18 NYE ØJNE & ÅBENT SIND

Mindshift julekalender 2025

Livsmål 18

Mindfulness Princip 1

Vores erfaring gør os forudindtagede.
Især når vi gentager ting i livet, som ses gennem et slør af tanker og meninger.

Så tror vi, at vi ved hvordan det hele bliver, og glemmer at være oprigtigt nysgerrige.

Vi lukker af for vores bevidsthed om de sanseindtryk, som konstant omgiver os.

Mindshift julekalender 2025 - 18

Nuets rigdom er livets rigdom, som vi
først ser, når vi udvikler et åbent sind.

Intet øjeblik er magen til det næste.
Indstil din vilje til at opleve alting, som om
det er for første gang. Brug dine sanser.

Oplev hver dag som en helt ny dag.
Hvor du er opmærksomt tilstede med det,
som du laver og mennesker du møder.

MINDSHIFT

YOUR LEADERSHIP... ...POWERED BY NATURE

Mindshift julekalenderen 2025 giver dig
24 dage med bevidsthedsbudskaber og
mindset øvelser som inspiration
til at fejre hjerternes fest med større
selvbevidsthed og dybere mening.

Passionerede julehilsner fra Anita