

WALTRAUD DÖTTER



WANDEL
AUS DER KRAFT
DES HERZENS

Ein Wegbegleiter in Krisenzeiten

Mit vielen
praktischen
Übungen



Inhaltsverzeichnis

[Vorwort](#)

[TEIL 1](#)

- [1. Meine Geschichte](#)
- [2. Am Anfang steht das Trauma](#)
- [3. Grundlagen für Wandlungsprozesse](#)
- [4. Opferhaltung ja oder nein](#)
- [5. Die Körper des Menschen](#)
 - [Der physische Körper](#)
 - [Der Ätherkörper](#)
 - [Der Emotionalkörper](#)
 - [Der Mentalkörper](#)
 - [Der Kausalkörper](#)
- [6. Das Herz](#)
 - [Das physische Herz](#)
 - [Das emotionale Herz](#)
 - [Das energetische Herz](#)
 - [Das mentale Herz](#)
 - [Das spirituelle Herz](#)
- [7. Das Resonanzprinzip](#)
- [8. Die Ausrichtung](#)
- [9. Das Wahrnehmen](#)
- [10. Das Annehmen](#)
- [11. Schattenthemen](#)
- [12. Transformation](#)
- [13. Dankbarkeit](#)

- [14. Auseinandersetzung mit unserer irdischen Endlichkeit](#)
- [15. Der Sterbeprozess](#)
- [16. Das Leben nach dem Tod](#)
- [17. Die Jenseitswelten](#)

[TEIL 2](#)

[Vorwort zum zweiten Teil](#)

- [1. Der Nullraum](#)
 - [2. Die Verbindung mit der Schöpferebene](#)
 - [3. Der Atem](#)
 - [4. Übungen zu den einzelnen Themen](#)
 - [5. Das Herzensbeten](#)
 - [6. Meditation](#)
 - [7. Übungen Ausrichtung](#)
 - [Ausrichtung für den Tag](#)
 - [Ausrichtung für die Nacht](#)
 - [Ausrichtung für angestrebte Vorhaben](#)
 - [Die Ausrichtung hin zum Höchsten in Dir](#)
 - [8. Übungen Schattenthemen](#)
 - [9. Übungen zur irdischen Endlichkeit / Abschiedsstruktur](#)
 - [10. Weitere Übungen](#)
 - [Die Erzengel Uriel](#)
 - [Die Violette Flamme](#)
 - [Die Räume, Plätze und Orte reinigen](#)
 - [Positive Elementale bilden](#)
 - [Affirmationen](#)
- [Meine Geschichte, die noch nicht zu Ende ist](#)
- [Dankesworte](#)
- [Autorin](#)

WALTRAUD DÖTTER



WANDEL
AUS DER KRAFT
DES HERZENS

Ein Wegbegleiter in Krisenzeiten



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist die Autorin verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag der Autorin, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung „Impressumservice“, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg, Deutschland.

Copyright © 2022 Waltraud Dötter · herzensgebete.de

Lektorat: BÜCHERMACHEREI · buechermacherei.de

Buchgestaltung: BÜCHERMACHEREI · buechermacherei.de

Covergestaltung: OOOGRAFIK · ooografik.de

Foto: Denise Claus

Bildquellen: #138242593, #254820886, #465928461, #102441583,
#219816370 | AdobeStock

Druck und Distribution im Auftrag der Autorin:
tredition GmbH, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg, Germany

ISBN Softcover: 978-3-347-61074-3

ISBN Hardcover: 978-3-347-61076-7

ISBN E-Book: 978-3-347-61078-1

*All denjenigen gewidmet, die sich für den Wandel
aus der Kraft des Herzens öffnen.*

*„Du bist nicht mehr da, wo du warst, aber du bist
überall, wo wir sind.“*

IN MEMORIAM WALTRAUD DÖTTER

Von Gabi Schmid (Buchsatz) und Corina Witte-Pflanz (Cover)

Liebe Waltraud,

du hast die Veröffentlichung deines Herzens-Buchs nicht mehr erleben können. Ich zitiere aus dem letzten Kapitel, das du mir geschickt hast:

*„Ich habe es wirklich geschafft!! Das Manuskript ist fertig
geschrieben, liegt in den Händen meiner Lektorin und steht
bereit, ein Buch zu werden.“*

Corina und ich haben dich, Waltraud, im Jahr 2020 kennengelernt, als du uns für ein Buchprojekt engagiert hast. Kurz darauf wurdest du krank und musstest das Manuskript lange Zeit ruhen lassen. Als es dir wieder besser ging, war dein Ziel, dein bereits veröffentlichtes Buch „Wenn Herzen beten“ layouttechnisch überarbeiten zu lassen und es neu herauszubringen. Wir durften dich dabei begleiten.

Anschließend hast du alle Kraft in das neue Buch „Wandel aus der Kraft des Herzens“ gesteckt. Im Frühjahr 2022, als die Krankheit deine Kräfte schwinden ließ, hast du das Buchprojekt vertrauensvoll an uns übergeben, mit der Bitte, es „zur Veröffentlichung zu bringen“.

Die Entstehung des Covers konntest du noch begleiten, doch das Layout, den Buchsatz mussten wir schon allein gestalten. Corina und ich hoffen, dass wir deinen Texten das Gewand geben konnten, das du dir gewünscht hast.

Wir bedanken uns aus tiefstem Herzen für dein Vertrauen und senden

Herzensgrüße an dich, Waltraud, wo immer du auch jetzt bist.

Im Mai 2022

Gabi Schmid und Corina Witte-Pflanz

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

vielleicht kennen Sie die Erfahrung, dass es in Ihrem Leben nicht mehr so weiterging wie Sie es gewohnt waren. Ob dies *freiwillig*, von Ihnen so entschieden war, oder Ihnen dies das Schicksal zugemutet hat. Zugemutet durch die Diagnose einer lebensbedrohlichen oder extrem lebensverändernden Krankheit, den plötzlichen Tod oder Suizid eines Angehörigen, einen schweren Unfall mit schlimmen Folgeerscheinungen, wirtschaftlichen Zusammenbruchs, die Erfahrung einer Naturkatastrophe und dergleichen. Erfahrungen, die traumatisch waren und heute immer noch Traumafolgen aufweisen. Dann kennen Sie auch die Erfahrung, dass einem der „Boden unter den Füßen“ weggezogen wird, dass sich schlagartig alles Gewohnte und Sichere auflöst und sich ein Abgrund vor einem auftut.

Bei mir war es die Diagnose Krebs – zwei Darmtumore. In einer solchen Situation hat man nur zwei Möglichkeiten: Man zerbricht an dem Geschehen, was zu Resignation, Depression, Verbitterung und vor allem zu einer Opferhaltung führen kann oder man findet zu einem Prozess des Innehaltens, der Verarbeitung des Geschehens und zu einem „Kurswechsel“, einer grundlegenden Neuorientierung – einem tiefgreifenden Wandel.

Mit diesem Wandel geht einher, dass die Bedeutung und Wertigkeit der bisherigen Lebensthemen und ihrer Gestaltung in Frage gestellt werden und eine innere und auch äußere Suche nach Lebensinhalten beginnt – Lebensinhalte, die Sinn vermitteln. Diese Sinnsuche kann einer Odyssee gleichen und durch Versuch und Irrtum gekennzeichnet sein, bis man den eigenen Weg gefunden hat.

Es ist mir ein Anliegen – nicht zuletzt durch meinen eigenen „Wandlungsprozess“ – Ihnen durch und mit diesem Buch Möglichkeiten aufzuzeigen, wenn Sie sich für den „Wandel aus der Kraft des Herzens“ öffnen möchten oder wenn Sie Unterstützung auf diesem Weg wünschen.

Dies ist kein wissenschaftlich orientiertes Buch und auch kein Ratgeber für Lebensfragen – hiervon gibt es bereits eine Fülle an Literatur – es ist ein Arbeitsbuch. Was ich mit Ihnen teilen möchte, ist mein persönliches Erleben in Verbindung mit Wissen und Erfahrungen aus meiner spirituell-orientierten Arbeit. Die „Geschichte“ meiner Krebserkrankung soll lediglich einen praktischen Bezug zum Thema des Buches herstellen und deutlich machen, mit welchen Themen ich mich durch diese Erkrankung auseinandergesetzt habe und dies noch weiter tue.

Sehr viele Menschen haben Ähnliches und noch weitaus Schlimmeres erlebt und vielleicht können die Inhalte dieses Buches Ihnen Impulse geben. Die Themen, die ich aufgreife und darstelle, erachte ich als grundlegend für einen jeglichen Transformationsprozess, losgelöst davon, wodurch dieser letztlich ausgelöst wurde. Man braucht nun wirklich keinen Schicksalsschlag, um sich mit existenziellen Fragen auseinanderzusetzen und einen „Kurswechsel“ im eigenen Leben herbeizuführen.

Wandel ist aktuell das ganz große Schlagwort und eine globale Realität – kosmisch, planetar, klimatisch, gesellschaftlich, wirtschaftlich, wissenschaftlich und somit direkt oder indirekt auch persönlich. Wandel geschieht immer und in jedem Moment, ob ersehnt, gewünscht oder gefürchtet – Wandel, das ist das Leben selbst. Keinem Wandel können wir uns entziehen – wir können uns lediglich entscheiden, ob wir „mit der Welle“ gehen oder uns dagegenstellen, ob wir am Bestehenden festhalten oder das loslassen, was gehen will und gehen muss. Können solche Prozesse aus der „Kraft des Herzens“ geschehen, wird ein jeglicher Wandel mit den Bewegungen des Lebens in Einklang sein und gute Wirkungen hervorbringen.

„Wie außen, so innen – wie innen so außen“ Dieses große kosmische Gesetz weist uns darauf hin, dass äußere und innere Welten, äußere und innere Realitäten miteinander in Verbindung stehen und allenfalls nur scheinbar getrennt erscheinen.

Jeder äußere Wandel ist ein Aufruf, ja Weckruf, die bisherigen Sichtweisen und Einstellungen zu reflektieren, Prioritäten zu setzen und entsprechende Veränderungen zu bewirken – ein Aufruf zu inneren Wandlungsprozessen. Und jeder innere Wandel – ob bewusst oder unbewusst – wird Wandel im Außen hervorbringen. Ich darf dies täglich in meiner Arbeit erleben.

Wir haben die Freiheit, zu wählen, erforderlichen Wandlungsprozessen

zuzustimmen oder uns diesen zu verschließen. Beides wird entsprechende Wirkungen hervorbringen und für jede dieser Wirkungen sind wir selbst verantwortlich. Meine Antwort auf den globalen Wandlungsprozess ist: Ich fange bei mir selbst an, mache bei mir selbst „Kassensturz“, konfrontiere mich mit meinem eigenen „Wandlungsbedarf“ und habe damit erst einmal richtig gut zu tun.

Verstehen Sie mich nicht falsch – das heißt nicht, dass ich mich ins Individuelle zurückziehe und mir die Situation im Außen egal ist – es heißt einfach, dass ich mich klarer und wirksamer ins äußere Geschehen einbringen kann. Mein inneres „Wandlungsmodell“ wird sich dann auch in äußeren Wandlungsprozessen widerspiegeln. Wandel kann sich in allen Ebenen meines Seins vollziehen – körperlich, energetisch, psychisch, mental und spirituell. Alle Ebenen sind miteinander verbunden und wirken aufeinander ein.

Sie mögen sich fragen: „... und was bringt mir die ganze Wandlerei?“

Mehr als Sie sich vorstellen können. Eines jedoch ganz sicher: Sich und Ihr Leben, wie es ist, besser annehmen zu können. Die Inhalte dieses Buches sind Resultate aus meiner jahrzehntelangen „Wandlungsarbeit“ und aus der Begleitung vieler Menschen im Rahmen meiner Arbeit. Jeder Mensch hat seinen ganz eigenen Prozess und seine eigene Wahrheit. Beides zu achten ist mir heilig. Ich gehe davon aus, dass Sie wählen und entscheiden, was von den Inhalten und Konzepten für Sie bedeutsam, praktikabel und förderlich ist und, wenn Sie zu manchen Themen keine Resonanz haben, dann sind diese auch nicht – oder noch nicht – wichtig für Sie.

Natürlich freue ich mich, wenn Sie für die Auseinandersetzung mit Ihren eigenen Themen Ein-Blicke, Ein-Sichten oder Licht-Blicke durch dieses Buch finden und vielleicht sogar neue Aus-Richtungen.

Das Buch ist in einzelne Kapitel gegliedert, die nur linear dargestellt werden können. Es ist mir wichtig, Sie bereits zu Beginn wissen zu lassen, dass alle angesprochenen Themen miteinander verbunden sind und nicht getrennt voneinander gesehen werden können. Stellen Sie sich am besten ein höchst komplexes Netzwerk vor – alles hat mit allem zu tun, eines wirkt auf alles ein und umgekehrt: Ein Spiegelbild der Schöpfung.

Nun möchte ich Sie ermuntern, der „Wandlung durch die Kraft des Herzens“ Raum und Hinwendung zu geben – Ihr Herz wird es Ihnen danken. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude mit diesem Buch.

Herzlichst Ihre Waltraud Dötter



TEIL 1

1. Meine Geschichte

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn ich Ihnen nachfolgend meine Geschichte in groben Zügen berichte, dann hat dies im Hinblick auf das Thema dieses Buches seine Bedeutung.

Wie bereits gesagt, geht es mir nicht um Selbstdarstellung. Ich kenne Schicksale, dagegen ist meines sehr klein. Es geht mir vielmehr darum, Ihnen zu verdeutlichen, aus welcher „Quelle“ mein Anliegen kommt, dieses Buch zu schreiben. Es sind:

- mehr als zwei Jahre geschenktes Leben
- mehr als zwei Jahre Grenzerfahrungen im Innen und im Außen
- mehr als zwei Jahre „Wandel aus der Kraft des Herzens“ (dieser dauert an).

Kennen Sie das? In einem einzigen Moment verändert sich Ihr Leben – nachhaltig.

So geschehen bei mir (nicht zum ersten Mal) am 12.10.2019 in der Arztpraxis von Dr. H. mit dem Ausspruch: „... ein Unglück kommt selten allein“ präsentierte er mir den Ausdruck des Ergebnisses der soeben durchgeführten Darmspiegelung: zwei Tumore.

Erst einmal läuft bei mir alles ab wie in einem Film, den ich gerade anschau – was heißt das jetzt, wie sehen die weiteren Schritte aus, bei wem welche Termine machen, wie damit weiterleben? Ich selbst kann die Angst, die Angst um mein Leben nicht spüren, stattdessen kommt der Gedanke auf: Das ist jetzt eine Prüfung.

Eine Prüfung, ob die jahrzehntelange Arbeit an dir selbst, auch deine spirituelle Grundhaltung, dieses Geschehen trägt und zur „Haltestange“ wird beim Anblick der Realität: Krebs und was das heißt.

Der nächste Gedanke ist: Wie sage ich es meinen Angehörigen. Das ist am schwierigsten. Ich versuche mich in sachlicher Information und bagatellisiere:

Darmkrebs ist ja nicht der schlimmste Krebs, man kann operieren und es hat ja wohl auch keine Metastasen. Beruhigen kann ich offensichtlich niemanden von ihnen. Es ist nicht leicht, ihre Angst um mich auszuhalten, nicht leicht, ihnen ihre Sorge um mich nicht abnehmen zu können.

Mir nahestehende Menschen, vor allem meine beste Freundin, sind von meiner Situation betroffen und ich kann nichts daran ändern. Es wird mir wie selten zuvor bewusst, mit wie vielen Menschen ich verbunden – herzensverbunden – bin, wie viele Anteil nehmen, wie viele gerne helfen und unterstützen wollen.

Mein Leben teilt sich wie selten davor in ein Außen und in ein Innen.

Im Folgenden beschreibe ich Ihnen in groben Zügen das Außen. Im Außen funktioniere ich (und bin froh darum). Meine Arbeit, die ich liebe, mache ich erst einmal weiter wie zuvor. Das hilft mir, den Fokus von mir weg auf andere Menschen zu richten, die meine Hilfe suchen. Daneben Arzttermine, Untersuchungen, Strahlentherapie. Krankenhaus und die OP stehen an. Meine Praxis muss ich vorübergehend schließen. Die Betroffenheit und das Mitgefühl meiner PatientInnen berühren mich sehr. Ich versuche zu beruhigen, so gut ich kann.

Dann die OP – 9.11.2019 – 10 Stunden. Als ich abends aufwache, ist ein geliebter Mensch da – ein stiller Glücksmoment. Sie konnten nicht fertig operieren, am nächsten Tag nochmals zwei Stunden. Ab jetzt habe ich einen künstlichen Darmausgang, ein sogenanntes Stoma. Was das bedeutet, kann ich noch nicht realisieren. Intensivstation, ich glaube zehn Tage, dann Station im Dreibettzimmer. Ich bekomme das Bett nahe am Fenster, schaue in die Krone einer mächtigen Kiefer. Wie bin ich dankbar dafür.

Viele wollen mich besuchen, es berührt mich, ist mir aber oft zu anstrengend. Nach gefühlt langer Zeit komme ich nach Hause – so schwach wie noch nie in meinem Leben. Aber ich lebe. Unterstützung kommt mir von allen Seiten im Übermaß zu – alle wollen helfen, ich bin so berührt. Irgendwann kann ich wieder aufstehen und mich selbst versorgen – Glücksmomente, Auferstehungsgefühle.

Jetzt bin ich Krebspatientin in einer onkologischen Praxis. „Mein“ Arzt rät mir zu einer anschließenden Chemotherapie, das möchte ich aber nicht. Er respektiert meine Entscheidung, auch, dass ich naturheilkundlich ausgerichtet bin. Ich achte ihn sehr für seinen Respekt und für seine menschliche Anteilnahme. Stundenweise beginne ich wieder mit meiner

Arbeit, bin so dankbar, wie gut es geht. Ich beschäftige mich mit alternativen Krebstherapien, lese etliche Bücher, bekomme zahlreiche Informationen über Heilmittel aus dem Freundes- und Bekanntenkreis. Erstaunlich viele haben Angehörige oder Bekannte, die auch diese Krankheit hatten oder noch haben.

Dann beginne ich eine Misteltherapie, spritze dreimal die Woche ein entsprechendes Präparat, mache eine Infusionskur mit Amygdalin und hochdosiertem Vitamin C, später dann eine Hyperthermiebehandlung. Das erste CT sieht gut aus, auch die Tumormarker.

Inzwischen hat sich mein Alltag fast normalisiert. Ich arbeite mit reduzierter Stundenzahl, daneben bin ich mit Therapien beschäftigt. Das nächste CT zeigt Metastasen auf und erhöhte Tumormarker - noch nicht im Alarmbereich. Ich mache mit allem weiter wie zuvor. Dann im folgenden CT Metastasenwachstum und noch höhere Tumorwerte. Chemotherapie wird wieder Thema. Die Entscheidung ist nicht leicht für mich. Ich denke an erster Stelle an meine Angehörigen und will alles tun - jetzt auch Chemotherapie, um so lange wie möglich dazubleiben. In der Zwischenzeit bin ich Großmutter geworden und will meine Enkelin beim Aufwachsen erleben dürfen.

Es ist eine milde Chemotherapie, alle zwei Wochen. Die Symptome sind mehr oder weniger erträglich.

Es gilt, alles zu koordinieren: Praxisarbeit, Chemotherapie, dreimal die Woche Hyperthermie, den einen oder anderen Arzttermin - ein enormer Kraft- und Zeitaufwand.

Das CT zeigt ein leichtes Wachstum der Lebermetastase, auch erhöhte Tumormarker - alles noch im Toleranzbereich. Dann im Frühsommer 2020 ein weiteres Ansteigen - jetzt über den Toleranzbereich hinaus. Eine zusätzliche, jetzt stärkere Chemotherapie wird angeraten. Ich stimme zu.

Zum ersten Mal verspüre ich Angst vor der Behandlung - wie sich herausstellt, sehr wohl berechtigt.

Ich kann es nicht in Worte fassen, welche Wirkung diese Chemotherapie hatte - es war, als wäre jegliches Leben aus mir gewichen, meine Schritte fanden keinen Boden unter den Füßen mehr. Die Übelkeit war unerträglich. Ich war nicht mehr in meinem Körper, wollte nicht mehr leben. Als es mir nach etwa zehn Tagen etwas besser ging, war meine Entscheidung gefallen: Ich höre auf. Keine, auch keine milde Chemotherapie mehr. Es muss andere

Möglichkeiten geben und wenn nicht, dann geht es eben dem Ende entgegen.

Über eine Bekannte erfahre ich von einem Arzt in Augsburg, der mit einer individuell ausgerichteten Immuntherapie Krebs behandelt. Für mich der absolute Glücksfall – es geht mir mit dieser Behandlung gut, vor allem erlebe ich eine Vitalität, wie ich sie schon lange nicht mehr kenne. Meine Dankbarkeit ist grenzenlos.

Dezember 2021 wieder ein CT – die Lebermetastase ist gewachsen. Es nimmt mich ziemlich mit – ob dies mein letztes Weihnachten ist? Körperlich geht es mir gut.

Soweit der aktuelle Stand. Gute zwei Jahre geschenktes Leben und so Gott will, darf ich noch eine Weile bleiben. Ich tue dafür, was ich kann.

Dies ist stark verkürzt die Geschichte im Außen. Und nun zum inneren Prozess.

Seit Jahrzehnten arbeite ich an mir selbst – an der Transformation traumatischer Erfahrungen von Kindheit an und am Verarbeiten von Schicksalsthemen. Körperliche Krankheiten begleiten mich seit früher Zeit. Ich bin schon einiges gewohnt und auch unerschrocken, „heiße Eisen“ anzugehen. An mir selbst zu arbeiten bin ich auch meiner Arbeit als Therapeutin schuldig – es wirkt sich positiv aus. Wenig ist mir fremd. Und nun Krebs.

Die Konfrontation damit ist existenziell – es heißt, der eigenen Endlichkeit, dem möglichen physischen Tod ins Auge zu schauen. Dies wirklich zu tun, und zwar immer wieder, stellt alles, wirklich alles auf den Prüfstand, was das eigene Leben ausmacht. Der Schlüssel hierfür ist, diese Krankheit und alles, was sie mit sich bringt, anzunehmen, ausnahmslos. Radikales Annehmen nenne ich dies.

Ich sage nicht, dass es leicht ist. Leicht ist es wirklich nicht, aber wirksam. Es hat mir von Anfang an geholfen und tut es noch, mich keinen Moment als Opfer zu fühlen und so geht es mir abgesehen von wenigen und immer sehr kurzen Momenten richtig gut.

Für meine spirituelle Weiterentwicklung war diese Krankheit bisher der größte Lehrmeister und ist es immer noch – jeden Tag. Von nichts kommt nichts – es braucht für mich die tägliche Ausrichtung am frühen Morgen, die Verbundenheit mit der Göttlichen Ebene in mir zu erfahren, zu wissen, dass

ich begleitet, gehalten und all – verbunden bin, was immer auch geschehen möge. Dass ich nicht tiefer fallen kann als in Gottes Herz. Was ich seitdem erlebe? Eine Lebens-Freude, wie ich sie zuvor nicht kannte, eine Kraft, wie ich sie zuvor nicht kannte, grenzenlose Dankbarkeit, Schaffensfreude, die unter anderem auch dieses Buch hervorbringt.

In den folgenden Kapiteln geht es um die Themen, mit denen ich mich in Bezug auf meine Krankheit befasst habe. Im Grunde nichts Neues, nun aber „hautnah“ – Themen, die den „Wandel aus der Kraft des Herzens“ begleitet haben und ihn auch weiter in Bewegung halten. Es geht um den „Wandlungsfaktor“, um Erkenntnisse, Sichtweisen und Verhaltensweisen, die zu neuen Ausrichtungen und auch Entscheidungen führen können, die das eigene Leben umgestalten – im Innen und im Außen.

Bitte seien Sie sich bewusst, dass es sich hierbei um mein Erleben, meine Sichtweisen und meine Konsequenzen handelt, die ich mit Ihnen teilen möchte. Diesem von mir erlebten Prozess liegt geistiges Wissen zugrunde, mit dem ich mich seit vielen Jahren befasse und das für mich durch entsprechende Erfahrungen zur Lebensgrundlage wurde. Und damit verbunden tägliches Praktizieren, denn nur, wenn dies „handfest“ gelebt wird, hat es Wirkung.

Entscheidend ist jedoch, was Sie anspricht und was Ihnen erstrebenswert erscheint für Ihren ganz eigenen Weg.