

## **Gruppenimagination: Motiv „Blume“**

Stelle Dir eine Blume vor... Irgendeine Blume...

Lasse Bilder und Vorstellungen aufsteigen und nimm einfach an, was kommt.

Vielleicht ist das eine Blume, wie es sie hier auf der Erde gibt oder nur in Deiner Fantasie... Alles was kommt, ist recht...

Nimm Dir Zeit, die Blume in aller Ruhe wahrzunehmen und zu erkunden. Vielleicht nimmst Du sie am Anfang auch nur schemenhaft wahr oder du siehst nur Ausschnitte oder es tauchen mehrere Blumen gleichzeitig auf. Warte einfach geduldig ab, bis sich etwas in den Vordergrund schiebt oder Deine Aufmerksamkeit besonders anzieht.

Wie sieht die Blume aus?

Wie groß oder klein ist sie?

Wo befindet sie sich?

Welche Farben kannst Du wahrnehmen?

Wie sind ihre Blüte, ihr Stängel, ihre Blätter und Wurzeln genau beschaffen?

Vielleicht kannst Du sie auch berühren? Wie fühlt sie sich an? Was nimmst Du da wahr?

Vielleicht hat sie auch einen Duft?

Was fällt Dir noch auf an der Blume?

Nimm Dir Zeit, sie mit allen Sinnen zu erkunden.

Wie wirkt sie auf Dich?

Wie fühlst Du Dich, wenn Du sie da so siehst?

Wonach ist Dir da? Erlaube Dir, Deinen Impulsen zu folgen.

Und vielleicht hat die Blume auch eine Botschaft für Dich?