

Dein Tagebuch zur Meditations- Challenge

Tag 14: Chakren- Meditation – Dein Kronen- Chakra

Lerne zu sehen.
Erkenne, dass alles mit allem verbunden ist.
(Eckhart Tolle)

Reflexion in Deinem Tagebuch:

1. Wie ist es Dir mit dieser Meditation gegangen und was hat sie in Dir ausgelöst?
2. Glaubst Du, dass Du geliebt und geschätzt wirst, wenn Du einfach Du selbst bist?
3. Wie schaffst Du es, Deine negativen Gedanken zu verändern?
4. Wie ist es Dir möglich, Glück auch ohne Anlass zu empfinden?
5. Welche Wunder sind Dir in Deinem Leben bereits widerfahren?