

Das sind die 33 wichtigsten Lebensweisheiten, die mich mein bisheriges Leben gelehrt hat:

1. Höre nicht auf andere Menschen, wenn es darum geht, wichtige Entscheidungen zu treffen. Selbst, wenn diese Menschen wirklich nur das Beste für dich wollen. Deine innere Stimme ist die einzige, die die richtigen Antworten kennt.
2. Wir sind alle eins. Alles ist mit allem verbunden. Du kannst niemanden verletzen, ohne dir selbst weh zu tun. Du kannst niemanden beschenken, ohne dir selbst das Gleiche zu schenken.
3. Nur wenn du dich selbst bedingungslos liebst, mit all deinen Fehlern, Makeln und persönlichen Abgründen, kannst du auch andere Menschen bedingungslos lieben. Wenn du wirklich bedingungslos liebst, bist du frei. Bedingungslose Liebe und Erleuchtung sind das Gleiche.
4. Eine Arbeit zu machen, die du wirklich liebst, ist einer der größten Akte der Selbstliebe.
5. Deine Gedanken und Gefühle erschaffen die Welt, in der du lebst.
6. Nimm deine Träume und Sehnsüchte ernst. Sie sind die Sprache deiner Seele, die dir den Weg zu einem glücklichen, erfüllten Leben und deiner Lebensaufgabe zeigt. Wenn du deine Herzenswünsche ignorierst, wird die Sprache deiner Seele härter werden.
7. Nur weil die meisten Menschen etwas Bestimmtes tun, heißt das nicht, dass es eine gute Idee ist. Meist ist genau das Gegenteil der Fall.
8. Das Unterdrücken von als negativ empfundenen Gefühlen ist eine der größten Ursachen von Leid. Es raubt eine Menge Energie, hält uns in alten Mustern gefangen und führt meist zu psychischen oder physischen Krankheiten.
9. Gefühle sind das Wichtigste in unserem Leben. Alles was wir tun, tun wir für das Gefühl, das wir damit verbinden.
10. Die Vergangenheit ist nicht vorbei. Sie lebt als inneres Kind in dir weiter. Das innere Kind leidet noch genauso wie damals unter den Verletzungen der Kindheit. Wir können nur heilen, wenn wir das innere Kind in uns erkennen, es annehmen und ihm Aufmerksamkeit, Zuwendung und ganz viel Liebe schenken.
11. Kenne deine Lebensvision. Wenn du nicht weißt, was du willst, bekommst du irgendwas. Visualisiere deine Lebensvision mindestens zweimal pro Tag, am besten morgens nach dem Aufwachen und abends vor dem Einschlafen.
12. Es gibt keine Misserfolge im Leben, nur vorläufige Ergebnisse, die anders sind, als man es sich erhofft hat. Ein Misserfolg bedeutet, dass du etwas Wichtiges dazu gelernt hast und somit deinem Erfolg ein Stück näher gekommen bist. Der Trick ist, dranzubleiben und so lange weiterzumachen und ggf. Dinge anzupassen, bis es funktioniert.
13. Du kannst alles haben, wovon du träumst, wenn du bereit bist den Glaubenssatz aufzugeben, dass du es nicht schaffst.
14. Es gibt kaum etwas Wichtigeres im Leben, als authentisch zu sein. Authentizität ist für mich der wichtigste persönliche Wert.
15. Es ist okay, wenn dich nicht alle Menschen mögen. Wenn du bedingungslos du selbst bist, wird es Menschen geben, die dich dafür lieben, und andere, die dich dafür hassen. Es ist unmöglich, es allen recht zu machen.
16. Wenn dich jemand nicht mag, ist das sein Problem, nicht deins. Die meisten Menschen hassen dich nur, weil sie insgeheim so sein wollen wie du.
17. Du bist der Durchschnitt der fünf Menschen, mit denen du die meiste Zeit verbringst. Auch wenn es hart klingt, aber achte darauf, wem du deine Zeit schenkst und habe den Mut, schädliche Beziehungen zu beenden.

18. Allein zu sein heißt nicht, einsam zu sein. Wer das Alleinsein genießen lernt, beendet einen großen Teil seines Leids und seiner Abhängigkeit.
19. Der Schlüssel zum Glück steckt von innen. Wahres Glück findest du nicht außerhalb von dir. Das Gleiche gilt für Liebe und Frieden.
20. Jeder Tag ist eine Miniatur-Ausgabe deines Lebens. Handle in jedem Moment so, als wären deine größten Träume bereits in Erfüllung gegangen.
21. Du hast in jedem Moment die Möglichkeit, deinem Leben eine neue liebevolle Richtung zu geben, dein tiefstes Inneres erstrahlen zu lassen und dein volles Potential zu entfalten.
22. Wenn du glücklich sein willst, musst du dir hier und jetzt erlauben, glücklich zu sein. Mach immer mehr von dem, was dich wirklich erfüllt und dein Herz zum Hüpfen bringt. Warte nicht darauf, dass sich irgendetwas im Außen ändert oder du irgendein Ziel erreichst, um glücklich sein zu können. Das ist eine Falle. Mehr dazu: Warum die meisten Menschen nicht glücklich sind.
23. Zu glauben, man brauche mehr als man hat, ist eine der sichersten Methoden für ein unglückliches Leben. Denke nicht so oft an das, was dir fehlt, sondern sei dankbar für das, was du hast.
24. Alles und allen zu vergeben ist das größte Geschenk, das du dir selbst machen kannst.
25. Deine eigenen Gedanken können dir mehr schaden als dein größter Feind. Pass auf, was du dir jeden Tag selbst erzählst und verwandle deine negativen Glaubenssätze in ermächtigende Glaubenssätze.
26. Zu lieben ist wichtiger als geliebt zu werden.
27. Lebensweisheit über die Liebe: Liebe ist kein Gefühl, sondern eine Fähigkeit.
28. Den richtigen Zeitpunkt gibt es nicht. Beginne sofort mit den Dingen, die dir am Herzen liegen und mache jeden Tag nur ein kleines Bisschen dafür, auch oder gerade wenn du dich nicht danach fühlst. Es sind vor allem die kleinen, aber konsistenten Schritte, die zählen.
29. Konzentriere dich auf deine Stärken. Du kannst nicht alles können. Dafür gibt es die anderen Menschen. Wir alle haben unsere ganz individuellen Stärken und Talente. Wenn jeder seine natürlichen Begabungen lebt und sich zu nichts zwingt, kann die Menschheit in einer perfekten Symbiose funktionieren.
30. Der Verstand wird in unserer Gesellschaft vollkommen überbewertet. Er ist einerseits ein nützliches Werkzeug, kann aber durch zwanghaftes Denken zu einem Gefängnis werden.
31. Es gibt so viele Dinge, die wir mit dem Verstand allein nicht begreifen können.
32. Zeit ist eine Illusion. Sie ist ein Instrument des Verstandes, das einerseits nützlich ist, aber auch viel Leid verursacht. Wenn wir in Gedanken immer in der Vergangenheit oder der Zukunft leben, verpassen wir das einzig Wahre: den jetzigen Moment. Das Jetzt ist ewig und alles, was wir haben.
33. Ich bin nicht der/die, der/die denkt.

Wow, wenn ich überlege, was ich in den vergangenen Jahren alles gelernt habe, wovon ich vor zehn Jahren nicht mal den blassesten Schimmer hatte, dann freue ich mich jetzt schon riesig auf die nächsten zehn Jahre und alle die Lebensweisheiten und Geheimnisse, die ich noch entdecken werde.