

Gemeinsam Fantasie Reisen

08.04.2020, 11:42 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Innere Staerke*

Gemeinsam auf Traumreise

TESTEN: FANTASIEREISEN FÜR
PAARE UND DIE GANZE
FAMILIE
WWW.INNERESTAERKE.COM



Reisen ist verboten. Es sei denn es handelt sich um einen dringenden geschäftlichen Zweck. Die Bürger sind angehalten, "generell auf private Reisen und Besuche auch von Verwandten zu verzichten." In der Corona-Krise ist es untersagt, mal kurz von Berlin am Wochenende an die Ostsee zu fahren, um den Blick über dem Meer zu entkrampfen. Selbst der Ausflug in den Park macht nur noch halb so viel Freude, seitdem man darauf achten muß, Abstand zu halten. Es herrschte eine seltsam gedrückte Stimmung, die nicht zum Frühling passen will. Doch Reisen und Urlaub machen, sind ein wichtiges Instrument, um sich zu entspannen und Abstand zu den Problemen des Alltags zu finden.

Gibt man Menschen einen höheren Geldbetrag, den sie für eine wichtige Anschaffung, beispielsweise eine neue Schrankwand oder einen aufwendige Aktivität wie den Urlaub ausgeben können und fragt man ein paar Wochen und Monate nach dieser Investition, wie es den Menschen geht, findet sich ein erstaunlich eindeutiges Bild. Wer reist, ist glücklicher. Generell gilt, wer sein Geld in Erfahrungen anstatt in Anschaffungen investiert, hat auf Dauer mehr davon. Das klingt im ersten Moment absurd. Das neue Schlafzimmer kann man noch nach Jahren nutzen, die Reise um die Welt ist dann längst Erinnerung. Es sind aber gerade diese Erinnerungen, die einem das Gefühl geben, das Leben zu nutzen. Beim Rückblick auf das eigene Leben, freut man sich weniger über den neuen Riesenfernseher, den man sich einst gegönnt hat, als über die Erlebnisse in fernen Ländern gemeinsam mit Freunden oder der Familie. Noch eine andere Beobachtung der Wissenschaft paßt dazu. Für den zufriedenen Lebensrückblick ist es relativ unerheblich, was wir erlebt haben. Erfolg und Mißerfolg verwischen sich im Laufe der Zeit. Entscheidend ist, daß etwas passiert. Es kommt darauf an, daß man etwas ERLEBT, egal was.

Auf die Dauer wird Netflix und Amazon Prime die Menschen also nicht glücklicher machen, mögen dort auch noch so viele aufregende Blockbuster für einen Appel und ein Ei verfügbar sein. Andere beim Erleben zu beobachten kann eine Zeitlang zur Zerstreuung beitragen, doch wer nur noch auf der Couch liegt und den anderen beim Reisen zusieht, wird sich schon bald langweilen und leblos fühlen.

Nun kann man in den eigenen Wänden eine Menge erleben. In guten Zeiten besuchen einem Freunde oder man hat mit den Kindern leidenschaftlich Mensch ärgere dich nicht oder das Spiel des Lebens gespielt. Kochen, gemeinsam essen und andere natürliche Dinge, die den Körper erfreuen, lassen sich auch und gerade in der eigenen Wohnung erleben. Mit dem Reisen ist das aber so eine Sache. Wer einen Garten hat, hat es leichter. Er kann vor die Terrassentür treten und eine Mini-Reise in den Frühling machen. Wem diese Verbindung allerdings nicht möglich ist, weil er nicht mal einen Balkon, geschweige denn einen Garten sein eigen nennen darf, der kann immer noch die Augen schließen und in der Fantasie das Weite suchen. Die Gedanken sind frei, sagt man, und in der Fantasie ist sogar das Reisen kostenlos und nahezu grenzenlos möglich. Kombiniert man diese Reise mit einem Besuch beim eigenen Unbewußten, ist der Mehrwert

gegenüber dem Fernseher schon garantiert.

Auf der inneren Reise zu einem selbstgewählten Ort wie einem Bergplateau oder einem wundervollen Strand kann einem die Lösung für so manches Problem begegnen. Hier nimmt sich das Fantasiereisen nichts gegenüber dem wirklichen Reisen. Beides ist Entspannung und Inspiration zugleich. Wer schon einmal in einem fremden Land war, weiß, daß die andere Kultur viele Sichtweisen der Welt in Frage stellt. Der Verkehr kann nicht nur auf der falschen Straßenseite ablaufen, es ist auch möglich zum Frühstück Steak zu essen und auf Friedhöfen Feste zu feiern. Das Fremde hilft die eigenen Grenzen im Kopf zu überwinden. Bei der Traumreise trifft man vielleicht auch auf etwas Unerwartetes. Jemand gibt einem vielleicht ein Geschenk oder man liest eine Botschaft an der Wand. Die Antwort auf die Fragen, die man in sich trägt, muß nicht offensichtlich sein. Ein Symbol ist ein wunderschönes Souvenir, an das man noch lange denkt und das die Kreativität im Alltag wach küssen kann. Es ist ein Osterei, das man nur findet, wenn man bei sich selbst, im eigenen unbewußten Garten der Wünsche, sucht.

Wer eine schöne Traumreise machen will, findet zahlreiche Anregungen im Internet. Auf YouTube gibt es eine ganze Reihe von Kanälen und Reisebegleitern. Es genügt einfach „Fantasiereise“ in das Suchfeld einzugeben und eine ganze neue Welt öffnet sich.

Üblicherweise macht man solche Reise allein, nur in Begleitung einer freundlichen Stimme. Doch das muß nicht so sein. In Workshops macht man auch Gruppenreisen. Der Trainer ist der Reiseleiter. Seine Stimme führt einen bei geschlossenen Augen in einen Trancezustand, der die Fantasie stimuliert und das Unbewußte einlädt.

Eine Traumreise läßt sich auch sehr schön zu Hause gemeinsam mit dem Partner oder sogar der ganzen Familie machen. Sie wird so zum gemeinsamen Erlebnis. Und wie könnte es anders sein, als daß bei der Nachbetrachtung höchst unterschiedliche Sichtweise und Beobachtungen miteinander verglichen werden können. Der Freund hat die gleiche Reise gemacht, er hat denselben Text und dieselbe Musik gehört, und doch etwas vollkommen anderes gesehen und erlebt.

Man darf sich bei einer Traumreise in der Familie und unter Freunden auch berühren, was in Seminaren eher ungewöhnlich ist. So bleibt man stets verbunden. Es mag sogar sein, daß man den einen oder anderen zusätzlichen Impuls von seiner Reisebegleitung in Form eines Händedrucks oder auch einem unerwarteten Geräusch wie einem wohligen Seufzer erhält. Selbst beim Träumen bleibt man in Verbindung. Das Reisen kann diese Verbindung vielleicht sogar intensivieren.

Besonders gelingen sollte das, wenn man in Anschluß miteinander spricht und die inneren Urlaubsbilder miteinander vergleicht. Traumreisen haben viel mit Selbsterfahrung zu tun. Man lernt etwas über sich, seine Bedürfnisse und die verborgenen Lösungen, die in einem schlummern. Wenn man danach miteinander spricht, erfährt man aber auch viel über einen anderen Menschen und seine innere Erlebniswelt. Idealweise inspiriert sich beides. Wenn Menschen mehr voneinander wissen und von ihren individuellen Erfahrungen lernen, kann es mehr als nur eine einfache Traumreise gewesen sein. Es wird zu einer Reise zu sich selbst, zu anderen Menschen, vielleicht einer anderen Kultur des Miteinanders, die glücklich macht. Einen Menschen. Ein Paar. Eine Familie. Reisen ist verboten. Träumen nicht. Geschäftlich wie privat.

Portrait

Innere Stärke bietet Trainings und Coachings mit den Schwerpunkten Stressprävention, Burn-Out-Prophylaxe und soziale Kompetenz. Die Trainings sind wissenschaftlich fundiert und auf den Transfer in den Berufsalltag und die Freizeit der Menschen abgestimmt. Personalentwicklung state of the art.

News-ID: 1083323 • Views: 719 (Stand: 07.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1083323/Gemeinsam-Fantasie-Reisen.html>