

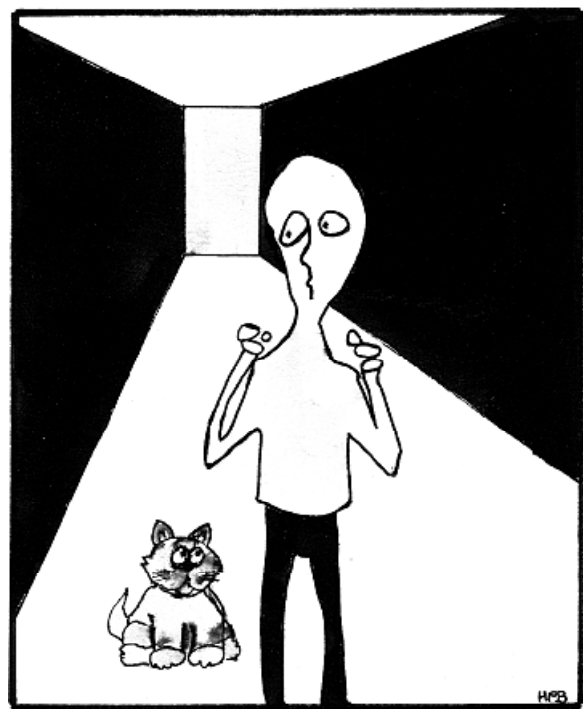
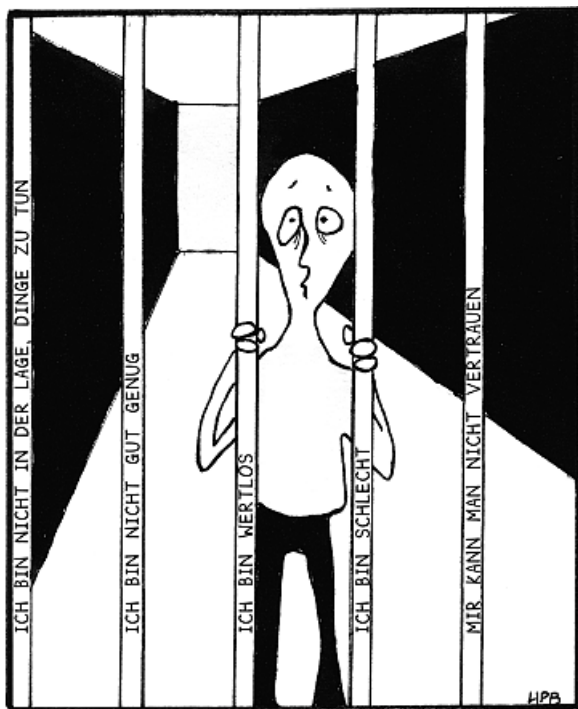
Manchmal scheint sich die Art und Weise, wie wir uns bewerten, wie Gitterstäbe auf unser Leben auszuwirken. Die Bewertungen werden zum Gefängnis. Schreiben Sie einige Einschätzungen auf, die Sie davon abgehalten haben, das zu tun, was Ihnen wichtig ist.

.....

.....

.....

.....



Unsere Einschätzungen können mächtig erscheinen und so wirklich und solide wie Gefängnisgitterstäbe. Beachten Sie jedoch, dass die Katze (rechtes Bild) nicht sieht, was Sie sehen. Das liegt daran, dass Einschätzungen nur wie echte Barrieren *erscheinen*. Sie sind es jedoch nicht. Einschätzungen sind nichts als Gedanken, die in unseren Köpfen kommen und gehen.

Es geht nicht darum, ob Einschätzungen echt, eingebildet, gut oder schlecht sind. Beachten Sie nur, dass sie nicht dasselbe sind wie Eisenstäbe. Wir können uns entscheiden, auf sie zu hören und zulassen, dass sie uns zurückhalten, oder wir können die Wahl treffen, nicht auf sie zu hören und einfach durch sie hindurchgehen.