

# Das MEFISTO-Tool Übersicht

## Mefisto-Spirit

**„Ich bin ein Teil von jener Kraft, die stets das Böse will und stets das Gute schafft!“**

## Erkenntnis

**„Ein Teil der Finsternis, die sich das Licht gebar...“**

## Frieden schließen

**„Drei Finger zeigen immer auf Sie selbst...“**

## Integrieren

**„Wo viel Schatten ist, ist auch viel Licht!“**

## Sorry sagen

**„Jeder Gegner ist ein verleideter Freund“**

## Triggern

**„Ich nutze meine Gefühle!“**

## OK

**„Frieden sei damit in mir!“**