

Spirituelle Krisen und Tiefpunkte meistern

2.535 Aufrufe

•04.08.2020

<https://www.youtube.com/watch?v=AGVXwbbJqwg&feature=youtu.be>

Ich spreche gerne über die positiven Aspekte des Erwachens. Wenn wir bewusster werden, unseren Platz einnehmen und uns daran erinnern, wer wir wirklich sind, dann hat das ganz klare Vorteile. Doch heute möchte ich in meinem Podcast darüber sprechen, dass es auf dem spirituellen Entwicklungsweg durchaus auch schwierige Phasen geben kann.

Manchmal erleben wir Tiefpunkte, oder gehen sogar durch längere spirituelle Krisen. Das sind oftmals die Momente, in denen unser Vertrauen schwindet und wir alles in Frage stellen.

Natürlich ist es einfacher zu vertrauen, wenn wir positive Ergebnisse in unserem Leben entdecken können. Wenn wir bemerken, dass wir gelassener sind, mehr inneren Frieden haben, wenn sich unsere Bestimmung verwirklicht und Beziehungen liebevoller und ehrlicher werden.

Das ist wunderschön und macht es leicht, zu vertrauen und uns weiter auf unseren Weg

einzulassen. Doch wie sieht es aus, wenn wir bemerken, dass auf einmal mehr unangenehme Gefühle, Körperwahrnehmungen und Symptome zum Vorschein kommen?

Wenn wir ständig sehen, was alles nicht stimmig ist in unserem Leben?

Wenn wir durch eine Phase gehen, in der wir unsere Fortschritte nicht sehen können?

Oftmals beginnen wir dann, uns selbst zu beschuldigen oder zu glauben, dass wir durch Kraftanstrengung aus diesem Tief herauskommen müssten.

In meinem Podcast lade ich dich dazu ein zu entdecken, dass es oftmals genau diese schwierigen Momente sind, in denen wir am meisten wachsen und wo wir erfahren, wie wir unserem eigenen Weg auch dann vertrauen, wenn wir durch ein tiefes Tal wandern.

LEUCHTFEUER PODCAST für Spiritualität, Liebe und Bestimmung jeden Dienstag auf Youtube

► Youtube: <https://goo.gl/yDQxgA>

► iTunes: <https://goo.gl/UomydM>

► Spotify: <https://goo.gl/wc8K9N>

MEIN BUCH

Leben, Lieben, Leuchten

Was ist, wenn auf einmal eine tiefe Sehnsucht nach Erfüllung, nach Sinn und einem authentischen Leben in dir erwacht?

Urplötzlich sind die ausgetrampelten Pfade nicht mehr stimmig – doch wo ist der neue Weg?

Dieses Buch ist ein hilfreicher Wegbegleiter für alle, die sich in einer Zeit voller Veränderung dafür entscheiden, den liebevollen Weg zu beschreiten. Mit dabei sind 12 Meditationen zum Download, die dich im Alltag begleiten.

Du bist eingeladen, wirklich zu leben! Nimm die Liebe an, die dich erreichen möchte! Du darfst leuchten!

Jetzt bestellen auf Amazon:

<https://amzn.to/2PjStPa>

ÜBER LEA HAMANN: Lea begleitet als Life Coach Menschen auf dem Weg in ein seelenverbundenes Leben. In ihrer Arbeit verbindet sie bodenständige Spiritualität mit Einfühlungsvermögen und

kraftvollen Impulsen zur persönlichen Weiterentwicklung.

Durch die Technik des Weichen Atmens und effektive Energiearbeit führt sie Menschen in die tiefe Verbindung zu ihrem wahren Potenzial.

In ihrer Onlinecommunity Die Oase begleitet sie ihre Teilnehmer auf dem Weg in die persönliche Entfaltung.

► **Webseite: <https://leahamann.de/>**

► **Die Oase: <https://leahamann.de/die-oase>**

<https://www.youtube.com/watch?v=AGVXwbbJqwg&feature=youtu.be>

Ich habe diese drei Videos gesehen und erkenne aufgrund meiner Erfahrungen, dass viele Menschen in der Vergangenheit sicherlich viele Erfahrungen gemacht haben, die nicht so schön waren. Heute können vielleicht schon viele Seeleneinheiten über dem Horizont schauen und erkennen, das Wissen: über das **warum**, das bedeutet: das Sie das Wissen von Ursache und Wirkung erkannt haben. Dann können auch alle Fähigkeiten erkannt werden, die gebraucht sind, damit alle Menschen am leichtesten genau diese Erfahrungen machen können, die wirklich für das ganze Leben gebraucht sind.

Damit Die ganze Liebe mit dem ganzen Herzen angenommen werden kann, braucht jeder Mensch die Erfahrung mit der herzlichen Nächstenliebe. Jedes Kind braucht diese herzliche Liebe damit es auch liebevoll wachsen kann und sich weiterentwickeln kann.

Ja, jeder Mensch, der Hilfe braucht, weil er sonst keine andere Möglichkeit erkennen kann, der kann wirklich die Hilfe mit dem ganzen Herzen vom Schöpfergott allen Seins erbitten.

Und wenn eine Hilfe nicht angenommen werden kann oder nicht angenommen werden will, dann gibt es immer noch einen Lösungsweg für Das ganze Leben.

Der einfachste Lösungsweg für alle Menschen ist immer der gleiche, zuerst braucht jeder Mensch die geistige Selbständigkeit, damit er auch wirklich ja sagen kann und genau erkennen kann, welche hilfreichen Erfahrungen wirklich weiterhelfen.

Und wenn ein Mensch Nein sagt für alle Änderungen, die durch die Neue Erde sich entwickeln können, dann braucht er auch viele gute Erfahrungen wie der, der ja sagt, für das Leben.

Jeder Mensch, der die gegenwärtige Wahrheit erkannt hat, kann auch den bestmöglichen Lösungsweg mit dem ganzen Herzen erkennen und Leben.

Im Zweifelsfalle kann jeder Mensch die Hilfe seines Schutzengels erbitten und mit seinem ganzen Herzen ganz

aufmerksam darauf achten, dass er genau die passenden Hilfestellungen annehmen kann.

Alle ergänzenden Lebenshilfen kann
die liebe Lea Hamann in diesen drei Videos
ganz genau übermitteln, damit auch alle Menschen
die völligen Wahrheiten erleben
und erkennen wollen und können.

LG von Peter HPH (Home-Peter-Heimat)

**Abgrenzen lernen von Fremdenergie
(Energiefeld klären)**

2.919 Aufrufe

•15.09.2020

<https://www.youtube.com/watch?v=mlUEaAP72Uw>

Vielen Menschen, die bewusster werden, fällt auf, dass sie empfindlicher auf die Energie anderer reagieren: Ob es die Energie einer Arbeitskollegin ist, die dich nervös macht, oder die Energie von Nachbarn, die ungute Stimmung verbreiten, oder ob du die Angstenergie aus den Medien nicht mehr loswirst – es ist sehr unangenehm, wenn wir wahrnehmen, dass fremde Energie unser Leben und unser Wohlbefinden beeinträchtigt.

Solange wir unseren eigenen Raum nicht eingenommen haben, geben immer wieder neue fremde Einflüsse den Ton an.

In meinem Podcast möchte ich diese Woche mit dir teilen, wie du diese Dynamik auf der tiefsten Ebene aufspüren und lösen kannst.

Im Podcast lernst du: Warum leere Räume nicht lange leer bleiben 😊

Warum es so wichtig ist, dass deine eigene Energie, die stärkste und klarste Kraft in deinem Inneren Raum ist. Wie du deine Präsenz entwickeln und deinen Raum einnehmen kannst.

P.S. Heute ist der letzte Tag, an dem du dich zum Frühbucherpreis für den Onlineworkshop

Morgenlicht anmelden kannst:

<https://leahamann.lpages.co/morgenlic...>

MORGENLICHT: 6-wöchiger Onlineworkshop 19.

Oktober - 29. November 2020 In diesem

Onlineworkshop werden wir die prägenden

Erfahrungen der frühen Kindheit (wir beginnen vor der Geburt) in 6 tiefgreifenden

Heilungserfahrungen noch einmal ganz neu gestalten.

Das Ziel des Onlineworkshops ist es, unser inneres Fundament zu vervollständigen.

Genau dieses tragfähige Fundament brauchen wir nämlich in dieser Zeit, wo so viele Veränderung

geschieht und wir eingeladen sind, eine neue Entwicklungsstufe zu meistern.

Der Onlineworkshop richtet sich an diejenigen, die das zarte Morgenlicht in die tiefsten Ebenen ihres Seins einladen wollen – damit auch dort das Neue beginnen kann.

Info & Anmeldung:

<https://leahamann.lpages.co/morgenlic...>

LEUCHTFEUER PODCAST für Spiritualität, Liebe und Bestimmung jeden Dienstag auf Youtube

▶ Youtube: <https://goo.gl/yDQxgA>

▶ iTunes: <https://goo.gl/UomydM>

▶ Spotify: <https://goo.gl/wc8K9N>

MEIN BUCH Leben, Lieben, Leuchten

Was ist, wenn auf einmal eine tiefe Sehnsucht nach Erfüllung, nach Sinn und einem authentischen Leben in dir erwacht?

Urplötzlich sind die ausgetrampelten Pfade nicht mehr stimmig – doch wo ist der neue Weg?

Dieses Buch ist ein hilfreicher Wegbegleiter für alle, die sich in einer Zeit voller Veränderung dafür entscheiden, den liebevollen Weg zu beschreiten.

Mit dabei sind 12 Meditationen zum Download, die dich im Alltag begleiten.

Du bist eingeladen, wirklich zu leben! Nimm die Liebe an, die dich erreichen möchte!

Du darfst leuchten!

Jetzt bestellen auf Amazon:

<https://amzn.to/2PjStPa>

ÜBER LEA HAMANN: Lea begleitet als Life Coach Menschen auf dem Weg in ein seelenverbundenes Leben. In ihrer Arbeit verbindet sie bodenständige Spiritualität mit Einfühlungsvermögen und kraftvollen Impulsen zur persönlichen Weiterentwicklung.

Durch die Technik des Weichen Atmens und effektive Energiearbeit führt sie Menschen in die tiefe Verbindung zu ihrem wahren Potenzial.

In ihrer Onlinecommunity Die Oase begleitet sie ihre Teilnehmer auf dem Weg in die persönliche Entfaltung.

► Webseite: <https://leahamann.de/>

► Die Oase: <https://leahamann.de/die-oase>

WENIGER ANZEIGEN

<https://www.youtube.com/watch?v=mlUEaAP72Uw>

Was tun wenn die Welt immer verrückter wird?

<https://www.youtube.com/watch?v=UDUmB6V0ME4>

2.586 Aufrufe

-19.01.2021

In ruhigen Zeiten ist es gut möglich, sich tragen zu lassen von der Stimmung anderer Menschen.

Vor allem wenn die anderen gerade entspannt und positiv gestimmt sind. Dieses Jahr fordert uns nun heraus, uns innerlich ganz bewusst neu zu orientieren. Denn wir haben momentan alle mehr Herausforderung die uns umgibt, und der Stresslevel bei vielen ist im Moment überdurchschnittlich hoch.

AUS DEM ÜBERFORDERUNGSMUSTER AUSSTEIGEN

Manchmal geraten wir in solchen Zeiten in ein kindliches Überforderungsmuster hinein:

Das kleine Kind, das von gestressten Erwachsenen umgeben ist, bemüht sich den Stress der Erwachsenen aufzusaugen. Dahinter steckt die Hoffnung:

Wenn ich mich aufopfere, um den anderen zu helfen, dann helfen sie mir irgendwann vielleicht auch. Doch leider geht es uns meistens lange vorher die Puste aus. Wir fühlen uns dann wie ein Schwamm der vollgesaugt ist mit dem Stress, den Emotionen und der Angst anderer. Nicht besonders angenehm!

EINE NEUE INNERE ORIENTIERUNG

Vor einigen Tagen habe ich mich mit einer Bekannten aus den USA ausgetauscht. Sie erzählte mir von der drückenden Stimmung dort und berichtete, dass sie seit Tagen ganz viel angstvolle Spannung im Körper hat,

schlecht schläft und ständig kreisen die Gedanken in angstvolle Zukunftsvisionen.

Mir sind 3 Tipps eingefallen, die ich auch im aktuellen Podcast mit euch teile. Und ihr seid diesmal eingeladen innerlich mitzugehen und auszuprobieren, was sich verändert!

Schritt 1:

Das haltlose innere Kind halten Es gibt eine einfache Möglichkeit, mit dem haltlosen inneren Kind was sich total überfordert und nicht weiß, wie es damit aufhören kann, in Kontakt zu kommen.

Schritt 2:

Heilsame Felder wahrnehmen Wir machen einen Ausflug in die Natur und nehmen die heilsamen Felder da, die uns als Unterstützung zur Verfügung stehen. Wir üben Co-Regulation mit der Natur!

Schritt 3:

Finde deinen Tribe! Schließlich lade ich dich dazu ein, dich mit „deinem Tribe“, also den Menschen die sich gemeinsam mit dir für das Neue öffnen, zu verbinden.
HEUTE: KURZÖFFNUNG DER OASE Heute am 19. Februar hast du die Möglichkeit, in die Oase einzusteigen und beim Online-Retreat „Der Weg auf die Neue Erde“ mit dabei zu sein, das am Wochenende 23./24. Januar stattfinden wird.

Gemeinsam betrachten wir, wo wir gerade stehen und welche Wachstumsschritte uns bevorstehen. Wir starten schwungvoll in unser Neues Jahr.

Im 2-tägigen Online-Retreat finden wir heraus, wie der liebevolle Weg auf die Neue Erde aussieht, und wie wir ihn ganz praktisch im Alltag meistern.

Falls du es im Dezember-Trubel nicht geschafft hast, dich für die Oase anzumelden, nutze heute die Chance zum einsteigen. Die Oase ist heute, am 19. Januar für Kurzentschlossene geöffnet.

Anmeldung und Info hier: <https://leahamann.de/die-oase/>

LEUCHTFEUER PODCAST für Spiritualität, Liebe und Bestimmung jeden Dienstag auf Youtube

► Youtube: <https://goo.gl/yDQxgA>

► iTunes: <https://goo.gl/UomydM>

► Spotify: <https://goo.gl/wc8K9N>

MEIN BUCH *Leben, Lieben, Leuchten* Was ist, wenn auf einmal eine tiefe Sehnsucht nach Erfüllung, nach Sinn und einem authentischen Leben in dir erwacht?

Urplötzlich sind die ausgetrampelten Pfade nicht mehr stimmig – doch wo ist der neue Weg? Dieses Buch ist ein hilfreicher Wegbegleiter für alle, die sich in einer Zeit voller Veränderung dafür entscheiden, den

liebevollen Weg zu beschreiten. Mit dabei sind 12 Meditationen zum Download, die dich im Alltag begleiten. Du bist eingeladen, wirklich zu leben! Nimm die Liebe an, die dich erreichen möchte! Du darfst leuchten! Jetzt bestellen auf Amazon:

<https://amzn.to/2PjStPa>

***** ÜBER LEA

HAMANN: Lea begleitet als Life Coach Menschen auf dem Weg in ein seelenverbundenes Leben. In ihrer Arbeit verbindet sie bodenständige Spiritualität mit Einfühlungsvermögen und kraftvollen Impulsen zur persönlichen Weiterentwicklung.

Durch die Technik des Weichen Atmens und effektive Energiearbeit führt sie Menschen in die tiefe Verbindung zu ihrem wahren Potenzial. In ihrer Onlinecommunity Die Oase begleitet sie ihre Teilnehmer auf dem Weg in die persönliche Entfaltung.

► Webseite: <https://leahamann.de/>

► Die Oase: <https://leahamann.de/die-oase>

<https://www.youtube.com/watch?v=UDUmB6V0ME4>