



Liebe Heide,

nach einem sehr intensiven und Veränderung bringenden Jahr stelle ich mich langsam auf die stille Zeit des Winters und auf Rückzug ein.

Nichts mehr planen und nichts Neues mehr beginnen. Alles ist gut genug getan.

Die Bäume sind mir in dieser Zeit ein Vorbild. Sie haben die Knospen für das nächste Frühjahr angelegt, ihre Arbeit ist getan und nun sind sie in ihrer winterlichen Ruhephase. Ich brauche dafür noch ein paar Tage und dann den Mut, es nicht doch noch besser, noch perfekter machen zu wollen, sondern ein Stopp zu setzen.

Und, wie Theodor Storm es in seinem Gedicht vom Knecht Ruprecht ausdrückt, „... von der Jagd des Lebens einmal ruhn ...“

Hier also mein letzter Beitrag für die wunderbaren Newslichter in diesem Jahr, in dem ich Ihnen einen Aspekt meiner Arbeit als Visionssuche-Leiterin vorstellen möchte, welcher mir sehr am Herzen liegt und für mich eine Grundlage für eine friedliche Welt ist: in Verbindung sein.

- 🌸 Die Verbindung/der Kontakt zu sich selbst.
Kenne ich meine Bedürfnisse, meine Talente, meine Grenzen, meine Schatten, meine Kraft? Wer bin ich, wenn ich meine Rollen beiseitelege?
- 🌸 Die Verbindung mit anderen Menschen.
Wir Menschen sind soziale Wesen und brauchen einander für ein glückliches Leben. Liebe ich? Kann ich Verantwortung tragen? Kenne ich mein ‚Maß‘ an Nähe und alleine sein? Wie kommuniziere ich?
- 🌸 Die Verbindung mit der Natur.
Fühle ich mich mit der Natur verbunden? Kann ich spüren, dass auch ich Natur bin? Kann ich der Stille lauschen und selbst still werden?
- 🌸 Die Verbindung mit etwas Größerem (Gott, Mutter Erde, Buddha, Göttin, Jesus, Höheres Selbst, ...)
Kenne ich Hingabe und Vertrauen an etwas Übergeordnetes und die Kraft die daraus entstehen kann?

In den während der 11 tägigen Visionssuche fast täglich stattfindenden Councils/Redekreisen üben wir den friedvollen Kontakt zu uns und den anderen.

Ein Council ist im Grunde etwas sehr einfaches. Es ist eine uralte Form der Zusammenkunft, die aus der Zeit stammt, als die Menschen sich noch um das Feuer versammelten. Sie saßen im Kreis

und erzählten sich ihre Geschichten. Council ist eine Praxis des Zuhörens und Sprechens aus dem Herzen. Ich bin im Kontakt mit mir, öffne mich dabei den anderen und bekomme ihre ganze Aufmerksamkeit. Eine Verbindung in dieser achtsamen Haltung ist für alle sehr heilsam.

In den eher intuitiven und bewusst langsamen Spaziergängen alleine in der Natur, stellt sich die Verbindung von selbst ein und der Mensch wird still. Diese Verbindung wird besonders intensiv in der vier-tägigen Auszeit der Vision Quest - fastend und ohne zivilisatorische Ablenkung - erlebbar.

In dieser verbindenden Stille wird die Verbindung zu dem, was Größer ist als ich, spürbar. Aus dem alleine sein wird das All-Eins-Sein.

Die Visionssuche/Vision Quest ist ein uraltes Ritual im Spiegel der Natur, welches bis heute nichts von seiner Aktualität eingebüßt hat. Sie ist ein nachhaltiger Beitrag für eine friedvollere Welt.

Ich wünsche allen von ganzem Herzen fröhliche und friedvolle Tage, Heide.

Dank der Unterstützung von meinem Mann ist gerade ein kleines YouTube Video über meine Visionssuche an der Südküste Kretas, fertig geworden: https://youtu.be/yhRv_MES8D4. Viel Spaß beim Anschauen.

Visionssuchen in 2018

-  Kreta: 08. – 20. Mai und 13. – 25. Oktober 2018
-  Frankreich/Vogesen: 24. Juli – 04. August 2018
-  FrauenVisionssuche, Frankreich/Vogesen: 07. – 18. August 2018
-  Schwarzwald: 12. – 23. September 2018

Ausführliche Informationen finden Sie auf meiner Internetseite: www.visions-suche.de

Aktuell

Ein erlebnis-orientierten Vortrag, am 08. Februar 2018 in Zürich.

Visionssuche – was will ich?

Guter Job, hoher Lohn, möglichst viel Prestige, immer kreativ, zuverlässig, belastbar, humorvoll, einfühlsam sein... Die Liste der ganz alltäglichen Anforderungen an uns – im privaten wie im beruflichen – ist lang und wächst gefühlt täglich. Unter dem Druck der gesellschaftlichen Erwartungen oder der eigenen Vorstellungen eines erfolgreichen Lebens leiden viele Menschen. Dabei vergessen wir oft, was wir selbst möchten.

An diesem Punkt setzt die Visionssuche an. Was brauche ich wirklich? Wie finde ich eine Ausrichtung für mein Leben, die mich nachhaltig erfüllt?

Eine Visionssuche dauert in der Regel elf Tage, darunter verbringt man vier Tage und Nächte alleine in der Natur.

Wir wollen dir einen Einblick in diese Methode bieten. Heide Steiner wird dir in zwei Stunden zeigen, wie du die Natur nutzen kannst, um näher an deine Wünsche und Ziele zu kommen. In dieser Mischung aus Vortrag und Workshop bleibt genügend Zeit für Fragen und Erfahrungsberichte aus ihrer Arbeit.

Ziel dieses Abends ist, neben Einblicken in die Visionssuche, auch einige persönliche Fragen zu klären. Selbstverständlich können aber zwei Stunden keine elf Tage ersetzen.

Termin: 08.02.2018, 19.00-21.00 Uhr **Ort:** jenseits IMVIADUKT, Viaduktstrasse 65, 8005 Zürich
Spendenbasis

<http://www.jenseitsimviadukt.ch/2011/de/angebot/veranstaltungen.html>



Weitere und ausführliche Informationen finden Sie auf meiner Internetseite:

www.visions-suche.de

Ich freue mich, wenn Sie meinen Newsletter an andere Menschen denen es dienlich sein könnte weiterleiten. Mit winterlich stillen Grüßen, Heide.



Heide Steiner | Visionssucheleiterin & Coach | 79111 Freiburg |
| www.visions-suche.de | heide.steiner@visions-suche.de |

Falls keine Infos mehr erwünscht sind, bitte eine formlose Mail an mich schicken.