



4 unterschätzte Fruchtbarkeits-Booster, die kaum jemand kennt

... und die in der heutigen Welt viel zu wenig Beachtung finden.

In diesem Ratgeber erfährst du...

... verborgene Blockaden, die die Medizin oft übersieht.

... wie du innere Ruhe und Verbindung aufbaust.

... warum Stress & Druck die Fruchtbarkeit bremsen.

... wie du die 4 Booster sofort umsetzen kannst.

BONUS:

Eine 2-Minuten-Übung, die sofort Stress löst und deinen Körper spürbar entspannt.

Der exklusive Ratgeber bei unerfülltem Kinderwunsch

Persönliches Vorwort

Liebe Leserin,

dieser Ratgeber ist für dich, wenn du dir ein Baby wünschst und dieser Weg dich emotional, körperlich und mental immer wieder fordert.

Vielleicht kennst du das Auf und Ab aus Hoffnung, Enttäuschung und dem Gefühl, „funktionieren“ zu müssen. Vielleicht spürst du, dass dein Körper dir etwas sagen möchte, du aber nicht greifen kannst, was es ist. Wahrscheinlich hast du schon vieles versucht wie Hormone, Zyklus-Tracking, medizinische Wege und doch fehlt etwas. Etwas Tieferes. Etwas, das oft übersehen wird.

Du machst nichts falsch. Dein Körper, deine Emotionen und dein Nervensystem brauchen mehr Aufmerksamkeit als Methoden, die nur an der Oberfläche arbeiten.

Genau deshalb habe ich diesen Ratgeber geschrieben: Um dir neue Perspektiven zu geben, die wirklich etwas verändern können. Impulse, die tiefer gehen. Verständnis dafür, was dein Körper wirklich braucht. Und Einblick in Fruchtbarkeits-Booster, die kaum jemand kennt.

Wenn du durch diese Seiten mehr Klarheit, Entlastung oder Hoffnung spürst, hat dieser Ratgeber seinen Zweck erfüllt.

Herzliche Grüße,

Maren



AUTORIN: Maren Rodenberg
Mentaltrainerin

- Bachelor of Fitnessökonomie
- Zertifizierter History Clearing Coach
- CQM Coach
- Grundlagenseminar im Biologischen Heilwissen
- Aurachirurgie
- Fortbildungen in Miasmantik

5 Probleme, die viele Frauen mit Kinderwunsch haben, ohne zu wissen, dass sie ihre Fruchtbarkeit beeinflussen.

Problem 01

Der Körper steht im Dauerstress, aber niemand merkt es.

Viele Frauen erleben im Alltag innere Unruhe, Anspannung, Schlafprobleme und Selbstzweifel.

Was kaum jemand weiß:

Ein ständig aktives Nervensystem hält den Körper im Überlebensmodus, nicht im Empfängnismodus.

Stress blockiert das Gefühl von Sicherheit, das der Körper für neues Leben braucht. Selbst wenn alle Werte unauffällig sind, können solche Blockaden hinderlich sein.

Problem 02

Emotionale Belastungen setzen sich im Körper fest.

Jeder negative Test hinterlässt Spuren.

Viele Frauen fühlen Traurigkeit, Frust, Scham oder Schuld. Oft wird dies begleitet vom Gefühl zu versagen.

Diese Emotionen verschwinden nicht einfach, sondern erzeugen tiefe, innere Anspannung.

Doch kaum jemand bekommt Unterstützung genau auf dieser Ebene.

Problem 03

Die Medizin betrachtet meist nur die körperliche Seite.

Hormone, Zyklen und Laborwerte sind wichtig. Doch Emotionen, unbewusste Muster und alte Belastungen werden in Untersuchungen nicht berücksichtigt.

Viele Frauen spüren: „Irgendwas stimmt nicht, aber niemand findet etwas.“

Genau dort entstehen Unsicherheit, Druck und das Gefühl, allein zu sein.

⊗ Problem 04

Unbewusste Muster aus der Familie wirken stärker, als man denkt.

Viele Themen werden von Generation zu Generation weitergegeben:

- Ängste
- Verluste
- Geburtserfahrungen
- Stressmuster
- Trauma

Diese wirken oft genau dann, wenn Frauen selbst Mutter werden möchten.

Doch kaum jemand weiß davon. Geschweige denn, wie man diese Belastungen sanft löst.

⊗ Problem 05

Die Verbindung zum eigenen Körper geht verloren.

Monat für Monat wächst der Abstand:

- vom Vertrauen zum Misstrauen
- von Ruhe zu Kontrolle
- von Hoffnung zu Druck
- vom Körpergefühl zu Selbstzweifeln

Viele Frauen fühlen sich irgendwann „fremd im eigenen Körper“.

Dabei ist gerade die liebevolle Verbindung zum eigenen Körper einer der größten Fruchtbarkeits-Booster überhaupt.

Diese Herausforderungen sind völlig normal. Du bist damit weder alleine noch „falsch“. Was du brauchst ist kein Druck, sondern einen Weg, der zu dir, deinem Körper und deinen Werten passt und der deine natürliche Fruchtbarkeit wieder unterstützt.

Wie das gelingen kann, zeige ich dir auf der nächsten Seite.



4 unterschätzte Fruchtbarkeits-Booster, die kaum jemand kennt.

Booster 01

Nervensystem-Regulation – der unterschätzte Schlüssel zur Fruchtbarkeit.

In einer Welt voller Reize, Verpflichtungen und Dauerstress befindet sich unser Körper viel zu oft im Überlebensmodus.

Doch der Zustand, den dein Körper für eine Empfängnis braucht, ist ein ganz Anderer: Der Körper braucht Sicherheit.

Wenn das Nervensystem überlastet ist, führt dies oft zu:

- unruhigem Zyklus
- Schlafproblemen
- innerer Anspannung
- Energielosigkeit
- hormonellem Ungleichgewicht

Was viele nicht wissen:

Ein beruhigtes Nervensystem signalisiert dem Körper, dass es „sicher“ ist, Leben zu empfangen.

Mini- Übung (2 Minuten)

Lege eine Hand auf dein Herz und die andere auf deinen Bauch.

Atme 6x langsam durch die Nase ein und doppelt so lang durch den Mund aus.

Mit jedem Ausatmen darf die Anspannung weichen. Spüre, wie sich dein Bauch weicher anfühlt und die Schultern sich entspannen.

Diese einfache Übung löst Stressreaktionen und öffnet das System für Entspannung.

Diese kleine Übung beruhigt dein Nervensystem und schenkt deinem Körper ein Gefühl von Sicherheit. Ein wichtiger Schritt auf dem Weg zu mehr Empfängnisbereitschaft.

Booster 02

Emotionale Entlastung – der Raum, den dein Körper wirklich braucht.

Ein unerfüllter Kinderwunsch kann so vieles in uns auslösen:

Traurigkeit, Wut, Zweifel, Druck, Angst oder Scham.

Diese Gefühle verschwinden nicht einfach, sie setzen sich im Körper fest.

Die Medizin kann sie nicht messen, doch dein Körper spürt sie deutlich. Emotionen beeinflussen deine Hormonbalance, deinen Stoffwechsel, deinen Schlaf und vor allem dein inneres Gefühl von Sicherheit. Wenn dein inneres System wieder zur Ruhe kommt und sich sicher fühlt, kann auch dein Körper loslassen.

So entstehen mehr innere Ruhe, Vertrauen, weniger Druck und ein liebevoller Zugang zu deinem eigenen Körper.



Booster 03

Auflösen unbewusster Muster & transgenerationaler Themen.

Viele Frauen tragen Belastungen in sich, die gar nicht aus ihrem eigenen Leben stammen. Vielleicht kennst du diese leisen, tiefen Gefühle: Alte Ängste, unerklärliche Blockaden, wiederkehrende Muster oder innere Konflikte, die sich nicht erklären lassen, als würden sie nicht wirklich zu dir gehören. Das ist kein Zufall.

Studien zeigen, dass traumatische Erfahrungen über Generationen weitergegeben werden, besonders im gynäkologischen Bereich. Viele Frauen tragen unbewusst bis zu 90 % der emotionalen Muster und Stressreaktionen ihrer Ahninnen weiter, ohne es zu wissen.

Diese tiefen, transgenerationalen Themen können den Körper festhalten und die innere Balance stören.

Mit Methoden wie History Clearing, CQM, Aurachirurgie, Miasmantik und dem biologischen Heilwissen lassen sich diese Muster sanft lösen und beruhigen, sodass Körper und Nervensystem wieder in ihre natürliche, empfangsbereite Ruhe finden können.



Booster 04

Verbundenheit mit dem eigenen Körper.

Viele Frauen erleben ihren Körper irgendwann als „Gegner“. Monat für Monat, Test für Test, Enttäuschung für Enttäuschung. Und der Körper reagiert darauf. Er braucht Vertrauen, Zuwendung, Sicherheit, Nähe. Die tiefe Verbindung zu deinem Körper ist einer der stärksten Fruchtbarkeits-Booster überhaupt.

Wenn du wieder spürst:

- was dir wirklich gut tut
- wann dein Körper Ruhe braucht
- wie du ihn stärkst
- wie du wieder in liebevolle Verbindung kommst

... verändert sich die gesamte innere Haltung. Und damit auch der Körper.

Zusammenfassung

In diesem Ratgeber hast du einen neuen Blick auf Fruchtbarkeit kennengelernt, der weit über Hormone, Zyklusdaten und klassische Diagnostik hinausgeht.

Du hast erfahren, wie stark unbewusster Stress, alte emotionale Muster und ein überlastetes Nervensystem den Körper beeinflussen können, ohne dass medizinische Untersuchungen etwas gezeigt haben.

Du weißt jetzt, warum viele dieser Zusammenhänge in der klassischen Medizin kaum Beachtung finden und wie du selbst beginnen kannst, wieder mehr Ruhe, Verbundenheit und innere Sicherheit aufzubauen.

Außerdem hast du die 4 unterschätzten Fruchtbarkeits-Booster entdeckt, die sofort in deinem Alltag wirksam werden können. Sanft, machbar und ohne zusätzlichen Druck.

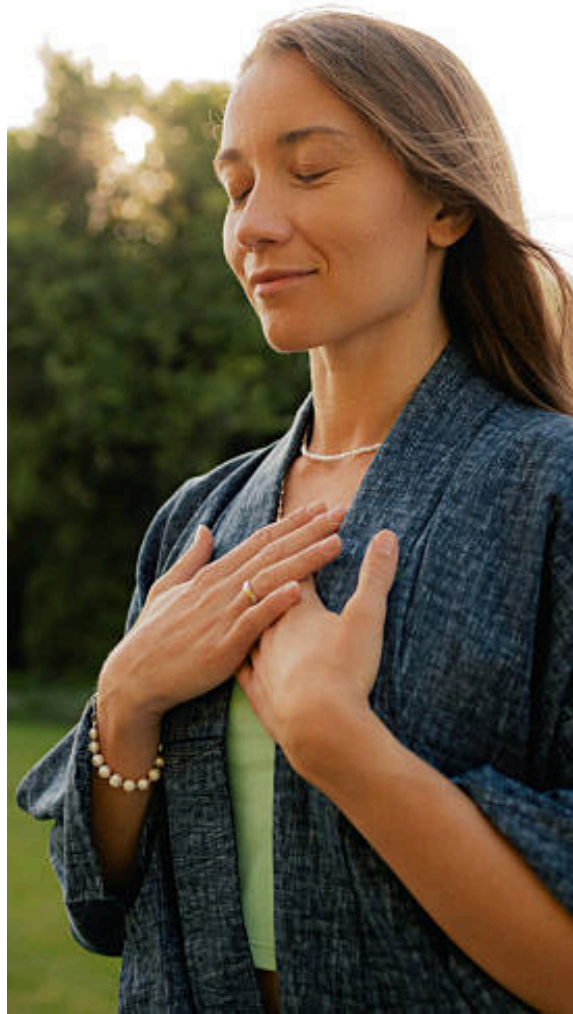
Dieser Ratgeber soll dir Mut machen: Dein Körper ist nicht „falsch“. Er reagiert. Und du kannst lernen, ihn wieder in Balance zu bringen.

Wenn du dir auf deinem Weg mehr Orientierung, emotionale Entlastung und individuelle Begleitung wünschst, bin ich gerne für dich da.



Alle Träume können wahr werden, wenn wir den Mut haben, ihnen zu folgen.

Walt Disney



Willst du wissen, wie deine Reise von hier aus weitergehen kann?

Auf den nächsten Seiten gewinnst du einen wertvollen Einblick in die Zusammenarbeit mit mir.

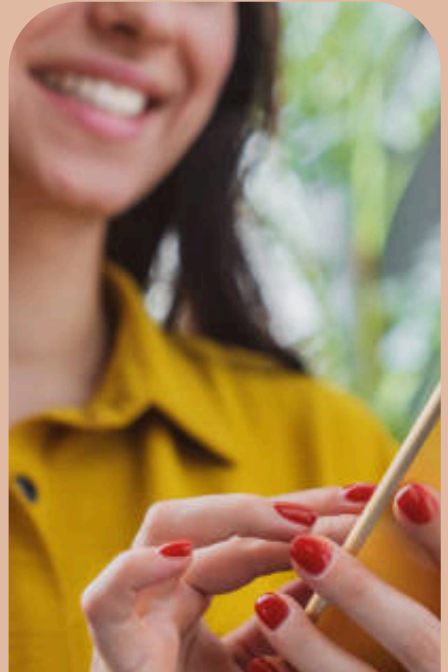
Gerne kannst du auch ein kostenloses Kennenlerngespräch auf www.maren-rodenberg.de anfordern.

Ich freue mich Dich kennenzulernen.

Deine Reise

1 **Buche dir einen kostenlosen Termin**

Du suchst dir einfach einen freien Termin aus und reservierst ihn, so wie es für dich am besten passt.



2 **Kurzes telefonisches Kennenlerngespräch**

Im kurzen Gespräch schauen wir, wo du stehst und ob wir zusammen passen. Du kannst deine Fragen stellen und ein erstes Gefühl für unsere Zusammenarbeit bekommen.

3 **Start der Kinderwunschreise**

Wenn es für uns beide stimmig ist, vereinbaren wir einen ersten Termin und gestalten deinen persönlichen Weg zum Wunschkind.





Über die Gründerin Maren Rodenberg

Schon während meines Bachelorstudiums in Fitnessökonomie wurde mir bewusst, wie eng Körper, Stress und emotionale Gesundheit miteinander verbunden sind. Doch wirklich verändert hat mich erst mein eigener Heilungsweg.

Eine eigene Erfahrung mit CQM hat mir gezeigt, wie tief innere Prozesse wirken können. Diese Erkenntnis hat mein Leben verändert – und daraus entstand meine Arbeit. Inzwischen begleite ich Frauen dabei,

- unbewusste Blockaden zu lösen
- generationsübergreifende Belastungen zu transformieren
- das Nervensystem zu beruhigen
- wieder Halt, Vertrauen und Verbindung zu sich selbst zu finden

für einen leichteren, freieren Weg zum Wunschkind.

Was macht meine Arbeit so besonders ?

Ich begleite dich mit Herz und Achtsamkeit auf deinem Weg.

Sanft, sicher und tiefgreifend.

Bei mir darfst du ankommen, loslassen und zurück in deine innere Kraft finden.

Gemeinsam öffnen wir Raum für Vertrauen, Leichtigkeit und neues Leben.

Einblick in unsere Zusammenarbeit

So schaffen wir gemeinsam die besten Voraussetzungen für deinen Weg zum Wunschkind:

In unserer gemeinsamen Zeit begleite ich dich intensiv, individuell und tiefgehend über 10 Wochen auf deinem persönlichen Weg. Du bist in dieser Zeit nicht allein. Du bekommst genau den Halt, die Klarheit und die Unterstützung, die du brauchst, um innere Blockaden zu lösen und wieder mehr Vertrauen in deinen Körper und deine Fruchtbarkeit zu finden.



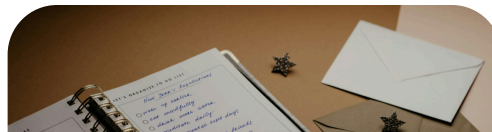
8 intensive 1:1 Coachings

Individuelle, tiefgehende Sitzungen, in denen wir Blockaden lösen, transgenerationale Themen klären, dein Nervensystem beruhigen und deinen Weg zum Wunschkind Schritt für Schritt unterstützen.



Begleitung über WhatsApp

Du kannst dich zwischen den Terminen jederzeit melden. Für Fragen, Unterstützung, Impulse oder wenn alte Gefühle hochkommen. Ich bin für dich da. Du wirst nicht zwischen den Sitzungen „alleingelassen“.



Alltagsbegleitung & Impulse

Du erhältst individuelle, sanfte Umsetzungsaufgaben sowie wöchentliche stärkende Impulse, die dich emotional, mental und körperlich in deiner Entwicklung unterstützen und stabilisieren.



5 Fragen, die ich häufig
gestellt bekomme.

Für wen ist meine Begleitung geeignet?

Für Frauen, die sich ein Kind wünschen und merken, dass der Weg dorthin schwerer ist, als gedacht. Ob Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburtserfahrung oder familiäre Muster. Du bist willkommen, wenn du innerlich spürst, dass da mehr in dir gesehen werden möchte.

Kannst du zu mir kommen, auch wenn du in ärztlicher Behandlung bin?

Ja. Viele Frauen nutzen meine Begleitung zusätzlich zur schulmedizinischen Unterstützung. Beides darf sich ergänzen, Körper und Seele gehören zusammen.

Wie läuft ein Termin bei mir ab?

Sanft, klar und ohne Druck. Wir betrachten das Thema, das sich zeigt, lösen Blockaden auf bewusster und unbewusster Ebene und bringen dein Nervensystem sowie dein Energiesystem Schritt für Schritt in Balance.

Kann meine Arbeit dich bei deinem unerfüllten Kinderwunsch unterstützen?

Ich ersetze keine medizinische Behandlung, sondern ergänze sie auf emotionaler, mentaler und körperorientierter Ebene. Wir arbeiten an Blockaden, Stressmustern und tieferen, inneren Prozessen, die oft unbewusst wirken und sich auf den Kinderwunsch auswirken können.

Arbeite ich auch online?

Ja. Sitzungen sind vor Ort oder online möglich. Ganz so, wie es für dich sicher und gut ist. Ein Online-Termin ist genauso wirksam wie ein Termin vor Ort.



Schlusswort

Liebe Leserin,

bevor dieser Ratgeber endet, möchte ich mich noch einmal ganz bewusst an dich wenden.

Ich hoffe, die Impulse und Einblicke in diesem Ratgeber konnten dir neue Hoffnung schenken, dich stärken und dir vielleicht sogar einen ersten Lichtblick auf deinem Weg zum Wunschkind geben.

Aus Gesprächen mit vielen Frauen weiß ich, wie herausfordernd diese Zeit sein kann. Wie schnell man sich verliert zwischen Angst, Druck und dem Gefühl, den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr zu sehen.

Doch wenn du eines aus dieser Lektüre mitnehmen darfst, dann das:

Es gibt einen Weg. Auch für dich.

Und du musst ihn nicht alleine gehen.

Deshalb möchte ich dich herzlich zu einem kostenlosen Kennenlerngespräch einladen. Dort schauen wir gemeinsam, wo du gerade stehst, was dich belastet und welche nächsten Schritte für dich sinnvoll und hilfreich sein können. Ganz in Ruhe, ganz ohne Druck.

Ich freue mich sehr darauf, dich kennenzulernen.

Herzliche Grüße
und bis bald,

Maren



**Möchtest du deinen Weg zum
Kinderwunsch mit mehr Klarheit, Ruhe
und innerer Sicherheit gehen, ohne dabei
deine Intuition oder dein Körpergefühl zu
übergehen?**

Dann sichere dir jetzt dein kostenloses
Kennenlerngespräch unter www.maren-rodenberg.de