

New Mind

Tipp der Woche

Toni Güttinger

Herzlich Willkommen zum **Tipp der Woche**.

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

Die Polarität als Entscheidungshilfe.

Wenn eine Person lange genug Dinge erlebt hat, die sie nicht will, weiss sie mit der Zeit immer klarer, was sie wirklich will. Die Gegensätze der Polarität sind eine Hilfe in einem Bewusstwerdungsprozess, eine Unterstützung in der Entwicklung einer Entscheidungsfindung.

Der grosse Anteil der Menschen nimmt die Welt als Polarität oder Dualität wahr. Für solche Personen gibt es nur Gut oder Schlecht, im Sinne von, dies will ich und jenes will ich nicht. Was sie nicht mögen, lehnen sie ab und was sie mögen, das wollen sie haben oder das wollen sie sein. *Ablehnung* erzeugt schlechte Gefühle und *etwas Bestimmtes haben wollen*, erzeugt Mangelgefühle. Der Kampf ist somit programmiert. Es wird gegen dasjenige gekämpft, was man ablehnt und es wird um das gekämpft, was man haben will. Diese Art zu denken, fühlen und handeln ist "normal" ☹, leider meistens noch!

Für mich gehört das oben erwähnte zu einem alten Bewusstsein, wo der Verstand die Krone trägt und das Zepter in der Hand hält. Viele kennen dieses Mangel-Denken nur all zu gut und es steckt zum Teil noch tief in den Knochen.

Du kennst jedoch sicher auch das neue Bewusstsein, im neuen Denken und Fühlen (New Mind ☺), wo Du weisst, dass es nicht nur Schwarz und Weiss gibt. Die Polarität hat zwischen den beiden Polen eine immense Menge von Grautönen und dazu noch all die verschiedenen anderen Farben in sämtlichen Abstufungen. In diesem Bewusstsein ist erkennbar, dass Dir eine unbegrenzte Fülle zu Verfügung steht und Du daraus frei wählen kannst.

Doch bevor Du aus dieser Fülle von Möglichkeiten wählen kannst, musst Du auch wissen, was Du willst. Nun kommt die Polarität mit ihren Gegensätzen ins Spiel. Sie ist Dir behilflich, dass Du erkennen kannst, was Du willst und auch, was Du nicht willst, was Dir wichtig ist und was Dir nicht oder nicht mehr wichtig ist. Wie das genau geht erkläre ich Dir weiter unten*.

Wie die Menschen doch unterschiedlich funktionieren! Die einen wissen ganz genau was sie wollen und kreieren sich das eben in ihrem Leben. Wunderschön und zeitsparend! Doch ich gehöre leider nicht zu dieser Gruppe.

Andere beginnen das zu bekämpfen, das im Gegensatz zu dem steht, was sie sich wünschen. Oder sie bekämpfen, was sie am Glücklichen sein hindert. Du kannst drei mal Raten, ob sie dabei glücklich werden!

Da gibt es auch Leute, die immer wieder das wählen, was sie nicht wirklich wollen, nur um zu erfahren wie es sich anfühlt, nicht das zu tun oder zu haben, was sie wirklich wollen. Damit sie irgendwann, dann doch endlich das wählen, was sie glücklich macht.

Das tönt jetzt ziemlich kompliziert und anstrengend. Das ist es auch für die, die so funktionieren und für ihr Umfeld. Ich verstehe es nicht ganz und ehrlich gesagt, will ich es auch nicht wirklich verstehen. Doch ich kenne solche Menschen.

Ich selber hatte kaum Wünsche. Als Kind habe ich die Erfahrungen gemacht, dass ich von meinen Eltern immer bekomme, was ich brauche. Dieser Glaubenssatz hat mir sehr viel Schönes beschert in meinem weiteren Leben. Die wunderbarsten Sachen, die ich erleben durfte, hätte ich mir nie erträumt, mir wurde es einfach geschenkt.

Wie funktionierst Du? Weißt Du was Du willst?

Heute bin ich der Ansicht, dass sich das Leben mit Leichtigkeit entfalten soll und zudem muss es noch Spass machen. Wenn mir also die Polarität zur Verfügung steht, um zu erkennen, was ich will und was mich wirklich glücklich macht (denn das wollen wir doch – oder?), dann benutze ich diese Möglichkeit.

Hier habe ich zwei ganz praktische Beispiele: Wenn ich eine Menükarte durchlese, um mich für etwas zu entscheiden, dann habe ich gelernt, auf meine Gefühle zu achten. Ich wähle, was sich fantastisch anfühlt und bei dem mir schon der Speichel im Mund zu fließen beginnt.

Achte ich mal nicht auf die Gefühle und die fließenden Säfte und entscheide nur mit dem Kopf, dann kann es schon mal sein, dass der Braten zäh ist. Das ist noch nicht sehr lange her, dass mir das passiert ist. Als ich reklamiert habe, dass das Fleisch wie eine Schuhsohle sei und ich es kaum schneiden könne, brachte mir der Kellner ein schärferes Messer. (Das ist kein Witz, obschon wir alle lachen mussten). Nach weiteren Interventionen meinerseits, bekam ich dann doch noch etwas Kaubares. 😊

Auch wenn ich Wein einkaufen gehe und ich mich mit dem Angebot nicht auskenne, halte ich nacheinander verschiedene Weinflaschen und kaufe dann diese, die sich am besten angefühlt hat. Inzwischen bin ich ziemlich gut darin. 😊 😊

***Und so geht es:**

Ob Menükarte, Wein, Job, Partnerschaft oder Geldanlage, es funktioniert immer auf die gleiche Art und Weise. Nimm die ganze Palette Deiner unterschiedlichen Möglichkeiten wahr. Am besten schreibst Du alles auf. Nun gehe der Reihe nach Deine Auswahl durch. Denke dabei nicht, sondern spüre nur, wie Du Dich bei jeder Option fühlst. Nochmals: Das hat hier nichts mit Denken zu tun, jetzt ist nur Fühlen angesagt! Nimm einfach wahr, bei was Du Dich am genialsten fühlst. Das ist der einfachste Weg, um herauszufinden, was Dich in Deiner Entwicklung und in Deinen Glücksgefühlen weiter bringt.

Wen Du meinst, mit dem Kopf die Wahl treffen zu müssen, dann stehst Du ratlos im kosmischen Shoppingcenter, weil die Fülle und die unendlichen Wahlmöglichkeiten Dich erschlagen. Nimm eine Auswahl von dem, was Dir am meisten zusagt und dann geh so vor wie oben beschrieben.

Durch das sogenannte Ausschlussverfahren kommst Du auch schnell an Dein Ziel. Wenn Du weißt, was Du alles nicht willst, dann weisst Du auch, was Du willst. Am Schluss entscheidet sich der Kopf dann doch für das, was sich am besten, ja sogar total abgefahren anfühlt. 😊

Wenn Kopf und Herz, das Denken und das Fühlen in Wechselwirkung zusammenarbeiten, dann gibt es brillante Entscheidungen. Dann bist Du GANZ. Entscheidungen aus dieser Ganzheit sind immer brillant.

Mein Tipp für die ganze nächste Woche ist:

**Das oben Beschriebene mit verschiedenen Themen durchexerzieren.
Nimm dazu unbedingt einen Stift und Papier zu Hilfe.**

Kennst Du den Unterschied zwischen dem alten und dem neuen Bewusstsein (wie ganz oben beschrieben)? Welches fühlt sich für Dich besser an? Mangel oder Fülle? Entscheide Dich jeden Moment immer wieder für das, das sich am Allerbesten anfühlt.

Viel Spass dabei.

Herzlichst
Toni

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

Für Fragen stehe ich Dir 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