

Dyad Meditation

Stimme deiner Essenz

ZEUGIN

1. ÜBERMITTLE DIE FRAGE

2. DU HÖRST MIT OFFENEM HERZEN UND STILLEM GEIST, BIETEST PRÄSENZ OHNE INTERAKTION ODER ANTWORT AUF, WAS GETEILT WIRD. MIT OFFENEN AUGEN SCHAUST DU AUF DEINE PARTNERIN

3. DER TIMER ZEIGT, WANN DIE 5 MINUTEN VORÜBER SIND. WENN DER TIMER STOPPT ODER DER SATZ BEENDET IST, SAGST DU "DANKE"

4. IHR TAUSCHT ROLLEN UND DU BEREITEST DICH VOR DIE FRAGE AUFZUNEHMEN

ERFORSCHERIN

1. NIMM DIE FRAGE MIT DEINEM GANZEN KÖRPER AUF

2. DU SPÜRST IN DIE FRAGE, BEOBACHTEST DEINE INNERE ERFAHRUNG UND TEILST, WAS IN DIR LEBENDIG IST, ALS ERGEBNIS DEINER ÜBERPRÜFUNG. DEINE AUGEN SIND JE NACH PRÄFERENZ GEÖFFNET ODER GESCHLOSSEN

3. WENN DER TIMER ERTÖNT BEENDEST DU DEN SATZ ODER HÖRST EINFACH AUF ZU SPRECHEN UND BEDANKST DICH BEI DEINEM PARTNER

4. IHR TAUSCHT ROLLEN UND DU BEREITEST DICH VOR DIE FRAGE ZU ÜBERMITTELN

Lebendig, verwurzelt und
genährt durchs Leben mit Andie & GFK.

