

Deine Guten-Morgen-Routine



1

Denke nach: "Ich bin dankbar für..." (z.B. was gestern toll war oder was heute Schönes ansteht)

2

Mache ein **High Five** mit Deinem eigenen Spiegelbild

3

Schau auf die COBIMAX-Karte: "Mit jedem Tag geht es mir in jeder Hinsicht immer besser und besser"

4

Denke nach: "Was ist das Beste, was mir heute passieren kann?" (fantasievoll und großzügig sein) - fühle die **Dankbarkeit**, als wäre der Wunsch bereits geschehen!