

Deine Herzensreise zur Geburt

Ich als deine Lustgeburtsdoula; das möchte ich dir geben:

Ich bin einfach da - wenn du willst, erinnere ich dich. Und begleite dich, in dem, was in dir wachsen will.

Ich begleite Dich auf deiner Herzensreise- nicht, um etwas zu tun, sondern um Raum zu halten. Für Heilung. Für Erinnerung. Für die natürliche, kraftvolle Geburt, die bereits in dir lebt.

Meine Haltung & Vision

Ich stehe für eine natürliche, selbstbestimmte, schmerzarme-/freie und lustvolle Geburt und sehe dich selbst als Schöpferin derer.

Geburt ist ein heiliges Tor - ein Übergang. Ich sehe dich als Königin deiner Geburt. Meine Aufgabe ist es, dich zu erinnern, nicht zu lenken. Ob du dein Kind zu Hause gebären möchtest oder in der Klinik - ich bin an deiner Seite, mit Respekt, Hingabe und offenem Herzen mit meiner ganzheitlichen Begleitung auf allen drei Ebenen:

Körperlich

Ernährung in der Schwangerschaft & geburtsfördernde Mittel

Atemarbeit & Körperwahrnehmung

Beckenbalance & Bewegung

Berührung & Geburtsvorbereitung

Mental

Traumaarbeit

Glaubenssatz-Arbeit & Angstauflösung

Numerologische Begleitung (Geburtscode, Seelenplan)

Visualisierung deiner Traumgeburt

Mindset-Arbeit & Selbstermächtigung

Affirmationen und Meditationen

Spirituell

·Verbindung mit deinem Baby & deiner Ahnenlinie

Rituale & intuitive Geburtsvorbereitung

Quantenenergie & Geburtsmanifestation

Erinnerung an deine Schöpferinnenkraft

Zusätzliche Herzensangebote

Jede Frau, jedes Baby, jede Reise ist einzigartig. Darum darf deine Begleitung auch individuell wachsen. Neben meiner Doula- und Geburtsbegleitung biete ich dir liebevoll abgestimmte Zusatzangebote an, die dich auf allen Ebenen stärken - körperlich, emotional und seelisch.

Numerologische Seelenbegleitung

Dein Geburtsdatum & Name erzählen eine Geschichte - deine. In einer intuitiven numerologischen Lesung erfährst du mehr über deine Seelenaufgabe, Geburtsenergie, Namensschwingung & Familienkonstellation. Besonders wertvoll zur Vorbereitung auf dein Baby oder in Lebensübergängen.

Bachblüten-Mischungen für Körper & Seele

Sanfte Pflanzenfrequenzen zur emotionalen Harmonisierung - individuell für dich oder dein Kind zusammengestellt. Ideal bei Ängsten, Überforderung, Unsicherheit oder in der Übergangszeit vor/nach der Geburt.

Energiezentertherapie (Chakrenarbeit)

Deine Energiezentren erzählen, wo deine Kraft fließt - oder noch gehalten wird. In liebevoller Begleitung harmonisiere ich deine Chakren und helfe dir, wieder ganz in deinem Körper und deiner schöpferischen Kraft anzukommen.

Quantenfeldarbeit & Energieimpulse

Du gestaltest deine Realität. Auch deine Geburt. In tiefen, intuitiven Sessions öffnen wir gemeinsam einen Raum, in dem alte Muster, Ängste oder Zweifel neu geschrieben werden dürfen - im Feld, das alles in sich trägt. Für Klarheit, Ausrichtung und neue Schwingung.

Intuitive Geburtsaffirmationen/Meditationen & Geburtsreisen

Auf Wunsch erstelle ich für dich persönliche Affirmationen oder geführte Visualisierungen - abgestimmt auf deine Bedürfnisse, Frequenz und Geburtswünsche. Für dein tägliches Üben, Vertrauen & inneres Öffnen.

All diese Angebote können einzeln, kombiniert oder im Rahmen deiner Geburtsreise integriert werden. Gemeinsam finden wir heraus, was DU brauchst und Dich stärken darf!

Meine zwei Herzensschwerpunkte

(bei einer Langzeitbegleitung von mind. 6 Treffen vor Geburt inbegriffen)

Sanfte-schmerzfrie & Lustvolle Geburtsvorbereitung

Ein Herzensanliegen meiner Arbeit ist es, Frauen auf eine Geburt vorzubereiten, die nicht nur selbstbestimmt, sondern auch sanft, lustvoll und - soweit möglich - schmerzfrie erlebt werden darf.

Durch bewusste Körperarbeit, Atem, Achtsamkeit, Geburtswissen, energetische Prozesse und das Lösen von inneren Blockaden öffnen wir gemeinsam den Raum, in dem Geburt als ekstatischer, heilsamer Akt erfahren werden kann. Du darfst dich erinnern, dass Geburt aus Liebe entsteht - und auch in Liebe geschehen darf.

Wochenbettbegleitung & Gespräche nach der Geburt

Im Wochenbett beginnt nicht nur ein neuer Lebensabschnitt für dein Baby, sondern auch für dich als Mutter. Diese Zeit ist heilig, sensibel, manchmal überwältigend - und verdient achtsame, liebevolle Begleitung.

Ich biete dir Raum, um deine Geburt zu reflektieren - unabhängig davon, wie sie verlaufen ist. Ob ekstatisch, überfordernd, traurig oder kraftvoll - deine Geschichte darf da sein. Mit offenen Ohren, Herz und Worten begleite ich dich, damit du ganz in deiner neuen Rolle ankommen kannst.

Auch nach Sternenkind-Geburten oder herausfordernden Erfahrungen stehe ich dir zur Seite - mit Würde, Feingefühl und einem tiefen Wissen um die Kraft des Loslassens und Heilens.