



WAS WACHSEN SOLL, BRAUCHT
NAHRUNG!



DEIN KÖRPER BRAUCHT
NAHRUNG!

Gemüse, Getreide, Früchte, Nüsse, edles Fleisch, Wasser

DEINE SEELE BRAUCHT
NAHRUNG!

Streicheleinheiten, Zuwendung, Gefühle, Sicherheit, Geborgenheit,
Zuversicht, Glauben, Vertrauen, Hoffnung

DEIN GEIST BRAUCHT
NAHRUNG!

Gedanken, Ideen, Vorstellungen, Visualisationen, Inspirationen

Was transportiert die Nahrung?

DEINE AUFMERKSAMKEIT!

Nun:

- Lenke deine Aufmerksamkeit auf ein Ziel, eine Idee, Vorstellung.
- Lenke deine Aufmerksamkeit auf deine Gefühle, Glauben, Vertrauen
- Lenke deine Aufmerksamkeit auf deine Gedanken, Vorstellungen, Ideen
- Lenke deine Aufmerksamkeit nicht nur auf Gemüse, Streicheleinheiten,
oder Gedanken, sondern auf das Tun!
- Lenke also deine Aufmerksamkeit also auf das TUN.
- Das Tun ist das Tor zur Wirklichkeit!
- Viel Erfolg.

Andreas Borbas 2008