










#1











Meine Glücksanker

Jeden Tag ...

-  mache ich etwas, das mir Spaß macht.
-  tue ich etwas für die Gesundheit meines Körpers.
-  überlege ich mir 5 Dinge, für die ich dankbar bin.
-  verbringe ich Zeit mit Menschen, die mir wichtig sind.
-  mache ich einem anderen Menschen eine Freude.
-  lächle ich mich selbst eine Minute im Spiegel an.
-  trage ich Kleidung, in der ich mich wohl fühle.
-  verbringe ich Zeit in der Natur.
-  freue ich mich des Lebens.







Meine Glücksanker

Sprichwörter:

-  Jeder ist seines Glückes Schmied.
-  Das Glück ist auf der Seite der Mutigen.
-  Glück kann man verdoppeln, indem man es teilt.
-  Glück tritt gern in ein Haus, wo gute Laune herrscht.
-  Das Glück gibt vielen zuviel, aber keinem genug.
-  Glück erkennt man nur mit dem Herzen.
-  Glück entsteht oft aus kleinen Dingen.
-  Bescheiden Glück kommt alle Tage.
-  Gesundheit kommt vom Glück.
-  Das Glück kommt über Nacht.










Meine Glücksanker

Zitate:

-  Glück ist Liebe, nichts anderes. Wer lieben kann, der ist glücklich. (Hermann Hesse)
-  Glück ist das einzige, was wir anderen geben können, ohne es selbst zu haben. (Carmen Sylva)
-  Glück ist kein Geschenk der Götter, sondern die Frucht innerer Einstellung. (Erich Fromm)
-  Die meisten Menschen sind so glücklich, wie sie es sich selbst vorgenommen haben. (Abraham Lincoln)
-  Das Glück ist das einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt. (Albert Schweitzer)
-  Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren, die glücklich sind. (Francis Bacon)

Meine Glücksanker

Ich bin ...

-  wunderbar, so wie ich bin.
-  liebenswert und ich werde geliebt.
-  rundum glücklich mit dem, was ich tue.
-  dankbar für mein großartiges Leben.
-  gesund und ausgesprochen vital.
-  frei, meinen eigenen Weg zu gehen.
-  auf der Sonnenseite des Lebens.
-  immer bereit, dazuzulernen.
-  mit mir selbst im Reinen.

5

Meine Glücksanker



Verständnis



Liebe



Mut



Hoffnung



Vertrauen



Dankbarkeit



Zuversicht



Geduld