

# Karte zum Inneren Glück

## Wurzeln schlagen



wirklich bei dir selbst ankommen, mit Druck, Stress und Herausforderungen umgehen, dir aktiv Glück im Alltag schaffen und aus ihm Kraft ziehen.

**1. Glück erschaffen**  
Richte deinen Blick auf das Positive aus und hole dir inneres Glück in deinen Alltag.



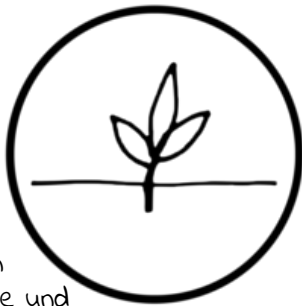
**2. Bei dir selbst ankommen**  
Höre auf deine Bedürfnisse & deinen Körper. Sei wirklich für dich präsent - und handle danach.



**3. Mit Herausforderungen umgehen**  
Begegne negativen Gefühlen, Stress und Druck und lass dich gleichzeitig nicht von ihnen leiten.

*\* Sorge gut für dich \*  
weil du es dir wert bist!*

## wachsen



Das Beste in dir entdecken und voll entfalten, deine Liebe und Wertschätzung zu dir vertiefen und auf dieser Basis deinen Weg finden.

**4. Das Beste in dir entdecken**  
Erforsche deine Stärken, Fähigkeiten, Qualitäten, Talente & Interessen.



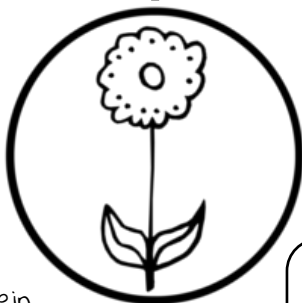
**5. Dich selbst lieben**  
Feiere deine Einzigartigkeit, deine inneren Schätze & deinen Weg zum Glück.



**6. Mut zu deinem Weg**  
Stärke deinen Mut und setze dein Glückspuzzle zusammen: was dich glücklich macht & erfüllt ist dein Weg.

*\* Glücksbooster \*  
Ritualisiere was dir gut tut!*

## Blühen



Aus deinem inneren Glück heraus deinen Weg gehen, dein Leben gestalten und mit dem Besten in dir die Welt bereichern.

**7. Deine Bestimmung leben**  
Du darfst auf dein Herz hören und die ersten Schritte gehen, in die dein Glück dich lenkt.



**8. Glückskreierer**  
Erschaffe deinen ganz persönlichen Ausdruck für mehr Glück in dieser Welt.



**9. Zwei unerschöpfliche Glücksquellen**  
Erstens: Du trägst mit dem Besten in dir zum Guten in der Welt bei.  
Zweitens: Du bist mit allem vernetzt.