

30 WEGE ZUM GLÜCK

Dein Glück ist zu wichtig, als dass du es in die Hände eines anderen geben solltest.

Kerstin Schuman

- | | | | |
|---|---|--|---|
| 1 DIE RICHTIGEN MENSCHEN
Umgeb dich mit Menschen die dir gut tun. Liebe, Lachen und Verständnis. |  | 2 FREU DICH FÜR ANDERE
Wenn du dich für den Erfolg anderer freust, werden sie das gleiche für dich tun. |  |
| 3 PROBLEME ANGEHEN
Schwierigkeiten annehmen und aktiv angehen. Tu was du kannst. Du bestimmst dein Leben. |  | 4 DAS GUTE IM SCHLECHTEN
Erkenne das Gute in schweren Momenten und du wirst daran wachsen und stärker werden. |  |
| 5 SEI EHRLICH ZU DIR SELBST
Sei dir bewusst was gut und richtig ist für dich. Was willst du erreichen und wer willst du sein? |  | 6 HÖR AUF DEINE INTUITION
Deine innere Stimme zeigt dir den Weg. Höre auf dein Bauchgefühl und sage was du zu sagen hast. |  |
| 7 DEIN GLÜCK IST WICHTIG
Deine Bedürfnisse zählen. Schau auf das was du brauchst und kümmere dich um dich selbst. |  | 8 VERZEIH DIR SELBST
Vergib dir selbst und anderen. Dadurch erhältst du die Chance aus der Vergangenheit zu lernen. |  |
| 9 SEI DU SELBST
Versuche nicht anders zu sein. Das ist eine Verschwendung der wunderbaren Person die du bereits bist. Zeig dich.. |  | 10 HILF ANDEREN
Je mehr du anderen hilfst um so mehr werden sie dir helfen wollen. |  |
| 11 LEBE JETZT
Dieser Moment ist der einzige, der dir sicher ist. Lebe ihn bewusst. |  | 12 NIMM DIR AUSZEITEN
Um deine Ziele zu erreichen brauchst du Klarheit und Energie. Erlaube dir Atempausen. |  |
| 13 ERKENNE DEINE FEHLER AN
Du lernst durch die Fehler die du machst. Aufstehen und besser machen. |  | 14 KLEINE MOMENTE SCHÄTZEN
Erkenne die Schönheit der kleinen Dinge. Sie machen den großen Unterschied in deinem Leben. |  |
| 15 SEI NETT ZU DIR
Sei dir selbst dein bester Freund. Vergib dir deine Fehler und sei gut zu dir. |  | 16 AKZEPTIERE DAS UNPERFEKTE
Die Welt ist nicht perfekt. Akzeptiere und schätze die Dinge für das was sie sind. |  |
| 17 SCHÄTZE WAS DU HAST
Sei jeden Tag dankbar für die Dinge und Menschen die dein Leben bereichern. |  | 18 ERREICHE DEIN ZIEL
Mit kleinen Schritten jeden Tag kommst du deinem Traum näher. |  |
| 19 GESTALTE DEIN GLÜCK
Dein Lächeln steckt an. Sei die Veränderung die du dir wünschst. |  | 20 ÖFFNE DEIN HERZ
Sag den Menschen die dir nahe stehen wie du fühlst. Dann gibst du ihnen die Chance dich zu verstehen. |  |
| 21 LEBE DEINEN TRAUM
Gib deinen Ideen eine Chance. Du kannst nur gewinnen. Dein Ziel erreichen oder an Erfahrung reicher werden. |  | 22 ÜBERNIMM VERANTWORTUNG
Übernimm die Verantwortung für dein Leben und überwinde die Hindernisse auf deinem Weg. |  |
| 23 MACHE DEN NÄCHSTEN SCHRITT
Du bist bereit neue Herausforderungen anzunehmen. Sie helfen dir zu wachsen. |  | 24 BEZIEHUNGEN PFLEGEN
Bemühe dich um die wichtigsten Menschen in deinem Leben. Sage ihnen dass sie dir wichtig sind. |  |
| 25 BINDUNGEN DIE BEREICHERN
Beginne neue Beziehungen aus dem richtigen Grund. Mit Menschen die dich lieben und respektieren. |  | 26 KONTROLLE ABGEBEN
Konzentriere dich auf die Dinge die du kontrollieren kannst und lass den Rest sein. |  |
| 27 OFFEN FÜR NEUE MENSCHEN
Begegne neuen Menschen mit Offenheit. Sei bereit jemanden zu treffen der dein Leben verändert. |  | 28 POSITIV DENKEN
Glaube daran dass es gut wird, verbanne negative Gedanken. Deine Gedanken bestimmen die Realität. |  |
| 29 VERGLEICHE HINKEN
Vergleiche mit Anderen sind Zeitverschwendung. Vergleiche dich nur mit einer jüngeren Version deiner selbst. |  | 30 FREU DICH
Erfreue dich an all den Dingen die du hast. Du bist unendlich reich. Noch mehr bedeutet nicht noch glücklicher. |  |



Kerstin Schuman
Mentorin, Coach & Autorin