NEUE WEGE GEHEN
IMPULS 7

www.autofasten.at

ab 27. April 2025

JESUS, WIE GEHT ES WEITER?

Du hast etwas verändert. Nicht nur geschafft – sondern wirklich verändert.
Vielleicht ein Muster losgelassen. Eine Gewohnheit hinter dir gelassen. Eine neue Sicht auf dich selbst gewonnen. Und jetzt? Jetzt beginnt das Eigentliche: damit weiterleben.

Jesus fragt dich nicht: *„Was kommt als Nächstes?"* Sondern vielleicht eher: *„Wie lebt sich das Neue – ganz normal, mitten im Alltag?"*
Denn echte Veränderung zeigt sich nicht im Endspurt, sondern im Weitergehen. Im Dranbleiben. Im Sanften. Im Echtem.

AUFGABEN

Unser Ziel ist erreicht und wir überlegen, was gut war oder was weg kann. Liebgewonnene Veränderungen bauen wir in unser Leben ein und geben ihnen Platz. Dabei helfen dir drei kleine Aufgaben:

NEUES BEHALTEN

Was hast du in den letzten Wochen anders gemacht – und willst es behalten? Schreib es dir auf, als Erinnerung an das, was jetzt zu dir gehört.

BAU DAS NEUE EIN

Was brauchst du, damit das Neue Alltag wird? Einen Ort? Eine Erinnerung? Eine Mini-Routine? Bau dir kleine Brücken, die dich jeden Tag daran erinnern, wer du jetzt bist.

GEHE MUTIG WEITER

Du musst nicht alles wissen. Aber du weißt jetzt, wie es sich anfühlt, etwas zu verändern. Und das ist mehr als genug, um mutig weiterzugehen.

handwerkstatt

heute fange ich an

schreibe weltgeschichte
buchstabiere schicksale
übersetze horizonte

heute fange ich an
sammle verknüllte lebensknäuel
verknote zerbrochene fäden
stricke Bäume

heute fange ich an
male gottesbilder
zeichne glaubensspuren
spitze sinnesstifte

heute fange ich an

Heidi Wassermann-Dullnig