

DIE EINE SACHE DIE DEIN SELBSTBEWUSSTSEIN EXPLODIEREN LÄSST!



Es gibt eine Sache, die Du tun kannst, die Dein Selbstbewusstsein geradezu explodieren lassen wird und diese Sache möchte ich Dir heute vorstellen.

Der Hauptgrund warum wir oft Selbstzweifel oder das Gefühl haben, bestimmte Herausforderungen nicht meistern zu können und uns deshalb nicht trauen, ist der, dass wir nicht gewohnt sind, uns ausserhalb unserer Komfortzone sicher oder zumindest zuversichtlich zu bewegen.

Wir haben noch nicht das Vertrauen in uns, dass wir mit neuen, unbekanntem oder ungewohnten Situationen und Herausforderungen umgehen können, dass wir Veränderungen so handhaben können, dass wir daraus etwas Gutes, ja etwas noch viel Besseres entstehen lassen, als wir vorher hatten, selbst wenn die Veränderungen uns unfreiwillig aufgezwungen wurde (z.B. durch eine Trennung oder durch einen Jobverlust).

Wenn wir dieses Vertrauen hätten, würden wir uns unglaublich sicher fühlen. Wir würden uns mehr Dinge trauen, würden uns aus unserer Komfortzone herausbewegen und sogar beginnen, Veränderungen zu lieben, weil wir darin die Chance, und nicht mehr die Gefahr sehen würden. Wir hätten die Gewissheit, mit neuen und unbekanntem oder schweirigen Situationen umgehen zu können und würden uns plötzlich sehr sicher fühlen.

Wir könnten uns innerlich auf uns selbst verlassen, ja uns selbst und unseren Fähigkeiten VERTRAUEN. Wir hätten also ein starkes SelbstVERTRAUEN!

Doch was tun, wenn uns dieses SelbstVERTRAUEN (im Moment noch) fehlt?

Es ist eigentlich ganz einfach... Du musst nur eine einzige Sache dafür tun. Und doch kostet sie Dich einen Preis. Und der Preis heisst MUT!

Die eine Sache, die Du tun kannst ist, Deinen Mut-Muskel zu stärken und Dich JEDEN Tag bewusst dazu zu überwinden, EINE Sache zu tun, die ausserhalb Deiner Komfortzone liegt.

Nur eine einzige Sache.

Das kann alles sein, egal in welchem Bereich, aber es muss ausserhalb Deiner Komfortzone liegen, es muss Dich also etwas Überwindung kosten.

Mit diesem täglichen Mut-Muskel-Training wird Dein Selbstvertrauen rasant wachsen und Deine Persönlichkeit sich sehr schnell verändern. Dein Selbstbild wird sich vollkommen neu formen und Du wirst als großartiges Nebenprodukt auch im Aussen Resultate erzielen, die Du vielleicht noch heute für fast undenkbar hältst.

Wenn Du Lust hast, Dich dieser kleinen Sommer-Herausforderung zu stellen, dann erstelle noch heute eine Liste mit 10 leichten Dingen, zu denen Du Dich überwinden willst und dann SETZE sie in den nächsten 10 Tagen um. Jeden Tag eine Sache. Keine Ausreden ;) Denn Du weisst ja, Gründe um etwas nicht zu tun gibt es immer...

Wer etwas will, findet Wege... Wer nicht will, findet Ausreden ;)

Setze wirklich ALLES auf Deiner Liste um.

Du wirst sehr überrascht sein, was diese Challenge mit Dir, Deiner Persönlichkeit, Deinem Selbstbild und Deinem Selbstvertrauen machen wird - und auch, wie schnell sich dadurch Dein äußeres Leben positiv verändern wird und ganz neue Dinge für Dich möglich werden!

Veränderung beginnt direkt hinter dem Rand Deiner persönlichen Komfortzone. Und der ist Dir viel näher als Du denkst...

Es braucht jeden Tag nur diesen einen kleinen Schritt über den Rand hinaus...

Beginne heute und baue das Fundament für ein großartiges Leben!