



# Dein Wunscherfüller



## Kennst du das?

### „Wenn ich mehr Zeit habe, dann...

- ...lese ich dieses Buch.
- ...räume ich die Wohnung gründlich auf.
- ...gestalte ich das Fotoalbum.
- ...mache ich regelmässig Sport.
- ...gönne ich mir mehr Zeit für mich.“

Aber: Der perfekte Moment kommt selten von allein.

Es ist eine bewusste **Entscheidung**, den **Moment zu nehmen und ihn perfekt zu machen**:

- Lies täglich 5 Minuten, statt das ganze Buch auf einmal.
- Ordne eine Schublade, anstatt die ganze Wohnung.
- Such täglich 10 Fotos raus, die du in den Ordner „Fotoalbum“ legst.
- Plane den Sport schon am Vortag fix ein und leg die Sportutensilien bereit.
- Steh 10 Minuten früher auf und geniesse die Tasse Kaffee oder Tee für dich.

Und dann: **Halte die Abmachung ein**, die du mit dir selbst triffst!

Sei **absichtsvoll** und setze dir ein **realistisches Ziel**!

Genau hierbei unterstützt dich der Wunscherfüller.

Er hilft dir, dein gestecktes Ziel zu verwirklichen:.

### ZIEL

Was möchtest du in 24 Tagen erreichen? Dies kann auch ein Teilziel sein. Wichtig: Es muss realistisch und klar formuliert sein.

### SEI

#### ABSICHTSVOLL

Frag dich täglich: „Was kann ich heute für die Erfüllung meines Wunsches/meines Ziels tun?“

### KOMM INS TUN

Geniesse jeden Tag einen Schoggi-stern und tu einen kleinen Schritt, der dich deinem Ziel näher bringt.

Unterschätze die Macht der kleinen Schritte nicht! Schon das **Bewusstsein**, dass du vieles selbst in der Hand hast, ist ein grosser Schritt in Richtung deiner Träume.

Ich wünsche dir von Herzen, dass deine bewussten Handlungen den Weg ebnen, damit Wünsche in Erfüllung gehen, Träume lebendig werden und Wunder spürbar sind.

Hab eine WUNDERvolle Zeit!

Petra

