Finde zurück in deine Herzverbindung – in nur wenigen Minuten täglich.
Der kostenfreie Insider-Report mit der aktivierenden Übung
aus der 5. Herzkammer.

HERZENS DU

Du spürst, dass dein Alltag dich manchmal mehr fordert, als dir guttut?
Du funktionierst, doch dein Herz bleibt dabei oft auf der Strecke?
Dann ist dieser kostenfreie Insider-Report genau das Passende für dich.
Er enthält eine hochwirksame Übung aus der fünften Herzkammer –
ein Ort tief in dir, der dich wieder mit deinem wahren Sein verbindet.
Still. Klar. Voller prickelnder Energie.

Team Symphony Awareness®

WILLKOMMEN IN DEINEM HERZRAUM

Das bekommst du im Report:

- Eine exklusive Herz-Übung zur sofortigen Entspannung & Zentrierung
- Spürbaren Zugang zu deiner inneren Führung
- Eine Methode, die du in nur wenigen Minuten täglich nutzen kannst, ohne Vorkenntnisse, ohne äußere Hilfsmittel.
- Tiefe Ruhe, neue Perspektiven & ein Gefühl von „Ich bin wieder da“.

Im Live-Workshop mit Simone Christine wirst du in interaktiven Übungen und persönlicher Begleitung erfahren, wie du deine innere Kraft aktivierst und deinen Alltag nachhaltig transformierst.

Kapitel 1

Warum Erschöpfung entsteht

Wenn du morgens aufwachst und dich schon müde fühlst, nicht körperlich, sondern auf Seelenebene – ist das ein klares Signal. Ein Zeichen deines Systems: „Ich bin erschöpft vom Funktionieren.“ Erschöpfung ist nicht Schwäche. Sie ist ein Ruf nach Rückverbindung. Nicht zu mehr Disziplin oder Optimierung, sondern zu deiner Ur-Energie. Zu deinem natürlichen Rhythmus. Zu deinem wahren „Ja“ und deinem mutigen Sein.
Wenn du dich von dir selbst entfremdest, weil du dich anpasst, überforderst oder alles kontrollieren willst, verlierst du den Zugang zu deiner Lebensquelle: deiner fünften Herzkammer.

Wege zurück in deine Energiequelle

Deine Energie ist nicht weg, sie ist nur verschüttet, hinter To-Do-Listen, Erwartungen und ständigen Anforderungen. Doch tief in dir wartet eine Kraft, die wieder fließen will. In der fünften Herzkammer liegt dein Zugang zu Lebendigkeit, Klarheit, Präsenz.
Hier beginnt deine Energie wieder zu vibrieren – nicht durch Leistung, sondern durch bewusste Rückverbindung ins Gewahrsein deiner Ur-Essenz.
Was du tun kannst:

- Erlaube dir tägliche Mini-Pausen im Spüren
- Schenke dir Präsenz, bevor du anderen etwas gibst
- Atme bewusst in dein Herz und frage: Was will sich heute wirklich durch mich zeigen?

Im Workshop lernst du, wie du diese innere Quelle wieder anzapfst –
nicht mit komplizierten Routinen, sondern mit einfachen, tiefgehenden Tools,
die deine Energie unmittelbar transformieren.

Dein Alltag in neuer Frequenz

Stell dir vor: Du wachst auf und dein Körper fühlt sich bewohnt an. Deine Gedanken sind weich. Dein Nervensystem entspannt.
Du fühlst: „Ich bin da. Ich bin bereit. Ich bin bei mir."
Diese Qualität ist keine ferne Vision, sie ist in dir angelegt. Und sie wird zugänglich, wenn du beginnst, dich wieder dir selbst zuzuwenden.
Durch das Herzfeld, das entsteht,
spürst du, wie Leichtigkeit zurückkehrt. Wie innere Klarheit sich aufbaut.

Wie aus Überforderung Flow wird, nicht durch Anstrengung, sondern durch Alignment.
Du wirst nicht mehr von außen getrieben, du wirst von innen heraus geführt.

Noch schneller und tiefer geht es mit dem Live-Workshop mit Simone Christine – mehr Infos dazu auf **www.symphonyawareness.com/workshop/**

Kapitel 2:

Warum sich Verbindung oft fern anfühlt

Kennst du das Gefühl, dass du zwar „unter Menschen“ bist, aber dich innerlich leer fühlst?
Als würde dein wahres Selbst nie ganz mit in den Raum kommen? Diese Form von Trennung passiert, wenn du deine Ur-Essenz nicht mehr spürst.Wenn du aus Rollen agierst statt aus deinem wahren Sein.
Wenn dein Nervensystem im Dauer-Modus von Leistung, Anpassung oder „emotionalem Überleben“ funktioniert.
Dein System sehnt sich nach echter Verbindung, nicht zu „mehr Kontakten“.
Sondern zu dir selbst. Zu deinem inneren Raum. Zu deiner Wahrheit. Zu deiner fünften Herzkammer.
Hier beginnt Verbindung – nicht als Konzept, sondern als Frequenz.

Wege zurück in deine magnetische Nähe

Verbindung entsteht, wenn du in dir ankommst. Wenn du still wirst, präsent, weich. Wenn du deiner Energie erlaubst, dich zu führen.
Die fünfte Herzkammer ist dein innerer Kompass. Sie ist dein Raum von Klarheit, Intuition und Tiefe. Von hier aus wirst du magnetisch – ganz ohne Anstrengung.
Was du tun kannst:

- Gönn dir täglich 5 Minuten Präsenz – nicht als Pflicht, sondern als Geschenk.
- Spüre: In welchem Moment heute war ich wirklich ich?
- Höre auf das, was sich leicht anfühlt – nicht auf das, was du „solltest".

Wahre Beziehungen aufbauen

Wahre Beziehungen aufbauen – aus deinem Sein heraus
Echte Nähe entsteht nicht durch Nähe-Suche.
Sondern durch Präsenz. Durch Herz. Durch mutige Authentizität.
Je mehr du in deiner Essenz ruhst,
desto mehr wirst du Menschen anziehen, die dich wirklich sehen.
Das bedeutet nicht, dich zu erklären oder dich beweisen zu müssen.
Es bedeutet, dich in deiner Energie zu zeigen – weich UND klar.

- Sag JA zu Verbindungen, die dich nähren.
- Sag NEIN zu Beziehungen, die dich energetisch schwächen.
- Wähle dich – immer wieder neu.

Im Workshop mit Simone Christine lernst du Techniken, die keine Strategie sind, sondern pure Erinnerung an deine natürliche Verbindungskraft.
Deine Frequenz verändert sich – und mit ihr verändert sich, wer und was zu dir kommt.
Nicht durch Kontrolle. Sondern durch Hingabe.

- Du wirst gesehen - nicht für dein Tun, sondern für dein Sein
- Übungen, die dein Nervensystem entspannen
- Du wirst nicht nur gehalten. Du wirst gewählt – von dir selbst zuerst.
- Begegnungen, in denen du wieder fühlen darfst:
- Ich bin geliebt. Ich bin Liebe. Ich bin Zuhause.

www.symphonyawareness.com/workshop/

Kapitel 3:

Wozu das Gefühl entsteht, nicht geliebt zu sein
Es gibt Momente im Leben, da scheint es, als würden wir nie „ganz reichen“. Nicht gesehen. Nicht gehalten. Nicht gemeint sein. Dieses Gefühl schmerzt, weil es eine tiefe Wahrheit überdeckt:
Du bist Liebe. Immer schon.
Das Empfinden, ungeliebt zu sein, entsteht nicht in der Gegenwart. Es ist eine alte Wunde. Ein Echo aus der Kindheit. Oder aus Beziehungen, in denen du dich nicht zeigen konntest oder durftest.
Doch dieses Gefühl ist nicht du. Es ist eine alte Frequenz, die du wandeln kannst. Und genau das beginnt in deiner fünften Herzkammer.

Wege in deine Selbstliebe & Herzverbindung

Du brauchst keine äußere Bestätigung, um dich geliebt zu fühlen. Was dich geliebt fühlen lässt, ist die Rückverbindung zu deinem inneren Herzraum, wo du dir selbst wieder begegnen darfst – weich, offen, pur.
Was du tun kannst:

- Spüre, wann du dich selbst verlässt – und kehre sanft zurück
- Sprich liebevoll mit dir – wie mit deinem inneren Kind
- Schenke dir Berührung, Aufmerksamkeit, Präsenz, ohne Bedingungen

Je mehr du dich in deiner Essenz fühlst, desto mehr wirst du erleben, dass Liebe kein „Ziel“ ist, sondern ein Zustand, den du ausstrahlst.

Wege in deine Selbstliebe & Herzverbindung

Du brauchst keine äußere Bestätigung, um dich geliebt zu fühlen. Was dich geliebt fühlen lässt, ist die Rückverbindung zu deinem inneren Herzraum, wo du dir selbst wieder begegnen darfst – weich, offen, pur.
Was du tun kannst:

- Spüre, wann du dich selbst verlässt – und kehre sanft zurück
- Sprich liebevoll mit dir – wie mit deinem inneren Kind
- Schenke dir Berührung, Aufmerksamkeit, Präsenz, ohne Bedingungen

Je mehr du dich in deiner Essenz fühlst, desto mehr wirst du erleben, dass Liebe kein „Ziel“ ist, sondern ein Zustand, den du ausstrahlst.

Beziehungen, die aus wahrer Liebe entstehen

Wenn du beginnst, dich selbst in deiner Gesamtheit zu lieben, verändert sich dein Magnetfeld. Du ziehst nicht mehr das an, was dich herausfordert, sondern das, was dich erkennt. Echte, nährende Beziehungen entstehen nicht durch Bedürftigkeit, sondern durch Verkörperung. Wenn du selbst die Quelle der Liebe bist, wirst du ein Resonanzfeld für Liebe in ihrer reinsten Form. Im Workshop wirst du erleben, wie sich dein Liebesfeld neu ausrichtet, in Vertrauen, Würde, Wahrheit.
Du bist Liebe.
Du bist liebenswert – nicht weil du etwas tust, sondern weil du bist.

Stell dir vor, du startest jeden Tag mit einem tiefen Gefühl der inneren Glückseligkeit. **Im Live-Workshop mit Simone Christine** erfährst du, wie du wie du diese innere Quelle wieder anzapfst, diese Transformation erlebst, und dauerhaft in dein Leben integrierst, nicht mit komplizierten Routinen, sondern mit erprobten, einfachen, tiefgehenden Tools, die deine Energie unmittelbar transformieren.

www.symphonyawareness.com/workshop/

EINE DER DIAMANTENEN KARTEN VOM

THE SHIFT® KARTENSET

Das Universum hat ein Auge auf dich geworfen und überbringt dir ein ganz besonderes Geschenk – diese Karte aus dem Kartenset! Es ist wie eine kleine Tür, die sich zu einem Raum voller Möglichkeiten öffnet. Es flüstert dir zu: "Hey, ich hab' da noch was für dich!" Bereit für ein bisschen kosmische Überraschung? Mit einfachen, erprobten, unmittelbar wirkungsvollen Übungen hilft dir das Kartenset dabei, wieder in deine Mitte zu finden und gelassener mit Stress umzugehen. Jede Karte enthält eine konkrete, leicht umsetzbare Übung.

Hinweis:
Wenn bei der Anwendung deine Gedanken zu driften beginnen, beende die Haltung und starte neu.
Je öfter angewandt, desto schneller und tiefer ist deine Transformation.

Anleitung

- bewusst und gewahr zum Herz und der 5. Herzkammer atmen
- linke Hand umfasst den rechten Daumen samt Daumenballen
- linker Daumennagel(-kranz) drückt auf die Mitte der linken Zeigefingerkuppel
- die übrigen Finger liegen an, wie in Gebetshaltung
- beobachten ...

Hinweis:
Wenn für dich die Übung nicht zu funktionieren scheint? Schreibe an:

support@symphonyawareness.com

THE SHIFT® KARTENSET

MUJA DER HINGABE

Entdecke die Kraft der Hingabe mit „Muja der Hingabe“ – einer Übung, die dich unmittelbar zu deiner Herzenergie führt und dir eine Transformation ermöglicht, wie sie die meisten in dieser Intensität noch nie erlebt haben.
Unsere Übungen sind kraftvoll, außergewöhnlich und sofort wirksam – sie sind das Ergebnis von jahrelanger Erfahrung (Forschung, Bildung und Praxis), tiefem Wissen und der Vereinigung von Wissenschaft und Spiritualität. Sie sind nicht einfach nur Methoden, sondern Tore zu einem neuen Bewusst- und Gewahrsein. Jede einzelne Übung ist langjährig erprobt und hat ihre unmittelbare Wirksamkeit immer wieder bewiesen. Menschen, die diese Übungen praktizieren, berichten von tiefgreifenden Veränderungen, von einer Leichtigkeit und einer prickelnden Energie, die sie nie für möglich gehalten hätten.

Das „Muja der Hingabe“ ist mehr als nur eine Handgeste – es ist ein Schlüssel zu deinem inneren Frieden und zu einer völlig neuen Frequenz. Es ist eines der Topp Tools, die dir beitragen, dich selbst in neuer Tiefe deines Seins zu erfahren, Anhaftungen zu lösen und deine Lebensenergie wieder frei fließen zu lassen. Diese Übungen sind speziell dafür konzipiert, deine Herzenergie unmittelbar zu aktivieren und dein wahres Sein zu entfalten – wann immer du es wählst, ohne Kampf und ohne Krampf.

Es ist eine Übung, die dir beiträgt, dich wirklich hinzugeben – alles anzunehmen, was ist und dich in eine Tiefe zu führen, an die du dich möglicherweise nicht mehr erinnerst.

Sie wurde für diejenigen entwickelt, die nicht nur an der Oberfläche kratzen möchten, sondern echte, tiefgehende Transformation erfahren wollen. Eine Transformation, die sowohl auf mentaler und emotionaler Ebene stattfindet, wie darüber hinausgehend dein Herz öffnet und dein gesamtes Wesen berührt.

Mit dem „Muja der Hingabe“ steigst du ein in den Fluss der Herzenergie und der fünften Herzkammer. Die Wandlung, die du durch dieses Topp Tool erfährst, ist unmittelbar spürbar und verändert dein Leben von innen heraus.

Es ist die Einladung an dich, mit allem zu sein, was ist, und deine Schöpferkraft zu nutzen, die deine Frequenz spielend leicht erhöht.

Diese Übung ist nur ein kleiner Teil der umfassenden Topp Tools, die wir bei Symphony Awareness haben, um dich auf deiner Reise zu unterstützen. Lass dich darauf ein und spüre, wie du mit jeder Annahme, mit jeder Hingabe deine Herzenergie steigerst und dein erfülltes Sein lebst.

Diese Handgeste ist wie eine Meditation für neues Bewusst- und Gewahrsein. Muja sind äußerst feinstofflich wirkende Werkzeuge, die dir ad hoc in verschiedenen Lebenssituationen zu Klarheit, Lebendigkeit und Freiheit verhelfen.

Nur durch die vollständige Annahme unserer Emotionen – egal wie schmerzhaft diese sind – können wir dem Heilsein näher kommen. Indem wir uns erlauben zu fühlen, ohne zu be-/verurteilen, öffnen wir uns für die Transformation. Durch diese Annahme lösen wir körperliche Spannungen sowie Anhaftungen und ermöglichen unserer Lebensenergie wieder frei zu fließen.

BEGINNE HIER UND JETZT UND LEBE DEIN ERFÜLLTES, WAHRES SEIN!

HERZGEFLÜSTER
EIN WORKSHOP FÜR TIEFE INNERE RÜCKVERBINDUNG

Stell dir vor, du verbringst einen Tag ganz mit dir – getragen, sicher, verbunden.
Ein Tag, an dem du aufhörst zu funktionieren und beginnst, wieder zu fühlen. Im Workshop Herzgeflüster tauchst du ein in einen Raum jenseits von Worten – die sogenannte fünfte Herzkammer. Ein feinstoffliches Feld in dir, das Zugang zu deiner inneren Wahrheit, deinem Selbstwert und tiefem Frieden ermöglicht.
Hier dürfen alte Muster wie „Ich bin nicht genug“ oder „Ich werde nur geliebt, wenn ich leiste“ nicht nur verstanden, sondern auf energetischer Ebene gelöst werden.
Begleitet von Simone Christine – mit ihrer intuitiven Präsenz und dem Talent, genau den Raum zu halten, den du brauchst – wirst du durch praktische Übungen und stille Impulse wieder mit deiner inneren Kraft verbunden.
Ob es bei dir um Beziehungen, Geld, Gesundheit oder einfach ein Gefühl von Erschöpfung geht – die Wurzel liegt oft im gleichen Schmerz:
der Angst, nicht bedingungslos geliebt zu sein.
In Herzgeflüster darf genau das heilen.
Dieser Tag ist eine Rückkehr zu dir.

Melde dich jetzt an, um deinen Platz zu sichern – erlebe, wie live gelebte Transformation deinen Alltag nachhaltig verändert!“

www.symphonyawareness.com/workshop/

INSIGHTS AUS DEM LEBEN – BEGEISTERTE MEMBERSTIMMEN

TINA M, ÖSTERREICH

Im Workshop habe ich erlebt, wie die interaktiven Übungen meine Verbundenheit mit meiner "fünften Herzkammer" auf ganz neue Weise geweckt haben. Die persönliche Begleitung hat mir geholfen, mich selbst wieder richtig wahrzunehmen. Ich verliere mich nicht mehr im Aussen, sondern bin ganz in mir und meinem eigenen, inneren Raum. Das ist witzig. Es ist ein sehr wohliges Gefühl. Es erzeugt völlige Ruhe in mir, auch während meiner Alltags-Tätigkeiten.

SANDRA W,
DEUTSCHLAND

Gestern im Workshop mit Simone Christine habe ich etwas erlebt, das mich total aus der Routine gerissen hat. Statt dem üblichen hektischen Alltag spürte ich plötzlich, wie sich eine tiefe Ruhe einstellte – als ob ich eine innere Bremse betätigt hätte und dachte: ‚Jetzt ist alles in Ordnung, eins nach dem anderen.' Ich war, trotz des ganzen Stresses, vollkommen tiefenentspannt und intensiv berührt. Es kam ganz automatisch die Erinnerung: ‚Entspanne dich.' Ich konnte so leicht in mich gehen und den Moment genießen. Das war wirklich überwältigend – etwas, das ich so noch nie erlebt habe.

NINA H,
DEUTSCHLAND

Die Herzenswärme in diesem eröffneten Raum, die klar formulierte, leicht anzuwendende Übung machen mir die Umsetzung und das kontinuierliche Dranbleiben möglich und wirkungsvoll. Ich fühle mich aufgehoben und verstanden. Dadurch fällt mir der Mut und die Offenheit zur Transformation leicht.

COPYRIGHT UND URHEBERRECHTE BY SYMPHONYAWARENESS INSTITUT
10-2024
KOPIEREN, REPRODUZIEREN, UNERLAUBTES VERVIELFÄLTIGEN VERBOTEN