

## Entdecke deine Weise Innere Welt

Herzlich willkommen zu diesem Erlebnisreichen Videokurs.

Ja, dieser Kurs ist wie ein Abenteuerland, dein Inneres Abenteuerland. Du wirst dort Schätze und Möglichkeiten in dir entdecken, von denen viele noch nichts gehört oder erfahren haben. Doch wenn diese Welt einem erst einmal erschlossen ist, dann steht einem die Welt offen.

Wie du siehst, es ist wieder von innen nach außen. Das ist der Weg der Wege. Und ja, es wird so oft gesagt, doch wer führt die Menschen wirklich dorthin? Wer gibt ihnen die Tools, damit sie sich selbst helfen können? Ganz wenige. Noch immer ist in den Köpfen von so vielen: "Wenn ich das jetzt weitergebe, dann werde ich überflüssig, dann brauchen mich meine Klienten nicht mehr. Ich soll doch aufstockend verkaufen!" das sind Sätze aus dem alten Sein. Das brauchst du nicht mehr. Diese Tools weiter zu geben, ist eine Aufgabe für dich in der Brückenzeit. Du wirst bei dir selbst immer mehr Türen öffnen, damit dein ganzes Sein zum Vorschein kommen kann. Das ist jetzt eines von deinen Gaben, Menschen den Weg in dieses Neue mitzugestalten. Danach wirst du etwas anderes machen dürfen. Das bringt sich weiter zu entwickeln mit sich! Angst vor Mangel zeigt nur, dass da noch etwas ist, was aufgelöst sein möchte.

Ich öffne dir die Tür zu deiner inneren Welt. Es gibt dort viele Plätze und Innere Helfer die dich unterstützen.



Bevor du in deine Innere Welt einsteigst, ist es hilfreich, dir ein Anfangsritual auszudenken. Das kann eine Farbfolge sein, ein Code Wort oder ein Geräusch. So weiß mit der Zeit dein Verstand, dass er jetzt eine Pause hat und dein Inneres weiß, das du jetzt Kontakt mit ihm aufnehmen möchtest.

## Deine Inneren Orte

### dein Innerer Kraft-Ort

Dieser Ort ist dafür da, dass du wieder Kraft bekommst. Egal wofür du neue Energie benötigst, komme hierher, lasse alles von dir abfallen und kräftige dich von inneren heraus.

Im Anhang findest du die schriftliche Ausführung des Inneren Kraft-Ortes, so dass du ihn direkt mit deinen Klienten einrichten kannst.

### dein Innerer Wellness-Ort

An diesem Ort ist Entspannung pur angesagt. Lasse dich in deinem Inneren verwöhnen. So kannst du dir zu jeder Zeit eine Auszeit vom Alltag schnell und direkt in dir nehmen und dich verwöhnen.

Auch hier ist die schriftliche Form des Inneren Wellness-Ortes zur direkten Anwendung im Anhang hinzugefügt.

## Deine Inneren Helfer

### 1) dein Innerer Heiler

Diesen Inneren Anteil muss jeder haben. Er ist so wertvoll und unersetzlich. Beziehe ihn in dein tägliches Leben mit ein. Ob es bezüglich eines

- \* Körpersymptomes ist
- \* was dir gerade gut tut, wie Wärme oder Kälte, Bewegung oder Ruhe
- \* ob du ein Lebensmittel verträgst oder nicht

Das alles kannst du ihn fragen. Binde ihn mit in deinen Alltag ein. Frage ihn was deinem Körper gut tut.

### 2) deine Innere Frau

Deine Innere Frau ist wichtig, egal ob du ein Mann bist oder eine Frau. Wir haben beides in uns. Und es ist wichtig, dass beide sich ausleben können und in ihre Stärke kommen. Die weibliche Energie umfasst:

- \* Kreativität

- \* Annehmen
- \* Hingabe
- \* Die Weichheit
- \* Urvertrauen
- \* Intuition
- \* Gemeinschaft
- \* Genießen und entspannen
- \* Heilen
- \* Mitgefühl
- \* Geduld

### 3) dein Innerer Mann

Für ihn gilt das gleiche wie für die Innere Frau. Die männliche Energie umfasst:

- \* Machen
- \* Logisches Denken
- \* Aktiv sein
- \* Geben
- \* Entscheiden
- \* Kontrollieren
- \* Strukturieren
- \* Fokussieren
- \* Kraft
- \* Macht

Beobachte dich, und siehe dadurch, welche Anteile in dir sehr stark ausgeprägt sind, und welche vielleicht noch Unterstützung benötigen. Versuche, die männliche und die weibliche Energie in Ausgleich in dir zu bringen, indem du alle Energien auslebst. Denn es ist nicht förderlich nur die männliche oder nur die weibliche Seite auszuleben. Beides bedingt das andere.

#### 4) dein Innerer Kreativer

Jeder Mensch hat eine kreative Ader, hast du deine schon gefunden? Lebst du sie? Kreativität ist so befreiend und heilend, solltest du nicht wissen, was für eine Kreativität in dir schlummert, dann befrage deinen Kreativer. Du kannst ihn auch um Hilfe bitten, wenn etwas eine spritzige Note benötigt, etwas außergewöhnliches.

#### 5) dein Innerer Wissener

Der „Streber“ im Innern 😊. Es ist toll, wenn man sein Inneres Wissen „anzapfen“ kann. Nutze diese Wissensquelle für dich.

#### 6) dein Innerer Kommunikationssprecher

Deinen Kommunikationssprecher kannst du für jedes Video was du aufnehmen möchtest mit einbeziehen. Bitte ihn, dir die richtigen Worte zu geben. Das kannst du auch vor jeder Besprechung oder schwierigen Gesprächen machen.

#### 7) dein Innerer Erwachsener

Dieser Innerer Helfer ist noch nicht so bekannt, doch dabei kann er so hilfreich und unterstützend sein. Immer dann, wenn du dich sprachlos und hilflos in einer Situation fühlst, dann bitte ihn die Unterhaltung oder die Reaktion zu übernehmen.

#### 8) dein Innerer Wortgeber

Wie oft fehlen einem die „richtigen Worte“? Genau in dem Moment, sprich ihn an und bitte ihn, dir die richtigen Worte zu geben. Oder wenn du etwas formulieren möchtest, und dir fällt nicht das passende Wort ein.

#### 9) deine Innere Kriegerin

Viele Wörter sind negativ behaftet, damit wir nicht in unsere Kraft kommen. Wer seine Innere Kriegerin entfacht, der kann für sich einstehen. Der „kämpft“ für seine Ziele. Nimm zu deiner Inneren Kriegerin Kontakt auf und bitte sie dich bei deiner Zielerreichung zu unterstützen. Die Kriegerenergie ist auch gut um voran zu kommen und durch etwas hindurch zu gehen. Es einfach machen was dran ist. Schrei wie eine Kriegerin. Mach es trotzdem! Trotz Bedenken und Angst! Bei jedem Mal, wo eine innere Stimme dagegen spricht, oder dich zurückhalten will, dann hole deine Kriegerenergie heraus und sage: „Ich schaffe alles was ich will!“

#### 10) deinen Inneren Magier

Zu ihm kannst du Kontakt aufnehmen, wenn du deine spirituellen Fähigkeiten entdecken oder ausbauen möchtest. Der Innere Magier kriecht mit Leichtigkeit. Nutze die Vorstellungskraft um die Dinge einfacher in dein Leben zu ziehen. Es ist schon alles da. Alles ist möglich...glaube...setze die richtige Intention ...handele als sei es schon da.

### 11) dein Innerer Perfektionist

Auch dieses Wort wird oft verpönt, dabei ist es hilfreich und gut etwas perfekt zu machen. Wie wäre es, wenn ein Elektriker nicht perfekt arbeiten würde? Wie wäre es, wenn ständig die Sicherungen heraus springen würden? Und das ist nur ein harmloses Beispiel. Lasse deinen Inneren Perfektionisten doch einfach mal über etwas drüber schauen was du gemacht hast und bitte ihn, wenn etwas besser oder einfacher zu machen geht, es dir mitzuteilen.

### 12) dein Innerer Wertschätzer

So ein wichtiger Innerer Anteil. Er kann dir beibringen dich selbst wertzuschätzen. Vielen Menschen fällt es schwer sich Selbst Wert zu Schätzen, denn dort ist auch wieder ein leichter bitterer Beigeschmack von „Eitelkeit“ dabei. Es ist jedoch so wichtig sich selbst zu schätzen, denn dann bekommt man das auch von anderen. Vor allem ist Wertschätzung heilend. Rede mit deinem Körper und schätze ihn wert, für alles was er dir den ganzen Tag schenkt. Wie reagiert er darauf?

### 13) dein Innerer Beschützer

Es gibt immer wieder mal eine Situation wo man sich unsicher und unwohl fühlt. Bitte in dem Moment deinen Inneren Beschützer dir beschützende Energie und das Gefühl des beschützt seins zu senden.

### 14) dein Innerer Arbeiter

Ich sehe schon wie viele bei diesem Inneren Arbeiter die Augen verdrehen. Doch wie oft überkommt einen...ach, das mache ich morgen. Und am nächsten Tag ärgert man sich...warum habe ich das gestern nicht noch schnell gemacht? In diesem Punkt wäre es hilfreich gewesen seinen inneren Schweinehund mit dem Inneren Arbeiter zu überspringen. Vielleicht hast du Lust ihn genau für solche Momente einzusetzen.

Hilfreich ist, zu allen Inneren Helfer den Kontakt aufzunehmen, wenn alles entspannt ist. Gewöhne dich erst einmal daran so viele Inneren Helfer zu haben und wie du mit ihnen agieren kannst.

## Highlights

 Kontakt zu deinem Geistführer

 Lasse dein Krafttier zu dir kommen

Während ich diesen Kurs kreierte, zeigten sich noch so viele andere Innere Helfer und Orte, daraus wird es eine Fortsetzung zu diesem Kurs geben. Du kannst dich freuen auf eine große Erweiterung deiner bisher gekannten Inneren Welt. Hier ein Ausblick auf das was dich dort erwartet:

 dein Mut-Raum

□ dein Heil-Raum &  dein Inneres Ärzteteam

 deine Seeleneltern

 dein Weiser

 dein Inneres Team

 deinen kreativen Erfolgsmechanismus

Und noch vieles mehr.

Interessiert es dich, wie du in der Tiefe noch mehr mit deinen Inneren Helfern agieren kannst und vor allem über das Innere Kind in die Heilung kommst, dann empfehle ich dir den Basis Intensiv Kurs.

Es ist do großartig, dass du dich für deine Innere Welt interessierst und vor allem, das du diese so heilende Welt an deine Klienten weiter gibst.

Danke für dein Sein 

Herzlichst Josefine 

## Der Innere Kraft-Ort

Suche dir einen für dich angenehmen Platz und schließe deine Augen um besser deinem inneren Auge folgen zu können. Nimm ein paar Atemzüge, um bei dir anzukommen. Gehe zu deinem Herz Raum, von dort führt ein Weg zu deinem Bauchraum. Er hat sich zu einer schönen Blumenwiese verwandelt. Überall sind Blumen in den schönsten Farben, Schmetterlinge tanzen und verbreiten eine fröhliche Stimmung. Du schaust dich um. Blumen und blauer Himmel ist alles was dein Auge erblicken kann. Leicht federnd gehst du über die Wiese, plötzlich siehst du einen Erdhügel vor dir. Er ist so groß wie du...hmmm, der war doch eben noch nicht zu sehen? Das ist deine Inneren Welt, sie gibt dir zum richtigen Zeitpunkt das was du benötigst. Der Hügel hat sich mit Blumen und Moos perfekt der Umgebung angepasst. Beim näheren hinsehen siehst du ein kleines Tor, schmal und doch genauso hoch wie du. Langsam öffnest du diese Tür und

setzt einen Fuß hinein. Es ist dunkler als draußen, doch dieses gedämmte Licht wirkt sehr ansprechend. Bei diesem einladendem Licht und dieser Stimmung gehst du weiter. Du spürst etwas, als du nach oben schaust, gleißendes Licht durchströmt dich. Es ist eine Lichtdusche, die alles aus dir heraus spült, was dir gerade deine Kraft und deine Energie nimmt. Du stehst in einem großem Raum, es hat sogar ein Fenster aus dem du auf eine Burg weiter entfernt schauen kannst. Diese Burg wirkt sehr stark, unverwüstbar und in sich ruhend. Als du dich in dem Raum umschaust, entdeckst du einen großen Sessel. Er ist perfekt, damit du gerade und doch bequem sitzt. Deine Füße stehen auf der Erde auf, selbst durch deine Schuhe kannst du diese weiche und doch dich tragende Erde spüren. Tief einatmend lehnst du dich zurück. In dem Moment erscheint unter dem Sessel eine lilane Flamme, alles Schwere fließt in deine Füße und direkt in die lilane Flamme zur Transformation. Wie erholend es ist, alles loslassen zu können, was dich belastet hat. Selbst deine Schuhe lösen sich von deinen Füßen, wohltuend bewegst du sie ohne dieses fest eingebettet sein in den Schuhen.

Du wirst von einer stabilen Seifenblase umhüllt, mitsamt dem Sessel. Klare frische Luft befindet sich in der Kugel. Du kannst ganz leicht und tief einatmen. Mache das so lange wie es dir gut tut. Spüre wie diese Luft dir frische Energie gibt, wie sie deinen Körper belebt.

Du bemerkst, wie sich der Boden unter deinen Füßen bewegt, die Erde geht auf und eine warme Quelle kommt zum Vorschein. Langsam streckst du deine Füße hinein. Das Wasser ist angenehm warm und es fühlt sich weich an. Es umschließt deine Füße und deine Fesseln. Langsam dringt die Energie der Quelle in dich. Du bekommst einen kräftigen Schub Energie, alles in dir wird neu belebt. Stärke und Kraft kehren in deinen Körper zurück. Deine Füße bekommen mehr Halt, deine Beine bekommen einen festen Stand, sämtliche Knochen und Muskeln sprühen vor Kraft und Beweglichkeit. Dein Rücken richtet sich auf, diese gerade Haltung verströmt überall in deinen Körper Gelassenheit, Souveränität und Stärke. Ruhe und Freude breiten sich in dir aus. So gestärkt kannst du nun wieder zurück in deinen Alltag gehen.

Deine Füße werden nach oben geschoben und die Quelle schließt sich. In dem Moment spürst du einen Knopf auf der rechten Armlehne von dem Sessel. Du drückst darauf, die Erde geht wieder auf und die Quelle erscheint. So kannst du nun immer wieder die Quelle für dich öffnen und sie nutzen. In dem Augenblick wo du den Knopf wieder drückst, verschließt sie sich. Du erhebst dich aus dem Sessel und gehst zur Tür. Verschließt sie gut hinter dir. Atmest den Duft der Blumenwiese ein, gehst über sie hinweg zu deinem Herz Raum und bist wieder im Hier und Jetzt. Öffne deine wundervollen Augen und genieße diese Stärke und Leichtigkeit in dir.

## Dein Innerer Wellness-Ort

Setze dich an deinen Lieblingsplatz. Schließe deine Augen und atme ein paarmal in deinem Rhythmus. Komme immer mehr in dir an. Gehe zu deinem Herz Raum, von dort weiter auf dem Weg zu deinem Bauchraum. Du stehst wieder auf deiner Blumenwiese. Alles ist friedlich und still, diese Ruhe überträgt sich auf dich. Du schlenderst über die Blumenwiese. Die Sonne schickt dir ihre wärmenden Strahlen und der Wind streichelt leicht deine Haut. Du genießt dieses Berührungen deiner Haut.

Vor dir sind Dünen, auch diese sind mit den wunderschönen bunten Blumen übersät. Ein schmaler Pfad führt die Dünen hinauf. Als du oben angekommen bist, blickst du auf ein Meer. Türkis und klar, mit einem wunderschönen Sandstrand. Kleine Holzhütten stehen zwischen hohen Palmen, ein angenehmer Duft weht herüber zu dir. Von all dem angezogen gehst du zu den Hütten hinab. Erst jetzt bemerkst du, das sie alle zum Meer komplett geöffnet sind. Leise Musik ist zu hören, einladend und wohltuend. Du schaust in die erste Hütte, dort steht eine Art Whirlpool, und doch scheint es etwas anderes zu sein. Eine Fee tritt neben dich. „Willkommen, in deinem Wellness-Ort“, sagt sie lächelnd. „Wenn ich dich herum führen darf“, spricht sie weiter. Du nickst. Mit der Hand macht sie eine einladende Bewegung. Du folgst ihr zur nächsten Hütte. Eine große Liege mit einem weichem Bezug steht dort, es sieht so gemütlich aus, das du am liebsten dich sofort darauf legen möchtest. Doch die Fee geht weiter, in der dritten Hütte ist eine Bar, mit einem kleinen Tisch und einem Cocktailsessel.

Sie nimmt dich an die Hand und führt dich zum Meer. Deine Füße werden schon von dem Wasser umspielt, es ist perfekt von der Temperatur, du spürst eine große Lust dich dem Wasser hinzugeben. Schnell entledigst du dir deiner Kleidung und schon liegst du auf dem weichen Sand. Das Wasser wiegt dich sanft als ob es Arme hätte hin und her. Immer mehr nimmt es dich mit , du spürst nur noch Wasser unter dir, und doch fühlt es sich sicher und stabil an. Es zieht dir förmlich alles unangenehme aus dir heraus, jeden anstrengenden Gedanken, jedes unschöne Gefühl und lockert deine Muskeln. Alles druckvolle fällt von dir ab. Du fühlst dich viel leichter als zuvor. Du stellst dich auf und schaust auf die Weite des Meeres. Atmest den Duft des Meeres ein und gehst langsam zurück zum Strand. Die Fee führt dich zurück zu der ersten Hütte. Es ist kein Whirlpool was du gesehen hast. Es ist eine aufgewärmte Lounge. Sie sieht aus wie ein großes rundes Luftkissen. Du steigst hinein. Die Liegefläche ist sehr tief, sobald du liegst weißt du warum. Warme Luft mit ätherischen Ölen angereichert kommt aus den Seitenwänden, das war der Duft, den du auf der Düne wahrgenommen hast. Obwohl es nach oben offen ist, fühlt es sich etwas nach einer Sauna an. Die Öle öffnen deine Hautporen, deine Sinne und lassen noch mehr angestautes in dir los. Alles wird nach außen geschwemmt. Tränen laufen in einem Rinnsal über deine Wangen. Es ist so befreiend loszulassen. Langsam nimmt die Temperatur ab, und du verspürst den Drang aufzustehen. Direkt neben der Lounge ist eine Brause. Das Wasser läuft schon heraus, du stellst darunter und lässt alles was noch auf der Haut ist abfließen. Neben dem

Wasserstrahl, ist noch eine Lichtdusche, Regenbogenfarben laufen durch deinen Körper, jede Farbe gibt ihr heilendes in deinen Körper ab. Wie wohltuend, loslassen und empfangen.

Die Fee deutet auf die nächste Hütte, die ansprechend weiche Liege wartet auf dich. Die Fee berührt deinen Rücken, diese Berührung geht durch und durch. Ihre sanften Bewegungen massieren nicht nur den Rücken, auch den Bauchinnenraum scheint sie damit zu erreichen. Du spürst eine so hohe Entspannung in dir, was für ein Erlebnis. Du spürst Hände an den Füßen, den Beinen, den Armen, den Nacken und dem Kopf. Elfen umringen dich und sorgen für eine Ganzkörper Entspannung. Du lässt alles los, was noch an Anspannung in dir war. Genießt dieses einzigartige Gefühl, selbst deine Sehnen, deine Adern, alles fühlt sich gewalzt und massiert an. Entspannung in jeder Faser deines Körpers und deiner Gedanken. Das Massieren geht zu einem ausstreichen über, bis die Bewegungen ganz aufhören. Du fühlst dich so rein und leicht innerlich, ein unbeschreibliches Gefühl.

Langsam erhebst du dich und gehst zu der dritten Hütte. Auf dem kleinen Tisch steht ein leichtes wohlriechendes Gericht. Du setzt dich in den Cocktailsessel, blickst auf das Meer und dein Herz tanzt vor Freude. Die Fee reicht dir ein Glas, du nimmst einen Schluck, es ist als ob sich die Sonnenenergie mit der Erdenergie vermischt hat, es löst so ein gehalten und beschützt sein Gefühl in dir aus, das dein Herz sich öffnet. Ganz weit, Liebe fließt von deinem Herzen in jede Pore deines Körpers, in jede Zelle bis alles von deiner Liebe geflutet ist.

Du bist Eins - Mit Dir - und - In Dir

Bleibe in diesem Gefühl solange du magst, und wenn es an der Zeit für dich ist, komme wieder ins Hier und Jetzt.

## Dein Geistführer

Setze dich bequem hin und schließe deine Augen, denn deinen Geistführer wirst du nur im Innern erblicken können. Nimm ein paar Atemzüge, so wie dein Atem gerade fließen möchte. Sinke immer tiefer in dich hinein. Tiefer und tiefer. Spüre deine rechte Schulter, nimm sie einen Moment wahr und beschreibe dir wie sie sich anfühlt. Gehe weiter zu deiner linken Hüfte und beschreibe dir das Gefühl ebenfalls. Nur wahrnehmen, nicht bewerten. Wie fühlt sich dein Brustkorb an, siehe wie er sich hebt und senkt wenn du in die Lunge atmest. Gehe weiter zu deinem Bauch, spüre , wie deine Bauchdecke durch das ein- und ausatmen bewegt wird. Gehe nun mit deinem inneren Auge den Bauch hinauf, durch die Mitte deines Brustkorbes, den Hals empor, durch den Kopf zu deinem Kronen Chakra, öffne es. Du siehst deine göttliche Verbindung zur All-Eins-Quelle, sie steigt aus dem Kronen Chakra heraus, geradewegs in das Universum hinein. Am Rand

der All-Eins-Quelle sitzt ein Wesen. Es lächelt dich voller Liebe und Güte an. Dein Herz wird davon erfüllt, du spürst eine starke innere Wärme.

„Hallo, ich bin dein Geistführer“, die Stimme klingt wie Musik in deinen Ohren. „Wenn du magst, begleite ich dich ab sofort bewusst weiter in deinem Leben. Auch wenn du mich nicht wahrgenommen hast, so war ich doch immer in deiner Nähe.“

Jetzt darfst du weiter entscheiden, du kannst deinem Geistführer antworten, ihn berühren, oder was immer du gerade für einen Impuls bekommst. Freue dich, feire den Moment und spüre diese Glückseligkeit in dir.

Ich gratuliere dir von Herzen für diesen Moment und verabschiede mich, so dass du nun weiter mit deinem Geistführer den Kontakt haben kannst der jetzt richtig und gut für dich ist.

## Dein Krafttier

Setze dich in einer wohltuenden Haltung hin, spüre die Unterfläche unter dir, wie sie dich hält und trägt. Verfolge deinen Atem, bis wohin kannst du ihn wahrnehmen, wie fühlt er sich an. Gehe in deinen Herz Raum und höre deinen Herzschlag. Er ist wie das Trommeln der Schamanen, das für den Herzschlag von Mutter Erde steht. Über deinen Herzschlag bist du mit Mutter Erde automatisch verbunden, immer. Höre dieses leise..bum, bum,bum. Dieser Ton entführt dich auf eine Waldlichtung, Sonnenstrahlen durchdringen die Bäume, Mücken tanzen vor dir, der Specht klopft weiter in deinem Herzrhythmus. Vor dir steht eine große Eiche, an ihrem Stamm ist eine Falltür. Vorsichtig trittst du heran, öffnest die Tür. Eine Treppe geht hinab, du folgst ihr. Am Ende dieser Treppe ist eine Wiese, es scheint als liegt sie im Morgengrauen. Nebelschleier liegen über der Wiese und doch wirkt alles fröhlich und hell. Du gehst über die Wiese bis du zu einem Tor kommst. Dieses Tor besteht aus einer gemauerten Einfassung doch es gibt keine Tür. Statt der Tür ist eine Spiegelung zu sehen. Du siehst dich, und... etwas ist hinter dir. Du drehst dich herum und vor dir steht dein persönliches Krafttier.

Es blinzelt dich freundlich an und verneigt sich dann vor dir.

Verneige auch du dich wenn du magst.

Langsam kommt es auf dich zu. Strecke deine Hand aus und signalisiere so, dass auch du ihm offen begegnest. Ihr steht voreinander. Du darfst es berühren, streicheln, mit ihm reden. Alles was du möchtest. Dieses Krafttier ist ab sofort an deiner Seite. Schau dir seine Kräfte an, diese Kräfte hast auch du nun in dir. Du kannst dein Krafttier an diesem Ort lassen und immer wieder hierher zurück kommen, oder du bittest es mit dir mit

zukommen. Vielleicht möchtest du es an deinen Inneren Kraft Ort bringen? Oder an einen anderen für ihn eigenen Platz? Was du dir auch einfallen lässt, es ist immer richtig. Gehe immer mal wieder in Kontakt mit deinem Krafttier und rufe es, wenn du Unterstützung benötigst. Lasse dich von ihm und seiner Weisheit führen.

Ganz viel Spaß und tolle Erkenntnisse mit deinem Krafttier.