

BALANCE – SEELISCHES GLEICHGEWICHT
BÜCHER UND WERKE FÜR DAS GESUNDE SEELENLEBEN
WWW.EDITION-SIP.AT
Aus: DIE TALISMAN -GLÜCKSFIBEL

DIE ZEHN GESICHTER DES GLÜCKS

1, Der schöne Augenblick

Zum Glück gehört der schöne Augenblick, der ewig dauern könnte. Diesen Moment genießt man mit allen Fasern des Herzens. Die Zeit bleibt stehen, nur der Augenblick zählt, und alles andere wird unwichtig. Man will, man muß an nichts anderes denken. Diese Glücksmomente sind einfach schön. "Wie schön kann doch die Welt sein" - den Augenblick möchte man immer festhalten.

2. Die völlige Entspannung

Alle Sorgen sind ganz weit weg. Ausgeglichen, zufrieden und gelöst genießt man die Entspannung nach der Anspannung. #Alles ist easy#. Es fehlt an nichts. Man ruht in sich selbst und fühlt sich im eigenen Körper wohl. Ein Gefühl "absoluter Gesundheit".

3. Die absolute Geborgenheit

Man kann sich unbeschwert fallenlassen, im Wir - Gefühl baden. Man genießt das völlige Vertrauen, die Gemeinsamkeit und das Zusammengehörigkeitsgefühl. Ein Gefühl wie im Boot oder eigenen Nest. Eine fast sentimentale Hochstimmung voller Vertrauen, Vertrautheit und Übereinstimmung.

sein". Alles Bedrängende und Einengende fällt ab. Kein Schweregefühl mehr. Von jeder Last befreit.

BALANCE – SEELISCHES GLEICHGEWICHT

4. Die vollkommene Harmonie

Das Eins-sein mit sich selbst im Einklang mit Partner, Umfeld und Natur erfüllt das Harmoniebedürfnis. "Ganz in mir zu Hause"

5. Die angenehme Atmosphäre

Alles ist rundum stimmig: Das Licht, die Farben, die Temperatur, das Ambiente. Eine Atmosphäre zum Wohlfühlen, Gemütlichkeit, Behaglichkeit. Einfach schön und angenehm.

6. Die ausgelassene Stimmung

Rundum gute Laune. Unbeschwert lachen und sich freuen können. Fröhlich gestimmt sein und von der Heiterkeit der anderen angesteckt werden. Man fühlt sich vital und lebendig. Die negativen Gedanken werden verscheucht, die Alltagsprobleme verdrängt. Das Lachen befreit.

7. Das außergewöhnliche Ereignis

Zum Glücksgefühl gehört für viele Menschen auch das Erleben von Unvorhergesehenem und Überraschendem, das positive Erlebnis, "das einem aus dem Alltagstrott wirft". So steht man ganz unter dem Eindruck der Einmaligkeit und des Nicht - Alltäglichen. Das Ereignis wird zum "Ausstieg auf Zeit". Die Alltagsmonotonie läßt sich danach wieder besser ertragen.

BALANCE – SEELISCHES GLEICHGEWICHT

8. Das grenzenlose Freiheitsgefühl

"Ich fühl` mich frei". Das persönliche Erfolgserlebnis vermittelt ein unbeschreibliches Gefühl der Freiheit und stärkt das Selbstwertgefühl. Nach dem Bestehen und Erleben von Herausforderungen könnte man die Welt umarmen. Man ist glücklich, etwas erreicht zu haben, und fühlt sich auch von anderen anerkannt und bestätigt.

9. Die perfekte Illusion

Verzaubert und völlig losgelöst: Man möchte den Wolken ein Stück näher sein. Fast wie im Trance - Zustand und ein wenig rauschhaft wird die Illusionierung aufgenommen. Die Illusion wird zwar durchschaut, doch die Sinne wollen auch angesprochen sein. Das Gefühl des Außer - sich - Seins macht selbstvergessen und trägt zur inneren Ausgeglichenheit bei.

10. Der letzte Kick

"Ich bin wieder wer". Beim letzten Kick verspürt man ein "Kribbeln am ganzen Körper", ein "Schauer läuft über den Rücken" und die "Haare stellen sich auf". Man fühlt die eigene Stärke, indem man die eigenen Grenzen kennenlernt. Die Lust auf Nervenkitzel vermittelt ein ganz besonderes Glücksgefühl: Es ist " wie Lachen im inneren - einfach geil.

ERFOLGSFAKTOR **mens**sch

IMPULSE FÜR DAS GESUNDE SEELENLEBEN

BALANCE – SEELISCHES GLEICHGEWICHT

