

Störfaktoren deines Lebens

Zusammenfassung:

Durch das digitale Zeitalter hat die Welt viele Fortschritte erfahren. Jedoch hat alles Gute auch seine Nachteile, wie das heute so übliche Abkapseln von der sozialen Welt, des "real life".

Als Menschen brauchen wir aber soziale Kontakte um uns entfalten zu können; wir suchen die Nähe zu Mitmenschen und diese ist für uns essenziell.

Du bist unzufrieden mit deinem Leben, deiner Meinung nach zu schüchtern und nicht selbstbewusst genug? Denk dran, es steht in deiner Macht für welche Option du dich entscheidest: den ganzen Tag zocken oder rausgehen und unter die Leute kommen? Was von beiden wird dir ein erfüllteres Gefühl geben?

Es ist das natürlichste auf der Welt, rauszugehen und den Kontakt zu Menschen zu suchen. Im Verlauf des 4-Wochen-Programms werden wir tiefer in die Materie gehen und das Ganze auch in der Praxis anwenden. Dafür musst du dich erst einmal trauen, rauszugehen. Deine eigene Transformation wird dich faszinieren.

Übung:

Finde heraus, welche Dinge dich in deinem Leben zu stark ablenken - das sind deine persönlichen Störfaktoren. Wie alles im Leben, schaden dir diese Dinge sobald sie im übertriebenen Maße stattfinden und diese Punkte gilt es nach und nach zu minimieren und schließlich zu beseitigen.