

De trein van het

GELUK

Wat is "geluk"

Daar zal iedereen je weer een ander antwoord op geven

Geluk is:

gezond zijn
veel geld hebben
iets winnen
liefde krijgen
kinderen hebben
een mooi huis hebben

Wat is "geluk" voor jou?

.....
.....
.....

Je hoort vast wel eens dat iemand zegt,

als ik die loterij win, dan ben ik gelukkig

of

als ik gezond ben dan...

of

als ik die spelcomputer heb dan...

Als je altijd je geluk in de toekomst legt, is het onmogelijk om op dit moment gelukkig te zijn. Want de toekomst komt niet dichterbij.

Ik zal proberen om je uit te leggen hoe "de toekomst" werkt.

Zie jou leven lopen op een treinrails.

Jou leven speelt zich af in het stuk van de eerste wagon tot de laatste.

Daar zitten je vrienden, je familie, school, werk, hobby's, daar zit alles en iedereen om je heen.

De wereld reist mee in jouw trein.

Nu heeft iedereen zo'n trein, en je ziet in de trein die naast jou rijdt nou net datgene zitten wat jij graag wilt en je denkt, "oh, zat ik maar in die trein, dan zou ik pas gelukkig zijn."

Dan, plotseling zwenkt die trein naar links en verdwijnt uit het zicht.

Jammer, je toekomst ziet er opeens heel leeg uit.

Wat ik je hiermee wil vertellen is dat je in je eigen "gedachtentrein" jou geluk kan zoeken.

Geluk vind je niet in de winkel, bij je vrienden of op de sportclub. Geluk vind je alleen "in" jezelf.

Hoe kan ik nou geluk vinden in mijzelf, zal je nu vragen, want ik voel me ongelukkig.

Er ontbreken zoveel dingen in mijn "levenstrein"

Maar dat bestaat alleen in jou eigen gedachten. Je gedachten zijn de hele dag actief met het "schrijven" van jou toekomst.

Hè, denk je nu,

IK schrijf mijn eigen levensverhaal?

Ja, dat zeg ik.

Wat jou gedachten uitzenden, wat jij denkt, dat gebeurt !

Dus jij kunt je eigen geluk bepalen.

HOE ???

Het is ontzettend makkelijk, zo makkelijk dat je jezelf zult afvragen, waarom heb ik dit zelf niet bedacht.

Je heb vast wel eens een magneet vast gehad.

Die trekt alles wat hij hebben wilt aan.

Jij bent ook zo' n magneet.

Als jij jezelf rot voelt, en de hele dag gaat zitten zeuren en zemelen van "ik voel me zo rot", dan zend jou "magneet" de boodschap uit, ik voel me zo rot, en zal jou magneet nog meer rottigheid aan trekken.

Op het moment dat jij jezelf rot voelt, kan jij je eigen gedachten sturen.

Je kunt tegen jezelf zeggen, ik wil me niet rot voelen.

Neem op dat moment het besluit, je goed te voelen.

Denk aan dat dagje uit, wat zo ontzettend gezellig was, of aan dat cadeautje wat je laatst zomaar kreeg.

Haal dat gevoel wat je daarbij had terug in jou gedachten. Want je wilt meer van dat gevoel.

Jou magneet zal dan meer van dat gevoel aan gaan trekken.

En als je op deze manier blijft werken aan je eigen gedachten, zal je zien dat met een paar maanden je leven er heel anders uit ziet.

Ik heb een voorstel aan jou

Begint NU, begin vandaag met je gedachten te controleren.

Schrijf alles op waarover je jezelf goed voelt, en haal dat gevoel terug in je gedachten.

Voeg iedere dag minstens 2 dingen aan je lijstje toe, al is het maar een ijsje waar je heel erg van genoten hebt.

Lees elke dag de langer wordende lijst door.

En verbaas je over de hoeveelheid goede dingen die zich vanaf nu in je leven gaan voordoen.