

FILTERTECHNIK

0

GEFÜHLE FILTERN

Wo zeigt sich das Gefühl? Wer ist gerade in meiner Nähe? Wem gehört es? Wie kann ich es loslassen?

1

KEEP CALM

Zentriere dich und versuche dich nach einer solchen energetischen Situation in die Entspannung zu bringen (Meditation, Spaziergang, Badewanne etc.)

2

KOLLEKTIV-ANALYSE

Gehört dieses Thema zum Kollektiv? Mit was sind die Menschen gerade konfrontiert? Was spüre ich vermehrt im Kollektiv?

3

INDIVIDUAL-ANALYSE

Was habe ich persönlich wahrgenommen? Was ist meine innere Wahrheit zu diesem Thema? Was sehe ich, was der Andere nicht sieht?

4

ZUSAMMENHÄNGE ERKENNEN

Was haben wir gerade für eine Zeit? Welche Mondphase haben wir? Zeichenwechsel? Planetenkonstellationen?

5

WAHRNEHMUNG TEILEN

Trau dich, deine Erkenntnisse zu teilen (Video, Blogartikel, Posting etc. pp).

