10 Ermutigungen für Frauen

- 1. Du bist du. Du bist gewollt und gut wie du bist. Mache dich nicht klein. Lasse dein Eigenes wachsen. Erkenne deine Gaben und mache sie zu Aufgaben.
- 2. Mache dir kein festes Bild von dir und den anderen. Gib ihnen und dir Raum zur Veränderung.
- 3. Lass dir genug Zeit für dich selbst, für das, was du liebst und die, die du liebst. Finde Frieden.
- 4. Ehre die, die dich ehren. Lass dir keine Energie abziehen von Menschen, die es nicht gut mit dir meinen. Suche dir Menschen, mit denen du wachsen kannst.
- 5. Mache nicht kaputt, was an Leben in dir wachsen will. Höre auf deine innere Stimme. Fühle dich in dich selbst ein, dann wirst du immer stärker und machtvoller.
- 6. Freue dich an dir selbst, deinem Körper, deinem Geist, deiner Seele. Gib diese Freude an andere weiter.
- 7. Liebe andere nicht mehr als dich selbst. Schau auf dein Leben und deine Bedürfnisse.
- 8. Rede nicht schlecht über dich und andere. Sieh, was du gut machst und lobe dich dafür. Mache dich immer unabhängiger vom Urteil anderer.
- 9. Gib deine Träume nicht auf. Lebe sie. Tu zuerst das, was wenig Mut braucht. Wenn du das geschafft hast, kannst du anpacken, wovor du Angst hast. Hab Vertrauen. Lass dir Vertrauen schenken.
- 10. Sei nicht neidisch auf das, was andere mehr haben oder besser können als du. Sieh jedes Mehr einer oder eines anderen als Geschenk an. Teile und nehme. Sei und werde.