



Erkenntnisse für den Alltag

Juli 2012, Pirmin Bamert

„**Muster**“

1. **Unsere Muster** sind Prägungen, welche wir aus unserem direkten Umfeld (mehrheitlich von unseren Eltern) im jetzigen Leben übernommen haben.
 2. **Die** übernommenen **Begrenzungen** können wir auflösen. Dazu müssen wir sie jedoch zuerst einmal selber erkennen. Unsere Erfahrungen sind uns dabei behilflich, indem sie uns unsere Muster und Prägungen im Alltag spiegeln.
- ✓ Indem wir auch die **50% positiven Aspekte** in den für uns noch so negativ erscheinenden Mustern erkennen und sie liebevoll annehmen, lösen wir sie auf.