



**ES WIRD ZEIT,
DICH DARAN ZU
ERINNERN, WIE
ES SICH ANFÜHLT
lebendig
ZU SEIN!**

Mario Hirt 23.03.2022

„Viel wandern macht bewandert.“ ~ Peter Sirius

„Reisen bedeutet Grenzen zu überschreiten, auch die eigenen.“ Wanda Rezat

„Desto weiter ich reise, desto näher komme ich an mich heran.“ ~ Andrew McCarthy

„Eine Investition ins Reisen ist eine Investition in dich selbst!“ ~ Matthew Karsten

„Ich habe viele Leute in Europa getroffen, ich bin sogar mir selbst begegnet.“ ~ James Baldwin

„Ich bin nicht mehr dieselbe, seit ich den Mond auf der anderen Seite der Welt habe scheinen sehen.“ ~ Mary Anne Radmacher

„Nichts ist vergleichbar mit dem guten Gefühl, an einen vertrauten Ort zurückzukehren und zu merken, wie sehr man sich verändert hat.“ ~ Nelson Mandela

„Reisen ist, in jedem Augenblick geboren werden und sterben.“ ~ Victor Hugo



Menschen kommen
zu uns - mit Gefühlen
& Emotionen aber
auch mit Zielen!
Bitte schreiben Sie in
die Kommentare
welche?

Reisezitate...

„Ich liebe das Gefühl der Anonymität in einer Stadt, in der ich noch nie war.“ ~ Bill Bryson

„Niemand merkt, wie schön es ist zu reisen, bis er nach Hause kommt und seinen Kopf auf seinem alten, vertrauten Kissen bettet.“ ~ Yutang

„Jeder Träumer weiß, dass es vollkommen möglich ist, Heimweh nach einem Ort zu haben, an dem man noch nie war; wahrscheinlich noch stärker als nach bekanntem Boden.“ ~ Judith Thurman

„Jede Reise ist wie ein eigenständiges Wesen; keine gleicht der anderen.“ ~ John Steinbeck

„So viel ist sicher; Reisen tut immer gut.“ ~ Voltaire

„Jede Reise hat einen speziellen Geruch, besonderen Geschmack und eigene Farben.“ ~ Wanda Rezat

„Es gibt nur zwei Weisen die Welt zu betrachten: Entweder man glaubt, dass nichts auf der Welt ein Wunder sei, oder aber, dass es nichts als Wunder gibt.“ ~ Albert Einstein



Warum nehme ich im Urlaub gern Bräuche, Religionen und Gegebenheiten zum Beispiel Ernährung mir an und vertraue diesen?

Haben Sie schon einmal etwas übernommen oder mitgebracht aus Ihren Urlaub? In die Kommentare schreiben...



*Leben, das ist das
Aller seltenste in der
Welt - die meisten
Menschen existieren nur.*

-Oscar Wilde





Man verliert niemals seine
Stärke. Manchmal vergisst
man nur, dass man sie hat.

Ich war dann mal unterwegs...
gesucht & gebucht unter.....

<https://www.bookmartialarts.com/>

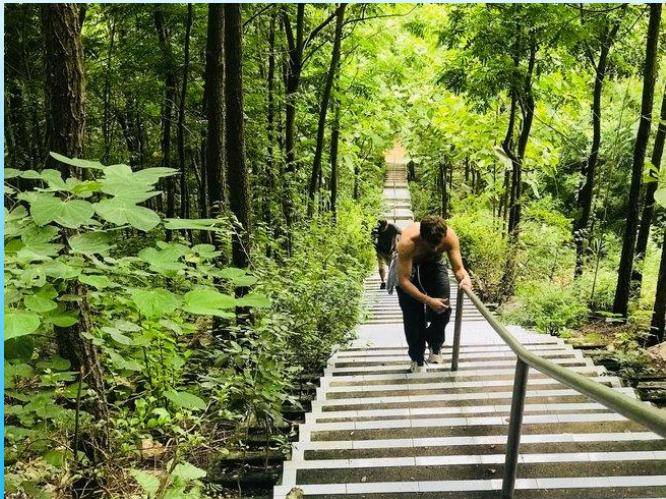


Als ich das erste Mal mich selbst bereiste...Ich wollte zur Ruhe kommen, mich gesünder ernähren und auch mal wieder was wissen, lernen und Sport treiben...





...und dann habe ich es bekommen das volle Sportprogramm erstaunlich - alles war frei und willig...Die ersten Tage waren hart – früh um 7 raus laufen, laufen, laufen um 9.00 Uhr Frühstück und anschließend weiter Sport, Yoga... bis 18.00 Uhr der Geist wurde freier wo der Körper gefordert wurde...





Wir leben alle in
einem
Energiefeld,
das nicht
wiederspiegelt,
was wir in
unserem Kopf
denken, sondern
was wir in unsem
Herzen fühlen.

Gregg Braden



**Das nahm ich mit...und es inspirierte mich für mein weiteres Leben und diesen
Workshop - Energie fließt...**

Wie will ich sein in der Zeit von COVID19

Angst Zone

Lern Zone

Wachstums Zone

Ich denke an andere und schaue,
wie ich helfen kann.

Ich stelle meine Talente denen
zur Verfügung, die sie brauchen.

Ich beginne loszulassen, was
ich nicht kontrollieren kann

Ich höre auf zwanghaft das
zu konsumieren, was mich
krank macht, von Essen bis
zu Nachrichten

Ich lebe im Jetzt und richte
mich auf die Zukunft aus.

Ich ergattere Essen, Toilettenpapier
und Arzneimittel, welche ich gar
nicht brauche

Ich verbreite Emotionen
von Angst, Frust und Ärger

Ich erkenne und benenne
meine Gefühle

Ich bin empathisch mit mir
selbst und mit anderen

Ich beschwere mich
regelmässig

Ich werde mir meiner Situation
bewusst und überlege, was
ich tun kann

Ich danke anderen und
schätze sie

Ich leite alles weiter,
was ich erhalte

Ich prüfe Informationen, bevor
ich etwas Falsches verbreite

Ich bewahre mir meine
gute Stimmung und
verbreite Hoffnung

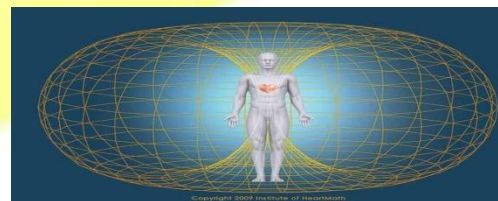
Ich werde schnell wütend

Ich erkenne, dass wir alle versuchen
unser Bestes zu tun.

Ich suche nach Möglichkeiten
mit den Veränderungen mit-
zugehen, mich anzupassen

Ich übe mich in Ruhe und Geduld,
pflege Beziehungen und werde
kreativ

Corona und ich
wusste es geht
um uns und
somit ging ich
hier den meinen
Weg...



TRAU DICH...

An deinen Erfolg zu glauben

Beharrlich zu bleiben

Chancen zu ergreifen

Dankbarkeit zu pflegen

Eigene Ziele zu verfolgen

Fremde anzusprechen

Grenzen zu überschreiten

Herausragend zu sein

Ideen zu teilen

Jeden Augenblick zu genießen

Komfortzonen zu verlassen

Loszulassen

Meinung auszusprechen

Neue Wege zu gehen

Optimistisch zu bleiben

Perfektionismus abzulegen

Quer zu denken

Regeln zu brechen

Sorgen zu ignorieren

Traditionen zu hinterfragen

Unpopulär zu entscheiden

Vergangenes hinter dir zu lassen

Wagnisse einzugehen

Xtra-Meilen zu gehen

YEAH zu sagen, wenn du es fühlst

Zorn durch Liebe zu besiegen

Manifestierte / kaufte für 500 Euro Kräuter und Sträucher pflanzte, startete die #Thüringenhältzusammen... Wusste ich bin lebendig, strahlend, einzigartig, glücklich, liebenswert und dankbar...

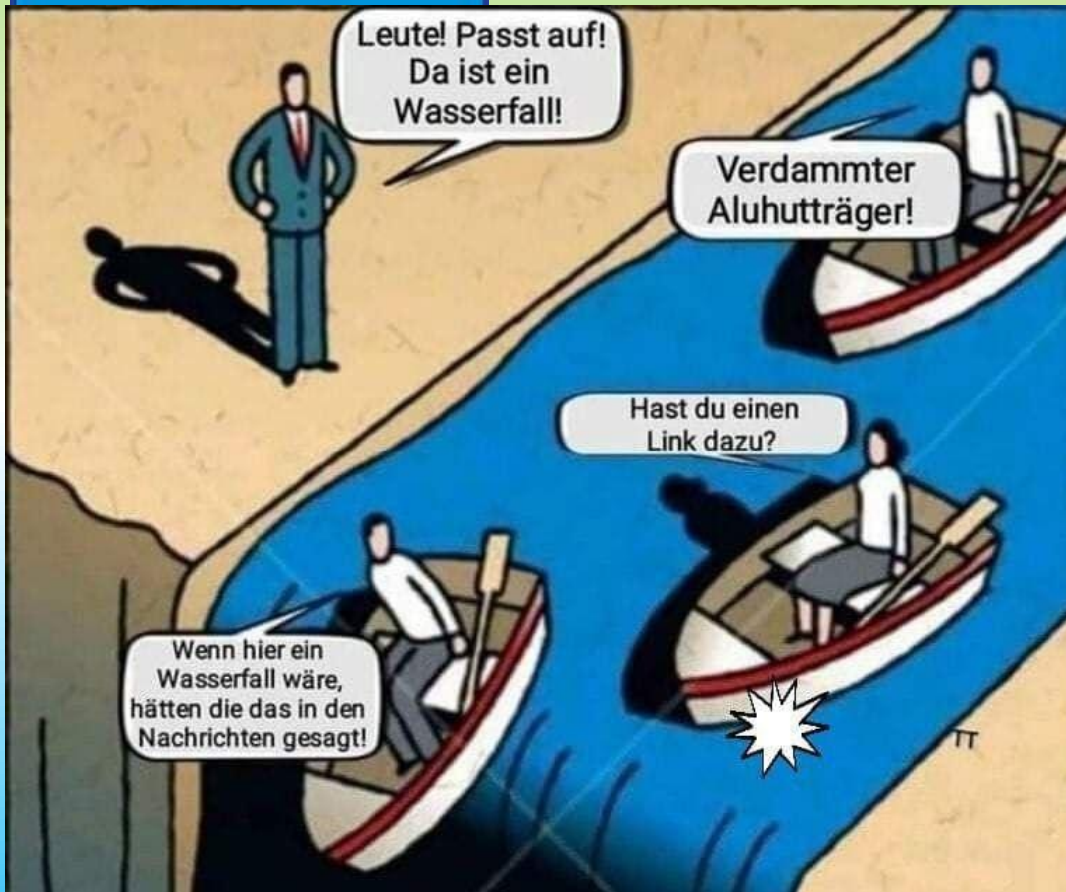


Um aus Shakespeares
Hamlet, Akt II, Szene IV,
Vers 48 zu zitieren:

"Nein!"

...so viele Meinungen
...so viele Ansichten
...so viel Spaltung
Was kann man glauben...

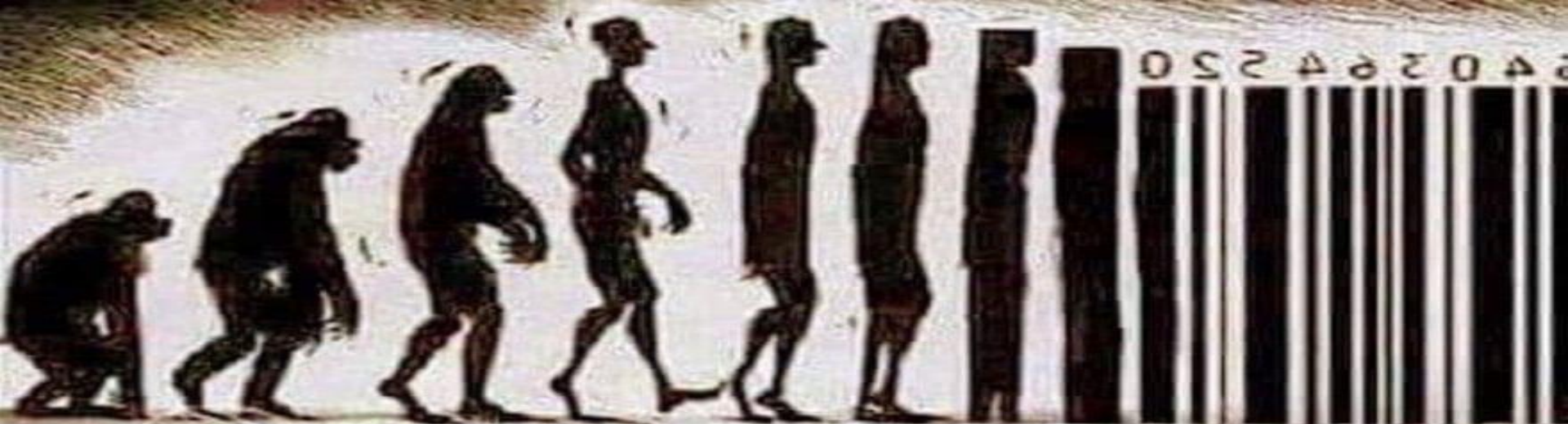
**DIE
STRASSEN
SIND VOLL
MIT LEEREN
MENSCHEN**



Datenschutz-Experten
sind fassungslos:

Großes gelbes Buch mit
Namen,
Telefonnummern und
Adressen aufgetaucht!

Denkfehler: Angst frisst nicht nur
die Seele – sie frisst auch die
Zukunft



WE HAVE A CHOICE



Du hast übrigens drei 'Gehirne'



Holistische
Gesundheit

Deinen Kopf



Hier sitzen Logik, Rationalität, Denken und Verstand. Dein Kopf-Gehirn führt das aus, was du gelernt hast und worauf du konditioniert wurdest.

Auch die Wahrnehmung deiner 5 Sinne wird hier verarbeitet und interpretiert. Wichtig: Im Kopf-Gehirn ist die Zirbeldrüse, hier wird dein Drittes Auge geöffnet, also dein Zugang zu universeller Intelligenz.

Deinen Bauch

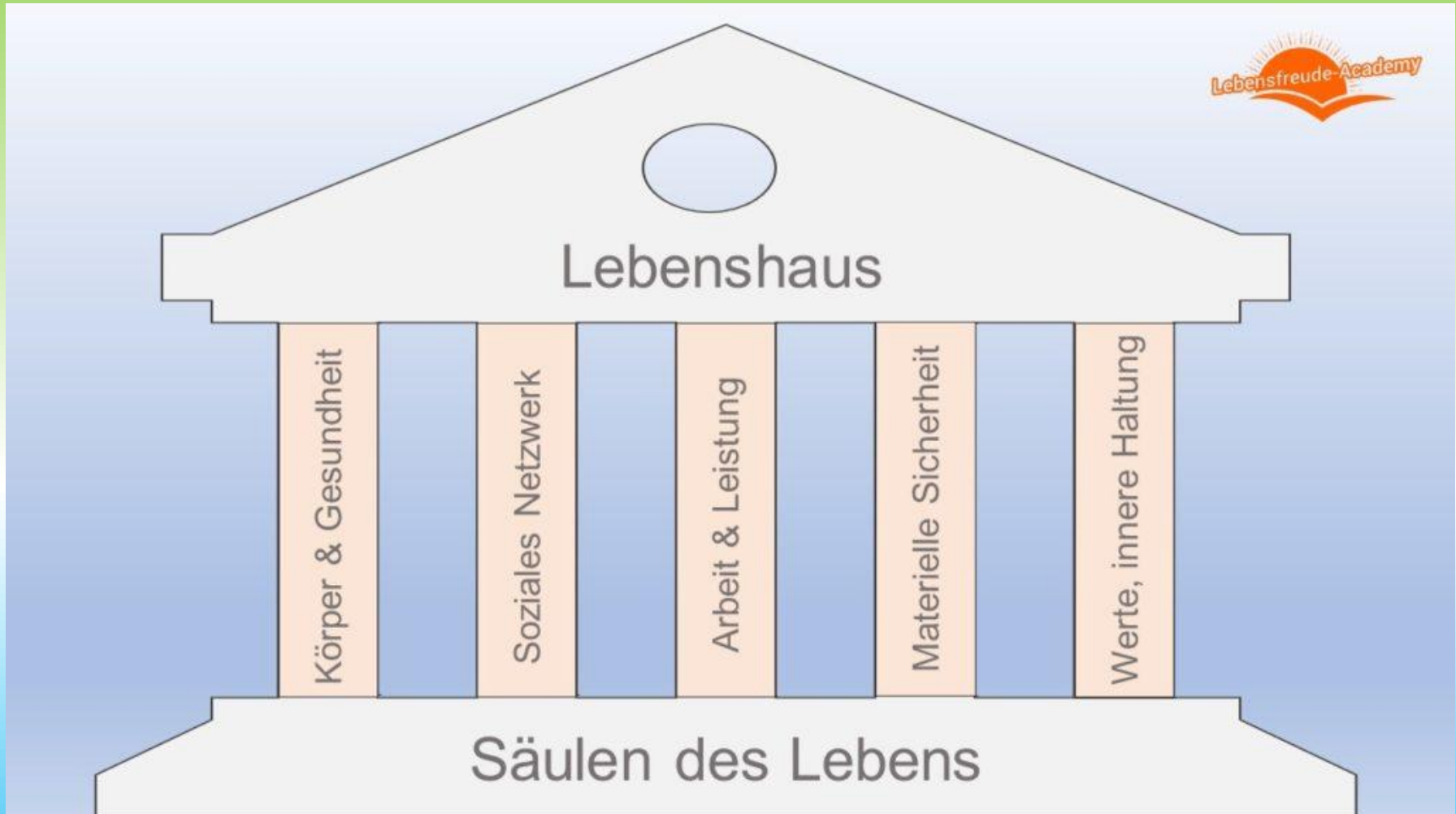


Hier sitzt wahrscheinlich deine Intuition, dein 6.Sinn, bzw. dein 'Bauchgefühl'. Hier wird ein Großteil deines Serotonins produziert, also das Hormon für dein allgemeines Wohlergehen. Evtl. wird auch dein Immunsystem stark durch dein 'Bauchgehirn' beeinflusst. Bevor du auf deinen Bauch 'hörst', solltest du aber unbedingt dafür sorgen, dass er auch vernünftige Lebensmittel bekommen hat, sonst ist dein Bauchgefühl wahrscheinlich eher trügerisch.

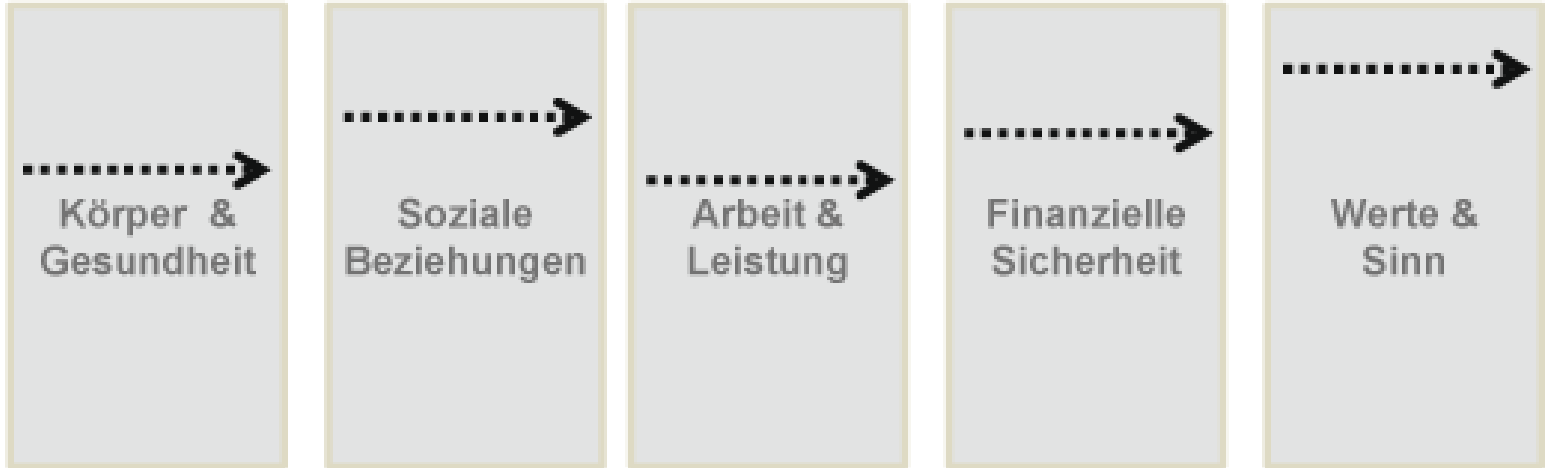
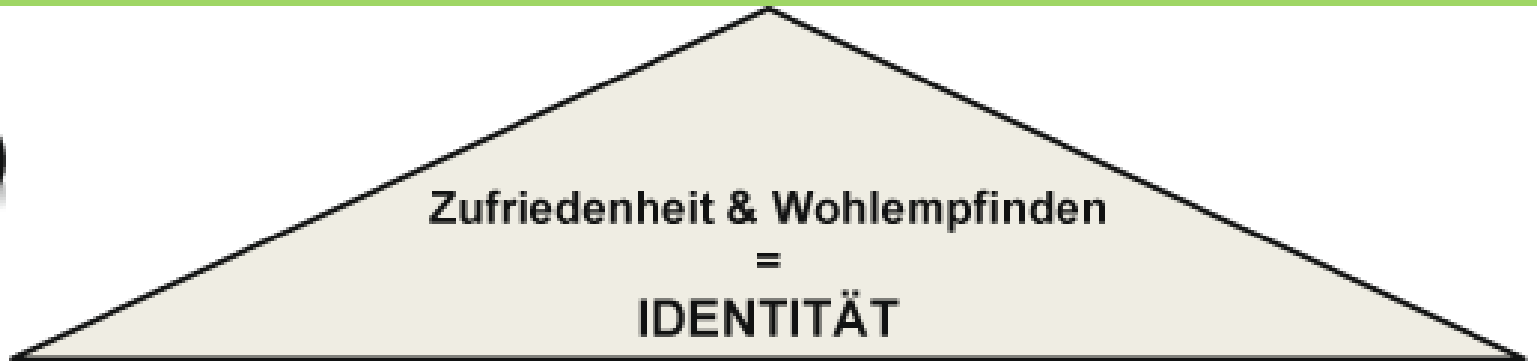
Dein Herz



In fast allen spirituellen Traditionen und Religionen ist das Herz das Tor zur Seele, zu Weisheit, Mitgefühl und Liebe. Hier sitzen wohl auch Kreativität, Inspiration, und der Zugang zu unserem 'höherem Selbst'. In der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) ist das Herz der Ort, der Geist und Körper verbindet, in den yogischen Traditionen ist das Herz buchstäblich unser innerer Führer.



Erinnern, nachdenken, feinfällig sich besinnen - sich selbst leben...



EILMELDUNG

Je mehr die einzelnen Säulen gefüllt sind, desto höher ist das Wohlempfinden!

...jede dieser Säulen sollte gut befühlt sein & man sollte dies immer wieder überprüfen...

Beziehung nach 30



Menschen sind soziale Wesen. Das heißt, sie brauchen Andere wie die Luft zum Atmen. Es gibt zahlreiche Studien, die zeigen, welche schlimmen Folgen Einsamkeit und Kontaktlosigkeit für uns haben.

Isolierte Menschen haben mehr Stresshormone im Körper, ein schwächeres Immunsystem, sie schlafen schlechter, leiden häufiger unter Depressionen und haben ein höheres Herzinfarkt-Risiko. Die Folge: eine nur halb so hohe Überlebenschancen wie Menschen, die ein enges soziales Netz haben! Also wenn das keine Gründe sind, so viel Zeit wie möglich mit den Lieben zu verbringen! Daher gingen wir auf Reisen denn wir bekamen soviel Zeit geschenkt die wir uns vorher nicht nehmen konnten? Wollten?

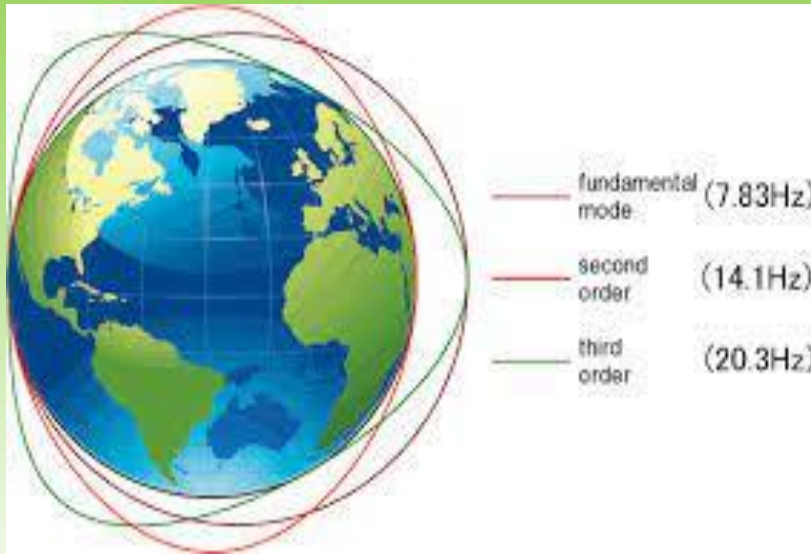


Familie tut deiner Gesundheit gut. Beziehung zu sich und seinem -> Umfeld - Gruppe von Menschen, die jemanden umgibt. Gesamtheit der natürlichen, sozialen und wirtschaftlichen Verhältnisse.

Alles ist Energie – Worte, Klänge, Farben, Materie. Das bedeutet, dass wir mit unseren Worten, Gedanken und Handlungen bewusst umgehen, achtsam sein sollen.

NICHT
HÖHER,
SCHNELLER,
WEITER
- Sondern
LANGSAMER,
BEWUSSTER,
MENSCHLICHER





Resonanz oder **Schumann-Frequenz** - stehende elektromagnetische Wellen niedriger und ultraniedriger **Frequenzen** zwischen der Erdoberfläche und der Ionosphäre. Kurz gesagt, dies sind die natürlichen elektromagnetischen **Frequenzen** des Planeten Erde. Einer von ihnen, der wichtigste, hat im Durchschnitt 7,8 Hz.



<http://www.poleshiftnews.com/>

...einfach mal google fragen nach...
 Nikola Tesla – freie Energien
 Zirbeldrüse - Schumann Frequenz oder auch
 Youtube: **DIE MATRIX ZERFÄLLT (Analyse mit Marvin Alberg)**

“DIE MEISTEN MENSCHEN SIND SO IN DER AUSSENWELT VERSUNKEN, DASS SIE FÜR DAS, WAS IN SICH SELBST ABLÄUFT, VÖLLIG BLIND SIND”

*10. JULI 1856 †7. JANUAR 1943

NIKOIA TESIA

LEBE LIEBE GLÜCKLICH



Studium „Internationale Wirtschaftswissenschaften“ an der Universität Innsbruck mit den Schwerpunkten Marketing, Unternehmensführung, Organisation & Personal; interdisziplinäre Promotion “Prognostik in Magie & Moderne” über die Vorhersagepraktiken der verschiedenen Kulturen und Epochen der Menschheitsgeschichte – von Astrologie bis Zukunftsforschung

Die Luft-Epoche hat begonnen. Nach 200 Jahren unter der Herrschaft des Elements Erde wandern nun die Konjunktionspunkte von Jupiter und Saturn in die Luftzeichen. War die Zeit seit der Industriellen Revolution geprägt von der kapitalistischen Konsumgesellschaft (Erde), so beginnt nun endgültig die postmoderne Wissensgesellschaft (Luft). In dieser Zeitenwende sind ganz andere persönliche Stärken und Fähigkeiten gefragt als in der Vergangenheit.



https://www.youtube.com/watch?v=s_bgITaKxhM&t=31s

<https://astro-management.com/>

Alles gehört zusammen.....





Gesunde Ernährung – Das ist der Schlüssel zu einem gesunden Leben

Wir alle wünschen uns ein langes gesundes Leben. Jeder kann etwas für dieses Ziel tun. Der Schlüssel liegt in einer gesunden Ernährung. Der Weg dorthin ist eigentlich ganz einfach. Wir wissen es doch eigentlich!

Betrachtet man sich die Völker, die am gesündesten und somit auch am längsten leben, dann erkennt man genau diese Empfehlungen in ihrer täglichen Ernährung wieder. Es ist ja auch kein Geheimnis, keinem der sich mit gesunder Ernährung beschäftigt werden diese Empfehlungen etwas Neues sein.

Was bedeutet das ... wo kaufe ich ein, was kaufe ich ein....Bauernkarte Einbinden zum Beispiel in seine Webseite der Fewo...

Schmutziger Kampf um
sauberes Wasser – WELT

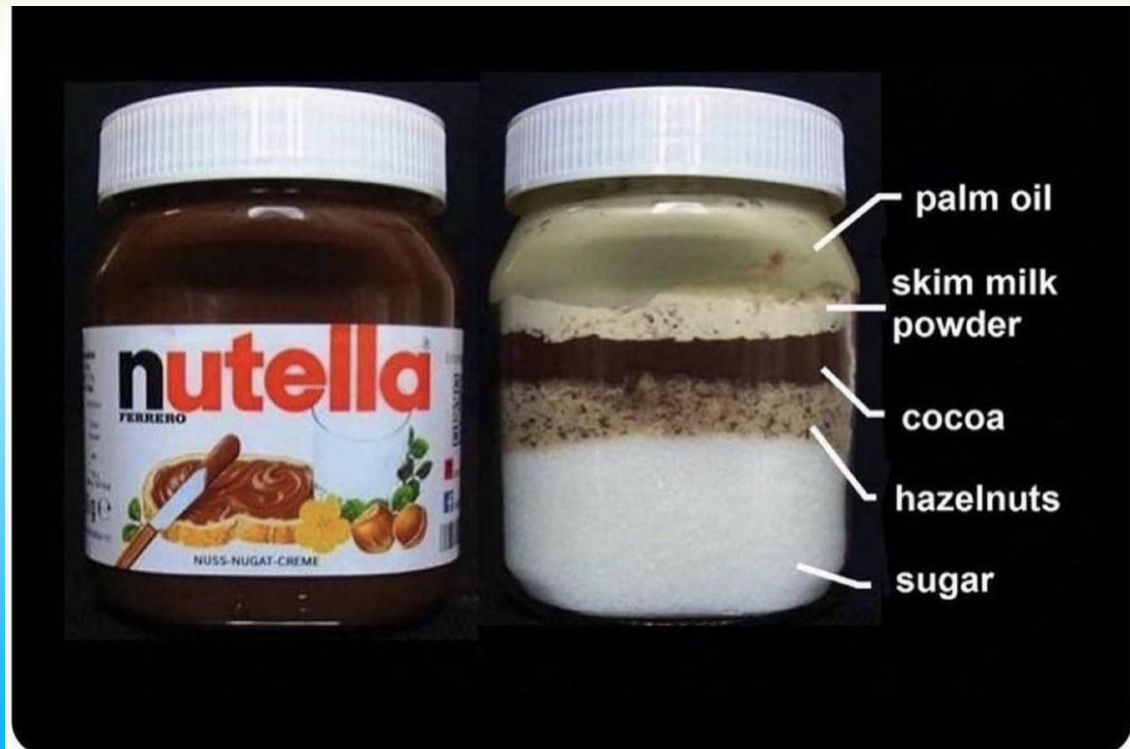
Wasser: Großkonzerne
verdienen Milliarden- die
Menschen ...

Cola löscht den Durst nicht -
Le Monde diplomatique

tagesthemen mittendrin:
Protest gegen Coca-Cola-
Brunnen

Produkt - Marken: Diese
Produkte gehören zum
diesen Unternehmen.....

ohne die richtigen Lebensmittel ..nur
mit Füllstoffen kann ich nicht glücklich
sein.. Konzernahrung vergiftet uns...



Iss **FARBEN** für **DEINE GESUNDHEIT**



ROT
für ein gesundes
Herz und Blut



WEISS
zur Stärkung des
Immunsystems



GELB
für Elastizität
der Haut



GRÜN
zum Entgiften

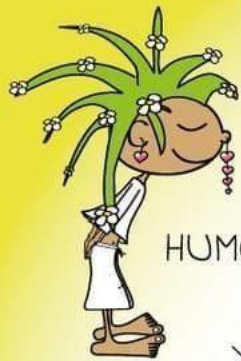


ORANGE
gegen
Entzündungen



LILA
für Antioxidantien
und zum Schutz des
Nervensystems

Bewusst-Vegan-Froh.de



HUMOR



POSITIVE GEDANKEN



NATUR



GUTER SCHLAF

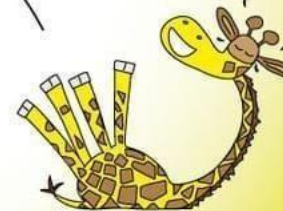
STARKES IMMUNSYSTEM



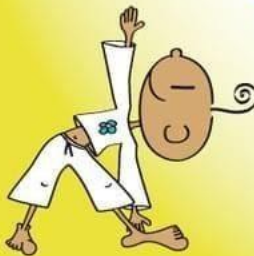
MEDITATION



GESUNDE ERNÄHRUNG



LACHEN



BEWEGUNG



UMARMUNGEN



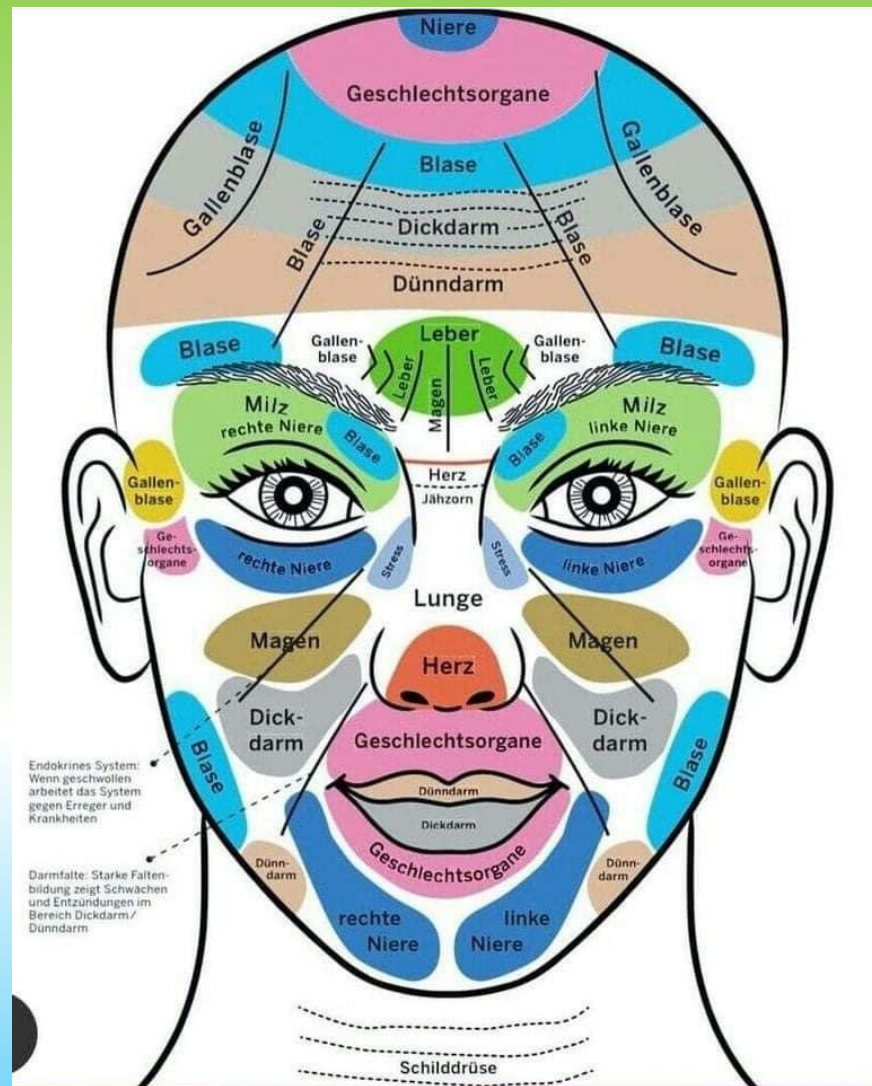
GELASSENHEIT

DER KLEINE YOGI®

Sich eine Minute **ärgern**
schwächt dein **Immunsystem**
für 4 bis 5 **Stunden**.

Eine Minute
lachen stärkt dein
Immunsystem für
24 Stunden.





Wie schaut es bei Dir aus....



Auch wir kommen in die Jahre...

Wechselbeziehungen der Zähne mit folgenden Organen*:

Zahn 11: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Gehirn, Halswirbelsäule, Knie (r), Lendenwirbelsäule, Niere(r), Schilddrüse,

Zahn 12: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Gehirn, Halswirbelsäule, Knie (r), Lendenwirbelsäule, Niere (r), Schilddrüse,

Zahn 13: Eckzahn (Caninus): Auge (r), Brustwirbelsäule, Gallenblase, Hüfte (r), Halswirbelsäule, Keilbeinhöhle, Leber, Magen.

Zahn 14: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brustwirbelsäule, Zwölffingerdarm, Fuß (r), Hand (r), Halswirbelsäule, Lunge (r).

Zahn 15: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brustwirbelsäule, Zwölffingerdarm, Hand (r), Halswirbelsäule, Lunge (r), Stirnhöhle.

Zahn 16: Gr. Backenzahn (Molar): Brust (r), Brustwirbelsäule, Dickdarm, Kieferhöhle, Knie (r), Magen, Nebenschilddrüsen.

Zahn 17: Gr. Backenzahn (Molar): Brust (r), Brustwirbelsäule, Dickdarm, Immunsystem, Kieferhöhle, Knie (r), Magen.

Zahn 18: Weisheitszahn (Molar): Brustwirbelsäule, Dünndarm, Hand (r), Herz (r), Lendenwirbelsäule, Schulter, Ohr (r), Nervensystem.

Zahn 48: Weisheitszahn: Herz (r), Halswirbelsäule, Lendenwirbelsäule, Mastdarm, Ohr (r), Peripheres Nervensystem, Schulter.

Zahn 47: Gr. Backenzahn (Molar): Arterien, Brustwirbelsäule, Dickdarm, Fuß (r), Hand (r), Kieferhöhlen, Lunge (r), Schulter, Venen.

Zahn 46: Gr. Backenzahn (Molar): Arterien, Brust (r), Brustwirbelsäule, Dickdarm, Fuß (r), Hand (r), Immunsystem, Kieferhöhle, Lunge (r), Schulter.

Zahn 45: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brust (r), Brustwirbelsäule, Darm, Kieferhöhlen, Knie (r), Lendenwirbelsäule, Lymphe, Magen.

Zahn 44: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brust, Brustwirbelsäule, Zwölffingerdarm, Knie (r), Lendenwirbelsäule, Lymphe, Magen, Milz.

Zahn 43: Eckzahn (Caninus): Auge (r), Brustwirbelsäule, Gallenblase, Hüfte (r), Halswirbelsäule, Knie (r), Leber, Magen.

Zahn 42: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Gehirn, Brustwirbelsäule, Fuß (r), Lendenwirbelsäule, Nebenniere (r), Stirnhöhle.

Zahn 41: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Brustwirbelsäule, Fuß (r), Lendenwirbelsäule, Nebenniere (r), Stirnhöhle.

Zahn 21: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Gehirn, Halswirbelsäule, Knie (l), Lendenwirbelsäule, Niere (l), Schilddrüse, Stirnhöhle.

Zahn 22: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Gehirn, Halswirbelsäule, Knie (l), Lendenwirbelsäule, Niere (l), Schilddrüse, Stirnhöhle.

Zahn 23: Eckzahn (Caninus): Auge (l), Brustwirbelsäule, Gallenblase, Gehirn, Hüfte (l), Halswirbelsäule, Leber, Magen.

Zahn 24: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brustwirbelsäule, Zwölffingerdarm, Fuß (l), Hand links, Halswirbelsäule, Lunge (l).

Zahn 25: Kleiner Backenzahn (Prämolar): Brustwirbelsäule, Zwölffingerdarm, Hand (l), Halswirbelsäule, Lunge (l), Stirnhöhle.

Zahn 26: Großer Backenzahn (Molar): Brust (l), Brustwirbelsäule, Dickdarm, Kieferhöhle, Knie (l), Magen, Bauchspeicheldrüse.

Zahn 27: Großer Backenzahn (Molar): Brust (l), Brustwirbelsäule, Dickdarm, Immunsystem, Knie (l), Magen, Bauchspeicheldrüse.

Zahn 28: Weisheitszahn (Molar): Brustwirbelsäule, Dünndarm, Hand (l), Herz (l), Psyche, Schulter, Ohr (l), Zentrales Nervensystem.

Zahn 38: Weisheitszahn (Molar): Herz (l), Halswirbelsäule, Lendenwirbelsäule, Mastdarm, Ohr (l), Peripheres Nervensystem, Schulter.

Zahn 37: Gr. Backenzahn (Molar): Arterie, Brustwirbelsäule, Dickdarm, Fuß (l), Hand (l), Kieferhöhle, Lunge (l), Schulter, Venen.

Zahn 36: Gr. Backenzahn (Molar): Arterie, Dickdarm, Brustwirbelsäule, Fuß (l), Hand (l), Immunsystem, Kieferhöhle, Lunge (l).

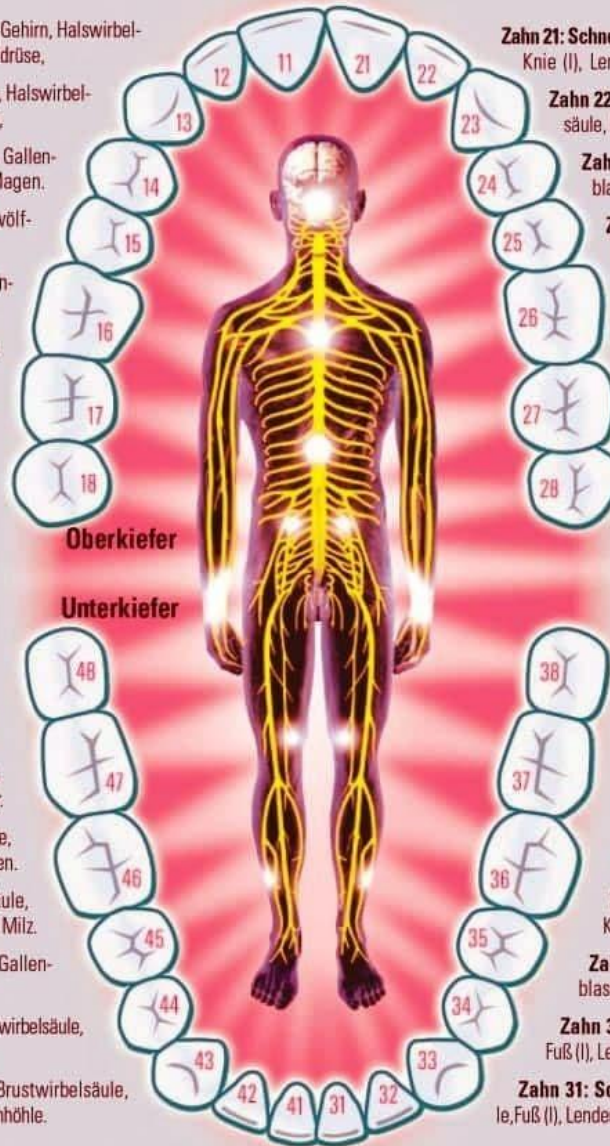
Zahn 35: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brust (l), Brustwirbelsäule, Dünndarm, Kieferhöhle, Lendenwirbelsäule, Lymphe, Magen.

Zahn 34: Kl. Backenzahn (Prämolar): Brust (l), Brustwirbelsäule, Kieferhöhle, Knie (l), Lymphe, Magen, Milz, Rachen.

Zahn 33: Eckzahn (Caninus): Auge (l), Brustwirbelsäule, Gallenblase, Hüfte (l), Halswirbelsäule, Keilbeinhöhle, Leber, Magen.

Zahn 32: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Brustwirbelsäule, Fuß (l), Lendenwirbelsäule, Nebenniere (l), Stirnhöhle.

Zahn 31: Schneidezahn (Incisivus): Blase, Brustwirbelsäule, Fuß (l), Lendenwirbelsäule, Nebenniere (l), Stirnhöhle.



*basierend auf den Forschungen von Dr. R. Voll und Dr. F. Kramer

Die Natur ist klug,

sie steckt ihre
Medizin in
unser **Essen.**



Simple Organic Life

Freiheit der Gedanken

Vielen Dank! Bei Fragen gern anrufen unter
0174 / 640 50 43

