

# Tiefenimagination als Weg zu mehr Lebendigkeit und Lebensfreude

## Ein Blick in unbekannte Welten



Ein Apfel. Die Botschaft meines Sehens ist eindeutig. Das über die Augen aufgenommene Bild ist aber nur ein Bruchteil meiner Wahrnehmung.

Die fünf Sinne (Hören, Fühlen, Schmecken, Riechen, Sehen) liefern mir eine Fülle an Informationen, die mein Gehirn blitzschnell filtert. Ich rieche die Frische, fühle die glatte Haut, ahne den Geschmack des Apfels.

Oft strömen aber, noch bevor ich den Apfel sehe, Informationen über ganz andere Kanäle in mein Bewusstsein. Das Fühlen

lässt mich aus einer „unsichtbaren“ Ebene heraus erfahren, wie gerne ich seit meiner Kindheit Äpfel esse und Wohlbefinden breitet sich in mir aus. Das Denken analysiert Erfahrungswerte aus der Vergangenheit und bestätigt die Informationen meiner Sinne: Ein Apfel ist gesund; ich habe Hunger und möchte ihn essen. Die Intuition, meine „innere Stimme“, schreit schließlich auf: „Achtung, iss ihn nicht, egal wie gut er aussieht!“

Keiner meiner anderen Sinne kann dafür eine Erklärung bieten und doch halte ich inne. Ich schneide den Apfel auf und entdecke das verdorbene Innere der Frucht. **Woher wusste meine Intuition das?**

Meist betrachten wir die Oberfläche der Dinge und sind dabei hauptsächlich in Kontakt mit unserem Denken. Offensichtlich ist es uns aber auch möglich, Energien, die unter der Oberfläche schwingen, wahrzunehmen. Wenn wir unserer Wahrnehmung erlauben vielschichtiger zu werden, kann uns das auf viele Arten hilfreich sein.

Tiefenimagination ermöglicht, den Blick ganz gezielt nach innen zu richten und mit einer Welt Kontakt aufzunehmen, die in unserem Inneren existiert. Prof. Dr. Eligio Stephen Gallegos (Psychologe/USA) hat vor über 25 Jahren diese Methode (Englisch: „The Personal Totem Pole Process®“) entwickelt.

In einem Zustand tiefer Entspannung – im Beisein einer begleitenden Person – werden Reisen in die innere Bilderwelt möglich. Geführt von Wesen, die meist in Form eines Tieres in Erscheinung treten kann die Entdeckungsreise beginnen.

Egal ob Sie eine aktuelle Frage, ein Problem oder den Wunsch haben, Gedanken an alte schmerzliche Erlebnisse loszulassen – die Tiere begleiten Sie mit Humor, Mitgefühl, Weisheit und Sanftmut. So können Sie mehr über Ihre Fähigkeiten, Talente und Potentiale erfahren.



„Unser Hauptproblem besteht darin, dass wir die Verbindung zu den verschiedenen Teilen unseres Ichs verloren haben. Es ist eine dringende Notwendigkeit, alle unsere Teile zusammenzufügen und mit ihnen offen zu kommunizieren. Erst dann können unsere Handlungen von einem Zentrum ausgehen, das in Kontakt und Harmonie mit unserem ganzen Wesen steht“, schreibt Gallegos in seinem Buch: **Indianisches Chakraheilen**

„Keine Beschreibung in Worten kann die Lebendigkeit und Spontaneität wiedergeben, in die uns diese Methodeführt. Die Tiere besitzen eine unverwechselbare Persönlichkeit und entwickeln sich zu einem wertvollen inneren Unterstützungsprogramm.“

Im Gegensatz zu Gesprächen werden so Lösungen erfahren und gespürt und können leichter integriert werden. Auf behutsame Weise entsteht ein Prozess des Vertrauens in die eigene vertiefte Wahrnehmung, eine liebevolle und Anteil nehmende Beziehung zu den vielen Facetten unseres Seins. Die Kommunikation mit den inneren Wesen nährt das innere und äußere Wohlbefinden und unterstützt Heilung und Wachstum.

### Buch & Info – Tipp



Indianisches  
Chakraheilen  
Erd Verlag,  
ISBN-10:  
381381033X

Im Juni 09 beginnt ein neuer  
Ausbildungszyklus mit  
Dr. Steve Gallegos in Österreich.

Infos zu Einzelsitzungen,  
Workshops und Seminaren bei  
Raffaella Mayana Romieri,  
+43-699-195 63 402 und im  
Internet: [www.anim.at](http://www.anim.at)

