

SeelenLiebe ❤️



Achtsamkeit – nicht nur ein Modewort 🌸

Liebe Leserin, lieber Leser,

seit vielen Jahren werden überall Achtsamkeitskurse und -seminare
angeboten. Achtsamkeit ist zu einem richtigen Modewort geworden. 🌸

Hier auf Hawaii denke ich noch einmal ganz neu darüber nach, was achtsames
Verhalten wirklich bedeutet. 🤔

Die Menschen hier leben Achtsamkeit ganz selbstverständlich im Alltag. ❤️

Schon in der Lomi-Massage-Ausbildung wurde sehr auf die Intimsphäre jedes
Einzelnen geachtet und darauf Rücksicht genommen. 😊

Aber auch im Supermarkt: Wenn jemand im Weg steht oder aus Versehen
angerempelt wird, folgt immer eine große, freundliche Entschuldigung. 🙄
Selbst bei Kleinigkeiten – wenn jemand zum Beispiel seine Badeschlappen

neben meine Tasche stellt  – wird darauf geachtet, dem anderen nicht zu nahe zu kommen. 

Es sind einfach viele kleine, sehr freundliche Gesten. Jeder achtet auf jeden, und jeder zeigt sofort Verständnis, wenn einmal etwas schiefgeht. 
Es herrscht überall eine gelassene, ruhige Atmosphäre, die es sehr angenehm macht, hier zu sein. 

Ich lade dich ein, in der nächsten Woche einmal in all deinen Begegnungen bewusst darauf zu achten, wie achtsam (oder auch unachtsam) du mit anderen umgehst. 

Und letztendlich steckt für mich ein wichtiger Wert dahinter: Ich lasse den anderen so, wie er ist. Der Mensch darf sein, wie er ist. 

Mit diesem kleinen Sonntagsimpuls grüße ich dich herzlich aus Hawaii.  

Über meinen Instagram-Account
kannst du mich auf Hawai begleiten:

[Hier geht's zu meinem Instagram-Kanal](#)

Interviews mit Teilnehmerinnen meiner Workshops
und Seminare findest du

[auf meinem YouTube-Kanal](#)

Herzlichst



Barbara

