

## Wie geht es Ihnen ... mit Ihrem Herzen?

Unser Verstand ist in zahlreichen Lebensbereichen ein wertvoller Begleiter. Er unterstützt uns bei vielem, erleichtert manches. Spielt im Leben das Rationale, der Intellekt die Hauptrolle kann es sein, dass die weichen Faktoren – das Lebendige, das Nährende, das Wärmende – zu kurz kommen. Welche Rolle spielt Ihr Herz in Ihrem Leben?

Dem Kopf einmal eine Pause gönnen und uns einfach von unserem Herzen leiten lassen, kann befreien und beflügeln.

Vielleicht gilt es, sich ab und zu ganz mit dem Herzen zu verbinden, damit bewusst werden kann, was uns – eventuell wider aller Vernunft – eine Herzensangelegenheit, ein Herzenswunsch ist. Wann wird Ihnen wohl ums Herz, was erfreut Ihr Herz?

Spüren, wofür unser Herz schlägt und ihm immer wieder auch folgen – das wünsche ich uns allen!

Und wenn dies nicht gelingt? Wenn die Verbindung zum Herzen unterbrochen scheint, vielleicht auch zu fest schmerzt?

- ✿ Was brauche ich, um den Zugang zu meinem Herzen wieder zu finden?
- ✿ Wo möchte ich vermehrt auf mein Herz hören?
- ✿ Wer oder was kann mich dabei unterstützen?
- ✿ In welchen Momenten gelingt es mir, meinen „Herzschlag“ zu spüren und diesem auch zu folgen?

Gerne suche ich zusammen mit Ihnen Antworten auf diese und weitere Fragen – damit Ihnen wieder warm wird ums Herz, Sie herzlich lachen können und von Herzen gerne leben und lieben.