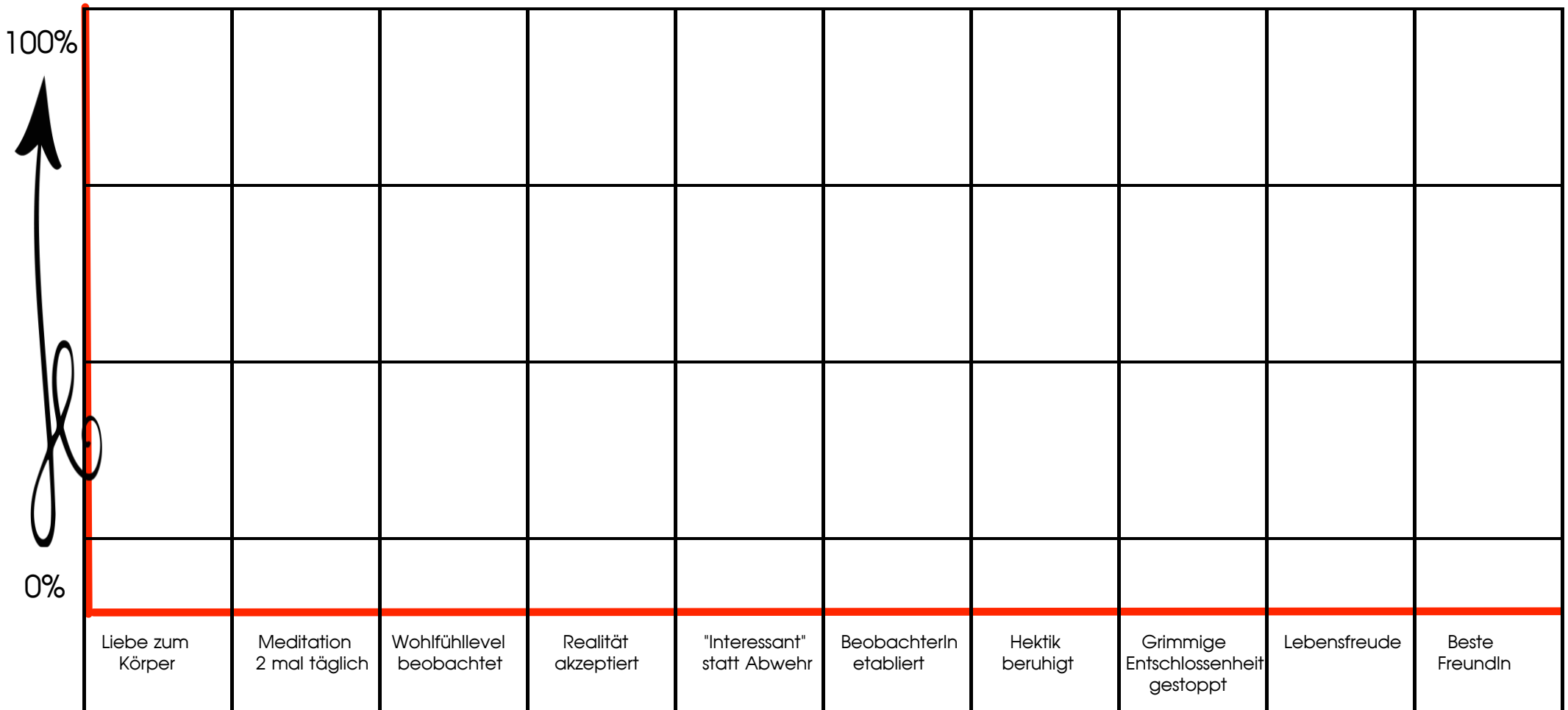


Von der Sehnsucht zur Erfüllung

Tag/Woche:



Ich achte und **liebe meinen Körper**.
 Ich habe zwei Mal am Tag **meditiert** und für Stille gesorgt.
 Ich bemerkte es, wenn mein **Wohlfühllevel sank und erkannte warum**.
 Ich habe mich **nicht mit der Realität angelegt**.
 Ich lerne mehr und mehr **die Welt als "Interessant"** zu betrachten.

Ich bin in Kontakt mit meiner/m liebevollen inneren **BeobachterIn**.
 Ich habe **Hektik bemerkt** und beruhigt.
 Ich habe **grimmige Entschlossenheit gestoppt**.
 Ich habe mich an meinem **Leben erfreut**.
 Ich war **mein/e beste/r FreundIn**