



Kinderseele sein - Eine entspannende Meditation

Finde einen Raum, in dem du ungestört ganz bei dir sein kannst. Sorge gut für dich. Mache es dir kuschelig und gemütlich. So, wie du es als Kind am liebsten hattest.

.....

Nimm ein paar tiefe Atemzüge, und fühle, wie sich dein Körper entspannt.

.....

Schließe deine Augen, und spüre in dein Herz.

.....

Dort gibt es einen Raum, in dem du immer noch Kind bist. In diesen Raum kannst du nun die Engel einladen, damit sie ihn mit Licht und Liebe erfüllen. Dieser Raum ist ein Schlaraffenland voller schönster Möglichkeiten, ganz und gar Kind zu sein!

.....

Tauche ein in die Welt deiner Kinderseele.

.....

Was hast du dir immer schon gewünscht? Was wolltest du als Kind erleben und besitzen? Mit wem wolltest du spielen? Wo wolltest du leben?

.....

Tauche ein in deine eigene Wahrheit. Lebe deine Träume aus im Raum deines inneren

