

Übung

Lieblingsort

Nimm' Dir Dein schönes Buch und beschreibe Deinen Lieblingsort so genau wie möglich.

Wie sieht es dort aus?

Wie riecht es dort?

Was hörst Du?

Wie fühlt sich die Erde an? Ist es Wiese, Laub, Moos, Sand?

Kennst Du den Ort physisch oder ist es Dein Ort auf der Energieebene?

Gibt es Tiere, Pflanzen, Berge, Bäume, Wege, Wiesen, Straßen, Blumen - und wenn ja, welche?

Wo sitzt Du dort? und wie ist es, wenn Du Dich umdrehst?

Wie ist das Licht?

Wo fallen Schatten?

etc.

Lass' Dir Zeit und beschreibe es so genau wie möglich! Du erweckst Deinen Ort so zum Leben, je mehr Energie Dein Ort von Dir bekommt, desto mehr ist er aufgeladen und dient Dir als Ruhepol und Anker in Deinem Leben.

Viel Spaß ❤️