### **Die Kunst der Präsenz**

**Die volle Präsenz sollte die Grundlage allen Handelns und Wirkens sein, um aus dem eigenem vollen Potenzial schöpfen zu können. Mit Hilfe von bewusster Präsenzsteuerung ist es möglich auch in herausfordernden Situationen klar bei sich zu bleiben. Findet das Leben ohne dich statt, weil du nicht präsent bist?
 Wer bist du? Wann bist du? Wo bist du? Bist du authentisch? Übernimmst du die Verantwortung für dein Tun und Handeln?
 Fehlende Präsenz kann auf alle Lebensbereiche Auswirkungen haben: in Bezug auf die Familie, Arbeit,  Beziehungen, Haustier...
 Ebenso wichtig ist die Präsenz im Business, in
 Führungspositionen und im Kontakt mit Geschäftspartnern....

Ich unterstütze dabei den Fokus wieder ins Hier & Jetzt & Selbst  zurückzuholen. Häufig sind noch eigene Anteile an bestimmte Erfahrungen und Erlebnisse gebunden, so dass viele Möglichkeiten und Geschenke im Leben nicht gesehen bzw. wahrgenommen werden können.**