

Dankbarkeitsliste

Hallo und schön das du da bist,

im Folgenden möchten wir dir das Tool der Dankbarkeitsliste zeigen. Du denkst jetzt vielleicht, dass Dankbarkeit gerade das Letzte ist was du empfindest und das du mit Dankbarkeit im Moment nichts zu tun haben willst. Das ist ganz normal und ging uns eine sehr lange Zeit genauso. Es könnte sich trotzdem lohnen weiter zu lesen.

Aus eigenen Erfahrungen wissen wir, dass Dankbarkeit auch etwas ist das man trainieren kann. Getreu dem Motto „scheiße fühlen, aber gut handeln“. Das Gefühl wird sich dem Handeln mit der Zeit anpassen. Vielleicht kann man es auch mit Fitnesstraining für den Kopf vergleichen, am Anfang fällt dir alles schwer und du hast ewig lange Muskelkater, aber dann kommt der Punkt an dem die Kraft steigt und das einst so schwere Gewicht ist deutlich leichter geworden. Versuche regelmäßig dabei zu bleiben. 1x pro Woche in einem längeren Zeitraum bietet mehr Vorteile, als in einem sehr kurzen Zeitraum besonders intensiv zu handeln.

Wir beginnen damit den Satz „Heute bin ich dankbar“ laut auszusprechen bzw. aufzuschreiben. Wir brauchen das „für“ nicht ausfüllen. Das „für“ wird mit der Zeit von allein dazu kommen.

Kontaktiere uns kostenlos über Whatsapp unter: 0157 5877 9419 – Wenn wir uns kostenlos und unverbindlich austauschen wollen, Fragen existieren oder du Verbesserungen bei Geldwerkzeugen siehst. Das Ziel von Geldwerkzeugen ist, dass der „normale“ Bürger ein besseres Leben bekommt – nicht erst zur Rente, sondern mit einfachen Mitteln sofort.

Heute bin ich Dankbar...	...für

Heute bin ich Dankbar...

...für

