

Der einfache Weg zu deiner ganz persönlichen Morgenroutine

Eine ganz eigene für dich authentische Morgenroutine kann dir zu soviel mehr Zufriedenheit, Ausgeglichenheit, Halt und Fokus auf die vielen guten Dinge in deinem Leben verhelfen. Ich lade dich deshalb ein, dir eine zunächst vielleicht kleine Morgenroutine, mit der sich für dich richtig anfühlenden Bestandteilen, zu etablieren, sie 3 Wochen täglich durchzuführen und dann einen "Vorher-Nachher"-Vergleich zu machen.

Ein paar Inspirationen möchte ich dir hier mitgeben!

Über deine Rückmeldung auf Instagram, hier in den Kommentaren oder per Mail freue ich mich riesig !!



@femalelightning
Body, mind & soul



6 gute Gründe für eine Morgenroutine sind...

- du stellst als erstes eine Verbindung zu deiner inneren Welt her, spürst in dich und deine Bedürfnisse hinein
- du erhältst jeden Tag mehr und mehr Klarheit darüber, was dir gut tut und womit du in deine beste Kraft kommst
- du kommst jeden Tag mehr in deine beste Energie und freust dich auf den neuen Tag
- die in der Morgenroutinen gewonnene Kraft begleitet dich durch den Tag und spendet dir so viel gute Energie
- du wirst einen Unterschied in deiner täglichen Motivation früh aufzustehen feststellen & fokussierter bei deinen Aufgaben sein können
- du erhöhst auf Dauer deine Schöpferkraft, bist voller positiver Energie und Ausstrahlung- weil es dir selbst so viel besser gehen wird!



@femalelightning
Body, mind & soul

Wichtig:

Kreiere dir deine ganz eigene Morgenroutine, eine die zu dir und für dich passt!

Bloßes kopieren von Ideen, die für dich nicht stimmig sind, demotivieren dich vielleicht eher, als dass sie dich in deine Kraft bringen!

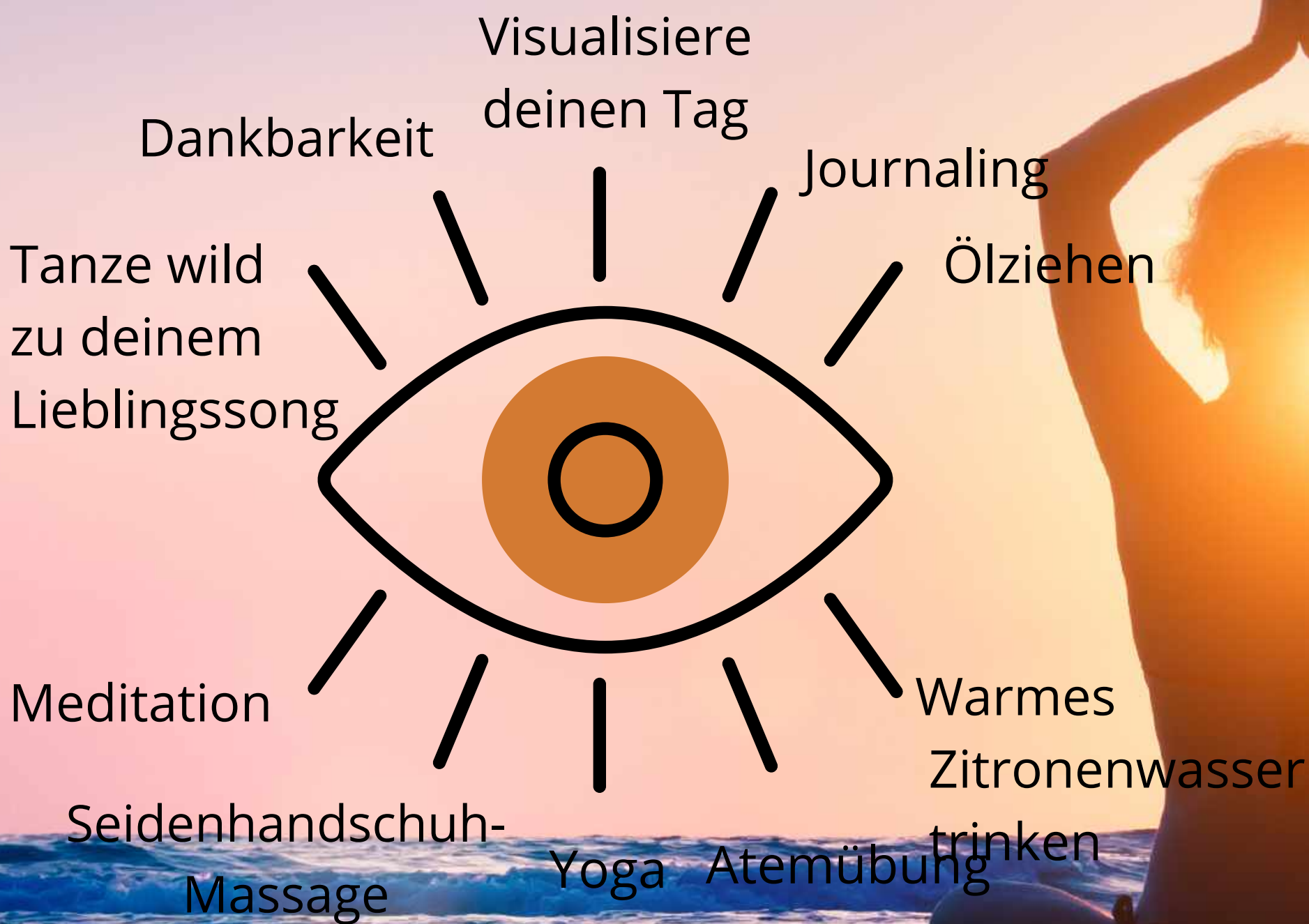
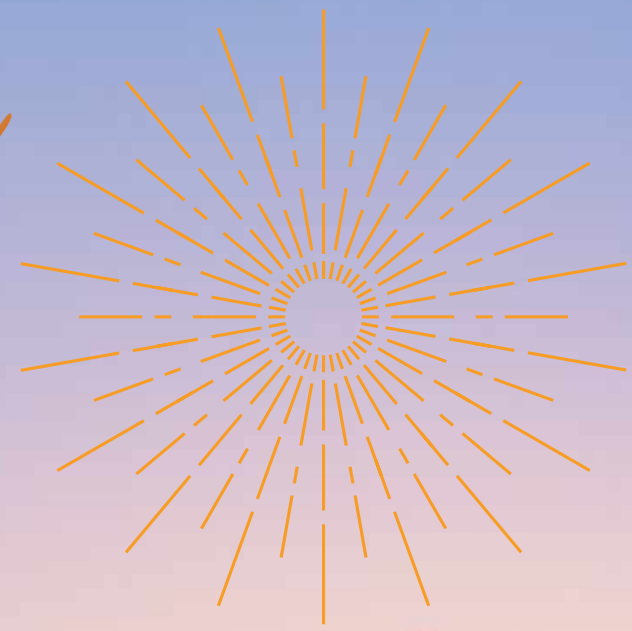
Orientiere dich an dem, was dir gut tut!

Verbringst du gern die Zeit mit Tagträumen und einem duftenden Tee? Liebst du es Piano-Musik zu hören oder zu Latino-Klängen durch die Wohnung zu tanzen?

Tu was dich in deine beste Energie bringt! Du bist deine eigene Heldin des Tages und deiner Routinen... Du bist ein Unikat und die Morgenroutine deine ganz eigene Kraft- und Inspirationsquelle, um in deine bestmögliche Energie zu kommen!



*Einige Inspirationen zur
Morgenroutine findest
du hier...*



Denk bitte immer daran: Bei deiner Morgenroutine geht es um DICH! Sie bietet dir im Weiteren die Chance voller Power deine Grundlage für eigene Ziele und Visionen zu legen! Denn erst wer vor Energie sprüht, kann ins Erschaffen kommen und ist so viel kreativer und kraftvoller- und diese Energie muss und will raus ;-)



@femalelightning
Body, mind & soul

Tu dir also Gutes, erschaffe dir deinen bestmöglichen Start in den Tag und so mehr und mehr dein schönstes Leben, denn: Ein glückliches Leben führst du dann, wenn du in der Summe der gesamten Tage deines Lebens Glück erfahren hast.

Deine Morgenroutine schafft dir einen wundervollen Anfang, um mehr Glück und Zufriedenheit zu erfahren!

Leg los, du wundervolle, kraftvolle, leuchtende & einzigartige Frau!

Ich sende dir Licht und Liebe- so schön, dass du mit auf diesem Planeten bist!

*Du hast nicht weniger als das allerbeste Leben verdient!
Mit einem grandiosen Start erschaffst du schrittweise deine kraftvollste, zufriedenste, gesündeste & authentischste Version!
Deine weibliche Vollkommenheit...*



@femalelightning
Body, mind & soul