

Info – Vier Elemente

Diese visuelle Meditation will Ihr Leben für ein paar Augenblicke entschleunigen und Ihnen einfach gut tun. Wie Sie sehen laufen die Bilder sehr langsam ab, um einen Abstand zur Hektik des Alltags herzustellen. Die Bilderfolge wiederholt mit immer wieder neuen Bildern die vier Elemente Wasser, Feuer, Luft und Erde. Von diesen Elementen der Schöpfung sind wir ständig umgeben und sie sind Voraussetzung für unsere menschliche Existenz - auch wenn wir das oft vergessen und uns vom hohen Anforderungsdruck unserer Zeit gefangen nehmen lassen. Wir würden uns freuen, wenn Sie diese visuelle Meditation als eine Art Kurzurlaub im Internet erleben würden – als eine Auszeit zum Durchatmen.

