

New Mind

Tipp der Woche

Toni Güttinger

Herzlich Willkommen zum **Tipp der Woche**.

Der **Tipp der Woche**, für mehr Bewusstsein im Alltag.

Bist Du ein Kontrollfreak?

Möchtest Du am liebsten einen Zauberstab schwingend, wie Harry Potter, durch die Gegend sausen und Deine Welt in Ordnung bringen? Oder wünschst Du Dir kraftvolle Zaubersprüche mit denen Du Glück und Freude in Dein Dasein und in das Deiner Lieben zaubern könntest? Vielleicht hast Du schon mal daran gedacht, mit einem mächtigen Hokuspokus Dinge oder Personen aus Deinem Leben verschwinden zu lassen oder auf den Mond zu schicken?

Ich kenne das! Ich war vielfach ein Kontrollfreak und wollte meine kleine Welt unter Kontrolle haben. Vor allem die Menschen in meiner näheren Umgebung wollte ich kontrollieren, damit die, die mich liebten, glücklich wären und die, die mich wütend machten, ich in einen Frosch verwandeln könnte oder ihnen mindestens einen Ringelschwanz hintendran zu wünschen.

Ich bin immer noch ein Kontrollfreak, nur hör ich heute nicht mehr hin, wenn mein Verstand in meinem Kopf auf Angst oder Drama macht, nur weil grad ein altes Kontrollgramm abläuft.

Dieses Kontrollverhalten habe ich sehr lang trainiert und war somit auch sehr gut darin. Darum hat es ein Bisschen gedauert bis ich kapiert hatte, dass ich nicht durch starkes Wollen und Wünschen etwas in mein Leben ziehen könnte. Genau so wenig konnte hartnäckiger Widerstand oder Ablehnung etwas aus meinem Leben vertreiben damit es für immer und ewig verschwindet. Ebenso wenig konnten meine drehenden Gedanken eine Situation verstehen oder verändern.

Als ich an Kursen und Seminaren gelernt habe, wie man seine Realität kreiert oder wie man heilt, jubelte mein Verstand über diese machtvollen Techniken, weil er meinte, damit endlich effektiver Kontrolle ausüben zu können. Ausser Stress nichts gewesen, denn jetzt ging nichts mehr ☹

Genau an dieser Stelle stehen einige Leute, mit denen ich gesprochen habe. Sie möchten am liebsten so bleiben wie sie sind und hoffen durch bestimmte Bewusstseins-Techniken mehr Macht über Ihr Leben und über so manche Situationen zu bekommen. Und genau hier ist der Denkfehler.

Die Bewusstseins-Techniken sind nicht dazu gedacht um Dein Ego, Dein Verstand zu stärken, sondern damit sich Deine Identifikation mit dem Ego zu lösen beginnt.

Du bist reines Bewusstsein und als Bewusstsein erschaffst Du Realität!
Dein Ego darf immer noch hier sein, nur ist es ab sofort nicht mehr die Krönung der Schöpfung. Das Ego ist einfach ein winziger Teil Deines gigantischen Bewusstseins, sowie ein Finger einfach ein Teil Deines Körpers ist.

Je mehr Bewusstseins-Übungen Du machst, je mehr nimmst Du Dich als dieses Bewusstsein wahr und erkennst Dich auch als solches. Als reines Bewusstsein bist Du kraftvoll und da bist Du eins mit dem Feld der unbegrenzten Möglichkeiten. In diesem Feld der Fülle kannst Du Deinen Focus auf das richten was Du Dir wünschst (hier ist immer schon alles vorhanden) und dann **verbinde** Dich damit durch die Kraft des Herzens, durch die Kraft der Liebe.

Mit dieser **Verbundenheit** kannst Du das Gewünschte in Deinem persönlichen Feld wahrnehmen und Du bist eins damit. Nun atme tief und freue Dich im Einssein mit Deinem Gewünschten. Fühle den Zustand der Erfüllung!

So zieht man Dinge, Personen oder Situationen in sein Leben. Das habe ich inzwischen gelernt. Darum muss ich meinen inneren Kontrollfreak nicht mehr beachten, wenn er sich wieder einmal meldet. Ich muss nicht mehr darauf reagieren! Ich habe gelernt, mich einfach mit dem zu verbinden, was ich erleben möchte. Das mache ich dann jeden Tagen mindestens drei mal und verbinde auch mich immer wieder mit dem Selben, bis es sich in meiner äusseren Welt manifestiert hat.

Egal, ob ich etwas in mein Leben ziehen möchte, etwas verändern oder los werden möchte, ich verbinde mich einfach immer damit und nehme es war, ohne darüber nachzudenken. Nur schon während dem wahrnehmen beginnt es sich zu verändern oder löst sich auf. Es ist manchmal richtig magisch.
“Energy flows where attention goes.“ Das hat seine Wirkung!

Sobald Du Dich mit etwas verbunden fühlst, betrittst Du einen anderen Bewusstseinszustand. Beginne diesen speziellen Moment bewusst wahrzunehmen, damit Du ihn jederzeit immer wieder herbeiführen kannst.

Mein Tipp für die ganze nächste Woche ist:

Verbinde Dich über das Herz mit den verschiedensten Dingen und nimm wahr, wie es sich anfühlt.

Zum Beispiel:

Mit Gefühlen wie: Zärtlichkeit, Freude, Freiheit, Geborgenheit u.s.w.

Mit Gegenständen, Körperteilen, Organen, Pflanzen, Elemente u.s.w.

Wünsche Dir viel schöne und tiefe Momente ☺
Toni

P.S. Wenn Du diese Reise wirklich in die Tiefe führen möchtest, dann empfehle ich Dir ein Tagebuch. Schreibe jeden Abend in nur zwei/drei Sätzen Deine erstaunlichsten Erkenntnisse auf.

Für Fragen stehe ich Dir natürlich immer gerne zur Verfügung. Schreibe einfach ein Mail an newmind@hispeed.ch
Ich freue mich natürlich auch von Deinen Erfolgen zu hören.

Copyright 2014 **NewMind.ch** - Alle Rechte vorbehalten

Du erhältst den **Tipp der Woche**, weil Du Dich auf www.newmind.ch dafür registriert hast.

Zugang zum **Tipp der Woche-Archiv**: www.newmind.ch/archiv.htm

Weiterempfehlung vom Tipp der Woche, bitte nur diesen Link weiterleiten: www.newmind.ch/empfehlung.htm

Wenn Du Dich vom **Tipp der Woche abmelden** möchtest, dann bitte hier: www.newmind.ch/abmelden.htm