



Es gibt
immer
einen Grund
dankbar
zu sein

Dankbarkeit - es dreht sich alles um das Gesetz der Anziehung. Wenn du dankbar bist, ziehst du immer mehr Dinge und Situationen an, für die du wieder dankbar sein kannst. Das wird dich immer glücklicher und zufriedener machen.

Du kannst das üben:

Ich habe dabei für mich eine Morgenroutine entwickelt und vielleicht gefällt dir das auch. Schreibe täglich, gleich nach dem Aufstehen oder beim Frühstück, ganz wie es für dich passt, 3 Dinge in ein kleines Büchlein hinein, für die du dankbar bist.

Es können Gegenstände, Situationen und Ereignisse sein oder vielleicht ist es etwas das so selbstverständlich ist, dass du es fast übersiehst. Das gute Frühstück, der Tag mit der Familie, die Blume am Wegesrand. Gehe noch aufmerksamer durch den Tag, dann fällt dir bestimmt vieles auf, wofür es sich lohnt, ganz bewusst DANKE zu sagen.

Vielleicht magst du das Büchlein „Dankbarkeitsbuch“ oder „Mein Glücksbuch“ nennen, lass dir einen schönen Namen dafür einfallen.

Ich empfinde es so schön, jeden Tag mit positiven und schönen Gedanken zu beginnen, dass ich es schon mehrere Jahre so lebe.

Wenn dir dieser Gedanke gefällt greife ihn auf. Ich bin dankbar, dass du diese Zeilen bis hierher gelesen hast und wünsche dir eine schöne Zeit mit vielen Dankbarkeitsmomenten.

Deine
Gabriele Rummel

Tulln, am 29.November 2020



Expertin für das Upgrade deiner Lebensqualität
und SmoveyMASTER Coach

www.your-goodfeeling.com

T: 0676 412 26 56