



**Sylvia
Hahn**

Praxisbuch

HALLO, MEIN GEISTFÜHRER!

**Finde deinen spirituellen
Begleiter**



Das Buch

Jeder Mensch hat seine spirituellen Begabungen, auch du hast welche! Doch fehlt dir vielleicht manchmal der Mut, diese zu leben? Stell dir vor, du hast einen starken Partner, der dich dabei unterstützt, deine Gaben mehr auszudrücken.

Das Buch ist eine Bedienungsanleitung wie du deinen geistigen Freund besser kennenlernen kannst.

Du erfährst, wie du mit ihm kommunizierst und wie ihr ein Team werdet, um miteinander zu arbeiten.

Du gewinnst, mehr Vertrauen in deine Gaben.

Die Autorin

Sylvia Hahn ist Coach, Trainerin für Intuition und Medialität.

Seit vielen Jahren begleitet sie Menschen auf ihren eigenen medialen Entwicklungsweg.

Humorvoll und mit viel Herz und Freude zeigt sie dir, wie du in Verbindung mit deinem Geistführer kommen kannst.

Sie unterstützt dich dabei, die eigene Wahrnehmung zu schulen und zu stärken. So kann das Vertrauen in deine innere Eingebung wachsen.

Ihr Herzensanliegen ist es, mehr über seinen Geistführer zu erfahren, einen spirituellen Freund fürs Leben zu finden, einen

weisen Ratgeber an seiner Seite zu wissen.

Weitere Informationen: <https://www.sylviaswelt.de/>

Sylvia Hahn

HALLO MEIN GEISTFÜHRER!
Finde deinen spirituellen Begleiter

*





Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Die Inhalte in diesem Buch sind alles Empfehlungen, die die Autorin selbst und an ihren Klienten ausprobiert hat. Es gibt aber keine Garantie über die Wirksamkeit der Übungen und deren Erfolg. Sämtliche Haftungsansprüche sind ausgeschlossen. Es ersetzt keinen Arzt oder Heilpraktiker. Bei ernsthaften Problemen suchen sie sich professionelle Hilfe, bei ihrem Arzt oder Therapeuten. Dieses Buch ist für Menschen gedacht, die eigenverantwortlich arbeiten wollen. Für die Inhalte der in diesem Buch genannten Links und Webseiten, übernehmen wir keinerlei Haftung.

© 2021 Sylvia Hahn
Gestaltung &, Illustrationen: Sylvia Hahn

Verlag & Druck: tredition GmbH, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg

ISBN:

978-3-347-11507-1 (Paperback)

978-3-347-10323-8 (Hardcover)

978-3-347-11508-8 (e-Book)

1. Auflage 2021

INHALTSVERZEICHNIS

1. Einleitung– Die Reise beginnt
2. Meine unsichtbaren Freunde
- Bedienungsanleitung für deinen Geistführer!
- 3 Wer ist dein Geistführer?
4. Wie arbeiten Geistführer mit uns?
 - 4.1 Übung Kerzenmeditation – den Kopf frei machen!
5. Deine Spezialisten
6. Freier Wille
7. Die Sprache deines Geistführers
8. Wie kommunizieren deine Geistführer?
 - 8.1 Übung: Das Diktat
9. Irrtümer bei der Arbeit mit dem Geistführer
10. Vorbereitung
11. Meditation: „Sitting in the Power“
12. Deinen Geistführer wahrnehmen:
 - 12.1 Übung: „Das Gefäß“
 - 12.2 Übung: Der blaue See
 - 12.3 Meditation: Der Tempel
 - 12.4 Übung: Deinen Geistführer spüren

13. Haben Geistführer Namen?

13.1 Übung: Dem Geistführer einen Namen geben!

14. Inspiriertes Schreiben mit deinem Geistführer

14.1 Übung: Inspiration empfangen

14.2 Inspiriertes Sprechen

14.3 Übung: Sprich es aus

15. Spaziergang mit deinem Geistführer

Übung: Spaziergang

16. Spezialisten

16.1 Übung: Verbinde dich mit deinem Spezialisten!

17. Heilen mit deinem geistigen Team

17.1 Übung: Verbinde dich mit deinem Heilungsteam!

17.2 Heilungsmeditation

17.3 Heilungsübungen* für zwischendurch

18. Intuitives Malen

18.1 Übung: Kraftbild malen

19. Erfolgreiches Arbeiten mit deinem Geistführer

20. Bonus Meditation: Deine Seelenaufgabe!

1. EINLEITUNG– DIE REISE BEGINNT

Schön, dass mein Buch zu dir gefunden hat! Ich möchte dich gerne an meinen Erfahrungen mit dem geistigen Führer teilhaben lassen.

Dir zeigen, dass es nicht schwer ist, mit deinem Geistführer und unseren geistigen Helfern, in Kontakt zu treten.

Es ist einfacher, als du denkst. Du brauchst nur eine Absichtserklärung auszusprechen und deinen Geistführer bitten, ihn kennenzulernen.

Er wartet nur darauf, mit dir zu arbeiten, denn er ist seit deiner Geburt immer in deiner Nähe.

Bevor ich ihn kennenlernen durfte, habe ich mich oft unverstanden gefühlt. In meinem Leben fühlte ich mich wie ein Außenseiter. Ich nahm mehr wahr, als hätte ich einen sechsten Sinn. Ich hatte übernatürliche Erlebnisse, aber keiner in meinem Umfeld verstand mich. Zudem bin ich hochsensibel und konnte mich damals schlecht abgrenzen.

Die wenigsten Menschen in meinem Umfeld hatten ähnliche Wahrnehmungen und Eingebungen wie ich und hatten auch kein Verständnis dafür. Ich empfand große Unsicherheit und konnte meiner Intuition nicht vertrauen.

In den folgenden Jahren versuchte ich mich an unterschiedlichen spirituellen Techniken, um mit mir ins Gleichgewicht zu kommen.

Eine Zeit probierte ich Reiki, dann Channeling etc.

Die Erfahrungen waren manchmal intensiv, so dass ich noch mehr ins Ungleichgewicht geriet. Manchmal bekam ich Angst vor meinen eigenen Fähigkeiten.

Ich suchte nach etwas oder jemandem, der mir eine Anleitung gab, meine eigenen Fähigkeiten zu trainieren und dadurch mehr Vertrauen und Sicherheit zu erlangen.

Doch durch einen „Schicksalsschlag“ veränderte sich eines Tages mein Leben und führte mich in eine bis dahin unbekannte Richtung: Mir wurde gezeigt, dass ich eine Gabe habe und es ganz natürlich ist, mit dieser Fähigkeit umzugehen.

Sogar anderen damit zu helfen.

Heute habe ich meine Bestimmung gefunden, die Arbeit als Medium für die geistige Welt!

Heute weiß ich, dass ich nicht alleine bin, dass hinter mir viele geistige Helfer und mein

Geistführer stehen, auf deren Führung ich mich verlassen kann.

Wenn du dich auf diese Reise begibst, wird es dein Leben bereichern und zum

Positiven verändern: Du kannst mehr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, in die innere Führung/ Intuition gewinnen.

Du kannst dieses Buch als eine Art Bedienungsanleitung, nutzen.

Du findest zahlreiche Übungen und Meditationen, um deinen Geistführer besser kennenzulernen und mit ihm zu arbeiten.

AUSSERDEM LERNST DU:

- Wer dein Geistführer ist und wer deine geistigen Helfer sind!
- Wie er mit dir kommuniziert!
- Was du wissen solltest, bevor du mit ihm arbeitest!

Das große Geheimnis für eine gute „Zusammenarbeit“ mit deinem Geistführer ist simpel und einfach, aber doch oftmals das Schwierigste für uns: „loszulassen“!

Werde still, öffne dein Herz und fange an zu hören, was dein Geistführer dir zu sagen hat.

Der Rest besteht aus Geduld, Disziplin und Übung, Vertrauen in dich und in die geistige Welt.

Lerne ihn kennen, wie du einen guten Freund kennenlernst. Gib ihm und dir die Zeit, die es braucht. Du wirst einen Freund fürs Leben finden und wie ich eine immer tiefere Verbindung zu ihm bekommen.

♡ Ich möchte dir ans Herz legen, dir Zeit zu lassen, auch wenn sich nicht umgehend ein sofortiger Erfolg einstellt.

Du stellst doch gerade eine Verbindung zu einem geistigen Wesen her und dies alleine ist schon wirklich außergewöhnlich!

Jetzt möchte ich dich gerne einladen, ihm zu begegnen. Aber zuerst erfährst du meine Geschichte und vielleicht findest du dich in der ein oder anderen Erfahrung wieder.



2. MEINE UNSICHTBAREN FREUNDE

Seit ich anfing, mich mit Geistführern zu beschäftigen, ist mir im Nachhinein bewusst geworden, dass mein geistiger Freund immer schon in meiner Nähe war und ist, auch wenn ich ihn nicht sehen kann.

Es gibt ein Erlebnis aus meiner Kindheit, ungefähr mit acht Jahren, woran ich mich heute noch gut erinnern kann:

Die Begegnung mit meinem geistigen Freund auf dem Dachboden im Haus meiner Eltern!

Dort fand ich einen Koffer mit alter Kleidung meiner Mutter. Ich verkleidete mich gerne und freute mich, denn dieser Fund ermöglichte mir, in eine kindliche Fantasiewelt abzutauchen und Abenteuer zu erleben.

Nachdem ich diesen Schatz entdeckt hatte, spielte ich öfters auf dem Dachboden. Eines Tages nahm ich eine Person beim Spielen wahr. Ich hatte keine Angst, denn sie fühlte sich real und auch vertraut an. Obwohl ich ihn nicht sehen konnte, sprach ich einfach mit meinem unsichtbaren Freund wie mit einem Spielkameraden.

Erwachsene hätten dann gesagt: „Das Kind hat eine blühende Fantasie! Es ist ein unsichtbarer Freund!“

Denn nur ich konnte ihn wahrnehmen. Meine Erlebnisse mit meinen geistigen Freunden und die Erinnerung an sie verblassten, je älter ich wurde.

MEIN BLINDFLUG MIT DEN GEISTIGEN FREUNDEN

Bevor ich mich auf die Reise zu meinem Geistführer begab, hatte ich überhaupt keine

Ahnung davon, was ein Geistführer bzw. geistige Helfer sind und wie sie arbeiten.

Schon als Kind glaubte ich als intuitiver und feinfühligere Mensch, an etwas Höheres.

Spiritualität spielte immer eine große Rolle in meinem Leben. Meine Mutter meinte lakonisch: „Wenn nichts aus dir wird, kannst du ja Nonne werden!“

Meine Eingebungen und die Informationen, die ich bekam, haben die Menschen um mich herum nicht ernst genommen. Wenn ich mich dazu äußerte, glaubten sie mir nicht.

Ich fing dadurch an, mir selbst nicht mehr zu vertrauen. Ich dachte zeitweilig sogar, mit mir stimme etwas nicht.

Ich arbeitete später in einer kleinen esoterischen Buchhandlung.

Dort ergab es sich oftmals, dass mich Kunden um persönlichen Rat fragten.

Egal, mit welchem Problem sie auch kamen, es fiel mir leicht, ein Ratgeber zu sein.

Die Kunden teilten ihre Sorgen mit mir, bereitwillig half ich ihnen und fing einfach an zu reden. Je länger ich sprach, desto mehr Antworten erhielt ich.