

Dankbarkeits Mantras

zum täglichen Wiederholen



Wenn Du möchtest, wiederhole diese positiven Mantras, um die wichtigen Dinge des Lebens wieder schätzen zu lernen.

Ich bin dankbar für meine **Gesundheit**.

Sie ist wertvoller als Geld oder oberflächlicher Reichtum.

Ich bin dankbar für meine **Familie und Freunde**.

Ihre Unterstützung ist herzerwärmend und kennt keine Grenzen.

Ich bin dankbar für **jeden Tag**.

Ich weiß meine Jugend zu schätzen, werde sie aber nicht vermissen.

Ich bin dankbar für das **Essen**, das ich esse, ganz gleich ob es eine große herzhafte Mahlzeit ist oder einfach nur ein kleiner Snack.

Ich bin dankbar für ein warmes Bett in **meinem Haus**.

Es ist der Ort, wo ich Ruhe und Träume mein Eigen nennen kann.