

## Deine Aufmerksamkeit

Ich bin immer wieder erstaunt, wie viel Energie täglich darauf verwendet wird, um Dinge zu benennen, zu beklagen und laut rauszuschreien, die man NICHT in seinem Leben haben will. Fast JEDER Mensch redet mehr über Dinge, die ihn stören, als über welche, die er mag. In den Medien wird ausschließlich darüber lamentiert, was schlecht ist und alles hat den Grundtenor von „Es wird alles NOCH schlimmer!“

Stell Dir vor, Du würdest in den Supermarkt gehen und Dich ausschließlich darauf konzentrieren, was Dir NICHT schmeckt, was Dich anwidert und was Du auf GAR KEINEN FALL essen magst. Ich bin gespannt, wie Dein Abendbrottisch gedeckt sein würde! Wenn Du einkaufen gehst, hast Du SELBSTVERSTÄNDLICH die Dinge auf Deinen Zettel stehen, die Du magst. Im Supermarkt richtest Du Deine Aufmerksamkeit natürlich auf die Sachen, die Du haben möchtest. Genau so solltest Du in jedem Bereich Deines Lebens verfahren!

Denn es fühlt es sich wesentlich besser an, über Dinge nachzudenken, zu reden, die man gerne hat, die man liebt. Es ist dabei nicht wichtig, ob die Dinge oder Begebenheiten bereits in Deinem Leben sind oder ob Du Dir diese nur wünschst. Wenn Du einen Traum hast, selbst wenn es ein schier unerreichbares Ziel zu sein scheint, wenn Du darüber nachdenkst, mit Deinem Partner darüber redest, wenn ihr darüber sinniert, wie schön es wäre, es Euch ausmalt, davon träumt, es fühlt...

Dann wird ziemlich schnell aus einem „völlig unmöglich!!“ ein „warum denn eigentlich nicht??“ und von da an ist es bis zu einer zündenden Idee nicht mehr weit und Euer Traum wird das Licht der Welt erblicken!