



Wunschgefühle-Seelenziele

Wie willst du dich fühlen

Kernprozess!

6.5 Bereich Spiritualität

Seele, inneres Selbst, wahres Selbst, höheres Selbst, deine Wahrheit, dein Glauben, Vertrauen, spirituelle Praxis.

Im Bereich deiner Spiritualität, deines wahren Selbst, du als eine Seele, du als verkörperte Energie, wie willst du dich fühlen, dein wahres Selbst zu sein?

Wenn du jetzt an einem Ort bist, an dem du die Augen schließen kannst und ein paar tiefe Atemzüge nehmen kannst, dann folge diesem Impuls. Und lass warmes goldgelbes Licht hineinströmen von oben über deinem Scheitel bis hinab zur Wurzel und durch die Beine in die Erde. Und stell dir vor, wie dieses warme, goldgelbe Licht sich in alle Zellen ausbreitet.

Wie willst du dich fühlen, wenn du dein Höheres-Selbst bist?

Wie würde es sich anfühlen, zu wissen, wer du wirklich bist?

Wie würde es sich anfühlen, zu wissen wer du warst, bevor du geboren wurdest?

Wie würde es sich anfühlen, dich selbst komplett zu lieben, grenzenlos und frei?

Wie fühlt sich Befreiung an?

Wer bist du, wenn du still bist?

Wunschgefühle-Seelenziele

Wie willst du dich fühlen



Wenn du negative Assoziationen mit Stille hast, was ist das Gegenteil dieser negativen Assoziationen?

Wenn es sich gut und wundervoll anfühlt, still zu sein, wie würdest du es beschreiben?

Wie fühlt sich Ausdehnung an?

Wie würde es sich anfühlen ein sich immerzu ausdehnendes Wesen zu sein?

Wie fühlt es sich an, wenn du hellwach bist?

Wie fühlt es sich an, wenn du dich klar fühlst?

Wie fühlt sich dein Körper an, wenn dein Kopf klar ist?

Richte deinen Fokus zu deinem Herzzentrum.

Stell dir vor, wie warmes, goldgelbes Licht von oben in dein Herzzentrum fließt.

Stell dir vor, wie du in dein Herzzentrum wie hineinkletterst.

Wie fühlt es sich an?

Wunschgefühle-Seelenziele

Wie willst du dich fühlen



Dehne dich in deinem Herzzentrum aus. Wie fühlt sich das an?

Leg dich in deinem Herzzentrum hin. Wie fühlt sich das an?

Nun lass das Licht aus deinem Herzzentrum hinausfließen. Wie fühlt es sich an, das zu tun?

Nun kannst du das Licht, welches du in deinem Körper eingesammelt hast auf deine Vergangenheit scheinen lassen. Lass uns in deine Vergangenheit schauen:

Wann hast du dich am befreitesten, am meisten frei, am meisten wie du selbst gefühlt?

Wie würde es sich anfühlen, präsent zu sein, wenn du anderen zuhörst?

Wie würde es sich anfühlen, präsent zu sein, wenn du um das bittest, was du brauchst?

Nun richten wir den Fokus auf die Außenwelt:

Wofür möchtest du bekannt sein (1-2 Dinge)?

Wie würde es sich anfühlen, dafür bekannt zu sein, dafür verehrt zu werden?

Wunschgefühle-Seelenziele

Wie willst du dich fühlen



Bitte schreibe das erste Wort auf, was dir einfällt, wenn du die folgenden Fragen hörst:

Wie willst du dich in deinem Verstand fühlen?

Wie willst du dich in deinem Körper fühlen?

Wie willst du dich in deiner Spiritualität fühlen?

Wie willst du dich in deinem Herzen fühlen?

Im Bereich deiner Spiritualität, wie willst du dich am liebsten fühlen?