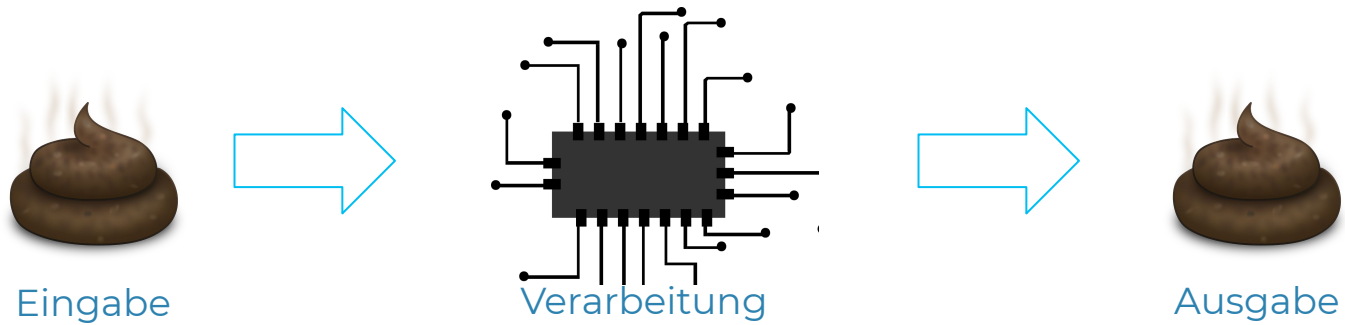


realTALK Teil I

Wie kannst du Positives in deinem Leben erschaffen?



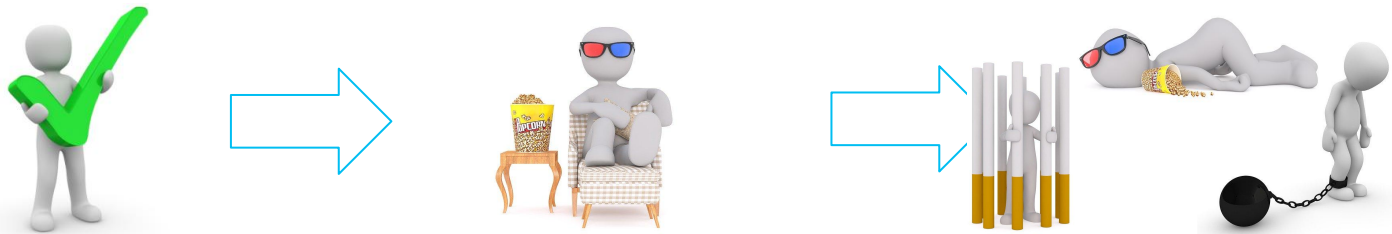


Grundgesetz der EDV: Scheiße rein = Scheiße raus



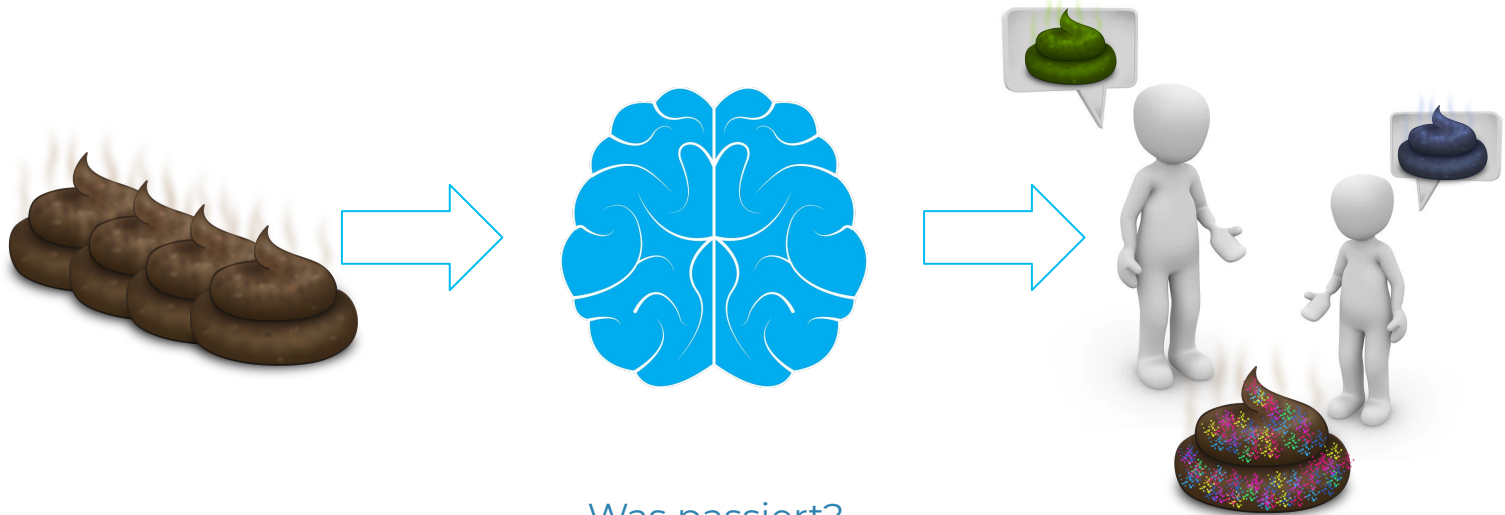
Privates Fernsehen + Nachrichten

3



Gehirn - menschliche Datenverarbeitung

4



Was passiert?

Medien erzeugen Konsumenten, Meinungs-Kopien und Materialismus





Das Ergebnis:

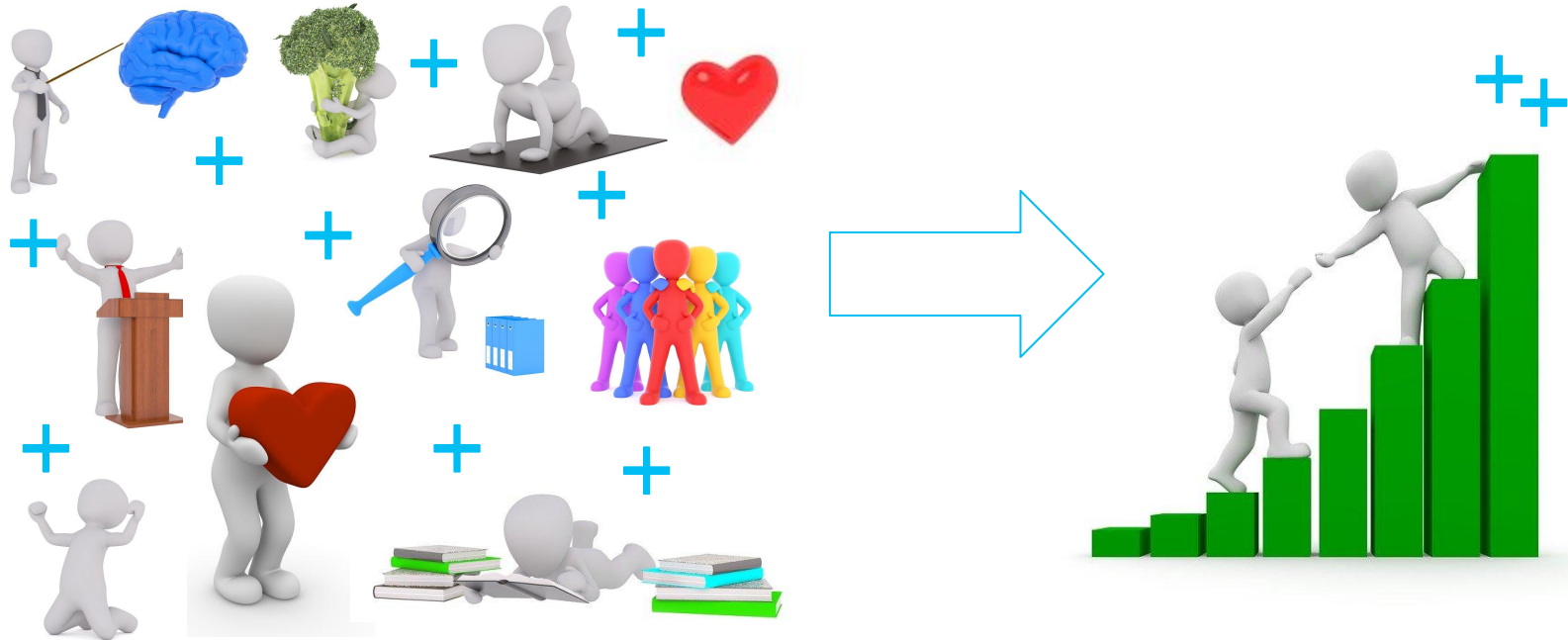
5

**Auch Scheiße mit Konfetti,
Glitzer, und Sprenkeln -
ist am Ende immernoch...**



Lebe dein bestes Leben!

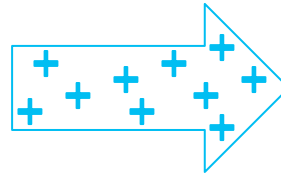
6



Lebe dein bestes Leben!

7

- ★ Entspannung:
Meditation, Schlaf
- ★ Positive Gedanken, Mindset:
Bücher, Hörbücher, Podcasts
- ★ gesunde Ernährung, Bewegung
- ★ Weiterbildung:
Bücher, Trainings, Seminare
- ★ Achtsamkeit:
positive Einflüsse, rede gut mit dir selbst, behandle dich gut, mentale Hygiene, dein Umfeld
- ★ Dankbarkeit:
für Alles in deinem Leben
- ★ positive Beziehungen





Fazit

**Was du in dein Gehirn hinein tust,
kommt auch wieder heraus!**

Die Summe ist das, was du Leben nennst.





Lass die Summe deines Lebens die Liebe sein!



Anregungen und Tipps zu den
genannten Vorschlägen auf meiner Seite:

devop.life

Develop and Operate a better Life!

