

Gesundheit beginnt im Kopf

Die Macht unserer Gedanken. Wir sind nicht unsere Gedanken, aber wir alle haben Gedanken. Jeden Tag haben wir zwischen 60.000 und 90.000 Gedanken bewusst und unbewusst in unserem Kopf.

Ich lade Dich auf eine aktive Stunde ein, Bilanz zu ziehen. Mit welchen Gedanken gehst Du durch Dein Leben? Denn Deine Gedanken formen Deine Entscheidungen, Deine Entscheidungen formen Deine Taten und Deine Taten formen Deine Emotionen. Deine Emotionen formen Deine Gedanken.

Wir selbst entscheiden durch und mit unseren Gedanken, wie wir unser Leben leben und ob wir unser Lieblingsleben kreieren und leben oder ob wir gelebt werden.

Herzlich Willkommen auf eine aktive Stunde rund um die Macht unserer Gedanken und wie wir sie bewusst steuern können.

Freu mich auf Dich!