

Descobre o Poder do teu Coração

Verão 2024  
Oficinas online e ao vivo



com Ambra Sedlmayr

**CORES DA ALMA**

[www.cores-da-alma.pt](http://www.cores-da-alma.pt)



# Descobre o Poder do teu Coração

## O que é o Poder do Coração?

*É a nossa força interior criativa; a competência e confiança proveniente do nosso Espírito, à qual podemos aceder através do coração.*

### Para quem são estas oficinas?

- *Para quem se sente perdido, preso ou estagnado a sentir que a vida lhe está a passar ao lado;*
- *Para quem está exausto e tem falta de tempo e de espaço para fazer o que é realmente importante para ele;*
- *Para quem tem projectos por iniciar ou por concluir, mas se tem sentido incapaz de dar os passos necessários;*
- *Para quem anseia por uma vida mais realizada, mas não sabe como romper através do véu da indecisão que o mantém aquém de realizar os seus propósitos.*



## Descobre o Poder do teu Coração

### **O que se tornará possível quando acederes ao Poder do teu Coração?**

- Podes finalmente ganhar a auto-confiança, a coragem e o apoio de que precisas para avançares com algo que é realmente importante para ti;
- Podes reconquistar o espaço e o tempo de que precisas para fazeres as tuas coisas;
- Podes encontrar clareza sobre o que realmente queres, sentindo-te então a trilhar o caminho alinhado com a realização do teu propósito de vida;
- Podes, finalmente, realizar sonhos concretos de que duvidavas se estariam ao teu alcance, tal como mudar de casa ou trabalho, melhorar relações, publicar um livro, etc.
- Podes melhorar a relação que tens contigo mesm@, passando a encorajar-te no teu devir.



# Descobre o Poder do teu Coração

## **Qual vai ser o formato e o que vais aprender?**

*Vai haver sete módulos, num ritmo quinzenal, dos quais cinco serão online e dois serão ao vivo no encontro presencial final. Os encontros online servirão para aprofundar conteúdos e fazer exercícios práticos com a possibilidade de coaching individual. Haverá áudios e outros materiais de apoio a serem estudados no teu tempo. Os 7 módulos correspondem a um processo passo-a-passo para ganhares clareza, superares obstáculos e adquirires os conhecimentos e as atitudes essenciais para sucederes na realização dos teus propósitos. Vais:*

- 1. Usar intenções como estrelas-guia;*
- 2. Romper através de falsos limites e abraçar o poder que realmente tens;*
- 3. Criar de dentro para fora, delineando o caminho do destino;*
- 4. Cultivar uma relação mais empoderadora contigo mesma;*
- 5. Criar condições para que outros possam contribuir verdadeiramente para ti;*
- 6. Cultivar discernimento e confiança na tua sabedoria interior;*
- 7. Abraçar a atitude de desenvolvimento.*



## Descobre o Poder do teu Coração

**Qual foi a experiência de outros que já participaram nestas oficinas?**

*"Este workshop foi a chave para o meu desenvolvimento espiritual. Sinto-me muito mais livre e confiante para fazer as minhas escolhas mais verdadeiras."*

*"Acho que ficarás feliz por mim - graças ao teu trabalho consegui concretizar não um sonho mas acho que um anseio profundo da minha alma. Comprei uma casa de madeira no campo e agora acordo com os passarinhos a cantar na macieira!..."*

*"Gratidão. Este workshop ajudou-me imenso a melhorar as relações com as pessoas do meu trabalho."*

*"As questões colocadas no processo e a análise sensível, atenta e pormenorizada a que nos conduzem, despoletam descobertas que são saltos, cuja dimensão nem sempre é fácil de medir."*

*"A mudança mais importante (destas oficinas) para mim foi eu dignificar-me a mim própria. Aceitar-me como sou."*

Sedlmayr Verão 2024  
Oficinas online e ao vivo  
com Ambra

Descobre o Poder do teu Coração

Conhece princípios infalíveis da auto-realização e aplica-os à tua vida

### **Organização:**

Online aos Sábados das 18:00-20:00 horas, dias 20 de Julho, 3, 17 e 31 de Agosto, 14 de Setembro. 28 e 29 de Setembro módulos 6 e 7 em encontro celebrativo final ao vivo na Lousã.

Valor da inscrição: 400€ (350€ antes de 12 de Julho).  
Inscreve-te escrevendo para [ambra@posteo.pt](mailto:ambra@posteo.pt)  
Vagas limitadas.



**CORES DA ALMA**

[www.cores-da-alma.pt](http://www.cores-da-alma.pt)