Die unverstandenen Lerngeschenke meiner Mutter verstehen lernen

Was ich meiner Mutter heute noch vorwerfe:

Was tut sie genau? (Gibt es eine andere Formulierung, die dich dem Kernpunkt näher bringt?)

Benenne den von dir kritisierten Pol in der einen Kreishälfte! Erkenne den Gegenpol und benenne ihn in der anderen Kreishälfte!

Frage dich: Warum lehne ich ihr Verhalten (den einen Pol) ab? Existieren in mir Glaubenssätze, die besagen: »Der kritisierte Pol ist schlecht. Sein Gegenpol ist gut.«?

Sehnst du dich insgeheim danach, die Verhaltensweise, die du an deiner Mutter ablehnst, selbst mehr zu leben?

**Es ist deine Aufgabe, den abgelehnten Pol wieder in dein Leben zu integrieren! Jede einseitige innere Abneigung hindert dich in deinem Lebensfluss.**

Nenne drei Ideen, wie du den Gegenpol wieder in dein Leben integrieren kannst:

1.

2.

3.

Und jetzt Hand aufs Herz und einen Detektivblick: Findest du schon heute 1-3 Beispiele dafür, dass du das an deiner Mutter kritisierte Verhalten selbst praktizierst? Wenn ja, mache dir bewusst, dass es gut ist, wie es ist.

Du kannst keinen Pol vollkommen aus deinem Leben verbannen!!! Ein Leben im Fluss bedeutet eine ständige Wellenbewegung von einem Pol zum anderen. Sei offen für beide Pole und gönne dir deinen ureigenen Flow! ☺