

## **Unser Geschenk: Geführte Meditation als mp3**

### **zum Thema Schutz und innere Sicherheit in der Schwangerschaft - Körperanker setzen**

Hast Du gerade ein Bedürfnis nach innerer Sicherheit und Geborgenheit oder fühlst Dich zerbrechlich und schutzbedürftig? Möchtest Du Dich in Dir und dem Vertrauen in den Fluss des Lebens verankern? Dann ist diese Meditation genau richtig für Dich! Durch das Festlegen eines Körperankers kannst Du positive Situationen und Momente in Deinem Körper abspeichern und deren Kraft in aufwühlenden Zeiten durch Handauflegen abrufen.