

New Mind

Tipp der Woche

Toni Güttinger

Herzlich Willkommen zum **Tipp der Woche**.

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

Aus dem Vollen schöpfen.

Wie nimmst Du diese Zeitlosigkeit jenseits von Deinem Verstandesdenken wahr?

Konntest Veränderungen in Deinem Körper wahrnehmen als Du tief zu atmen begonnen hast?

Aus dem gleichen inneren Zustand, jenseits von bewertendem Denken und jenseits von Ursache und Wirkung, kannst Du auch auf andere Lebensbereiche einwirken. Je öfter Du in diesen zeitlosen, meditativen Zustand jenseits der Dualität gehst, je mehr wirst Du Dir dem Feld bewusst, dass Dich stets einhüllt und durchdringt.

Wenn Du in das Feld der unbegrenzten Möglichkeiten eintauchst, um das auszuwählen, was Du erleben möchtest, dann beginnst Du aus dem Vollen zu schöpfen. Das ist für Deinen Verstand nicht einfach zu verstehen, denn er ist auf die physische Welt trainiert, wo er gelernt hat für und gegen Sachen zu kämpfen. Er besitzt nicht die Fähigkeit Felder und Energien wahrzunehmen. Er hat nirgends gelernt, dass er aus einem Nicht-Physischen Raum oder Feld Einfluss auf die Materie haben kann. Doch er ist lernfähig und kann durch Erfahrungen lernen. Darum ist es wichtig, dass Du durch tägliches Üben Deinen Verstand trainierst und Dein Vertrauen in Deine inneren Fähigkeiten stärkst.

Ob Du nun Deine inneren Fähigkeiten für Deine Selbstheilung oder zum Steuern Deiner persönlichen Realität benutzen möchtest, es geht dabei immer um dieselben Prinzipien, die Du in Bewegung setzen musst, damit sie zum Wirken kommen. So wie Du im letzten *Tipp der Woche* eine Farbe oder ein Gefühl in Deinen Körper eingeladen hast, so kannst Du auch Situationen und Erfahrungen in Dein Leben einladen und dabei gleich wahrnehmen, wie sich das anfühlt. Mach diese Übung dann täglich mit der gleichen Situation immer wieder, bis sie sich im Äusseren manifestiert hat.

Doch hier ist ein Hacken, wo die meisten Leute immer wieder daran hängen bleiben. Wenn der Verstand sich Wissen angeeignet hat in der Selbstheilung oder im Steuern von Realitäten, dann meint er, er müsse jetzt nur das Richtige tun, um das Gewünschte zu bekommen. Doch da stellt er sich selber das Bein. Denn dieser zeitlose inner Raum kann man nur betreten, wenn man den Verstand und das Wissen vor der Türe lässt. Nach meinen Erfahrungen liegt es weniger am Wissen oder an den Fähigkeiten, ob etwas gelingt oder nicht, es liegt mehr daran, dass man sich nicht genug Zeit dafür nimmt. Gib dem Verstand also immer genügend Zeit, um zur Ruhe zu kommen (das heisst, in vor der Türe abzustellen ☺)

Für etwas was Dir sehr wichtig ist in Deinem Leben, hast Du immer genug Zeit. Wenn Du für etwas zu wenig Zeit einräumst, dann ist es Dir einfach nicht wichtig genug. Schau mal, für was Du Dir täglich immer wieder Zeit nimmst. Stell Dir eine Leiter oder Treppe vor, wo das, was Dir am Wichtigsten ist, sich auf der obersten Stufe befindet. Das Zweitwichtigste ist auf der zweitobersten Stufe usw. Dann erlaube Dir mal Deine Wichtigkeiten auf den obersten 10 Stufen neu zu sortieren. Und nimm auch mal wahr, wie es sich anfühlt, wenn Du selber auf der obersten Stufe stehst. Spiel damit ☺. Wenn die neue Sortierung für Dich stimmt, dann drück den inneren SET-Knopf, damit die neuen Wichtigkeits-Stufen gespeichert sind. Überprüfe es dann immer wieder für die nächsten 21 Tage.

Hat Dein Verstand mal gelernt, dass er für den Moment nicht länger gebraucht wird und er gehen kann, dann wird er das auch tun und es wird Dir immer leichter und schneller gelingen in diesen inneren Zustand zu kommen.

Ich mach das mit einem tiefen Atemzug, einem Lächeln, lenke meine Aufmerksamkeit auf das Feld rund um mich herum und dehne mich in dieses aus und schon bin ich in meinem gewünschten Zustand. Das kann

ich jederzeit, auch unter Leuten tun, wenn es eine Situation erfordert um bestimmte Energie oder Informationen zu bekommen und dorthin fließen zu lassen, wo es benötigt wird.

Mein Tipp für die ganze nächste Woche ist:

Mach diese Übung weiter täglich mindestens 1 x, damit Dir das immer leichter gelingt und es schliesslich zu einem Teil von Deinem Alltagsbewusstsein wird.

Alles Liebe ☺
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
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