



DIE KUNST DES GENIESSENS

Stellen Sie Ihre Sinne JETZT auf Freude und Genuss ein.

Viele verstehen zu träumen, aber wenige zu leben.

Für manche Menschen ist das Wort GENUSS negativ besetzt, aber das sollte nicht sein. Das Leben ist gedacht als FREUDE und GENUSS, also fangen Sie gleich JETZT an jeden Augenblick zu genießen. Gehen Sie bewusst den Weg der Freude. Das ist nicht abhängig von den Umständen, sondern wie Sie damit umgehen, was Sie daraus machen.

Wir leben, um WIRKLICH zu leben. Haben Sie heute schon gelebt? Haben Sie überhaupt schon einmal gelebt? Die meisten existieren und funktionieren bloß, anstatt zu leben, ja sie wissen nicht einmal, was es heißt, wirklich zu leben.

Leben kann man nur JETZT, nicht vorhin und nicht nachher. Also schauen Sie einmal auf diesen Augenblick JETZT und leben Sie bewusst. War das, was Sie bisher gemacht haben, wirklich Leben?

Nicht Programmen zu folgen, Verhaltensmustern, Rollen, sondern Ihrem SO SEIN folgen. Echt ehrlich und authentisch zu SEIN. Genießen Sie diesen Augenblick, lernen Sie auch Schwierigkeiten zu genießen.

WESSEN Leben wollen Sie leben? Wollen Sie Ihr „ich“ glücklich machen oder sich SELBST. Das sind zwei ganz verschiedene Wege und Sie MÜSSEN einen wählen. Kennen Sie sich wirklich? Wie wollen Sie Ihr Leben leben, wenn Sie sich gar nicht richtig KENNEN?

Leben ist ein Wunder. Der zuverlässigste Weg sein Leben zu verpassen, ist eine bestimmte Vorstellung davon zu haben. Erleben Sie es doch einfach, sonst erleben Sie nur eine Vorstellung vom Leben.

Leben ist keine Philosophie und keine Rechenaufgabe, sondern ein Geschenk, das Sie genießen sollten. Hören Sie auf zu MÜSSEN, Sie müssen sich nicht entwickeln, erleuchtet werden, das Richtige tun, an sich arbeiten, ein besserer Mensch werden, eine Aufgabe erfüllen.

Sie sollten nur LEBEN und Sie bestimmen was das heißt. Lassen Sie alles los, was Sie noch vom Leben trennt, die Erwartungen der Anderen aber auch Ihre Vorstellungen und Ideale. Sogar den Wunsch geliebt zu werden, anstatt zu lieben.

Erleuchtung ist nichts anderes als die Wahrheit über sich erkennen.

Sagen Sie bedingungslos JA zu Ihrem Leben und genießen Sie den Weg. Das Leben ist ein WUNDER und Sie sind ein Wunder. Lassen Sie dieses Wunder Wirklichkeit werden. Nehmen Sie sich immer wieder Zeit, in der Sie nichts anderes tun als zu SEIN.

Lernen Sie die Kunst des Zelebrierens. Das bedeutet ALLEM TUN durch die eigene Aufmerksamkeit einen ganz besonderen Wert zu geben. Zelebrieren Sie einfach nur den Augenblick und FÜHLEN SIE, dass Sie wirklich leben.

Zwingen Sie sich zu NICHTS mehr, außer sich zu nichts mehr zu zwingen.

Seien Sie „absichtslos“ und finden Sie heraus, womit diese Zeit erfüllt werden möchte, welche innere Qualität sie hat und wie Sie diese am besten zum Ausdruck bringen können.

Nehmen Sie sich Zeit für das Ungewohnte, Überraschende und machen Sie AUS ALLEM etwas ganz Besonderes.

Seien Sie offen, für eine besondere Begegnung und sie wird geschehen. Fangen Sie an, WIRKLICH zu leben. Gestalten Sie den Platz, an dem Sie täglich viele Stunden arbeiten persönlich. Verwischen Sie die Grenze zwischen Arbeit und Privatem. Schaffen Sie um sich herum eine freudige erfüllende Atmosphäre und bringen Sie auch in Ihren Berufsalltag Originalität und Ihren persönlichen Stil.





Machen Sie Freundlichkeit und Höflichkeit zu einer inneren Haltung. Erwarten Sie nicht, dass die anderen es auch sind, sondern seien Sie freundlich, weil Sie sich dann in sich wohler fühlen.

Zelebrieren Sie Ihren kultivierten Lebensstiel.

Sie haben gerade herausgefunden, was es heißt, ein „Lebenskünstler“ zu sein, nämlich jemand, der fortgeschritten ist, in der „Kunst zu leben“. Denn Leben ist wirklich eine KUNST und die Ausbildung dauert ein ganzes Leben.

Fangen Sie an, WIRKLICH zu leben. Verzaubern Sie Ihren Alltag und machen Sie aus einem ganz normalen Alltag etwas ganz Besonderes, aus JEDEM Alltag. Entdecken Sie Ihre Individualität.

Haben Sie den MUT, Sie SELBST zu SEIN und versuchen Sie nicht mehr „Normal“ zu sein, Wer das tut was alle tun, der erreicht nur das, was alle erreichen.

Machen Sie sich einmal bewusst, was möchten Sie ab jetzt am liebsten tun? Wie sollte mein Leben im Idealfall aussehen? Was hindert Sie WIRKLICH daran?

Welche Ausrede haben Sie noch wirklich Ihr Leben zu leben?

Sie sind etwas ganz Besonderes. Sie sind einmalig, stehen Sie dazu.

Leben ist sehr viel mehr als nur älter zu werden.

Hören Sie auf zu werden und fangen Sie an, zu SEIN.

Beginnen Sie JETZT in diesem Augenblick so zu LEBEN, dass Sie am Ende sagen können:

ICH HABE WIRKLICH GELEBT !!!!!

Kausale Essenz Blogs
Kurt Tepperwein
www.kausal-training.com

