



Notfall-Apotheke Modul Wisdom

Meditation „Herz-Momente“

Kehre einen Moment in deinen Herzkern ein, indem du wie mit einem Lift von deiner Stirn mit deinem Bewusstsein in dein Herzchakra in der Mitte deiner Brust fährst. Hier liegt dein wahrer Wesenskern auch Ich Bin genannt. Spüre dein wahres Sein in einem Moment in deinem Herzen.

Übung

„Living Your true ESSENCE - Your true You“

Fülle dich vom Kronenchakra bis zu deinen Füßen ganz mit dir selber, deinem wahren Sein, auf. Lass diese Energie in deinem ganzen Körper strömen. Strahle dein Sein dann auch in deine ganze Aura wie eine Sonne aus deinem Herzen. Wie fühlst du dich nun an?

Wenn du dich mit deiner Essenz aufgefüllt hast, dann kannst du dir auch folgende Frage stellen: Wer bin ich?

„I Am myself“

Frage dein Herz-Bewusstsein: „Was würde ich heute tun, wenn ich einfach mich bin?“ Setze es anschliessend um.

Tipp

Die Weisheiten deines Herzens sind dir jeder Zeit zugänglich. Trete täglich immer wieder einem Moment, mindestens 2-3 x am Tag, bewusst in dein Herz-Bewusstsein ein. Das kann auch während einer Sitzung oder einem Gespräch mit geöffneten Augen sein.

Affirmation „Herzführung“

Sprich folgendes Decree jeden Morgen bevor du aufstehst: Ich gebe mich in die Hände meiner Herz-Führung, meines "Ich Bin".

Wenn du auch deine beruflichen Aktivitäten, das Management, deiner Herz-Führung übergeben möchtest, dann sprich folgendes Decree: Ich übergebe meine Geschäftstätigkeiten meiner Herzführung. Mein "Ich Bin" übernimmt die Führung in meinen geschäftlichen Aktivitäten.

Wenn du mal nicht weisst, was an Marketingaktivitäten oder nächste Schritte in deinem Geschäft/deinem Job anstehen, dann übergebe es ganz deinem "Ich Bin". Du wirst unmittelbar die wichtigen und nützlichen Impulse erhalten. Ausserdem wirst du durch deine Herzführung sehr rasch das wirklich Wichtige abwickeln. Du wirst dich geleitet fühlen und es fliesst kinderleicht. Probiere es mal für 6 Monate aus und lass dich von der Wirkung überraschen.





BERNARDI
Persönlichkeit.Potential.Erfolg.



www.bernardi.li