

Soultalk

Arbejdsark



Soultalk nr. 114 med Nana Askov om Hovedtypernes helterejse

Spørgsmål

Undersøgelsen af dit kald starter ved din bliss. Den kan vi ikke tænke os til. Den skal mærkes. Læg hånden på dit herte. Tag fem bevidste ind- og udåndinger med lukkede øjne. Spørg dit hjerte:

1. Hvordan mærker jeg følelsen af blis i min krop?
2. Hvad giver mig følelsen af glæde og begejstring lige nu i dette øjeblik?
3. Hvornår har jeg haft denne følelse i løbet af den seneste uge?

Bare skriv ned hvad der kommer op, uden at dømme eller analysere. Lad dit hjerte svare. Det holder på en dyb, dyb visdom i dig. Større end noget, du kan tænke dig til.

Denne podcast er til dig, der gerne vil inspireres til et liv med indre ro, højt selvværd, styrke, balance, glæde og nærvær
MED MERE END 500.000 DOWNLOADS.



SOULTALK BY KISSER PALUDAN