

Endorphine aus deiner Vergangenheit: aus deinen Erfolgen, Siegen und Triumphen

Unternimm einen kleinen Spaziergang durch deine Vergangenheit und sieh dabei vor allem all die Erfolge, Meisterleistungen, Quantensprünge, Siege und Triumphe, die du bisher oft gar nicht als solche erkannt und daher übersehen hast. Damit hast du bisher eine Menge Endorphin-Ausschüttungen versäumt; die du nun aber nachholen kannst!

Sieh bewusst hin, schreib´ deine Lebensgeschichte im Licht der neuen Erkenntnisse neu: erfinde deine „Heldenreise“ und klopf´ deinem inneren Kind auf die Schulter, wenn du etwas Entsprechendes entdeckst.

Was habe ich in meinem bisherigen Leben alles geschafft?

Was habe ich alles erschaffen?

Welche Herausforderungen habe ich gemeistert?

Welche Hürden habe ich überwunden?

Welche dunklen Täler habe ich tapfer durchschritten?

Welche Prüfungen habe ich erfolgreich bestanden?

Welche Fähigkeiten habe ich entwickelt und eingesetzt?

Welche Wege habe geebnet – mir selbst und anderen?

Welche Ideen habe ich kreiert und umgesetzt?

Welche Talente habe ich entfaltet?

Welches wertvolle Wissen habe ich mir angeeignet?

Welche Stärken habe ich an den Tag gelegt?

Welche Schwächen habe ich überwunden?

Welche Fertigkeiten habe ich entwickelt?

Welche Befreiungen habe ich geschafft?

Welche Gewohnheiten habe ich abgelegt?

Welche Irrtümer habe ich revidiert?

Welche Ziele habe ich erreicht?

Welches Potenzial habe ich entfaltet?

Welche Heilungen sind mir gelungen?

Welche Aussöhnung habe ich geschafft?

Welche Visionen habe ich verwirklicht?

Welche Wünsche habe ich mir erfüllt?

Was noch alles?

Und kann ich jetzt im Nachhinein meine Begleitung erkennen?

Wird mir wohltuend klar, dass ich niemals wirklich alleine war?

Erkenne ich die roten Fäden, die sich durch mein Leben ziehen?