



NEWSLETTER II/2008 yoYa Freude am Sein

Inhalt: • Editorial • Thema: Liebeserklärung an das Leben • Der kostenlose Inspirationstag • Linktipps: Jedes Kind ist ein V.I.P. - Lächeltag • Filmtipp: The Secret • Die nächsten Termine • yoYa Blog • Nachdenkliches • Schlusswort/Impressum

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein paar Wochen ist es her, dass Sie den ersten yoYa NEWSLETTER erhielten. Ich hoffe, er war für Sie informativ und Sie hatten eine kurzweilige Lektüre.

Der Frühling ist bereits da, doch der Winter will nicht richtig Platz machen. So sitze ich hier vor dem PC, eingehüllt in eine Decke und schreibe Ihnen diese Zeilen.

Vor zwei Wochen fand das Seminar "Entdecke, was in Dir steckt - entfalte Dein schöpferisches Potenzial!" statt und die Teilnehmer/innen waren begeistert und sehr angetan von dem Ergebnis für sie: Klarheit in den wesentlichen Belangen - Orientierung in den sonst eher vernachlässigten seelischen Bereichen - Überblick über das, was wirklich wichtig und sinnvoll in ihrem Leben ist und somit das uneingeschränkte Herzens-Ja verdient.

Auch für Sie, die nicht dabei waren, habe ich heute einige Praxistipps, damit Sie mehr Klarheit und Leichtigkeit in Ihr Leben bringen. Lassen Sie sich von der Kraft des Frühjahrs dabei inspirieren und unterstützen und bringen Sie frischen Schwung in Ihr Leben!

Praxistipp: Liebeserklärung an das Leben

Praxistipp: Liebeserklärung an das Leben

Es geht darum leichter zu werden - Ballast abzuwerfen, zu entrümpeln - schlichtweg darum, das Leben zu vereinfachen. Nicht nur in Haus und Hof, sondern auch in unserer Psyche. Seelenhygiene ist in der kommenden Zeit von größter Bedeutung für diejenigen, die es leichter haben wollen. Hören wir auf uns zu beschweren, das macht noch schwerer und führt zu nichts. Lösen wir das Problem, oder lernen wir es zu lieben, wenn wir es nicht lösen können. Alles andere ist Kampf der nicht gewonnen werden kann.

Ihr Körper

Schenken Sie ihm 21 Tage lang positive Aufmerksamkeit. Entdecken Sie seine schönen Seiten und sprechen Sie mit ihm wie mit einem guten Freund, z.B. Ich mag deine zarte Haut, ich finde du hast schöne Haare, strahlende Augen, schöne Lippen usw.

Pflegen und verwöhnen Sie Ihren Körper mit positiven Gedanken, Worten, Berührungen, Massagen, ausreichend Bewegung, frischer, gesunder Ernährung und viel reinem Wasser.

Ihr Lebensraum/Arbeitsplatz

Schenken Sie Ihrem Lebensraum 21 Tage lang positive Aufmerksamkeit. Entfernen Sie dabei alles, was nicht mehr Ihr Herz hat. Entrümpeln Sie Schubläden, Schränke und Kommoden. Trennen Sie sich von alten Lehrbüchern. Damit schaffen Sie Platz für neues Wissen. Entfernen Sie jene Kleidungsstücke, die Sie länger als ein Jahr nicht getragen haben - außer Abendgarderobe etc. und öffnen Sie sich für einen neuen, individuelleren Kleidungsstil.

Ihre Seele

Schenken Sie Ihrer Seele 21 Tage lang positive Aufmerksamkeit.

Fragen Sie sich:

- Wem trage ich noch was nach?
- Wie schwer wiegt das und wie lange geht das schon?
- Wie viele offene Schubläden - Unabgeschlossenes - gibt es noch in mir?
(das sind Menschen, Situationen, Erlebnisse, an die wir immer wieder negativ denken)
- Habe ich mir selbst schon verziehen?

Machen Sie sich Notizen und ziehen Sie am Ende einen Kreis darum. Schreiben Sie darunter: "Die Vergangenheit ist vorbei - ich schließe ab und lasse los."

Und dann hören Sie damit auf! Brechen Sie damit. Schließen Sie Unbeendetes ab und vergeben Sie - die Vergangenheit ist vorbei. Lassen Sie Ihre alten Geschichten los und werden Sie wieder leichter, jünger und beschwingter. Lernen Sie ja zu sagen zu sich selbst, zu Ihrem Leben und zur Veränderung und Nein zu allem, was nicht Ihr Herz hat. Wenden Sie sich Ihren Lebensträumen zu und entdecken Sie im nächsten Schritt, was noch in Ihnen steckt und gelebt werden will.

Fragen Sie sich:

- Was bereitet mir Freude?
- Wobei vergesse ich Zeit und Raum?
- Was sind meine drei wichtigsten Werte und lebe ich sie schon?
Wenn nicht, was kann ich tun, um sie in mein Leben zu integrieren?
- Welche Herzenswünsche habe ich auf später verschoben?
- Warum beginne ich nicht sofort damit?

Folgen Sie Ihren Eingebungen und begeben Sie sich auf Ihre ureigenste Spur, die Sie der Freude und der Erfüllung entgegen führt. Und das, liebe Leserin, lieber Leser, ist die größte Liebeserklärung, die Sie dem Leben machen können.

neu ! **Der kostenlose Inspirationstag**

im April: Mittwoch, 23.04.2008 - von 15.00 - 17.00 h
im Mai: Mittwoch, 15.05.2008 - von 15.00 - 17.00 h
im Juni: Mittwoch, 18.06.2008 - von 15.00 - 17.00 h

An diesen Nachmittagen gebe ich Ihnen gerne kostenlos Rat und Antwort auf Ihre Fragen und Belange. Rufen Sie mich an unter: **09467 710 489**. Ich freue mich von Ihnen zu hören.

Linktipps: **Jedes Kind ist ein VIP** - <http://www.jedes-kind-ist-ein-vip.com>
Heute ist ein Lächeltag - <http://www.laecheltag.de>

Ich lege Ihnen diese Seiten ans Herz. Dabei geht es vor allem um Ihre Aufmerksamkeit. Denn alles was unsere Aufmerksamkeit hat wächst. Bitte weiterempfehlen!

Filmtipp: The Secret <http://www.dasgeheimnis.at/>

The Secret – Das Geheimnis erklärt in aller Einfachheit das Gesetz, das unser Leben bestimmt, und vermittelt das Wissen, wie wir zielgerichtet und mühelos ein Leben der Freude führen können. Dies ist das Geheimnis zu allem – Glück, Liebe, Gesundheit, Wohlstand und erfüllende Beziehungen.

The Secret gibt es auch als Buch im Handel.

Die nächsten Termine

Dein Leben als KunstWerk - 19.04. / 17.05. /21.06.2008

http://www.yoya-bewusstsein.de/salon_neuigkeitenterminepresse_14.htm

Komm zu Dir - entdecke Deine innere Freiheit! - 06.06. - 08.06.2008

http://www.yoya-bewusstsein.de/salon_neuigkeiteterminepresse_14.htm

Frühbucherrabatt 5 % bei Anmeldung bis zum 30.04.2008

neu ! yoYa-Blog

Auf meiner Internetseite gibt es den yoYa-Blog, der bislang nicht so richtig zum Einsatz kam. Das wird sich jetzt ändern. Der Blog soll vorläufig als Sprachrohr dienen. Hier schreibe ich einmal im Monat zu einem bestimmten Thema oder Ereignis meine Gedanken auf. Sie haben die Möglichkeit Ihre Kommentare dazu zu schreiben, auf die ich wiederum antworten werde. Zu einem späteren Zeitpunkt, bei genügend Interesse, kann daraus ein Forum entstehen, in dem sich Menschen begegnen, inspirieren und austauschen. Die verbindenden Werte sind authentischer Erfolg, Freude, Inspiration, Kreativität und Spiritualität.

Schauen Sie rein. Ich freue mich, wenn wir uns dort treffen.

<http://www.yoya-bewusstsein.de>

Nachdenkliches

Spuren am Weg

Es war einmal ein Vater, der zwei Söhne hatte. Je älter und gebrechlicher er wurde, desto mehr dachte er über sein Leben nach. Und manchmal kamen ihm Zweifel, ob er seinen Söhnen wohl das Wichtigste für ihr Leben weitergegeben hatte.

Weil ihn diese Frage nicht losließ, beschloss der Vater, seine Söhne mit einem besonderen Auftrag auf eine Reise zu schicken. Er ließ sie zu sich kommen und sagte: "Ich bin alt und gebrechlich geworden. Meine Spuren und Zeichen werden bald verblassen. Nun möchte ich, dass Ihr in die Welt hinaus geht und dort Eure ganz persönlichen Spuren und Zeichen hinterlasst." Die Söhne taten, wie ihnen geheißen und zogen hinaus in die Welt.

Der Ältere begann sogleich eifrig damit, Grasbüschel zusammenzubinden, Zeichen in Bäume zu schnitzen, Äste zu knicken und Löcher zu graben, um seinen Weg zu kennzeichnen. Der jüngere Sohn jedoch sprach mit den Leuten, denen er begegnete, er ging in die Dörfer und feierte, tanzte und spielte mit den Bewohnern. Da wurde der ältere Sohn zornig und dachte bei sich: "Ich arbeite die ganze Zeit und hinterlasse meine Zeichen, mein Bruder aber tut nichts."

Nach einiger Zeit kehrten sie zum Vater zurück. Der nahm dann gemeinsam mit seinen Söhnen seine letzte und beschwerliche Reise auf sich, um ihre Zeichen zu sehen. Sie kamen zu den gebundenen Grasbüscheln. Der Wind hatte sie verweht und sie waren kaum noch zu erkennen. Die gekennzeichneten Bäume waren gefällt worden und die Löcher, die der ältere der beiden Söhne gegraben hatte, waren fast alle bereits wieder zugeschüttet. Aber wo

immer sie auf ihrer Reise hinkamen, liefen Kinder und Erwachsene auf den jüngeren Sohn zu und freuten sich, dass sie ihn wiedersahen und luden ihn zum Essen und zum Feiern ein.

Am Ende der Reise sagte der Vater zu seinen Söhnen: "Ihr habt beide versucht, meinen Auftrag, Zeichen zu setzen und Spuren zu hinterlassen, zu erfüllen. Du, mein älterer, hast viel geleistet und gearbeitet, aber deine Zeichen sind verblichen. Du, mein jüngerer, hast Zeichen und Spuren in den Herzen der Menschen hinterlassen. Diese bleiben und leben weiter."

Schlusswort/Impressum

Ich hoffe, liebe Leserin, lieber Leser, Ihnen mit diesem Newsletter Inspiration und Information geliefert zu haben. Es ist mir eine Freude.

Ich wünsche Ihnen Mut, Kraft und Elan für Ihren ureigensten Weg. Genießen Sie den Augenblick.

Herzlichst Ihre
Bianka M. Seidl



Dieser Newsletter wird herausgegeben von
yoYa Freude am Sein - Bianka M. Seidl

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten wollen, können Sie sich auf meiner Website unter http://www.yoya-bewusstsein.de/salon_neuigkeiteterminepresse_14.htm unter Anmeldung Newsletter wieder abmelden.