

## Dem Ruf des Herzens folgen

*„Wir brauchen nicht so fortzuleben, wie wir es gestern gelebt haben. Machen wir uns von dieser Anschauung los, und tausend Möglichkeiten laden uns zu neuem Leben ein.“ lautet ein Zitat von Christian Morgenstern.*

Das Leben hält immer Überraschungen für uns bereit. Öffnest Du Dich dem Ruf Deines Herzens, wirst Du herausfinden, was Du möchtest. Und dies hat oft wenig zu tun mit dem, was Du glaubst oder meinst erreichen zu müssen.



Oft fühlst Du Dich wie in einem Hamsterrad und arbeitest Deine To-do-Liste ab. Dabei bleiben die Lebenslust und der Abenteuergeist leicht auf der Strecke. Die hohen Mauern scheinen für die Herzensangelegenheiten kaum überwindbar.

An diesem Punkt angelangt heißt es raus aus der Routine und der Stille in Dir zu lauschen, zu erfahren was passiert. **Setze ein Stopp** Deinem inneren ständig erzählenden Kritiker. Schließe die Augen, lege die Hand auf Dein Herz und setze den Fokus auf das Lauschen, auf die liebevolle Stimme in Dir.

Anstatt im Außen zu tun und irgendwie nicht fertig zu werden, werde Herr deines Verstandes und entscheide Dich zu hören, was Dein Herz Dir mitteilt, wofür es brennt. **Übe und öffne Dich für Deine Wünsche und Sehnsüchte.** Jede Minute der Hinwendung birgt glücklichere Zeiten und das Leben wandelt sich wundersam.

Mit geschlossenen Augen kann Deine Forschungsreise auch in die Kindheit gehen. Was hast Du damals am liebsten gemacht? Innere Bilder werden aufsteigen. Schreibe später die Augenblicke und Freiheiten auf. Je detailreicher Du diese Momente und Wünsche festhältst, desto größer wird die Chance, dass Du sie verwirklichst.

Schau in den Spiegel und entdecke das Strahlen in Deinen „Kinder“-Augen. Augen, so heißt es, sind die Seelentüren und teilen mit, wie es Dir geht.

**Nimm Dir Zeit für Dich. Die Energie folgt Deiner Aufmerksamkeit.**

Gern führe ich Dich ein Stück Deines Lebenspfades und freue mich über Deinen Anruf unter 06126 – 700 35 77