

Doppelte Bewusstseinsweiterung

„Dialog der Hände“ und „Akrostichon“

Kennst Du das „Akrostichon“?

Das „Akrostichon“ ist ein Spiel mit Worten, das Dir helfen kann, Dich selbst, andere Personen, aber auch abstrakte Begriffe zu durchleuchten.

Ich liebe sowohl den „Dialog der Hände“ als auch das „Akrostichon“, weil beide Techniken großartige Werkzeuge zur Bewusstseinsweiterung sind. Und besonders liebe ich es, sie miteinander zu kombinieren!

In diesem Bonus zeige ich Dir mein „Akrostichon“ zum „Dialog der Hände“: und empfehle Dir, dieses auch mit Deinen eigenen Begriffen zu gestalten.

Denn damit werden sich Dir sicher noch weitere Einsatzmöglichkeiten zeigen.

Die Technik funktioniert so, dass Du den Namen (bei einem Menschen) oder den Begriff senkrecht am linken Rand des Blattes untereinander schreibst. Und dann finde zu jedem einzelnen Buchstaben ein Wort, das damit beginnt und zu Deinem ursprünglichen Begriff passt. Oder auch mehrere.

Wenn Du beispielsweise ein „Akrostichon“ zu jedem Deiner Namen (Vornamen, Familiennamen, Mädchennamen, Kosenamen) schreibst, dann wirst Du erstaunt sein über die Aha-Erlebnisse und tiefen Einsichten, die Dir dieses Spiel mit Worten beschert.

In unserem Fall schreiben wir DIALOG DER HÄNDE untereinander und finden zu jedem Buchstaben ein Wort, das wir damit assoziieren.

Dann fragen wir uns, was diese Assoziation bedeutet und was wir daraus profitieren können.

Übrigens spricht nichts dagegen, aus einem besonders interessanten Begriff, der Dir in den Sinn kommt, ein weiteres „Akrostichon“ zu gestalten.

Lass Dich von meinen Beispielen inspirieren!



D – Dankbarkeit, Dehnung, Dom-Bauer, Damm
I – interessante Inhalte, Inselbegabung, Irrtum
A – Aufmerksamkeit, Abschluss, Abendritual, Anschluss
L – Leichtigkeit, Liebe, Lernen, Lösung
O – Öffnung, originelle Optionen, Offenbarung
G – Grenzen, Gleichgewicht, ganzheitlich, gehaltvoll
D – Druck, Durchgaben, Daheim, Deutung
E – Emotionen, Einsicht, erwachen, erfreulich
R – Reichtum, Räume, Rede, richtigstellen
H – Hürden, Heilung, Hoffnung, Horizont, Hellseher
Ä – Ängste, Ähre, Äußerung, Ärger
N – Neigungen, Neues, nützlich, Notbremse
D – Dichtung, Domino, Disziplin, Duett
E – Endorphine, echt, Ehrlichkeit, Ernte

Fragst Du Dich nun, was all das für einen Sinn und Zweck hat?

Nun, im Buch, zu dem Du diesen Bonus bekommst hast, biete ich Dir zu jedem Buchstaben jeweils ein Wort.

Hier habe ich noch weitere Begriffe für Dich gesammelt. Und ich zeige Dir, was ich aus den einzelnen Assoziationen profitieren konnte.

Und was natürlich auch für Dich wertvoll sein kann. Aber ich bin sicher, dass Du noch ganz eigene Assoziationen findest.

Und genau dazu möchte ich Dich anregen. Lass Dich also von meinen Einsichten und Erkenntnissen zur weiteren Reflexion inspirieren!



Hier sind also meine Botschaften aus diesem „Akrostichon“:

DIALOG / D

* **Dankbarkeit** – der „Dialog der Hände“ erfüllt mich in seiner Ergiebigkeit jedes Mal wieder mit Dankbarkeit!

Und natürlich freue ich mich, wenn es mir gelingt, Dich mit meiner Begeisterung für das zweihändige Schreiben anzustecken.



* **Dehnung** – das zweihändige Schreiben hilft Dir, Deinen Geist auszuweiten, also zu dehnen.

* **Dom-Bauer** – das ist ein Begriff aus einer Geschichte, die ich gern erzähle.

Ein Glücksforscher geht bei einer Baustelle vorbei und fragt die Arbeiter, was sie denn da täten. Der eine bezeichnet seine Tätigkeit als „Stana Klopf’n“. Der zweite meint, er müsse Geld verdienen, um seine Familie zu ernähren. Der dritte antwortet majestätisch: „Ich baue einen Dom!“

Tatsächlich kann dieser spezielle Dialog auch Dir helfen, in Deiner (vielleicht eher langweiligen) Tätigkeit das Dom Bauen zu erkennen.



* **Damm** – ja, die Befragung meiner linken Hand hat mir schon zu manchem Dammbuch verholfen und allerlei Blockaden hinweg schmelzen lassen.

Und wird das vermutlich auch für Dich tun.



DIALOG / I

* **Interessante Inhalte** – bringt er unweigerlich immer wieder zutage.

* **Irrtum** – auch Deine linke Hand wird Dir helfen, den einen oder anderen Irrtum zu revidieren.

* **Inselbegabung** – eine solche konnte ich tatsächlich mit dieser Technik entdecken. Und genauso wird es Dir vermutlich gehen, wenn Du Dich darauf einlässt.



DIALOG / A

* **Abendritual** – ich zelebriere das Zweihandschreiben immer gern als Abendritual. Einerseits, um den Tag abzuschließen. Andererseits um mich auf die Nacht einzustimmen. Und das möchte ich auch Dir ans Herz legen.

- * **Abschluss** – und er wird Dir helfen, Überholtes mit Leichtigkeit und Eleganz abzuschließen.
- * **Anschluss** – weil es auch Dir helfen wird, Anschluss zu finden an Deinen Seelenplan.
- * **Aufmerksamkeit** – der „Dialog der Hände“ wird den Fokus Deiner Aufmerksamkeit auf Dinge richten, die Du davor nicht bewusst wahrgenommen hast.



DIALOG / L

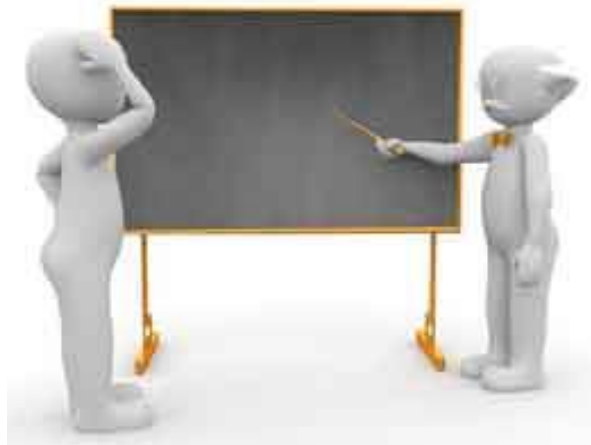
- * **Leichtigkeit** – ja, ich mag vor allem die Leichtigkeit, mit der bisher verborgene Bewusstseinsinhalte ans Licht kommen. Und auch Du wirst sie schätzen.
- * **Liebe** – besonders beglückend ist der Liebesbrief an mich selbst aus meiner linken Hand, die ja vom Herzen kommt.

Wann schreibst Du Dir Deinen – vielleicht ersten? – Liebesbrief?



- * **Lösung** – und er wird Dir zahlreiche Lösungen für herausfordernde Probleme schenken.

* **Lernen** – dieser Dialog wird auch Dich so manches lehren, wozu Du anders nicht Zugang finden würdest.



DIALOG / O

* **Originelle Ideen** – er schenkt Dir originelle Ideen und bisher ungeahnte Optionen in Entscheidungssituationen.

* **Optionen** – und öffnet Dir neue Optionen.

* **Offenbarung** – es wird Dir phantastische Offenbarungen schenken, die Dein Leben zum Positiven verändern werden.

Vielleicht sogar die Offenbarung Deiner Alleingeburt?

* **Öffnung** – das Zweihandschreiben öffnet Dich für die Einflüsterungen Deiner Seele, oder auch für Deine innere Stimme, Dein höheres Selbst, Deinen göttlichen Anteil.



DIALOG / G

* **Grenzen** – der „Dialog der Hände“ hilft Dir, die Grenzen, die Deine linke Gehirnhälfte Dir setzt, zu überschreiten.

* **Ganzheitlich** – und hilft Dir, ganzheitlicher zu denken.

- * **Gehaltvoll** – die Inhalte sind immer gehaltvoll, Du wirst es erleben, wenn Du Dich darauf einlässt!
- * **Gleichgewicht** – und er schafft ein wohltuendes Gleichgewicht zwischen Deinen beiden Persönlichkeitspolen.



DER / D

- * **Druck** – mir hilft diese Technik immer wieder, Druck abzulassen. Und Dir wird es ähnlich gehen.
- * **Durchgaben** – die Durchgaben Deiner Seele über Deine linke Hand sind immer wertvoll, horizontweiternd, beglückend...
- * **Deutung** – oft wird Dir Deine linke Hand helfen, Dir die Botschaften Deiner Seele, die Du nicht gleich verstehst, zu verdeutlichen.
- * **Daheim** – mir vermittelt das Schreiben mit der linken Hand ein Daheimgefühl.

Geht es Dir ähnlich?



DER / E

- * **Emotionen** – der „Dialog der Hände“ wird Dir auch helfen, Deine Emotionen auszuloten und besser zu verstehen.
- * **Erwachen** – in manchen Momenten wird es Dir erscheinen, als würdest Du gerade erst erwachen.

- * **Erfreulich** – mithilfe dieser Technik wird Dein Leben eine erfreuliche Wendung nehmen.
- * **Einsicht** – und er wird Dir wertvolle Einsichten schenken.



DER / R

- * **Räume** – und Dir Bewusstseinsräume erschließen, die Dir bisher verborgen waren.
- * **Rede** – Du kannst ihn übrigens auch nützen, um eine Rede, ein Referat oder einen Vortrag vorzubereiten.
- * **Richtigstellen** – aber auch um mit Anderen Missverständnisse richtigzustellen und Harmonie zu schaffen. Vor allem mit Menschen, mit denen die Kommunikation nicht reibungsfrei läuft, ist das sehr wertvoll.
- * **Reichtum** – der Zweihanddialog wird Dir Deinen enormen inneren Reichtum vor Augen führen.



HÄNDE / H

- * **Heilung** – diese Technik wird Deine Heilung beschleunigen, wenn Du sie nützt, um mit erkrankten Organen zu kommunizieren.

Dazu gibt es übrigens auch mein Buch: „[Körperbriefe](#)“, das Dir helfen kann, die Botschaften Deiner Seele noch besser zu verstehen

- * **Hürden** – und sie wird Dir helfen, Hürden zu überwinden, die Dich bisher massiv belastet haben.
- * **Hoffnung** – ja, der „Dialog der Hände“ schenkt Dir Hoffnung, wenn Du gerade einen Durchhänger hast.
- * **Horizont** – und er erweitert Deinen Horizont.
- * **Hellseher** – manchmal wirst Du Dir vorkommen wie ein Hellseher, weil Deine linke Hand Dir Dinge verrät, die Du über direkten Weg nicht wissen kannst.

Erinnere Dich an das Versprechen einer großen Überraschung, von der ich Dir im Buch erzählt habe.



Diese war tatsächlich weit größer als groß.

Und es wäre unmöglich gewesen, sie auf natürlichem Weg vorher zu sehen.

Also frage ich mich heute noch, wie meine linke Hand davon Kenntnis haben konnte...

HÄNDE / Ä

- * **Ängste** – die Integration Deiner beiden Gehirnhälften wird Dir auch helfen, besser mit Deinen Ängsten umzugehen.
- * **Ähre** – eine Ähre ist für mich ein Symbol für Fruchtbarkeit. Und wahrlich: diese Technik macht uns ungeahnt fruchtbar.
- * **Änderung** – der „Dialog der Hände“ wird Dir helfen, leichter mit nötig gewordenen Veränderungen umzugehen. Einfach weil du verstehst, warum sie notwendig sind. Und weil Du in Resonanz mit Deiner Seele leichter Zugang zu Deinem Vertrauen hast.
- * **Äußerung** – sie wird Dir auch helfen, Dinge auszudrücken und Dir vom Herzen zu schreiben, die Du in der direkten Aussprache nicht äußern kannst.

- * **Ärger** – und Dir damit helfen, unnötigen Ärger aufzulösen.



HÄNDE / N

- * **Neues** – und er wird Dir immer wieder wertvolles Neues mitteilen.
- * **Nützlich** – vor allem nützliches Neues.
- * **Notbremse** – zuweilen wird er Dich auch dazu anregen, die Notbremse zu ziehen. Etwa, wenn Du gerade auf dem Weg in die nächste Sackgasse bist.
- * **Neigungen** – über den „Dialog der Hände“ wirst Du bisher verborgene Neigungen entdecken. So kannst Du das in Dir angelegte Potenzial weiter ausschöpfen.



HÄNDE / D

- * **Dichtung** – das Zweihandschreiben wird auch Dir, wenn Du das möchtest, wunderschöne Gedichte schenken.
- Mir hat meine linke Hand ein interessantes Gedicht zur Zahl 8 geschenkt – Du findest es in der Erweiterung zu diesem Buch.

- * **Domino** – und es mag so etwas wie einen Domino-Effekt auslösen. Etwa, wenn es Dir einen Hinweis gibt, der Dir weitere neue Einsichten eröffnet und so weiter.
- * **Disziplin** – allerdings braucht es Disziplin, um den Dialog der Hände wirklich in Deinen Alltag einzubauen. Und dann auch durchzuhalten – als regelmäßiges Ritual und bei speziellen Anlässen.
- * **Duett** – im Grunde ist der „Dialog der Hände“ ein Duett zwischen Deinen beiden Gehirnhälften. Und damit zwischen Deinen beiden Persönlichkeitspolen.



HÄNDE / E

- * **Endorphine** – ja, er wird Dir immer wieder Endorphine schenken, das kann ich Dir versprechen.
- * **Echt** – aber er lässt Dich auch authentisch und echt sein. Besonders dann, wenn Du mit Deinem Herzen kommunizierst. Also direkten Zugang zu Deiner Seele findest.
- * **Ehrlichkeit** – weil Dein Herz immer echt und ehrlich ist. Dein Herz, Deine innere Stimme, Deine Seele verstellen sich nicht. Sie tragen auch keine Masken.
- * **Ernte** – ja, ich verspreche Dir reiche Ernte, wenn Du diese großartige Technik zur Bewusstseinsweiterung in Deinen Alltag aufnimmst!



Und ich hoffe sehr, dass ich Dich mit meiner Begeisterung anstecken kann 😊.