

Ishvara Pranidhana

KRAFT IN WIDMUNG

Verbindung spüren

- Wofür oder für wen möchte ich heute meine Energie einsetzen?
- Was fühlt sich größer an als mein persönliches Wollen?

Innere Haltung

- Kann ich handeln, ohne mich am Ergebnis festzuhalten?
- Wie fühlt es sich an, meine Kraft bewusst auszurichten?

Alltagstransfer

- In welchen Situationen handle ich nur aus Gewohnheit oder Ego heraus?
- Wie würde sich mein Handeln verändern, wenn es einem höheren Wert dient?

Herzqualität

- Wie zeigt sich Mitgefühl oder Verantwortung in meinem Körper?
- Warm, weit, aufgerichtet oder ruhig?

Integration ins Leben

- Welchen kleinen Moment kann ich bewusst widmen: Einem Menschen, einer Haltung oder dem Leben selbst?

Nimm dir einen
Atemzug Zeit.
Vielleicht ist
dieser Moment
schon genug.

Ishvara Pranidhana

KRAFT IN WIDMUNG

Verbindung spüren

- Wofür oder für wen möchte ich heute meine Energie einsetzen?
- Was fühlt sich größer an als mein persönliches Wollen?

Innere Haltung

- Kann ich handeln, ohne mich am Ergebnis festzuhalten?
- Wie fühlt es sich an, meine Kraft bewusst auszurichten?

Alltagstransfer

- In welchen Situationen handle ich nur aus Gewohnheit oder Ego heraus?
- Wie würde sich mein Handeln verändern, wenn es einem höheren Wert dient?

Herzqualität

- Wie zeigt sich Mitgefühl oder Verantwortung in meinem Körper?
- Warm, weit, aufgerichtet oder ruhig?

Integration ins Leben

- Welchen kleinen Moment kann ich bewusst widmen: Einem Menschen, einer Haltung oder dem Leben selbst?

Nimm dir einen
Atemzug Zeit.
Vielleicht ist
dieser Moment
schon genug.

