

SeelenLiebe ❤



Authentisch sein – immer wieder

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Blätter an den Bäumen werden bunt und fallen. Auch die Temperaturen
sinken tagsüber und nachts. Es wird Herbst. 🍂

So kannst du hoffentlich diese Herbsttage mit dem frischen Blätterduft
genießen und nimmst dir ein wenig Zeit für diesen Newsletter. 🍁

Authentisch sein. 🙏

Die Leitung eines Seminars in Hildesheim und die Begegnung mit vielen
Menschen im Kurs hat mich wieder einmal
über das Authentisch-Sein nachdenken lassen. 🤔

An mir selbst habe ich festgestellt, dass es anstrengend ist, wenn ich in der
Seminarleitung einem bestimmten Bild entsprechen möchte und mich bemühe,
besonders gut zu sein. 😊

Vielleicht kennst du das von dir selbst auch, dass du dich anstrengst, um besonders gut zu sein, eine Sache perfekt zu machen oder ein bestimmtes Bild von dir selbst aufrechtzuerhalten. 😊

Versuchst du das? Wenn ja, wirst du mit der Zeit feststellen, dass dich deine Arbeit ermüdet, dass vielleicht sogar dein Leben dich ermüdet. 🤪

👉 Wenn du authentisch bist, bist du frisch und fröhlich und strahlst Leichtigkeit aus. 😊

👉 Authentisch-Sein erleichtert dein Leben ungemein. 😊

Das bezieht sich auf alle deine Lebensbereiche: deine Familie, deinen Beruf, deinen Freundeskreis.

👉 Wenn du nur du bist, wenn du dein Sein lebst – ohne Schnörkel und Anstrengung, dann ist es leicht. Das Leben ist im Flow, und am Ende eines Seminars bist du gar nicht müde, sondern wach.

Authentisch zu sein, erquickt deine Seele, macht dich frei und erfrischt deinen Geist. 🤎

Für die kommende Woche wünsche ich dir immer wieder bewusste Augenblicke, in denen du ganz authentisch sein kannst und dein Leben so, wie es ist, genießt. ❤️

Meine nächsten Termine:

Tanzseminar
Samstag, 25.10.25
10.00 - 16.00 Uhr
in meiner Heilpraxis

[Infos und Anmeldung hier](#)

Versöhnung mit dem inneren Kind
Freitag, 28.11. - Sonntag, 30.11.25
in meiner Heilpraxis

[Weitere Infos und Anmeldung hier](#)

Spirituelle Familienaufstellungen

samstags 10-16 Uhr

in meiner Heilpraxis

[Infos, Termine und Anmeldung hier](#)

Interviews mit Teilnehmerinnen meiner Workshops und Seminare

findest du

[auf meinem YouTube-Kanal](#)

Herzlichst



Barbara

