



Einfach mal anders sehen...?

Kennst Du den wundervollen Film „Findet Nemo“.

Ich liebe einfach die Dialoge zwischen Dory und Marvin.

Dory: „Heee, Du alter Schmolldops. Weißt Du, was Du tun musst, wenn Du frustriert bist?“

Marvin: „Ich will nicht wissen, was ich tun muss, wenn ich frustriert bin.“

Dory: „Einfach schwimmen.“

Dory singt: "Schwimmen. Schwimmen. Schwimmen.“

:~)

Die beiden sind auf einer sehr spannenden Reise
- und erleben diese Reise auf sehr unterschiedliche Art.

Dory sieht überall den Spaß, findet Freunde und
trotz (*wegen?*) Ihrer Unbedarftheit geht alles immer gut.

Nur das eine mal, als Marvin sie überredet, nicht auf
ihr Bauchgefühl zu hören, verletzt sie sich bei den Quallen.

Auf der anderen Seite Marvin:

Er ist gar nicht so für das Einfache.
Er sieht überall die Probleme, die Gefahren
und hat es ziemlich schwer.

Er traut sich selbst und seinem Sohn Nemo
sehr wenig zu.

Überhaupt hat er auf der Reise nicht so wirklich Spaß.
Er kann diesen Weg fast überhaupt nicht genießen.

Im Laufe unseres Lebens lernen wir eine
Menge Dinge.
Viel Nützliches und noch mehr weniger nützliches.

Schon Kindern wurde und wird eingetrichtert:

"Das Leben ist kein Zuckerschlecken."

"Du musst Dich durchbeißen."

"Wenn es einfach wäre, würde es jeder machen."

"Das Leben ist kein Ponyhof."

schnaaaaaaaaarch



Was wäre, wenn das alles ein Irrtum wäre?

Wenn es genau umgekehrt wäre?

Was wäre, wenn das Leben einfach ist?

Was wäre, wenn das Leben einfach sein darf?

Wenn Du einfach weißt, was gut ist für Dich?

Wenn die Dinge für Dich funktionieren,

weil Du den Weg gehst, der für Dich hier ist?

Wenn Du in Verbindung mit Deiner Lebensenergie bist

und so in Deinem Leben einfach mit dem Flow gehen kannst?

Was würde das in Deinem Leben verändern?

Und jetzt kommt die alles entscheidende Frage:

Darf es einfach sein für Dich?

Was würde das für Dich als Mensch bedeuten?

Kommst Du damit klar? ;-)

Was würde das für Dein Selbstbild bedeuten?

Für Deine Glaubenssätze?

Kannst Du das „Kämpfen und Fights“ loslassen?

Kannst Du wirklich erlauben, dass es einfach sein darf?

Frage Dich ganz ehrlich:

Darf es einfach sein?

Darfst Du den "easy way to happiness" nehmen?

Darf ein bisschen mehr Dory in Dein Leben? :-)

.

In meinen Coachings begegne ich immer wieder dem Wunsch:

„Ich möchte mir endlich erlauben, dass es einfach wird.“

Wenn es Dir damit leicht (*nicht ernst* ;-)) ist, dann ist der einfachste Weg dorthin die Verbindung mit Deiner Lebensenergie.

Mit dem Höheren.

Deinem höheren Selbst.

Dem All-Einen.



Diese eine Kraft, die Dich daran erinnert, dass das Leben wunderschön ist - und dass Du ein wundervolles Wesen bist.

Jetzt schon.

So dass Du diese innere Freude, die in Deinem Herzen ist, immer mehr rauslassen kannst.

Immer mehr mit dieser einfachen Freude leben und wissen, dass am Ende immer alles gut wird.

Für mehr Dory und Leichtigkeit in Deinem Leben. :-)

Das ist selten etwas, das über Nacht passiert.

Doch es beginnt mit einer Entscheidung.

Mit der Entscheidung, dass es *ab jetzt für Dich einfach werden darf*.

Dass Du ab jetzt leicht und voller flow durch Dein Leben surfen kannst.

All die wunderschönen Dinge mitnehmen, die für Dich hier sind - und das sind eine Menge!

Einfach schwimmen. Schwimmen. Schwimmen. ;-)

Hab einen wundervollen Freitag mit viel Sönnchen, Lachen und glücklich sein!

Jaaaaaa!

Dein „*Ein Boot? Ich hab ein Boot gesehen!*“ Markus

Und ab hier wird es einfach:

Yippieh! :-)

Quelle: André – Ich danke Dir für diese Geschichte! SUPER GUT! Danke!

Jeder hat das Recht, dauerhaft gesund, schlank und glücklich zu sein.

Beste Grüße



Markus

To do – Liste

- Schwimmen, Schwimmen, Schwimmen ☺
- Lächeln und Dankbar für alles sein, was Du bereits geschafft hast
- Mit einem Lächeln – Freude an der Bewegung haben. Es einmal mit einem anderen Gefühl wahrnehmen. Gibt es Menschen, denen es schlechter geht als DU? Dann sei Dankbar!
- Fünf Erfolge notieren.
- Werde der Beste der Du sein kannst!