

Entfalte Deine Selbstheilungskraft!

Inspiration für Vitalität und innere Heilung

Wie kann man auf ganzheitliche Art frei von Unwohlsein und Stress werden, wie den Heilungsprozess von Erkrankungen sowie körperlichen und seelischen Verletzungen unterstützen?

Dieses Buch samt Audioteil dient als Inspiration, durch kraftvolle Anregungen, Affirmationen und Impulse die Verbindung zur inneren Kraftquelle zu stärken, welche einen reichen Strom von Selbstheilungskraft, Gesundheit, Wohlergehen und Vitalität bereithält.

Der tiefenwirksame Audioteil dauert etwa 20 Minuten, zum Nachlesen und weiteren Vertiefen ist er vollständig im Buch enthalten.

Mit jedem Hören bzw. Lesen steigt das Vertrauen in die eigenen Selbstheilungskräfte, was zur Losgelöstheit von äußeren Faktoren, Unklarheiten, Hilfestellungen und Sachzwängen beiträgt.

Der Weg für heilsame Impulse aus der eigenen Mitte wird frei – auf sanfte und zugleich kraftvolle Art eröffnet sich die Grundlage der eigenen Selbstheilung!

» Ein Segen! « —Beate W., Pflegekraft

» Danke für dieses Programm, es ist wie eine Erlösung für mich. «

—Werner G., Grafiker

» Meine Sorgen und Ängste schwinden und ich spüre meine eigenen Kräfte immer stärker. Wunderbar! «

—Stefanie W., Rentnerin

Deutschland: € 9,95
Österreich: € 10,95
Schweiz: CHF 11,50
www.HeilseinVerlag.de

Entfalte Deine Selbstheilungskraft

Inspiration für Vitalität und innere Heilung

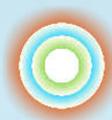
Florian Buss und Lena Leverkühne

Mit Audioteil als
 Download

HEILSEIN VERLAG

ENTFALTE DEINE SELBSTHEILUNGSKRAFT

Erstausgabe · L E S E P R O B E · Bilder in reduzierter Qualität



Erstausgabe

© 2018 HEILSEIN VERLAG

HEILSEIN VERLAG · Günter-Remien-Ring 98 · 24398 Brodersby

Druck im Eigenverlag auf umweltschonend hergestelltem Papier

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autoren unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Diese 10-seitige Leseprobe darf uneingeschränkt vervielfältigt, verbreitet und öffentlich zugänglich gemacht werden.

Bildquellennachweis: gemeinfreie und eigene Werke.

Rechtlicher Hinweis: Die hier vermittelten Anregungen sind sorgfältig erwogen, sie dienen als Inspiration zur allgemeinen Verbesserung des Gemütszustandes und der Aktivierung der Selbstheilungskräfte und stellen keine Heilbehandlung im rechtlichen Sinne dar. Sie ersetzen weder aktuelle Therapien noch die Einnahme von verschriebenen Medikamenten, noch die Tätigkeit von Arzt oder Heilpraktiker – der/die bei körperlichen Beschwerden zu konsultieren sind.

Der Audioteil sollte nicht während des Bedienens von Maschinen, Autofahrens oder ähnlicher Tätigkeiten, die die volle Aufmerksamkeit erfordern, angehört werden. Jede(r) Anwender(in) trägt die Verantwortung stets selber und stellt Autoren und Verlag von jeglichen Haftungsansprüchen materieller, psychischer und physischer Art ausdrücklich frei.

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	9
Probleme sind spezifisch...	9
...Selbsteilungskräfte wirken ganzheitlich!	9
Der eigene Fokus als Werkzeug	10
Hinweise zur optimalen Anwendung	12
Download des Audioteils	12
Schaffe Dir ungestörten Raum	12
Fokussiertes Lesen	13
Vertiefen einzelner Passagen.....	13
Dauer und Häufigkeit der Anwendung	13
Entfalte Deine Selbsteilungskraft!	15
Die Autoren.....	48
Empfehlungen.....	49



Einleitung

Probleme sind spezifisch...

Es scheint nicht leicht zu sein, gesundheitlichen Herausforderungen positiv und voller innerem Vertrauen zu begegnen – die Ängste vor Verlust der körperlichen Unversehrtheit, Ängste vor Operationen, vor lebenslangen (oder sogar lebensverkürzenden) Krankheitsfolgen können lähmend wirken.

Insbesondere schwere beziehungsweise unerwartet auftretende Erkrankungen oder Diagnosen können uns derart treffen und aus unserer gewohnten Stabilität reißen. Denn erstens sind wir mit einer solchen Situation oftmals nicht vertraut, und zweitens – was viel gravierender ist – wird dadurch ein unheilvoller Fokus geschaffen: der Fokus auf das spezifische Problem.

Unsere Gedanken kreisen vielleicht unablässig um das Thema, um die Diagnose, um die Erkrankung, um mögliche Folgen – dies ist in derartigen Situationen absolut verständlich; jedoch erschaffen wir dadurch emotional einen sehr ungünstigen Fokus, lassen Unklarheiten, Zweifel, Sorgen und Ängste aufkommen, die ihrerseits weitere unheilvolle Gedanken und Emotionen anziehen.

...Selbsteilungskräfte wirken ganzheitlich!

Doch um zu ermöglichen, dass unsere ureigenen, äußerst machtvollen Selbsteilungskräfte vollumfänglich greifen können, gilt es, alles Hinderliche – wie spezifische, zweifelnde Gedanken, Sorgen und Ängste – zu umgehen.

Dies bedeutet keinesfalls, Negatives zu verleugnen oder zwanghaft alles nur noch positiv zu sehen. Alles Negative erinnert uns



Entfalte Deine Selbstheilungskraft!

*Setze oder lege Dich bequem hin,
nimm einige tiefe Atemzüge
und finde Deinen angenehmen,
ruhigen Atemrhythmus.*

*Spüre, wie Du mit jedem Einatmen
ruhiger und gelassener wirst...*

*...und mit jedem Ausatmen
Anspannung weicht.*

Auf den folgenden Seiten erhältst Du etliche Anregungen und Impulse, die von größtem Wert für Dich und Deine Gesundheit und Heilung sein können.

Atme ein... atme aus...

Es ist zunächst wichtig, zu verstehen, dass Krankheit nichts ist, was es zu entfernen gilt, sondern Erkrankung ein *integraler Bestandteil* Deines guten, gesunden Heilungsweges ist.

Atme ein... atme aus...

Denn gerade während Erkrankungen tritt das für Dich Wesentliche und vor allem das, was Dich *wirklich* ausmacht, ungleich stärker und klarer hervor.

So kannst Du Deine eigene innere Kraft und Deine natürliche Verbindung zur Gesundheit besser und klarer als bislang wahrnehmen und Dich neu ausrichten.

Atme ein... atme aus...

In uns allen existiert ein Urbild der in unserem Körper frei und gesund fließenden Lebenskraft.

Dieses Urbild ist rein und frei von jeglichen äußeren Einflüssen und Erkrankungen. Es repräsentiert unsere bestmögliche Gesundheit und Vitalität und alle Aspekte der Selbstheilung.

Atme ein... atme aus...

Die Autoren

Florian Buss

Bereits als Kind spürte ich starke Energieströme in meinem Körper, die ich lenken, verstärken und aussenden konnte und befasste mich tiefgehend mit metaphysischen Ansichten, die weit über das irdische Beobachten und Erleben hinausgingen. Gut 20 Jahre später, ausgerechnet während meines naturwissenschaftlichen Studiums, wurde ich mir in einer Reihe spiritueller Erlebnisse und durch Inspirationen von Menschen, die in diesem Bereich bereits lange praktizierten, meiner Berufung bewusst.

Nach verschiedenen spezifischen Ausbildungen bin ich intensiv mit meinen medialen und heilerischen Gaben verbunden und als Coach tätig.



Lena Leverkühne

Aufgrund von eigenen gesundheitlichen Herausforderungen in der Vergangenheit, die mich ganz auf mich selbst zurückwarfen, begann ich mich intensiv mit dem Thema Selbstheilungskraft auseinanderzusetzen. Auf der Suche nach Antworten stieß ich auf diverse Gesundheitslehren und setzte mich mit vielen unterschiedlichen Ansichten auseinander. Ich stellte meine Ernährung um, verbrachte viel Zeit in der Natur, ließ mich als zertifizierte Quantenheilerin ausbilden und erfuhr ein ganz neues Lebensgefühl. Durch meine Begeisterung für pflanzliche Ernährung lernte ich Britta Diana Petri kennen und absolvierte bei ihr in der RainbowWay® Akademie die Ausbildung zur „Holistischen Gesundheits-Vitalkost- und Lebensberaterin“. Als Fachberaterin für natürliche Gesundheit, ganzheitliche Gesundheitsvorsorge und pflanzliche Vitalkost-Ernährung coache ich Menschen individuell auf ihrem Weg, mit viel Freude neue Voraussetzungen für Gesundheit zu schaffen.

In unserer Praxis an der Ostseeküste (Nähe Eckernförde) bieten wir Holistische Ernährungsberatung, Lebens- und Vital-Coaching, Spirituelle Heilkunst, Quantenheilung und Kurse in Meditation an.

» www.Ostsee-Spirit.de » Tel. 04644 9707819



Wir sind langjährige Mitglieder im Dachverband Geistiges Heilen (DGH) e.V.