

Der Mensch ist, was er den ganzen Tag über denkt.

Hast Du Dir schon einmal Gedanken darum gemacht, warum Du an der Stelle stehst, wo Du gerade stehst? Ich meine nicht unbedingt den Ort, wo Du gerade bist, sondern die Situation, in der Du dich befindest.

Kennst Du noch aus den ersten Stunden im Physikunterricht, das universelle Prinzip von:
Ursache und Wirkung?

Die Ursache ist Dein Gedanke, daraus folgt die Wirkung. Der Gedanke ist also, so gesehen, der Beginn der Tat.

Eine der wichtigsten und besten Lektionen, welche ich beim Thema „Die Macht der Gedanken“ gelernt habe ist, welche Bedeutung der Gedanke, bewusst oder unbewusst, für mein tägliches Leben hat. Wenn ich wüsste, was Du denkst, würde ich auch wissen, wer du bist. Unsere Gedanken machen uns zu dem, was wir sind. Es ist unsere geistige Einstellung, welche, im Wesentlichen unser Schicksal bestimmt.

Hierzu ein bekanntes Beispiel:

Du fährst mit dem Auto, sagen wir nach Zürich und ahnst, dass Du vermutlich kein freien Parkplatz findest. Was nun geschieht, ist, dass Dein Unterbewusstsein, Deine aktive Wahrnehmung auf besetzte Parkplätze lenkt. Du wirst Dich bestätigt fühlen, dass, wie vermutet hast, alle Plätze belegt sind. Fährst Du aber mit dem Gedanken nach Zürich, dass gerade wenn Du ankommst, ein Platz frei wird, richtet sich Deine Wahrnehmung auf freie Plätze.

Versuche es, und „bestelle“ bei jeder Fahrt einen freien Platz am Ziel. Du wirst staunen!!

Der grosse amerikanische Philosoph Ralph Waldo Emerson drückte sich so aus:

„Ein Mensch ist, was er den ganzen Tag über denkt“

Wie könnte er denn etwas anders sein?

Auch ich weiss heute mit Gewissheit, dass das grösste Problem, mit dem wir uns heute herumschlagen müssen, die Wahl der richtigen Gedanken ist. Wenn wir es schaffen, sind wir auf dem richtigen Weg und können alle unsere Schwierigkeiten meistern.

Der römische Kaiser Mark Aurel (121 – 180) hat dafür nur sieben Wörter gebraucht. Hefte diese Worte an Deinen Badezimmerspiegel und überall dort, wo Du sie täglich mehrmals siehst:

„Unser Leben ist das Produkt unserer Gedanken“.

- Wenn wir glückliche Gedanken denken, sind wir glücklich
- Wenn wir unglückliche Gedanken denken, sind wir unglücklich
- Wenn wir ängstliche Gedanken denken, werden wir voll Angst sein
- Wenn wir Gedanken an Krankheit denken, werden wir vermutlich krank
- Wer an Reichtum denkt, wird reich sein
- Wenn wir denken, wir werden versagen, werden wir bestimmt versagen.

Sicher kennst Du aus Deinem persönlichen Umfeld noch viele weitere Beispiele. Auch Norman Vincent Peale fasste dies gut zusammen:

„Sie sind nicht das, was Sie denken, dass sie sind; sondern Sie sind, was Sie denken“

Deine Gedanken beeinflussen Deine Wahrnehmung und dadurch Deine Sichtweise auf das tägliche Leben. Will ich Dir nun glaubhaft machen, dass Du ab heute nur noch glücklich sein wirst? Nein, auf keinen Fall, aber stehe dem Leben positiv gegenüber. Mache Dir bei Problemen Gedanken aber keine Sorgen.

Das ist ein wesentlicher Unterschied:

Beispiel:

Wenn Du über eine verkehrsreiche Strasse gehst, mache Dir Gedanken über das, was Du tust, sei aber nicht besorgt. Richtig interessant wird es, wenn wir uns mit unseren bewussten und unbewussten Reaktionen auseinander setzen.

Freue Dich schon jetzt auf den Beitrag im Januar 2017 zum Thema „Unterbewusstsein“

Zusammen arbeiten wir an Deinen Gedanken, damit Du Freude an der Zukunft hast, und Dir dadurch alles ein wenig leichter fällt.

