



DIE ERFOLGSAKADEMIE

Die Erfolgsmacherin Katja Jäger

.....

40-Tage-Gamechanger Challenge

*Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu
verändern*

40-Tage-Gamechanger Challenge

Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu verändern

.....

Tag 18

Das V-Wort

Tag 18 der 40 Tage Challenge: So gelingt Dein Neustart

Das V-Wort: Lerne zu verzeihen. Manchmal ist es äußerst schwierig und manchmal dauert es ein wenig, anderen oder sich selbst zu vergeben. Es lohnt sich, dies zu üben und täglich neu, bewusst zu trainieren. Denn Vergebung ist das Fundament eines Lebens voller Liebe und Wunder. Die Vergangenheit heilen, abschließen und die guten Früchte ernten, das ist die Kunst.

Wenn wir uns in Vergebung üben, können wir unsere alte, von der Angst geprägte Vergangenheit hinter uns lassen und uns im Hier und Jetzt zentrieren. Vergebung befreit uns von alten Ressentiments, die wir vielleicht schon seit Jahrzehnten mit uns herumschleppen, oder auch von neuem Groll, der gerade erst entstanden ist.

Spüre heute mal ganz bewusst in Dich hinein. Lichte die Nebel! Wen prangerst Du an, wem machst Du Vorwürfe

Die Erfolgsmacherin Katja Jäger

.....

40-Tage-Gamechanger Challenge

Das 40-Tage-Programm, um Dein Leben grundlegend zu verändern

oder verzeihst Du Dir selbst vielleicht nicht? Lege die Hand auf Dein Herz und fühle Mitgefühl mit der Person oder Dir selbst. Das ist der erste Schritt.

.....

