

Du bist wichtig!

Nimm dich nicht so wichtig! Wer denkst du, dass du bist? Hast du das schon mal gehört? Von Eltern oder Lehrern, als du Kind warst? Vielleicht auch von Freunden – oder sogar von deinem/deiner Partner*in?

Vielleicht sind es nicht genau diese Worte, die du hörst, aber die Botschaft ist die Gleiche. Schön brav sein, nicht den „Frieden“ stören. Keiner fragt nach deiner Meinung, nach deinen Wünschen oder Gott bewahre! deinen Gefühlen.

Also tust du, was du immer getan hast: geben, geben, geben. Schön brav sein. Das tun, was alle andere wollen. Das ist der Weg der geringsten Widerstand. Es ist ja wichtiger, dass alle anderen glücklich sind. Du bist nicht so wichtig. **STOPP!!**

Du **BIST** wichtig! Sogar sehr!

Alle andere Menschen in deinem Leben sind nicht wichtiger als du!

Während ich diese Worte schreibe, ist es mir schon bewusst, dass es dir schwer fallen könnte, mir zu glauben. Wie du über dich selbst denkst, ändert sich nicht durch einen einzigen Satz. Also das kommt schon mal vor, aber es ist nicht die Regel.

Wenn du dein ganzes Leben geglaubt hast, dass du nicht wichtig bist, werden diese Worte wahrscheinlich für dich nicht so viel Bedeutung haben.

Deshalb ist es mein Wunsch, dass du über die nächsten 31 Tage diese Worte – und ähnliche – immer wieder hörst. Damit sie den Weg in dein Herz hinein finden können. Deshalb habe ich diesen Kalender konzipiert.

Denn diese Worte sind wahr – und können eine tiefe Veränderung bei dir bewirken. Wenn du offen dafür bist. Davon gehe ich aus, wenn du gerade diese Zeilen liest. Und ich erkenne dich an dafür, dass du bereit bist, dich auf diese Reise mit mir einzulassen, ohne genau zu wissen, was kommt. Es wird gut! Und weil es sich lohnt, sich damit zu befassen, bitte ich dich, jeden Tag 5 Minuten Zeit und Ruhe zu finden, um diese Impulse zu lesen – und möglichst einzusatmen, denn sie sind extra **FÜR DICH** gedacht. Damit du in deinem Hamsterrad kurz innehältst und den Duft der frischen Luft genießt, die zu deiner Nase aufsteigt. Ja, jemand hat ein Fenster geöffnet, und ein frischer Duft von Hoffnung, Erleichterung, Freiheit und Glück weht hinein. Es kommt was Gutes!

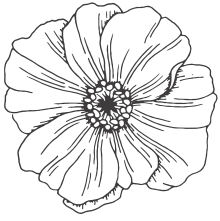
Wenn du dich noch nicht als wichtig erachten kannst, kein Stress. Es reicht für heute, wenn du mir einfach vertraust. Morgen gehe ich ein bisschen mehr darauf ein.



Datum:



Daily Journal: Tag 1



Welche Gefühle und Gedanken kommen in dir hoch, wenn du den Satz hörst:
„Du bist wichtig!“?

