

# Gesundheit & Kraft

Innere Ruhe &  
mehr  
Gelassenheit  
im Alltag

Vertrauen in  
mich selbst und  
meine  
Entscheidungen

Harmonie in  
meinen  
Beziehungen

Klarheit für  
meinen  
weiteren Weg

Dankbarkeit  
für das, was  
bereits da ist

Auf meine  
innere Stimme  
hören

Leichtigkeit im  
Denken und im  
Tun

Mut, um  
Pausen  
zuzulassen

Nicht immer  
alles verstehen  
zu müssen

Mut, Dinge  
unvollendet zu  
lassen

Zeit für mich  
und meine  
Bedürfnisse

Loszulassen,  
was mir nicht  
mehr dient

Vertrauen in den  
natürlichen  
Rhythmus des  
Lebens

Mut, öfter Nein  
zu sagen –  
ohne  
Schuldgefühl

Räume, in  
denen ich  
einfach sein  
darf

Dass sich zur  
richtigen Zeit  
das Richtige  
zeigt

Mehr Sein.  
Weniger  
Müssen.

Sanft mit mir  
sein.

Schöne  
Momente, die  
nicht geplant  
sind

Weniger  
funktionieren  
und mehr  
fühlen

Wurzeln, die  
mich tragen,  
und Flügel, die  
mich wachsen  
lassen

Vertrauen statt  
Kontrolle.

Leichtigkeit im  
Umgang mit  
Veränderungen

Altes würdevoll  
gehen lassen

Offene Türen –  
und die  
Gelassenheit,  
geschlossene zu  
akzeptieren

Licht für  
dunkle Tage  
und Ruhe für  
laute Zeiten

Klarheit vor  
Geschwindigkeit.

Geduld – mit mir  
selbst und mit  
anderen

Die Fähigkeit,  
Grenzen  
wahrzunehmen  
und zu achten

# Vertrauen in Zeiten des Wartens

Mehr Präsenz im Augenblick

Freude ohne Anlass zulassen

Innere Ordnung statt äußerer Perfektion

Ein liebevoller Blick auf mich selbst

Mich nicht mit anderen vergleichen

Den eigenen Wert nicht vergessen

Entscheidungen mit mehr Ruhe treffen

Mich öfter getragen fühlen

Einen sanften Start in jeden neuen Anfang

Dass mein Herz gehört wird

Einen liebevollen Umgang mit meiner Zeit

Mich dem Leben anvertrauen zu dürfen

Erwartungen loslassen – meine eigenen und die der anderen

Zweifel sollen leiser werden



DEAVITA



DEAVITA



DEAVITA



DEAVITA



DEAVITA



DEAVITA



DEAVITA