

---

# ÖFFNE DEIN HERZ

MIT HUMOR ZUR TRANSFORMATION

---

KYLE CEASE

WORKBOOK ZUR MASTERCLASS



  
Öffne dein Herz  
KYLE CEASE

---

# ÜBER KYLE CEASE



Der New-York-Times-Bestseller-Autor Kyle Cease verfügt über die wundervolle Gabe, den Bereich der persönlichen Transformation mit seinem Talent als Stand-up-Comedy-Künstler zu verbinden. Im Laufe seiner Karriere moderierte Kyle zwei Top-Specials auf dem US-amerikanischen Sender Comedy Central und wurde beim Stand-up-Comedy-Showdown des Senders auf Platz 1 gewählt.

Ganz bewusst entschied er sich später, seine Arbeit als preisgekrönter Comedian aufzugeben, um sich vollständig der Heilarbeit mit Menschen zu widmen.

Kyle blickt auf Coaching-Erfahrung mit über 15000 Menschen zurück und die Klickzahlen seiner YouTube-Videos sprechen für sich: sie wurden bereits über 60 Millionen Mal angesehen.

Bei mehr als 100 Auftritten war Kyle in Film und Fernsehen zu sehen, darunter der Late Night Show von Jimmy Kimmel. Mit seinen Veranstaltungen füllt er regelmässig riesige Säle und hat mit angesehenen spirituellen Lehrern wie Eckhart Tolle, Jim Carrey, Michael Beckwith, Louis C. K., Tony Robbins, Deepak Chopra, Marianne Williamson, Louie Anderson, Dick Gregory und David Wolfe zusammengearbeitet. Als Speaker wird er regelmässig zu Vorträgen bei Universitäten, spirituellen Summits und zu Konferenzen grosser Unternehmen eingeladen.

Als eine seiner grossen Inspirationen nennt Kyle seine Tochter und sagt über sich selbst: "Ich entwickle mich ständig weiter und befinde mich auf einer andauernden Reise zu der Frage, wer ich bin."

---

# BIST DU BEREIT DAFÜR, DICH ENDLICH FREI ZU FÜHLEN UND MIT UNS DAS HIER UND JETZT ZU ENTDECKEN?

Komm mit auf diese transformative Reise, die anders ist als alles, was du bisher erlebt hast. Denn hier wird hier nicht noch mehr von dir gefordert und du musst kein Ziel erreichen, du brauchst nur dich und was bereits in dir steckt.

Wenn du dich dieser simplen, aber kraftvollen Methode öffnest, wirst du beobachten, wie sich alle Bereiche deines Leben positiv verändern: deine Finanzen, deine Gesundheit, deine Beziehungen, deine Freiheit, dein Frieden, deine Liebe – überall dort wird sich Fülle zeigen, wenn du deine alten Geschichten hinter dir lässt. Investiere in dein Wachstum und nicht in das, was mal war, sondern in eine neue Version von dir, die dich zu dem Leben führt, das du wirklich verdienst.



---

# IN DIESER MASTERCLASS WERDEN WIR DEN SAMEN FÜR VERÄNDERUNG PFLANZEN.

- ♥ Lerne, wie du authentisch kommunizierst und dich mit anderen verbindest.
- ♥ Sage urteilsfrei, was du fühlst, und finde in Ordnung, dass du so fühlst.
- ♥ Lerne, wie du deine Schatten sichtbar machst, um sie dann aufzulösen.
- ♥ Höre auf damit, dich selbst zu sabotieren, und ändere dein Glaubenssystem, das dir sagt, du seist unvollständig.
- ♥ Dein Herz kann nicht brechen – das können nur deine Erwartungen.
- ♥ Wechsle von „Was du tun solltest“ auf „Was du tun willst“.
- ♥ Finde die Freiheit in dir selbst und folge deiner Berufung.
- ♥ Vergiss den Satz: „Wenn ich das erreiche/habe, dann werde ich glücklich sein“.
- ♥ Lerne, wie du Fehler akzeptierst und durch sie wachst.
- ♥ Lade unerschöpfliche Kräfte in dein Leben ein, indem du in eine höhere Schwingung wechselst.



---

# HAST DU HÄUFIG FOLGENDE GEFÜHLE/GEDANKEN?

Ich sage Dinge, von denen ich denke, dass andere sie hören wollen.

Ich unterdrücke meine Gefühle und vernachlässige meine Bedürfnisse, um Konflikte mit anderen zu vermeiden.

Ich lebe mein Leben in einer Mentalität des Mangels.

Ich glaube, dass ich noch nicht genug bin, und versuche, mich zu optimieren.

Erwartungen von aussen und Herausforderungen des Lebens rauben mir sehr viel Energie.

Ich fühle mich oft so, als würde ich feststecken und wünsche mir ein besseres Leben.

---

# REFLEXIONSAUFGABE



Reflektiere diese Masterclass - was konntest du daraus mitnehmen? Hattest du einen Gedanken, der dir besonders hängen geblieben ist? Nutze den Platz in diesem Workbook, um diesen zu reflektieren. Du kannst dir auch die Gedanken auf Seite 5 als Inspiration nehmen. Sei ganz frei in deiner Reflexion, du kannst auch ein Bild malen, Fotos machen oder eine Collage basteln.



---

# NOTIZEN

A large grid of red dots arranged in 20 rows and 30 columns, intended for taking notes.

---

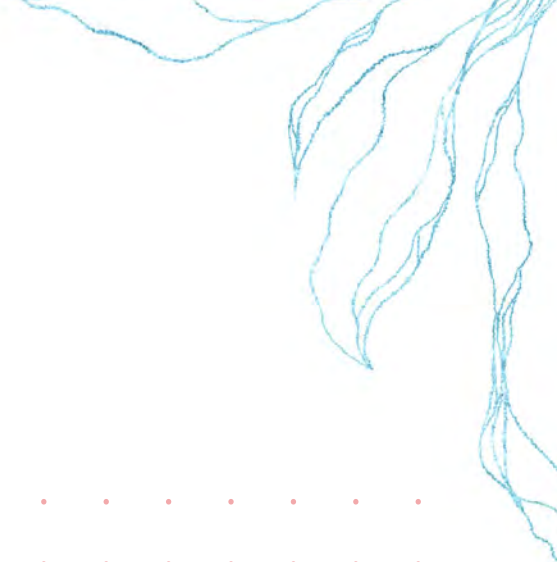
# PLATZ FÜR DEINE ZEICHNUNG





---

# NOTIZEN



A large grid of red dots for taking notes, consisting of 20 columns and 30 rows.

---

# NOTIZEN

A large grid of red dots arranged in 20 rows and 30 columns, intended for taking notes.



  
**Öffne dein Herz**  
KYLE CEASE