

Das wöchentliche GMG-Bulletin

12. August 2022, #1020

Glück und Liebe

Meine lieben Freunde,

es gibt einen Schlüssel zum Glück und zur Liebe, den nur sehr wenige Menschen erkannt haben - und von dem viele noch nicht einmal gehört haben. Der GmG-Band "Gemeinschaft mit Gott" gibt uns diesen Schlüssel, und hier ist er: Glück ist eine Entscheidung, keine Erfahrung. Du kannst entscheiden, glücklich zu sein, ohne das zu haben, was du dachtest zu brauchen, um glücklich zu sein, und du wirst es sein.

Das ist eines der wichtigsten Dinge, die du jemals zu verstehen lernen könntest. Erlaube mir daher, es zu wiederholen. Glücklich sein ist eine Entscheidung. Deine Erfahrung ist das Ergebnis deiner Entscheidung, nicht die Ursache dafür. Mit anderen Worten: Wenn du erlebst, dass dich etwas glücklich macht, liegt das daran, dass du diese Entscheidung darüber getroffen hast. Es ist nicht die Erfahrung, die die Entscheidung hervorgebracht, sondern die Entscheidung, die die Erfahrung hervorgebracht hat.

Das Gleiche gilt übrigens auch für die Liebe. Liebe ist keine Reaktion, Liebe ist eine Entscheidung. Wenn du dich daran erinnerst, nährst du dich der Meisterschaft. Wenn du es auf dein Leben anwendest, bist du an der Tür angekommen.

Du denkst vielleicht, dass du eine bestimmte andere Person brauchst, um vollständig zu sein, oder einen bestimmten Job, um erfolgreich zu sein, oder eine andere emotionale oder körperliche Befriedigung, um glücklich zu sein. In diesem Moment wirst du vielleicht feststellen, dass du hier und jetzt ohne diese Dinge bist. Warum glaubst du dann, dass du sie brauchst? Wenn du genau hinsiehst, wirst du feststellen, dass du sie nicht brauchst, nicht einmal, um glücklich zu sein.

Die Ironie dabei ist, dass du dich in eine viel bessere Position bringst, um diese Person oder Situation anzuziehen, wenn du glücklich wirst, egal ob mit oder ohne die Person oder Situation, die du glaubst zu brauchen. Das liegt daran, dass Glück anziehend wirkt. Es ist wie ein Magnet. Es ist die höchste Energie, gleich nach der Liebe. In der Tat ist Glück gefühlte Liebe. Der Trick besteht also darin, glücklich zu sein, bevor du das bekommst, was du glaubst zu brauchen, um glücklich zu sein. Warte nicht, bis du es bekommst - sonst bekommst du es vielleicht nie.

GmG lädt dich ein, von dem Ort zu kommen, zu dem du gehen möchtest. In gewisser Weise kommst du dort an, bevor du dort hinkommst - und es ist diese Ankunft, die dich dorthin bringt. Entscheide dich also dafür, glücklich zu sein, egal was passiert. Das wird eine der mächtigsten Entscheidungen sein, die du je im Leben treffen wirst.

Wie kann man sich entscheiden, glücklich zu sein, bevor etwas passiert, das einen glücklich macht? Es gibt viele Möglichkeiten, das zu tun, und wir werden uns in den kommenden Wochen einige davon in diesem Forum ansehen. Für den Moment gibt es hier eine einfache Technik, die der berühmte buddhistische Mönch Thich Nat Han vorgeschlagen hat: Lächle fünfmal am Tag ohne guten Grund.

Das Lächeln hat übrigens eine biologische Wirkung in deinem Körper. Es schickt Chemikalien durch deinen Körper und hebt tatsächlich deine Laune. Probiere das heute aus. Dann lächle diese Woche jeden Tag fünfmal täglich ohne guten Grund. Mach es im Straßenverkehr. Tu es unter der Dusche. Tu es, wenn du die Straße entlangläufst oder an deinem Schreibtisch arbeitest. Fange einfach an zu lächeln, ganz ohne Grund. Beobachte, wie sich deine Stimmung verändert, auch wenn sich nichts in deinem Äußeren verändert hat.

Gesendet mit reiner Liebe,

Neale

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Neale', written in a cursive style.

Die Übersetzung des Textes ins Deutsche hat Heinz durchgeführt. Danke.

Humanity's Team Deutschland