

Intro - Wie wir uns transformieren können

In dieser E-Mail möchte dir jetzt etwas über mich erzählen, so dass du sehen kannst, was alles möglich ist und wie sehr wir uns verändern können...

Viele Frauen fühlen sich alleine und denken, dass sie die einzigen sind mit einem niedrigen Selbstwert und vielen Selbstzweifeln.

Das habe ich früher auch gedacht. Alle anderen Mädels kamen mir so selbstbewusst und voller Selbstvertrauen vor.

Durch meine Coaching-Arbeit habe ich verstanden, dass das gar nicht stimmt. Es ist ein echtes Frauenthema. Viele Frauen leiden unter Selbstzweifeln und Selbstkritik.

Für hochsensible Frauen spielt das häufig eine noch grössere Rolle. Dazu kommt dann oft noch das Gefühl, sich einsam und anders zu fühlen.

Mir ging das lange Zeit genau so. Dies fing erst an sich zu verändern in 2007 - bis dahin war ich immer noch unsicher, schüchtern und hatte viele Selbstzweifel.

Früher schaute ich auf zu selbstbewussten starken Menschen und sehnte mich nach ihrer Aufmerksamkeit und Akzeptanz, weil ich sie mir damals selbst nicht geben konnte.

Kritik fand ich immer sehr schwierig und schmerzhaft. Irgendwie dachte ich wohl, ich muss perfekt sein und darf keine Fehler machen...

Ich hatte damals immer viel Angst die falschen Entscheidungen zu treffen, die meinen Weg zur Selbstrealisation länger machen würden.

Selbstrealisation war damals mein einziges Ziel. Ich dachte, dann werde ich endlich glücklich sein, dann werde ich geliebt und bewundert und kann nichts mehr falsch machen.

Ich habe mich damals oft selbst fertig gemacht mit bestimmten Beziehungen und zu schwerer Arbeit. Ich konnte nicht "nein" sagen und es war mir noch nicht einmal bewusst! Öfters fühlte ich mich einsam und unbedeutend.

Als ich anfang, innerlich richtig aufzuräumen fing sich bei mir alles an zu verändern. Schritt für Schritt habe ich mich transformiert von einem schüchternen hochsensiblen Mädchen voller Selbstzweifel und Ängste zu einer selbstbewusste Frau.

Ich fühle mich jetzt sehr frei und viel entspannter in mitten von Menschen, habe ein hohe Selbstakzeptanz und eine gute Portion an Selbstliebe.

Meine Intuition hat sich stark entwickelt und führt mich sehr klar. Das macht das Leben unglaublich einfacher!

Ich schreibe dir dies alles, damit du verstehst, wie stark wir uns transformieren können!

Ich hoffe, meine Geschichte konnte dich inspirieren und vielleicht motivieren...

Morgen fängt dein 7-Tages Training an, das kann auch für dich den Anfang von einem neuen Lebensabschnitt werden...

Du hast jetzt viel von mir erfahren. Ich freue mich auch dich kennenzulernen! Stelle dich dazu gerne in der FB Gruppe vor!

Alles Liebe dir,

deine Atma (die Niederländerin)

Befreie dein Herz und erschaffe ein Leben, das zu dir passt und dich erfüllt!