

SeelenLiebe ❤️



Denken, fühlen, handeln – Joe Dispenza Retreat in Basel

Liebe Leserin, lieber Leser,

langsam fallen die Blätter von den Bäumen und
wir genießen die letzten warmen Sommertage. ☀️

Auch in Basel am letzten Wochenende beim Joe Dispenza Retreat waren die
Temperaturen noch einmal richtig hoch und wir konnten an den lauen Abenden
lange draußen sitzen. 🌙

Denken, fühlen, handeln. ❤️

Ich möchte im Folgenden ein paar wichtige Erkenntnisse mit dir teilen:
In den intensiven Tagen des Retreats durfte ich noch einmal lernen, wie es
genau funktioniert, wenn unser Denken unser Verhalten steuert. 🧠

Wahrscheinlich wird dir diese Erkenntnis nicht fremd vorkommen. Es ist
mittlerweile vielen Menschen bekannt, dass unsere Gedanken, seien sie positiv
oder negativ, unser Verhalten und Fühlen beeinflussen. ⚖️

Joe Dispenza hat nach langjährigen wissenschaftlichen Studien nun erkannt und bewiesen, wie die biologischen und chemischen Zusammensetzungen unseres Gehirns und unseres Körpers miteinander agieren. 

Er hat erklärt, welche Neurotransmitter, Proteine und andere Botenstoffe Informationen an unsere Zellen weitergeben, die dann wiederum Gedanken und Gefühle produzieren. Das war für mich neu. 

Es ist ein automatischer Ablauf in unserem System, wobei das autonome Nervensystem eine wichtige Rolle spielt. 

Mit der Art unserer Gedanken programmieren wir sozusagen unseren Körper. Dabei entsteht aus dem Unterbewussten eine Schleife, ein Kreislauf, dessen wir uns normalerweise nicht bewusst sind. 

Du wunderst dich sicherlich manchmal, warum die Dinge, die du in deinem Kopf schon lange klar hast, so schwer in die Tat umzusetzen sind und warum es so viel Anstrengung kostet, aus alten Mustern auszubrechen. 

Dabei spielen auch deine negativen Glaubenssätze, die sich bilden, wenn du lange genug das Gleiche denkst, eine wichtige Rolle. 

 Wie schaffst du es, den Kreislauf zu durchbrechen?

 Wie schaffst du es, aus den alten Mustern auszusteigen?

 Wie schaffst du es, etwas anderes zu denken und damit auch etwas anderes zu fühlen?

Zusammengefasst:

 Wie schaffst du es, der Mensch zu werden, von dem du träumst und der du sein möchtest? Mit genau dem Leben, das du führen möchtest? 

Ich bin sehr dankbar für die neuen Impulse, Meditationen und Anregungen, die ich für meine Arbeit mitnehmen durfte. 

Ich erkenne viele Zusammenhänge zwischen dem Aloha-Spirit, also der hawaiianischen Spiritualität, und den Impulsen von Dr. Joe. 

Es ist so wichtig, diese Erkenntnisse miteinander zu teilen, um immer mehr das eigene Leben so zu gestalten, wie ich leben möchte. 

Für alle, die neugierig geworden sind, möchte ich heute schon ankündigen, dass ich in den nächsten Newslettern immer wieder einen Impuls aufgreifen werde und diese aktiv in meine Workshops einfließen lassen möchte. 

Alle aktuellen Angebote findest du wie immer unter diesem Newsletter. 

Für die kommende Zeit wünsche ich dir entspannte Momente für ein
entspanntes Nervensystem und die Energie der Freude an jedem Tag! 

Meine nächsten Termine:

ALOHA rettet die Welt!

Meine Seelenreise in das Regenbogenland Hawai'i

Vortrag

Dienstag, 13.10.26, 19 - 20 Uhr

mit anschließendem Austausch

Ort: bücher buy eva, Markt 5, 57271 Hilchenbach

Hierzu wird es noch einen Sondernewsletter geben

Ho'oponopono – Das Wunder der Vergebung

Intensiv-Seminar in Hainau

Freitag, 23.10.26 - Sonntag, 25.10.26

[Weitere Infos hier](#)

Herzlichst



Barbara

