



Weshalb Zuwendung bei verletzten Gefühlen so wichtig ist

Liebe Heldinnen auf Reisen, liebe Helden...auch unterwegs?

Bist du auch erstaunt, wie sich zur Zeit alte Themen und Verletzlichkeiten zeigen?
Genau die, von denen du gedacht hast, dass du sie wirklich schon lange bearbeitet hast?
Mir scheint, **es zeigt sich aktuell der Bodensatz der verletzten Gefühle**. Alte Ängste, das verletzte Kind, der mangelnde Selbstwert...all das spült hoch...
Hier geschieht alles mit rechten Dingen.

Bewusstseinsweiterung heisst unter anderem auch...wir sehen das, was wir vergessen haben...wir sehen alte schmerzhaft Gefühle, welche wir unterdrückt haben...wir fühlen vor allem die alten Verletzlichkeiten...

Zuwendung ist das Zauberwort!

Ob deine Ängste oder verletzten Gefühle übertrieben sind oder nicht, spielt nicht wirklich eine Rolle.

1.Deine verletzten Gefühle brauchen dich!

Brauchen deine Zuwendung und deine Liebe, um sich zu verwandeln, um zu heilen.

2.Wenn deine verletzten Gefühle Zuwendung erfahren, schaffst du einen wichtigen Schutzraum.

Einem verletzten Gefühl einen Schutzraum anzubieten ist eine Grundvoraussetzung. Wenn der Schutz nicht da ist, verschliessen wir uns, weil wir nicht noch mehr Verletzungen erleben wollen. Schutz öffnet.

3.Verletzte Gefühle brauchen Zuwendung, damit sie gesehen, erkannt und durchschaut werden.

Das stärkt enorm den Selbstwert.

4.Zuwendung will erfahren, erlebt und gefühlt werden...

Zuwendung geschieht mit dem Herzen und mit dem Bewusstsein.

In meinen HerzensReisen kannst du erfahren, wie Zuwendung auf dich wirkt..übrigens: **um mich und meine Arbeit kennen zu lernen, verschenke ich auch Telefon-Treffen...diese findest du in meiner Agenda.**

Ich freue mich auf unsere gemeinsame Zeit.

Brigitte