

In Verbindung sein



Die Verbindung/der Kontakt zu sich selbst.

Kenne ich meine Bedürfnisse, meine Talente, meine Grenzen, meine Schatten, meine Kraft?

Wer bin ich, wenn ich meine Rollen beiseitelege?



Die Verbindung mit anderen Menschen.

Wir Menschen sind soziale Wesen und brauchen einander für ein glückliches Leben.

Liebe ich?

Kann ich Verantwortung tragen?

Kenne ich mein ‚Maß‘ an Nähe und alleine sein?

Wie kommuniziere ich?



Die Verbindung mit der Natur.

Fühle ich mich mit der Natur verbunden?

Kann ich spüren, dass auch ich Natur bin?

Kann ich der Stille lauschen und selbst still werden?



Die Verbindung mit etwas Größerem

(Gott, Mutter Erde, Buddha, Göttin, Jesus, Höheres Selbst, ...)

Kenne ich Hingabe und Vertrauen an etwas Übergeordnetes und die Kraft die daraus entstehen kann?