

*Natur ~ Talent **

Naturerfahrung Transformation

~ * ein Glücks-Kurs * ~

Lebens – Säule

Naturell: Körper~Seele **Kommunikation:** Geist~Psyche **Bewusstsein:** Motivation~Energie

Glücks-Instinkte

Gemeinschaft ~ Beachtung ~ Erhaltung ~ Sicherheit ~ Autonomie ~ Autorität ~ Entwicklung

Gemeinschaft - Familie

Sprechen *dabei sein*
ausgegrenzt isoliert

Beachtung - Beziehung

Riechen *beachtet sein*
missachtet entwürdigt

Erhaltung - Ernährung

Schmecken *versorgt sein*
mangeln hungern dursten

Sicherheit - Schutz

Sehen *geborgen sein*
bedroht gefährdet

Autonomie - Freiheit

Hören *offen sein*
begrenzt gefangen

Autorität - Macht

Tasten *anerkannt sein*
entwürdigt unterworfen

Entwicklung – Sex

Spüren *zufrieden sein*
unterdrückt kastriert

Was ist Sinn des Lebens? Alles zu tun um glücklich zu sein

Meditationsschritte

Vorstellen ~ Vertrauen ~ Multivision ~ Aktiverleben ~ Verinnerlichen ~ Denken ~ Atmen

Weg zur Meisterung des Glücks

*Selbsterkenntnis - emotionale Freiheit - Aufmerksamkeitserweiterung - Gedankenumformung
- Vermehrung innerer Kraft - Machtgewinn Autorität - Flexibilität innere Rücksprache*