

## Liebe, Gelassenheit und Zuversicht - Zum Mitklopfen

Nicht nur zu Beginn eines neuen Jahres - für das ich Dir alles Glück und alle Liebe dieser Welt wünsche - lohnt es sich, von negativen Gedanken und Sorgen Abschied zu nehmen und sich auf das zu konzentrieren, was man möchte. Auf Positives, Gesundheit, Liebe, Glück, Wohlstand, Erfolg, Freude, Harmonie, ... Wenn wir dies aussenden, ist es ein Leichtes für das Universum/Gott/Leben/Liebe, uns genau dies vielfach zurückzuschicken. Nur manchmal fällt es eben nicht so leicht, auf dem positiven Weg zu bleiben - zu viel wird in den Medien und in unserer Umgebung geklagt, gejammert und geängstigt.

Klopf einfach mit und lass Dich überraschen...

Falls Du nicht mehr genau weißt, wie EFT geht, wo die Klopfpunkte liegen gibt es unter <http://www.eft-power.de/anleitung.php> eine kostenlose Schritt-für-Schritt-Anleitung zum Herunterladen.

Handkante (HK):

Auch wenn ich mir Sorgen mache, was wohl dieses Jahr werden wird, liebe und akzeptiere ich mich voll und ganz.

Auch wenn alle sagen, dass es ein sehr schwieriges Jahr wird, liebe ich mich und ich vertraue.

Auch wenn ich mir viele Gedanken über die Zukunft mache, konzentriere ich mich auf das Positive und blicke vertrauensvoll in die Zukunft.

Augenbraue (AB): all die kommenden Schwierigkeiten

neben dem Auge (SA): ich habe kein gutes Gefühl dabei

Jochbein (JB): ich habe Angst, viel zu verlieren (Arbeit, Geld, Beziehung, ...)

unter der Nase (UN): all meine Sorgen

unter dem Mund (UM): alle sagen, es wird schwierig

Schlüsselbein (SB): Nachrichten, Politiker, Freunde

unter dem Arm (UA): das muss ich ja nicht glauben

Scheitelpunkt (SP): ich lasse nun all meine Sorgen los

HK:

Auch wenn ich mich ab und zu in Negatives ziehen lasse, beginne ich, dies zu bemerken und richte dann meine Aufmerksamkeit bewusst auf etwas Positives.

Auch wenn mich die Geschichten in den Medien ängstigen, entscheide ich mich, ruhig zu bleiben und in meiner Mitte.

Auch wenn sie ziemlich gut darin sind, mich runterzuziehen, entscheide ich mich, bei mir zu bleiben, vertrauensvoll in die Zukunft zu blicken und ich liebe mich.

AB: ich entscheide mich für das Positive

SA: Fühlt sich etwas nicht gut an, lasse ich es.

JB: Fühlt sich etwas gut an, mache ich mehr davon.

UN: ich lasse die Sorgen Sorgen sein.

UM: ich muss ja nicht mitjammern

SB: ich konzentriere mich auf das Schöne im Leben

UA: dann bekomme ich mehr davon.

SP: all das Negative das mich umgibt und mich beeinflussen will - ich entziehe ihm die Macht und bleibe in meiner Mitte

HK:

Auch wenn ich nicht weiß, was kommen mag, vertraue ich mir und meinen guten Entscheidungen - den Entscheidungen für die Liebe und das Gute.

Auch wenn alles und alle um mich herum negativ sein wollen, bleibe ich der ruhende Fels in der Brandung und ich strahle Zuversicht, Liebe und Gelassenheit aus.

Auch wenn ich manchmal negatives denke, verzeihe ich mir, beginne einfach von Neuem und erwarte freudig nur das Beste.

AB: all meine negativen Gedanken lasse ich in Liebe los

SA: und lade Fröhlichkeit und Unbeschwertheit in mein Leben ein

JB: mit einem Lächeln auf den Lippen geht alles leichter.

UN: ich schenke mir selbst ein Lächeln

UM: ich schenke meiner Familie ein Lächeln

SB: ich schenke meinen Freunden ein Lächeln

UA: ich schenke meinen Feinden ein Lächeln

SP: ich schenke der ganzen Welt ein Lächeln, ich öffne mein Herz und strahle Liebe, Frieden und Gelassenheit aus. Ich freue mich auf all die neuen Chancen und Möglichkeiten, die dieses neue Jahr bringt - und ich nutze sie!

Noch einmal alles Gute für Dich und Deine Lieben!



Manuela Csikor