

Motivation

- #01: Wenn Hunger nicht das Problem ist, ist essen nicht die Lösung!
- #02: Schmerz ist vorübergehend, aber Ehre ist für immer.
- #03: Lass die Wolken ziehen und gehe deinen Weg.
- #04: Die Kunst des Geistes kommt vor der Kunst der Technik.
- #05: Unheil entsteht durch Nachlässigkeit.
- #06: Dein Leben hat keine Fernbedienung. Steh auf und nimm es selbst in die Hand.
- #07: Wenn Du Zeit hast zu jammern und Dich zu beklagen, dann hast Du auch Zeit, etwas dagegen zu tun.
- #08: Wenn Du nichts veränderst, wird sich auch nichts verändern können!
- #09: Ändere Deine Gedanken und Du wirst Deine Welt mit anderen Augen sehen.
- #10: Dein Körper erreicht das, was Du in Deinem Kopf denkst!
- #11: Wenn Du ständig das gleiche Kapitel liest, dann hast Du keine Chance, mit einem neuen Kapitel anzufangen.
- #12: Wer kämpft kann verlieren. Wer nicht kämpft – hat schon verloren!
- #13: Solange du stehen kannst, wirst du kämpfen.
- #14: Der erste Schritt auf etwas Neues zu, ist zu entscheiden, dass Du nicht mehr dort sein möchtest, wo Du gerade bist.
- #15: Diejenigen, die glauben, keine Zeit für einen gesunden Lifestyle zu haben werden früher oder später Zeit haben müssen, um krank zu sein.
- #16: Wenn ich Mist esse, ist es wenig verwunderlich, dass ich mich scheiße fühle!
- #17: Du gewinnst, du verdienst, du verlierst du lernst!
- #18: Du kannst immer aufgeben – warum also gerade jetzt aufgeben?
- #19: Eine Veränderung Deiner Gewohnheiten beginnt mit einer Veränderung in Deinem Herzen.
- #20: Du kannst niemals wissen wo Deine Grenze ist, wenn Du sie nicht einmal erreicht hast.
- #21: Einschränkungen gibt es nur, wenn Du sie zulässt.
- #22: Den ersten Schritt zu machen unterscheidet die Gewinner von den Verlierern.
- #23: Erwinnere Dich immer wieder zurück, wie weit Du bereits gekommen bist.
- #24: Es sind nicht die äußeren Umstände die das Leben verändern, sondern die inneren Veränderungen die sich im Leben äußern.
- #25: Wenn du kritisiert wirst, dann musst du irgendetwas richtig machen, denn man greift nur denjenigen an, der den Ball hat.
- #26: Es spielt keine Rolle, woher Du kommst. Alles was zählt ist, wohin Du gehst.
- #27: Wenn du etwas für unmöglich hältst, dann such nach einer Möglichkeit.
- #28: Der Mensch ist dazu geboren, Großes zu leisten, wenn er sich selbst besiegt.
- #29: Man kann dir den Weg weisen, gehen musst du ihn selbst.
- #30: Schmerz ist nur Schwäche, die den Körper verlässt!