

Willkommen zu Tag 6!

Erinnerst du dich an Sophia Loren? Sie hat mal gesagt: „ Fehler sind ein Teil der Schulden, die man für ein erfülltes Leben bezahlt.“

Ist dir schon aufgefallen, dass dir deine Fehler oft bedeutsamer erscheinen als anderen Leuten? Jemand hat mal gesagt: Wir werden weise, indem wir Erfahrungen machen, und Erfahrungen machen wir durch Fehler. Ich nenne Fehler gerne Fehlgriffe (mistake - *mis-take*). Lass uns sehen, was wir machen können.

Wir erwarten, immer alles perfekt zu machen, sogar, wenn wir etwas Neues ausprobieren. Das ist sehr einschränkend. Ich möchte, dass du einmal folgendes tust:

1. Wenn du heute irgendetwas tust, das du als Fehler ansiehst, schreib es in dein Reisetagebuch.
2. Bewerte jeden Fehler auf einer Skala von 1 bis 10 auf der Grundlage der folgenden Fragen
 - a. Wie wichtig ist das für mich?
 - b. Wie wichtig ist es für andere Leute?
 - c. Wie wichtig wird es in fünf Jahren sein?
3. Schreibe dir alles auf, was du aus diesem Ereignis, dieser Begebenheit gelernt hast, (z.B. in Zukunft werde ich mich daran erinnern, dass...)
4. Notiere dir deinen Fehler auf einem anderen Stück Papier, wenn du fertig bist.

Wirf das Blatt in den Mülleimer und sage dabei laut: „ Ich bin zutiefst menschlich und ich entlasse jetzt meinen Fehler mit Dankbarkeit für die Erfahrung, die er mir gebracht hat.“

Sage dir selber: Ich akzeptiere jeden Fehler als einen natürlichen Schritt auf dem Weg des Lernens und der Weisheit. Ich lerne von jedem Fehler und bewege mich so weiter.

Tagesperspektive

Ich bin so dankbar für..... Na, wie geht's mit deiner Liste? Fühlst du es? Schreibe heute 6 neue auf (3 morgens und 3 abends). Du musst es fühlen! 😊

Die heutige Meditation

Mache die Meditation heute für 10 Minuten. Wenn du bemerkenswerte Ergebnisse haben willst, versuch es zweimal am Tag zu machen, morgens und abends, kurz bevor du zu Bett gehst (dein Unterbewusstsein wird die ganze Nacht ‚am Frieden arbeiten‘). Das Ganze kannst du natürlich auch ohne Musik machen, aber wahrscheinlich wirst du merken, dass es einen großen Unterschied macht, ob du mit oder ohne Musik tönst. Probier es aus, es macht Spaß!

Tägliche Energieanhebung

Such dir heute einen Fremden aus und lass ihn wissen, dass er etwas ganz großartig macht. Freundliche Worte können Türen öffnen. Hattest du schon ein paar interessante Reaktionen?



Meilenstein des Tages

„Das Wichtigste ist nicht das Ziel an sich, sondern meine freudvolle Reise.“

Zitat des Tages

„Du bist nicht gekommen, um bestimmte Aufgaben zu erfüllen, du bist gekommen, um deine Energie fließen zu lassen, zu lieben und das Leben zu genießen. Auch wenn du nach jedem Urlaub wieder nach Hause zurückkehren wirst, machst du ihn doch nicht, um ihn möglichst schnell von deiner Liste abhaken zu können, sondern der Grund deines Urlaubs ist doch, freudige Erfahrungen zu machen! Amen!“

Genieße deine Reise! Heather