
Barbara Vogt

Spirituelle Coach, Heilerin und
Expertin für dein Inneres Kind

Tel: 02721 - 6053566

info@barbara-vogt.de

SeelenLiebe



Nähere dich dir selbst!

Liebe Leserin, lieber Leser,

*nähere dich dir selbst?
Was könnte das für dich heißen?*

Du fragst dich vielleicht:
Was soll die Frage? Ich bin mir doch ständig nah, oder nicht?

In der Frage steckt schließlich auch eine Anschlussfrage:
*Wer bin ich denn wirklich?
Was ist mein wahres SELBST?*

Meiner Erfahrung nach ist die Antwort nicht so einfach.

Schon die Frage:
*Wo lebe ich mein eigenes Leben und wo lebe ich das, was andere von mir
erwarten?,* kann mich verwirren.

Im Laufe deines Lebens hast du – bewusst oder unbewusst –
Muster und Vermeidungsstrategien entwickelt.
Zusätzlich lassen dich Ängste und Sorgen nicht das Leben leben, das du
wirklich willst – oder besser noch: das Leben, das für dich vorgesehen ist und
deiner **Seelenwahrheit** entspricht. ❤️

In der **Meditation** lernst du,
👉 dich selbst zu spüren,
👉 deinen Körper achtsam wahrzunehmen
👉 und deine lauten Gedanken zur Ruhe zu bringen. 🧘

Erst dann kannst du deine **Innere Stimme** hören
und fühlen, wo die Blockaden sitzen.
Der **bewusste tiefe Atem** hilft dir loszulassen.
In der Gemeinschaft der Meditationsabende fällt es leichter,
sich zu konzentrieren.
Die **Energie der Gemeinschaft** hilft uns dabei.
Du brauchst nur die Augen schließen, zuhören,
mitgehen und deinen Fokus in deinen Inneren Raum legen.

So entsteht dein eigener **Heilungsraum**. 🙏

**Der nächste kostenlose
Himmlische Meditations-Abend
findet statt am
Donnerstag, 14.9.2023,
19.00-20.00 Uhr**

[Infos und Anmeldung](#)

**Im kommenden Jahr erwartet dich ein ganz besonderes Erlebnis,
zu dem ich dich heute schon herzlich einlade:**

**Mallorca-Retreat 2024
3.6.-8.6.2024**

[Hier gehts zu den Infos und zur Anmeldung](#)

Seit 15. Juli sind mein Podcast und mein YouTube-Kanal online

[Hier geht es zu meinem Podcast ...](#)

[... und hier zu meinem YouTube-Kanal](#)

Herzlichst



Barbara