

wunder-wahre Impulse

Hallo Ihr Lieben,

Die Natur lädt uns ein ...



„Komm setz Dich zu mir, gönne Dir eine Pause, Ruhe und Besinnung.“

Ja genau das brauchen wir jetzt, Ruhe, Kraft, Besinnung, „bei uns sein“.

Die Natur macht uns ein großes Geschenk und stellt sich als Kraftort zur Verfügung.

Wir dürfen die Einladung annehmen. Oft wird alles leichter und klarer, wenn wir draußen sind. Wir sind dann freier, räumlich und geistig. So kommen wir mehr in Fluss. Besonders schön finde ich es, auf einer Anhöhe inne zu halten, den Blick in die Weite schweifen zu lassen ...

So entsteht auch bei mir Weite. Gerne lege ich die Hände aufs Herz, halte inne und öffne dann ganz bewusst die Arme, breite sie weit aus und unterstütze mit dieser Bewegung meine Herzöffnung.



Ich spüre die Kraft und Schönheit der Schöpfung.
Wie wundervoll, dass ich ein Teil davon sein darf.

„Ich liebe das Leben und das Leben liebt mich.“

Das ist dann nicht nur eine schöne Weisheit, sondern ein Gefühl.

Der Impuls, den ich zurzeit sehr stark spüre, wenn ich in der Natur unterwegs bin, lautet Weite und Fülle.

Vielleicht magst Du diese Wörter mal laut aussprechen: **Weite und Fülle.**

Wie fühlt sich das für Dich an?

Ehrlich gesagt, fühle ich mich momentan oft eingeschränkt und beschränkt. Auch mein Fokus, den ich ja selbst bestimme, ist oft sehr beschränkt. Und so bin ich mal wieder dankbar für diesen Impuls der Natur - Weite und Fülle.

Die Natur schenkt uns dieses Gefühl von Weite, Vielfalt, Fülle.

Auch dieses Geschenk dürfen wir dankbar annehmen. Es tut so gut, in dieser Zeit, in der ich im Außen Beschränkungen unterliege und in der ich meinen Fokus auch oft beschränkt gestalte, diese Weite und Fülle zu spüren. Es ist alles da.

Möge die Weite und Fülle der Natur unser Herz weit öffnen für die Fülle in uns.

Mögen wir unsere Herzenstüren weit öffnen für die Freude, die Freiheit, den Frieden, die Liebe, das Glück in uns

Die Natur ist ein Schlüssel zu unserem Herzensraum.

Der kommende Frühling macht es uns besonders leicht, rauszugehen, zu genießen, das Gesicht in die Sonne zu strecken, den Blumen beim Wachsen zuzusehen und diese **Fülle und Weite in der Natur und in uns zu spüren.**

Die Natur lädt uns ein, an ihrem reich gedeckten Tisch Platz zu nehmen. Und so sage ich: „Danke für die Einladung. Ich nehme sie gerne an.“

Wie geht es Dir?

Gibt es einen Ort in der Natur, den Du besonders gerne aufsuchst? Eine Bank, die Dich zum Verweilen einlädt? Ein Platz, an dem Du die Weite, Fülle, Verbundenheit besonders gut spüren kannst?

Vielleicht magst Du mir schreiben und davon erzählen. Ich freue mich.



Mit sehr viel Freude, Herzenergie und Motivation sind die beiden wunder-wahr-Veranstaltungen entstanden, die ich im März anbiete.



Am **12.03.2021** gibt es wieder die „**wunder-wahren Impulse online**“.

Es ist mein Angebot, an jeden von Euch, dass wir zusammenkommen und uns austauschen können. Natürlich wird es auch Impulse und Meditationen geben.

Ich freue mich, auf eine schöne Runde. Sei dabei!

Weitere Infos unter www.wunder-wahr.de.

Am **25.03.2021** gibt es eine ganz besondere Veranstaltung:
„**Kräuternahrung und Seelennahrung**“

Ich freue mich sehr, diesen Abend gemeinsam mit **Regina Nerz** gestalten zu dürfen.

Regina ist eine Expertin für Wild- und Heilkräuter und wird uns zeigen, wie wir unseren Körper mit stoffwechsel-anregenden Frühjahrskräutern unterstützen und stärken können.



Die komplette Seminarbeschreibung findet Ihr unter www.wunder-wahr.de und Infos zu Regina Nerz unter www.regina-nerz.de.

Diese Veranstaltungen werden alle online als Zoom-Meeting angeboten.

Ich empfinde diese Art des Zusammenkommens mittlerweile wirklich als eine große Bereicherung und möchte an dieser Stelle Mut machen, diese Möglichkeit zu nutzen.

Sobald es wieder möglich ist, werde ich natürlich wieder Präsenzveranstaltungen anbieten.

Wie Ihr sicher schon bemerkt habt, liegt die Natur mir sehr am Herzen und so wächst in mir gerade ein neues Projekt für wunder-wahr. Es wird ein Gemeinschaftsprojekt mit der Natur, über das ich in den nächsten „wunder-wahren Impulsen“ berichten werde. Ich freue mich sehr darauf, denn ich spüre etwas Wunderbares kann entstehen ...

Ich möchte mit diesem wunderschönen Mantra schließen:

„Ich liebe das Leben und das Leben liebt mich.“

Vielleicht mögt Ihr die Hände aufs Herz legen, innehalten und dann ganz bewusst die Arme weit öffnen und diesen Satz laut in die Welt hinausrufen. Es geht natürlich auch leise und auch still. Wichtig ist immer, dass es so ist, wie es für jeden passt.

Nun wünsche ich uns allen eine **wunderschöne Frühlingszeit, eine Zeit der Weite und Fülle in der Natur und in uns.**



Von Herzen alles Liebe von Heike.

P.S. Mein Hund Aventin hat schon am reichgedeckten Tisch der Natur Platz genommen und erfreut sich am frischen Quellwasser.

Von Herzen Danke!

