

## **WORKSHOP MENSCH & TIER IM GLEICHKLANG – Fragen und Impulse**

### **Teil 1:**

Wie fühlst du dich, wenn du mit deinem Tier in eine Situation gerätst, die dich stresst?

Versuch dir die Situation mal gedanklich herzuholen und spüre mal, wie sich dein Körper in der Situation anfühlt.

Welche Emotionen kannst du wahrnehmen und wo in deinem Körper?

Was denkst du in der Situation?

### **Teil 2:**

#### **Was willst du auf keinen Fall fühlen?**

Was tust du, um es nicht fühlen zu müssen?

Welche Auswirkungen hat das auf deine Energie und Lebenskraft?

### **Teil 3:**

Nimm dir ein herausforderndes Erlebnis aus der Vergangenheit - WAS IST DAS GESCHENK DARIN?

Wie geht es dir mit dem Gedanken Schöpfer/ Schöpferin deines Lebens zu sein?

Welche Möglichkeiten öffnet es dir?

Was kannst du im Zusammenleben mit deinem Tier dadurch verändern?

Oftmals braucht es seine Zeit, um aus alten Mustern auszusteigen. Um auch im Moment des Triggers bewusst zu haben, selber gestalten zu können. Insbesondere dann, wenn man jahrelang/jahrzehntelang NICHT im Schöpfer war.

Daher ist es wundervoll den Fokus auf seinen Fortschritten zu haben, sowie geduldig und nachsichtig mit sich selber zu sein.

Jeder „Fehler“ ist eine Chance was zu lernen.

### **Teil 4:**

Wie wäre es dir dein Leben nach deiner Freude auszurichten und alles was dich immer wieder davon trennt hinter dir zu lassen?

Wieviel Power bin ich, wenn ich ganz einfach ganz ich bin?!