

Datum:

Woche:

Wenn ich meinem Leben heute mehr Bewusstheit entgegenbringe,

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Wenn ich heute für meine Wahlentscheidungen und für mein Handeln mehr Verantwortung übernehme,

Wenn ich heute mehr darauf achte, wie ich mit Menschen umgehe,

Wenn ich meinen Energiepegel heute um 5 Prozent erhöhe,

Datum:

Woche:

Wenn ich den Beziehungen, die mir wichtig sind, 5 Prozent mehr Bewusstheit entgegenbringe,

Wenn ich meinen Unsicherheiten 5 Prozent mehr Bewusstheit entgegenbringe,

Wenn ich meinen innersten Bedürfnissen und Wünschen 5 Prozent mehr Bewusstheit entgegenbringe,

Wenn ich meinen Emotionen 5 Prozent mehr Bewusstheit entgegenbringe,

Datum:

Woche:

Wenn ich Zuhören wie einen kreativen Vorgang behandle,

Wenn ich darauf achte, wie andere durch die Qualität meines Zuhörens berührt werden,

**Wenn ich meinen Umgang mit anderen Menschen heute mehr Bewusstheit
entgegenbringe,**

**Wenn ich mich in die Pflicht nehme, fair und wohlwollend mit anderen Menschen
umzugehen,**

Datum:

Woche:

Wenn ich meinen Aktivitäten heute mit einem höheren Selbstwertgefühl nachgehe,

Wenn ich meinem Umgang mit anderen heute ein höheres Selbstwertgefühl einbringe,

Wenn ich mich heute 5 Prozent mehr annehme,

Wenn ich mich selbst annehme, auch wenn ich Fehler mache

Wenn ich mich selbst annehme, auch wenn ich mich verwirrt und überwältigt fühle,