

Lenke Dein Leben mit Deiner Nase

Ob Raunächte, Neujahrswünsche oder Zukunftsvisionen: in all diesen Fällen stellt man sich in Beziehung zu sich und seinem Innern.

Doch wie oft vergessen wir im Alltag, dass jeder Gedanke und jedes Tun auch Auswirkungen zeigt? Auch wenn wir uns dessen gerade nicht bewusst sind, wie zum Beispiel bei einer Gewohnheit wie dem Ablegen des Autoschlüssels auf dem Sideboard. Spätestens wenn Du wegfahren möchtest und der Schlüssel dort nicht liegt, wirst Du feststellen, dass du wohl abgelenkt warst als du das letzte Mal nach Hause gekommen bist.

Bestimmt bemerkst Du auch, dass das „Immer schneller“ und das „Mehr an Informationen“ den Tag füllt? Die 24 Stunden sind kurz geworden und Du musst funktionieren. Kommt der Körper seinen abgeforderten Leistungen nicht mehr nach, weil er zu wenig Nahrhaftes, zu wenig Flüssigkeit, zu wenig Auszeiten oder Erholung hat, macht er sich erst langsam und dann immer deutlicher bemerkbar.

Das Resultat: Du wirst krank, Kopf und Nase zeigen zum Boden und du bist körperlich und geistig erschöpft! Dann ist es höchste Zeit, um Einzug ins Innere zu nehmen und zu fragen „Wie möchte ich es anders?“

Dein Verstand sehnt sich immer nach etwas besserem und schönerem. Also kreierte Dir Deinen Wunsch größer und schöner. **Sei Maximalist.** Was macht es mit Dir, wenn Du die Vorstellung spürst und daran denkst, es zu bekommen? Und dabei die Nase leicht nach oben richtest? Es macht Dich zufrieden und glücklich!

Stelle Dir vor, mit Deiner Nase könntest Du lenken, wie ein Flugzeug das Ziel anfliegt. Sagst Du etwa am Flughafen: „Bitte nicht nach Rom?“ Dann wird die Frage kommen: „Wohin denn?“ Du musst wissen, wo Du hin möchtest.



Was hindert und blockiert Dich? Es sind die alten Geschichten im Kopf! Es sind Produkte von Interpretationen, Dramatisierungen und Kommentaren. Manche Geschichten erzählst Du Dir selbst, manche anderen Menschen.

Ein Beispiel: Deine Arbeit macht keine Freude. Der lange Arbeitsweg. Jeder arbeitet stupide vor sich hin. Schon entstehen diese Geschichten: „Ich habe ja schon versucht, ich will ja, aber...., Du musst durchhalten, denk an Deine Familie, ist ja nicht so einfach einen anderen Job zu finden, denk an Deine Sicherheit“, und so weiter. Dieses Thema „Soll ich kündigen?“ beschäftigt Dich vielleicht schon sehr lange.

Schreibe auf, was und wie Du es möchtest. **Verknüpfe es positiv mit Bildern, Musik, Gerüchen und Bewegungen. Lies und betrachte das Aufgeschriebene jeden Tag und lass es wachsen in der Genauigkeit.** Und richte die Nase leicht nach oben! Es geht um das Gesetz der Anziehung! Deine Vorstellungen, Worte, Gedanken und Gefühle sind Ursache für Deinen Erfolg oder Misserfolg.

Verfängst Du Dich in einer Deiner alten Geschichten, sage STOPP. Schau jetzt wieder auf Dein Blatt und richte dich neu aus.

Gern begleite ich Dich mental zum Thema: Wünsche verwirklichen.

Ich freue mich auf Deinen Anruf unter 06126-700 3577