

## Innerer Schweinehund

**H**eute möchte ich dich auf eine Reise in deine Vorstellungskraft mitnehmen, um deinen inneren Schweinehund zu überwinden. Lass uns gemeinsam einen wunderschönen Ort besuchen, an dem du deinen Willen stärken und deine Ziele erreichen kannst.

Schließe deine Augen und stelle dir vor, dass du durch eine dunkle Höhle wanderst. Du siehst kaum etwas, nur ein schwaches Licht am Ende des Tunnels.

Du spürst, wie deine Kraft und Motivation schwinden, während du deinen Weg fortsetzt. Plötzlich bemerkst du, dass jemand mit dir geht. Es ist ein kleines Schweinchen, das dir freudig entgegenquiekt.

Das Schweinchen sagt dir, dass es dein innerer Schweinehund ist und dass es deine Ängste und Zweifel repräsentiert. Du fängst an, dich zu fragen, wie du dein Ziel erreichen kannst, wenn dein innerer Schweinehund dich aufhalten will.

Das Schweinchen sagt dir, dass es eine Möglichkeit gibt, deine Kräfte zu bündeln und dein Ziel zu erreichen. Es führt dich zu einem See, der von einem wunderschönen Baum umgeben ist. Dieser Baum hat Blätter in allen Farben des Regenbogens.

Das Schweinchen sagt dir, dass jeder Zweig des Baumes ein Ziel darstellt, das du erreichen möchtest. Jedes Blatt repräsentiert eine kleine Aufgabe, die du erledigen musst, um dein Ziel zu erreichen.

Das Schweinchen sagt dir auch, dass es normal ist, dass du dich auf dem Weg zu deinem Ziel überfordert oder überwältigt fühlst, aber das ist kein Grund, aufzugeben. Es ist wichtig, kleine Schritte zu machen und sich nicht von der Größe des Ziels entmutigen zu lassen.

Nimm dir jetzt eine kurze Pause und stelle dir vor, wie du an den Baum trittst und einen Zweig auswählst, der dein Ziel repräsentiert. Siehst du, wie die Blätter in verschiedenen Farben schimmern und glänzen? Nimm dir jetzt die Zeit, um dir eine kleine Aufgabe zu überlegen, die du erledigen kannst, um deinem Ziel näher zu kommen.

Du spürst, wie deine Kräfte und Motivation zurückkehren, während du deine Aufgabe erledigst. Du erkennst, dass du die Fähigkeit hast, deinen inneren Schweinehund zu überwinden und deine Ziele zu erreichen.

Wenn du bereit bist, öffne deine Augen und erkenne, dass du deine Kraft und Motivation wiedererlangt hast. Du hast den ersten Schritt gemacht, um deine Ziele zu erreichen, und du kannst auf diesem Weg weitergehen.

