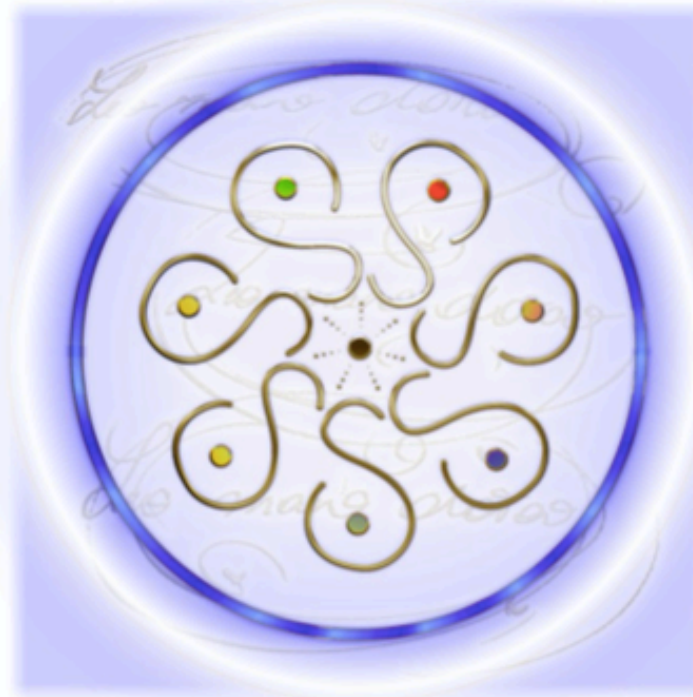


2. Siegel: Aktivierung der Lebenskraft



Leo man dora

2.Siegel - Aktivierung der Lebenskraft

Du bist der Erschaffer Deiner Realität. Forme Deine Leben so wie es Dir gefällt

1. **Beantworte in Deinem Erfolgstagebuch diese 4 Fragen ganz intuitiv und spontan. Bei den Antworten geht es weniger darum, was Dein Verstand denken will - sondern viel mehr was Du fühlst.**
Stell Dir diese Fragen immer wieder, Du wirst sehen, die Antworten werden immer klarer und intensiver für Dich:
 - a. **WER bin ich?**
Nicht Dein Name - sondern Wer steckt in Dir. Was fühlst Du, welche Energie bist Du wirklich?
 - b. **WO bin ich?**
In welchem Raum befindest Du Dich, an welchem Ort? Wie nennst Du diesen Ort an dem Du jetzt bist?
 - c. **WARUM bin ich da?**
Was fühlst Du ist der Grund, warum Du genau jetzt zu dieser Zeit, in diesem Körper bist. Diese Vergangenheit hast mit all Deinen Prägungen und Erfahrungen. Was ist es, das Du bewirken willst für Dich - und auch für andere?
 - d. **WIE kann ich mein Warum leben?**
Deine Umsetzung zum Aufblühen Deines Warum Du da bist. Welche Schritte kannst du setzen? Was sind Deine Meilensteine zur Erfüllung?

2. Wie gehst Du mir Herausforderungen des Lebens ab jetzt um?

- a. Schreibe Dir hier auf, wie Du Dich in Herausforderungen, Situationen, die Dich in Deiner Aufmerksamkeit fordern, ab jetzt stärkst und mit ihnen umgehst. Egal in welcher Herausforderung Du steckst: finanziell, körperlich, privat, beruflich,...

Wie gehst Du ab jetzt damit um, auf geistiger Ebene mit Deinen Gedanken, mit Deinen Gefühlen und konkret im Tun. Was ist Dein Sicherheitsanker und Rettungsboot um Herausforderungen zu meistern um daraus Geschenke zu formen:

meine Gedanken: _____

meine Gefühle: _____

mein Tun: _____

- b. Schreib Dir das auf, gestalte ein eigenes Blatt damit und häng es Dir gut sichtbar auf, damit Du Dich sofort erinnerst, was zu Tun ist, wenn neue Herausforderungen und somit Wachstum für Dich da ist.

Jede Herausforderung lässt Dich wachsen, schenkt Dir Energie und Lebenskraft, wenn Du bereit bist, die Situation zu drehen und als Geschenk für Dich und für Deine Entfaltung zu sehen.

Neue Affirmation:

Alles geschieht zum Besten für mich und zum Wohle aller Beteiligten.

3. Beobachte Deine Gedanken.

Werde Dir im Alltag bewusst, wie Du über Dich, über andere und neue Situationen und über Herausforderungen des Lebens denkst. Ob beim Einkaufen, in der Arbeit, mit Deinen Kindern, beim Spaziergehen, beim Beobachten anderer Menschen, ...

Step 1:

Notiere Dir im ersten Schritt nur Deine destruktiven, limitierenden und blockierenden Gedanken.

Step 2:

Schreib Dir neue Gedanken auf, und zwar so, wie Du sie wirklich denken willst. Gedanken die Dir den Raum öffnen für Dein Traumleben und der Erreichung Deiner Wünsche und Ziele.

Step 3:

Diese neuen Gedanken sammle und lese sie Dir jeden Tag am besten laut vor.

Häng sie gut sichtbar in Deinem Wohnraum auf (zB. Badezimmerspiegel).

Du kannst sie auch digital aufnehmen (zB. Handy) und wie Affirmationen täglich anhören.

Als Beispiel: Du siehst einen wohlhabenden Menschen und denkst Dir: „Der ist reich geboren. Der hat Glück. Es ist sein Schicksal.“
Erkenne den Gedanken, der dich hierbei in Wahrheit limitiert und begrenzt. Bewerte es nicht als schlecht, sondern sehe einfach nur darin Deine Prägung, die Du von irgendwoher aufgenommen hast.

Formuliere einen neuen Gedanken, einen der Dich wachsen lässt und erfüllt:

„Ich bin Fülle. Ich habe alle Voraussetzungen um ab jetzt in Leichtigkeit jeden mir erwünschten Wohlstand und Reichtum für mich zu erschaffen.“

Danke es IST

Viel Freude, Spass und Erfolg bei der Umsetzung

Danke für Dein Vertrauen

Ulrike & Raimund

Das Arbeitsbuch zum **12 Siegel Kristallweg**

Teil 2 ~ Leo man dora

Leo
Mariano
Dora