

# New Mind

Tipp der Woche

Toni Güttinger

Herzlich Willkommen zum **Tipp der Woche**.

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

## Wie frei bist Du?

Bist Du frei in Deinem Denken und Handeln? Kannst Du frei Entscheidungen treffen? Bist Du Dir bewusst, dass bis über 90% von Deinem Denken und Handeln von unbewussten Überzeugungen und Glaubensmustern bestimmt werden? Ich möchte jetzt nicht Dein Unterbewusstsein schlecht machen, es meint es doch nur gut mit Dir. Es will wirklich nur Dein Bestes und es ist darum stets bemüht, dass Du negative Erfahrungen und Schmerzen nicht nochmals erleben musst. Deshalb vermeidet es vielleicht, dass Du Dich abermals verliebst oder verhindert Deinen Erfolg, weil die Angst, ihn wieder zu verlieren, zu gross ist. Dem Unterbewusstsein liegt wirklich etwas daran, Dich glücklich zu sehen und darum erinnert es Dich auch immer wieder an die schönen und glücklichen Momente in Deinem Leben, damit Du weißt, was Du suchen musst und was oder wem Du nachrennen sollst.

All die positiven und negativen Bilder, Überzeugungen und Programme in unserem Unterbewusstsein haben wir ungeprüft übernommen von unseren Eltern und Ahnen, von Umwelt, Kultur und Religion. Auch eigene stark emotionale Erlebnisse aus der Kindheit sind so gespeichert. Darum sind all diese eingelagerten, positiven und negativen Überzeugungen nicht wirklich kraftvoll und hilfreich oder gar der heutigen Zeit entsprechend.

Es ist schon fast unglaublich, dass wir uns immer noch durch so uralten Kram in uns, steuern lassen! So erleben wir immer wieder das gleiche. Sobald wir irgendeine Erfahrung machen, werden je nach Emotionen (entsprechend unseren Bewertungen) unsere negativen Erlebnisse und Glaubensmuster aktiviert oder es werden die jeweiligen positiven Erinnerungen und Überzeugungen geweckt.

Das ist immer eine reine Sache der Frequenz. Es wird immer das Gleichschwingende ausgelöst. Wenn man zum Beispiel verlassen wird, dann kommen einem all die Situationen wieder hoch wo man schon einmal verlassen worden ist und die damals gemachten Überzeugungen werden damit noch bestätigt und untermauert. Mit den Frequenzen von positiven Emotionen geht es genau gleich. Das hast Du sicher auch schon erlebt.

## Aktiviere Deine Seelenschwingung.

Was wäre jetzt, wenn neben den positiven und negativen Lebenserfahrungen, die in unserm Unterbewusstsein eingelagert sind, noch etwas anderes gespeichert ist, das jenseits dieser Dualität von positiv und negativ liegt? Was wäre, wenn wir nicht nur die abgespeicherten emotionalen Egomuster immer wieder in Resonanz versetzen, sondern einen grösseren Teil von uns selbst bewusst aktivieren könnten, der sich jenseits von gut und böse, jenseits der Zeit befindet?

In Hawaii habe ich gelernt, dass nur das Unterbewusstsein (hawaiianisch KU) eine Verbindung zum Höheren Selbst (AUMAKUA) hat. Der Verstand (LONO) besitzt diese Fähigkeit nicht. Also können wir nur über das Unterbewusstsein mit dem Höheren Selbst in Verbindung treten. Das Höhere Selbst, das Wahre Selbst, das Göttliche Selbst, die Seelenschwingung beschreibt für mich immer den gleichen Bewusstseinszustand. Ich werde ab jetzt das Wort Seelenschwingung gebrauchen.

Die Frage drängt sich jetzt auf: Wie kann ich diese Seelenschwingung aktivieren?  
Und: Wie kann man diese Seelenschwingung wahrnehmen, wie fühlt es sich an?

Ich weiss nicht, ob Du Dir vorstellen kannst, wie sich Dein Leben verändern wird, wenn Du Dein Denken und Handeln, sowie Deine Entscheidungen nur noch aus dieser Seelenschwingung heraus vornimmst?

Ich kann Dir das nicht alles beschreiben, am besten machst Du Deine eigenen Erfahrungen damit. Ich kann Dir nur eines verraten: Es ist pure Leichtigkeit und Heiterkeit ☺

Also, bitte anschnallen und Tische hochklappen. Wir starten jetzt.

Wie Du schon weißt, werden die Muster im Unterbewusstsein durch emotionale Frequenzen aktiviert. So auch Deine Seelenschwingung. Um diese zu aktivieren, braucht es eine hohe Frequenz des "Glücklichseins". Denke an eine Situation, bei der Du Dich sehr glücklich fühlst.

Das was ich Dir jetzt erkläre, ist nicht wirklich neu für Dich, denke ich. Ich bin sogar überzeugt, dass Du das schon etliche Male erlebt hast, dem aber einfach keine grosse Beachtung geschenkt hast, weil Deine Aufmerksamkeit zu stark auf das gerichtet war, das Dir diese Glücksgefühle ausgelöst hatte.

Jetzt geht es also darum, dass Du beim Empfinden dieser Glücksgefühle Deine Aufmerksamkeit total nach innen lenkst, in den Bereich von Deiner Brust oder Deinem Herzen. Nimm da eine Leichtigkeit und Heiterkeit wahr, wie wenn es einer inneren Quelle entspringen würde. Ein tiefes Atmen und ein Lächeln kann Dir dabei sehr hilfreich sein um dieses innere Gefühl der Heiterkeit und Freude zu verstärken.

Wenn Du jetzt von innen heraus ein Fliessen von Freude, Glück, Heiterkeit wahrnimmst dann hast Du Deine Seelenschwingung aktiviert. Vielleicht spürst Du auch, wie Deine Brust und Deine Herz aufgeht, grösser und heller wird. Vielleicht fühlst Du Dich jetzt sogar grösser als Dein Körper. Nimm die Quelle in Deinem Herzen wahr und wie Freude und Liebe von da in Deinen Kopf fliessen.

Ich selber muss meistens laut lachen. Ich kenne Leute, die bekommen sogar einen Lachkrampf, weil dieser Prozess sooooo befreiend ist.

Kennst Du diesen Zustand? Dann nimm ihn ab jetzt bewusst, als Deine Seelenschwingung wahr!

### **Mein Tipp für die ganze nächste Woche ist:**

**Sei Deine Seelenschwingung!**

**Be Happy! 😊**

Alle "Tipp der Woche" kannst Du im Archiv auf meiner Seite nochmals anschauen.

Oder hier klicken: [www.newmind.ch/archiv.htm](http://www.newmind.ch/archiv.htm)

Wünsche Dir von Herzen ein glückliches Herz

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](mailto: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](http://www.newmind.ch) dafür registriert hast.

Zugang zum **Tipp der Woche-Archiv**: [www.newmind.ch/archiv.htm](http://www.newmind.ch/archiv.htm)

**Weiterempfehlung vom Tipp der Woche**, bitte nur diesen Link weiterleiten: [www.newmind.ch/empfehlung.htm](http://www.newmind.ch/empfehlung.htm)

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