



Memo für das meditative Gehen

für die Meditation Seite 99

Eine Situation, in der ich mich mit dem Leben um mich herum nicht mehr im Einklang fühle:

.....
.....
.....

Meine Frage zu der Situation (mögliche Fragen könnten zum Beispiel sein: Wie kann ich mein Gleichgewicht wiederfinden? Wie kann meine Energie wieder frei fließen?):

.....
.....
.....

Erste gewählte ENGELKARTE (als Hilfe, um herauszufinden, was in der Situation fehlt, wie es zu dem Ungleichgewicht gekommen ist und was ich daraus lernen kann):

.....

Zweite gewählte ENGELKARTE (als Hilfe, um den tieferen Sinn des momentanen Prozesses besser verstehen zu können):

.....

Was antwortet die Natur bzw. die Umgebung? Welcher tiefere Rhythmus versucht sich zu zeigen, und wie kann ich am besten mit ihm mitgehen?

.....

.....

.....

Gedanken, Einsichten u. a. m.:

.....

.....