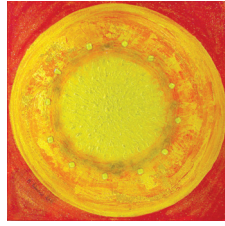


im zentrum sein



monika wacher

## Herzinspirationen des Monats Dezember

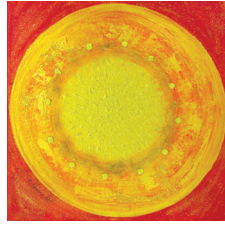


### Allgemeines/Gesundheit:

Karte: Erzengel Raphael

Erzengel Raphael, der Heiler der Erzengel macht dich darauf aufmerksam wie wichtig deine Gesundheit ist auf allen Ebenen. Gerade jetzt, wo die Zeit intensiver wird, wo vieles sich am Wandeln ist, sind wir gefordert gut zu unserer Gesundheit zu schauen. Also auf unsere körperliche wie auch auf unsere geistige und seelische Gesundheit. Zur körperlichen Gesundheit gehören genügend Bewegung, eine gesunde Ernährung, genügend Schlaf sowie Zeitinseln zum Entspannen. Zur geistigen und seelischen Gesundheit gehören unsere Gedanken und unsere Gefühle. Sind wir mit positiven Gedanken und Gefühlen unterwegs oder sind wir in der Negativspirale drin. Also achte gut auf deine Gedanken und Worte, dass sie dich wohlwollend und stärkend unterstützen. Denn alles, was wir denken, sprechen und fühlen, kommt auf uns zurück. Überprüfen können wir das mit unseren Gefühlen. Sei achtsam - alles, was du säest, wirst du ernten. Erzengel Raphael unterstützt dich auf allen Ebenen deiner Gesundheit. Rufe ihn an und weise seine Hilfe an.

im zentrum sein



monika wacher

### Partnerschaft/Liebe:

Karte: Engel der Naturverbundenheit

In der Partnerschaft/Liebe ist es wie in der Natur. Manchmal scheint die Sonne und die Wärme berührt und nährt uns. Doch dann gibt es plötzlich ein Gewitter. Die Wolken werden dunkler und dunkler, dann setzen Blitz und Donner ein und der Regen prasselt auf uns herunter. Ruhe kehrt ein, wenn alles vorüber ist. Genauso passiert es auch in der Partnerschaft/Liebe. Hat es nicht auch etwas Reinigendes, wenn sich die aufgestauten Energien entladen? Es sind kraftvolle Akte, die uns die Natur vorzeigt und genauso kraftvoll und heilend ist es für unsere Partnerschaft/Liebe, wenn wir immer den Respekt vor unserer Partnerin/unserem Partner bewahren. Respekt und Achtsamkeit - wichtige Elemente der Natur, sind die Basis für eine tiefe Partnerschaft. Achte dich auf die Naturgesetze und integriere sie in dein Leben. Der Engel der Naturverbundenheit führt dich mit seiner Weisheit.

### Beruf/Berufung:

Karte: Engel der Herzstrahlen

Der Engel der Herzstrahlen zeigt dir seine grosse Kraft - die Herzkraft! Du siehst wie diese Kraft ins Aussen strahlt. Finde heraus, was dein Herz erfreut. Was freut dich in deinem Beruf? Finde heraus, was dir Spass macht und konzentriere dich auf das. Je mehr Freude und Spass du in deinem Alltag einbetten kannst, vor allem auch in deinem Beruf, desto mehr Energie und Kraft setzt sich in dir frei und dein Alltag wird freudvoll. Wo kannst du erkennen, was dir Freude bereitet? Die Antwort lautet: in deinem Herzen. Lege beide Hände auf dein Herz, schliesse deine Augen und verbinde dich mit deinem Herzen, dann spürst du in dein Herz hinein. Wenn du das regelmässig übst, kannst du dein Herz hören, sehen und die Botschaften deines Herzens verstehen.

Ich wünsche dir eine lichtvolle Adventszeit und dass dir deine Herzkraft immer mehr Freiheit schenkt.

Herzlichst  
Monika