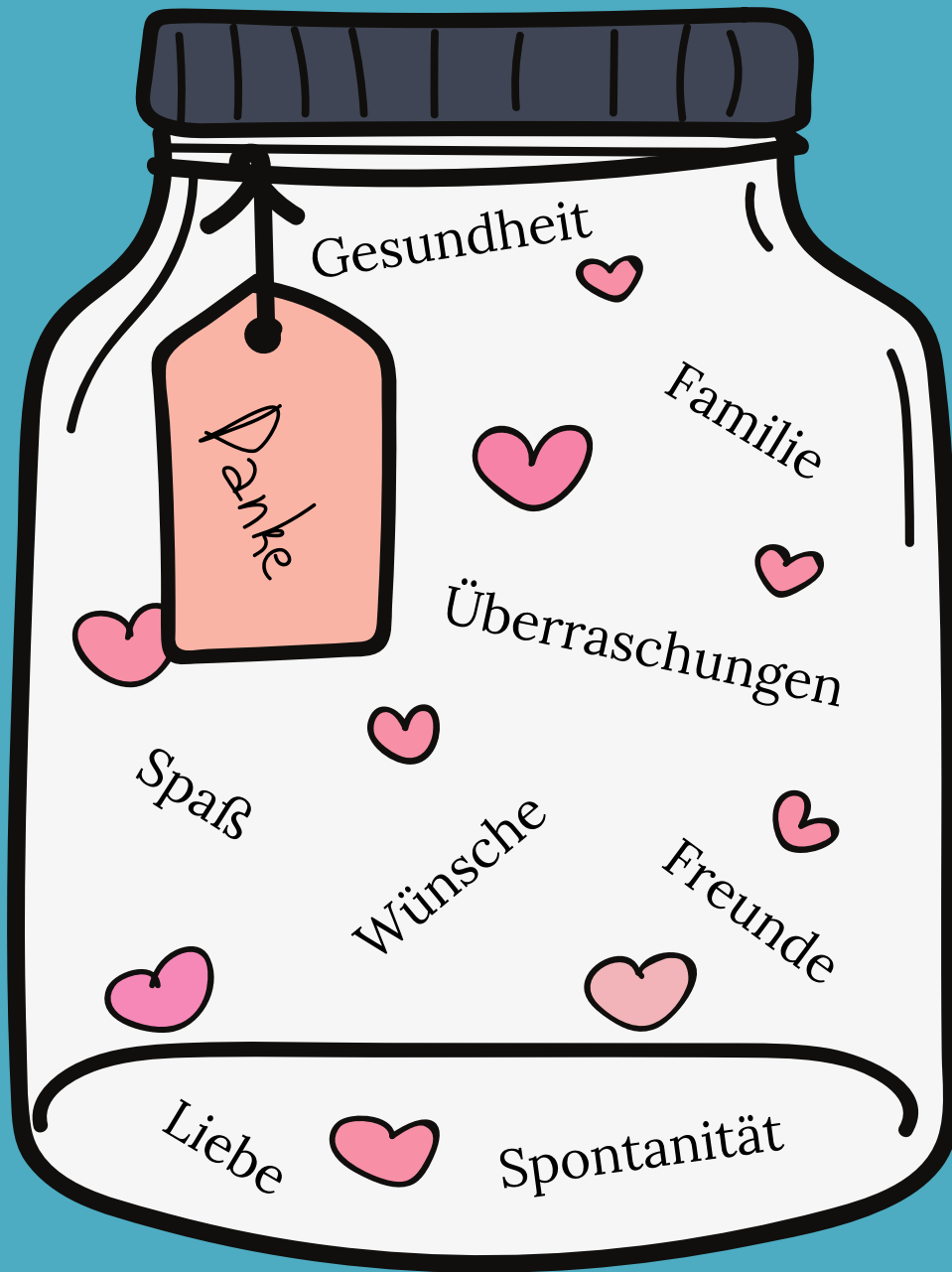


Das Glücksglas



Soulquenz Impuls
Glück ist keine große Welle.
Es sind die vielen kleinen Tropfen,
die dein Herz zum Leuchten bringen.
Und je mehr du sie sammelst,
desto stärker wird deine Verbindung zu dir selbst.

Das Glücksglas

Eine liebevolle Erinnerung an dein inneres Licht

Das Glück ist nichts, das du im Außen suchen musst.
Es lebt bereits in dir – in den kleinen Momenten,
in den leisen Augenblicken,
in den Erinnerungen, die dein Herz berühren.
Dieses Glas darf dich daran erinnern.
Tag für Tag. Moment für Moment.

Dein Glücksglas – so geht's

- Wähle ein Glas, das sich für dich stimmig anfühlt
 - Nimm dir kleine Zettel und einen Stift
 - Schreibe regelmäßig Momente auf, die dich berührt haben
- Das können ganz einfache Dinge sein:
- ein Lächeln
 - ein schöner Augenblick mit deinem Kind
 - ein Gefühl von Ruhe
 - ein kleines Wunder im Alltag
- Falte den Zettel und lege ihn in dein Glas

Für besondere Momente

Es wird Tage geben, die sich schwer anfühlen.
Momente von Traurigkeit, Überforderung oder Zweifel.
Genau dann darf dein Glücksglas für dich da sein.
Ziehe einen Zettel heraus
und erinnere dich daran,
was alles schon da war...
was in dir lebt...
und was dich trägt.