



# TRIUNITY

Internationale Akademie für  
holistisches Bewusstsein

## 12-Tage Online-Challenge

***„Erkenne dich selbst und erobere die Welt“***

24.11.2023

### ***Diamanten für ein sinnerfülltes Leben #5***



## **Dankbarkeit ist Schöpfung**

Als Kinder haben wir gelernt, Dankbarkeit als eine antrainierte Anstandsgeste durchzuführen. Doch Dankbarkeit ist weitaus mehr, viel mehr.

### **Dankbarkeit ist Schöpfung.**

Was auch immer du mit ehrlicher Dankbarkeit wertschätzt, dem gibst du Energie.

Dadurch wird es wachsen; dadurch wird es sich vermehren.

Dankbarkeit richtet deine Aufmerksamkeit und deinen Fokus auf das, was du hast und das, was du bist ... und verstärkt es dadurch.

Die Liebe eines anderen Menschen, unsere körperliche Gesundheit, ein Dach über dem Kopf oder das Wunder, am Leben zu sein ... Wir nehmen dies allzu schnell für selbstverständlich. Dabei sind es doch unendlich kostbare Geschenke, die wir uns durch nichts verdienen können.

Dankbarkeit lenkt deine Aufmerksamkeit auf den inneren und äußeren Reichtum, über den du bereits jetzt verfügst. Es ist immer eine Frage der Perspektive. Dankbarkeit öffnet dich auf diese Weise für die Fülle, die bereits existiert. Indem du sie dankbar anerkennst, gehst du in Resonanz und erschaffst automatisch mehr davon.

### **Wofür bist du heute ehrlichen Herzens dankbar?**

Wenn du möchtest, benenne all die kleinen und großen Dinge, für die du ehrlichen Herzens dankbar bist.

**Dankbarkeit schafft Vertrauen.**

**Dankbarkeit erfüllt dein Herz.**

**Dankbarkeit lässt das wachsen, wofür du dankbar bist.**

**Dankbarkeit schafft Wirklichkeit.**

In liebevoller Dankbarkeit für dein Sosein

Dieter & Alexandra

---

Etwas nur zu wissen, ist immer nur der Trostpreis im Spiel des Lebens. Beispielsweise alles nur über einen Erdbeerkuchen mit Sahne zu wissen - ohne je einen selbst gegessen zu haben - wird immer nur der Trostpreis bleiben. Das Geheimnis der Manifestation lautet nämlich: Wissen **UND** Handeln. Das ist die

Reifeprüfung zur Masterclass. Denn im Wort Manifestation steckt ja schon das Wörtchen "Manus"- übersetzt aus dem Lateinischen: die Hand, das Handeln.

**Du erschaffst also eine neue Realität nur dann, wenn du das, was du weißt und als richtig erkennst, auch in eine Handlung bringst.**

Im Live-Webinar am vergangenen Samstag sprach ich an mehreren Stellen über "Die Macht der Dankbarkeit" - einmal sogar relativ ausführlich. Ich empfahl dabei Folgendes:

**Lege dir ein Erfolgstagebuch zu. Verwende für jeden Tag 1 Seite. Unterteile die Seite in zwei Hälften. Überschrift oben: Wofür ich heute dankbar bin?**

**Überschrift untere Hälfte: Meine Erfolgserlebnisse von heute - was heute alles gut war?**

**Schreibe jeden Abend - vor dem Zubettgehen - mindestens 3 Dinge auf, für die du ehrlichen Herzens dankbar bist. Und 3 weitere Erfolgserlebnisse, was am jeweiligen Tag alles gut war. Zeitaufwand: Max. 5 Minuten pro Tag.**

Mögliche Perspektive: Transformation deines gesamten Lebens zum Positiven. Denn alles, wofür du ehrlichen Herzens dankbar bist und was du wertschätzend in deinen Fokus nimmst, das wächst und vermehrt sich - oft in großer Geschwindigkeit.

Wahrliche Dankbarkeit ist das Sprungbrett zum ganz Großen!

Und jetzt prüfe dich doch bitte einmal selbst: Wie viele Tage hast du seit Samstag dein Erfolgstagebuch geführt ... und was hast du alles aufgeschrieben?

**Wissen UND Handlung - das ist das Geheimnis für die Realisierung einer glücklichen, erfolgreichen und erfüllten Zukunft.**

**Nun zur Aufgabe für heute:**

**1. Wenn du bereits dein Erfolgstagebuch schreibst - Glückwunsch - mach bitte weiter so!**

**2. Wenn du noch kein Erfolgstagebuch schreibst, dann lege dir bitte so ein Tagebuch zu und beginne ab heute damit, wie es oben in roter Schrift beschrieben ist.**



# TRIUNITY

Internationale Akademie für  
holistisches Bewusstsein

Wir danken dir aus ganzem Herzen und wünsche dir viel Energie und Freude bei der Umsetzung.

In liebevoller Verbundenheit

Dieter Weiner

Alexandra Wurlitzer