

Unsere 7 starken Pfeiler für Lebensfreude und Glück, auch im Beruf!

1 - Wer weiß, wo er hin will, wird sein Ziel erreichen:

Sie denken vielleicht, so etwas ist nicht möglich oder das funktioniert niemals. Ich kann Ihnen versichern, es geht. Mit unserem Unterbewusstsein üben wir einen starken Einfluss auf unsere Umwelt aus. Dies zu erkennen und auch umzusetzen schafft die Möglichkeit, unser Leben entscheidend zu vereinfachen. Wir verlieren so automatisch die Angst, etwas nicht zu schaffen und bekanntlich ist *die Angst der größte Erfolgsverhinderer* überhaupt.

2 - Verlerne niemals, dankbar zu sein:

Wir können in unserem Leben nicht alle Dinge alleine erledigen, wir können nicht alles und das schon gar nicht immer besser als andere. D.h. wir sind auf andere Menschen angewiesen, sowohl beruflich als auch privat. Diesen Menschen, die uns helfen, Dank zu sagen für das, was sie für uns tun, wird uns immer wieder aufs Neue in Bezug auf unsere Lebenseinstellung positiv beeinflussen. Erleben Sie das herausragende Gefühl, das Dankbarkeit in uns erzeugt.

3 - Loslassen, freilassen und erhalten:

Konfuzi sagte schon, wenn du etwas liebst, lass es frei! Kommt es zu dir zurück, gehört es dir – für immer! Treffender geht es kaum. Befreien wir uns von alten Lasten, lassen wir los. Das Streben nach Besitz und Reichtum wird ihn uns nicht bringen. Erst wenn wir aufhören unentwegt danach zu jagen und wir darauf verzichten, werden wir ihn erhalten. Denken Sie mal in Ruhe darüber nach – Konzentration auf das Wesentliche!

4 - Dein halbvolltes Glas:

Optimismus hilft uns in allen Lebenslagen. Ich selbst erlebe das jeden einzelnen Tag immer wieder aufs Neue. Mein Großvater sagte schon vor vielen Jahren zu mir – Bub, das hat auch etwas Gutes. Und das sagte er auch bei Dingen, die ich gar nicht gut, um nicht zu sagen, absolut schlimm fand. Beeinflussen Sie Ihr Leben stets positiv und Sie werden merken, dass Sie so nicht nur sich selbst, sondern auch anderen immer wieder etwas Gutes tun können.

5 - Heute schon gelacht:

Wissen Sie warum wir uns meistens schlecht fühlen? Weil wir verlernt haben zu lachen. Kinder, besonders die ganz jungen, lachen über 300-mal am Tag! Und wir, ja wie oft lachen wir ERWACHSENEN denn so...? Gerade mal 30 – 50-mal am Tag. Mit Humor gewinnen Sie immer. So schaffen Sie es auch in schwierigen Situationen ein Stückweit gelassen und souverän zu bleiben. Außerdem haben humorvolle Menschen einen hohen Sympathiewert und das wiederum wirkt sich bei diesen Menschen positiv auf ihr Wohlbefinden aus.

6 - Sich für etwas und für andere begeistern:

Ich sage dazu einfach pure Lebenslust. Wenn wir es schaffen, uns für Dinge zu begeistern, stecken wir durch unsere Aktivität andere an mitzumachen. Ich mache es noch deutlicher - nur wer selbst brennt, wird es schaffen, andere zu entzünden. Na ja schon viel zitiert und oft gebraucht, doch es gibt für mich keinen besseren Vergleich, der es so auf den Punkt bringt.

7 - Neugier neu entdecken:

Auch hier wieder der Vergleich zu Kindern. Warum haben sie so viel Spaß daran, jeden neuen Tag zu erleben. Ganz einfach, weil sie jeden Tag etwas Neues entdecken. Ich denke, das muss niemals aufhören! Wir bestimmen es selbst, ob wir weiter entdecken oder lieber aufhören, nach Neuem und Unbekanntem Ausschau zu halten. ***Bleiben wir neugierig und begeisterungsfähig! Das sind die Grundvoraussetzungen für Lebensfreude, Glück und Ausgeglichenheit, im privaten, wie auch im beruflichen Leben.***

**Kommen Sie auf uns zu, wir können viel für Sie tun -
wir unterstützen Sie gerne dabei und freuen uns sehr auf Ihre E-Mail.**