



19. April 2020

Die Macht der Gedanken

*In meinem Leben habe ich unvorstellbar viele Katastrophen erlitten.
Die meisten davon sind nie eingetreten.*

Mark Twain

Unsere Gedanken haben eine kraftvolle Macht. Sie formen unsere Realität. Nichts geschieht ohne gedanklichen Hintergrund. Zuerst ist immer ein Gedanke da, den wir dann mit Empfindungen beleben.

Aus diesem Grund ist es wichtig auf die Beschaffenheit unserer Gedanken zu achten. Die Gedanken können unser bester Freund aber auch unser grösster Feind sein. Sie haben nicht nur auf uns persönlich, sondern auch auf unsere Umgebung und unsere Beziehungen einen Einfluss.

Ändern wir unser Denken, so ändern wir uns als Mensch. Wir haben das Glück selber in der Hand.-

Die beste Art, gar nicht in negative Denkmuster zu verfallen, die eine Realität in Form von Trauer, Angst und Sorge erzeugen, ist sich fernhalten von negativen Nachrichten und Spekulationen.

Lenken Sie Ihre Gedanken auf Ihre Ressourcen, auf positive Werte wie Frieden, Gesundheit, Freude, Liebe. Was geschieht in Ihnen, wenn Sie mit diesen positiven Werten in Verbindung sind? Es finden physiologische Veränderungen und neue neuronale Vernetzungen in Ihrem Gehirn statt. Diese positiven Schwingungen strahlen Sie aus und ziehen so automatisch positive Situationen und Menschen in Ihrem Leben an.

Denken Sie selbst, was Sie sich wünschen für diese Welt.-

