

Dein Tagebuch zur Meditations- Challenge

Tag 13: Chakren- Meditation – Dein Stirn- Chakra

Das Auge sieht nur,
was der Geist bereit ist zu verstehen.

(H.-L-Bergson)

Reflexion in Deinem Tagebuch:

1. Wie fühlst du dich nach dieser Meditation?
2. Auf welchem Wege teilt Dir Dein Körper seine Intuitionen mit?
3. Hast Du schon einmal auf Deine Intuition gehört? Was ist dabei herausgekommen?
4. Beschreibe bitte, wie es ist, wenn Du eine tiefe Verbindung zu Deiner eigenen Seele verspürst. Wie fühlt sich das an?
Wodurch sind die Momente, in denen Du Dir selbst ganz nahe bist, gekennzeichnet?