

Notiere für dich:
Worauf blickst du in
der vergangenen
Woche dankbar
zurück?
Benenne eine
Sache, die in dir
Dankbarkeit auslöst.

Horche auf den 4-fachen Schalom

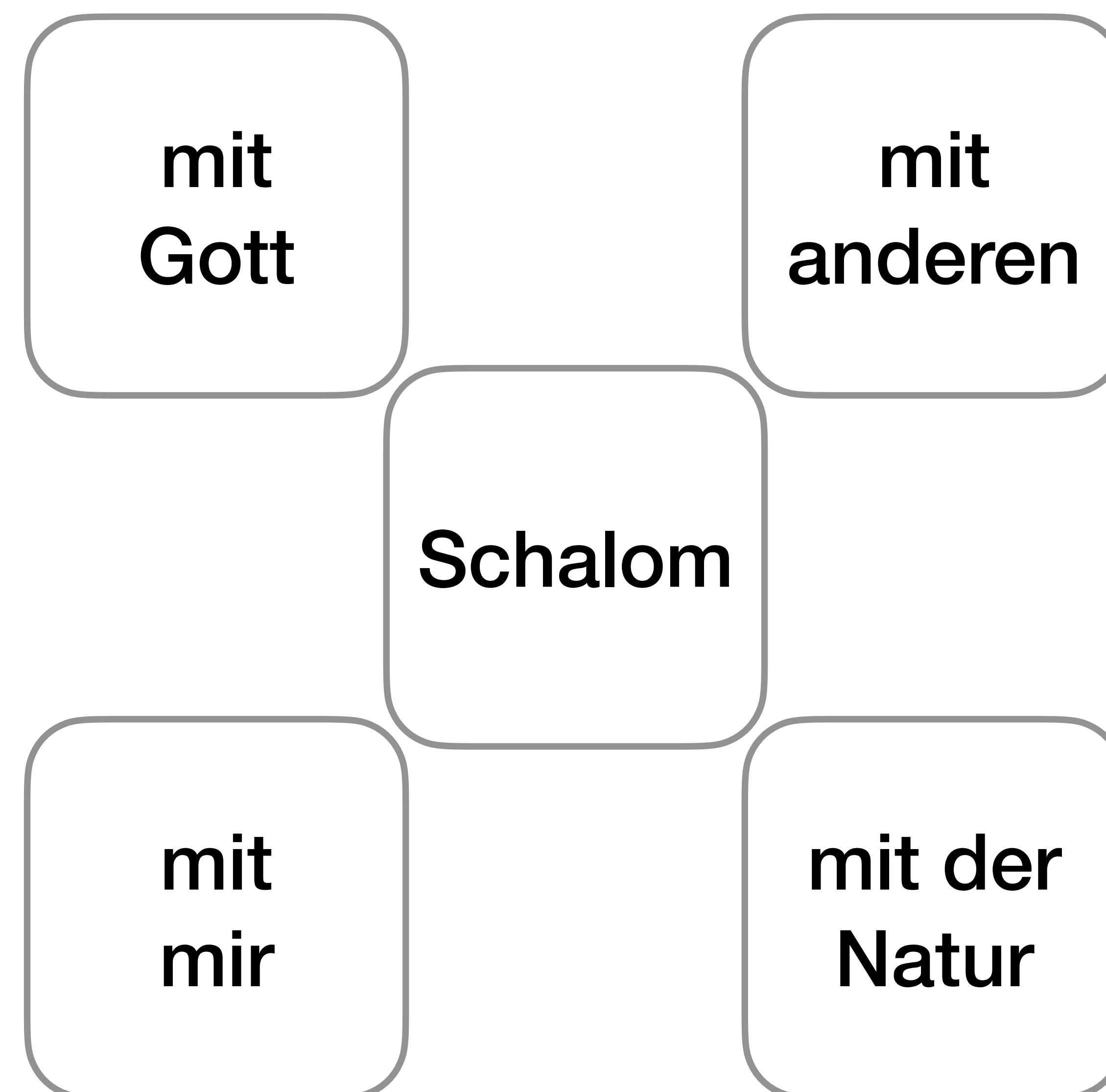
Bei welchem Aspekt eines Schalom-Bereichs möchtest du in der kommenden Woche aus dem Hin-Horchen zum Tun kommen / etwas ändern / wirksam werden?

Schalom mit Gott

- Mein Bild von Gott korrigieren
- Mich von Fehlprägungen verabschieden
- Meine Gebetspraxis intensivieren
- Einen Bibelabschnitt lesen
- Schuld bekennen
- Meinen Tag mit Jesus beginnen
- Geistliche Wahrheiten in mir aufnehmen
- ...

Schalom mit anderen

- Auf eine ermutigende Sprache achten
- Sich bei jemanden entschuldigen
- Vergebung gewähren
- Gezielt Danke sagen
- Sich sozial im Umfeld engagieren
- Geld für Gutes spenden
- ...



Schalom mit mir

- Meine Grenzen akzeptieren
- Dankbar für meine Lebensphase sein
- Mir selbst vergeben
- Negative Denkmuster loslassen
- Mir mehr Ruhezeiten erlauben
- Biografische Verletzungen heilen lassen
- ...

Schalom mit der Natur

- Über die Schönheit der Natur staunen
- Sich achtsam in der Natur aufhalten
- Einen nachhaltigen Lebensstil einüben (Mobilität, Kleidung, Nahrung, ...)
- Ressourcen schonen
- Ein Umweltprojekt fördern
- ...

Notiere für dich:
Welchen Schalom-
Aspekt möchtest du
in der kommenden
Woche zur
Anwendung
bringen?
Versuche, so konkret
wie möglich zu sein:
Wo wirst du wann
was tun?
