

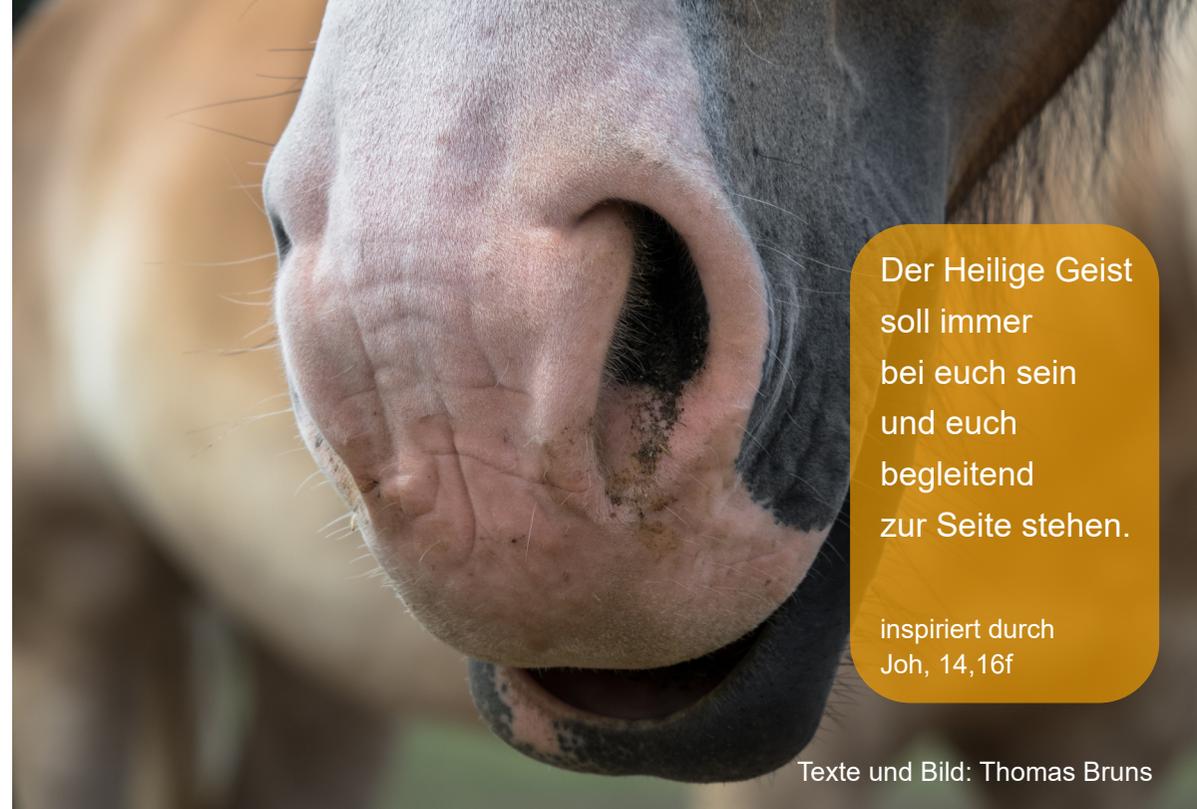
Immer der Nase nach ...

Immer der Nase nach ... Ein angenehmer Geruch wird von unserer Nase aufgenommen, Impulse werden an unser Gehirn weitergeleitet, und schon kann es sein, dass wir uns in die Richtung bewegen, aus welcher der Geruch seinen Zauber verströmt; zunächst einmal unbewusst – *intuitiv-körperlich* – dann in einem zweiten Schritt vielleicht bewusst.

Auch unsere *intuitiv-geistig-seelische* Ebene ist für uns eine wichtige Führungsinstanz, spielt sich doch hier vieles ab, was uns beispielsweise bei Entscheidungsfindungen beeinflusst. Auch mag dies der Ort in uns sein, wo Gott in Person des Heiligen Geistes zuerst andockt, wenn er uns seine begleitende Unterstützung anbietet.

In diesen Tagen der Pandemie sind es oft Ängste und Verunsicherungen, die sich über unseren Geist und unsere Seele legen wollen und dabei oft auch körperlich spürbar sind. Intuitionen haben es dann schwerer, zu uns durchzudringen.

Dabei lohnt es sich, den Sinn für unsere Intuitionen zu schärfen, weil dort Botschaften auf uns warten können, die für unsere Lebens- und Beziehungsgestaltung wichtig sind. Ein „geistliches Bauchgefühl“, vom Heiligen Geist genährt, mag gut dazu geeignet sein, uns auf dem Weg durch die Höhen und Tiefen unseres Lebens liebevoll-freundschaftlich an die Hand zu nehmen.



Der Heilige Geist soll immer bei euch sein und euch begleitend zur Seite stehen.

inspiriert durch Joh, 14,16f

Texte und Bild: Thomas Bruns

Zur Besinnung

Manchmal helfen schon ein paar tiefe Atemzüge, am besten noch in inspirierend-schöner Umgebung, um Ängste und Verunsicherungen zumindest ein Stück weit zu vertreiben. Suchen Sie eine ruhige und für Sie angenehme Umgebung auf und machen Sie dort eine Ihnen vertraute Atemübung. Haben Sie keine zur Hand, reicht es auch, für 2-5 Minuten ganz bewusst tief ein- und auszuatmen. Stellen Sie sich vor, bei jedem Einatmen etwas von der göttlichen Lebenskraft in sich aufzunehmen, die in der ganzen Schöpfung pulsiert. Atmen Sie beim Ausatmen die Dinge ab, die in Ihnen Ängste und Verunsicherungen auslösen.

Das Lied zum Impuls

Spirit speaks

<https://www.youtube.com/watch?v=-qoWjtnVBPI>

