

Es gibt keinen besseren Turbo für die Wunscherfüllung, als die Dankbarkeit! Die Dankesschritte integrieren die Dankbarkeit ganz einfach in Dein Leben. Du bist dabei unspezifisch dankbar. Das bewirkt, dass Du von allem was Du magst mehr in Dein Leben ziehst.

Sobald Du am Morgen aufstehst und Du den ersten Fuss aus Deinem Bett auf den Boden stellst, sagst Du: «danke», dann kommt der zweite Fuss auf den Boden, Du sagst wieder: «danke».

Du gehst den ersten Schritt nach vorne, «danke». Du ziehst den zweiten Fuss nach vorne «danke».

Das bedeutet, bei jedem Absetzen Deines Fusses sagst Du «danke».

Mach das vom Schlafzimmer bis zum Badezimmer, vom Badezimmer bis zur Küche. Mach es solange bis Du mindestens 60 Dankeschritte gegangen bist, jeden Tag!

Nimm Dir die Zeit und mach es. Am Anfang fühlt sich das sehr, sehr komisch an. Das ist mir bewusst.

Du kannst diese Übung auch später am Tag anwenden um mehr Leichtigkeit zu spüren.

Ich gehe oft in diesen Dankeschritten, wenn ich einkaufen gehe. Die Leute schauen dann ein bisschen komisch, denn ich gehe so abgesetzt. Das ist mir jedoch egal, denn für mich spielt nur eine Rolle, dass ich in meiner Dankbarkeit bin. Denn erinnere Dich daran: von allem für das Du dankbar bist, bekommst Du mehr.

Also, je dankbarer Du für alles an diesem Tag bist, umso mehr bekommst Du von den guten Dingen, die Du an diesem Tag erlebt hast.

In unendlicher Dankbarkeit



Homberger Akademie GmbH

Landstrasse 37
CH-5412 Gebenstorf

homberger-akademie.com
kontakt@homberger-akademie.com