



## Der Seelentext von Herz zu Herz

---

### Für ...

Dieses Bild zeigt sich mir:

Du stehst in einer Türöffnung vor einem reissenden Fluss. Zu Deiner linken und rechten Seite sind hohe Mauern. Du möchtest gerne auf die andere Seite des Flusses, doch da ist keine Brücke, kein Weg.

Um nach einem Weg zu suchen, wie Du über diesen Fluss auf die andere Seite gelangen kannst, läufst Du durch lange Gänge, Treppen rauf und Treppen runter. Dann trittst Du heraus aus diesen Mauern und stehst barfuss in warmem Sand. Es ist hell um Dich herum und der warme Sand kitzelt Deine Füße. Du setzt Dich in den Sand und lässt Dir von der Sonne Dein Gesicht erwärmen.

### Aufgabe:

Nimm Dir bewusst Zeit und setz Dich irgendwo hin, wo Du Dich wohlfühlst, als würdest Du in diesem warmen Sand sitzen und Dir die Sonne ins Gesicht scheinen lassen.

Wenn Du die Augen schliesst, kannst Du Dir in Deiner Vorstellung Deine ganz eigene Brücke über den Fluss bauen. Staffiere sie aus mit allem, was Dir wichtig ist. Lass Deiner Kreativität freien Lauf.

Halte immer wieder inne, geh in Dich und bau in Deiner Vorstellung Deine Brücke über den Fluss.

Irgendwann stehst Du dann auf der anderen Seite.

Dort zeigt sich mir eine Art Hofplatz, von wo viele verschiedene Türen weggehen. Egal durch welche Du gehst, es ist immer die richtige, Du bist immer am richtigen Ort.

Manchmal kommst Du wieder auf diesen Platz und setzt Dich auf eine Bank. Einfach Pause machen, einfach inne halten und geniessen, was ist und was Du hast.

Ich sehe immer wieder Wasser und Steine. Die Steine bedeuten nicht, dass sie Dir im Weg stehen. Vielmehr ist es Dir möglich, Kraft aus ihnen zu schöpfen!

### Botschaft:

Du bist erfüllt mit Liebe im Herzen. Bei jeder Begegnung mit Deinen Mitmenschen fliesst durch Dich Liebe in ihre Herzen.



**SaschaSandra.ch**, Frau Sascha Renger, Aadorferstr. 7, 8523 Hagenbuch  
Tel. 079 523 31 46, kontakt@saschasandra.ch, [www.SaschaSandra.ch](http://www.SaschaSandra.ch)

*Anmerkung: Der Inhalt der Botschaft wird vertraulich behandelt. Falls Du möchtest, werde ich Deinen Text anonym in meiner Sammlung auf meiner Homepage veröffentlichen. Die mache ich nur mit Deiner ausdrücklichen Erlaubnis.*

*Der Seelentext dient der Forschung Deines Selbst. Er ist unverbindlich. Ich gebe die Botschaft so weiter, wie ich sie wahrnehme. Die Schlüsse, die Du daraus ziehst, liegen in Deiner Verantwortung.*