

3 Schlüssel für ein erfülltes Leben als alleingeborener Zwilling und HSP

Prinzipiell geht es bei deinem Heilungsweg als alleingeborener Zwilling (oder Drilling...) zuerst um das **ERKENNEN** und dann um das **ANERKENNEN** dieser Anlage; daraus folgend kann erst **HEILUNG in LIEBE** geschehen, die für mich immer nur **SELBSTHEILUNG** sein kann.



So wie dein Körper über wundervolle Selbstheilungs-Kräfte verfügt, so hat auch dein inneres Kind (und das ist ja der Haupt-Protagonist in diesem Spiel) großartige Fähigkeiten zur Selbstheilung, wenn du es energetisch mit deiner LIEBE nährst und geduldig, nachsichtig und aufmerksam auf seinem Heilungsweg begleitest.

1 – Erkennen

Das Erkennen als erster Schritt kann über verschiedene Wege erfolgen:



~ Über eine **Familienaufstellung** unter guter Leitung, die von diesem Phänomen weiß und daher die selektive Wahrnehmung auch auf den Verlust deines Zwillings oder mehrerer Mehrlinge richtet.

~ Über die **Aura** – aurasichtige Menschen können deinen verlorenen Zwilling in deinem Energiefeld erkennen.

- ~ „Zufällig“ über [Synchronizitäten](#) wie einen Online-Kongress, einen Blog oder andere Informationsträger.
- ~ Über den [Hinweis](#) durch andere Allein-Geborene – etwa ein Buch-Geschenk.
- ~ Über die Identifikation mit [Indizien](#), die für den Verlust deines Geschwisters während der Schwangerschaft sprechen.
- ~ Über die Diagnose mithilfe eines [Horoskopes](#) und/oder [Numeroskopes](#) evtl. in Kombination mit einer [Kartenlegung](#).
- ~ Über die [Chiromantie](#) – gute Handleser erkennen den Verlust deines Geschwisters während der Schwangerschaft in deiner Hand.

2 – Anerkennen

Dieses Anerkennen ist lange nicht so selbstverständlich, wie wir annehmen würden.

So wie nicht wenige HSP sich anfangs (und oft sogar auf Dauer) gegen die Offenbarung ihrer Hochsensibilität / Hochsensitivität wehren, so mache ich immer wieder die Erfahrung, dass Alleingeborene die Tragweite dieses Ur-Traumas längere Zeit negieren und nicht bereit sind, genauer hinzusehen; obwohl sie über einen Großteil der Indizien eindeutig als Halb-Zwillinge oder Drittel-Drillinge erkennbar sind.



Vermutlich gibt es aus Sicht der Seele ein ideales Zeitfenster für diese Offenbarung – daher trachte ich auch danach, nicht zu drängen, wenn ich als Außenstehende die Indizien erkenne, die jeweilige Person aber offenbar noch nicht bereit ist, sich bewusst damit auseinanderzusetzen.

Die Integration dieser Offenbarung braucht dann meist eine ganze Weile und verläuft oft über mehrere Phasen des zuerst nur kurz, dann immer länger und bewusster Hinsehens; ehe diese Tatsache in all ihrer Tragweite tatsächlich anerkannt und angenommen werden kann.

Dann kann Heilung geschehen!

3 – Heilung

Die Heilung braucht aus meiner Erfahrung vorwiegend eines: **SELBSTLIEBE!**



Ohne **SELBSTLIEBE** - möglichst **BEDINGUNGSLOSE LIEBE** - zum eigenen **INNEREN KIND** werden deine Heilungs-Versuche nicht nachhaltig wirksam sein.

Sehr hilfreich finde ich dabei das bewusste – auch mehrmalige – Durchspielen meines **„Bin ich ein alleingeborener Zwilling? – Tests“** in der Art eines „Rendezvous mit dir selbst“.

Denn die tiefgreifenden Aha-Erlebnisse, die du dabei gewinnst, verhelfen dir zu mehr Selbstwertschätzung. Und vielleicht gelingt es dir sogar nach und nach, dich in dich selbst zu verlieben 😊.

Die Beschäftigung mit all diesen Indizien ist auch wesentlich, um bei deiner eingehenden **Lebens-Rückschau** all die meist unzähligen Konsequenzen dieses frühen Verlustes auf deine gesamte Lebensgestaltung wahrzunehmen und zu verstehen.

Aus diesem **Verstehen** kann mit viel Geduld und Nachsicht (vor allem mit dir selbst) **Verständnis** erwachsen.

Aus liebevollem Verständnis kann und soll **Selbstvergebung** und **Selbstversöhnung** resultieren; die gerade für alleingeborene eminent wichtig, aber leider auch meist schwierig ist.

Dabei hilft es auch, dir all die **Geschenke** bewusst zu machen, die diese Anlage neben all ihren Herausforderungen auch bietet.

Im Zuge dieser Lebens-Rückschau zeigen sich meist auch die vielen **frühen Hinweise** auf diese Anlage.



Ich glaube, dass unsere Seele uns immer wieder auf diese Tatsache hinweisen möchte; aber offenbar braucht es den richtigen Augenblick, um auch tatsächlich offen zu sein für diese Offenbarung.

Ganz wesentlich für den Heilungsprozess scheint mir auch der [meditative Kontakt mit dem verlorenen Zwilling](#) zu sein, durch den ich dich in meinem Webinar begleite.

Aber auch der „[Dialog der Hände](#)“ ist enorm wertvoll, um diesen Kontakt aufrechtzuerhalten.



Um Frieden zu finden, ist auch das hawaiianische Vergebungs-Ritual „[Ho'oponopono](#)“ sehr wertvoll. Das ich dir vor allem in der von Bärbel Mohr angebotenen Form der „[doppelten Verständnis-Technik](#)“ empfehle.

Und wenn du diesen Selbstheilungs-Prozess zugleich auch für deine Persönlichkeitsentwicklung nützen möchtest, dann empfehle ich dir „[The Work](#)“ von Byron Katie, um all die [Spiegelungen](#) zu erkennen können, die andere dir bieten.

Da aus meiner Erfahrung Halb-Zwillinge und Drittel-Drillinge zum überwiegenden Teil (wenn nicht alle!) [HSP](#) sind (und zwar sowohl hochsensibel als auch meist hochsensitiv – und oft auch noch hochbegabt und Scanner Persönlichkeiten!), empfehle ich die Auseinandersetzung auch mit diesem Thema über entsprechende Bücher und andere Informations-Wege.



Wenn du dich schutzlos fühlst, empfehle ich dir ein tägliches Ritual mit einem [energetischen Schutz-Symbol](#) (wie einem Lichtkokon, einer großen Seifenblase, einer Lichtsäule...), um dich in der oft allzu rauen Umgebung zu schützen.

Eine weitere sehr hilfreiche Technik zur Lösung energetischer Blockaden ist aus meiner Erfahrung die von Gary Craig entwickelte „EFT“ („Emotional Freedom Technique“).

Da du als alleingeborene HSP besonders stressanfällig bist, empfehle ich dir eine wertvolle Technik zur Stress-Meisterung, die ich als „Abheben und darüber Stehen“ bezeichne. Sie bringt dich rascher wieder in deine innere Mitte.



**Meiner Erfahrung nach
können die meisten von uns
dieses Ur-Trauma selbst in die Heilung bringen.**

Aber wenn du dir dabei dennoch Begleitung durch eine Expertin wünschst, die selbst mit dieser Anlage geboren wurde, dann lege ich dir meine **„7 Schritte in die Selbstliebe“** ans Herz.

Mit diesem Online-Seminar lädst du mich zu dir nach Hause ein; und ich halte für dich persönlich (vielleicht gemeinsam mit einem anderen lieben Menschen) mein Seminar für alleingeborene HSP.

Darin findest du (in **7 Modulen mit 22 Videos, 22 PDF zuzüglich Bonusmaterial**) alle nötigen Informationen sowie hilfreiche und wohltuende Übungen, die dich in deinem Selbstheilungsprozess begleiten und unterstützen.



Dieses Online Seminar hat zahlreiche **Vorteile**:

- * Du musst dafür nicht eigens wegfahren, sondern kannst es in deiner **vertrauten Atmosphäre** genießen.
- * Du **sparst** dir Hotel- und Reisekosten.
- * Und du wirst als HSP mit hoher Empathie in deinem eigenen Heilungsprozess **nicht** so sehr durch die emotionalen Turbulenzen anderer Seminar-Teilnehmer **beeinträchtigt**.
- * Du kannst es in **deinem eigenen Tempo** durchgehen und **Pausen** machen, wo du sie brauchst.
- * Aber auch **rascher** zum nächsten Schritt kommen, wenn du **neugierig** bist.
- * Und vor allem kannst du dir die **Videos, PDF und die Bonus-Audio** so oft zu **Gemüte führen**, wie du möchtest.

Und du wirst sehen, wie wertvoll das ist, weil du bei jedem neuerlichen Ansehen wieder **neu** daraus **profitieren** wirst.



In diesen **„7 Schritten in die Selbstliebe“** zeige ich dir, wie du:

- ein gesundes Selbstwertgefühl aufbaust
- in deine Selbstliebe und Selbstachtung findest
- dich aus deinen Schuldgefühlen befreist
- deine Selbstzweifel auflöst
- dich aus deinen Depressionen befreist
- deine Ängste überwindest
- deinen Stress wirksam meisterst
- die Beobachter-Position einnimmst
- deine Erfolgssabotage erkennst und auflöst
- wertvolle Spiegelungen durch andere erkennst
- deine Körperchemie bewusst lenkst
- dein Lachen und Lächeln wieder findest
- Geben und Nehmen in Ausgleich bringst

- dich energetisch schützt
- dich gegen Übergriffe anderer abgrenzt
- im richtigen Moment „nein“ sagen kannst
- deine Kommunikation harmonisierst
- dein enormes Potenzial erkennst und entfaltest
- dich als Geschenk für diese Welt erkennst



Damit ver helfe ich dir zu:

- mehr Erfolg in deiner beruflichen Selbstverwirklichung
- mit weniger Aufwand durch mehr Effizienz
- mehr Zufriedenheit in allen Lebensbereichen
- einer ausgeglicheneren Work-Life-Balance
- erfüllten und erfüllenden Beziehungen
- mehr Vitalität und Gesundheit für Körper, Geist und Seele
- und einer kontinuierlichen Persönlichkeitsentfaltung

Für nähere Informationen sowie deinen Zugang zu diesem Online Seminar klicke jetzt hier: [„7 Schritte in die Selbstliebe“](#)

Ich wünsche dir einen leichten und nachhaltigen Selbstheilungs-Prozess!

Herzlichst,

Handwritten signature of Michelle Haintz.