

Willkommen zu Tag 25

Erinnerst du dich an die Servietten-Übung? Ich habe sie kürzlich wieder gemacht und ich denke, wir sollten sie in den nächsten Tagen wieder ein bisschen üben. Die Servietten-Übung ist eine der kraftvollsten Prozesse bewusster Schöpfung, weil sie dir hilft, dich ganz klar auszurichten, ohne Widerstand.

Geh doch noch mal zurück zu Tag 4 und lies nach, was dort über die Methode steht.

Manchmal haben wir so viele Dinge im Kopf und wissen gar nicht, was wir zuerst machen oder wie wir alles schaffen sollen. Dafür eignet sich diese Methode gut. Sie schafft einen Überblick über das, was ich tun will und was ich mir wünsche. Und außerdem hilft sie abzugeben, indem ich in einer Schwingung bin, die es erlaubt, dass manche Dinge sich von selbst erledigen, weil ich nicht mehr darüber nachdenke und mir Sorgen mache. Das Universum übernimmt sie für mich und antwortet auf meine Schwingung.

Gut ist es, sich erst einmal eine lange Liste zu machen. Setz dich heute hin und mache eine Liste mit all dem, was du willst, alles, was dir einfällt, Sachen, die du machen oder haben oder wie du dich fühlen willst. (15 Minuten) Dann nimm eine Seite in deinem Reisetagebuch, schau dir deine Liste an und überleg, was du davon selber machen kannst. Das schreibst du dann auf die linke Seite. Was du nicht machen kannst, weil du kein Geld oder keine Zeit hast, schreib auf die Seite des Universums.

Du kannst diese Übung auch jeden Morgen machen. Frage dich: Was will ich heute, aber wofür bin ich noch nicht bereit zu handeln? Dann schreibst du links die Dinge auf, die du heute wirklich erledigen kannst (nicht zu viel, nur das, was du auch schaffen kannst) und rechts das, was das Universum für dich erledigen soll. Das hat den Vorteil, dass du eine gute Verbindung mit deinem inneren Wesen aufnimmst, wenn du sagst: Ich kann das nicht tun, aber ich möchte, dass es getan wird. Bitte übernehmt das für mich.“

Wenn du das jeden Tag 5 Minuten machst, gehst du mit einer ganz anderen Schwingung in den Tag.

Tagesperspektive

Ich fühle mich gut. Ich bin sehr dankbar. Ich bin wirklich heute von Dankbarkeit erfüllt. Ich fühle mich geliebt. Ich bin so froh, dass ich ein Teil des Universums bin. Nimm dir heute ein paar Minuten und denk an die Leute, die dir mit Freundlichkeit und Wertschätzung begegnen – fühle ihre Liebe! Wow! Schreib ihre Namen auf und danke ihnen für die Liebe in deinem Leben.

Heutige Meditation

Du weißt, was du tust, nicht wahr? Fühlt es sich nicht toll an?

Heutige Energieanhebung

Bringe einen Fremden zum Lächeln.



Zitat des Tages

“Was auch immer ich wünsche und dann erlaube, muss ich erfahren. Da gibt es keine Ausnahme. Wenn ich mich schwingungsmäßig in Verbindung mit meinem Wunsch halte, werde ich auf jede Weise die Erfüllung dieses Wunsches erfahren.“

Genieße die Reise! Heather