29. Dezember – Freundschaft

Heute geht es nicht nur um Freundschaft zu anderen, sondern auch um die Freundschaft zu sich selbst.

Dinge die du heute erledigen kannst:

Teile deinen Freunden mit was sie dir bedeuten – schriftlich, mündlich oder eine liebevolle Geste.

Denk darüber nach wer dir gut tut und mit wem du gerne Zeit verbringst.

Ehre deine Leistungen für dieses Jahr.

Versuche dir selbst ein paar Minuten positive Gefühle entgegenzubringen.

Gedankenpfade für dich:

- Wer sind meine Freunde? Wer tut mir gut?
- Bin ich mir selbst ein guter Freund? Wie kann ich JA zu mir selbst sagen?
- Was brauche ich um Zerwürfnisse, Streit etc. friedvoll abzuschließen?
- Möchte ich jemandem in diesem Jahr noch DANKE oder ENTSCHULDIGUNG sagen?

Sonja Höhn – Gedankenpfade, www.gedankenpfade.com