

# Schredder - Altes loslassen um Neuem Platz zu machen

— Was ich loslasse:



+ Auf was ich mich neu ausrichte:

Schreddere diesen Teil indem du ihn mit der Schere zerschneidest oder das Papier zusammenknüllst und dann irgendwo vergräbst, verbrennst oder einfach wegwirfst in der Absicht, das alles loszulassen.

Häng diesen Teil irgendwo auf, wo du ihn jeden Tag siehst und wo er dich daran erinnert, was du willst.

Energie folgt dem Fokus.