

Hildegard Burkert  
VITALITÄTS COACH

Yoga – Reiki – Schamanische Geistheilung – LifeCoaching

Hohenzollernstr. 7 ✉ 73432 Aalen-Ebnat ☎ 07367 92 38 644 📧 jetzt@sichtbaryoga.de www.sichtbaryoga.de

*KraftGebet. Klasse zu Beginn der MorgenPraxis.  
Abends im BETT!!!!  
Auch hier... probiere.. spüre... beobachte...  
was IN DIR geschieht..... einfach genial!*

**Gott, die Lebendige**, AllEins, Höhere Macht, DU...  
Nimm alles von mir, was mich hindert zu dir.  
Gib alles mir, was mich führet zu dir.  
Nimm mich mir, und gib mich ganz zu eigen dir.  
*Frei nach Nikolaus von Flüe, Kleine Klaus*

*Für den PowerNap zwischendrin. Andocken. Ankommen. DA Sein.  
Mich spüren. Jetzt. DANN weiter Tun. leben. Sein.  
Probiere: Stündliche Memo. Dauert 1-3 Min.  
Es macht SOOOO viel mit mir.  
Gern Feedback!*

**Hand aufs Herz: von 5-1 zählen**

**Ich bin da.**  
Ich bin hier.  
Ich lebe.  
Ich sitze, liege, stehe hier...  
Es gibt mich.  
Ich bin sovielen Jahre alt.  
Ich höre, was ich höre.  
Ich sehe, was ich sehe.  
Ich fühle, was ich fühle.  
Ich bin DA.  
Ich bin HIER.  
Ich lebe.

