



## Stimme Entfalten

Dr. Lilith Jappe

Stimmcoach und traumasensible Begleitung  
Intuitive Musikerin mit Harfe und Seelengesang



## 5 unbewusste Schwächen

die verhindern, dass du bei deinen Kunden wirklich ankommst –

– obwohl du schon so weit und reflektiert bist und viel an dir gearbeitet hast.

### In diesem Guide erfährst du,

was dich davon abhält, voll zu leuchten und ganz in deiner Kraft von innen zu überzeugen.

### 3 Schlüssel

um dein Selbstvertrauen zu vertiefen und kraftvolle, lebendige Präsenz zu entwickeln.

Und das noch ungenutzte Potenzial in deiner Stimme zu nutzen.

**Guide für Therapeutinnen, Beraterinnen und Coaches, die mit ihrer Stimme authentisch auftreten und ihr Business nachhaltig aufbauen wollen**

# Vorwort

Liebe Leserin,

dieser Guide ist für dich geschrieben, wenn du als feinfühliges Frau mit Menschen arbeitest, und etwa als Beraterin, Coach oder Therapeutin auf deine ganz eigene, echte und stimmige Weise überzeugen willst, ohne dich zu verbiegen, dich zu verstellen oder aus Angst vor Bewertung zurückzuhalten.

Vielleicht hast du öfters den Eindruck, dass andere in ihrem Auftreten lauter sind und leichter in den Vordergrund treten? Du hingegen bist differenziert und selbstkritisch und nimmst dich häufiger mal zurück oder wirst überhört?

Es ist dir wichtig, im Einklang mit deinem Inneren, deiner Seele und Intuition zu wirken. Du willst von innen her echt bei deinen Mitmenschen und Klienten ankommen. Doch manchmal scheint es, als würde deine Stimme da draußen nicht wirklich wahrgenommen.

Wenn du dich in dieser Beschreibung wiedererkennst, kann es sein, dass du deinem eigenen Wesen und deinem Klang noch nicht genug vertraust, sie noch nicht ganz verkörperst und dich darum manchmal verlierst.

Wenn du dich nach einer tieferen Verankerung in Dir selbst und mehr Freude an deinem Ausdruck sehnst, dann wirst du auf den kommenden Seiten wertvolle Antworten finden.

Denn was du hier vorfindest, hat es in sich. Ich nenne es Guide, weil es Dich führen und an die Hand nehmen kann auf einem Weg in deine ganz eigene Kraft.

Ich möchte dir auf diesen Seiten tiefe Einsichten aus Stimm- und Traumawissen vermitteln, dich berühren und in dir eine Ahnung wecken, was sich für dich noch eröffnen kann.

Ich wünsche dir damit viel Inspiration und Freude!

**Lilith**



## AUTORIN: Dr. Lilith Jappe

### *Stimme Entfalten*

- Intuitive Sängerin
- Stimmphysiologin nach Lichtenberg
- Coach für traumasensible Begleitung, Neurointegration nach Verena König
- Promotion zum Thema Selbst und Identität
- 12 Jahre Erfahrung in der Begleitung von über 200 Menschen auf ihrem Entfaltungsweg in die Heilung ihres Selbstwerts, Vertrauen in sich selbst und die Entfaltung einer tragfähigen und freien Stimme

# 5 unbewusste Hindernisse

## Problem 01

### **Du bist nie genug oder du bist zuviel**

Viele feinfühligke Begleiterinnen tragen unbewusst eine Bewertung in sich, noch nicht ganz bereit zu sein. Vielleicht fehlt noch eine Methode, noch ein Schritt der eigenen Entwicklung oder noch mehr Klarheit. Unterschwellig ist da das Gefühl, dass etwas fehlt. Diese Idee von Mangel sitzt oft tief und wirkt aus dem Verborgenen.

Manchmal zeigt es sich auch als die gegenteilige Angst: zu viel zu sein, zu intensiv oder zu sichtbar. Diese verborgenen Überzeugungen führen dazu, dass du dich innerlich zurückhältst – statt dich in deiner echten Größe zu zeigen und mit dem zu wirken, was längst da ist.

## Problem 02

### **Du bist im Kopf – statt in deiner Mitte**

Der Verstand ist ein wunderbares Instrument, um Zusammenhänge zu verstehen und Probleme zu lösen. Doch wenn er ständig die Führung übernimmt, kann er dich auch von deinem inneren Kompass entfernen. Du sehnst dich nach Leichtigkeit, Vertrauen und Herzenspräsenz, doch du steckst fest.

Dahinter steht oft der Wunsch, Kontrolle zu behalten oder Fehler zu vermeiden. Das Gedankenkarussell, Grübeln oder Zweifel tragen dich von dir fort. Du bist dann nicht mehr in dir verankert und hörst deine innere Stimme nicht.

## Problem 03

### **Du trägst mehr Spannung in dir als du ahnst**

Gerade wenn du viel für andere da bist, trägt dein Nervensystem oft mehr Spannung, als dir bewusst ist. Du bist wach und aufmerksam, doch wirkliche Entspannung entsteht dabei selten.

So gewöhnst du dich vielleicht daran, leicht angespannt zu funktionieren und dich immer wieder ein Stück selbst zu übergehen. Es kann sein, dass du das noch nicht einmal bemerkst, weil es so gewohnt ist.

Du entfernst dich dabei von deiner eigenen Kraft. Die feinen Impulse deiner Intuition und der Kontakt zu dir selbst entfalten sich erst, wenn dein Körper wirklich zur Ruhe kommt. Um die Weite deiner Seele spüren zu können, brauchst du tiefe Regulation, Vertrauen und Sicherheit.

## ✘ Problem 04

### **Du strengst dich an und verlierst dich im Außen**

Wenn es um Stimme und Wirkung geht, versuchen viele Trainer und Coaches, ihren Klang nach außen zu projizieren, um andere zu erreichen. Doch dabei entsteht oft eine Bewegung weg von sich selbst. Die Stimme wird angestrengt und verliert an Berührbarkeit und Echtheit.

Kennst du das Gefühl, dich immer mehr zu bemühen, gehört zu werden, sei es mit deiner Stimme oder auch mit deinen Worten, und es eigentlich immer anstrengender wird?

Es fehlt dir in dem Moment an Verankerung in dir selbst und an stimmlicher Präsenz in Deinem Körper.

## ✘ Problem 05

### **Du stellst andere über dich**

Viele Coaches sind sehr darauf ausgerichtet, für andere da zu sein und ihre Erwartungen zu erfüllen. Doch wenn du dich zu stark anpasst oder versuchst, es allen recht zu machen, stellst du dich energetisch unter dein Gegenüber.

Ebenso, wenn du dich vergleichst.

Erst wenn du selbst in deiner Kraft stehst, dich nicht mehr kleiner machst, sondern dich und deine Bedürfnisse ernst nimmst, entsteht eine klare und vertrauensvolle Basis für deine Arbeit.

Keine Sorge: Diese Phänomene sind keine Seltenheit. Viele Coaches, Beraterinnen und Trainerinnen kennen sie, gerade wenn sie feinfühlig, reflektiert und gewissenhaft sind.

Du brauchst einen Weg, dich wieder tiefer in dir selbst zu verankern und deine Kraft zu dir zurück zu holen. Mit der Weite deines Bewusstseins hier anzukommen, in deinem Körper, und daraus eine ruhige, kraftvolle Präsenz zu entwickeln.

**Auf der nächsten Seite zeige ich dir, wie dieser Weg aussehen kann ...**



# 3 Schritte in echte Größe und Überzeugungskraft von innen

## 🔒 Schlüssel 1

### Lande in deinem Körper

Dein Körper ist die Ausgangsbasis für deine Ausstrahlung und all dein Wirken. Dabei kommt es weniger darauf an, wie du aussiehst, sondern wie du dich von innen erlebst und wie sehr du dich bewohnst.

Nimm dir Ruhe, lausche auf dich und komme wirklich im Körper an. Begleitung ist hier hilfreich, um dich nicht wieder in Gedanken zu verlieren, sondern dich so sicher zu fühlen, dass du dich öffnen und in eine tiefe Präsenz fallen lassen kannst.

In einem Raum, indem du dich wirklich sicher und angenommen fühlst, kann dein System ankommen. Du öffnest dich der Erfahrung von Willkommensein und etwas in dir kommt zur Ruhe.

Verlangsamung, Spürbewusstsein und die bewusste Entfaltung deiner Stimme bringen dich in den Körper.

Du öffnest dich für tiefere Schichten: alte Themen können sanft aufsteigen und sich lösen. Du schöpft mehr und mehr Vertrauen aus dir heraus.

Klang wird Berührung und lebendiger Ausdruck.

## 🔒 Schlüssel 2

### Entfalte deine Stimme

Wenn deine Stimme frei in deinem Körper schwingt, werden Frequenzen frei, die dich in deine Kraft bringen.

Sie tragen den Klang wie ein inneres Gerüst. Du kannst sie im Tönen, Singen und im Sprechen wahrnehmen und dich mit ihrer Hilfe immer wieder in Präsenz und Kraft zurückholen: auch mitten in einem Gespräch oder Vortrag.

Die Stimme wird so zu einem Anker, über den du dich immer wieder rückverbinden kannst mit deiner Seele, deinen lichtvollen und unversehrten Anteilen oder wie immer du den kraftvollen Kern in deinem Inneren beschreibst. Du erfährst Leichtigkeit und Freiheit.

Vielleicht bist du schon ganz zufrieden mit deinem Klang, hörst dich gerne sprechen oder singst für dich oder auch vor Publikum. Oder deine Stimme ist mit negativen Erfahrungen oder Bewertungen belegt und du versteckst dich bisher noch lieber mit deiner Stimme.

Von wo immer du mit deiner Stimme startest, es liegt noch viel mehr in ihr und sie kann zu einer starken Kraftquelle in deinem Alltag werden.

*Die Stimme wirkt als Brücke und Verbindung von Seele und Körper. Dies Potenzial solltest du nicht brach liegen lassen, sondern ausschöpfen. Du hast ein Recht auf deine Stimme und deinen lebendigen Ausdruck!*



## Schlüssel 3

### **Kläre deine innere Landschaft**

Wir haben vielfältige innere Anteile, die als unterschiedliche Zustände erfahrbar werden. (Wie z.B. den Inneren Kritiker. Sie sind weit mehr als eine Metapher: Dahinter wirken neuronale Netzwerke, unser autonomes Nervensystem und die dazugehörige Biochemie).

Es hilft, sich dieser Anteile bewusst zu werden und liebevoll und klar Verantwortung für sie zu übernehmen.

Dafür ist das Etablieren einer Haltung von WOHLWOLLEN unerlässlich: der Aufbau einer liebevollen inneren Instanz, die Mitgefühl lebt und nicht bewertet, was auch immer sie vorfindet.

Dafür verbindest du dich mit deinem Innersten. Finde dein unbedingtes JA zu dir, deinen unversehrten Kern und schöpfe daraus.

Das, was sich in Dir nicht wohlfühlt, kannst Du nach und nach "nach Hause lieben", am besten in einer wohlwollenden Begleitung und mit viel Verständnis.

So findest Du Frieden mit den verletzten Anteilen und den kritischen Stimmen in dir. Du wachst in die Selbstermächtigung und verkörperst deine Essenz.



# Wie kommst Du bei Dir an?

Heilung und Selbstermächtigung erwachsen letztlich von innen. Aus einer weisen, liebevollen Instanz in dir und aus einer bewussten Entscheidung, dir echt zu begegnen und dich ganz anzunehmen.

Über die Rückverbindung mit dir und das Lösen alter Muster findest du Schritt für Schritt zurück in deine eigene Kraft.

Über den Körper werden Erkenntnisse zu gelebter Erfahrung.

Deine Stimme verbindet dich nach innen. Sie schenkt dir Halt und Selbstvertrauen, bringt dich in deine Lebendigkeit und öffnet Deinen ganz eigenen Ausdruck..

**Präsenz beginnt dort, wo du wieder ganz bei dir ankommst.**

Kommunikation wird einfach und stimmig. Du bist klar, erreichst die Menschen, die wirklich zu dir passen, und sie vertrauen dir.

Du genießt, wie Du ohne Mühe ankommst und überzeugst.

Ein tiefes Ja zu dir selbst und deiner Arbeit erfüllt dich, weil du jeden Tag erlebst, wie sehr deine Botschaft gebraucht wird.

Klingt das zu schön, um wahr zu sein? Ich durfte bereits viele Menschen auf diesem Weg begleiten. Auf den nächsten Seiten bekommst du einen Einblick in ihre Erfahrungen.



# Kundenstimmen

Herzlichen Dank für deine großzügige Freundlichkeit und deine kreative Präsenz im Jahr der Stimmentwicklung! Ich finde es unglaublich, auf wie vielen Ebenen dadurch eine Weiterentwicklung stattfinden kann: in der eigenen körperlichen und emotionalen Aufrichtung, in der Tiefe, Resonanz und Färbung der Stimme, in der Fähigkeit zu Toleranz und Miteinander und Vertrauen.

Ich habe sehr viel Wertvolles gelernt, und bin dankbar dafür!

Marion Etemeyer

Wow! Ich spüre so viel Dankbarkeit für Dich und diese Gruppe, für alles was sich in mir aufgetan hat. Was passiert ist, geht weit über Stimme und Singen hinaus. Es wird mein Leben und meine heilerische Arbeit tiefgreifend verändern.

Petra Putz

Welch kostbare Erfahrung! Die Jahresgruppe hat mir neue Räume eröffnet, in meinem Körper, meinem Empfinden und in meinem Leben. Deine liebevolle Präsenz und deine Freude am Miteinander-Sein haben achtsam hervorgehoben, was sonst vielleicht verborgen geblieben wäre.

Claudia Glovania

Lilith ist ein Geschenk.

Durch die intensiven Stunden mit ihr habe ich gelernt, meinem inneren Klang zu vertrauen und diesen zu entfalten.

Dadurch bin ich bei Auftritten deutlich gelassener, kann die Töne einfach durch mich durch fließen lassen und mich noch intensiver den wesentlichen Aufgaben einer Musikerin und Sängerin während eines Live-Auftritts widmen: dem gemeinsamen Musizieren, Schwingen, Spüren und spielerischen Gestalten.

Alexandrina Simeon



**Willst du erfahren, wie deine Reise  
aussehen könnte ?**

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

Du kannst auch sehr gerne eine kostenlose  
telefonische Beratung anfordern  
auf [www.stimme-entfalten.de](http://www.stimme-entfalten.de)

**Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen!**

## 1 Du erhältst eine kostenlose persönliche Beratung

In einer kostenlosen Erstberatung finden wir heraus, an welchen Stellen du dich nach größerer Stimmigkeit und mehr Kraft in deinem Ausdruck sehnst, was dich darin unterstützt, und welche Themen dafür angeschaut und gelöst werden dürfen. Entscheidest du dich nach der Beratung für eine Zusammenarbeit, bekommst du ein individuelles Angebot für dich. Je nachdem mit Schwerpunkt auf 1:1 Begleitung und persönlichen Sessions, oder auch auf Gruppensettings und Inhalten, mit denen du selbstständig arbeiten kannst. Zudem ein persönlicher Support über Sprachnachrichten als vertrauensvolle Begleitung an deiner Seite.



## 2 Du kommst bei dir an

In der gemeinsamen Arbeit wirst du zuallererst darin unterstützt, dich mit dir selbst zu verbinden und anzukommen. Ein liebevoll achtsamer und wertschätzender Raum schenkt deinem Nervensystem Ruhe und Balance. Du kannst deiner Seele lauschen und landest mit Spürübungen tiefer im Körper.

### 3 Sanftes Lösen alter Themen

Über die Stimme und den feinen Raum kommst du mit tieferen Schichten, verborgenen Anteilen deiner selbst in Kontakt, die einen Schmerz tragen und dich bislang noch zurückgehalten haben. Sie steigen auf sanfte Weise auf und finden Frieden.



### 4 Deine Stimme wird frei

Parallel dazu machst du die Erfahrung, wie Deine Stimme sich entfaltet. Neue Frequenzen geben Dir das Gefühl von Leichtigkeit und Weite. Deine Stimme wird voll und tragfähig.

Das schenkt Dir Sicherheit, Vertrauen und eine neue Form von Präsenz.

Die Stimme verbindet dich mit deinem Licht, einer freieren Version deiner selbst.

Manchmal fühlt es sich auch so an, als spräche es durch dich.

### 5 Bewusstsein und Vertrauen

Dein Verständnis für dich vertieft sich. Neben dem Mitgefühl für dich und deinen Weg werden Deine Botschaft und dein Auftrag immer deutlicher. Du spürst, wofür du stehst. Damit wird die Kommunikation nach außen einfach und klar. Du bringst deinen Beitrag für die Welt stimmig und berührend zum Ausdruck und stehst klar für dich ein.



# Wer begleitet dich

## Dr. Lilith Jappe



In meinem Weg waren zwei Dinge wichtig: die Frage, wer wir wirklich sind und eine große Liebe zur Stimme und zum Gesang.

Der Frage bin ich in meiner literarisch-philosophischen Promotion auf den Grund gegangen, parallel dazu bildete ich meine Stimme klassisch aus.

Beides blieb damals noch getrennt, ich war noch ziemlich im Kopf und mein Sprechen eher zurückgehalten.

Dann habe ich einen Ansatz entdeckt, viel mehr im Körper zu landen. Damit kam alles zusammen: die Stimme kam von innen heraus in ihre Kraft und Fülle, und mit ihr entfaltete sich mein Sein. Die Botschaft meiner Seele sprach viel klarer durch mich.

Zugleich wurde ganz klar, dass ich Menschen auf diesem Weg begleiten möchte: durch die Stimme zu sich selbst und in ihre Kraft zu finden.

## Was mich auszeichnet

Aus eigener tiefer Erfahrung und durch die traumasensible Begleitung vieler Menschen habe ich ein tiefes Verständnis für seelische Themen, eine große Herzenspräsenz und liebevolle Annahme von dem, was ist.

Ich begegne Dir auf Augenhöhe und ermächtige dich, dich über Stimme, Bewusstsein und Schwingung mit deiner Seele und deiner eigenen inneren Weisheit zu verbinden.

In diesem weiten seelischen Raum findet vieles wie von selbst in Frieden und in Balance und dein Prozess der Entfaltung vollzieht sich organisch und kraftvoll.



# Wie sieht unsere Zusammenarbeit aus

## Diese Elemente tragen deinen Weg der Entfaltung.

Wir stimmen individuell ab, welche Form dich am besten unterstützt.

### Persönliche Begleitung 1:1

In intensiven persönlichen Sessions stimme ich mich ganz auf dich ein. Hier geht es ganz um Dich, deine Innenwelt und deinen Ausdruck. Du hast Raum, ganz bei dir anzukommen und wir gehen in deinem Rhythmus.

**Live oder Online**



### Vertiefende Übungen

Du bekommst Zugriff auf Übungen geführte Innenreisen, Aufzeichnungen in Audio- und Videoformat, um für dich selbst, in deinem eigenen Rhythmus weiterzuwachsen.

### Seminartage

Intensivtage in Verbundenheit mit einer festen Gruppe. Stimme entfalten, Innenreisen, Übungen, Austausch und geteilte Prozesse. Die Gruppe unterstützt dein persönliches Wachstum und gibt dir Raum, im Miteinander und vor Zeugen über dich hinauszuwachsen.

**Live oder Online**



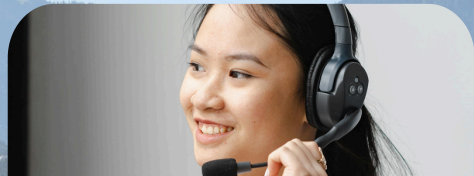
### Räume der Verbundenheit

Regelmäßige Zoom-Sessions um sich zu verbinden, das Gelernte zu vertiefen, zu praktizieren und sich im eigenen Prozess begleiten zu lassen.

### Standort

Du findest mich im schönen 5-Seenland südlich von München und kannst mich dort in Weilheim i.OB oder in München treffen.

Wenn das bei dir in der Nähe ist, kannst du deine 1:1-Sessions mit mir, Seminare und Klangreisen direkt live erleben.



### WhatsApp-Support

Du bist nicht allein. Wenn Fragen dich bewegen kannst du dich per Text- oder Sprachnachricht an mich wenden und bekommst bald Verständnis und hilfreiche Antworten.



## Was gibt es noch zu erfahren?

Wenn Du Fragen hast, trete gerne in Kontakt mit mir.

Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch über Dich, deine Sehnsucht und deine Beziehung zu deiner Stimme. Und darüber, was sich hier für dich noch befreien und eröffnen kann.

Du findest mich auf [www.stimme-entfalten.de](http://www.stimme-entfalten.de)

Vielleicht findest du die Antwort auf manche deiner Fragen auch schon auf der folgenden Seite.

# 5 häufige Fragen

## Was unterscheidet dich von anderen Stimmtrainern?

Der Ansatz zur Entfaltung der Stimme geht sehr viel tiefer als ein herkömmliches Training. Sie basiert auf der natürlichen Selbstregulation im Körper und ermöglicht eine völlig freie und reiche Klangentfaltung.

Zudem geht bei diesem Weg um sehr viel mehr als um Stimme. Es geht um dich selbst. Wie frei du bei dir sein, in dir schwingen und deine Wahrheit kundtun kannst. Wie sehr du leben kannst, wofür du hier bist, deine Gaben entfalten und für deine Bedürfnisse sorgen kannst. Dass du gesehen und gehört bist und in deinem ganzen Sein frei erstrahlen kannst.

Darin begleite ich dich traumasensibel durch Präsenz, energetische Ausrichtung und Stimme.

## Muss ich gut singen können, um diesen Ansatz für mich zu nutzen?

Nein. Viele Menschen wurden irgendwann in ihrem Leben mit ihrer Stimme beschämt und bilden sich dann ein, sie "könnten nicht singen". Das stimmt nicht. Diese Fähigkeit ist von Natur aus in uns angelegt und es kann sehr erfüllend sein, frei von Bewertung wieder Zugang zu diesem Ausdruck zu finden.

Du brauchst keine ausgebildete Stimme, im Gegenteil: ein natürlich unverstellter Zugang ist manchmal ein Vorteil.

Was es braucht ist Neugier, die Bereitschaft, etwas auszuprobieren und die Lust, Deinen Klang neu zu erfahren.

Selbst wenn es dir allein um deine Sprechstimme geht, werden wir auch mit Tönen und mit deiner Singstimme arbeiten, um dein Stimmpotenzial und deinen Klang zu befreien.

## Ich bin Profi und arbeite bereits mit Stimme: kann ich hier dennoch etwas erfahren, was mich weiterbringt?

Ja, unbedingt. Gerade dann ist mein Angebot für dich besonders relevant. Ich arbeite mit vielen Stimmtherapeuten, Sängern, Singkreisleitern und Sprechern, die durch diesen Ansatz viel für sich und ihre Arbeit mitnehmen konnten: größere Freiheit, Facettenreichtum und Belastbarkeit der eigenen Stimme und die Erfahrung, sich komplett auf sie verlassen zu können.

Wesentlich vor allem: eine tiefere Verbindung deiner selbst mit deiner Stimme. Wenn die Stimme in deinem Leben eine zentrale Rolle spielt, warten hier große Schätze auf Dich.

## Wie lange dauert die Zusammenarbeit?

Natürlich hängt das sehr von deiner Ausgangssituation ab, wie tief du gehen und wo du ankommen möchtest.

Ich biete dir Begleitung über einen Zeitraum zwischen 4 und 12 Monaten an.

Erste Ergebnisse stellen sich bereits nach den ersten Sessions ein. Desweiteren geht es darum, sich auf einen tieferen Prozess einzulassen, um die Entfaltung und Veränderung nachhaltig zu integrieren.

## Warum bietest du das Erstgespräch kostenlos an?

Ich weiß um den Wert meiner Arbeit: gleichzeitig ist es mir wichtig, dich zuerst kennenzulernen.

Im kostenlosen Erstgespräch möchte ich verstehen, was dich bewegt und ob und wie ich dich unterstützen kann.

Ich stimme mich auf dich ein, öffne einen Raum für dein Anliegen und gebe dir das mit, was dir in diesem Moment weiterhilft.

So bekommst du nicht nur ein Bild, sondern ein Gefühl für die Zusammenarbeit. Und wenn wir beide spüren, dass es stimmig ist, freue ich mich, dich weiter zu begleiten.

# Schlusswort

Liebe Leserin,

am Ende dieses Guides möchte ich mich noch einmal direkt an dich wenden. Vielleicht konnte ich dich an der einen oder anderen Stelle berühren. Vielleicht hast du dich wiedererkannt. Oder es ist etwas in dir wach geworden – eine Sehnsucht, eine Ahnung oder Erinnerung daran, wie es sich anfühlt, wirklich in dir selbst verankert zu sein.

Vielleicht konntest du auch spüren, dass in deiner Stimme mehr liegt: ein ungenutztes Potenzial und ein Weg zu dir selbst. Oft sehen wir sie nur als Mittel zur Informationsübermittlung. Doch die Stimme schwingt in uns, berührt uns von innen und bringt auf ganz eigene Weise unsere Lebendigkeit und unser Wesen zum Ausdruck.

In meiner Arbeit begegnen mir viele wunderbare Frauen, Begleiterinnen anderer Menschen, Coaches, auch Künstlerinnen, die sehr kompetent sind und dennoch ihr Licht immer wieder unter den Scheffel stellen.

Der Weg zum eigenen Ausdruck beginnt mit einem Ja zu dir selbst. Mit dem Entschluss, deinen Raum mit deiner eigenen Schwingung zu füllen.

Nähre diese Schwingung. Erhebe deine Stimme. Finde deinen ganz eigenen Klang.

Wenn du aus dieser Lektüre nur einen Gedanken mitnehmen möchtest, dann vielleicht diesen: Etwas in dir wartet darauf, erkannt und geweckt zu werden. In deiner Stimme liegt ein Schlüssel, dein Innerstes zu berühren und zum Ausdruck zu bringen.

Wenn du diesen Weg vertiefen möchtest, begleite ich dich gerne dabei. Deshalb lade ich dich herzlich zu einem kostenlosen Gespräch ein. Dort stimme ich mich auf dich ein – und wir spüren gemeinsam, was in dir geweckt werden möchte.

Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen.

Alles Liebe  
Deine





**Möchtest du wirklich bei anderen ankommen  
und überzeugen, ohne dich zu verbiegen  
oder selbst zu übergehen?**

**Indem du noch mehr du bist und in deinem  
Leuchten ankommst?**

Dann sichere dir jetzt deine kostenlose Beratung auf  
**[www.stimme-entfalten.de](http://www.stimme-entfalten.de)**