

körperlicher Sicherheit. Es ist wichtig, dass er alle Facetten dessen, was er durchlebt, »erspürt«, bevor er handelt, denn wenn er auf eine Leiter steigt und dabei seine Angst und sein Bedürfnis nach Sicherheit leugnet, besteht die Gefahr, dass er sich ungeschickt anstellt und fällt. Und wenn er nur seinem Bedürfnis nach Sicherheit folgt, verfällt das Haus. Indem er sich die Zeit nimmt, alle seine Bedürfnisse achtsam wahrzunehmen, kann er eine Lösung finden, die die Gesamtheit der Prioritäten berücksichtigt.



Betrachten Sie alle abgebildeten Gesichter und schreiben Sie unter jedes die entsprechende Emotion:

traurig
schlecht gelaunt
zornig/ärgerlich
in Rage
vergnügt
zweifelnd
erschreckt
müde

