

Übung „Seelenstadt“

Im Mitgliederbereich findet du das **Video** zu dieser Übung. Diese Übung ist freiwillig.

Diese Übung kann dich dabei unterstützen

- deine Kontrolle loszulassen
- mehr ins Fließen zu kommen
- deine Fantasie anzuregen
- dich zu entspannen

Reflexionsfragen:

1. Wie ging es dir im Malprozess?
2. Wie nimmst du deine Seelenstadt wahr?
3. Wie fühlt es sich an durch deine Seelenstadt zu gehen?
4. Was gibt es alles zu entdecken?

Platz für deine Gedanken:



VIDEO