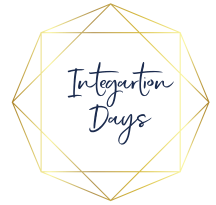




Integration Days



Kategorien:

Flow

An diesen zwei Tagen kannst du ganz eintauchen in das, was du bislang gelernt hast. Viele Dinge haben wir an einem Stück durchgezogen. An diesen zwei Integration Days heißt es, du kannst all das, was du gelernt hast, an einem Stück anwenden. Das heißt nicht, dass du dir eine Schreib-Pause gönnen solltest, sondern, dass du ganz einfach das, was du dir in den letzten fünf Modulen angeeignet und gelernt hast anwendest.

Repetition and intensity ... bedeutet, dass du wiederholst und die Intensität steigerst. Es bedeutet, dass du das neu gelernte integrierst, bis es wie von allein geht. Neue Gewohnheiten brauchen Zeit um sich zu festigen. Reines Wissen alleine, wie du schreibst und journalst hilft dir nicht weiter. Aber mit jeder Anwendung, mit jedem Satz, den du schreibst kommst du weiter. Wir lernen über Erfahrungen. Wir lernen, indem wir neue Dinge und Wissen anwenden und nicht, indem wir es nur in unser Hirn hinein klopfen.

Lass dich ganz einfach auf das Schreiben ein. Schreibe, was dir in den Sinn kommt. Versuche dich zu erinnern, an die 4 Phasen des Schreibens... an die Module. Und dann schreib einfach los.

Bonus Aufgabe

In den kommenden Modulen werden wir intensiv uns mit der eigenen Identität befassen und dem, was wir von uns glauben, was und wer wir sind. Du kannst die Integration Days nutzen, um mehr als 30 "Ich bin..." Sätze zu schreiben.

Ich bin eine wundervolle Mama/ein wundervoller Papa.

Ich bin Superflow.

Ich bin Dankbarkeit.

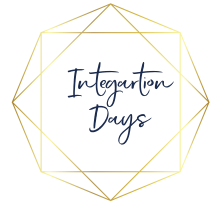
Ich bin Liebe.

Ich bin ein Geldmagnet.

Was auch immer dir in den Sinn kommt. Schreib es auf!

Kategorien:

Flow



Ich bin...