

Ich erlaube mir,
mutig zu sein und etwas
Neues zu probieren.

**Ich bin voller Tatkraft
und setze mein Vorhaben
mit Leichtigkeit um.**

Ich fokussiere mich auf den
langfristigen Erfolg
und nutze meine Energie
jetzt dafür.

Ich glaube jeden Tag ein
kleines bisschen mehr daran,
dass ich mein Vorhaben
verwirklichen kann.

Ich überwinde meine Angst
mit meiner
Entschlossenheit
und meinem Willen.

**Ich erlaube mir, auch mal
faul zu sein, aber nicht
heute und nicht jetzt!**

**Ich erlaube es mir,
meine Ziele zu erreichen,
und handle elanvoll und
entschlossen.**

Ich traue mir zu,
mein Vorhaben jeden Tag
ein wenig **besser**
umzusetzen.

**Auch, wenn ich mich träge und
antriebslos fühle, kann ich es
schaffen, für 5 kleine Minuten
mein Vorhaben umzusetzen.
5 Minuten schaffe ich immer.**