

Übung 2: Erkennen, welches Element dominiert

Jedes Element steht für bestimmte Qualitäten und Verhaltensweisen. Um herauszufinden, welches Element in dir besonders ausgeprägt ist, kannst du dich fragen:

- **Feuer (Tatkraft, Leidenschaft, Impulsivität)**
 - Bin ich ein energiegeladener Mensch, der gerne neue Dinge anstößt?
 - Reagiere ich schnell und emotional, manchmal vielleicht impulsiv?
 - Bin ich begeisterungsfähig, aber verliere auch schnell das Interesse?
- **Wasser (Gefühl, Intuition, Anpassungsfähigkeit)**
 - Bin ich ein emotionaler Mensch, der tief fühlt?
 - Verlasse ich mich oft auf meine Intuition?
 - Nehme ich leicht Stimmungen und Energien von anderen auf?
- **Luft (Denken, Kommunikation, Flexibilität)**
 - Bin ich ein wissbegieriger Mensch, der sich für viele Themen interessiert?
 - Brauche ich geistige Anregung und liebe Gespräche und Austausch?
 - Denke ich manchmal mehr nach, als tatsächlich ins Handeln zu kommen?
- **Erde (Stabilität, Beständigkeit, Realismus)**
 - Bin ich ein bodenständiger, zuverlässiger Mensch?
 - Fällt es mir leicht, Strukturen zu schaffen und mich an Pläne zu halten?
 - Halte ich an Gewohnheiten fest und brauche Sicherheit?

Notiere für jedes Element, wie stark du dich in den Beschreibungen wiederfindest. Gibt es ein Element, das bei dir besonders präsent ist? Gibt es eines, das schwächer ausgeprägt ist? Nutze ggf. weitere Blätter.

Übung 2: Teil 2 - Erkennen, welches Element dominiert

Nutze anschließend die folgenden Fragebogen zu jedem Element, um eine gezielte Auswertung zu erhalten.

1. Vergebe für jede Frage noch während des Ausfüllens die folgende Punktzahl für die ersten 5 Fragen je Ebene:

- **0 Punkte** – Stimmt gar nicht oder nie
- **1 Punkt** – Stimmt teilweise oder selten
- **2 Punkte** – Stimmt häufig oder meistens
- **3 Punkte** – Stimmt immer oder sehr oft

Für die Frage 5 - 10 vergebe folgende Punktzahl:

- **0 Punkte** – Stimmt gar nicht oder nie
- **- 1 Punkt** – Stimmt teilweise oder selten
- **- 2 Punkte** – Stimmt häufig oder meistens
- **- 3 Punkte** – Stimmt immer oder sehr oft

2. Gesamtpunktzahl pro Ebene berechnen

Addiere die Punkte innerhalb jeder Ebene (mentale, astrale, grobstoffliche Ebene).
Die maximale Punktzahl je Ebene **15 Punkte** (5 Fragen X max. 3 Punkte).

3. Trage die Punkte je Ebene in die untenstehende Tabelle ein.

Die maximale **Gesamtpunktzahl** je Ebene ist 60 Punkte, je Element 45 Punkte.

Element	Mental	Astral	Grobstofflich	Gesamt
Feuer				
Wasser				
Luft				
Erde				
Gesamt				

Auswertung der Ebenen über alle Elemente:

Negative Punktzahlen (-60 bis -1):

Eine negative Punktzahl weist grundsätzlich darauf hin, dass die dunklen Eigenschaften in dieser Ebene stärker ausgeprägt sind. Je stärker die Zahl ins Negative geht, desto deutlicher sind die entsprechenden Muster spürbar. Dies kann sich in wiederkehrenden inneren Hindernissen oder destruktiven Gewohnheiten zeigen.

Hier könnte es hilfreich sein, gezielt die mit den dunklen Eigenschaften verbundenen Muster zu reflektieren und bewusst an ihrer Transformation zu arbeiten. Negative Werte laden dich ein, liebevoll hinzuschauen und die dahinter-liegenden Themen zu reflektieren. Sie zeigen dir, wo ein besonders großes Potenzial für innere Entwicklung liegt.

Der Seelenspiegel - Ein praktischer Leitfaden zur spirituellen Entfaltung

<https://kottytos-allerlei.de/seelenspiegel>

Mentale Ebene (Gedanken, Überzeugungen, Denkmuster)

- **-60 bis -21**

Deine Denkmuster sind stark von selbstbegrenzenden Überzeugungen geprägt. Es könnte sein, dass du dich häufig in Grübeleien verlierst oder immer wieder in alte Denkschleifen zurückfällst. Hier lohnt es sich besonders, deine inneren Überzeugungen zu hinterfragen.

- **-20 bis -1**

Du erlebst deine Gedankenwelt oft als einengend. Alte Überzeugungen halten dich zurück, auch wenn du bereits erste Ansätze hast, dich davon zu lösen. Mit bewusster Aufmerksamkeit kannst du diese Ebene Schritt für Schritt wandeln.

- **0 bis 20**

Deine Denkmuster könnten durch zu viel Festhalten an alten Überzeugungen geprägt sein. Du bist möglicherweise etwas starr und könntest Schwierigkeiten haben, neue Perspektiven zuzulassen.

- **21 bis 40**

Deine Gedanken sind größtenteils ausgewogen. Du hast eine gute Balance zwischen Stabilität und Offenheit. Es gibt noch Raum, dich von alten Gewohnheiten zu lösen, aber insgesamt bist du in der Lage, Veränderungen zu akzeptieren.

- **41 bis 60**

Deine Denkmuster sind stark von Flexibilität und Offenheit geprägt. Du kannst dich gut an neue Gegebenheiten anpassen, bist kreativ und lösungsorientiert. Dein Denken ist ein kraftvolles Werkzeug für deine Entwicklung.

Astrale Ebene (Emotionen, innere Reaktionen)

- **-60 bis -21**

Deine Emotionen könnten dich stark beherrschen. Starke Schwankungen oder unkontrollierbare Reaktionen sind möglich. Emotionale Stabilität ist hier ein wichtiges Entwicklungsziel.

- **-20 bis -1**

Deine Gefühle neigen dazu, dich gelegentlich aus dem Gleichgewicht zu bringen. Du spürst oft innere Spannung, auch wenn du bereits Momente der Ausgeglichenheit hast.

- **0 bis +20**

Du könntest manchmal Schwierigkeiten haben, deine Emotionen zu regulieren. Deine Gefühle schwanken vielleicht stark, und es fällt dir schwer, innere Ruhe zu finden.

- **+21 bis +40**

Deine Emotionen sind weitgehend gut ausbalanciert. Du bist in der Lage, dich in stressigen Situationen zu regulieren, auch wenn es noch Verbesserungspotenzial gibt.

- **+41 bis +60**

Du besitzt eine ausgeprägte emotionale Stabilität. Selbst in schwierigen Situationen bleibst du ruhig und ausgeglichen. Deine emotionale Intelligenz ist stark und unterstützt dich kraftvoll auf deinem Weg.

Grobstoffliche Ebene (Handlungen, körperlicher Ausdruck)

- **-60 bis -21**

Deine Handlungen sind oft von Unsicherheit oder Passivität geprägt. Es könnte schwerfallen, Entscheidungen zu treffen oder deine Ziele konsequent zu verfolgen.

- **-20 bis -1**

Du zögerst manchmal, ins Handeln zu kommen, auch wenn du schon erste Impulse spürst. Manchmal fehlt dir die Entschlossenheit, um deine Ideen umzusetzen.

- **0 bis +20**

Du bist in deinen Handlungen eher vorsichtig oder zurück-haltend. Manchmal hält dich das zurück, mutiger voranzuschreiten. Mehr Vertrauen in dein Handeln wäre förderlich.

- **+21 bis +40**

Deine Handlungen sind größtenteils effektiv und zielgerichtet. Du verfolgst deine Ziele, auch wenn du in manchen Situationen noch schneller oder flexibler reagieren könntest.

- **+41 bis +60**

Du handelst kraftvoll und entschlossen. Deine Ideen setzt du mit Klarheit und Konsequenz um. Dein praktischer Ansatz ermöglicht es dir, Veränderungen aktiv zu gestalten.

Auswertung der Elemente über alle Ebenen:

Negative Punktzahlen (-45 bis -1)

Ein Element mit einer negativen Gesamtpunktzahl weist darauf hin, dass die dunklen Eigenschaften dieses Elements momentan stärker wirksam sind. Das bedeutet nicht, dass etwas „falsch“ ist – vielmehr zeigt sich hier ein Bereich, in dem deine Entwicklung besonders viel Potenzial hat.

Negative Werte laden dich ein, die dahinterliegenden Muster bewusst zu reflektieren. Indem du erkennst, wo diese Eigenschaften dich einschränken, kannst du gezielt daran arbeiten, die hellen Qualitäten des Elements zu stärken und mehr Balance zu entwickeln.

- **0 bis +15 Punkte**

In diesem Bereich zeigt das Element zwar schon positive Anteile, ist aber noch nicht vollständig stabil. Es kann sein, dass du manche Qualitäten dieses Elements gut lebst, während andere noch unausgeglichen sind. Oft ist dies eine Übergangsphase, in der du lernst, die hellen Eigenschaften bewusster einzusetzen und die dunklen schwächer werden zu lassen.

Der Seelenspiegel - Ein praktischer Leitfaden zur spirituellen Entfaltung

<https://kottytos-allerlei.de/seelenspiegel>

- **+16 bis +30 Punkte**

Das Element ist in dir relativ gut entwickelt und zeigt sich in einem ausgewogenen Zusammenspiel mit den anderen. Du kannst seine Stärken bereits aktiv in deinem Alltag nutzen, auch wenn gelegentlich noch Herausforderungen auftreten. Dieser Bereich steht für ein stabiles Fundament, das dir hilft, deine innere Balance weiter auszubauen.

- **+31 bis +45 Punkte**

In diesem Bereich ist das Element stark und klar verankert. Die hellen Eigenschaften sind dominant und du kannst sie bewusst in deinem Leben einsetzen. Hier zeigt sich, dass du die Qualitäten dieses Elements in harmonischer Weise verkörperst und es dich bei deinem inneren Wachstum zuverlässig unterstützt. Ein so hoher Wert deutet darauf hin, dass dieses Element eine besondere Ressource und Stärke in deinem Leben ist.

Übung 2 Fragebogen: FEUER - Erkennen, welches Element dominiert

Die ersten 5 Fragen erhalten 0-3, die Fragen 5-10 von 0 bis -3 (minus 3) Punkte!

Mentale Ebene (Gedanken, Überzeugungen, Denkmuster)

- Fühle ich mich schnell von neuen Ideen und Visionen begeistert?
- Fällt es mir leicht, schnelle Entscheidungen zu treffen und aktiv zu handeln?
- Habe ich das Gefühl, ständig etwas Neues beginnen zu müssen, um mich lebendig zu fühlen?
- Fühle ich mich oft von meiner eigenen Begeisterung getrieben?
- Habe ich eine schnelle Auffassungsgabe und kann Informationen schnell in Handlungen umsetzen?

- Denke ich manchmal in extremen Mustern, entweder alles oder nichts?
- Neige ich dazu, neue Projekte zu starten, ohne wirklich zu wissen, wie ich sie abschließen soll?
- Denke ich manchmal, dass nur meine eigenen Ideen die richtigen sind und andere keine Berücksichtigung verdienen?
- Fällt es mir schwer, geduldig zu sein, wenn ich eine schnelle Lösung für ein Problem finden möchte?
- Verliere ich schnell das Interesse an Dingen, die mich anfangs sehr begeistert haben?

Astrale Ebene (Emotionen, innere Reaktionen)

- Habe ich das Bedürfnis, mich ständig herauszufordern, um mich lebendig zu fühlen?
- Empfinde ich tiefe Erfüllung in Momenten, in denen ich leidenschaftlich für etwas kämpfe?
- Fühle ich mich manchmal von meiner eigenen Leidenschaft überwältigt?
- Reagiere ich oft emotional impulsiv, bevor ich nachdenke?
- Neige ich dazu, mich in meiner Begeisterung für ein Thema von anderen abzuschotten?

- Erlebe ich oft starke emotionale Höhen und Tiefen?
- Neige ich dazu, Emotionen intensiv, aber unkontrolliert auszuleben?
- Komme ich in hitzigen Diskussionen schnell in einen Zustand emotionaler Erregung?
- Fällt es mir schwer, negative Gefühle wie Wut oder Frustration zu kontrollieren?
- Verliere ich schnell das Interesse an Dingen, die mich anfangs sehr begeistert haben?

Grobstoffliche Ebene (Handlungen, körperlicher Ausdruck)

- Habe ich das Bedürfnis, mich körperlich zu betätigen, um meine Energie loszuwerden?
- Strahle ich oft eine starke, anziehende Präsenz aus, die andere Menschen anzieht?
- Neige ich dazu, schnell und entschlossen voranzugehen, ohne mich von Hindernissen aufhalten zu lassen?
- Fühle ich mich lebendig und erfüllt, wenn ich mich in ein Abenteuer stürze oder Risiken eingehe?
- Bin ich stets auf der Suche nach einer neuen Herausforderung, um meine Energie auszuleben?
- Reagiere ich impulsiv auf Situationen und handle ohne langes Nachdenken?
- Handle ich manchmal aus einer Art „feurigem Drang“, ohne an die Konsequenzen zu denken?
- Neige ich dazu, mich mit großer Begeisterung in Projekte zu stürzen, um später festzustellen, dass ich mich übernommen habe?
- Fällt es mir schwer, mich zurückzuhalten oder abzuwarten, wenn ich eine klare Richtung vor Augen habe?
- Verliere ich mich oft in meinen Handlungen, ohne innezuhalten und die Ergebnisse abzuwägen?

Wie viele Fragen hast du in jeder Ebene mit Ja beantwortet?
Besteht ein Ungleichgewicht in den Ebenen?

Bei wenigen Fragen mit Ja:

Arbeite daran, dein Feuer-Element zu stärken

Übung 2 Fragebogen: WASSER - Erkennen, welches Element dominiert

Die ersten 5 Fragen erhalten 0-3, die Fragen 5-10 von 0 bis -3 (minus 3) Punkte!

Mentale Ebene (Gedanken, Überzeugungen, Denkmuster)

- Fühle ich mich wohl damit, Dinge aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten?
- Vertraue ich oft meinem Bauchgefühl und treffe Entscheidungen intuitiv?
- Bin ich gut darin, mich gedanklich auf andere Menschen und ihre Gefühle einzulassen?
- Kann ich leicht in symbolischen oder metaphorischen Bildern denken?
- Habe ich eine natürliche Verbindung zu Träumen und inneren Visionen?

- Grüble ich oft über die Vergangenheit nach und verliere mich in Erinnerungen?
- Fällt es mir schwer, meine eigenen Gedanken von den Gefühlen anderer zu unterscheiden?
- Verliere ich mich manchmal in Wunschdenken, anstatt klare Entscheidungen zu treffen?
- Habe ich Schwierigkeiten, mich auf eine Meinung oder Überzeugung festzulegen?
- Neige ich dazu, mich von äußeren Emotionen oder der Atmosphäre eines Raumes stark beeinflussen zu lassen?

Astrale Ebene (Emotionen, innere Reaktionen)

- Kann ich meine Gefühle gut ausdrücken und mit anderen teilen?
- Bin ich fähig, andere intuitiv emotional zu unterstützen?
- Erlebe ich tiefgehende, erfüllende emotionale Bindungen?
- Habe ich ein gutes Gespür dafür, was andere Menschen emotional brauchen?
- Kann ich auch in schwierigen Situationen Mitgefühl bewahren?

- Erlebe ich oft starke Stimmungsschwankungen?
- Fühle ich mich manchmal von meinen Emotionen überwältigt?
- Habe ich das Bedürfnis, mich zurückzuziehen, wenn mich etwas emotional belastet?
- Fällt es mir schwer, meine Emotionen rational zu erklären?
- Werde ich von der Traurigkeit oder Negativität anderer Menschen stark beeinflusst?

Grobstoffliche Ebene (Handlungen, körperlicher Ausdruck)

- Strahle ich oft eine ruhige, harmonische Präsenz aus?
 - Habe ich eine weiche, fließende Art mich zu bewegen?
 - Zeige ich meine Fürsorglichkeit durch sanfte Gesten oder Berührungen?
 - Passe ich meine Körpersprache intuitiv an mein Gegenüber an?
 - Finde ich Ruhe und Entspannung durch den Kontakt mit Wasser (z. B. Baden, Schwimmen, Regen)?
-
- Ziehe ich mich körperlich zurück, wenn ich mich unwohl fühle?
 - Habe ich Phasen, in denen ich mich schwerfällig oder antriebslos fühle?
 - Fühle ich mich manchmal „mit dem Strom getrieben“, ohne wirklich aktiv zu handeln?
 - Fehlt mir oft die Energie, Dinge in die Tat umzusetzen?
 - Neige ich dazu, in ungesunde oder sich wiederholende Gewohnheiten zu verfallen, weil sie mir Sicherheit geben?

Wie viele Fragen hast du in jeder Ebene mit Ja beantwortet?

Besteht ein Ungleichgewicht in den Ebenen?

Bei wenigen Fragen mit Ja:

Arbeite daran, dein Wasser-Element zu stärken

Übung 2 Fragebogen: LUFT - Erkennen, welches Element dominiert

Die ersten 5 Fragen erhalten 0-3, die Fragen 5-10 von 0 bis -3 (minus 3) Punkte!

Mentale Ebene (Gedanken, Überzeugungen, Denkmuster)

- Denke ich klar und präzise, wenn ich eine Entscheidung treffen muss?
- Bin ich gut darin, verschiedene Perspektiven zu verstehen und zu integrieren?
- Habe ich das Bedürfnis, mein Wissen ständig zu erweitern und zu vertiefen?
- Fühle ich mich sicher, wenn ich logische, gut durchdachte Lösungen für Probleme finde?
- Bin ich offen für neue Ideen und Konzepte, die mein Weltbild erweitern?

- Neige ich dazu, zu viel nachzudenken und dadurch in eine Analysefalle zu geraten?
- Fällt es mir schwer, mich von meinen Überzeugungen zu lösen, auch wenn neue Informationen auftauchen?
- Habe ich Schwierigkeiten, in unsicheren Situationen eine Entscheidung zu treffen?
- Komme ich oft in eine Gedankenspirale, die mich von der Lösung eines Problems abbringt?
- Fühle ich mich schnell von zu vielen Informationen überwältigt, was mich dann hindert?

Astrale Ebene (Emotionen, innere Reaktionen)

- Fällt es mir leicht, meine Gedanken und Gefühle klar auszudrücken?
- Habe ich das Bedürfnis, mein inneres Wissen mit anderen zu teilen und sie zu inspirieren?
- Empfinde ich Zufriedenheit, wenn ich emotionale Klarheit und Einsicht gewinne?
- Bin ich in der Lage, auch bei emotionalem Stress einen klaren Kopf zu bewahren?
- Genieße ich es, mit anderen Menschen tiefgründige und bedeutungsvolle Gespräche zu führen?

- Fühle ich mich oft unsicher, wie ich meine Emotionen in Worte fassen soll?
- Vermeide ich es, meine wahren Gefühle zu zeigen, weil ich befürchte, nicht verstanden zu werden?
- Neige ich dazu, Gedanken und Emotionen zu überdenken, anstatt zu handeln?
- Erlebe ich häufig innere Konflikte, weil ich zu sehr auf den Verstand und zu wenig auf meine Gefühle höre?
- Verliere ich mich oft in negativen Gedankenmustern, die meine Stimmung beeinflussen?

Grobstoffliche Ebene (Handlungen, körperlicher Ausdruck)

- Bin ich in der Lage, meine Gedanken und Ideen klar und überzeugend zu vermitteln?
- Fühle ich mich erfüllt, wenn ich anderen helfe, ihre eigenen Gedanken zu ordnen und zu verstehen?
- Handelt es sich bei meinen Entscheidungen oft um gut durchdachte und strategische Maßnahmen?
- Reagiere ich ruhig und besonnen in stressigen Situationen, indem ich einen klaren Plan entwickle?
- Suche ich ständig nach neuen Wegen, um meine Kommunikation und mein Wissen zu verbessern?
- Fällt es mir schwer, mich auf das Wesentliche zu konzentrieren, weil ich zu viele verschiedene Gedanken gleichzeitig habe?
- Reagiere ich impulsiv, indem ich meine Gedanken ohne Nachzudenken äußere?
- Fühle ich mich manchmal von der Notwendigkeit, ständig zu argumentieren oder zu debattieren, überfordert?
- Vermeide ich es, klare Entscheidungen zu treffen, weil ich zu viele Optionen in Betracht ziehe?
- Verliere ich oft die Verbindung zu meinen Zielen und Handlungen, weil ich mich in Gedanken verliere?

Wie viele Fragen hast du in jeder Ebene mit Ja beantwortet?
Besteht ein Ungleichgewicht in den Ebenen?

Bei wenigen Fragen mit Ja:

Arbeite daran, dein Luft-Element zu stärken

Übung 2 Fragebogen: ERDE - Erkennen, welches Element dominiert

Die ersten 5 Fragen erhalten 0-3, die Fragen 5-10 von 0 bis -3 (minus 3) Punkte!

Mentale Ebene (Gedanken, Überzeugungen, Denkmuster)

- Fühle ich mich sicher, wenn ich klare, strukturierte Ziele für mich setze?
- Habe ich ein starkes Bedürfnis nach Beständigkeit und langfristigen Lösungen?
- Bin ich gut darin, praktische, realistische Ansätze zu entwickeln, um meine Ziele zu erreichen?
- Fällt es mir leicht, Pläne zu erstellen und diese konsequent umzusetzen?
- Verstehe ich es, praktische Lösungen für komplexe Probleme zu finden?

- Fällt es mir schwer, mich von festgelegten Gedankenmustern zu lösen, wenn sich Umstände ändern?
- Habe ich Schwierigkeiten, meine Pläne anzupassen, wenn unerwartete Herausforderungen auftauchen?
- Bin ich oft ängstlich, wenn ich aus meiner gewohnten Umgebung heraustreten muss?
- Verliere ich mich manchmal in Detailfragen und verliere das Gesamtbild aus den Augen?
- Habe ich Schwierigkeiten, neue Perspektiven zuzulassen, weil ich mich auf bewährte Denkweisen stütze?

Astrale Ebene (Emotionen, innere Reaktionen)

- Fühle ich mich stabil und ruhig, auch wenn es um mich herum turbulent ist?
- Neige ich dazu, eine starke innere Ausgeglichenheit zu bewahren, auch in stressigen Situationen?
- Bin ich gut darin, meine emotionalen Bedürfnisse zu erkennen und dafür zu sorgen, dass sie erfüllt werden?
- Habe ich das Bedürfnis, mich um das Wohl anderer zu kümmern und ihnen Sicherheit zu geben?
- Fühle ich mich erfüllt, wenn ich mich um mein Zuhause und meine Umgebung kümmere?

- Neige ich dazu, mich emotional zurückzuziehen, wenn ich mich überfordert oder unsicher fühle?
- Habe ich Schwierigkeiten, meine Gefühle auszudrücken, weil ich Angst habe, meine Stabilität zu verlieren?
- Fühle ich mich ängstlich, wenn sich meine gewohnte Routine verändert oder wenn ich aus meiner Komfortzone treten muss?
- Lasse ich meine Emotionen zu stark von äußeren Umständen beeinflussen, was meine innere Balance stört?
- Bin ich manchmal übermäßig vorsichtig und lasse zu, dass Ängste mein Handeln hindern?

Grobstoffliche Ebene (Handlungen, körperlicher Ausdruck)

- Fühle ich mich erfüllt, wenn ich konkrete Ergebnisse sehe und diese in die Tat umsetze?
- Neige ich dazu, geduldig zu sein, während ich Schritt für Schritt an meinen Zielen arbeite?
- Habe ich ein starkes Bedürfnis nach Sicherheit und stabilen, gut organisierten Strukturen?
- Bin ich gut darin, Dinge praktisch umzusetzen und auf eine strukturierte Weise zu erledigen?
- Bin ich diszipliniert und setze mich konsequent für das ein, was mir wichtig ist?
- Fühle ich mich manchmal gefangen in einem Gefühl der Unsicherheit und halte mich an gewohnte, aber wenig erfüllende Dinge?
- Fällt es mir schwer, neue Schritte zu wagen, weil ich zu viel Wert auf Stabilität und Sicherheit lege?
- Neige ich dazu, mich zu sehr auf die materiellen Aspekte des Lebens zu konzentrieren und verliere dabei andere, wichtigere Bereiche aus den Augen?
- Habe ich Schwierigkeiten, Veränderungen zu akzeptieren, weil sie mir das Gefühl von Stabilität nehmen?
- Stecke ich fest, wenn ich keine klaren, greifbaren Ergebnisse sehe, und tendiere dazu, in Routinen zu verharren?

Wie viele Fragen hast du in jeder Ebene mit Ja beantwortet?

Besteht ein Ungleichgewicht in den Ebenen?

Bei wenigen Fragen mit Ja:

Arbeite daran, dein Erde-Element zu stärken

Der Seelenspiegel - Ein praktischer Leitfaden zur spirituellen Entfaltung
<https://kottytos-allerlei.de/seelenspiegel>