



Motivation zu Vergeben und Vergessen

Wenn du vergessen und vergeben könntest und endlich loslassen könntest? Wem müsstest du was vergeben?

Wem willst du vergeben?	Situation: Was willst du loslassen?	Welches Gefühl wird damit ebenso gehen?

Überlege dir:

Was wird dir dadurch möglich?	Welches Gefühl kommt stattdessen?

Wenn du möchtest triff eine Entscheidung, zu vergeben und zu vergessen.