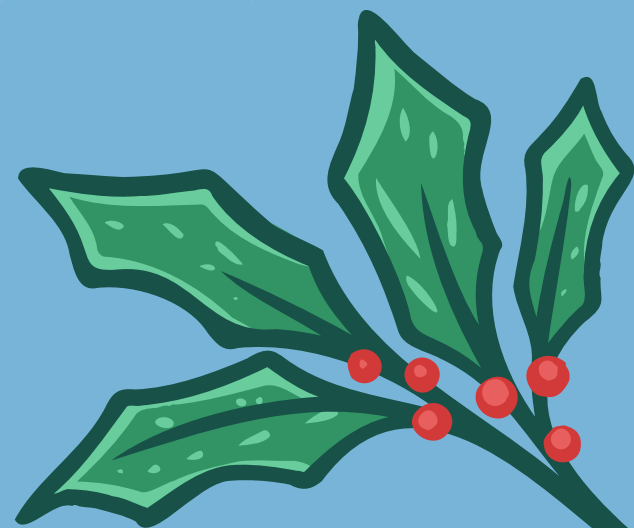


21 AT VÆRE TILLIDSFULD



Mindshift julekalender 2025





Livsmål 21

21

AT VÆRE
TILLIDSFULD



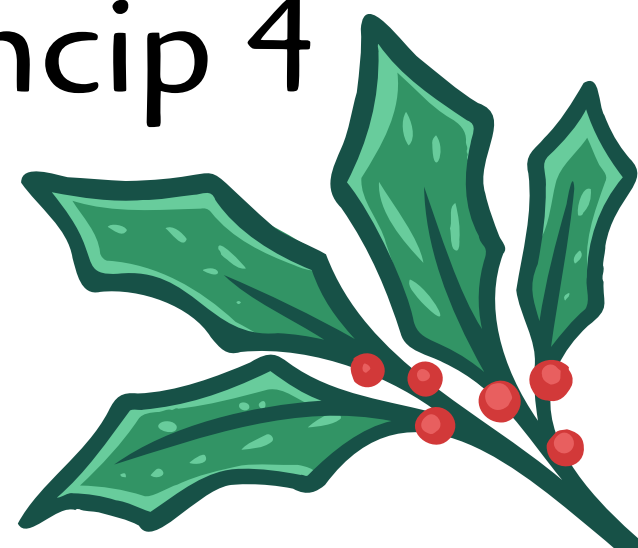
#4 TRUST


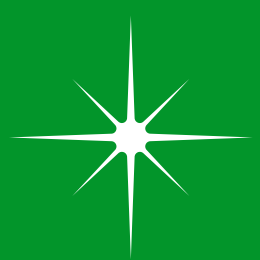
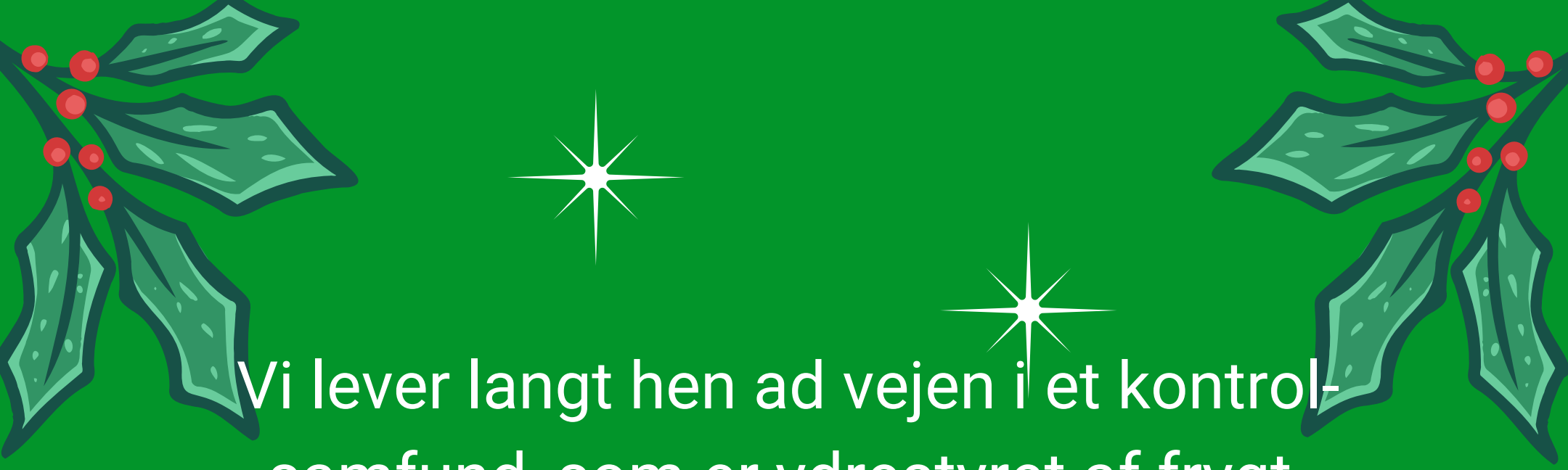


MINDFULNESS PRINCIPLE

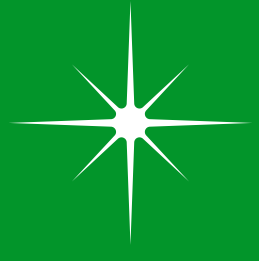
Mindfulness

Princip 4

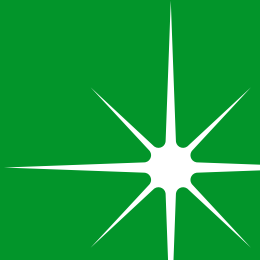




Vi lever langt hen ad vejen i et kontrolsamfund, som er ydrestyret af frygt.



Det betyder, at mange mister tiltro og forbindelse til os selv og andre. Vores troværdighed er på spil.



Vi vokser op med at lade andre vurdere vores dygtighed og berettigelse, og tør ikke stole på vores egen autoritet.



Hvis noget ikke føles rigtigt for dig,
hvorfor så ikke lytte til de signaler?

★ Meditation udvikler tiltro til dig selv, din
krop og dine følelser. Øger din tillid til at
lytte til din egen indre stemme.


Gå på selv-opdagelse med meditation,
hvor du øver at være tillidsfuld overfor dig
selv, så du kan være det overfor andre.




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 julehilsener fra Anita