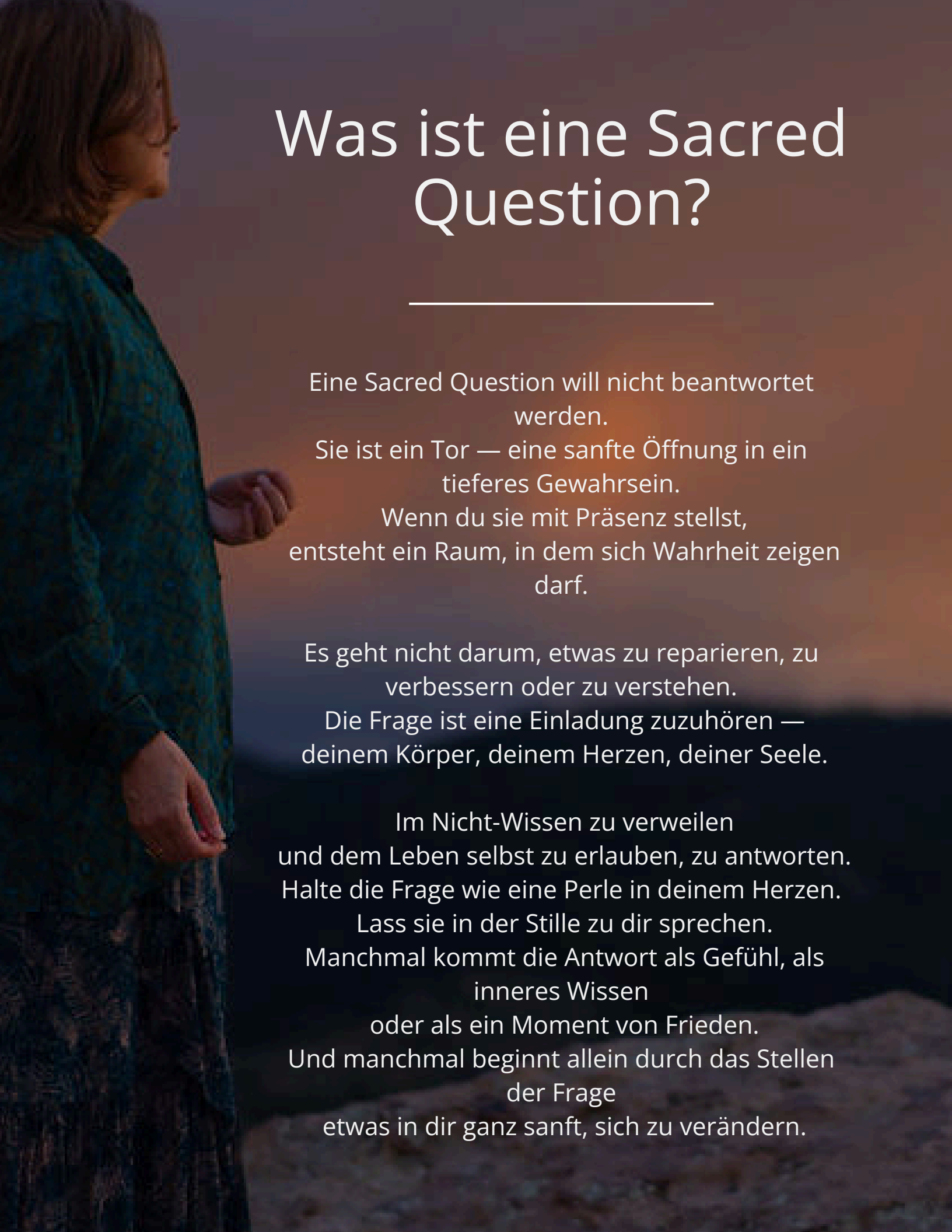
Sacred Questions

DREI FRAGEN, DIE VERÄNDERN
UND DICH SOFORT
ZURÜCK IN DIE LIEBE FÜHREN

WWW.ARTOFFEMININEPRESENCE.CH



Was ist eine Sacred Question?

Eine Sacred Question will nicht beantwortet werden.
Sie ist ein Tor — eine sanfte Öffnung in ein tieferes Gewahrsein.
Wenn du sie mit Präsenz stellst,
entsteht ein Raum, in dem sich Wahrheit zeigen darf.

Es geht nicht darum, etwas zu reparieren, zu verbessern oder zu verstehen.
Die Frage ist eine Einladung zuzuhören —
deinem Körper, deinem Herzen, deiner Seele.

Im Nicht-Wissen zu verweilen
und dem Leben selbst zu erlauben, zu antworten.
Halte die Frage wie eine Perle in deinem Herzen.
Lass sie in der Stille zu dir sprechen.
Manchmal kommt die Antwort als Gefühl, als inneres Wissen
oder als ein Moment von Frieden.
Und manchmal beginnt allein durch das Stellen der Frage
etwas in dir ganz sanft, sich zu verändern.

Was würde die Liebe tun?

Was würde die Liebe tun?

Diese Frage ist einfach — und zugleich zutiefst transformierend.
In jeder Situation — wenn du getriggert bist, unruhig oder gelangweilt —
halte einen Moment inne und frage dich: Was würde die Liebe tun?
Nicht die Liebe, die sich selbst für andere aufgibt, sondern die Liebe, die alles einschließt. Die Liebe, die niemanden ausschließt,
die dich und die Welt in derselben zarten Umarmung hält.
Wenn du diese Frage wirklich aus diesem Raum stellst,
beginnt sich etwas zu entspannen — und das Leben antwortet
auf seine ganz eigene, stille Weise.

Ich sass einmal in einem überfülltem Bus
—
zwei ältere Frauen, die sich über das Leben beklagten,
zwei Teenager, die laut lachten und freche Bemerkungen durch den Gang warfen.
Ich spürte, wie sich meine Energie zusammenzog, wie sich ein Schutzschild um mich legte. Alles, was ich wollte, war hier rauszukommen, diesem Bus zu entfliehen.
Und dann erinnerte ich mich an die Frage: Was würde die Liebe tun?
Etwas veränderte sich. Meine Energie begann sich wieder auszudehnen,
und plötzlich konnte ich jeden Menschen um mich herum spüren —
jeden einzelnen, der auf seine Weise versuchte, mit dieser menschlichen Reise zurechtzukommen. Der Raum, der sich eben noch eng angefühlt hatte,
wurde weit. Und für einen Moment liebte ich
alle Menschen in diesem Bus.

**In Momenten, in denen sich das Leben eng oder überwältigend anfühlt,
lass dies dein Innehalten sein: Atme.
Und frage dich sanft: Was würde die Liebe tun?
Du musst die Antwort nicht kennen —
lass die Liebe einfach verändern,
wie du die Dinge siehst.**

Kann ich mich in diesen Moment verlieben,
so
unvollkommen er auch sein mag?

Kann ich mich in diesen Moment verlieben, so unvollkommen er auch sein mag?

Wir verbringen so viel Zeit damit, darauf zu warten, dass das Leben endlich perfekt wird — auf den richtigen Zeitpunkt, die richtige Stimmung, die richtige Version von uns selbst. Doch die Liebe wartet nicht auf Perfektion. Sie lebt still in allem, dem wir oft entkommen wollen: im Lärm, in der Langeweile, im Zögern, im Chaos.
Wenn du diese Frage stellst, versuchst du nicht, den Moment zu verbessern — du lernst, ihm zu begegnen. Du hörst auf, nach dem zu greifen, was sein sollte, und beginnst zu fühlen, was bereits da ist. Und manchmal reicht genau das aus, um das Herz zu öffnen.

Ich erinnere mich an einen Nachmittag an meinem Schreibtisch
—
umgeben von E-Mails, Deadlines und halbfertigen Gedanken. Nichts war wirklich falsch, und doch fühlte sich alles ein wenig schwer und uninspiriert an — ein ganz gewöhnlicher Arbeitstag, an dem ich in Gedanken schon immer beim nächsten Punkt war. Dann tauchte die Frage auf: **Kann ich mich in diesen Moment verlieben, egal wie unperfekt er auch erscheinen mag?** Ich hielt inne und ließ für einen Atemzug meine Schultern sinken. Und als ich weicher wurde, begann ich die Wärme meines Tees neben mir wahrzunehmen, das leise Summen des Raumes, die schlichte Schönheit meiner Hände, die über die Tastatur glitten. Der Moment selbst hatte sich nicht verändert — aber die Art, wie ich ihm begegnete, schon. Die Schwere löste sich, und an ihre Stelle trat eine kleine, unerwartete Dankbarkeit für das einfache Hiersein.

Wenn du dich das nächste Mal nicht ganz bei dir fühlst, ungeduldig bist oder im Lärm der Welt feststeckst, halte einen Moment inne und frage dich: Kann ich mich in diesen Moment verlieben, egal wie unperfekt er auch erscheinen mag? Du musst keine Schönheit finden. Erlaube dir einfach, hier zu sein — und beobachte, wie der Moment beginnt, dich zurück zu lieben.

Kann ich mir erlauben, die Liebe zu empfangen, die mich umgibt?

Kann ich mir erlauben, die Liebe zu empfangen, die mich umgibt?

Liebe ist nichts, das wir finden müssen. Sie ist das Feld, in dem wir leben — die stille Strömung, die alles zusammenhält. Wir schützen uns mit Geschäftigkeit, mit Selbstzweifeln, mit der Vorstellung, dass Liebe verdient werden muss. Und doch verschwindet die Liebe nie; sie wartet geduldig darauf, dass wir ihr erlauben, gefühlt zu werden. Wenn ich mich für das Empfangen öffne, spüre ich, wie sich diese Liebe mir entgegenbewegt, mein Herz und meine Seele erfüllt, bis ich mich erinnere — ich bin selbst Liebe.

Ich lag auf meinem Sofa und fühlte mich traurig und allein...

Es war einer dieser Momente, in denen alles gleich unbedeutend ist und nichts einen wirklich berührt. Und dann, wie aus dem Nichts, tauchte die Frage auf: **Kann ich mir erlauben, die Liebe zu empfangen, die mich umgibt?** Zuerst fühlte sich das seltsam an, fast absurd, denn in diesem Moment konnte ich absolut keine Liebe um mich herum erkennen. Doch dann verschob sich etwas in mir, und mein Herz begann wieder zu fühlen. Tränen flossen — nicht aus Traurigkeit, sondern aus tiefem Berührtsein. Plötzlich konnte ich wieder spüren, wie viel Liebe um mich herum war und wie sehr ich geliebt bin.

Wenn du dich das nächste Mal allein fühlst oder innerlich abgeschnitten von allem, frage dich: Kann ich mir erlauben, die Liebe zu empfangen, die mich umgibt?
Du musst nicht nach ihr suchen oder etwas dafür tun. Werde für einen Moment weich, atme in dein Herz und nimm wahr, auf welch leise Weise die Liebe dich erreicht, wenn du auch nur die kleinste Öffnung zulässt.

Eine Rückkehr zu deiner wahren Kraft

Wenn du dich von diesen Sacred Questions begleiten lässt,
kann in dir eine feine Erinnerung erwachen —
eine stille Kraft, eine tiefere Präsenz,
eine Rückkehr zu der Frau, die du in Wahrheit bist.

Und mit dem Wachsen dieser Kraft
kannst du beginnen, jene feminine Macht zu spüren,
die Maria Magdalena verkörperte —
eine Kraft, die nicht dominiert, sondern befreit,
die nicht aus Druck entsteht, sondern aus Wahrheit und Liebe.
Es ist eine Kraft, die dich von innen heraus weitet
und andere dabei unterstützt, ihre Wahrheit zu leben.

Crypte of Mary Magdalene in Saint Maximime la Sainte Baume

Und wenn etwas in deinem Herzen davon berührt wird —
wenn du einen leisen Ruf spürst, diesen Weg tiefer zu erkunden,
an einem Ort zu sein, an dem die Präsenz von Maria Magdalena spürbar ist —
dann heiße ich dich von Herzen in der Provence willkommen.
Ein Raum, um tiefer bei dir selbst anzukommen und dich an das zu erinnern,
was schon immer in dir war.

Maria Magdalena Retreat - Provence

Die Provence ist eine Region von besonderer, heilsamer Energie, die uns tief mit der Präsenz und dem Erbe von Maria Magdalena verbindet. Ihre Hügel, Felsen und uralten Wege tragen Orte weiblicher Erinnerung und Transformation.
Im Zentrum steht die Grotte von Sainte-Baume, die Höhle, in der Maria Magdalena der Überlieferung nach die letzten Jahre ihres Lebens verbrachte. Der Weg dorthin führt durch einen stillen, mystischen Wald. In der Höhle selbst ist die Stille spürbar — ein Raum von Ehrfurcht, Klarheit und tiefer Verbindung zur heiligen Weiblichkeit.

.

Wo wir wohnen werden
Die wunderschöne provenzalische Domaine liegt zwischen zwei bedeutenden Kraftorten von Maria Magdalena und ist der ideale Ausgangspunkt für unsere Ausflüge. Ein Pool, ein Bouleplatz und ein schattiger Garten laden dazu ein, zur Ruhe zu kommen, weich zu werden und die Schönheit und Stille der Umgebung in sich aufzunehmen.

Wenn du einen leisen Ruf zu dieser Reise spürst, vertraue ihm. Die Magdalenen-Energie drängt nicht — sie spricht durch Resonanz. Wenn du das Gefühl hast, dass dies dein nächster Schritt sein könnte, melde dich bei mir. Ich begleite dich gern dabei, gemeinsam herauszufinden, ob dieses Seminar für dich im Moment das Richtige ist. www.heilsam-en.ch/frauenseminarprovence

Hallo ich bin Anke

@heilsam_en

kontakt@heilsam-en.ch

www.artoffemininepresence.ch

Als Frauen tragen wir eine tiefe innere Kraft in uns.

Und doch gibt es Momente im Leben, in denen wir den Kontakt zu ihr verlieren — Momente, in denen wir uns klein fühlen und glauben, dass nichts von dem, was wir tun, wirklich etwas verändern kann.

Diese innere Trennung hat eine Geschichte.
Eine Kraft, die viele von uns gelernt haben zu verbergen, geprägt von Generationen alter Ängste — der Angst, abgelehnt oder ausgeschlossen zu werden, missverstanden zu sein oder sogar verletzt zu werden, nur weil wir in unserer Wahrheit standen.

Doch wenn wir beginnen, diese innere Kraft wieder zu uns zurückzuholen — eine Kraft, die in Liebe verwurzelt ist — wird sie zu einem Segen:

nicht nur für uns selbst oder für die Menschen, die wir berühren, sondern auch für eine Welt, die sich so sehr nach Frieden und Liebe sehnt.