

Der Weg zu innerer Klarheit, dauerhaftem Frieden und selbstbestimmtem Handeln.

Ein strukturiertes Bewusstseins-Transformationsprogramm - entwickelt von Stephan Beck, Gründer der SOL-Academy™ Palawan - für Menschen, die bereit sind, den nächsten Schritt zu gehen.

Worum es geht

Manche Veränderungen lassen sich nicht allein durch strategische Klarheit oder operatives Handeln erreichen. Sie verlangen eine Arbeit an der Quelle — an den unterbewussten Mustern, die Entscheidungen, Beziehungen und das eigene Erleben der Wirklichkeit prägen.

SOL-Stille™ setzt genau dort an. Nicht als therapeutisches Programm, sondern als präzise strukturierter Transformationsprozess — vier aufeinander aufbauende SOL-Hypnose® Protokolle, die tiefliegende Blockaden identifizieren, lösen und dauerhaft neu verankern.

Das Ergebnis ist keine temporäre Erleichterung. Es ist die Wegbahnung zu einem Zustand, in dem innere Stabilität, Klarheit und natürliche Handlungsfähigkeit zur Grundlage werden — unabhängig von äusseren Umständen.

Die vier Phasen

Das Programm folgt einer klaren inneren Logik, inspiriert von den Yoga-Sutras und moderner Bewusstseinsarbeit. Jede Phase adressiert eine spezifische Ebene — von der Grundlage des Vertrauens bis zur dauerhaften inneren Stabilität.

01

Selbstvertrauen

Śraddhā — Yoga Sutra I.20

Die erste Phase stärkt die innere Grundlage: Vertrauen in sich selbst — jenseits von Zweifel, Selbstsabotage oder äusserer Abhängigkeit von Bestätigung. Wo Śraddhā fehlt, bleiben Entscheidungen unvollständig und Handlungen ohne Tragkraft. Diese Phase legt das Fundament, auf dem alles weitere aufbaut.

02

Präsenz

Abhyāsa — Yoga Sutra I.13–14

Die zweite Phase klärt, was bisher verhindert hat, dauerhaft im Hier und Jetzt zu agieren. Vergangene Erfahrungen und antizipierte Zukunftsszenarien verlieren ihre lähmende Kraft — nicht durch Verdrängung, sondern durch Auflösung der zugrundeliegenden Bindungen. Bewusstes Handeln im Jetzt wird wieder möglich.

03

Gelöstheit

Vairāgya — Yoga Sutra I.12–15

Die dritte Phase adressiert Anhaftung — an Ergebnisse, Rollen, Erwartungen, andere Menschen oder bestimmte Zustände. Vairāgya ist nicht Gleichgültigkeit, sondern die Fähigkeit, vollständig präsent zu sein, ohne an einem bestimmten Ausgang festzuhalten. Daraus entsteht Leichtigkeit und echter innerer Frieden.

04

Stabilität

Sthairya / Upekṣā — Yoga Sutra II.47 & I.33

Die vierte Phase verankert das Erreichte dauerhaft. Inneres Gleichgewicht — Sthairya — und vollkommene Gelassenheit — Upekṣā — werden zum natürlichen Zustand. Externe Ereignisse verlieren ihre Macht, das innere Fundament zu erschüttern. Was entsteht, ist nachhaltige Handlungsfähigkeit aus einer Stille heraus, die keine äussere Bedingung mehr braucht.

Wissenschaftlicher und philosophischer Rahmen

SOL-Stille™ verbindet vedische Wissenschaft mit modernen Prinzipien der Bewusstseinsforschung. Das Programm arbeitet auf zwei Ebenen des Samādhi:

Asamprajñāta Samādhi <i>Yoga Sutra I.18</i>	Situative innere Stille — der Einstieg, der durch das Programm gezielt ermöglicht wird: tiefe Ruhezustände, in denen unterbewusste Muster zugänglich und veränderbar werden.
Dharma-Megha Samādhi <i>Yoga Sutra IV.29–31</i>	Stabile, dauerhafte Stille — das Ziel des Programms: ein Zustand, in dem Frieden, Klarheit und Bewusstheit nicht mehr von äusseren Bedingungen abhängen.

Der Prozess — in fünf Schritten

- 1 Selbst-Test online**
Einordnung des aktuellen Bewusstseinsprofils — als Ausgangspunkt und Orientierung.
- 2 Kostenloses Erstgespräch (30 Min.)**
 Klärung der Ausgangslage, der Ziele und der Passung. Unverbindlich und vertraulich.
- 3 Anamnese-Fragebogen**
 Individuelle Vorbereitung der Sitzungen — für maximale Präzision und Wirksamkeit.

4 Vier Live-Online-Sitzungen (je 60–90 Min.)

Tiefe Bewusstseinsenerfahrungen und gezielte Transformation in Einzelarbeit — strukturiert, präzise, nachhaltig wirksam.

5 Nachbetreuung — 1 Monat

Erfahrungsaustausch, Q&A und Integration in den Alltag — in vertraulichem Online-Gruppen-Rahmen.

Häufige Fragen

Wie lange dauert das Programm?

Das SOL-Stille™ Programm umfasst vier Einzelsitzungen (je ca. 60–90 Min.) sowie einen Monat Nachbetreuung. Der Gesamtprozess dauert in der Regel vier bis fünf Wochen. Grundsätzlich genügt eine einzige SOL-Hypnose® Sitzung pro Phase — in Ausnahmefällen kann eine Folgesitzung notwendig werden.

Was geschieht in einer Sitzung?

Sie werden in einen tiefen Ruhezustand geführt, in dem durch präzise Fragetechnik die Ursachen von Blockaden oder Einschränkungen identifiziert werden (Rückführung). Anschliessend wird die auflösende Transformation im Unterbewusstsein dreifach verankert — für nachhaltige Wirkung.

Welche Voraussetzungen gibt es?

Die entscheidenden Voraussetzungen sind innere Bereitschaft (freier Wille) und Vertrauen in den Prozess. Darüber hinaus: ein ausgefüllter Anamnese-Fragebogen sowie ein Vorbereitungsgespräch zur individuellen Zielvereinbarung vor der ersten Sitzung.

Was unterscheidet SOL-Stille™ von anderen Ansätzen?

SOL-Stille™ arbeitet an der Ursache — nicht an Symptomen. Die SOL-Hypnose® adressiert tiefliegende unterbewusste Muster, die bewusstes, freies Handeln blockieren. Das Ergebnis ist keine vorübergehende Erleichterung, sondern eine strukturelle Veränderung — dauerhaft und mit konkreter Relevanz für Leben und Entscheidungen.

Was kostet das Programm?

Da jede Situation individuell ist, wird das Programm entsprechend zugeschnitten. Die Gesamtkosten werden im kostenlosen Erstgespräch transparent kommuniziert — inklusive der für Ihre Situation optimalen Lösung.

Bereit für den nächsten Schritt?

Beginnen Sie mit dem kostenlosen Erstgespräch — vertraulich und unverbindlich. Oder starten Sie direkt mit dem Selbst-Test zur Einordnung Ihrer aktuellen inneren Klarheit.

Gespräch vereinbaren: www.sbcompetence.com

Anamnese-Fragebogen: <https://tally.so/r/wLAyj1>

Selbst-Test: <https://tally.so/r/npjRdJ>