Ein Wohlfühlzuhause für Hochsensible Personen

Und was hat Naturcoaching damit zu tun?

Ein Naturcoaching ist eine hervorragende Methode, um sich selbst Klarheit in den eigenen Anliegen zu schaffen, um Lebensübergänge gut zu meistern und rituell zu unterstreichen, aber auch um sich der eigenen Möglichkeiten und offenen Wege bewusst zu werden.

Durch das Verlassen der gewohnte menschliche Umgebung (Büro, Wohnung, Haus) verändert sich die Wahrnehmung und öffnet neue Sichtweisen. Bewusstes Sein in der Natur bewirkt Entschleunigung und Entspannung vor allem für Hochsensible Personen. Im Coaching öffnet sich ein Beziehungsraum, indem jeder mit seiner individuellen Lebensgeschichte und den aktuellen Fragen willkommen ist. Je bewusster der Blick auf das eigene Leben wird, umso mehr Präsenz entsteht.

Nach dem Besuch in der Natur kannst du dich jetzt einmal intensiv in deine Umgebung, deine Räume einfühlen und einen anderen Blickwinkel einnehmen.

Denn auf dem Weg zum persönlichen Wohlfühl-Zuhause geht es zu Beginn immer um die Auseinandersetzung mit sich selbst. Es geht einerseits darum, die eignen Ideen und Vorstellungen zu hinterfragen, zuerst aber auch die Wohnung oder das Haus selbst einer Analyse zu unterziehen. Dabei kannst du ganz neu entdecken, was dich mit deiner Wohnung oder deinem Haus gefühlsmäßig verbindet. Du bekommst Klarheit darüber, was du an deinem Zuhause wirklich magst oder nicht.

Hochsensible Personen nehmen unbewusst sehr viel wahr, was sie umgibt. Du fühlst dich in dem einen Raum unwohl? Oft ist dir aber die genaue Ursache des Unwohlseins nicht bewusst?

Wie wir wohnen, zeigt, wer wir sind. Unsere Wohnung ist der Spiegel unseres Selbst und damit auch ein Abbild der eigenen Seele. Beim Wohnen geht es also um etwas sehr Wesentliches. Wer mit dieser neuen Perspektive sein Lebensumfeld aufmerksam betrachtet, erfährt Erstaunliches über sich selbst.

Blockaden und Muster liegen oft versteckt in Gegenständen um uns verborgen. Bewusstes Wahrnehmen dieser Gefühlsverbindungen ist der Schlüssel, um viele Blockaden und Ängste direkt zu erkennen. Erkennen heißt sich selbst annehmen und alten Prägungen und Mustern automatisch den Raum zu geben.

* Gelagerte Dinge auf dem Dachspeicher können die Selbstentfaltung behindern. Rumpelkammern haben oft eine unerfreuliche, düstere Energie.
* Regale im Badezimmer sind oft vollgestopft mit Schönheit und Pflegeprodukten. Das kann eine chaotische Atmosphäre schaffen.
* Plunder auf den Kleiderschränken und Schränken, kann man mit Problemen vergleichen, die über einem hängen und nur darauf warten, erledigt zu werden.

Um nur einige Beispiele zu nennen.

Eine Wohnung kann noch so schön eingerichtet sein: Manchmal fühlt man sich in den eigenen vier Wänden einfach nicht richtig zu Hause. Vielleicht liegt es an den alten Möbeln der Großmutter, Fotos der Familie oder fehlenden oder zu viel persönlichen Accessoires.

Wer sich zu Hause wirklich heimisch fühlen möchte, sollte auf Entdeckungsreise gehen.

Imme Colling-Blüder

https://imme-colling.de/