

A young girl with long brown hair, wearing a crown of yellow dandelions and a pink dress, is smiling and holding a dandelion seed head in a lush green field of dandelions. The background is a soft-focus field of similar flowers.

Maria Leontaridis

# Meine Blumenwiese

7 Fantasiereisen

Alters-  
empfehlung:  
4-99 Jahre

# Trackliste

- |    |                 |       |
|----|-----------------|-------|
| 1. | Blumenwiese     | 04:28 |
| 2. | Lieblingsblume  | 05:44 |
| 3. | Wunderteppich   | 04:06 |
| 4. | Regenbogen      | 04:58 |
| 5. | Schutzengel     | 04:30 |
| 6. | Heiliger Ort    | 04:55 |
| 7. | Zauberschachtel | 05:00 |

**Gesamtlaufzeit:** 34 Minuten

# Über mich



**Maria Leontaridis** arbeitet als Life Coach und Traumatherapeutin.

Ihre Klienten kämpfen mit Ängsten, Unsicherheiten und Orientierungslosigkeit, deren Wurzeln meist bis in die Kindheit reichen. Der Fokus nach innen, weg vom Außen hilft und gibt einen sicheren Halt im Leben.

Um diesen Fokus schon früh zur Gewohnheit zu machen, hat Maria für ihre Tochter, ihren Freunden und den Nachbarskindern diese Kindermeditationen kreiert und immer wieder durchgeführt.

## Anwendungsempfehlung

Jeden Tag nur eine Fantasiereise hören, nicht mehr.  
Nachmittags als aktive Pause (Kurzurlaub)  
in den Alltag einbauen.

«Ich widme dieses Hörbuch Urs Honauer,  
der mich eine für mich völlig neue und heilende Art  
der Begegnung gelehrt hat.»

Maria Leontaridis

# Impressum

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar: <http://www.dnb.de>

Leontaridis, Maria (2021):  
*Meine Blumenwiese. 7 Fantasiereisen.*  
Leipzig: Draksal Fachverlag.  
ISBN 978-3-86243-287-5

## **Gesamtherstellung**

Draksal Fachverlag  
Postfach 10 04 51  
D-04004 Leipzig  
[www.draksal-verlag.de](http://www.draksal-verlag.de)

**Sprecherin:** Maria Leontaridis

**Sprachaufnahmen:** Tim Baumgartner

**Editing, Mixing, Mastering:**

Waxmood Tonstudio, André Rauch

**Sounddesign:** Michael Draksal

**Bildnachweis:** Cover und Booklet (S. 1) von [iStockphoto.com](https://iStockphoto.com): 1224440897 © AMilkin, Portrait Maria Leontaridis: © Maria Leontaridis

**© 2021 Draksal Fachverlag GmbH**

Alle Rechte vorbehalten

Alle Ratschläge, Gedanken und Tipps beruhen auf Erfahrungen und Meinungen des Autors. Sie wurden nach bestem Wissen und Gewissen und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist eine Haftung des Verfassers bzw. des Verlages für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ausgeschlossen. Das Werk einschließlich aller Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck oder Reproduktion (auch auszugsweise) in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder anderes Verfahren) sowie die Einspeicherung, Verarbeitung, Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe elektronischer Systeme jeglicher Art, gesamt oder auszugsweise, ist ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Verlages untersagt. Alle Übersetzungsrechte vorbehalten.

# Meine Blumenwiese

## Eine Woche heile Welt

Dieses Hörbuch bietet 7 Fantasiereisen, die aufeinander aufbauen. Höre jeden Tag nur eine Geschichte. Als aktive Pause, als Hörerlebnis, als Kurzurlaub im stressigen Alltag.

Die Kindermeditationen sind für Kinder ab 4 Jahren erstellt worden, eignen sich jedoch auch für «große Kinder», Stichwort: inneres Kind.

Wirkungen: Entspannung, Erholung, Inspiration, Loslassen, Ablenkung, neue Energie tanken, kreativ werden, Selbstvertrauen aufbauen, Emotionskontrolle, verbesserte Schlafqualität, ein Lächeln auf den Lippen.

[www.managingchange.ch](http://www.managingchange.ch)

