

Heilimpuls Mini-Visionssuche:

Nimm Dir mindestens zwei Stunden Zeit, je mehr umso besser. Es kann auch ein ganzer Tag sein. Suche einen Ort in der Natur auf, wo du Dich ganz einlassen kannst. Handy lässt Du am besten zu Hause, jegliche Störfaktoren schaltest Du aus. Nimm passende Kleider, eine Sitz- oder Liegeunterlage mit, genug zu trinken, wenn nötig etwas wenig zum Knabbern.

Nimm Dein Anliegen oder Deine Frage in Dein Herz. Vielleicht notierst Du sie Dir. Bei einer für Dich passenden Stelle bezeichne eine Schwelle, über die du gehst. Das kann ein Stock, ein markanter Stein, Pflanze oder Baum sein. Da beginnt für Dich der **'Magische Raum'**. **Erinnere Dich nochmals an Dein Anliegen und dann lasse es ganz los!** Bitte erst um Einlass und Unterstützung von Mutter Natur. Folge der Richtung, die Dich anzieht. Bleibe, wo es Dir gefällt, gehe weiter, wenn Du es spürst. Kein Zeitdruck. Keine sportliche Leistung. Alles was dir darin begegnet, vor allem, was dir dabei besonders auffällt, spiegelt dir etwas. Ein welches Blatt kann genauso wichtig sein, wie ein Tier, das Dir begegnet oder ein Baum oder ein Stein der Dich besonders anzieht. Lasse Dich ein, ohne Vorstellung und Erwartung. Wenn Dir jemand begegnet beachte ihn möglichst nicht. **Du bist unsichtbar;)** Es geht darum, dass Du ganz bei Dir bleiben kannst. Achte auf Deine Gefühle, Gedanke, eine Erkenntnis. Beobachte einfach, bewerte nicht. Auch die Bewegung in den Elementen, Wetter, Wind beobachte. Lass Dich ein. Am Besten, wenn Du Dir keine Zeiteinschränkung machst. Vielleicht will etwas mitgenommen werden. Vielleicht gestaltest du dir etwas aus Naturmaterial. **Lasse Dich meditativ darauf ein.** Wenn die Zeit um ist oder nach deinem Gefühl, gehe den gleichen Weg wieder zurück. Bei der Schwelle bedanke Dich bei der Natur und ihren Wesen und verlasse bewusst den magischen Raum.

Bleibe noch einige Zeit bei Dir, kein Kontakt mit Menschen. Reflektiere, was Dir begegnet ist. Du kannst es auch aufschreiben. Fühle, ob sich was verändert hat, wie es Dir jetzt geht. Es kann sein, dass Du einfach nur die Ruhe genossen hast und nichts weiter erlebt hast. Alles ist richtig.

Ich wünsch dir eine heilsame Begegnung mit Dir selbst und freue mich, wenn Du Deine Erfahrung mit mir teilen magst.

Beginne mit einfachen Themen. Für grössere Anliegen und tiefere Lebensfragen empfehle ich Dir eine erfahrene Begleitung! Gerne unterstütze ich Dich!