einschließlich mir, sehr nah sein. Das gegenseitige Vertrauen hat mich wachsen lassen. Ich danke euch, ich liebe euch!

Christina

Liebe Carmen,
vielen Dank für die wundervolle StärkeReise auf Mallorca.
Die StärkeReise ist für mich eine wundervolle Erfahrung zu mir Selbst geworden.
Ein starker Grundstein ist als Anker gesetzt, der mich erdet und zur Weiterreise zu mir selbst begleitet.
Ich kann allen diese ganz besondere Erfahrung bei Carmen, mit Ritva und Manu, nur ans Herz legen.
Es war eine ganz besondere Zeit. Alle Teilnehmerinnen hatten nach 2 Tagen das Gefühl, schon eine Woche mit Carmen auf der StärkeReise unterwegs zu sein. Eine solche tiefe Verbindung untereinander ist ein wahres Geschenk. Dank Carmen! Sie hat eine ganz besondere Gabe, das jede ihre beste Seite erkennt und diese zum Strahlen bringt. Danke, danke dafür.
Es tut sich bei mir eine ganze Menge. So gute Gespräche hatte ich mit meinem Mann schon lange nicht mehr. Er kann meine Veränderungen fühlen und ist auf dem gleichen Weg.
In tiefer Verbindung zu Dir und allen StärkeReisenden in dieser Woche.

Meggie

Diese PowerWoche in Mallorca war so so schön und intensiv. Wir haben Verschiedenes erlebt: meditiert, getanzt, gemalt, Selbstbehauptungsübungen gemacht und vieles mehr. Ich kann es jeder nur weiterempfehlen, mit so lieben und herzlichen Frauen eine Woche so zu verbringen. Ich habe so etwas noch nie erlebt! Ich bin sehr, sehr dankbar!
Meine Erkenntnisse aus dieser Woche: „Ich stehe für mich ein und ich schaffe alles!“ Das ist so ein tolles Gefühl. Ich bin seitdem im Vertrauen und in der Liebe. Ich sehe mein Leben in Liebe.
Wenn Herausforderungen kommen, darf ich sie transformieren und reinigen. Und ich sehe auch immer wieder die Liebe in allem. Wenn etwas ganz Heftiges kommt, sage ich mir: „Ich freue mich schon, dass Gute dahinter zu sehen!“ Das gibt so eine schöne Energie. Ich habe vom Herzen, vom Bauch, vom Kopf verstanden, dass alles was mir begegnet, nicht gegen mich ist, sondern für mich. Es ist ein Spiegel meiner selbst. Und wir lesen es immer wieder oder fühlen es auch, aber ich konnte es in dieser Woche wirklich integrieren. Ich muss fast weinen, weil das für mich so stark zu fühlen ist. Mir tat gut, mit mir selber in die Ruhe, und erst dann von innen nach außen zu gehen. Ich fühle meine Zuversicht, dass die Sachen die auf mich zukommen, passend und stimmig sein werden für mein Herz und mein Bauchgefühl.
Ich bin so dankbar, dass es dieses Angebot gibt.

Henriette

Liebe Carmen,
von Herzen danke für dieses wundervolle Intensivseminar.
Da wir in einer kleinen Frauengruppe waren, hatte jede ihren Raum und die Aufmerksamkeit war immer auf die jeweilige Frau gerichtet. Das tat mir so gut, gesehen und gehört zu werden. Durch Einzelzimmer hatten wir einen Rückzugsort.
Für mich war es ein sehr wirkungsvolles Seminar!
Glaubenssätze durften gehen - Fülle und Liebe durften kommen.

Zarah

REZENSIONEN

MallorcaPower

Liebe Carmen,

danke für die wunderbaren Tage die Du uns geschenkt hast. Danke für die Gemeinschaft, für Dein uneingeschränktes spirituelles Wissen, für die Individualität dieses Retreats, für die unvergessliche Zeit mit Dir und den Menschen mit denen ich diese Zeit verbringen durfte. Und dafür, dass ich mir wieder ein Stück näher gekommen bin. Deine besondere Art den Menschen zuzuhören und auf ihre Bedürfnisse einzugehen, hat mich jedes Mal sehr beeindruckt.

Ich wünsche Dir, dass jeder, der sich ein Stück näher kommen möchte, den Weg zu Dir findet ...

Ich wünsche mir, dass wir uns in unserem Leben wieder begegnen!

Alles erdenklich Liebe zu Dir!

Antje

Deine Stärkereisen für Frauen haben mich begeistert.

Das Ziel, dass jede Teilnehmerin (wieder) in ihre individuelle Kraft kommt, ist 100% erfüllt worden. Ausnahmslos haben alle Teilnehmerinnen durch Deine großartige Anleitung und Dein außergewöhnliches Einfühlungsvermögen, sowie durch Dein methodenreiches Gestalten der Seminar-Einheiten, tiefe persönliche Stärkungen erfahren und individuelle Entwicklungsschritte gehen können. Wir durften unserer Kreativität freien Lauf lassen, wir durften uns freuen und wir durften zu uns kommen und miterleben, wie die anderen zu sich kamen.

Wir durften erleben, dass übliche Glaubenssätze von uns Frauen, wie z.B. „Ich bin nicht gut genug“, „Mein Körper ist nicht schön genug“, „Ich schaffe meine ganzen Aufgaben nicht“ ... etc. ans Licht kamen und sich in uns auflösten.

Es war wundervoll zu erleben, wie die Gesichtszüge jeder einzelnen Teilnehmerin klarer, weicher und freudiger wurden. Jede von uns fuhr gestärkt nach Hause und hatte bei der Abfahrt einen Schatz voller Ideen und Methoden im Gepäck, um den Herausforderungen in ihrem individuellen Alltag erfolgreich begegnen zu können. Für mich waren es wundervolle Erfahrungen, für die ich tief dankbar bin und die mein Leben grundständig verbessert haben. Ich lege diese Stärkereise allen Frauen wärmstens ans Herz, besonders denjenigen, die spüren, dass sie:

- eine „Auszeit“ brauchen, - aus „dem Hamsterrad“ aussteigen wollen/sollen, - zu sich kommen wollen, - sich einfach Gutes gönnen wollen.

Danke von Herzen

Ri

Herzöffnung auf Mallorca!

Die Tage bei Carmen waren für mich sehr tiefgehend und herzöffnend!

Es schwang vom ersten Augenblick eine Herzensenergie in uns und um uns herum mit. Davon bin ich sehr berührt gewesen. Ich fühlte mich gesehen und getragen.

Ob Mantra singen, tanzen, geführte Meditationen, Stille, Selbstverteidigung usw., es webte sich so wundervoll ineinander.

Carmen selber trägt eine so herzliche und inspirierende Energie in sich, dass ich es kaum mit Worten fassen kann. Ich bin ihr so unendlich dankbar für diese schöne Zeit.

Danke, Danke, Danke

Manu

Aus der Dunkelheit heraus, voller Ängste und Selbstzweifel habe ich diese Reise angetreten. Es hat mich schon ein wenig Mut gekostet.

Doch jetzt muss ich sagen, dass dies eine gute Entscheidung war.

Es war eine Reise zur Heilung ... Es war eine Reise ins Licht und zur Liebe ... Eine Reise auf der ich mir selbst begegnet bin und ich mich wieder spüren konnte ... Eine Reise auf der ich viele kleine Wunder erleben durfte ... Eine Reise auf der ich so wunderbare Menschen kennenlernen durfte ...

Liebe Carmen, ich danke dir von ganzem Herzen für deine empathische und WUNDERvolle Begleitung.

Suse

REZENSIONEN

MallorcaPower

Zunächst war ich unschlüssig, ob ich an diesem Seminar überhaupt teilnehmen will. Inzwischen bin ich froh, dass ich mich dafür entschieden habe.

In diesen 5 Seminar-Tagen habe ich es durch Carmens kompetente und vor allem sensible, liebevolle Begleitung gewagt, auf meine Lebensgeschichte hinzuschauen und von einzelnen belastenden Ereignissen zu erzählen, die mir immer noch ganz klar vor Augen stehen, obwohl sie schon so viele Jahre zurückliegen. Dadurch habe ich verstanden, dass diese einzelnen negativen Erinnerungen, die damals empfundene Einsamkeit und die getragene Verantwortung mein Denken und mein Verhalten heute immer noch unbewusst prägen und steuern.

Mir ist klar geworden, dass ich diese Erinnerungen jetzt ganz bewusst loslassen muss, damit sie mein künftiges Leben und vor allem meine Beziehung zu meiner Partnerin nicht belasten. Dieses aktive und zum Teil verzeihende Loslassen der Vergangenheit gelingt mir auch dadurch, dass ich im Rückblick Verständnis für jene Menschen, die mich verletzt haben, aufbringen kann, weil ich verstehe, sie sind ebenfalls durch ihre eigenen belastenden Erfahrungen geprägt gewesen.

Für meine Zukunft ist nur wesentlich, wie ich heute denke, spreche und handle. Dadurch entscheide ich, ob und wie mein künftiges Leben gelingt; ich habe mein Schicksal selbst in der Hand.

Klingt logisch und einfach, wenn ich es jetzt schreibe. Entscheidend wird aber sein, wie ich mir dieses Bewusstsein künftig bewahre und täglich im Alltag neu versuche, in die Realität umzusetzen und in der Begegnung mit allen Menschen einfühlsam zu leben. Dabei muss ich üben, künftig meine Gefühle und Bedürfnisse auszusprechen – offen, aber ohne Kritik am gegenüber.

Die Mallorca-Stärkereise mit Carmens Begleitung hat mir den Raum eröffnet, mich diesen Fragen an mich selbst zu stellen. Dafür bin ich dankbar. Die wärmende Sonne in Mallorcas blühendem Garten war dabei eine ebenso hilfreiche Begleitung wie der Ausflug zum quirligen Markt in Sineu und der einsame Spaziergang im Naturpark am Meer in Son Serra de Marina.

Was aus der Stärkereise in den Alltag „mitzunehmen“ ist, wird wohl für jede Teilnehmerin anders sein – genauso vielfältig, wie die Lebensgeschichten unterschiedlich sind. Ich denke aber, dass es für alle lohnend ist, der Frage des gelingenden Lebens und Zusammenlebens nachzugehen. Dies umso mehr, als Carmen ihr Seminar immer an die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen in der kleinen Gruppe anpasst. Deshalb kann ich jeder Frau die Teilnahme an Carmens Stärkereise uneingeschränkt empfehlen.

Gitta

Unter dem Seminar „Stärkereise“ konnte ich mir trotz der Beschreibung im Internet nicht viel vorstellen. Zu diesem Zeitpunkt war ich mit mir und meiner Umwelt permanent im Clinch. Umso mehr war ich überrascht, was ich gehört und gelernt habe. Du wirst hier auf einfühlsame Weise zu deinem ICH geführt. Manchmal mitfühlend, aber auch herausfordernd und kritisch, aber niemals verletzend. Neben den Unterlagen aus dem Seminar habe ich 3 Dinge mitgenommen.

1. ICH BIN - mich wertig zu fühlen im Handeln, Sagen, Tun. Frieden, Ruhe und Stille zu finden.

Meiner Selbst bewusst zu werden. Kein Konkurrenzkampf mit dir selbst oder mit dem Partner.

Außerdem ist es sehr wichtig: achte auf deine Worte.

2. Ein Beispiel dafür aus dem ewigen Kreislauf zu entkommen – den „Topf“ vom Kopf zu nehmen, damit sich positive Gedanken entfalten können.

3. Das hat mich am meisten überrascht und beschäftigt mich nach wie vor:

Die Frage wurde gestellt – welche Pflanze/Blume siehst du in deinem Gegenüber. Bei mir war es ein Baum, ein Kastanienbaum, groß mächtig und stark. Ich war so verblüfft, da ich mich selbst nie so sehen würde. Für mich ist dieser „Baum“ sehr wichtig, da er die beiden Worte „ICH BIN“ darstellt für Freiheit, Friede, Größe, Empathie, Schutz, Treue, Ruhe, Stille etc.

Fazit: Wenn ich das schaffe, mit meinem Baum eins zu werden, dann habe ich meinen Weg gefunden, meiner Selbst bewusst zu sein.

Sylvia