

ISEGO



* Energiebild „Lebensbaum“ von Susanne Titze - www.susanne-titze.de

I M
S EIN
E NTSTEHT
G ÖTTLICHE
O RDNUNG

ISEGO - Energie der Neuen Zeit

ISEGO-Gehmeditation:

Beim Laufen oder Spaziergehen, auch bei kurzen Wegen kannst du nach Innen gehen und innerlich das Mantra

*„ISEGO ..., IM SEIN ENTSTEHT GÖTTLICHE ORDNUNG ...,
Ich bin ..., ich bin Freiheit & Freude, Liebe & Licht,
ich bin Alles, was ist.“*

aufsagen. Du wirst sehen, du fühlst dich zentrierter und mehr in deiner Mitte.

Wenn du magst, kannst du deine Gehmeditation auch noch ergänzen, in dem du sagst:

„Ich bin (=Vorname), ich bin ein Mann / eine Frau und ich bin fest mit Mutter Erde verbunden.“