

Arbeitsblatt – Kurs 5 | Modul 2: Wenn Heilung beginnt



Heilung zeigt sich oft leise. Dieses Blatt hilft dir, sie wahrzunehmen.

1. Gab es in den letzten Tagen einen Moment von Ruhe oder Erleichterung?

2. Wann war der Schmerz nicht ganz so überwältigend?

3. Was hat mir in diesem Moment geholfen (bewusst oder unbewusst)?

Abschluss: Ich darf diese kleinen Zeichen ernst nehmen.