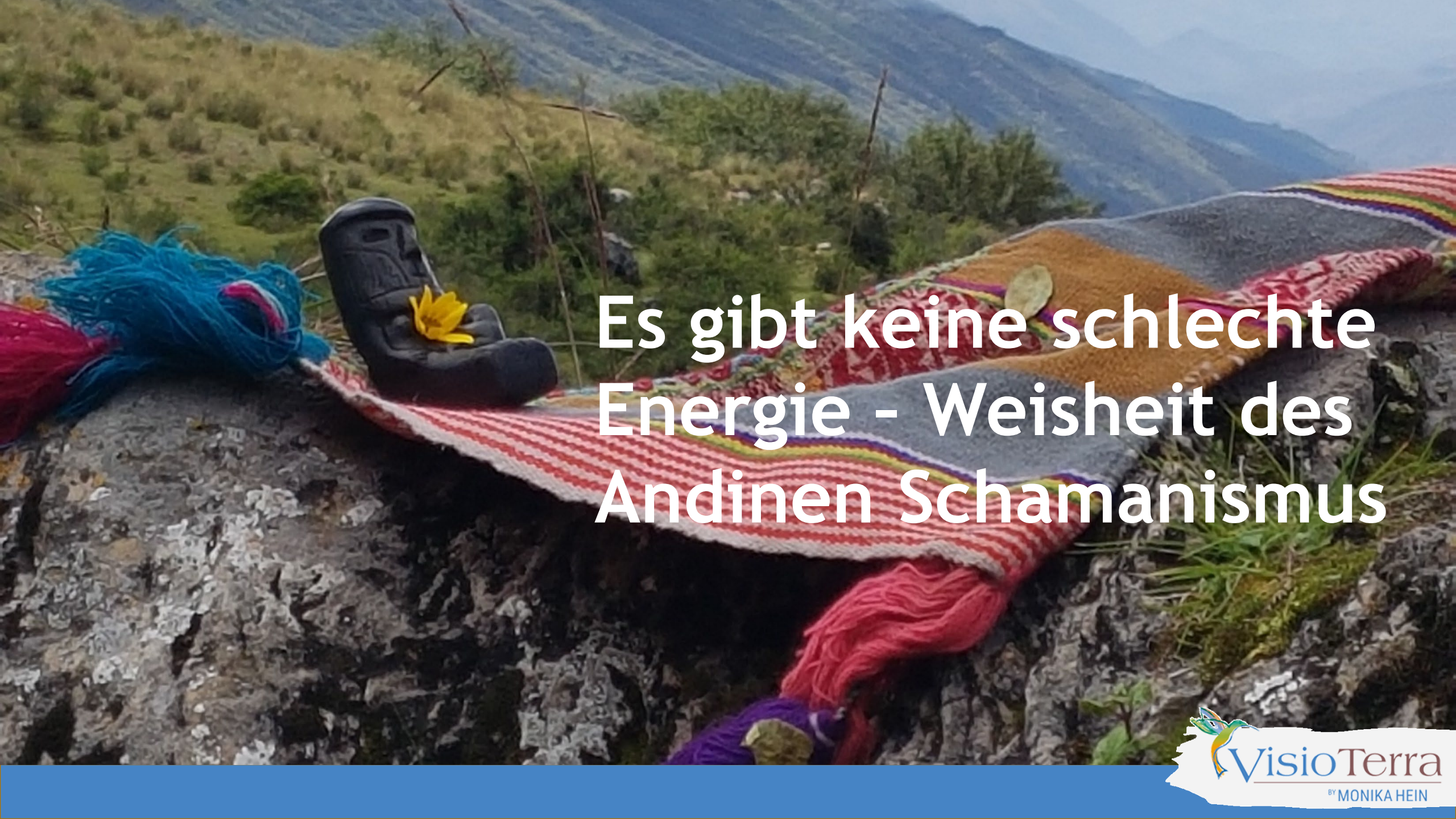


A photograph of a mountain landscape. In the foreground, a colorful woven textile with red, white, and rainbow stripes is draped over a dark, jagged rock. A black mask with a yellow flower is placed on the textile. To the left, there are bundles of blue and red yarn. The background shows a steep, grassy mountain slope under a clear sky.

Es gibt keine schlechte Energie - Weisheit des Andinen Schamanismus

Herzlich Willkommen

Monika Hein

Schamanin, Freiheitscoach, Vision Quest Guide

Ich helfe dir, alte Geschichten zu beenden und neue zu schreiben.



Einer meiner wichtigsten persönlichen Werte ist Freiheit, gepaart mit Verantwortung.

Ich bin eine, die keine faulen Kompromisse verträgt. Ich liebe es, etwas zu gestalten, zu entwickeln und umzusetzen. Dabei übernehme ich auch gerne den Lead, statt auf andere zu warten.

Der Name "VisioTerra" steht dafür, eine Vision zu entwickeln und auf die Erde zu bringen. Der Colibrí im Logo symbolisiert den Mut, dem inneren Ruf zu folgen.

Meine "Medizin" ist es dabei zu helfen, alte Geschichten zu beenden und neue zu schreiben.

Dafür unterstütze ich Menschen schamanisch, im Medizinrad-Coaching, sowie in Kursen und Gruppen.

Sei wer du bist und tu was du liebst ♥

Sei erfolgreich DU!

Wie ich selbst in Kontakt mit dem Wissen kam - und wie es mich verändert hat





VisioTerra

BY MONIKA HEIN





Darum geht's heute:

- Warum es keine „schlechte“ Energie gibt und was dich wirklich blockiert
- wie du erkennst, wann und wo Energie stagniert
- Wie du belastende Energien erkennen und wandeln kannst
- wie du dich jederzeit mit deiner Kraftquelle verbindest
- eine einfache Praxis, um belastende Energie zu transformieren
- wie du bewusst wählst, auf welcher Frequenz du (re-)agieren möchtest – und so aus der Opferrolle heraus kommst

Die andine Cosmovision

Drei Begriffe sind für uns heute wichtig:

Hucha Schwere, dichte, stagnierende Energie

Sami Leichte, fließende, nährenden Lebensenergie

Ayni Das Gesetz der Gegenseitigkeit

Hucha - Wie du schwere Energie erkennst:

- Du ziehst dich verletzt zurück – obwohl du dir eigentlich Nähe wünschst
 - Du gibst viel – aber innerlich wirst du leer, weil wenig zurückkommt
 - Du bist sauer, aber sprichst es nicht aus – und der Groll bleibt bei dir
 - Du funktionierst den ganzen Tag – aber abends bist du erschöpft und aufgewühlt
 - Du willst ruhig bleiben – und reagierst doch automatisch auf alte Muster
- >> Die Energie fließt nicht mehr frei. Sie staut sich oder geht nur in eine Richtung

Sami - Wie du leichte Energie erkennst:

- Du bist aufgeschlossen und offen – ohne zu werten
 - Du gibst grosszügig – ohne zu erwarten
 - Du kannst für dich eintreten – ohne dich verteidigen zu müssen
 - Du fühlst dich voller Energie – und kannst daraus schöpfen
 - Du bist dir deiner Prägungen bewusst – und kannst liebevoll damit sein
- >> Du kannst nichts geben, das du nicht hast. Also Sorge zuerst gut für dich selbst.

Ayni - Das Prinzip der heiligen Gegenseitigkeit

"Ayni wirkt immer und überall, ob du das willst oder nicht."

- Gleichgewicht, heiliger Austausch, Balance.
- Bewusst entscheiden, womit wir in Resonanz gehen.
- "Du kannst nicht einatmen, ohne auszuatmen."
- Wichtig: Nicht mit Hucha in Ayni gehen!

Wandeln von Hucha in Sami

Formen für das Wandeln schwerer Energien sind z.B.:

- Samay: Die Kraft des Atems – um zu transformieren
- Saminchay: Segnung mit Sami für heilige Zeit und heiligen Raum
- Q'apachi: heiliger weisser Rauch

Zeit für Fragen und Austausch

*Schreibe gerne
in den Chat*

*Danke, dass du
dabei warst 😊*

*Melde dich gerne bei mir,
wenn du mehr wissen
willst.*

<https://visioterra.ch>

