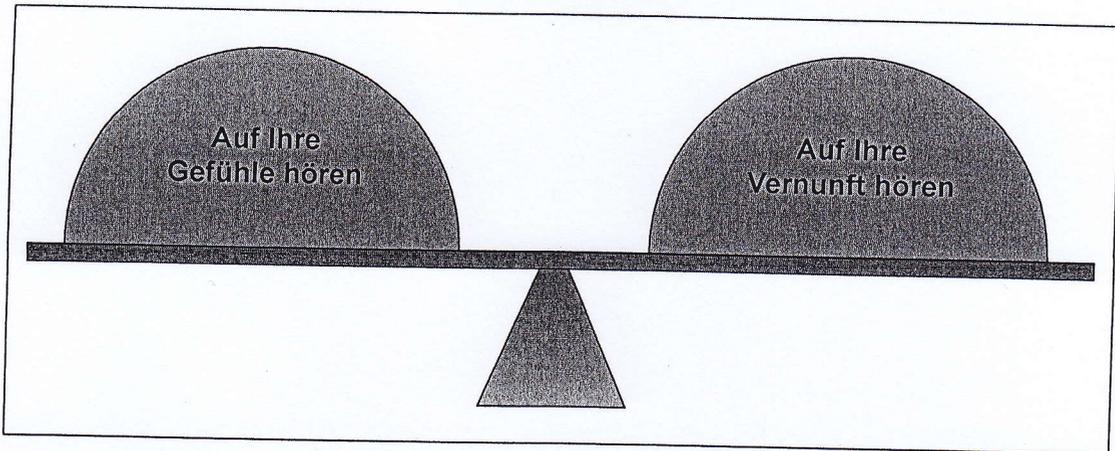


Infoblatt: Achtsamkeit 13 B

Durch Achtsamkeit geben Sie Ihrem intuitiven Wissen mehr Raum

- Hören Sie mehr auf Ihre Gefühle oder mehr auf Ihre Vernunft?



- Achtsamkeitsübungen bieten einen Weg an, Gefühl und Verstand in ein Gleichgewicht zu bringen und damit zu einem intuitiven Wissen und Verstehen zu gelangen. Wenn Sie einen Zugang zu intuitivem Wissen und Verstehen finden, können Sie z. B. Entscheidungen leichter treffen.
- Intuitives Wissen und Verstehen enthält Elemente, die über das reine Nachdenken, aber auch über das reine Gefühl hinausgehen.

