



Finde Deinen Weg!

Es ist Dein Leben

und

*Dein Leben meint es gut
mit Dir!*

Finde Deinen Weg!
Es ist Dein Leben
und
Dein Leben meint es gut mit Dir!

21 Tage Mental-Trainings-Programm
zur
Selbstfindung und Selbstverwirklichung
und zum
Angewöhnen einer bewussten, förderlichen Denkweise

Herausgeber
Irmgard Bronder – Markus Ries
MentalTraining
PersönlichkeitsTraining
Coaching

Talstraße 15
66571 Eppelborn
Telefon Büro
06806-800466
Mobil

Irmgard Bronder 0173 – 7470007
Markus Ries 0172 – 6824367
www.die-gedankenenergie@t-online.de
gedankenenergie@t-online.de

Informationen zu diesem Werk

Wir haben dieses Buch für alle geschrieben,
die eine Anleitung suchen,
um Veränderungen im Leben zu erzielen.

Sie können mit diesem Training jegliche ungelöste Themen bzw.
Probleme – gleich in welchem Bereich und gleich welcher Art
bearbeiten.

- ➔ **Sie erlernen Gedankenschritte, mit denen Sie im Alltag in jeglicher Situation in der Lage sind, sofort und somit natürlich auch langfristig die gewünschten tiefgreifenden Veränderungen zu erzielen.**

**Es geht um das Angewöhnen eines bewussten Denkens.
Überwiegend wird man ja den ganzen Tag „gedacht“ und man
beschäftigt sich mehr oder weniger mit seinen Problemen.**

**Mit diesem Training gelingt es Ihnen, diesen Gedankenkreislauf zu
durchbrechen und dann ist es Ihnen auch möglich, Ihrem Leben
die gewollte Richtung zu geben – also den Weg zu finden und
auch erfolgreich zu gehen, der Ihrem Selbst entspricht.**

Denn darum geht es bei diesem Training:

Um Ihr 'SELBST'

**Wir definieren uns über SELBST- Bewusstsein,
SELBST- Vertrauen, SELBST- Wert, SELBST- Sicherheit.**

Dieses Training hilft Ihnen zur

SELBST- Findung

und zur

SELBST- Verwirklichung.

Mit diesem Programm entwickeln Sie zum einen

- Bewusstsein für den Sinn Ihres Daseins**
- Sie erfahren, wie Sie sich Ihre Realität erschaffen**
- Sie erhalten grundsätzliche Informationen zu den Zusammenhängen zwischen Körper – Geist – Seele und zum Alpha- und zum Beta-Zustand**
- Sie erhalten Informationen zu den Zusammenhängen im Hinblick auf die Ernährung**
- Sie erfahren auch, warum Sie in der ein- oder anderen Situation in Ihrem Leben immer wieder so reagieren, wie Sie es eigentlich gar nicht möchten**

Sie erhalten auch Informationen zu den Themen

- Loslassen**
- herausfinden, was Sie wirklich wollen**
- wie Sie Selbstvertrauen gewinnen**
- die richtige Entscheidung treffen**
 - ernstzunehmende Ziele**
 - morphogenetische Felder**
 - die Zukunft gestalten**
 - Erfolg verursachen**
 - und einiges mehr**

Sie sollten sich zunächst täglich etwa 15 Minuten Zeit nehmen für die Lektionen.

Ab dem 20. Tag kommt dann noch die Mental-CD „Kraftquelle Selbst“ zum Einsatz.

Vorwort

Viele verschiedene Persönlichkeiten inspirierten uns auf unserem Weg. Jeder einzelne hat ein Puzzlestück beigetragen – daher sind wir auch jedem einzelnen zutiefst dankbar.

Die Zusammenfassung unserer Recherchen finden Sie in diesem Trainingsbuch.

Einem Trainer, von dem wir letztendlich die größte Inspiration erhielten und den wir deshalb auch hier namentlich nennen möchten ist Ralf Bihlmaier.

Durch ihn haben wir die Mentale Resonanz Methode kennengelernt. Jahrelang waren wir selbst auf der Suche nach dem Schlüssel, um im Alltag die gewünschten Veränderungen zu realisieren.

Nach unserer Ausbildung bei Ralf Bihlmaier und der eigenen Weiterentwicklung ist nun dieses Werk entstanden.

Wir sind dankbar, dass wir das erworbene Wissen auch Ihnen weitergeben dürfen, damit auch Sie zukünftig Ihrem Leben die gewollte Richtung geben können.

Inhaltsverzeichnis

Tag 1	Der Sinn des Lebens
Tag 2	Erschaffen der Realität
Tag 3	Aufmerksamkeit
Tag 4	Körper – Geist – Ernährung
Tag 5	Alpha-Zustand / Beta-Zustand Die Seele
Tag 6	Unsere Gefühle
Tag 7	Prägungen
Tag 8	Geldbewusstsein
Tag 9	Leben & Tod
Tag 10	Dankbarkeit
Tag 11	Unser Verstand
Tag 12	Das vier Schritte Programm
Tag 13	Loslassen
Tag 14	Ziele erkennen
Tag 15	Entscheidungen
Tag 16	Bei sich bleiben
Tag 17	Morphogenetische Felder
Tag 18	Positives Denken – Negative Gefühle transformieren
Tag 19	Zukunft gestalten
Tag 20	Erfolg verursachen
Tag 21	Mentale Festigung

zurück zu <http://www.die-gedankenenergie.de>