Widerstand kostet Energie und Kraft

Wo in deinem Leben bist du im Widerstand und sagst Nein, zu dem was ist? Das, was uns in Situationen schmerzt, ist nicht die Situation selbst, sondern der Widerstand in uns, die Situation zu akzeptieren oder anzunehmen. Wo kämpst du gegen das, was schon längst da ist?

Wo in deinem Leben sagst du Nein zu dem was ist?

.....

.....

.....

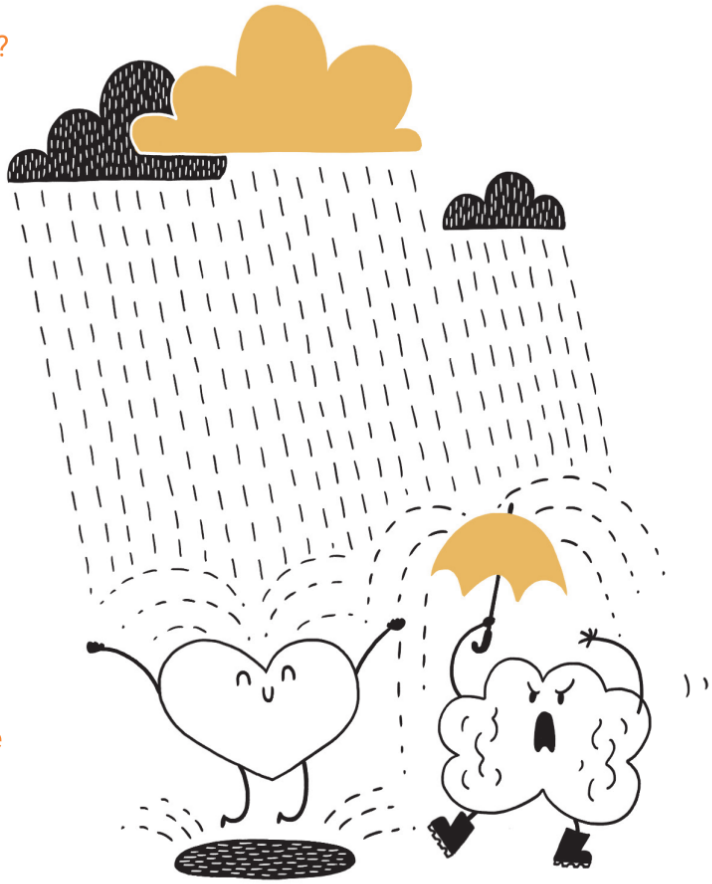
.....

.....

.....

.....

.....



Wo glaubst du sollte etwas anders sein? Was hätte anders laufen sollen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wie könntest du heute üben den Widerstand gegen das was gerade ist loszulassen?

.....

.....

.....

.....

Meine Notizen