

Gut gebrüllt, Löwe!

„Wer seinen Willen durchsetzen will,
muss leise sprechen.“

– Jean Giraudoux

... und wenn mich dann doch der Mut verlässt ...

- **Stell dir vor**, dass bei der nächsten Auseinandersetzung mit deinem Vorgesetzten, Kollegen etc. ein Löwe neben dir sitzt.
- **Stell dir vor**, er ist dein bester Freund.
- **Stell dir vor**, dass er weise, mutig und stark ist.
- **Stell dir vor**, dass er dich verteidigt und beschützt.
- **Stell dir vor**, dass du ganz ruhig deine Meinung äusserst, so als hättest du die ganze Kraft des Löwen in dir.

Der Löwe hilft mir, meine Furcht vor zu bezwingen.





02 Mo

03 Di

04 Mi

05 Do

06 Fr

07 Sa

08 So



Ab und zu auf ROT setzen:

Die Farbe regt die Ausschüttung von Adrenalin, den Stoffwechsel und das Immunsystem an und steht für Kraft, Stärke, Leben und Liebe, aber auch für Aggression und Gefahr. Setze sie deshalb nur punktuell ein, etwa als Unterstützung, wenn du eine Extraportion Mut benötigst.