

*Die Informationen in diesem Buch wurden vom Autor sorgfältig erstellt und geprüft, dennoch kann keine Garantie für den Inhalt übernommen werden. Der Autor schließt Haftungsansprüche jeglicher Art aus. Wer die Informationen dieses Buches praktisch anwendet, tut dies in eigener Verantwortung.*

*Die Wiedergabe von Handelsnamen, Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- sowie Markenschutzgesetze als frei, also nicht durch Rechte Dritter geschützt sind, zu betrachten wären und daher von jeder Person benutzt werden dürfen.*

*Für Verbesserungsvorschläge oder Hinweise auf Fehler ist der Autor dankbar.*

*Dieses Buch wurde auf einem Linux Rechner mit LibreOffice geschrieben.*

*Die erste Auflage dieses Buches (ISBN-13: 978-1517071790) wurde im Jahr 2015 unter dem Titel »Fragen für jeden Tag. Für mehr Selbsterkenntnis und höherem Bewusstsein« vom Autor OMKARA (= Armin Johann Ritter, Lusenstr. 1, 84130 Dingolfing; [www.ritterarmin.de](http://www.ritterarmin.de)) veröffentlicht. Alle Rechte waren vorbehalten.*

*Die zweite, erweiterte und veränderte Auflage ist im Jahr 2021 unter dem neuen Titel »Kostenfreie Fragen für jeden Tag. Für mehr Selbsterkenntnis und höheres Bewusstsein.« er-*

*schienen und nun kostenfrei (im PDF-Format) unter der neuen Lizenz Creative Commons BY-NC-SA 4.0 gestellt.*

*Als Energieausgleich an den Autor sind Spenden aber gerne willkommen.*

*Machen Sie außerdem eine gute Tat und verbreiten Sie dieses Buch. Die Inhalte fördern höheres Bewusstsein. Dies benötigt die Welt dringend. Helfen Sie mit. Dem Autor würde es auch freuen, wenn von diesem Werk Übersetzungen in anderen Sprachen verfügbar gemacht werden.*



OMKARA

*Kostenfreie Fragen für jeden Tag.*

*Für mehr Selbsterkenntnis und höheres Bewusstsein.*

## **Statt einem Vorwort**

*Ich widme dieses Buch dem höheren Anteil der Menschen!*

*Leben Sie höheres Bewusstsein. Dieses Buch ist eine Hilfe dazu.*

1. Januar

## **Warum ist überhaupt etwas, warum ist nicht nichts?**

(M)eine Antwort: Die große Gottesseele war schon immer und ist ewig. Sich mit der Ur-Licht-Liebe-Quelle zu vereinen ist das große Ziel.

2. Januar

## **Was ist schon immer?**

(M)eine Antwort: Die ewige Ursubstanz, aus dem alles geschaffen ist.

3. Januar

**Wie hoch schätze ich den Intelligenzquotient (IQ) der Natur ein?**

**In Anbetracht der menschlichen Anatomie wie z.B. Gehirn, Herz, Lunge etc.**

(M)eine Antwort: Wir können nur Staunen über die Intelligenz der göttlichen Natur. Allein ein Blick auf das menschliche Gehirn sollte das Wort Zufall ausschließen.



4. Januar

**Wenn ich die Schönheit und  
Wunder der Natur betrachte,  
was denke ich dann über das  
Göttliche?**

5. Januar

**Was bedeutet die Natur für mich?**

**Stärke ich mich oft in und aus der Natur?**

6. Januar

## **Was ist mir heilig?**

7. Januar

**Bin ich mir bewusst, dass alles  
von Gottes Geist beseelt ist?**

8. Januar

## **Gibt es irgendwas, was mehr Vorteile hat, als Gott?**

(M)eine Antwort: Nein. Auch wenn wir Menschen uns auf einen Schulungsplanet namens Erde befinden und es manchmal sehr unperfekt aussieht.

9. Januar

**Angenommen, ich wäre ein  
Wassertropfen, der ins große  
Meer fällt, was müsste ich dann  
fühlen?**

(M)eine Antwort: *Liebe + Dank-  
barkeit!*

10. Januar

**Welche (spirituelle) Erfahrung für mich war die schönste und welche die gefühlsstärkste?**

11. Januar

# **Begreife ich mich als Teil des Ganzen?**



12. Januar

**Wenn ich eine Zelle des Ganzen bin, sollte ich dann nicht glücklich schwingen?**

(M)eine Antwort: Glücklichein ist das Ziel des Lebens. Mehr kann und muss nicht erreicht werden.

13. Januar

**Bin ich mir bewusst, dass ich  
Gott nur begegnen kann, weil  
er es in uns Menschen angelegt  
hat?**

(M)ein Tipp: Denken Sie geistig  
über jeden Menschen, der in ihr  
Bewusstsein kommt: »Ich achte  
das Göttliche in dir!«

14. Januar

**In welcher Beziehung stehe ich zu Gott, dem Schöpfer allen Seins und der Intelligenz, der mir alles ermöglicht hat?**

15. Januar

**Kann ich sagen, die Beziehung zu Gott ist mir das Wichtigste (hat höchste Priorität)?**

(M)ein Tipp: ja, sollte es sein.  
Macht vieles leichter und besser.

16. Januar

**Kann ich den Tag mit Ausrichtung auf Gott beginnen, beenden und immer wieder im Alltag »praktisches Gottesbewusstsein« aktivieren?**

17. Januar

**Bin ich mir bewusst, dass es zu allen Zeiten Menschen gab, die sich auf Gott einstimmen und das Göttliche ausdrücken?**

18. Januar

## **Was will das Leben von mir?**

(M)ein Tipp bzw. andere Frage dazu: »Was sollte ich jetzt geben?«

19. Januar

**Erforsche ich täglich Gottes Willen?**

**Bete ich um Gottes Willen?**

(M)ein Tipp: dreimal hintereinander ehrlich: »Gott, dein Wille geschehe durch mich!« sagen.



20. Januar

**Kann ich beten: »Schöpfer, dein göttlicher Wille geschehe durch mich«?**

21. Januar

**Kann ich beten: »Gott, ich stehe  
in deinem Dienst. Führe und lei-  
te mich«?**

22. Januar

**Kann ich beten: »Gott, hilf mir  
in allem«?**

23. Januar

**Welche praktischen Schritte könnte ich machen, um den göttlichen Bewusstsein näher zu kommen?**

**Welche Vorbilder (z.B. Mystiker, Heilige etc.) gibt es dafür?**

(M)ein Tipp: Ehrlich um göttliche Gnade und göttliche Hilfe bitten.

24. Januar

**Bin ich mir bewusst, dass dieses Erdenleben nur eine zeitlich begrenzte Aufgabe ist und die Erde nicht mein endgültiges Zuhause?**

25. Januar

**Wann bin ich zu Hause? Glaube ich, das neben dem sichtbaren Universum auch ein unsichtbares Universum gibt?**

26. Januar

**Angenommen, nach meinem Tod muss ich Rechenschaft ablegen, wie viel Freude und Leid ich anderen zugefügt habe?**

**Auf einer Skala von 1 bis 10 (höchster Wert) würde ich dann folgende Beurteilung (Wert) erhalten?**

27. Januar

**Was möchte ich am Ende meines Lebens über mein Leben sagen?**



28. Januar

# Wofür lebe ich?

29. Januar

**Was bezwecke ich mit dem, was ich tue?**

30. Januar

## **Was suche ich, wo habe ich eine Sehnsucht, die diese Welt übersteigt?**

(M)eine Antwort: Nach universeller Liebe, denn Liebe ist die geistartige Lebenskraft, die dich speist und erhält. Kann man auch Gott nennen.

31. Januar

**Wozu kann ein schwieriges,  
sinnerfülltes Leben einmal gut  
gewesen sein?**

(M)eine Antwort: Ich sollte die  
positive Seite in allen suchen und  
sehen. Übrigens, aus allem kann  
die Seele lernen.

1. Februar

## **Welche Lebensmission habe ich zu erfüllen?**

(M)eine Antwort: Glücklichsein ist die Lebensaufgabe.

2. Februar

**Wo liegen meine Talente?**  
**Wo bin ich besser als andere?**

3. Februar

# **Entfalte ich meine Talente zum Wohle des Ganzen?**

4. Februar

**Womit verbringe ich meine Zeit  
am liebsten?**

**Wie viel Zeit habe ich für das,  
was mir wirklich Wichtig ist?**



5. Februar

**Was möchte ich noch in meiner  
Lebenszeit bewegen?**

6. Februar

**Was würde ich tun, wenn ich noch 2 Stunden leben würde?**

**Was würde ich tun, wenn ich noch 2 Tage leben würde?**

**Was würde ich tun, wenn ich noch 6 Monate leben würde?**

**Was würde ich tun, wenn ich noch 36 Monate leben würde?**

**Was würde ich tun, wenn ich noch 30 Jahre leben würde?**

**Was würde ich tun, wenn ich noch 5000 Jahre leben würde?**

7. Februar

**Kann ich mit allem, was ich tue,  
mit Gott verbinden?**

8. Februar

## **Wo gebe ich alles?**

9. Februar

**Angenommen, das Wort »universelle Liebe« ist gleichzusetzen mit dem Wort »Gott«. Was würde das in meinen Leben verändern?**

10. Februar

**Bin ich mir bewusst, dass die  
Liebe ein Geschenk Gottes ist?**

11. Februar

**Wenn ich mein Leben überprüfe, im Sinne von »Möge alles in Liebe geschehen«, wie sähe dann diese Überprüfung für mich aus?**

12. Februar

**Wie kann ich die göttliche,  
selbstlose, erwartungsfreie, al-  
les verzeihende Liebe leben?**

(M)eine Antwort: Durch die Ver-  
bindung mit dem Höherem  
Selbst (= das Göttliche), welches  
universelle Liebe ist.



13. Februar

**Bin ich mir bewusst, dass Gott mich liebt?**

14. Februar

**Lebe ich in einem liebevollen  
Bewusstsein, denn es ist die  
Liebe, um die es geht?**

15. Februar

**Denke ich mit einem liebevollen Gefühl an das göttliche Bewusstsein?**

16. Februar

**Mit was möchte ich mich verei-  
nen, verschmelzen?**

17. Februar

**Wie sehr liebe ich mich?  
Auf einer Skala von 1 bis 10.  
Zehn ist dabei der höchste  
Wert.**

18. Februar

## **Wie sieht mein Leben aus, wenn ich mit mir selbst ganz liebevoll umgehe?**

(M)ein Tipp: Liebevolle (mentale) Selbstgespräche kosten nichts und können sehr stärken.

19. Februar

## **Was würde jetzt die Liebe tun?**

20. Februar

**Wie geht es mir jetzt gerade?  
Bin ich verbunden mit der Ener-  
gie der Liebe?**



21. Februar

## Was liebe ich?

22. Februar

**Wie schenke ich Liebe?  
Wem gebe ich Wertschätzung  
und Herzenswärme?**

23. Februar

**Liebe ich mich in diesem Moment?**

24. Februar

## **Wo kann ich mehr Liebe geben?**

25. Februar

**Behandle ich mich selbst so,  
wie ich gerne von anderen be-  
handelt werden möchte?**

26. Februar

**Verhalte ich mich so, wie ich es  
gerne hätte, das andere sich  
verhalten sollen?**

27. Februar

**Bin ich mir bewusst, dass das,  
was ich aussende, kehrt in ver-  
stärkter Form zu mir zurück?**

28. Februar

## **Was könnte ich Menschen auf ihrem Weg mitgeben?**

(M)eine Antwort: Liebe, Wertschätzung und Dankbarkeit.



29. Februar

**Bin ich mir bewusst, dass alle niedrige Energie Liebe werden will?**

These: Jedes Gefühl will Liebe (göttlich) werden.

1. März

**Zu welchen Menschen habe ich  
eine Herzensverbindung und  
wer sind die wichtigsten Men-  
schen in meinen Leben?**

2. März

**Was mag ich an meinen Freunden, Bekannten und Lebensgefährten?**

**Was stört mich an ihnen?**

(M)ein Tipp: Bewunderung(en) aber auch genervt sein zeigt ein Schattenthema auf. Hierzu gibt es viele Hilfen, z. B. Literatur. Sehr wichtig: Schatten sollte man sich unbedingt ansehen.

3. März

## **Wie pflege ich zwischen- menschliche Beziehungen?**

4. März

**Für was kann ich meine Mutter  
und meinen Vater anerkennen?**

**Was habe ich von ihnen ge-  
lernt?**

5. März

**Wem müsste ich verzeihen und somit die Vergangenheit heilen?**

6. März

**Für was sollte ich mehr Verständnis haben?**

7. März

**Was brauche ich bzw. was fehlt mir, um andere zu verstehen?**

(M)eine Antwort: die göttliche Liebe.



8. März

**Wo bin ich zu egoistisch und was hätte das zu Folge, wenn ich mit allen verbunden bin?**

(M)eine Antwort: Verbundenheit mit allen Wesen ist die spirituelle Realität. Handle so im Leben.

9. März

## **Wie erkenne ich Liebe?**

(M)eine Antwort: Herzenswärme, Vertrautheit, Wohlwollen sind einige Zeichen der Liebe.

10. März

**Was ist gut für die Liebe, was ist schädlich?**

11. März

## **Wie sollte meine ideale Liebes- beziehung sein?**

12. März

**Welche Stärken und welche Schwächen weisen meine Beziehungen auf?**

13. März

**Verbringe ich genügend Zeit  
mit den mir wichtigen Men-  
schen?**

14. März

## **Wie könnte ich mit anderen besser kommunizieren?**

(M)eine Antwort: Wertschätzend,  
Ich-Botschaften, Verständnis für  
die andere Perspektive.

15. März

**Bin ich mir bewusst, dass jeder wertvoll ist und keiner besser (nur fortgeschrittener)?**



16. März

## **Wie verändert Schenken meine Stimmung?**

17. März

**Mache ich Fehler und Schäden  
in irgendeiner Form wieder  
gut?**

18. März

## **Was kann ich zu einem friedlichen Miteinander beitragen?**

(M)eine Antwort: ein gutes Vorbild sein. Eine große Kraft ist auch das Gebet.

19. März

## **Was kann ich gut mit anderen teilen?**

20. März

**Im Zweiten Weltkrieg haben einige niederbayrische Bauern hungernde Städter (Stadtmen-schen) mit Nahrungsmitteln versorgt, soviel, dass sie selbst hungern mussten. Wäre ich auch dazu bereit? Wo wären meine Grenzen?**

21. März

## **Wie kann ich andere Lebewesen (z.B. Menschen, Tiere, Pflanzen etc.) glücklich machen?**

(M)eine Antwort: Vermeide zuerst andere Wesen zu schädigen und jeder Tag bietet Möglichkeiten etwas Gutes und sinnvolles zu tun.

22. März

## **Wie kann ich mich erholen?**

23. März

**Was tue ich für die richtige Balance zwischen Anspannung und Entspannung?**



24. März

**Wie viel Ruhe bzw. Pausen (z.B. auch Mittagsschlaf) gönne ich mir?**

(M)eine Bemerkung: Leben läuft rhythmisch ab. Pausen sind wichtig und erhöhen die Leistungsfähigkeit.

25. März

## **Bin ich im Reinen mit mir?**

(M)eine Anmerkung: Falls nicht unbedingt eine zügige Klärung anstreben. Notfalls die Profis dafür aufsuchen.

26. März

## **Reinige ich immer wieder meinen Geist und meinen Körper?**

(M)eine Anmerkung: Sehr wichtig!

27. März

**Kann ich mich in einer Welt der  
Verführungen auf mich selbst  
beschränken?**

28. März

## **Wie sollte ich mein Leben leben?**

(M)eine Antwort: Mit Liebe, Freude sowie Dankbarkeit.

29. März

## **Was ist gut für meine Gesundheit, was schädlich?**

(M)eine Antwort: es gilt grundsätzlich (immer) die individuelle Konstitution zu berücksichtigen. Bewegung, gesunde Ernährung, Erholung, Freude sowie Liebe sind Stützpfeiler der Gesundheit. Symptome nur mit Medikamenten zu unterdrücken bewirkt oft eine Krankheitsreise der Verschlimmerung von außen (Haut) nach innen (Gehirn, Geist).

30. März

**Was war das schlimmste Erlebnis und was das schönste Erlebnis in meinen Leben?**

31. März

## **Was wähle ich im Leben?**

(M)eine Antwort: Priorität eins hat Gott. Alles ist uns nur gelie-

hen.



1. April

**Welchen Einfluss könnte meine Herkunftsfamilie, meine Ahnen, meine Verwandte auf mich haben?**

2. April

**Was fällt mir leicht?**

**Was fällt mir schwer?**

3. April

**Wie kann ich mehr haben von dem, was ich brauche (»Erfahrung der Fülle«)?**

(M)eine Antwort: Was ich gebe, erhalte ich ähnlich zurück.

4. April

**Was tue ich dafür um die wirklich wichtigen Dinge meines Lebens zu verwirklichen?**

(M)eine Antwort: Wir haben alle einen Seelenauftrag zu erfüllen. Wo sind meine Gaben?

5. April

## **Wie würde mein ideales Berufsleben aussehen?**

6. April

## **Was verbessert mein Leben?**

(M)eine Antwort: dies ist durchaus eine sehr individuelle Frage. Finde es heraus.

7. April

## **Wo sollte ich dran bleiben?**

8. April

## **Wie kann ich freier und selbstbestimmter leben?**

(M)eine Antwort: Je näher wir dem Göttlichen kommen, desto freier und besser wird unser Leben.



9. April

## **Was wollen mir meine Lebensumstände sagen und zeigen?**

(M)eine Antwort: Grundsätzlich spiegelt unsere Umgebung. Finde den Sinn dahinter.

10. April

## **Was ist gut für meine Spiritualität, was schädlich?**

(M)eine Antwort: die Bewegung hin zu Gott, der universellen Liebe, stärkt mich. Liebloses, egoistisches Verhalten schwächt mich. Übrigens, wir sind göttliche Wesen und wir dürfen gerne um mehr Licht und Liebe bitten.

11. April

**Wer bin ich?**

**Wessen bin ich mir bewusst?**

(M)eine Antwort: Ich bin göttliches Bewusstsein, wir sind göttliches Bewusstsein.

12. April

**Was macht mein Leben schwer,  
was macht mein Leben leicht?**

13. April

**Was tue ich für mich?  
Was täte mir gut?**

14. April

**Angenommen ich hätte neun  
Wünsche frei? Was wären die-  
se?**

15. April

**Was möchte ich noch erschaffen?**

16. April

## **Welche Situationen in meinen Leben wiederholen sich?**

(M)eine Antwort: Bei chronischen Problemen gilt es dick was zu lernen.



17. April

**Was lehne ich ab (z.B. welche Menschen) und bekämpfe ich (Schattenanteil)?**

18. April

**Was sagt mir die Welt über mich im Sinne eines Spiegels (»Alles in der Außenwelt enthält eine Botschaft über die Innenwelt«)?**

19. April

# **In welcher Zeitqualität lebe ich?**

20. April

**Welche Muster im Denken, Fühlen und Verhalten habe ich von meinen Eltern übernommen?**

21. April

**Wo fühle ich mich wohl und geborgen?**

22. April

**Was sind meine chronischen Probleme? Was tue ich (täglich) dagegen?**

23. April

**Welche Sache wollte ich schon  
immer einmal machen?**

24. April

**Welche Person würde ich gerne sein?**



25. April

**Was ist noch wichtig von dem,  
was mich vor Jahren bewegte?**

(M)eine Anmerkung: alles Materi-  
elle unterliegt der Veränderung.

26. April

**Was hilft mir am besten, wieder  
in meine Harmonie zu kommen?**

27. April

## **Wie kann ich den Alltag verwandeln?**

(M)eine Antwort: Bewusstsein wirkt auf Materie. Die Energie der Achtsamkeit (Bewusstsein) wie auch der Liebe wirkt transformierend. Kurzum: das göttliche Bewusstsein.

28. April

## **Wo habe ich Illusionen und wie kann ich diese abbauen?**

29. April

**Habe ich unnütze, (Lebens-) Energie raubende sowie sinnlose Verpflichtungen reduziert, um Zeit für meine spirituelle Ausrichtung (z.B. für Meditationen, Gebete, inspirierende Texte lesen, Visualisationen, Muse, naturnahe Spaziergänge etc.) zu haben?**

(M)eine Antwort: Alles hat durchaus seinen Sinn. Unnütze bedeutet hier wenig zielorientiert.

30. April

## **Wer ist für mein Erleben verantwortlich?**

(M)eine Antwort: mein Bewusstsein, welches unabhängig vom Körper existiert.

1. Mai

## **Was könnte ich tun, um geistige Klarheit zu fördern?**

(M)eine Antwort: Meditation, Achtsamkeit sind gute Möglichkeiten.

2. Mai

**Was ist Realität?  
Ist sie wirklich die einzige Wirklichkeit oder eine Spiegelung unseres Unbewussten oder Bewusstseins?**

(M)eine Antwort: Unsere sogenannte Realität ist individuell. Unsere Sinnesorgane begrenzen die »Realität«.



3. Mai

## Wie reflektiere ich?

(M)eine Bemerkung: eine Tagesrückschau wäre ein hilfreiches Werkzeug dafür.

4. Mai

**Habe ich Freude mit meiner  
Fantasie und womit beschäftige  
ich mich in meiner Fantasie?**

5. Mai

**Kann ich meine Gedanken und inneren Bilder wie eine Wolke am Himmel beobachten und ziehen lassen?**

6. Mai

**Was ist überbewertet?**  
**Was ist unterbewertet?**

7. Mai

**Kann ich das, was ist, anerkennen?**

8. Mai

## **Kann ich »Ja« sagen zu meinen Schicksal?**

9. Mai

**Kann ich mein Leben genießen,  
trotz allem?**

10. Mai

**Bin ich mir bewusst, so wie ich  
das Leben annehme, so ist es?**



11. Mai

**Bin ich mir bewusst, dass alles  
etwas Wichtiges beizutragen  
hat?**

12. Mai

## **Kann ich mein Gefühl in diesem Moment akzeptieren?**

(M)eine Bemerkung: akzeptieren bedeutet beobachten.

13. Mai

## **Müssen Dinge und Menschen so sein, wie ich es will?**

(M)eine Antwort: nein, das wäre sehr egozentrisch.

14. Mai

## **Wie würde Akzeptanz mein Leben verändern?**

(M)eine Antwort: mehr Gelassenheit, mehr innere Ruhe für besseres Handeln.

15. Mai

## **Was bedeutet der Satz: »Alles hat seinen Sinn« für mich?**

16. Mai

## **Kann ich mich und andere bejahen?**

17. Mai

**Was verändert der Satz: »Die Welt darf jetzt so sein, wie sie ist« bei mir?**

18. Mai

**Kann ich »Ja« sagen, zu dem,  
was sich jetzt in diesem Mo-  
ment zeigt?**



19. Mai

**Bin ich mir bewusst, dass die schnellste Problemlösung ist, die Einstellung »Ich will, was ist«?**

20. Mai

## **Was schenkt mir die meiste Gelassenheit?**

(M)eine Antwort: die Akzeptanz der Situation.

21. Mai

**Kommt doch nicht alles so, wie  
Gott, das große Leben, will?**

22. Mai

**Warum kann ich sagen: »Gott,  
dein Wille geschehe«?**

23. Mai

## **Gebe ich allen meinen Gefühlen Raum?**

(M)eine Anmerkung: jedes Gefühl sollte wertgeschätzt werden. Es muss aber nicht immer ausgelebt werden. Übrigens, jedes Gefühl will Liebe werden.

24. Mai

**Kann ich sagen: »Wenn jetzt  
dieses Gefühl da ist, dann ist es  
jetzt da«?**

25. Mai

**Welche Gefühle will ich nicht haben? Welche inneren Gefühlsanteile lehne ich in mir selbst ab (Schattenanteil, wie sie C. G. Jung nannte)?**

26. Mai

**Was sind die Vorteile von (so-  
genannten) negativen Gefühlen  
wie Ärger, Unzufriedenheit  
etc.? Was ist der positive Teil  
davon?**

(M)eine Antwort: sie können eine  
Energie der Veränderung bewir-  
ken.



27. Mai

**Kann ich auch ambivalente Gefühle in mir akzeptieren? Welche Botschaften (Ziele, Werte) haben sie für mich?**

(M)eine Bemerkung: sehr wichtige Frage.

28. Mai

**Kann ich auch meine dunkelsten Seiten annehmen und etwas Gutes daraus machen?**

29. Mai

**Kann ich, wenn ein Gefühl auftaucht, beim Gefühl bleiben (es beobachten)?**

30. Mai

**Wie fühle ich mich jetzt?**

31. Mai

**Was kann ich tun, um mich besser zu fühlen?**

1. Juni

# Wie kann ich tiefer, intensiver und erfüllter leben?

2. Juni

**Kann ich spontan meine Gefühle äußern? Wo nicht (z.B. berufliches Umfeld etc.)?**

3. Juni

## **Wer ist verantwortlich für meine Gefühle?**

(M)eine Antwort: Für meine Gefühle bin ich selbst verantwortlich. Frühere Leben, Seelenauftrag, spirituelle Prüfungen spielen dabei auch eine bedeutsame Rolle.



4. Juni

**Nehme ich wiederkehrende Gefühle als wichtig an?**

5. Juni

**Wenn Gefühle in Wellen kommen, kann ich dann (auch) den negativen Gefühlen leichter Achtung und Wertschätzung schenken?**

6. Juni

**Was bringt mir beste Lebens-  
qualität (»Lebendiger zu  
sein«)?**

7. Juni

## Was ist jetzt da?

8. Juni

**Was sehe ich gerade?**

**Was höre ich gerade?**

**Was rieche ich gerade?**

**Was fühle ich gerade?**

**Was schmecke ich gerade?**

9. Juni

**Was trennt mich (oft) vom gegenwärtigen Moment?**

10. Juni

## **Was braucht jetzt dieser Moment?**

11. Juni

**Was würde mir jetzt gut tun?**



12. Juni

## **Kann ich den Lebensmoment genießen und feiern?**

13. Juni

## **Wann ist morgen?**

(M)eine Bemerkung: Es gibt nur das Hier und Jetzt. Vergangenheit und Zukunft werden mit dem Verstand erzeugt.

14. Juni

## **Wie bewusst bin ich in meinen Alltag?**

(M)ein Tipp: Tägliche, achtsame Tagesrituale einbauen wie zum Beispiel ein bewusster Spaziergang im Grünen, achtsames Putzen usw.

15. Juni

**Wie kann ich in meinem Leben  
die Energie der Achtsamkeit  
immer besser kultivieren?**

16. Juni

**Habe ich Gewohnheiten (z.B. Spaziergänge in der Natur, Yoga, Meditationen usw.), welche meine Achtsamkeit stärken?**

17. Juni

## **Welcher Moment ist der wichtigste?**

(M)eine Antwort: der gegenwärtige Moment ist der wichtigste. Der Verstand würde hier wohl eine andere Antwort geben.

18. Juni

**Bin ich jetzt mit Geist und Körper im gegenwärtigen Moment?**

19. Juni

**Kann ich Achtsamkeit als Geschenk begreifen und mir dieses Geschenk oft gönnen?**



20. Juni

**Angenommen, Bewusstsein  
kann nicht sterben und muss  
sich ewig weiterentwickeln.  
Was möchte ich dann lernen,  
was müsste ich dann lernen?**

21. Juni

## **Wie verändert Ge-wahr-sein meine Haltung zu mir selbst?**

22. Juni

# **Nutze ich den Alltag als Übungsfeld zur bewussten Wahrnehmung?**

23. Juni

## **Habe ich Verständnis für das Schwache in mir?**

24. Juni

**Kann ich auch akzeptieren, dass ich (oft) unbewusst, also im »automatisierten Modus«, lebe bzw. gelange?**

(M)eine Bemerkung: Selbst in buddhistischen Kloster gelingt es nicht, stets nur achtsam zu sein.

25. Juni

## **Wie gehe ich mit den Bewährungsproben des Lebens um?**

26. Juni

## **Wozu sind Herausforderungen und Schwierigkeiten gut?**

27. Juni

**Bin ich mir bewusst, der Alltag  
(auch z.B. mit schwierigen Men-  
schen) ist mein Prüfungsfeld?**



28. Juni

**Kann ich zu (jeden) meinen Mitmenschen (geistig) sagen: »Ich achte dich und dein Schicksal«?**

29. Juni

**Welche Vor- und welche Nachteile habe ich, wenn ich meine Pflichten erfülle?**

30. Juni

**Welche Auf-Gaben und Probleme habe ich (immer wieder)?  
Wozu zwingen mich meine Probleme?**

(M)eine Anmerkung: (Fehlende) Gaben entwickeln.

1. Juli

**Bin ich mir bewusst, dass die Kette am schwächsten Glied reißt?**

**Was ist meine größte Schwäche?**

**Was tue ich gegen meine größte Schwäche?**

(M)eine Bemerkung: Es sollten die Schwächen geschwächt werden und die Stärken gestärkt werden.

2. Juli

**Würde ich, wenn die Geldsumme hoch genug wäre, alles für Geld tun? Was nicht?**

(M)eine Bemerkung: Leben wir nach der Goldenen Regel, ansonsten nehmen wir nur Schaden.

3. Juli

**Was ist die Lösung meines jetzt wichtigsten Problems?**

4. Juli

## **Wie kann ich weiser und liebevoller leben?**

(M)eine Anmerkung: Der Kontakt mit der göttlichen Urquelle stärkt meine Liebe und Weisheit.

5. Juli

## **Wie gehe mit meiner kostbaren Lebenszeit um?**

(M)ein Tipp: Am besten so, dass  
ich glücklich bin.



6. Juli

**Wie würde mein ideales Liebes-  
leben aussehen?**

7. Juli

**Bin ich mir bewusst, das jedes  
Lebensjahrzehnt seine Vorteile  
und Nachteile hat?**

8. Juli

# **Was ist für mich ein gelungenes Leben?**

9. Juli

**Spüre ich, was das Große Leben  
von mir will?**

10. Juli

**Wie kann ich die ursprüngliche (instinktive) Intelligenz meines Körpers wahrnehmen und nutzen?**

11. Juli

## **Höre ich auf mein Gewissen?**

(M)eine Bemerkung: Gegen sein Gewissen zu leben, macht das Leben schwer. Mach es dir einfach.

12. Juli

**Achte ich auf meine innere, leise Stimme (Gottes in mir bzw. des Lebens) und folge ich ihr?**

13. Juli

**Kann ich die innere leise Stimme Gottes bzw. des Lebens wahrnehmen und gegebenenfalls unterscheiden von Ego-Stimmengewirr?**

**Wie gehe ich mit einem sanften, leisen Impuls um, der mindestens dreimal in mein Bewusstsein auftaucht?**

(M)eine Anmerkung: Das Große Leben kommuniziert mit uns. Sehr sanft, schnell (erster Impuls) und bei wichtigen Dingen durchaus öfters.



14. Juli

## **Wie kann ich intuitiver leben und meine Intuition stärken?**

15. Juli

## **Was sagt jetzt mein Bauchgefühl?**

16. Juli

**Warum kann ich das Göttliche ausdrücken mit der Frage:  
»Was würde das göttliche Bewusstsein jetzt tun«?**

(M)eine Antwort: Dank dem Unbewussten gilt: Wer fragt, bekommt die Antwort.

17. Juli

## **Gehe ich den richtigen Lebensweg?**

(M)ein Tipp: Gehe mit Gott, dies ist das Beste. Das Große Leben ist viel weiser und mächtiger.

18. Juli

**Wie viel halte ich aus?**

**Von einer Skala von 1 bis 10  
(Zehn = Bestwert). Warum? Was  
wäre eine Alternative?**

19. Juli

## **Wie kann ich mein Leben mehr spielerisch und leicht gestalten?**

(M)ein Tipp: Mach dein Denken zum Danken.

20. Juli

**Was macht mir Freude und geschieht geradezu mühelos?**

21. Juli

**Bin ich mir bewusst, das geistige Helfer (z.B. Schutzengel, Geistführer usw.) in jeden Augenblick an meiner Seite sind und nur darauf warten, das ich sie beachte und um ihre Hilfe bitte?**



22. Juli

## **Was gibt mir Energie?**

23. Juli

**Welche Hinweise und Zeichen  
erhalte ich vom großem Leben?**

24. Juli

**Wie kann ich Segen erfahren?**

**Wie kann ich für andere ein Segen sein?**

**Welchen Menschen habe ich das Leben leichter gemacht?**

**Wo haben mir die Menschen schon (besonders) geholfen?**

25. Juli

**Kann ich die Dinge zu mir kommen lassen?**

26. Juli

## **Was bedeutet für mich der Satz: »Binde und löse dich«?**

27. Juli

**Würde Wahrheit mein Leben erleichtern oder erschweren? Wie sähe es aus, aus der Sicht meiner Mitmenschen?**

28. Juli

**Bin ich offen für neue Erfahrungen?**

29. Juli

## **Wie kann ich freier und unabhängiger werden?**



30. Juli

**Wie kann ich mein Leben vereinfachen und auf das Wesentliche beschränken?**

31. Juli

**Wenn ich im Lotto einen sehr hohen Jackpot (z.B. 45 Millionen) gewinnen würde, was würde ich dann tun?**

1. August

# Was passt zu meiner Persönlichkeit?

2. August

## **Was will mein Herz?**

3. August

**Was sollte ich mir in meinen Leben noch erlauben?**

4. August

**Welcher Lebensumstand passt  
am besten zu mir?**

5. August

**Wie möchte ich mein Leben leben?**

6. August

## **Wo ist im Leben der richtige Platz für mich?**



7. August

**Gibt es für mich bessere Ziele  
als materiellen Erfolg?**

8. August

## **Was bringt mir Zufriedenheit?**

9. August

**Wo werde ich gestärkt?**

10. August

## **Was schafft mir Frohsinn?**

11. August

**Wo werde ich immer besser?**

12. August

## **Was soll sich bei mir verändern?**

13. August

## **Was sollte ich unterlassen?**

14. August

**Wenn ich mir die Größe des Universums ansehe, und wie klein ein Mensch und seine Probleme dazu sind, steigert diese Betrachtungsweise mein Gottvertrauen?**



15. August

**Habe ich das Urvertrauen, dass  
alles, was ich wirklich brauche,  
im richtigen Moment zu mir  
kommt?**

16. August

**Bin ich mir bewusst, dass sich  
das Richtige schon ganz von  
selbst ergeben wird?**

(M)ein Tipp: Bitte um göttliche  
Führung und Gnade.

17. August

**Bin ich mir bewusst, dass göttliches Denken bedeutet: »Alles wird gut«?**

(M)eine Bemerkung: Göttliches Denken bedeutet: Alles hat seinen Sinn und es wird alles gut.

18. August

## **Wie erkenne ich göttliche Führung in meinen Leben?**

(M)eine Antwort: Göttliche Führung bedeutet gute synchronistische Fügungen zu erleben. Eine Steigerung des Wohlbefindens, der Liebe, der Freude und der Dankbarkeit.

19. August

## **Habe ich vertrauen in den Rhythmus des Lebens?**

20. August

## **Könnte Gott alles zum Positiven wenden?**

(M)eine Antwort: Ja!

21. August

**Glaube ich an eine Macht, die  
größer ist, als ich selbst?**

22. August

# **Kann ich mich Fallenlassen in die Hände Gottes?**



23. August

**Kann ich die Dinge einfach geschehen lassen und mich dem Strom des Lebens anvertrauen?**

24. August

**Komme ich Gott näher mit dem,  
was ich jetzt tue?**

25. August

**Wenn ich mein Leben leicht  
nehmen würde, wie müsste ich  
mich dann ändern?**

26. August

**Kann ich spontan reagieren und  
auf meine Gefühle vertrauen?**

27. August

## **Welche Einstellung lässt mich ruhig und entspannt werden?**

(M)eine Antwort: Alles hat seinen Sinn.

28. August

**Was ist mir in diesem Leben  
schon gut gelungen?**

29. August

**Kann ich meiner Intuition, meine inneren Impulse vertrauen?  
Wenn nicht, was vertraue ich dann?**

30. August

**Kann ich meine Probleme dem  
Höchsten übergeben und bit-  
ten, das Zeichen und Hilfen ge-  
schickt werden?**



31. August

**Bin ich mir bewusst, das ich allerbestens geführt werde, aber im Sinne meiner besten Weiterentwicklung und unter Berücksichtigung meines Karmas?**

1. September

## **Was tue ich, um der zu sein, der ich sein soll?**

(M)eine Bemerkung: Wir sollten ein Ausdruck Gottes sein, also seine »Mitarbeiter«.

2. September

**Bin ich mir bewusst, dass ich ein spirituelles Wesen bin, das eine menschliche Erfahrung macht?**

3. September

**Bedeutet Treue, mir selbst treu zu sein oder jemand anderen?**

4. September

**Kann ich den Weg der kleinen,  
positiven Schritte gehen?**

5. September

**Welche dienende Aufgabe habe ich?**

6. September

# Wie könnte mir das unsichtbare Universum helfen?

7. September

**Habe ich Druck (z.B. wirtschaftlichen, falsche Strukturen etc.) an das göttliche Sein »weitergegeben«?**



8. September

**Bin ich mir bewusst, dass jede Wohltat, die ich jemanden erweise, mich segnet?**

9. September

## **Was tut mir gut?**

10. September

**Womit bin unzufrieden?**

**Was wäre das Gegenteil und  
welches Gefühl suche ich mit  
der Wunscherfüllung zu errei-  
chen?**

11. September

## **Was brauche ich zum Leben?**

12. September

## **Kann ich warten?**

13. September

**Bin ich mir bewusst, dass Ver-  
zichten bedeutet innere Frei-  
heit einzuüben, anstatt von Be-  
dürfnissen getrieben zu wer-  
den?**

14. September

# Wie kann ich mein Glück machen?

15. September

## **Was sollte ich ausleben?**



16. September

# **Kann ich meine Wünsche äußern?**

17. September

# **Kann ich auch ungewöhnliche Wege gehen?**

18. September

**Bin ich flexibel, sodass ich neue Erfahrungen begrüßen kann?**

19. September

## **Was bietet mir Trost in schweren Zeiten?**

(M)eine Antwort: der Kontakt mit der göttlichen Ur-Licht-Liebe-Quelle stärkt mich zu jeder Zeit.

20. September

**Wo habe ich Chancen und wo sollte ich meine Möglichkeiten wahrnehmen?**

21. September

**Bin ich mir bewusst, dass das weiserste Gebet lautet: »Gott, dein Wille geschehe«?**

(M)eine Bemerkung: Unser kleines Ich ist sehr klein gegenüber dem Großen Leben.

22. September

# **Was sind meine Kraftquellen? Wo gewinne ich Lebensenergie?**

23. September

## **Was beschäftigt mich?**



24. September

## Was fehlt mir?

25. September

## **Was möchte ich gerne tun?**

26. September

**Nach was, sehne ich mich? Warum?**

27. September

## **Was benötige ich wirklich?**

28. September

**Angenommen, ich würde jedes Ziel und jeden Wunsch schnell erreichen, was wäre dann?**

29. September

**Welche Vorteile und welche Nachteile hätte ich, wenn sich meine tiefsten Wünsche verwirklichen würden?**

30. September

**Was sollte in mir heilen?  
Was ist heilsam für mein Geist  
und Gemüt?**

1. Oktober

## **Was bedeutet der Satz: »Alles ist so, wie ich es auffasse«?**



2. Oktober

**Was säe ich, was will ich ernten?**

3. Oktober

**Welche Wahl habe ich im Leben?**

**Lasse ich anderen (möglichst) ihren freien Willen?**

4. Oktober

**Bin ich mir bewusst, dass ich im Leben das anziehe, was mir ähnlich ist, oder, was mich versucht auszugleichen?**

5. Oktober

**Bin ich mir bewusst, es geschieht das, was ich glaube und nicht das, was ich mir wünsche?**

6. Oktober

**Angenommen, ich erhalte im  
Leben nur das, was ich gegeben  
habe, wie stände ich dann da?**

7. Oktober

**Bin ich mir bewusst, dass, was ich tue oder nicht tue, hat Konsequenzen?**

8. Oktober

**Wenn ich Gutes übertreibe, was bewirkt es dann?**

(M)eine Antwort: das Gute kehrt sich ins Negative.

9. Oktober

**Was bedeutet der folgende Satz für mich: »Was ich nicht wertschätze, verliere ich«?**

(M)eine Bemerkung: der Satz beschreibt eine geistige Wahrheit.



10. Oktober

**Bin ich mir bewusst, dass spirituelle Reichtümer wertvoller sind, als materielle Reichtümer?**

(M)eine Anmerkung: Materielles ist uns nur für kurze Zeit geliehen. Spirituelle Reichtümer können wir in unsere geistige Heimat mitnehmen.

11. Oktober

**Angenommen, ich bin nur für kurze Zeit Gast auf dieser Erde und mein Lernauftrag ist es liebevoller, weiser und bewusster zu werden, wie sieht dann meine Bilanz dazu aus?**

12. Oktober

## **Wo zieht es mich hin?**

13. Oktober

**Welche Fähigkeiten, Fertigkeiten oder Eigenschaften benötige ich, um meine tiefsten Wünsche zu verwirklichen?**

14. Oktober

**Es gibt viele Wege zum Ziel.  
Welchen bevorzuge ich? Warum?**

15. Oktober

**Welches (neues) Berufsbild ergeben meine Stärken und meine Schwächen?**

16. Oktober

## **Wie kann mein Leben gelingen?**

(M)eine Bemerkung: Ohne Gott  
sicherlich nicht.

17. Oktober

## **Was hat mich Leid gelehrt?**



18. Oktober

**Kann ich folgenden Satz zustimmen: »Erkenntnis ist der Reichtum der Seele«?**

19. Oktober

## **Welche Qualität haben meine Gedanken, Gefühle und Worte?**

20. Oktober

**Welche Gedanken nehme ich in mir auf und pflege ich?**

21. Oktober

**Was würde ich tun, wenn ich allmächtig wäre (= intensiv, gedachte Gedanken werden Realität)?**

**Wie würde ich dann einen Schulungsplaneten für Menschen gestalten?**

(M)eine Bemerkung: die Übung dient dazu alle Sehnsüchte aufzudecken. Es gilt aber: »Gott, dein Wille geschehe durch mich!«

22. Oktober

## **Erwarte ich immer das Beste?**

(M)ein Tipp: eine schöne Affirmation lautet dazu: »Mir wird nur das Beste zuteil«.

23. Oktober

# **Bin ich mir bewusst, Veränderungen beginnen im Denken?**

24. Oktober

**Habe ich die Einstellung: »Für jedes Problem gibt es eine Lösung«?**

(M)eine Anmerkung: begrenztes Denken bewirkt nur begrenzte Lösungen.

25. Oktober

# Was ist das Beste, was passieren könnte?



26. Oktober

**Bleibe ich dran, beim dem, was  
mir wichtig ist?**

27. Oktober

**Bin ich mir bewusst, dass ich  
jede Situation von zwei Seiten  
betrachten kann?**

28. Oktober

**Welchen Charakter bzw. welche Konstitution habe ich?**

**Was ist daran positiv, was ist daran negativ?**

**Was müsste bei mir ausgeglichen werden?**

29. Oktober

## **Was macht mir gute Laune?**

30. Oktober

# Was erhöht meine Lebendigkeit?

31. Oktober

**Was brauche ich um mich wohl zu fühlen?**

**Was tue ich für das Wohl anderer Menschen?**

1. November

**Nach welchen Gefühlen strebe ich?**

2. November

# Wie sollte die Menschheit leben?



3. November

**Was tue ich, für mein eigenes Wohl, dem Wohl der Allgemeinheit oder generell zur Verbesserung der Welt?**

4. November

**Habe ich mir bewusst gemacht,  
dass ich mit meiner Zeit, mei-  
nem Geld und meiner Energie  
aufgerufen bin, an einem neuen  
Zeitalter der Brüderlichkeit  
und des Friedens zum Wohle al-  
ler mitzuwirken?**

5. November

**Kann ich tatenlos akzeptieren,  
dass Menschen nicht genügend  
Nahrung, Wasser, Wohnraum  
oder Anbaufläche haben?**

**Kann ich tatenlos akzeptieren,  
dass diese Welt ein Vertei-  
lungsproblem hat?**

6. November

**Wenn etwas zu meinen Besten  
und zum Besten anderer ist,  
verwirkliche ich es dann?**

7. November

## **Was soll anders werden?**

8. November

**Lebe ich im Einklang mit meinen innersten Überzeugungen?**

9. November

**Was sind meine wichtigsten Werte?**

**Welche Nachteile hat der Verlust von Werten (z.B. Ehrlichkeit, Toleranz, Fairness etc.)?**

(M)eine Bemerkung: was wir geben erhalten wir ähnlich zurück.  
So genial ist das Leben.

10. November

**Wie wirken sich meine Motive  
und Handlungen auf andere Le-  
bewesen und der Natur aus?**

**Wie könnte ich mich da verbes-  
sern?**



11. November

**Kann ich auch allein glücklich sein (oder bin ich bedürftig)?**

12. November

## **Was sind die kleinen Glücksmomente meines Lebens?**

13. November

## **Wie sieht ein wunderbarer Tag für mich aus?**

14. November

## **Was ist für mich richtig?**

15. November

**Was kann ich tun, um mich  
überragend gut, liebevoll und  
friedlich zu fühlen?**

(M)eine Antwort: sich mit dem  
Großen Leben verbinden.

16. November

**Was ist für mich Erfolg?  
Welche Vor- und Nachteile hat  
Erfolg?**

17. November

# Was ist mir wichtiger: Geld oder freie Zeit?

18. November

**Würde ich meinen Beruf bzw.  
meine Arbeit auch machen,  
wenn ich dafür kein Geld erhalten  
würde?**

**Welche Tätigkeiten würde ich  
auch umsonst machen?**



19. November

**Von welchen Kernüberzeugungen, Denkmustern, Glaubenssätzen oder Vorstellungsbildern, die ich vielleicht habe, kann ich geschwächt werden?**

20. November

**Was würde ich tun, wenn ich  
wüsste, es würde nur erfolg-  
reich sein?**

21. November

**Was ist besser: »Viel richtig machen oder schwer wiegende Fehler zu vermeiden?«**

(M)eine Antwort: schwer wiegende Fehler zu vermeiden.

22. November

**Welche Art von Geschäften mache ich?**

**Bringt es mehr Freude oder Leid?**

23. November

**Mit welcher Energie (z.B. fried-  
voll, harmonisch, liebevoll,  
achtsam etc.) tue ich etwas?**

24. November

**Bin ich mir bewusst, dass alles,  
was mir begegnet ein Geschenk  
des großen Seins namens Gott  
ist?**

25. November

**Bin ich mir bewusst, dass jeder Tag ein Geschenk (falls ich 90 Jahre werde/bin, dann habe ich ca. 32850 Tage geschenkt bekommen) ist?**

26. November

## **Führt ein »Mehr« zu mehr Zufriedenheit?**

(M)eine Antwort: Nein, das Wesentliche macht glücklich!



27. November

**Was glaube ich, wie viel Lebensjahrzehnte werden ich noch leben?**

**Wie viel lebten bzw. leben meine Eltern?**

28. November

## **Was macht mich selig?**

29. November

# Wie kann Mut mein Leben verbessern?

30. November

**Wofür sollte ich dankbar sein?**

1. Dezember

## **Kann ich Gott für alles, in meinem Leben, danken (auch für schmerzvolle Erfahrungen)?**

(M)eine Bemerkung: es geht hier auf der Erde um Liebe und Lernen. Es gehört auch zum Leben weniger helle Momente zu erfahren. So ist das Leben.

2. Dezember

**Übe ich einen Beruf aus, der andere Menschen, Lebewesen oder der Natur schadet?**

(M)eine Antwort: bitte es zu unterlassen, andere Wesen zu schädigen. Besser dann den Job wechseln.

3. Dezember

## **Was kann ich von kleinen Kindern lernen?**

4. Dezember

# **Was kann ich aus Biografien von Menschen lernen?**



5. Dezember

**Wo bin ich mit dem ganzen Herzen dabei?**

6. Dezember

## **Was ist zu tun, um meine Lebensträume zu erfüllen?**

7. Dezember

## **Wie genieße ich?**

**(M)eine Antwort: Ohne Sinne geht nichts.**

8. Dezember

# Was macht mein Leben lebenswert?

9. Dezember

**Wie authentisch bin ich? Auf einer Skala von 1 bis 10. Zehn ist Höchstwert.**

10. Dezember

**Was tue ich gerne? Was tue ich  
ungern? Warum?**

11. Dezember

**Was tue ich, wenn ich einen guten Tag habe?**

**Was tue ich, wenn ich einen schlechten Tag habe?**

12. Dezember

# Was verhindert Glücklichein?



13. Dezember

## **Wie kann Demut mein Leben verbessern?**

14. Dezember

## **Welche Rituale verbessern mein Leben?**

15. Dezember

## **Wie sollte ich mich am besten auf die Welt einstellen?**

(M)eine Antwort: Auf Überraschungen.

16. Dezember

# Was habe ich im Leben angezo- gen?

17. Dezember

**Bin ich mir bewusst, aufgrund  
des Resonanzgesetzes, dass ich  
verantwortlich bin, was sich in  
meinen Leben zeigt?**

18. Dezember

## **Wann ist jemand wirklich reich?**

(M)eine Bemerkung: Glücklich-  
sein ist das Ziel aller Ziele.

19. Dezember

## **Was ist gut für meinen Wohlstand, was schädlich?**

20. Dezember

**Wovon habe ich Zuviel?  
Wovon habe ich Zuwenig?**



21. Dezember

**Was verhindern Medien (z.B. Fernsehen, Radio, Internet, Zeitungen), was bringen sie?**

22. Dezember

**Was verweigert mir das Leben  
bzw. hat mir verweigert? Was  
war daran auch positiv?**

23. Dezember

**Wie würde eine minimalistische Lebensführung mein Leben und das Leben der Umwelt verbessern?**

24. Dezember

**Was sollte ich (in meinen Leben) geben?**

**Was sollte ich (in meinen Leben) nehmen?**

25. Dezember

**Ernähre ich mich nach Möglichkeit leicht, pflanzlich (vegetarisch/vegan) und biologisch (naturrein)?**

26. Dezember

**Habe ich Geduld mit mir (und  
meinen Nächsten)?**

27. Dezember

**Könnte ich meine Lebensqualität erhöhen ohne Mehrkonsum?**

28. Dezember

**Bin ich mir bewusst, dass alles,  
was ich besitze, nur Leihgaben  
sind?**



29. Dezember

**Angenommen, nach meinen Austreten aus dem Erdenkörper, wird mir die Frage gestellt, ob ich wieder zum Lernen auf die Erde inkarnieren möchte oder in den geistigen Ebenen mich weiterentwickeln möchte, wie würde jetzt meine Antwort lauten?**

**Hinweis: Sexualität findet nur auf der Erde statt und wer sich für die geistige Welt entscheidet, kann auch nicht mehr auf die Erde kommen.**

30. Dezember

**Wo sollte ich großzügiger sein?**

31. Dezember

**Welche Frage, die in diesem Buch nicht vorkommt, hätte mir gestellt werden müssen?**

Platz für eigene Fragen oder Notizen:

## *Internetadressen*

*Informationen zum Autor oder weitere, zwei kostenfreie Ebooks (Herzaphorismen – transformiert sowie Kostenfreie Impulse für Höheres Bewusstsein) und noch einiges mehr gibt es auf folgende Websites:*

- *[weisheitswissen.de](http://weisheitswissen.de)*
- *[ritterarmin.de](http://ritterarmin.de)*