

Dein Glücksjournal

„Es gibt keinen Weg zum Glück. Glücklichsein ist der Weg!“

Was ist für Dich Glück?

Für was bist Du heute dankbar?

-
-
-
-
-

Was hat heute ein Glücksgefühl bei Dir ausgelöst?

-
-
-
-
-

Was willst Du dir heute Gutes tun?

-
-
-
-
-

Was sind Deine Ziele für den kommenden Tag?

-
-
-
-
-

Visualisiere am besten täglich den Inhalt der Fragen und veranschauliche Dir wie viel positive und glückliche Momente in deinem Leben vorhanden sind und wie Du sie vermehren kannst, indem Du für dich definierst, was dich glücklich macht!

Viel Spaß!