

EIN
HERZENSHELD
ZU SEIN
BEDEUTET
NICHT,
ETWAS
ERREICHEN
ZU
MÜSSEN.



HERZENSHELD® INITIATION

Es bedeutet, dass Du
auf den Ruf Deines
Seelenfeuers hörst und Dich
aufzumachen beginnst.
Auf eine Heldenreise,
die auf dem tiefstmöglichen
JA zu Dir und Deinem
authentischen Wirken
beruht.



EINER
REISE,
DIE
LETZTEN
ENDES
ZU
DIR
SELBST
FÜHRT.



HERZENSHELD INITIATION

#PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG@HERZENSBUSINESS

1

Der Beginn einer Reise -
Möchtest Du ein Herzensheld sein?

2

Was bedeutet es,
ein Herzensheld zu sein?

3

Mutmacher für Dein Heldenherz

4

Lauf los - Der 7-Punkte-Plan
in der Reihenfolge Deiner Wahl

5

Weshalb Du nicht scheitern kannst...

HERZENSHELD INITIATION

1

DER BEGINN EINER REISE: MÖCHTEST DU EIN HERZENSHELD SEIN?

Du hältst diese Initiation in Deinen Händen - das bedeutet: Du stehst am Beginn einer Reise. Jetzt beginnt etwas Neues für Dich. Vielleicht haderst Du noch mit Dir, ob Du diesen Weg überhaupt gehen sollst. Vielleicht zweifelst Du, fragst Dich, ob Du das alles schaffen wirst. Und vielleicht hast Du Angst - zu scheitern. Es nicht zu schaffen. Und damit stehst Du nicht allein!

Wir alle tragen diese Zweifel in uns! Und das ist ok. Die Frage ist, ob wir es Zweifeln und Ängsten gestatten, uns zurückzuhalten, an einem Ort, in einem Leben, von dem wir spüren:

"Das bin nicht ich!"

Wo auch immer Du gerade stehst, wie konkret Deine Wünsche, Pläne und Ziele auch sein mögen: Du bist hier, weil Du eben jenes "Jucken" gespürt hast. Diesen Zug, der Dich hier her geführt hat und den Du vielleicht lange Zeit mühevoll betäubt oder weggedrückt hast.

ES IST DER
WECKRUF
DEINES
SEELEN-
FEUERS!

Ganz ehrlich: Diesen Zug kannst Du nicht wegdrücken!

Er wird niemals verschwinden!

Es ist Dein Herz, Deine natürliche Essenz, die mit Dir zu kommunizieren versucht! Deine Seele sendet Dir Zeichen, Hinweise in Form von Gefühlen, die Dich auf das Leben aufmerksam machen möchten, das von Dir gelebt werden will.



HERZENSHELD INITIATION

Dieses **Seelenfeuer** brennt in Dir - für Dich und andere Menschen, für den Planeten. Wenn Du vielbegabt, hochsensibel oder empathisch bist, wird in Deiner Seele auch die Sehnsucht lodern, dass Dein Wirken **zum Wohle Aller** sein möge.

Du wirst eine Tätigkeit nicht als **sinnstiftend** oder **erfüllend** empfinden können, wenn Du diesen Aspekt nicht zum Ausdruck bringen kannst.

Spür mal in Dich rein. Wem oder was möchtest Du dienen?

Jetzt in diesem Moment spricht etwas zu Dir. Lausche, lerne, verstehe.

Diese Stimme in Dir wird Dich Dein Leben lang begleiten.

Denn: Du kannst nicht vor Dir selbst **davonlaufen**.

Auch wenn Du jetzt noch nicht genau weißt, was Du machen möchtest oder wie Du in die Umsetzung gehen kannst. Beginne damit, an Dich und diese Stimme zu **glauben!** Vertraue darauf, dass das Leben **für Dich** arbeitet. Das Leben liebt Dich in Deiner reinsten Form und liefert Dir Hinweise auf diesem Weg. Gebe diesem Zug, diesem Prozess einen **festen Platz** in Deinem Leben und - er wird wachsen, lauter und deutlicher werden!

Dein Verstand wird Dir immer wieder "wenns" und "abers" schicken.

Das ist normal! **Zweifel und Ängste** können uns unser ganzes Leben lang "dazwischenquatschen" und uns **sabotieren**. Wir werden sie niemals los werden. Doch wir können entscheiden, wie wir sie **bewerten** und ob wir ihnen folgen möchten - ob wir zurückschrecken oder - ob wir uns ihnen stellen und sie **konfrontieren**.

Neben Ängsten und Zweifeln werden auf dieser Reise immer wieder **Challenges** auf Dich warten, die Dich in die **Transformation** einladen werden. Du wirst wachsen, Dich verändern - zu Dir hin.

Deshalb ist zu Beginn Deiner Reise
nur eine einzige Frage wichtig:

MÖCHTEST
DU EIN
HERZENS
HELD SEIN?

HERZENSHELD INITIATION

2

WAS BEDEUTET ES, EIN HERZENSHELD ZU SEIN?

EIN HERZENSHELD...

...weiß darum, dass die **Stimme seines Herzens** der einzige Weg für ihn ist.

...verbindet sich immer wieder mit seinem Herzens und findet im Sehnen immer wieder einen **Weg zu sich zurück**, wenn er von diesem abgekommen ist

...arbeitet an einer tiefen, inneren **Freundschaft mit sich**, seinem Herzen und allen seinen Teilen

...weiß um die **Talsenken** seines Weges. Er kann diese annehmen, weil ihm klar ist, dass sie notwendig sind, um zu verarbeiten, Altes loszulassen, sich neu auszurichten, Anlauf für den nächsten Schritt zu nehmen und dadurch **aufzublühen**.

...weiß um Herausforderungen und deren Potential, ihn **erstarken** zu lassen

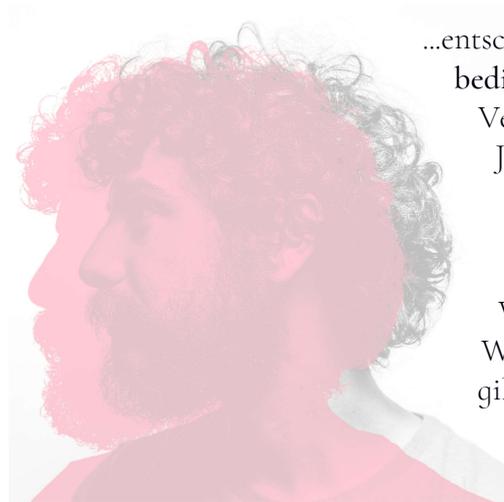
...ist bestrebt, seinen **Energiehaushalt** zu pflegen, für sich und sein Wohlbefinden zu sorgen

...orientiert sich nicht an Aussagen Dritter darüber, wer er ist oder zu sein hat (auch nicht an dieser Liste!), weil er weiß, dass nur er den **Klang seines eigenen Herzens** zu hören vermag

...macht seinen **Frieden** damit, evtl. **nicht gut genug zu sein**, weil er verstanden hat, dass es nicht darum geht, externe Standards zu erfüllen

HERZENSHELD INITIATION

EIN
HERZENS
HELD...



...entscheidet sich für **Annahme**, dafür, das **bedingungslose Ja** zu lernen: Ja zu Veränderung, Ja zu Unsicherheiten, **JA** Ja zu Hürden, Ja zu Ängsten und Zweifeln. Weil er auf einer tiefen Ebene verstanden hat, dass Widerstand den Fluss des Lebens und seines eigenen Wegs zum Stocken bringt. Weil er spürt, dass es **das Ganze** zu leben gilt, sagt er auch Ja zu Inspiration, Ja zu Nichtstun, Ja zu Muse, Ja zu Freude und Verrückt-heit, **Ja zum Leben selbst.**

...lernt Ja zu all seiner **Vielfalt** zu sagen, seine Kraft spielerisch, authentisch und **flexibel** zu leben: biegsam wie die Weide im Wind; kraftvoll, wie ein tosender Sturm; weich und zärtlich wie eine Feder; scharf, klar und intensiv wie die blaue Flamme der Erkenntnis

...entscheidet sich dafür, das **bedingungslose Nein** zu lernen: Nein zu sinnlosen Kämpfen, Nein zum Recht-Haben-Wollen, Nein zu Grenzüberschreitungen und Einmischungen, Nein zu Negativität und energieziehenden Situationen, Nein zu Kompromissen und Eingeständnissen hinsichtlich seiner gefühlten, individuellen Wahrheit. Weil er auf einer tiefen Ebene versteht, dass ein Ja zu sich selbst auch die Klarheit eines Neins fordert.

...lernt zu **unter- und entscheiden**, was dringend und was wichtig ist (nicht alles Dringende ist auch wichtig und umgekehrt)

...richtet sein Handeln immer mehr danach aus, was wirklich **wichtig** (für ihn und seine Herzensmission) ist

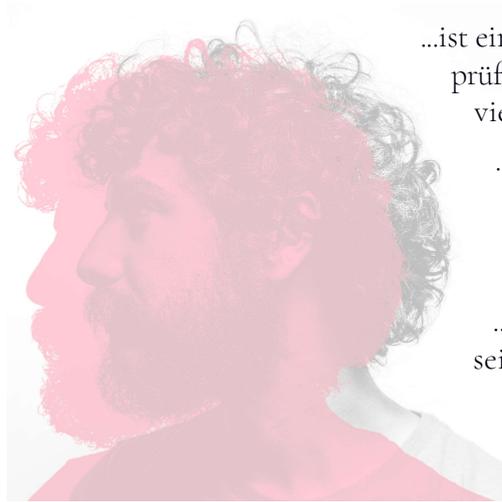
...ist **verständnisvoll** sich selbst und anderen gegenüber, weil er weiß, dass das Leben nicht immer nach seinen Erwartungen verläuft

...ist **geduldig** mit sich, weil er um **individuelle Rhythmen** weiß und darum, dass Veränderungen ihre Zeit brauchen und jeder Weg ein Prozess ist

NEIN

HERZENSHELD INITIATION

EIN HERZENS HELD...



...ist ein Krieger der Liebe, der immer wieder prüft, ob sein Handeln seinem Herzen oder vielleicht eher seinem Ego entspringt

...weiß um sich als Teil eines **bigger picture** und unterbricht sich, wenn sein Tun nicht mehr dem Wohl seiner Mitmenschen oder des Planeten dient

...realisiert, **Abweichungen** vom Klang seines Herzen und seinen Werten

...verbindet sich immer wieder mit der Freude, Lebendigkeit, Liebe und Energie, die er in **Kongruenz** zu seinem Herzen spürt

...entscheidet sich im Licht seiner eigenen **Klarheit** immer wieder für Liebe und **Vertrauen**, zu sich und seinen Mitmenschen

Ein **Herzensheld** zu sein, bedeutet nicht, all das bereits zu leben, sondern ein **JA** zu diesem Abenteuer, dieser Heldenreise. Einer Reise - zu Dir selbst.

HERZENSHELD INITIATION

3

MUTMACHER FÜR DEIN HELDENHERZ

Natürlich kannst nur **Du selbst** spüren, wofür Dein **Herzensheld** brennt, was ihn ausmacht und wohin er gehen möchte. Du darfst darauf vertrauen, dass das Leben für Dich arbeitet. Wenn Du beginnst, Deinen Herzensweg zu gehen.

Nach dem Lesen der letzten Seiten denkst Du vielleicht:
"Puh, wie soll ich das jemals schaffen?"

Doch hier unterliegst Du einem Irrtum. Es geht nicht darum, etwas zu schaffen, jemand zu sein oder zu werden, der Du nicht bist. Das hast Du lange genug getan, richtig?

Dein Verstand kreierte hier eine Sabotage, in dem er Dich glauben lässt, dass Deine **magische Herzensreise** eine neue Aufgabe ist, von der irgendjemand erwartet, dass Du sie erledigst.

Du musst gar nichts!

Die Wahrheit ist: Wenn Du diesen Weg gehst, dann beginnst Du Dich immer mehr **ganz**, wirklich und wahrhaftig zu leben. Du gibst Dich nicht mehr mit Kompromissen und einem Mittelmaß zufrieden. Weil es keine tiefere **Liebeserklärung ans Leben** gibt, als die Entscheidung zu treffen, **Du selbst sein zu wollen**. Das macht einen **Herzenshelden** aus Dir.

Du musst niemandem etwas beweisen - nicht einmal Dir selbst! Denn das, was in Dir ist, wird sich **entfalten**, wenn Du ihm den Raum dafür gibst. Deswegen - **lauf einfach los, Du mutiges Herz!**

DEINE TIEFSTE
LIEBES-
ERKLÄRUNG
ANS LEBEN

HERZENSHELD INITIATION

4

LAUF EINFACH LOS! DER 7-PUNKTE-PLAN IN DER REIHENFOLGE DEINER WAHL

1. Deiner Vision Raum geben - Schritt für Schritt

Gehe einfach den ersten Schritt: Schreibe zu einem Herzens-Thema einen kleinen Artikel, drehe ein Video, gestalte, male, singe oder koche. Wofür auch immer Du brennst - mache eine **Gefühlsprobe!** **Spüre**, wie es sich anfühlt, etwas zu tun, wofür Du brennst!

Was ist es? Lass Dein Herz sprechen. Ein **magisches Gefühl** wird sich melden, wenn Du Deinen Platz für jetzt gefunden hast (und der muss auch nicht für ewig der gleiche sein, denn auch Du veränderst Dich und - das ist ok!).

2. Beobachte und staune - Dein **was** wächst

Achte darauf, was geschieht, wenn Du immer öfter experimentierst, in die **Gefühlsprobe** gehst! Dein **Fokus** wird sich verlagern hin zu dem, wo Du Deine **Energie** investierst. Es geschieht automatisch. Die Inhalte werden öfter in Dein Bewusstsein kommen, Du wirst anders darüber nachdenken.

Dazu brauchst Du erstmal keine Pläne, keinen Coach, musst kein Geld investieren, nichts. Es braucht nur Deinen ersten Schritt, Deinen **Zeit- und Energieinvest** und - es wird wachsen - in Dir.

Und irgendwann wirst Du sagen: "Ich bin so weit - ich will weiter gehen...". Du hast die Antwort auf Dein **was** gefunden:

Das, wofür Dein Herz brennt.

RAUM FÜR
DEINE VISION
**WAS IST DAS,
WOFÜR DEIN
HERZ BRENNT**



HERZENSHELD INITIATION

LIEBES DIENST

3. Wem kannst Du dienen?

Überlege Dir, wer für das, was Du zu geben hast, wirklich dankbar wäre. Wie könnte Dein **Seelenfeuer** diesem Menschen dienen? Wenn Du etwas in Deinem Leben **erfolgreich gemeistert** hast, viel Wissen, Erfahrung und Liebe in Dir trägst, kannst Du anderen Menschen helfen. Ein **Liebesdienst**.

Frage Dich:

"Was hätte ich mir damals gewünscht? Was hätte es mir leichter gemacht?"
Verbinde Dich ganz konkret mit der Vorstellung, wie es sich anfühlen würde, wenn jemand durch Deine Hilfe einen echten Quantensprung machen könnte oder auch einfach nur weniger leidet, weniger ängstlich ist, sich besser versteht usw. Halte es für möglich und - **trainiere es, das zu fühlen!**

Es geht nicht darum, Dein Ego aufzupumpen. Dein Herz schlägt dort am lautesten, wo Du aus Deiner wahren Essenz heraus **wahrhaftig dienen** kannst.

4. Gefühlstraining

Wenn Du Dein **was** gefunden hast und eine Ahnung hast, **wem** das dienen könnte, **dehne es aus:**

Wie würde es sich für Dich anfühlen, wenn Du damit einer ganzen **Gruppe bestimmter Menschen** wirklich helfen könntest? Trainiere dieses Gefühl! Als **sensibler** Mensch ist es immens wichtig, sich an die **Intensität dieses Gefühls** zu gewöhnen, es zu trainieren. Dein System wird so **vorbereitet** und Du wirkst **Überforderung** entgegen. Halte es für möglich!

Stelle Dir immer wieder die Frage: "Wie wäre es, wenn ich nur dadurch, dass ich in diesem Moment **voll und ganz ich ich selbst** bin, das Leid anderer Menschen lindern, sie inspirieren oder sie in ihre Power bringen könnte?"

Nur dadurch, indem ich mich entfalte und ausdrücke!"

Lass das in Dir wirken und sacken!

FÜHLEN,
FRAGEN,
FÜHLEN

HERZENSHELD INITIATION

COMMITMENT

5. **Wie?** Wahl, Commitment, Fokus, Records und - GO!

Nachdem Du die Möglichkeit des **authentischen Erfolgs*** gefühlsmäßig trainiert hast, geht es um das **wie?** Du kannst das natürlich frühzeitig festlegen, z.B. wenn Dir klar ist, dass Du Videos drehen möchtest o.ä.

Spätestens jetzt ist es sinnvoll, sich ein wenig **festzulegen**. Zu entscheiden, durch **welches Medium** Du primär sichtbar werden möchtest.

Vielbegabte, die am liebsten direkt alles machen möchten (Videos, Audios, Artikel, Podcasts usw.), minimieren so das Risiko, sich zu **verzetteln** und zu **überfordern**. Vielbegabung ist - wie der Name schon sagt - eine Begabung. Du kannst Dir mühsame Umwege sparen, wenn Du darauf achtest, dass diese Gabe nicht zu einer **Selbstsabotage-Strategie** mutiert:

Überforderung - Gefühl des Versagens - Aufgeben.

"Ich schaffe das alles nicht!" - dieser Satz wird Dir auf diesem Weg noch öfter durch die Großhirnrinde pfeifen (gehört dazu!).

Doch gerade zu Beginn: **Wähle eine Sache** (Eine Roadmap, eine Webseite, einen Blog, ein Vlog, ein Produkt) und **committe Dich voll** hierfür! Damit tust Du Dir und Deinem **sensitiven System** einen großen Gefallen.

In der Euphorie können **Ideen** am Fließband entstehen - zeichne sie für später auf (**Records**). Deine anderen Projekte wachsen so "nebenher", ohne dass Du den **Fokus** verlierst (Sprachmemos, Notizen, Mindmaps). Deine Gedanken sind festgehalten, Du kannst Dich der einen Sache widmen.

Und dann - **trau Dich!** Geh nach außen! Jetzt wird es spannend und - Du wirst Angst haben! Baue vielleicht eine **Zwischenstufe** ein - indem Du Freunde, Mentoren oder einen Coach einbeziehst. Zeige Dich mit Deinem Tun! Mache auch hier **Gefühlsproben** und **trainiere**:

ICH WERDE GESEHEN!

*Dein authentisches Wirken zeigt Erfolge

HERZENSHELD INITIATION

OUTER

6. **Worin?** Die Flow- und Frame-Diversity: Verschiedene Rahmen und Struktur für Dein Herzensprojekt braucht es mindestens **einen Rahmen**, eine Struktur. Ich möchte Dir gerne **drei Hauptrahmen (Frames)** vorschlagen:

a.) Der **outer frame** - in Form von Strukturen, innerhalb derer Dein Workflow (Rechnungserstellung, Landing-Page, Mailliste usw.) optimal fließen kann (**outer workflow**). Stell Dir ein **Gewächshaus** vor, durch welches Dein zartes Herzens-Pflänzchen vor Stürmen, Kälte und äußeren Einflüssen **geschützt** ist. Sobald Du finanziell dazu in der Lage bist, lass Dir **helfen!** Durch **Kooperation** und ggs. Unterstützung sind wunderschön, motivierend und bereichernd. Wähle intuitiv Menschen, die zu Dir passen (Webdesigner, Programmierer, Coaches usw.). Zum Aufbau der äußeren Struktur gibt es genug Ideen, Anregungen und Strategien auf dem Markt!

b.) Der **inner frame** - Als hochsensibler oder vielbegabter Mensch fällt Deine **Reaktion** auf interne und externe Reize intensiver und unmittelbarer aus. Ergebnis hiervon sind **Vielschichtigkeit, Freiheit und Lebendigkeit** im unmittelbaren Erleben, im Hier und Jetzt. **Yeah!** Doch eine damit verbundenen **Ablenkbarkeit** kann Dein Projekt auch sabotieren. Dein Herzens-Pflänzchen benötigt zum Schutz hiervor ein **inneres Gewächshaus**. Einen Raum der **Klarheit**, in welchen Du Dich bewusst zurückziehen kannst. Hier stellst Du immer wieder eine bewusste Verbindung zu dieser **einen Sache** her und erinnerst Dich an Dein **Commitment**. Dieser innere Raum dient Deinem **Fokus** und dem Fluss Deiner Inhalte (**inner workflow**).

INNER

PROCESS

c.) Der **Prozess-Rahmen** - Es gibt **keine Trennung** zwischen Deinem authentischen Herzensbusiness und Dir! Wenn Du zu tun beginnst, was Dir entspricht, sagst Du auf der tiefsten Ebene **Ja zu Dir selbst!** Dieses Ja **triggert Prozesse in Dir**. Prozesse, die Dir immer wieder neuen Input darüber liefern, **wer Du wirklich bist**. Dein Herzensbusiness und Du befinden sich in einer permanenten **Feedback-Schleife!** Um die anhaltend fließenden **Informationen** zwischen Dir und Deinem Herzensbusiness nutzen zu können, bedarf es eines **Prozess-Rahmens**, der Deinem **soulflow** gewidmet ist. Hier nimmst Du Dir bewusst Zeit für Dich und die getriggerten Prozesse. Ein Raum für Regulation, Integration, Balance und das Öffnen eines Erkenntnisfensters, durch welches Du **Selbst-Sabotage** erkennen und zu unterbrechen lernst. Ein gesunder Prozess-Rahmen ermöglicht den **soulflow** für ein **wirklich authentisches Herzensbusiness** (siehe Punkt 7).

HERZENSHELD INITIATION

SOULFLOW

7. **Soulflow** und der Process-Frame: Wirkungsraum für Deinen Herzenshelden
Mache Dir bewusst, dass der Weg des Herzenshelden bedeutet, dass Du nach und nach Dein wahres Selbst freilegst. Je weiter Du Dich in Neuland vorwagst, desto mehr Informationen strömen auf Dich ein - innen wie außen. Unser Organismus reagiert automatisch mit gesteigerter Aufmerksamkeit, versucht, neue, relevante Informationen zu erfassen, zu verarbeiten und nutzbar zu machen. In der Psychologie bezeichnet man das als **Orientierungsreaktion**. In diesem Stadium benötigt unser System mehr Energie und ist stärker beansprucht. Unruhe, Ängste, erwartungsvolle Spannung, Unsicherheit und vermehrte Zweifel tauchen auf. Kurzfristig kann dieser **punktueller Stress** notwendige Veränderungen triggern und Dich beflügeln. Steht unser System zu lange unter diesem Druck geraten wir in chronischen Stress. Wir verzetteln uns, brennen energetisch aus, geraten in eine lähmende Überforderung. Dein **Soulflow** gerät ins Stocken.

Du als **Herzensheld** sorgst im Process-Frame dafür, dass Zentrierung, Erholung und ein Auftanken möglich wird. Dass Du Zeiten der Ruhe, Freude und der Muse - **Termine mit Dir selbst** - fest einplanst. So kreierst Du optimale Bedingungen für ein freies Fließen des **Soulflow**. Gerade für hochsensible und vielbegabte Menschen ist das entscheidend!

Zusätzlich triggert der Weg des Herzenshelden all die **Facetten** in Dir, die bisher noch nicht oder kaum gelebt wurden, jetzt aber nach außen drängen. Diese gilt es erst einmal wahrzunehmen und kennenzulernen. Der Process-Frame ist auch der Raum für **innere Beziehungsarbeit (self relation)**!

Im **Soulflow** zeigen sich beschränkende **Blockaden**, Tabus, alte Sichtweisen und Überzeugungen. Sie kommen in Form von Gefühlen an die Oberfläche. Die Bestandteile des zu eng gewordenen Käfigs werden sichtbar: Botschaften unseres alten Selbst- und Weltbilds.

Für all das braucht es den Process-Frame. Ein Raum, der Dir alleine gehört. Für **Soulflow**, **self relation** und Balance.

SELF RELATION

SELF RELATION



HERZENSHELD INITIATION

BALANCE AKT

Im **Process-Frame** lernst Du, mit dem Stress in Deinem System bewusst umzugehen und alle Deine Teile einzubeziehen. Du lernst Dich kennen, Deine Bedürfnisse zu achten und für Deinen Energiehaushalt zu sorgen. So trainierst Du die **Rückkehr zur Balance**. Ein bewusster **Balanceakt**! Denn der Weg des Herzenshelden bedeutet auf einer tieferen Ebene, dass Du Dein **wahres Selbst** immer mehr authentisch nach Außen bringst! Das ist oft - positiv wie negativ - sehr **überwältigend** und kann Dir schon mal den Deckel vom Kochtopf hauen! Hab Verständnis für Dich, wenn Dich das "ausknockt". Nimm Dir Zeit, um zur Ruhe, wieder in Deine Balance zu kommen. Gerade für hochsensible Menschen ist es extrem wichtig, **früh Tools zu installieren**, um sich zu regulieren, sich zu beruhigen und sich wieder mit sich selbst zu verbinden. Denn dieser Weg kann nur in **Deinem ureigenen Tempo** und Rhythmus gegangen werden!

Kultiviere die **Self-Relation** im **Process-Frame**!

In dieser Beziehungsarbeit trainierst Du die Kommunikation nach innen und "Du selbst zu sein". Mit allen Deinen Facetten! Je besser diese innere Beziehung sich entwickelt, umso stärker wird Deine **Intuition**, desto klarer werden Dir die nächsten Schritte, notwendige Anpassungen oder Richtungswechsel.

Für diesen inneren Prozess brauchst Du **keine Marketing-Strategie**! Der **outer frame** benötigt eine Strategie, einen Plan. Wenn Du bei Dir selbst strategisch darüber nachdenkst, wie Du Dich **präsentieren** willst, blockierst Du den **Soulflow**, verbiegst Dich und entfernst Dich von Authentizität in Richtung eines **neuen Käfigs** externer Vorgaben.

Dann wirst Du vielleicht Menschen anziehen, die zu Deiner verbogenen Persönlichkeit, aber nicht zu Deinem wahren Selbst passen.

Sei von Anfang an einfach Du selbst - **trainiere das!**

Tu das, was Du bist und sei das, was Du tust. Dann bist Du frei.

Der Weg des Herzenshelden - frei und selbstbestimmt!

INTUITIV
FREI
SELBST-
BE-
STIMMT

KAMPF FRIEDEN

Wenn Du den Weg des Herzenshelden zu gehen beginnst, werden auch innere **Konflikte** spürbar. Wir alle tragen z.B. einen Teil in uns, der sich **nicht verändern will**, der sich wehrt. Ein anderer Aspekt möchte nach vorne gehen, Neues entdecken, ganzheitlicher leben und wirken. Unbewusst können diese Aspekte sich in uns gegenseitig **bekämpfen**, unseren Herzensweg **sabotieren**. Hole diese Kämpfe an die Oberfläche, nimm diese Aspekte an und arbeite mit ihnen. Denn der Teil in Dir, der sich mit Veränderung schwer tut, braucht eine gewisse Zeit. Er gehört zu Dir, möchte und darf einbezogen werden.

HERZENSHELD INITIATION

5

WESHALB DU NICHT SCHEITERN KANNST...

Es ist **Dein Herz**, Deine Seele, die Dich zieht.
Du spürst, dass da **mehr** ist, dass Du mehr zu geben hast. Wenn Du einmal den Entschluss gefasst hast, dem **Ruf Deines Seelenfeuers** zu lauschen, wird diese Stimme nie wieder verstummen.
Du hast bereits entschieden, ein **Herzensheld** zu sein.
Egal, wie oft Du straucheln, in Deinen Augen versagen wirst oder aufgeben möchtest - vertraue darauf:
Dieser Ruf wird Dich immer wieder auf Deinen Weg zurückholen.
Du kannst nicht scheitern. Ein Teil in Dir hat schon längst verstanden, dass es eigentlich nichts zu tun gibt, außer **Dir selbst** aus dem Weg zu gehen. Auf diesem Weg gehört alles zu Deinem Prozess. Alles.

Jeder Fehltritt, jeder Umweg, alles Zweifeln, Versagen, Aufgeben. Jeder noch so tiefe Fall, jede Selbstsabotage sind **wichtig**. Sie kommen zu Dir, um Dich zu fragen:

DER RUF DEINES
SEELENFEUERS
WIRD NIE MEHR
VERSTUMMEN

Wie sehr willst Du das wirklich? Bist Du Dir sicher?

Sie laden Dich nur dazu ein, ein Bekenntnis zu bekräftigen.
Tief in Dir hast Du die **wichtigste** Entscheidung bereits getroffen:
Die Entscheidung, ein **Herzensheld** zu sein.

Ich danke Dir dafür, dass Du Dich auf den Weg machst.
Die Welt wartet auf Dich, Du mutiges Herz!
Alles Liebe,





HERZENSHELD®

ist eine Initiative von
Freieres Leben | Self-Empowerment Coaching - Kristina Peters

www.herzensheld.com
Kristina@herzensheld.com

www.freieresleben.com

