

## **Auszeit - Eine Traumreise zu Ihrem persönlichen Kraftort**

Diese Traumreise lädt Sie ein, eine Auszeit vom Trubel des Alltags zu nehmen und sich an Ihren persönlichen Kraftort zu begeben. Dazu braucht es keinen besonderen Anlass, sondern nur den Wunsch oder das Bedürfnis, sich für eine bestimmte Zeit von äußeren Einflüssen abzuschirmen und den Signalen aus Ihrem Inneren zu folgen.



Zunächst werden Sie mit einer Entspannungssequenz dazu eingeladen, Ihren Körper wahrzunehmen und Schritt für Schritt zu entspannen. So eingestimmt begeben Sie sich auf die Reise zu Ihrem persönlichen Kraftort. Jeder Mensch trägt die Möglichkeit zum Kontakt mit diesem Ort in sich. Möglicherweise haben Sie dies schon einmal ganz real an einem Ort in der Natur erfahren. Vielleicht haben Ihnen auch Ihre Traumbilder einen solchen Platz gezeigt. Oder Sie finden ihn nun spontan durch meine Anregungen zu dieser Reise.

Ich lade Sie dazu ein, Ihren Kraftort mit all Ihren Sinnen wahrzunehmen und sich mit seiner Essenz tief zu verbinden. Der Zustand, in den Sie durch diese Verbindung gelangen, nährt Sie in Ihrem Kern wie eine Quelle. Er zeigt Ihnen etwas von Ihrer ureigenen Essenz, die ganz unbeeindruckt von

Alltagsereignissen und Stress in Ihnen lebt.

Sie können die Erfahrung dieser Verbindung auf vielfältige Art nutzen. Vielleicht mögen Sie sich einfach entspannen, ausruhen, auf die Nachtruhe einstimmen. Oder Sie mögen sich vor einem wichtigen Ereignis, einem besonderen Gespräch oder einer Rede vor Publikum mit Ihrer Kraftquelle verbinden. Die Wahl liegt ganz bei Ihnen.

Ich freue mich darauf, Ihre Reisebegleiterin sein zu dürfen.

Sylvia Gennermann

Preis: 15 € (+ 1,45 € Porto)