



Unterstützung im Alltag!

Aufgaben für Deine letzte Geist-Woche:

Ich hoffe, dass die Geistthemen Dir genauso viel Spaß gemacht haben wie mir. Nun zu Deinen letzten Aufgaben zu diesem Thema.

1. GAIA POWER NETZWERK HILFE CODE

Schreibe Dir am besten in Dein Dankesbuch unseren GAIA CODE... kannst Du dich noch an ihn erinnern? Wenn nicht dann schau noch einmal nach und schreibe ihn dort hin, wo Du ihn im Notfall schnell finden kannst.

2. Hilfe von anderen annehmen

Mache Dir klar, wie toll es ist ein Netzwerk voller Frauen zu haben, die Dich unterstützen können. Schreibe Dir 5 Notfallsituationen auf, in denen DU die GAIA POWER FRAUEN um Hilfe bitten könntest.

3. Deine imaginäre beste Freundin!

Nimm Dir ein weißes Blatt Papier und schreibe Dir zuerst auf, was Du alles an deinem Freund und Freunden für Eigenschaften schätzt. Dann mache Dir darüber Gedanken, was Dir oftmals noch fehlt. Was brauchst Du noch mehr in einer Freundschaft, welche Eigenschaften hätte eine perfekte Freundin?

a) Dann nimm noch ein weißes Blatt. Gib Deiner imaginären besten Freundin am Besten einen Namen!

b) Schreibe auf, welche tollen Eigenschaften sie hat

c) Schreibe ihre Stärken auf. Das sind meistens die Dinge, die Du noch nicht so gut hin bekommst und in denen sie dich ganz besonders unterstützen kann.

d) Nimm Dir ein aktuelles Problemthema und visualisiere Deine imaginäre beste Freundin. Stell Dir vor, wie sie Dir liebevoll und ganz in Ruhe bei deinem Problem zuhört. Sei Dir bewusst, dass DU gerade mit Deiner Intuition sprichst und das dort Deine Wahrheit zu finden ist. Wenn DU ihr Dein Problem geschildert hast, dann höre Du IHR zu. Was antwortet sie? Was ist ihre Lösung für Dein Problem?

e) Schreibe Dir auf, welches Problem Du mit ihr besprochen hast und was sie Dir geraten hat.

f) Handle nach ihrem/deinem Ratschlag!

*Deine Intuition zeigt Dir Deinen
Weg!*