32 Tage Programm

"Level UP Selbstwert & Wohlstand"

als #hochsensibler Mensch

Dankbarkeit

Workbook Tag 15

© by Diana Lang-Schön

Dankbarkeit ist ein sehr wichtiger Schlüssel
um Fülle / Wohlstand in dein Leben zu ziehen!

Bei all dem Manifestieren vergessen wir oftmals ein kleines, aber
sehr wichtiges Detail mit enormer, gewichtiger Bedeutung:

Oftmals lenken wir unseren Fokus in unserem Leben auf all das, was wir nicht haben (Auto, Geld, Haus, Erfolg...), anstatt einfach für die Dinge dankbar zu sein, die wir bereits in unserem Leben haben. Wie steht es da bei DIR?

Dankbarkeit für deine Freundschaften, Beziehungen, Elltern, Kinder,
Gesundheit, Verdienst, Job, Wohnung, aber auch für immaterielle Dinge.
Das können ganz simple Dinge sein, wie deine Existenz, deinen Körper,
dein mitfühlendes Herz, din liebevolles Wesen, deinen klaren Verstand,
deine Mutter- oder Vaterschaft, deine Chancen im Leben,
Fähigkeiten & Talente u.s.w.

Dankbarkeit ist ein Wohlstands-Booster! Wofür bist DU dankbar?

Bearbeite nun dein Worksheet - Im Anschluss daran ist
deine heutige Tagesaufgabe:
Gehe mit offenem Herzen& Augen durch deinen ALL-Tag und
sei Dankbar für all die kleinen und großen Dinge in deinem Leben!

"Dankbarkeit für deine #hochsensible Existenz
ist Wertschätzung & Selbstliebe zugleich"

© Diana Lang-Schön

Dankbarkeit ist ein Wohlstands-Booster und zieht noch mehr davon in dein Leben!

1) Perspektivwechsel

Welche Mangelgedanken ("Ich habe zu wenig von...", " Ich brauche mehr von...") sind aktuell präsent in deinem Leben ?

_____

_____

_____

_____

2) Bist DU bereit all dieses Mangeldenken mt Herz & Vertand hinter DIR zu lassen?

☐ Ja ☐ Nein

3) Perspektivwechsel - Für was bist DU alles dankbar?

Für welche Beziehungen bist DU dankbar und warum?

_____

_____

_____

_____

_____

© Diana Lang-Schön

Dankbarkeit ist ein Wohlstands-Booster und zieht noch mehr davon in dein Leben!

Für welche kleinen & großen Dinge in deinem Leben bist DU dankbar?

Für was bist DU deinem Körper dankbar und warum?

Für welche Gaben, Talente & Fähigkeiten bist DU dir selbst dankbar?

Was bewirkt die Hochsensibilität schönes in deinem Leben? Wofür bist DU deiner Persönlichkeit hier dankbar?

"Dankbarkeit für deine #hochsensible Existenz
ist Wertschätzung & Selbstliebe zugleich"

© Diana Lang-Schön