



## **Hjertelig velkommen til Skap en ny verden fra innsiden - Fra indre transformasjon til systemendring!**

Jeg er så glad og takknemlig for at du er her, og for at jeg får lov til å være med deg på denne delen av reisen din.

Bakteppet for *Skap en ny verden fra innsiden* er at vi har kjørt oss selv, naturen, økosystemene og dyra våre altfor hardt, altfor lenge. Vi er nødt til å snu, og vi må tenke helt nytt. Det hjelper ikke lenger å behandle symptomer her og der. Vi må tenke nye, gjenoppbyggende systemer, som legger til rette for alle involverte, så vi kan ha det godt med oss selv, og godt sammen. Vi trenger dyp systemendring.

### **Mat og landbruk**

I dette kurset får du eksempler fra dagens matsystem for å bygge bro mellom den ytre og den indre verden. Gjennom kurset kommer du derfor til å lære hvordan et matsystem i takt med naturen kan se ut, men viktigst av alt viser kurset deg hvordan du kan ta ansvar for deg selv for skape nye, regenerative systemer og et liv i tråd med ditt eget hjertet.

Altså: *hvordan du kan bli den forandringen du ønsker å se i verden.*

Gjennom kurset får du verktøy for å komme i kontakt med intuisjonen din, og for å leve et hjertestyrt liv. Jeg kommer med mange forslag og anbefalinger, men det er ikke noe mål å ta i bruk alt. Det viktigste du tar med deg fra dette kurset er en dypere kontakt med deg selv, så du selv kan ta store og små valg som er *riktige for deg*.

Hvis det er oppgaver eller ting du kjenner motstand mot, så anbefaler jeg å kjenne etter hva dette handler om. Ofte er det der det er mest motstand, den største gevinsten ligger. Utover i kurset får du god tid til å jobbe spesifikt med triggere som potensiale for indre vekst.

### **Nye moduler**

Annenhver uke får du tilgang på ny modul, det er i alt ni (0-8). I hver modul får du blant annet korte videoer der om de ulike temaene, og oppgaver der du selv går i dybden. Til hver modul får du i oppgave å lage affirmasjoner, som du kan spille inn og spille høyt for deg selv, og du en ny meditasjon. På den måten får du anledning til å jobbe både bevisst og ubevisst for å omprogrammere tanker og følelser for å skape det du drømmer om.

### **Coaching**

Dersom du har investert i en av pakkene med coaching, kan du lese mer om booking av timer i et eget skriv. Har du ikke valgt coaching, men kjenner i løpet av kurset at du likevel trenger et ekstra push og støtte i form av, så ta kontakt på [caroline@plantwhispers.no](mailto:caroline@plantwhispers.no).

### **Eteriske oljer**

Dette kurset er laget for å sette i gang dype, og regenerative prosesser i deg. Et verktøy som virkelig kan sette fart, og hjelpe deg å gi slipp for å gjøre plass til det nye, er eteriske oljer. Du kan lære mer om eteriske oljer i eget skriv og video i Velkommen-modulen. Skulle du ønske å investere i dine egne eteriske oljer fra doTERRA, kan du gjøre det [her](#).

**Jeg gleder meg så mye til å komme i gang!**

*Caroline*

