



# Raum der Wünsche





1.

## *Einstecken und Danke Körper*

Steck dich in die Universumsenergie ein und schau einmal was genau dein Körper gerade machen möchte? Will Dein Körper spazieren, liegen, sitzen, was essen, was trinken? Wenn ja mache es jetzt. Wo will dein Körper vielleicht berührt werden? Spür mal rein, wo genau du die Hände hinlegen möchtest, am besten dort, wo du spürst mehr Energie zu wollen.

Lass die Universumsenergie vollkommen durch deinen Körper fließen, auch wenn du liegen möchtest, nimm wahr wie selbst deine Füße an Energie abstrahlen. Als würden kleine Lichtwurzeln aus deinen Füßen rauswachsen. Die schöne Universumsenergie fließt einfach ganz wunderbar durch dich durch. Und nimm mal wahr, was genau du gerade brauchst. Was ist das, wovon du einfach mehr in deinem Leben haben möchtest?

Und das packst du dann oben in die Energie, die durch deinen Scheitel durchfließt, rein. Einfach ein bisschen mehr Spaß, mehr Leichtigkeit, mehr Freude, Entspannung, Friede, Liebe - einfach was immer du gerade haben möchtest.

Und schau auch welche Farbe haben diese Dinge bei dir?

Welche Farbe hat zum Beispiel die Liebe bei dir, wenn diese oben in deinen Körper zugefügt wird? Welche Farbe hat Liebe?

Spür mal rein, was es bei dir ist und füge es der Universumsenergie dazu. Und dann genieße es einfach.

Und dann dankst du deinem Körper. So richtig schön ausführlich und voller Wertschätzung. Und umso mehr wir uns bei unserem Körper bedanken und ihn feiern, umso mehr kommt es zurück.

Jetzt schau noch einmal was genau dein Körper gerade machen möchte? Und dann mach genau das.

## 2.

## Raum der Wünsche betreten

Wir machen jetzt den Raum der Wünsche, für das was kommt. Such dir das Thema aus was du angehen möchtest und nimm wahr was sich dir so zeigt. Im Raum der Wünsche ist, ist alles möglich.

Nun lass vor deinem gedanklichen Auge eine Tür oder ein Tor erscheinen. Schau es genau an. Wie sieht es aus? Dunkel? Hell? Neu, oder ganz alt? Wie sieht dein Tor aus?

Und jetzt schau, ob du dein Tor öffnen kannst, um hindurch zu gehen. Wenn es klein ist, dann schlüpfst du einfach durch, wenn es riesig ist, dann gehe dadurch und schau mal was dein Energiefeld dir jetzt gerade zeigt.

Es kann sein, dass du einen Raum betrittst oder dich irgendwo draußen befindest. Manchmal ist es auch so, dass alles dunkel ist und du gar nichts siehst und merkst.

Welche Farben siehst du? Ist es dort wo du bist gerade ruhig? Oder ist es sehr laut? Nimm wahr, was immer du jetzt siehst oder riechst oder fühlst, ohne es zu bewerten. Es ist einfach das was es ist. Du musst nichts wissen, um dein Energiefeld zu verändern.

*Und wenn du etwas wahrnimmst, dann frag wieder: "Was ist hier zu tun?"  
Nimm die Impulse wahr und wenn möglich, setze sie mit deiner Gedankenkraft um und schau was sich dir als nächstes zeigt. Versuche nicht zu bewerten, ob es in dem Moment für dich Sinn macht oder du das Gefühl hast, du denkst dir etwas aus. Folge den Impulsen trotzdem und beobachte, ob sich vor deinem geistigen Auge etwas verändert. Und dann frag wieder: "Was ist hier zu tun?"*

Wiederhole dies bis du das Gefühl hast, dass nun nichts mehr zu tun ist. Und dann geh langsam zurück zu deinem Tor.

Schau noch einmal zurück und frage ein letztes mal, ob noch etwas zu tun ist, bevor du den Raum verlässt. Und dann geht einfach durch das Tor wieder raus und schliesse es.



## Was tun, wenn...

?

*... du deinen dein Tor nicht öffnen kannst?*

Senke die Barrieren und frage einfach mal rein: "Was ist hier zu tun?"

Manchmal musst du vielleicht erst noch "den Weg zum Tor freiräumen" oder das Tor "anmalen", um durchzutreten. Alles ist möglich. Lass dir Zeit und nimm wahr.

?

*... dir keine Impulse kommen was zu tun ist?*

Manchmal darfst du Menschen hinzufügen. Vielleicht Menschen, die du kennst, oder welche die du gar nicht kennst. Manchmal sind es auch Fabelwesen wie Elfen, Engel oder Kobolde. Frag mal, ob du etwas zufügen sollst und was für ein Gefühl es in dir auslöst.

Es kann auch sein, dass Geräusche, Düfte oder Gefühle zugefügt werden sollen. Welche sind es? Spüre rein und dann füge diese Dinge hinzu.

Genauso gut kann es sein, dass Dinge (wieder) entfernt werden sollen. Geht hier genau gleich vor. Spüre rein und nimm diese Dinge wieder raus.

*Und frag zwischendurch immer wieder rein: "Was ist jetzt hier zu tun?"*