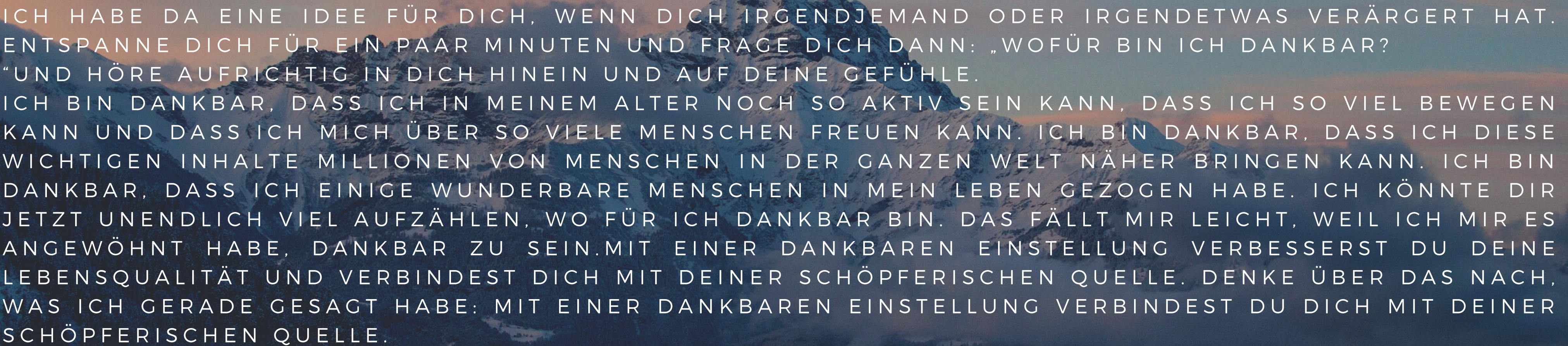


## DANKBARKEIT

HAST DU DEN FILM „THE SECRET -DAS GEHEIMNIS“ GESEHEN? MAN SAGT, DASS DIESER FILM 380 MILLIONEN MENSCHEN POSITIV BEEINFLUSST HAT. DIE SCHÖPFERIN DES FILMS, RHONDA BYRNE, FAND DIE INSPIRATION DAZU IM BUCH „DIE WISSENSCHAFT DES REICHWERDENS“.

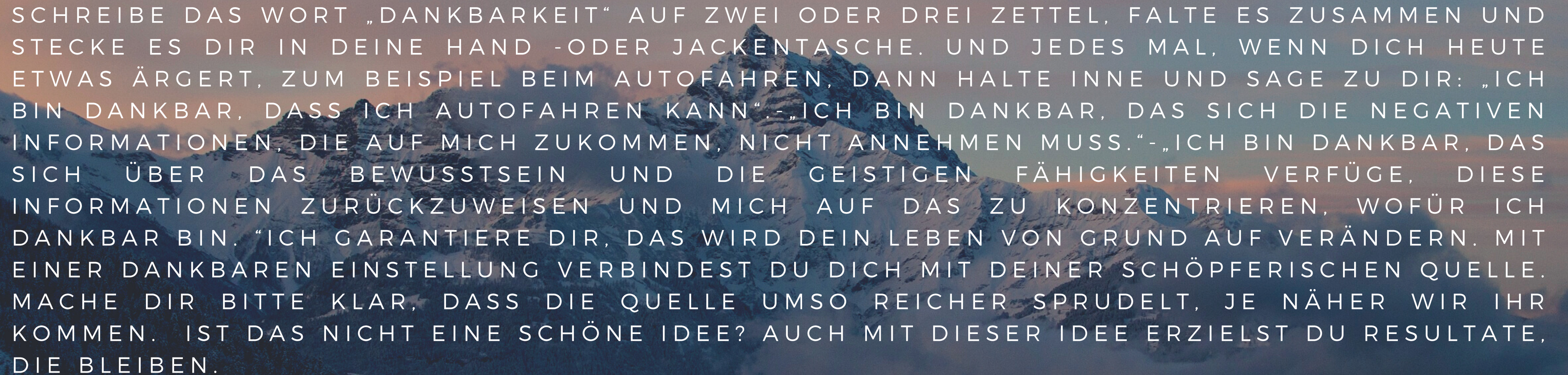
KAPITEL 7 DER „WISSENSCHAFT DES REICHWERDENS“ HANDELT VON DER DANKBARKEIT. GLEICH AUF DER ERSTEN SEITE STEHT EIN SATZ, DER DAS POTENTIAL HAT DEIN LEBEN NACHHALTIG ZU VERÄNDERN. ER LAUTET: „DER GESAMTE VORGANG DER MENTALEN ANPASSUNG UND EINSTIMMUNG KANN IN EINEM WORT ZUSAMMENGEFASST WERDEN: DANKBARKEIT“. DENKE BITTE DARÜBER NACH. ICH WIEDERHOLE: „DER GESAMTE VORGANG DER MENTALEN ANPASSUNG UND EINSTIMMUNG KANN IN EINEM WORT ZUSAMMENGEFASST WERDEN: DANKBARKEIT“.

ES KOMMT VOR, DASS UNS ETWAS VERSTIMMT, VIELLEICHT SAGT JEMAND ETWAS ODER ES PASSIERT ETWAS, UND DAS KANN DAZU FÜHREN, DASS WIR UNS FALSCH AUSRICHTEN UND UNS SELBST UND UNSERE UMGEBUNG KRITISIEREN. WENN DAS GESCHIEHT, BRAUCHEN WIR EINE GEISTIGE NEUAUSRICHTUNG: „DER GESAMTE VORGANG DER MENTALEN ANPASSUNG UND EINSTIMMUNG KANN IN EINEM WORT ZUSAMMENGEFASST WERDEN: DANKBARKEIT“.



ICH HABE DA EINE IDEE FÜR DICH, WENN DICH IRGENDJEMAND ODER IRGENDETWAS VERÄRGERT HAT. ENTSPANNE DICH FÜR EIN PAAR MINUTEN UND FRAGE DICH DANN: „WOFÜR BIN ICH DANKBAR?“ UND HÖRE AUFRICHTIG IN DICH HINEIN UND AUF DEINE GEFÜHLE.

ICH BIN DANKBAR, DASS ICH IN MEINEM ALTER NOCH SO AKTIV SEIN KANN, DASS ICH SO VIEL BEWEGEN KANN UND DASS ICH MICH ÜBER SO VIELE MENSCHEN FREUEN KANN. ICH BIN DANKBAR, DASS ICH DIESE WICHTIGEN INHALTE MILLIONEN VON MENSCHEN IN DER GANZEN WELT NÄHER BRINGEN KANN. ICH BIN DANKBAR, DASS ICH EINIGE WUNDERBARE MENSCHEN IN MEIN LEBEN GEZOGEN HABE. ICH KÖNNTE DIR JETZT UNENDLICH VIEL AUFZÄHLEN, WO FÜR ICH DANKBAR BIN. DAS FÄLLT MIR LEICHT, WEIL ICH MIR ES ANGEWÖHNT HABE, DANKBAR ZU SEIN. MIT EINER DANKBAREN EINSTELLUNG VERBESSERST DU DEINE LEBENSQUALITÄT UND VERBINDEST DICH MIT DEINER SCHÖPFERISCHEN QUELLE. DENKE ÜBER DAS NACH, WAS ICH GERADE GESAGT HABE: MIT EINER DANKBAREN EINSTELLUNG VERBINDEST DU DICH MIT DEINER SCHÖPFERISCHEN QUELLE.



SCHREIBE DAS WORT „DANKBARKEIT“ AUF ZWEI ODER DREI ZETTEL, FALTE ES ZUSAMMEN UND STECKE ES DIR IN DEINE HAND -ODER JACKENTASCHE. UND JEDES MAL, WENN DICH HEUTE ETWAS ÄRGERT, ZUM BEISPIEL BEIM AUTOFAHREN, DANN HALTE INNE UND SAGE ZU DIR: „ICH BIN DANKBAR, DASS ICH AUTOFAHREN KANN“. - „ICH BIN DANKBAR, DAS SICH DIE NEGATIVEN INFORMATIONEN, DIE AUF MICH ZUKOMMEN, NICHT ANNEHMEN MUSS.“ - „ICH BIN DANKBAR, DAS SICH ÜBER DAS BEWUSSTSEIN UND DIE GEISTIGEN FÄHIGKEITEN VERFÜGE, DIESE INFORMATIONEN ZURÜCKZUWEISEN UND MICH AUF DAS ZU KONZENTRIEREN, WOFÜR ICH DANKBAR BIN.“ ICH GARANTIERE DIR, DAS WIRD DEIN LEBEN VON GRUND AUF VERÄNDERN. MIT EINER DANKBAREN EINSTELLUNG VERBINDEST DU DICH MIT DEINER SCHÖPFERISCHEN QUELLE. MACHE DIR BITTE KLAR, DASS DIE QUELLE UMSO REICHER SPRUDELT, JE NÄHER WIR IHR KOMMEN. IST DAS NICHT EINE SCHÖNE IDEE? AUCH MIT DIESER IDEE ERZIELST DU RESULTATE, DIE BLEIBEN.