

M A C H Z U D E I N L E B E N
E I N E M

MEISTERWERK

21.12.2019 - 02.01.2020

- Das Arbeitsheft -

Tag 2

Februar: Klarheit gewinnen.



Puhh...

Da habe ich dich gestern einiges erarbeiten und durchmachen lassen. Aber keine Sorge, heute wird es dafür leichter. Die wichtigen Grundlagen haben wir gestern geschafft.

Wie angekündigt, war das der erste und heute ist der letzte Tag, an dem wir uns mit der Vergangenheit beschäftigen werden.

Geh zurück zum gestrigen Heft und betrachte die Tabelle mit den Begriffen, die du gestern eingefärbt hast und höre dir die Audiodatei des heutigen Tages an.

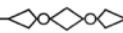
Lege das Arbeitsheft von gestern nun zur Seite und mache dir die folgenden drei Dinge klar:

1. Nichts ist gut oder schlecht. Es ist immer beides. Was überwiegt, hängt von deiner Einstellung dazu ab.

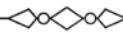
2. Sei Dankbar für die Dinge, die nicht geklappt haben oder die nicht so verlaufen sind, wie du es dir vorgestellt hast.

3. Es gibt nur eine Person, die sich um dich kümmern kann und das bist du selbst. Niemand sonst ist verantwortlich dafür wie du dich fühlst und niemand sonst sollte dafür verantwortlich sein.

Nimm dir diese Worte zu Herzen. Notiere sie dir in einem Notizbuch.



Lass die Vergangenheit los.
Du bist nicht diese Ereignisse.
Du bist nicht deine Geschichten.
Du bist nicht deine Erinnerungen.
Du bist.
In jeder Sekunde.
Und du hast die Wahl.
In jeder Sekunde.
Wer willst du morgen sein?



Hausaufgabe

Ziehe heute einen zweiten Wunsch von deinem Stapel.

Lese ihn nicht.
Vernichte ihn.

Danke dem Universum für dessen Erfüllung.

