
Barbara Vogt

Spirituelle Coach, Heilerin und
Expertin für dein Inneres Kind

Tel: 02721 - 6053566



info@barbara-vogt.de



*Seelen*Liebe 




Warum wir uns selbst verurteilen

Liebe Leserin, lieber Leser,

 Heute grüße ich dich aus Honolulu und hoffe, du bist wohlauf und kannst die Wärme und die Fülle des beginnenden Sommers so richtig genießen. 

Das Leben hier auf der Insel Hawaii ist doch so sehr anders als bei uns in Deutschland.  Erst wenn du dir Zeit nimmst, in eine andere Kultur wirklich einzutauchen, bemerkst du die großen Unterschiede im Umgang miteinander und im Lebensgefühl allgemein. 

Wie komme ich heute dazu, über Selbstverurteilung zu sprechen? 

Weil ich mich hier ertappe, in wie vielen kleinen und großen Dingen ich anfangs, mich in Gedanken selbst zu verurteilen. 

Ein Beispiel: Natürlich muss ich mich erst einfinden in einem fremden Land und zum

Beispiel das Autofahren „neu lernen“.🚗

Das ist eine von vielen neuen Herausforderungen, die es zu bewältigen gibt.

Dabei ertappe ich mich bei Gedanken wie:

„Das schaffe ich ja nie.“ „Das ist mir zu kompliziert.“ „Das haben andere bestimmt

schneller geschafft als ich.“🤔

Vielleicht kennst du diese Gedanken von dir selbst, egal in welchem Zusammenhang du dich damit selbst verurteilst.

„Schon wieder etwas falsch gemacht, typisch für mich“ – auch so ein Satz, der immer

mal wieder auftaucht.😞

Doch was ist das für eine negative Energie, in die wir uns damit selbst einlullen – negative Energie, mit der wir unweigerlich Negatives anziehen? Wir ziehen uns selbst runter und wundern uns dann, dass die Dinge tatsächlich nicht klappen.🙄

Und genau das Gegenteil erlebe ich hier bei den Menschen auf Hawaii:

Für sie ist es vollkommen natürlich, positiv zu denken und das Leben von der schönen Seite zu betrachten.😊

Es ist ja auch alles schön hier: die Natur, das Meer🌊, die Sonne☀️ und die Fülle der bunten Blüten überall.🌺

👉 Statt uns selbst zu verurteilen und zu beurteilen, dürfen wir uns immer wieder bewusst machen, wie wichtig ein positives Mindset ist.💛

👉 Mach einfach einmal selbst ein Experiment und überprüfe dich einen Tag lang, wann und wo du negative Gedanken über dich selbst hast.🔍

Dann wünsche ich dir die positive Kraft des Aloha – die große Liebe, die auch und vor allem Selbstliebe bedeutet.❤️

Ich grüße dich von der Sonneninsel.🌴

Über meinen Instagram-Account
kannst du mich auf Hawai begleiten:

[Hier geht's zu meinem Instagram-Kanal](#)

Interviews mit Teilnehmerinnen meiner Workshops
und Seminare findest du

[auf meinem YouTube-Kanal](#)

Herzlichst



Barbara

