



# ORA et LABORA 7: Spirituelles Detox



## NICHT ALLES, WAS WIR IN UNS AUFNEHMEN, IST GUT.

Was waren Dinge, Erlebnisse, Erfahrungen in letzter Zeit, die etwas Negatives in dir ausgelöst haben?

.....

.....

.....

## ES BRAUCHT VON ZEIT ZU ZEIT EINEN SPIRITUELLEN FRÜHJAHRSPUTZ.

In welchem Bereich deines Lebens brauchst du ihn besonders?

Schreibe gerne zu dem jeweiligen Bereich Themen auf, die du gerne in die göttliche Waschmaschine bringen möchtest:

Körper:

.....

.....

Mental / Gedanken & Mindset:

.....

.....

Emotionen:

.....

.....

Spirituell:

.....

.....

## FASTEN MEINT: FOKUSSIERUNG AUF DAS WESENTLICHE.

Welche Ablenkung möchtest du gerne in deinem Leben für eine Zeit weglassen? Wo möchtest du Leere bewusst wahrnehmen, um Gott hereinzulassen?

.....

.....

.....

## GEBET UND FASTEN MEINT: EINE EXKLUSIVE INTIMITÄT MIT DEINEM SCHÖPFER ZU HABEN.

Welche Erfahrung hast du mit Fasten? Hast du einen konkreten Vorsatz dazu? Such dir gerne einen Gebets-/ und Detoxpartner und tausch dich mit ihm darüber aus.

.....

.....

.....