

TAG 7 ABSICHT IST ALLES

KONZENTRAT DES TAGES

- ♥ Dein Ziel darf reifen. Es darf sich noch verändern bzw. verfeinern.
- ♥ Deine wahre, innere Absicht ist das stärkste Wirkungselement in deinem Leben.
- ♥ Du stärkst deine Absicht durch das Aussprechen.
- ♥ Du stärkst deine Absicht durch Emotionen.
- ♥ Du stärkst deine Absicht durch das Bewusstmachen, WARUM sie dir so wichtig ist.
- ♥ Jedes Mal, wenn du negative Emotionen empfindest, erschaffst du gerade in eine Richtung, die du eigentlich nicht willst.

Gedanke des Tages 1 | Mein Ziel darf reifen. Ich habe Zeit.

*Gedanke des Tages 2 | Ich konzentriere meine Kräfte in **einer** klaren Absicht.*

Gedanke des Tages 3 | Meine Absicht ist trainierbar und sie zieht leuchtend an, was ich wirklich will.

Wichtige Fragen & Übungen

- ♥ Formuliere deine Absicht schriftlich: „Ich beabsichtige...“
- ♥ Liste mindestens 10 positive und | oder negative Gründe auf, warum dir dein Ziel so wichtig ist. „Dieses Ziel ist mir wichtig, weil...“
- ♥ Liste mindestens 10 positive Gründe auf, warum du es erreichen wirst. „Ich werde dieses Ziel ganz sicher erreichen, weil...“

- ♥ Trainiere deine Absicht, indem du deinen Tag in Absichtsetappen einteilst. Siehe dazu die heutigen Videos.

Extra Tipps

Wenn du deine Absicht generell trainieren möchtest, empfehlen wir dir die Krieger*in-Meditation im Abschnitt **Meditationen**.