

# Magic Fertility Fasten Journal

## Fastentag Eins: Hingabe und Sanftheit

Im Allgemeinen lernen wir recht früh auf unserem Weg auf dieser Erde, dass das Leben hart ist und dass es oft ein Art Kampf ist. Das hat sich über Generationen hinweg auf uns übertragen und ist eine sehr rational-männliche Betrachtungsweise... doch wir Frauen funktionieren anders!

Die Fastenzeit ist der ideale Moment, um Inne zu halten und die Dinge anders zu betrachten, es geht um Weichheit, Empfangen und Zulassen.

DAS IST MAGISCH!

Welche sind deine weichen Seiten? (Verhaltensweisen, Reaktionen, Gedanken,...)

Welche sind deine harten Seiten? (s.o.)

Wie möchtest du, dass man mit dir umgeht? Wie gehst du mit dir selbst um?

Kannst du dich fallen lassen? In welchen Situationen fällt es leicht/schwer?

Was wünschst du dir von dir selbst im Bezug zu Hingabe und Sanftheit für dein zukünftiges Ich?