

Positiv denken ist gut. Sehr gut sogar.

Eine positive Grundeinstellung ist vielleicht DIE größte Gemeinsamkeit aller erfolgreicher Menschen. Dabei gibt es aber eine Sache, die noch viel VIEL wichtiger ist, als alle positiven Gedanken zusammen...

Und die ist:

Die Gefühle!

Ich sag eins, EGAL was man macht, ob man...

- nach einer Gehaltserhöhung fragt

- einen Hamburger in dich reinschiebt

- oder man sich endlich entscheidet, das Sportprogramm wieder aufzunehmen...

JEDE Aktion die man tätigt, ist getrieben von einer EMOTION.

Sie wissen jetzt, zu jedem Gefühl gehört doch auch ein Gedanke!

Jedes Gefühl entsteht (wenn es denn entsteht) aus einem Gedanken.

Der Gedanke ist immer der Ursprung für das Gefühl.

Was aber letztendlich TREIBT, das was Sie am Schluss tatsächlich vorwärts bringt, das ist IMMER das Gefühl...

Und das ist der Grund, warum positiv denken alleine oft nicht funktioniert...

Die Leute haben zwar tolle Gedanken, aber sie können sie NICHT fühlen. Und dann bringen die besten Gedanken nichts.

Das Gleiche gilt für Affirmationen (positive Aussagen über sich selbst)...

Wenn man eine Affirmationen nicht FÜHLEN kann, dann bringen sie rein GAR NICHTS.

Ein Gedanke ohne Gefühl ist wertlos.

Die Frage ist jetzt, wie kriegen wir beides zusammen?

Wie holen wir uns die richtigen Gedanken in unseren Kopf UND wie kommen wir dann ins Gefühl rein, welches uns praktisch vollautomatisch antreibt?

Und dafür gibt es unterschiedliche Möglichkeiten.

Eine davon sind die Mentalen Bilder.

Darin stellt man sich nicht nur gedanklich vor, WAS man erreichen will, sondern - und das ist der springende Punkt – man generiert gleichzeitig dieses positive GEFÜHL, welches dann fast schon mühelos ins Ziel hievt.

Und das ist der Witz an der ganzen Geschichte: mit dieser Technik wird jede Aktion zum Kinderspiel.

Was vorher noch schwer und mühsam war, wird jetzt einfach und reibungslos...

Warum?

Weil man jetzt nicht nur den Gedanken hat, sondern auch das entsprechend GEFÜHL im Bauch, welches fast schon vollautomatisch wie ein unterbewusster Motor antreibt.

Kein Nachdenken mehr. Keine Reibung mehr. Man TUT es einfach nur. Ohne Anstrengung. Und ohne Mühe.