

Die Herzensprüfung - Prüfen auf Stimmigkeit

Wir sind Menschen. Unsere Fähigkeit ist es Körper, Geist und Seele zu vereinen. Möchten wir auf unser Herz hören und dabei auch unseren Verstand mit einbeziehen, können wir das ganz bewusst machen. Mit Hilfe der Herzensprüfung.

Unabhängig davon, was dir begegnet. Du kannst alles prüfen. Deine Gedanken, die Worte deines Gegenübers, etwas, was du gerade liest. Es ist ganz einfach. Ich lade meine Klienten/innen immer wieder dazu ein, ALLES zu prüfen, was ich ihnen sage und mir NICHTS zu glauben. Erst, wenn sie es geprüft und für stimmig empfunden haben, sollten sie es annehmen.

Die Herzensprüfung funktioniert wie folgt:

Du hast etwas gehört, gesehen, gelesen oder dir Gedanken über etwas gemacht. Prüfe es, indem du dich fragst. Ein «Ja» zeigt dir Stimmigkeit:

- ♥ Fühlt sich das, was ich soeben erfahren habe stimmig/gut für mich an?
Was sagt mein Körper? Wie ist mein Bauchgefühl? (Intuition / Körper)
- ♥ Macht das, was ich soeben erfahren habe Sinn für mich? (Verstand / Geist)
- ♥ Ist das, was ich soeben erfahren habe alltagstauglich?
Kann ich es in mein Leben integrieren?



Bei Fragen bin ich gerne für dich da.

Tatjana Bangerter – www.tatjanabangerter.ch / Tel. +41 79 411 85 15 – Januar 2023