



Wir alle werden hochkreativ, ja sogar als Genies, geboren und verlieren laut einer NASA Studie diese Gabe im Laufe unseres Lebens.

Als Menschen haben wir die unglaubliche Fähigkeit, Dinge aus der Welt des Geistes, der Ideen und der Fantasie in die materielle Welt hinein zu manifestieren.

Dieser Kurs nimmt dich auf eine einmalige Reise zu deinen Wurzeln der Kreativität. Du lernst die Kunst des Manifestierens wie sie für dich funktioniert. Wir erforschen gemeinsam Prozesse, Tools und Unterstützung, damit du das erschaffen kannst, was für dich wirklich von Bedeutung ist.

Du wendest das Erfahrene im Alltag an, damit sich deine Einzigartigkeit und Essenz in deinem Leben manifestieren kann.

- Das gibt deinem Leben Sinn,
- es stärkt dein physisches und mentales Immunsystem,
- macht dich resilient und fit für die Zukunft,
- ermöglicht es dir ungenutztes Potenzial zu nutzen mit einer erhöhten Wahrnehmungsfähigkeit
- und hilft dir, ein selbstbestimmtes Leben zu führen,
- während du mit anderen Dimensionen des Seins verbunden bist.

Kreativ sein bedeutet unbekanntes Territorium zu betreten: dieser Akt verlangt grossen Mut. Wir wissen nicht was uns erwartet, ob wir Erfolg haben werden und wie wir Hindernisse meistern werden. Wenn wir das verstehen, haben wir schon den ersten Schritt getan zu einem sinnerfüllten, gesunden und selbstbestimmten Leben.

Im kreativen Erschaffen sind wir angebunden an die universelle Intelligenz, wir sind aufgehoben und mit allem verbunden, was ist. Spirit und Materie vereinen sich zu etwas einzigartig Neuem: wir bringen den Himmel auf die Erde.

Jahrestraining

1 Erkenne dich selbst

A Du bist der Kanal, durch den die kreative Energie sich ausdrückt: Was für dich richtig und gut ist weisst nur du und gilt nur für dich.

- Meine Stärken, die Teil meiner Berufung sind
- Meine Erfolge, die mich ausmachen und motivieren
- Meine grössten Stolpersteine, die mich davon abhalten können, überhaupt zu probieren
- Meine Dämonen und Ängste - verborgene Kraftquellen

B Unsere Berufung ist eine der wichtigsten und wirkungsvollsten Kanäle, um die hochkreative Energie in die Welt zu bringen, weil sie unsere Essenz verbindet mit der Welt in der wir leben.

- Was ist mein Purpose/ meine Berufung?
- Wo lebe ich sie schon?
- Was inspiriert mich und hält so meine Berufung am Leben?
- Was ist meine stärkste Motivation, die mir helfen kann hinauszugehen und meine Dämonen zu konfrontieren?

2 Liebe wer du bist

A Indem du Selbstliebe praktizierst, aktivierst du die besten Voraussetzungen zur Umsetzung deiner Ideen, um Hindernisse zu überwinden und den besten Weg für dich zu finden.

Es ist wie wenn du dein schlummerndes Potenzial zum Leben erweckst.

- Eine Übung zur Selbstliebe
- Was macht mich aus und was liebe ich besonders an mir?
- Inwiefern sind meine Schwächen auch einzigartige Stärken?
- Welche Bedingungen ermöglichen es mir Erfolg zu haben

B Alle Formen der Liebe unterstützen uns und öffnen Tore zu unserem geheimen Potenzial: Dankbarkeit, Vergebung, Wertschätzung.
Das Herz als grösster Aktivator unserer Essenz und Manifestationsfähigkeit.

C Die drei Gehirne Kopf, Herz und Verstand, und ihre jeweils besondere Intelligenz. Die Kohärenz der Gehirne bringt nachhaltigen Erfolg

3 Erschaffe was von Bedeutung ist

A Definiere dein "Projekt" basierend auf deiner Bestimmung und dem was für dich eine Bedeutung hat.

B Nur du alleine kannst das erschaffen, was für dich eine Bedeutung hat. Nicht alles was gemacht werden kann, muss getan werden!

- Starte jetzt – die perfekten Bedingungen wird es in deinem Leben niemals geben
- Mit dem Leben kooperieren so wie es ist: Vertrauen ins Leben entlastet mich vom Druck alles umsetzen zu müssen.
- Meine Tagesstruktur und mein Raum für Kreativität
- Struktur und Improvisation in kreativen Prozessen: konkrete Umsetzung in meinem kreativen Unterfangen

C Meine heiligen Räume und Rituale, die mich mit meiner Essenz verbinden. In Natur und Kultur

4 Gruppencoaching Integration und Umsetzung online

- Erkenntnisse aus dem Kurs
- Wo stehe ich aktuell?
- Wie soll es weitergehen?
- Welche Prozesse und Tools sind aktuell für mich am einfachsten anzuwenden?
- Wo habe ich Fragen?
- Ausblick: wie gehe ich in Zukunft vor, wenn ich mich überfordert fühle oder nicht weiter weiss? Wer oder was hilft mir?

5 Bilder sind Intelligenz, Inspiration und Wegweiser

Wir erforschen die Wirkung und die Botschaften von äusseren und inneren Bildern. Du findest deine persönlichen Bilder, die dich in deinem Manifestationsprozess begleiten und führen, und erlebst die kraftvolle Magie von Visionen.

A Bilder schaffen Zugang zu anderen Dimensionen, zur Inspiration und sind Wegweiser. Sie sind multidimensional und Träger von Weisheit, Information und können unseren Weg neu ausrichten.

B Coaching mit Bildern

Bilder sind Formen von Energie, die wir im Alltag nutzen können. Dazu lernen wir Bilder neu wahrzunehmen mit unseren inneren Sinnen und durch reines Beobachten, ohne Wertung oder Interpretation.

6 Musik zum Manifestieren

Sei das Instrument der Schöpfung, zu dem du bestimmt bist und manifestiere mit deiner Schwingung!

Jeder Mensch ist ein einzigartiger Klangkörper, der in Resonanz tritt mit seiner Umgebung, basierend auf seiner Erfahrung, seinen Gedanken und Gefühlen.

Jedes Ding, jedes Wesen und jedes Phänomen auf dieser Erde hat einen eigenen Puls, seine eigene Schwingung, seinen eigenen Herzschlag.

Schwingungen und Wellen durchdringen sich, überlappen und bringen neue Wellen hervor. Wir treten in Resonanz mit unserer Umgebung. Immer. Zwei Pendel in einem Raum mit verschiedenen Schwingungen beginnen im Einklang zu schwingen. Auch wir tun dies mit dem was uns umgibt.

Das können wir uns bewusst zunutze machen.

Wir erschaffen aus der Schwingung in der wir uns befinden. Musik ist ein einmaliges, sofort wirkendes Tool, um direkt in eine besondere Schwingung zu kommen. Sie wirkt unmittelbar auf Körper und Geist, ob wir die Musik mögen, ob wir es wollen oder nicht.

A Präsentation und Erlebnis meiner eigens hierfür komponierten Musik

B Wahrnehmungsübungen mit verschiedenen Arten von Musik. Wie wirken sie auf mich. Wir erforschen gemeinsam dein aktuelles Lieblingsstück

C Integration in den Alltag: welche Musik für welche Energie. Erste Schritte.

Über Tessa Richter

Tessa hat früh begonnen, sich dem Thema Kreativität und künstlerischer Ausdruck zu widmen: zuerst innerhalb der gegebenen Strukturen der klassischen westlichen Musik, als klassische Flötistin mit einer internationalen Karriere. Später tauchte sie ein in innere Welten, fand Zugang zu ihren eigenen inneren Strukturen, wurde so professionelle Malerin und Bildhauerin mit internationalen Ausstellungen. Seit 2004 komponiert sie eigene Musik und hat bisher 3 CDs mit Eigenkompositionen veröffentlicht.



Sie erforschte andere Bewusstseinszustände in der Musik, in Bildern, in schamanistischer Trance und Mediationsformen ebenso wie auf Reisen u.a. zu den Ureinwohnern Nordamerikas, nach Indien, und nach Nepal. So erschloss sie sich die Verbindung zwischen Kult und Kultur als Quellen der (künstlerischen) Inspiration für ihre Kunst, Musik und fürs Leben.

Tessa gibt seit 30 Jahren ihr Wissen und ihre Erfahrung weiter im Coaching und in Kursen, privat und in Institutionen, wie beispielsweise an der Musikhochschule Zürich – heute Hochschule der Künste - und der Hochschule für Gestaltung Basel, in der Schweiz und im Ausland .

Neben ihren künstlerischen Tätigkeiten, arbeitet Tessa seit gut 10 Jahren auch als Karriere Coach für Management, Kader und Fachexperten, ebenso wie für Kreative. Hier unterstützt sie ihre KlientInnen, ihre Berufung zu finden, und wichtige Schritte zu einem sinnerfüllten Leben zu gehen.

Sie ist eine zertifizierte Coachin, hat ein Lehrdiplom und einen Master's in Flute Performance von der Boston University.

Über ihre Erkenntnisse und Erfahrungen hat sie 3 Bücher publiziert. Das letzte erschien 2024 unter dem Titel "Being highly creative – our superpower at the dawn of a new era".

Mehr Information findest du hier. www.oursecretpotential.com
und hier www.simone.spirit-contacts.ch

Details:

Zur Vorbereitung: überlege, was du dieses Jahr umsetzen möchtest. Wähle einen Fokus.

Daten:

Tag 1	3. Mai 2025, 9.30 – 16.30 Uhr, vor Ort
Tag 2	17. Mai 2025, 9.30 – 16.30 Uhr, vor Ort
Tag 3	14. Juni 2025, 9.30 – 16.30 Uhr, vor Ort
Coaching	21. August 2025, 18- 19.30 Uhr, online
Tag 4	13. September 2025, 9.30 – 16.30 Uhr, vor Ort
Tag 5	18. Oktober 2025, 9.30 – 16.30 Uhr, vor Ort

Ort

Simone Rüeegsegger
Oberdorf 7
4132 MuttENZ

Preise

Die ersten 3 Tage sind nur gemeinsam buchbar. Total 665.- CHF
Alle 6 Termine zusammen 995.- CHF
Tag 5 und 6 einzeln je 225.- CHF

Anmeldung

mail@tessarichter.ch oder simone.muttENZ@bluewin.ch