

Mit Yoga Samen der Liebe säen

Für diese yogaleichte Woche, habe ich für uns folgende zwölfte Herzbotschaft vom kleinen Yogi ausgesucht:

**«Auch wenn wir uns nicht sehen können,
die Verbundenheit zwischen uns ist immer da .»**

Tiefe Verbundenheit ist ein seelisches Grundbedürfnis und zählt zu den schönsten zwischenmenschlichen Erfahrungen, die wir machen können. Bei einer intensiven Begegnung oder einem tiefen Gespräch können sich Gehirnwellen und Herzfrequenz dermassen angleichen, dass regelrecht ein- und dieselbe Schwingung entsteht.

Das im Alltag bestehende Gefühl des Getrenntseins durch Raum und Zeit — welches eine Illusion ist — weicht der Erfahrung von tiefer Verbundenheit. Ist dieser schöne Gleichklang einmal zwischen Menschen hergestellt, muss man nicht mehr am selben Ort sein, um ihn zu spüren. Obwohl man sich nicht sieht und hört, spürt man die seelische Verbundenheit.

Quellenangabe: Kartenset »Der kleine Yogi, Herzbotschaften« von Barbara Liera Schauer

Auch wenn diese Herzbotschaft nicht ganz neu ist für dich, ist es trotzdem hilfreich, sich einfach immer wieder daran zu erinnern, dass wenn der Gleichklang zwischen Menschen einmal hergestellt ist, diese tiefe Verbundenheit auch bestehen bleibt, selbst wenn man nicht gerade am selben Ort ist.

Namasté Corinne

