

(M)eine Botschaft – weil dein Leben kostbar ist



Es gibt nichts Kostbareres als das Leben.

Warum verschleudern wir es...

- indem wir an Fronten kämpfen, die uns vom Leben abhalten
- indem wir in Smartphones klotzen, statt uns in die Augen zu schauen
- indem wir streiten, um recht zu haben, statt uns unsere Liebe zu zeigen
- indem wir rastlos neuesten Trends hinterherjagen, statt einfach mal dazusitzen und dem Leben zuzulächeln
- indem wir immer glauben irgendetwas zu müssen, satt zu SEIN
- indem wir unseren Ängsten mehr Glauben schenken, statt unseren Sehnsüchten, Freuden und Herzenswünschen
- indem wir einem „Wenn...!“ folgen, weil wir „dann...“ vielleicht glücklich sind
- indem wir täglich mit dem Leben hadern...kämpfen...schimpfen...

1

Warum eigentlich?

Vielleicht spürst du meine Kraft, mein Brennen und mein tiefes Anliegen in dieser Mail wachzurütteln.

Ich kriege es einfach nicht zusammen worauf der Mensch noch wartet...

Wir werden geboren, um zu leben und um zu sterben!

Wir gehen ALLE – das ist sicher!

Warum tut jeder so, als ob dieses Gesetz nur für andere gültig ist.

Wann wir gehen, wissen wir nicht.

Ein Freund von uns – gesund, sportlich und fit hatte vor einigen Wochen, während seiner Fahrradtour einen tödlichen Herzinfarkt – plötzlich, unerwartet.

2 Wochen vor seiner Pensionierung.

Ich begreife die Welt nicht...

LIEBE ist es

LEBEN ist es

BEGEGNUNG ist es

JETZT – offen und mit dem Herzen!

Wozu brauchst du noch deine Masken, dein Müssen und dein Rennen?

- um geliebt und anerkannt zu werden?
- Wozu?

Schau dich doch bitte mal um und hin zu dir!!

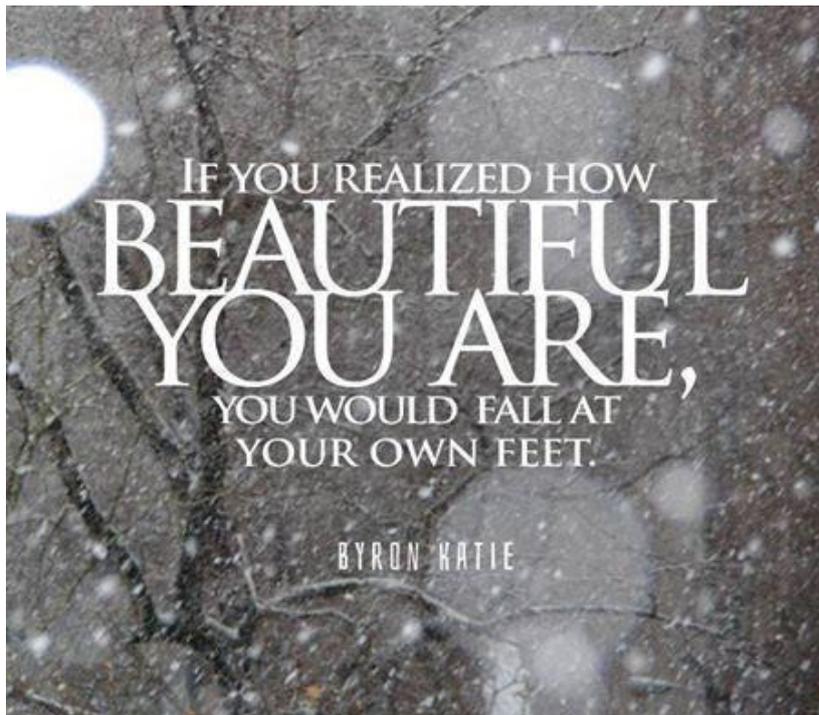
- Was hast du, genau jetzt?
- Was hast du bereits alles erlebt, geschafft und gemeistert?
- Wohin willst du noch?

Prüfe es für DICH!

2

Und wenn „Masken und Müssen, Zweifel und Ängste“ dich noch eng und klein machen, räum sie aus dem Weg. Löse und befreie sie...bzw. DICH!

Damit du DICH sehen kannst!



PUR – DU bist so SCHÖN!

Erneut bin ich mit anderen in Liebe mit einer Zauberfrau,
deren Mann gerade seinen Körper verlassen hat.
Auch hier wieder in kürzester Zeit und völlig unvorbereitet.

3

Es gibt KEINEN Grund das Leben auf später zu verschieben.

Warum bin ich gerade so deutlich und intensiv, rüttle und schüttele dich?

Weil ich diese Anteile auch in mir erkenne.

Wenn ich ungehalten bin

- weil mich ein Freund mal wieder versetzt hat
- ein Strafzettel der an meiner Windschutzscheibe klebt
- der Nachbarhund die Nacht durchbellt
- es in Strömen regnet, und ich mich auf meinen freien Tag in der Sonne gefreut habe
- das Finanzamt mehr haben möchte, als ich eingeplant habe
- und und und ...

Ist das wirklich wichtig?

Wieviel meiner Energie möchte ich darauf verwenden?

Geliebt und Anerkannt werden...

...im außen habe ich abgelegt.

Gehe ich ohne "Masken und Müssen" in Kontakt – Begegnung – Beziehung, oder jetzt zu dir in diesem Blog, werde ich geschätzt und anerkannt – genauso werde ich hinterfragt und abgelehnt.

Hallo – das ist LEBEN!

Ich liebe mich.

Punkt!

Ich bin Licht und Schatten.

Punkt!

Ich bin Ursache und Wirkung.

Punkt!

Ich bin voller Gegensätze.

Punkt

Ich bin Ich.

Die Sonne scheint.

Ich sitze im Garten und bete für die Menschen, die gerade in Not sind.

Ich liebe!

Ich bin.

Das genügt.

DANKE!

Ich habe ein schönes zu Hause,

Menschen an meiner Seite, die ich liebe und die mich auch immer mal wieder herausfordern in Liebe zu bleiben 😊,

einen zauberschönen Beruf, der mich auch immer wieder aus meiner Komfortzone kickt.

Klar...

ein kleines Häuschen im Grünen, möglichst Stadt nah,

ein neues Auto nach 14 Jahren,

meine Freundin näher, als 3 Autostunden entfernt,

mein zu Hause in Kenya mal wieder besuchen...

Ok, das steht auf meiner Bucket List (Löffelliste) ToDo`s bevor ich den Löffel abgebe...

Ich kenne meine Träume. Einige erfülle ich gleich, andere sind in Planung und manche werden vielleicht nicht erfüllt.

So ist es es und so ist es gut, denn jetzt sitze ich hier und schreibe dir.

Ich lebe, spüre das Leben und MICH.

Ich sage bedingungslos Ja zu allem was ist und was ich bin.

Pur, echt und eben auch nicht immer lecker...

...und heute möchte mein Pures und echtes Sein dich wachrütteln und erinnern, dir in diesem Leben Selbst zu begegnen. Räum auf, damit du begreifst und fühlst wie wertvoll du bist und wie kostbar DEIN Leben ist.

Heute sende ich dir meine Botschaft direkt per Mail, statt mit einem Hinweis auf meine Blogseite, da meine Website in den nächsten Tagen umgestellt.

Wenn du Hilfe und Unterstützung wünschst, beim Aufräumen und lösen von Zweifel, Masken oder Müssen, stehe ich dir gerne mit meinem Sein, meinem wertvollen Wissen und meinen Angeboten zur Seite.

Mit einer Verneigung vor dir, vor mir und dem Leben

Astrid

Meine Empfehlung:

Lilith fragt nicht Lilith IST

Raus aus der Box und dein Leben leben!

Lebendig. Lustvoll. Wunderbar.



Deine weibliche Präsenz für ein sicheres Standing auf dem roten Teppich des Lebens

9 – 12 Wochen mit mir und anderen wundervollen Frauen.

Die komplette Reise, mit persönlicher Begleitung in Form von Workbooks, Inspirationen und
Umsetzungsimpulsen, Mailkontakt.

6



Astrid Hess

Zauberfrau, Mentorin ... Berührende ...

HP Psychotherapie & Edelsteintherapie

www.astridhess.de

[Facebook](#)

[Instagram](#)

Fon: 06151 - 850 82 70

Mobil: 01577 - 0400804