



SANDRA LOTZ

hört den inneren Ruf!

Sandra hilft Unternehmern und Menschen, die einen inneren Ruf verspüren, dabei, eine neue Klarheit und Tiefe in ihr Business und Leben zu bekommen. Sie arbeitet intuitiv, mit viel Liebe und einem hohen Bewusstsein. Sie ist genauso Diplom-Betriebswirtin und Coach wie spirituelle Lehrerin. In ihrer Arbeit holt sie alles aus Dir raus, was im Moment noch versteckt ist.

Dein persönliches Geschenk – eine individuelle Audio-Botschaft – kannst Du hier anfragen:
www.sandralotz.de/feminess-geschenk

DAS LEBEN BESTEHT AUS WANDEL

Sandra Lotz

FOTO MANUELA ENGELKING

Im April 2017 veränderte sich meine kleine Welt von einer Sekunde zur nächsten: Diagnose Brustkrebs. Mit nur 36 Jahren. Ich stand unter Schock. Niemals hätte ich damit gerechnet, so schwer krank zu sein. Ich war gerade dabei gewesen, meinem Leben eine neue Wendung zu geben. Denn ich spürte schon lange, dass etwas ganz Entscheidendes nicht mehr passte. Die Trennung vom langjährigen Partner lag nicht lange zurück und meinen Bankjob hatte ich auf drei Tage reduziert, um meiner Berufung als Coach für berufliche und persönliche Neuanfänge intensiver nachzugehen. Offensichtlich „reichte“ das noch nicht. Das Leben hatte anderes mit mir vor. Krebs also. Nicht schön.

Was dann passierte, war neu für mich

In der Nacht nach der Diagnose weinte ich mich in den Schlaf. Plötzlich erschien mir eine Stimme. Sie schwebte über mir. Sie sprach zu mir. Sie war sanft und mitfühlend. Und sie sagte: Du erlebst dies, weil du anderen davon berichten sollst. Du sollst den Menschen helfen, noch mehr ihre eigene Wahrheit zu entdecken und zu leben. Du wirst es schaffen. Wochenlang danach befand ich mich in einer Blase des Stillstands. Unfähig zu erfassen, was mir da gerade passierte. Gleichzeitig machte sich in mir eine Kraft breit, die ich so noch nie erlebt hatte. Ich würde leben. Das stand fest. Und ich hatte eine Aufgabe. Der Welt meine Sicht auf die Wahrheit mitzuteilen. Also lernte ich, was es zu lernen gab. Die Zusammenhänge zwischen Körper, Geist und Seele. Was unterdrückte Emotionen mit der Entstehung von Krankheiten zu tun haben. Was die Ursachen für meinen Krebs waren und wie ich diese in mir heilen konnte. Es war nicht einfach, das wäre gelogen. Aber es war echt. Es kam Schicht für Schicht eine Frau zum Vorschein, die ich im Grunde schon immer war. Ich hatte es nur vergessen. Die Erkenntnis trieb mir nicht nur einmal die Tränen in die Augen. Ich wollte wieder die kleine Sandra sein, die ihren Leidenschaften nachgeht und sich von nichts und niemandem beirren lässt. Plötzlich konnte ich wieder mehr Liebe und Mitgefühl in mir entdecken. Der über die Jahrzehnte aufgebaute Schutzpanzer aus Kontrolle und Angst fiel ab. Und es war klar, dass sich was Entscheidendes ändern musste. In die Bank hatte ich nur gepasst, weil ich so lange funktioniert und mich angepasst hatte.

Wenn Du es fühlst, dann spring

Direkt nach Therapieende kündigte ich meine gutbezahlte Stelle in einer Frankfurter Großbank. Die Zeit für Kompromisse war vorbei. Ich würde nun endlich, endlich auf

mein Herz hören. In mir war so eine verdammt große Sehnsucht danach, raus aus der Selbstbegrenzung und rein in die Selbstverwirklichung zu gehen. Ich wusste, dass hier etwas Großes und Wundervolles auf mich wartet. Instinktiv spürte ich auch, dass meine Arbeit als Coach – so erfüllend ich sie auch empfunden hatte – eine Veränderung gebrauchen konnte. Ich wollte persönlicher, näher und auf einer tieferen Ebene mit den Menschen in Verbindung sein. Weg von dem bloßen Einsatz von Coaching-Tools hin zu einer wirklich intuitiven und nachhaltigen Begleitung von Menschen. Bis es dazu kommen konnte, standen mir noch ein paar weitere Schichten zum Ablösen bevor. Obwohl ich mit so viel Liebe dabei war, packte mich irgendwann wieder die alte Angst. Ich ließ zu, dass Online-Marketer und Manifestations-Coaches mir mit ihren unendlich vielen Tipps und Ratschlägen das Hirn vernebelten. Versteh mich nicht falsch, es gibt so viele wundervolle Menschen da draußen, die großartige Arbeit leisten. Aber für mich war es eben nicht das Richtige. Die alte Sehnsucht nach dem „wirklich-ich-selbst-sein“ meldete sich zurück. Also sprang ich erneut und schmiss alles aus meinem gut laufenden Business, was mir beim Ausleben meiner Bestimmung im Weg stand.

Wenn Du wirklich wirken willst, dann sei DU

Eine wichtige Sache habe ich gelernt: Meine Energie entscheidet. Und diese Energie hängt ab von der Liebe und Freude, mit der ich jeden Tag mein Leben und mein Business lebe. Wenn ich zulasse, dass ich für mich „falsch“ unterwegs bin, dann sinkt meine Energie. Und da ich deutlich spüre, dass ich hier eine Aufgabe zu erledigen habe (und Du übrigens auch, liebe Leserin!), will ich das nicht. Also erlaube ich mir seitdem, mein Business und Leben wahrhaftig nach mir auszurichten. Innere Klarheit, meine persönliche Wahrheit, Spiritualität und ein neues Bewusstsein sind wichtig für mich. Und es ist mir eine unendlich große Freude, genau damit andere Menschen tief zu inspirieren. Ich begleite dabei, den eigenen inneren Ruf so auszuleben, dass sich eine größtmögliche Übereinstimmung zwischen Selbstentfaltung und dem Wirken für die Welt einstellt. Meine Kunden sind wie ich Multiplikatoren, die eine Message und eine Aufgabe für andere haben. In diesem Sinne glaube ich ganz fest daran, dass wir noch einiges an Wandel gemeinsam erleben werden. Vergiss bitte nicht: Du bist wichtig dafür. Wir sind alle wichtig.

Deine Sandra