



HERZENSLIEBE – DER SCHLÜSSEL ZUR SEELE

In 7 Schritten widmest du dich ganz der Liebe deines Herzens.

Sie ist stets abrufbar und gibt dir Schutz, wo du bedürftig bist.

Sie hilft dich abzugrenzen, wo du schwach wirst.

Sie dehnt sich aus, wo du deinen Raum betreten willst.

Sie hilft dir Ängste zu überwinden, wo du noch nicht frei bist.

Sie ist das Maß deines Wohlergehens.

**Dein Herz führt dich zu intuitivem Handeln und zum
Schöpfer deines Seins**

Höre auf dein Herz. Es führt dich zu intuitivem Handeln. In herausfordernden Situationen bleibst du bei dir, urteilst nicht vorschnell und triffst keine vorschnellen Entscheidungen. Richtest du dich auf die Liebe deines Herzens aus, macht sie dich stärker und unabhängiger in schwierigen Momenten.

Du hast gelernt, dich in deinem Körper anzunehmen und dich bedingungslos zu lieben. So wie du dich lieben kannst, kannst du auch andere Menschen annehmen. Du erkennst, wo sie gerade stehen und es fällt dir leicht, dies zu akzeptieren. Deine Liebe zu dir, das Akzeptieren, dass du so wie du bist, richtig bist, das Einssein mit der Liebe deines Herzens, eröffnet dir den Zugang zu deiner Seele. Aus ihr schöpfst du Ruhe, Kraft und Kreativität. Von diesem Zeitpunkt an bist du aktiver Schöpfer deines Seins.



1. Die bedingungslose Liebe des Herzens

Liebe stellt keine Bedingungen, ist nicht eifersüchtig oder neidisch, ist nicht emotional. Dadurch ist das Eintauchen in das eigene Herz eine Oase des Zur-Ruhe-Kommens. Aufser dir ist nichts und niemand in diesem Moment wichtig. Du tankst auf und schöpfst Kraft, die du dort hinträgst, wo sie gebraucht wird.

2. Abgrenzung und Integration mit dem Herzen

Durch das Eintauchen in die Liebe spürst du dich und nimmst die eigene innere Stimme deutlicher wahr. Nicht die Sicht anderer ist der Schlüssel zu einem glücklichen Leben, sondern die eigene. Abgrenzung bedeutet Authentizität. Du erkennst an, dass jedes Wesen seinen eigenen Platz hat, so darfst auch du deinen haben.

3. Die Kraft des Herzens – die Liebe ist nicht nur sanft

Liebe ist nicht emotional, daher wird sie für dich ein unabhängiger Ratgeber. Sie beantwortet Fragen eindeutig und klar. Mit ihrer Klarheit ist es leicht, Entscheidungen zu treffen. Mit den Entscheidungen, die du über das Herz triffst, liegst du immer richtig, auch wenn es noch nicht gleich verständlich ist.

4. Das heilende Herz

Was bedeutet es, seine Selbstheilungskräfte anzuregen? Diese Kräfte entstammen dem Herzen. Es ist die Liebe, die die Wunden heilt, das bedingungslose Jasagen zu sich selbst in allen Facetten, das Annehmen der scheinbaren Schwächen, das Loslassen vom Wollen, ich gebe den Kampf auf. Du übst dich in absoluter Selbstannahme und erlernst Techniken zur Unterstützung von Schwachpunkten im Körper.

5. Kommunikation aus dem Herzen

Kommunikation findet auf vielen Ebenen statt. Die nonverbale, die sich überwiegend in der Körpersprache ausdrückt, ist nur ein Teil dessen, um was es in diesem Schritt geht. Du wirst die verbale und die nonverbale Sprache über das Herz gesprochen wahrnehmen.



6. Das angstfreie Herz

Angst bedeutet Begrenzung, Unfreiheit. Es begrenzt das Denken so, dass du nicht mehr in der Lage bist, gleichmütig zu sein, und jeden Menschen anzuschauen als das, was er ist. Dein Herz sehnt sich danach und ist in der Lage, dich in die Freiheit zu führen. Du wirst dich von Abhängigkeiten und Verstrickungen frei machen. Keine Freiheit ohne Liebe.

7. Führung aus dem Herzen – ohne Unterdrückung

Der inneren Führung zu folgen, bedeutet gleichzeitig starker Orientierungspunkt für andere zu sein. Das trifft z.B. auf die heranwachsenden Kinder zu, die nicht erzogen, sondern geführt werden wollen. Authentisch, wahrhaftig und liebevoll zu sein, ist das Geheimnis. Dabei ist der Führende sich seiner Liebe zu sich bewusst und kann in jedem Moment aus seiner Wahrheit heraus Energie senden, die dem zu Führenden Richtung geben. Das Wahrnehmen der inneren Stimme jedoch benötigt ein Training. Das Training besteht darin, Übungen zu praktizieren, die ganz klar erkennen lassen, was als Nächstes folgt. So kannst du bewusst Schritt für Schritt gehen, indem der Moment den nächsten Schritt vorgibt, ohne das Endziel zu kennen.

Investiere in DICH! Jetzt!

Auf meiner Website findest du die aktuellen Termine: www.sitara-osthues.com

Der Rahmen

7 Termine, je 2 Stunden

Die Kosten

599,- Euro (inkl. MwSt.)



Sitara Osthues

Mobil: 0173 5156506

info@sitara-osthues.com

www.sitara-osthues.com