

***MEINE
PERSÖNLICHE***

Visionreise

H  MANA



Hallo, du liebe Seele!

Ich möchte dich heute mal teilhaben lassen an den Erfahrungen meines persönlichen Wegs...Ich werde dieses Jahr 30 Jahre alt und ich habe vor mehr als 8 Jahren meine spirituelle Reise bewusst begonnen.

Vorher hatte ich körperliche Beschwerden, wurde immer wieder verletzt in meinen Beziehungen, konnte mich der Freundschaft zu Frauen nicht richtig öffnen, war nie mit mir selbst zufrieden, gestresst und perfektionistisch und hatte Angst, nicht gemocht zu werden.

Der spirituelle Weg, die Unterstützung von Heilern und Mentoren hat mein ganzes Leben verändert.

Visionen waren schon immer ein wichtiger Teil meines Lebens. Ich habe es mir immer erlaubt, zu träumen, seit ich klein bin.

Aber durch die innere Arbeit an meinen Themen und an meiner Energie fühlt sich alles so viel leichter und machbarer an.

Viel Freude beim Lesen,
von Herz zu Herz aus Andalusien!

Caro ✨
✨





1997



STEP 1:

Ich lerne mit 5 Jahren schreiben.

Noch bevor ich in die Schule kamen, wollte ich schreiben können. Ich hatte ein Buch, in dem ich die Buchstaben gelernt habe und konnte es kaum erwarten, in die Schule zu kommen. Ich wollte telefonieren, am Schreibtisch sitzen - vielleicht auch inspiriert durch meinen Papa, der als Anwalt viel Büroarbeit hatte.

Schon in der Grundschule habe ich viele Briefe geschrieben. Wenn ich in den Urlaub gefahren bin, habe ich mich im Hotel erstmal hingesetzt und meiner Oma geschrieben.

Schreiben konnte ich von Anfang an gut, es hat mir Spaß gemacht, ich war schnell und wissbegierig. Es lag mir eben einfach. Und es wurde in der Schule mein Lieblingsfach, auf dem Gymnasium war Deutsch eines meiner drei Leistungskurs-Fächer.

Ich wusste schon als junge Jugendliche, dass ich mal was mit Schreiben machen will später.



2002



STEP 2:

Pferde sind mein Leben.



Neben dem Schreiben haben mich die Pferde schon als Kind fasziniert. Ich bin zu Hause mit vielen Tieren aufgewachsen, aber mein Papa wollte erstmal nicht, dass ich Reiten gehe, weil es ihm zu gefährlich erschien.

Mit 10 habe ich mich dann durchgesetzt und fortan fast jeden Nachmittag im Stall verbracht. Ich habe dort Verantwortungsbewusstsein, Zuverlässigkeit und viel Achtsamkeit gelernt.

Für mich waren die Pferde, das Draußensein, die Leichtigkeit der Natur ein wichtiger Ausgleich zu meinem sonst sehr kopflastigen Dasein.

Ich war immer gut in der Schule und wollte niemanden enttäuschen. Bei den Pferden habe ich mich geborgen und angenommen gefühlt und auch ein Talent ausgelebt.

Ich habe recht früh angefangen, Kindern Reitunterricht zu geben und dort gemerkt, dass die Pferde auch später Teil meines Lebens sein werden, dass sie unglaublich tolle Lehrmeister sind, durch die ich mich stärker fühle.





2006



STEP 3:

Ich will Journalistin werden.

Spätestens mit 14 wusste ich, dass ich mal Journalistin werden möchte. Meine Eltern haben mich nie begrenzt oder belächelt für meine Träume. Mein Motto war immer "Lebe deine Träume, träume nicht dein Leben" und das habe ich auch überall hin geschrieben. Natürlich wusste ich damals nichts übers Manifestieren oder Visualisieren. Kinder und Jugendliche machen ja alles intuitiv, wenn sie nicht gebremst werden.

Ich habe begonnen, für die Lokalzeitung zu schreiben und habe mich so groß gefühlt als Zeitungsreporterin, die mit ihrem Fahrrad, Klemmbrett und Stift in der Tasche, durch die Dörfer fährt und ihr erstes eigenes Geld verdient.

Ich war Teil des Redaktionslebens und der dazu gehörigen Besprechungen und das hat sich alles schon so erwachsen und nach meinem späteren Leben angefühlt.

Ich wollte nur schnell die Schule beenden, um endlich richtig in den Journalismus eintauchen zu können.

Ich habe unbewusst so vieles manifestiert: Ich hatte überall Schreibsachen mit, habe über alles Spannende in meinem Umfeld geschrieben, einen Blog gestartet, Fotos von mir in "Journalisten-Posen" machen lassen und mir mein späteres Leben als "rasende Reporterin" vorgestellt.



2010



STEP 4:

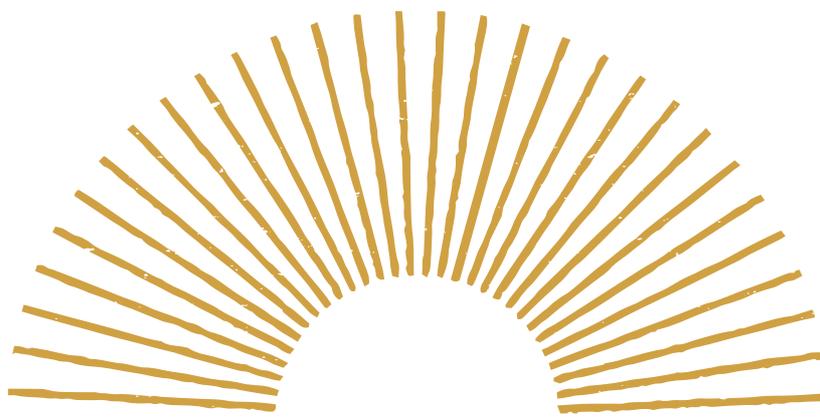
Mein Herz schlägt für Flüchtlings-Themen.



Mit 17 habe ich dann mein Abi gemacht und konnte endlich loslegen mit meinem Studium Online-Journalismus. Dort umgeben zu sein von Gleichgesinnten, ausgezogen von zu Hause, jeden Tag eintauchen in den Journalismus - das war mein absoluter Traum. Ich habe mich nicht nur fachlich sondern vor allem persönlich entwickelt und bin im Zuge der Entwicklungen der Flüchtlingspolitik auf mein absolutes Herzensthema gestoßen: Reportagen über Flüchtlinge in Deutschland.

Ich wollte schon immer emotionale Geschichten erzählen und spannende Menschen porträtieren und war dadurch voll in meinem Element. Ich war viel draußen unterwegs, habe Flüchtlinge kennengelernt, meine Bachelorarbeit darüber geschrieben, erste Videos gedreht, in denen auch ich selbst Polizeigewalt erlebt habe.

Auf einmal war Journalismus nicht mehr nur "schön", sondern vor allem sehr ehrlich und emotional. Mich hat das nicht abgehärtet, sondern noch empathischer gemacht und ich wollte die Menschen unbedingt über das Schicksal von Flüchtlingen aufklären. Das wurde zu meiner Mission. Ich konnte sogar Artikel in großen Zeitungen wie ZEIT online und Süddeutsche Zeitung veröffentlichen und habe mich gehört gefühlt mit meinen Ideen.





2014



STEP 5:

Ich werde Undercover-Reporterin.

Ich war so leidenschaftlich für meinen Beruf und habe das gar nicht rein als Arbeit betrachtet, sondern als einen Herzensauftrag, dass ich immer Chancen gespürt habe. Ich habe mich in einem Netzwerk aus jungen Journalisten weiter gebildet, bin mit anderen durch Deutschland gereist um Redaktionen und Journalisten kennenzulernen - und habe mein großes Vorbild Günter Wallraff kennengelernt.

Günter (heute 79) ist der bekannteste deutsche Enthüllungsjournalist, der sich schon seit über 50 Jahren für die Rechte von Schwarzen, Obdachlosen, Arbeitern und anderen diskriminierten Gruppen einsetzt. Er hat Millionen Bücher verkauft und ist weltweit bekannt mit seiner Arbeit.

Das ist ein Beispiel meines Talents, Chancen zu erkennen und "naiv" zu sein: Ich habe Günter geschrieben und um ein Praktikum bei ihm gebeten, um von ihm zu lernen. Er hat mich ein paar Tage später einfach auf dem Handy angerufen und fortan hatten wir Kontakt.

Er hat mich unterstützt bei meinem ersten Undercover-Einsatz, 3 Monate im Lager von Zalando in Erfurt. Entstanden aus meiner "Naivität" ist eine große RTL-Reportage, die Millionen Zuschauer erreicht und ein riesiges Medien-Echo samt Auftritten in Talkshows für mich ausgelöst hat. Ich habe an seinem Buch mitgeschrieben und eine Festanstellung im begehrten Primetime-Format "RTL Team Wallraff" bekommen.

Dort habe ich 1 Jahr festangestellt und daraufhin als freie Reporterin mit unserer Filmproduktion catamaranfilms mehrere Jahre mit Timo zusammen Themen umgesetzt - undercover in Freizeit- und Tierparks, Seniorenheimen, Behinderteneinrichtungen...

Meine Vision damals war es, in die Fußstapfen von Günter Wallraff zu treten und mein Leben lang für die Rechte von diskriminierten Gruppen zu kämpfen.



2017



STEP 6:

Ich mache meine eigenen Kino-Dokumentarfilme.



Nach ein paar Jahren in diesem Job als Undercover-Reporterin war ich erschöpft und emotional ausgelaugt. Ich war so empathisch und habe so viel gegeben, dass ich mich selbst vergessen habe.

Parallel habe ich begonnen, meinen spirituellen Weg zu gehen. Ich wurde unterstützt von einer Energieheilerin, denn ich hatte auch starke körperliche Probleme: Blasen- und Nierenentzündungen, Schlaflosigkeit, Migräne...

Ich habe bei RTL unter anderem deshalb gekündigt, um mich freier zu fühlen und nicht mehr nur über Missstände zu berichten. Ich habe mich nach mehr Leichtigkeit und Positivität geseht und über die innere Heilarbeit begonnen, an meiner Vergangenheit, der Vergebung für Menschen in meinem Leben und der Ausrichtung meiner Energie zu arbeiten.

Ich wollte auch nicht mehr - wie die Jahre zuvor - rein ARBEIT im Fokus meines Lebens haben. Ich wollte mich wieder fühlen, Bindungen eingehen, reisen, langsam in Richtung Familie denken. Und ich hatte mit meinem Partner schon damals die Idee, eines Tages nach Andalusien auszuwandern.

Ich brauchte eine Pause vom harten Investigativjournalismus, aber ich wollte weiter Geschichten erzählen. Deshalb haben wir dann mit unserer Filmproduktion drei Dokumentarfilme über Wildpferde, die Natur und Spiritualität produziert und ins Kino gebracht. Damit war ich unabhängig, konnte spannende Geschichten erzählen und lernen zu vertrauen, dass ich auch davon leben kann.





2019



STEP 7:

Ich gründe mein spirituelles Herzensprojekt
HOMANA.

Über meine Filme konnte ich als Regisseurin mein spirituelles Know-How einbringen, aber das war mir noch zu wenig. Ich wusste inzwischen so viel in der Spiritualität, habe andere Menschen gecoacht, immer schneller persönliche körperliche und psychische Dinge heilen können, dass in mir der Wunsch wuchs, das größer zu verbreiten.

So habe ich HOMANA gegründet, als ich gerade frisch schwanger war mit meinem Sohn Lion. Den Begriff habe ich entwickelt aus HO für Bereitschaft und MANA für Lebenskraft.

Wenn wir nämlich bereit dazu sind, an unseren inneren Themen und Blockaden zu arbeiten, entfaltet sich eine Kraft, mit der wir jeden unserer Träume wahr machen können. Das war und ist meine Philosophie und das zieht sich durch mein Leben wie ein roter Faden.

Bis zu diesem Zeitpunkt, bereits in den ersten 6 Berufsjahren meines Lebens habe ich alle Erfolge erlebt, die ich mir gewünscht habe: Bekanntheit im Fernsehen, das Erreichen von über 20 Millionen Menschen, erfolgreiche Kinofilme mit Bezug zu Pferden, Kontakte zu vielen bekannten Medienmenschen.

Aber das Außen ist nur ein Ergebnis der inneren Arbeit. Und das der Erfolg von da kommt, aus meinem Inneren, wo so viel passiert ist durch meine Bereitschaft, an mir zu arbeiten - das wollte ich vermitteln.

Mit HOMANA habe ich eine Präsenz auf Social Media aufgebaut, immer mehr Menschen gecoacht, einen Podcast gegründet und parallel an meinem Online-Programm MANA SPIRIT gearbeitet, in dem all mein Wissen und meine Erfahrungen gebündelt auf den Punkt gebracht und greifbar für meine Klienten sind.

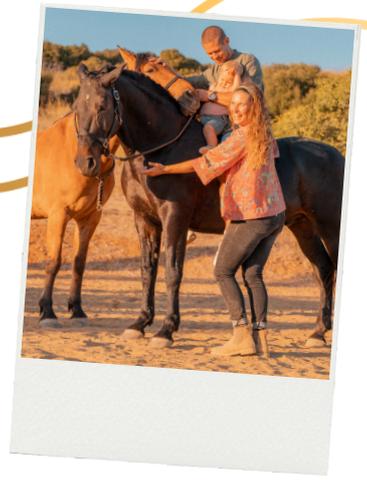


2020



STEP 8:

*Ich wandere mit meiner Familie
nach Andalusien aus.*

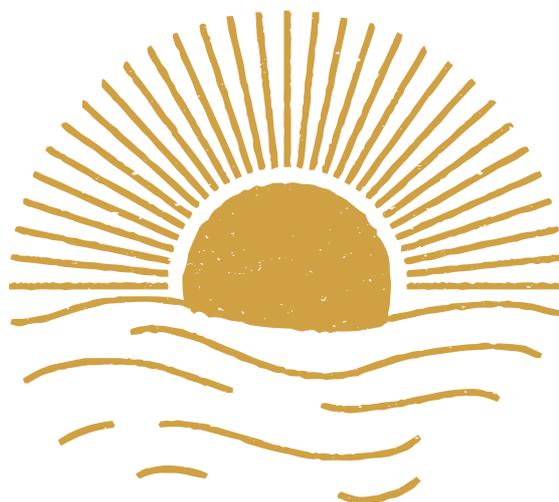


Wo ich in den Jahren zuvor vor allem meine Arbeit in den Vordergrund gestellt habe, ist mit der Geburt meines Sohnes alles mehr ins Gleichgewicht gekommen. Meine Filmprojekte sind absolute Herzensangelegenheiten - inspirierend, positiv und herzöffnend. Ich betreue meinen Sohn gemeinsam mit meinem Partner zu 50:50 und kann viel an HOMANA arbeiten.

Und dann war es auch an der Zeit, einen großen Schritt in Richtung unserer Lebensvision zu gehen: Die Auswanderung nach Andalusien.

Wir haben auf unser Herz gehört und spontan und mutig einen großen Schritt gewagt: Unsere Wohnung mit einem siebenmonatigen Baby in unserer Mitte gekündigt, alles gepackt und mit Pferd und Sachen ein Haus zur Miete in Andalusien gesucht.

Wenn wir den ersten Schritt gehen, fügt sich der Rest von allein - und so haben wir einen passenden Stall in der Nähe eines kleinen Hauses mit Garten gefunden und ein Jahr lang das andalusische Leben erforscht. Und weiter an unseren Projekten gearbeitet, ganz ortsunabhängig.





2021



STEP 9:

*Ich arbeite als spirituelle Mentorin
und Filmemacherin*

Alles ging einander über und hat sich verbunden. Ich konnte immer mehr an meinen HOMANA-Projekten arbeiten, habe viel gecoacht, mich dabei entwickelt und mich selbst weitergebildet und coachen lassen. Die Filme wurden immer spiritueller, denn wir wurden immer mehr verbunden mit spirituellen Kunden, die ihr Leben oder ihr Projekt dokumentieren lassen wollten.

Arbeit und Privatleben waren noch weniger voneinander getrennt, aber auf eine wohltuende Art und Weise - abgesehen von stressigen Zeiten. Wir fanden den Ausgleich immer mehr durch das entschleunigte Leben hier im Süden, die Zeit mit unserem kleinen Sohn, die Pferde gegenüber in den Bergen, das Meer mit Boot in der Nähe...

Und wir durften lernen: Jegliche Ängste lösten sich von allein. Weil wir glücklich waren in unserer Lebenssituation, und dadurch in hoch schwingender Frequenz von Freude, kamen Aufträge, Gelegenheiten und vieles mehr von ganz allein. Geld war kein Problem (mehr).



2022



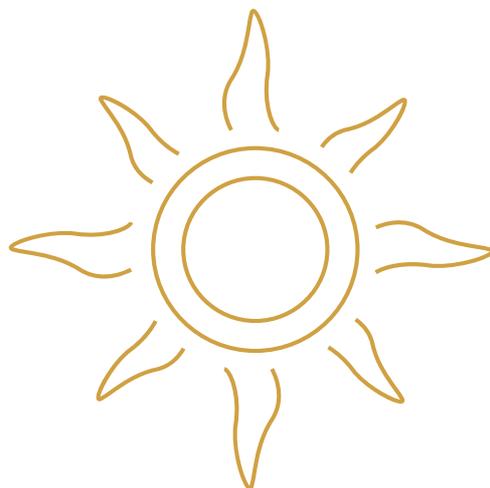
STEP 10:

*Auf unserer eigenen Finca kombiniere ich
Spiritualität, Pferde und Filmemachen.*

Und jetzt, jetzt bin ich angekommen. Hier auf meiner eigenen Finca in Andalusien. Am 22.2.22 wurde unser großer Lebenstraum wahr: Wir sind in unser eigenes Haus gezogen, mitten in den Bergen, 15 Minuten vom Meer entfernt, mit Platz für Gäste auf unserem Grundstück und den Pferden vor der Tür. Alles ist eins geworden.

Auf unserer Finca Suerte kombiniere ich die Leidenschaft mit Pferden, meine Arbeit als spirituelle Mentorin und das Filmemachen: Ich arbeite mit meinen Pferden direkt am Haus und mache eine Ausbildung zur pferdegestützten Coachin. Ich veranstalte mit HOMANA spirituelle Retreats, die 2022 schon fast alles ausgebucht sind. Und ich wirke an Filmen als Regisseurin und Autorin mit, die wir als Filmproduktion catamaranfilms in Auftrag bekommen.

Alles basiert auf meiner spirituellen Lebenseinstellung und alles geht ineinander über. Ich habe nicht nur eine Berufsbezeichnung und halte mich daran auch nicht mehr fest. Ich lebe meine Talente vielseitig aus, aber schaue vor allem, dass es sich gut anfühlt und ich mit Leichtigkeit geben kann.





MEIN SUPPORT

für dich!

Ich freue mich, wenn ich dich mit diesem ePaper inspirieren und Impulse setzen durfte. Wenn du Fragen hast, melde dich gern jederzeit über Instagram oder per Mail.

Lasse dich von mir außerdem unterstützen durch:

- ... täglichen Mehrwert in Stories & Posts auf Instagram (homana_vision)
- ... meinen Podcast "HOMANA - Lebe deine Vision"
- ... HOMANA Retreats in Andalusien
- ... ePaper und Online-Workshops zum Thema Vision, Selbstliebe, Fülle, Persönlichkeitsentwicklung (auf ho-mana.com/shop)

*Alles Liebe,
Caro*



IMPRESSUM

© 2023 Caro Lenzion

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.

Sämtliche, auch auszugsweise
Verwertungen bleiben vorbehalten.

Kontakt: info@ho-mana.com