

Positief leven

Afgelopen tijd aan nieuws geen gebrek. Nieuws waar we onder meer blij, boos of verdrietig van kunnen worden. De emotie die we aan een bepaalde gebeurtenis koppelen, is voor iedereen anders. Waar de een iets als negatief zal ervaren, ziet de ander er juist iets positiefs in.

Over het algemeen zit aan iedere actualiteit wel een moraal waarvan we iets kunnen leren. En als een gebeurtenis niet direct aan een les te koppelen is, kunnen we voor onszelf nagaan wat het met ons doet. Wat voor gevoel krijgen we erbij? Het biedt kans op een stukje zelfinzicht. De manier waarop we zaken interpreteren wordt voor een groot deel bepaald door hoe we in het leven staan. De manier waarop we in het leven staan wordt weer bepaald door onze overtuigingen. En onze overtuigingen zijn ons over het algemeen aangeleerd door onze opvoeding, onze omgeving en onze ervaringen.

Vaak hebben met name je ouders een grote rol gespeeld in de manier waarop je (soms onbewust) tegen zaken aankijkt. 'Geld maakt niet gelukkig' en 'Als je bent geboren voor een dubbeltje word je nooit een kwartje' zijn twee welbekende uitspraken die ons mogelijk kunnen beperken ons volledige potentieel als mens te kunnen benutten.

Waarmee ik niet wil zeggen dat geld gelukkig maakt. Maar het is wel een feit dat wanneer je geld in overvloed hebt, je problemen van een hele andere aard zullen zijn dan wanneer je met moeite rondkomt of in de schulden zit. Geld voorziet immers in onze basisbehoeften als een dak boven ons hoofd en voeding. Secundair kunnen we geld ook inzetten voor een stukje comfort. En daarnaast ook zeker voor een stukje *giving back*. Want met méér geld kan je een grotere impact maken op de wereld.



En zoals sommigen zeggen: 'ik ben liever gelukkig en gezond mét dan zonder geld', zou ik omgekeerd ook liever ongelukkig en ongezond zijn mét dan zonder geld. Als we het toch even hebben over *money mindset*. Geluk en gezondheid zit vaak van binnen. Positieve gedachten leiden tot positieve gevoelens, die op hun beurt weer leiden tot positieve acties en positieve resultaten. Koppel dat aan enige discipline, en je hebt een mooi, positief leven te pakken. Ben je echter overwegend negatief, dan zal dat ook z'n weerslag hebben op de overige elementen.

Daarbij heb je zelf de keuze op welke manier je denkt. *Where focus goes, energy flows*. Focus je op positieve gedachten, en je zal merken dat je positieve dingen in het leven aantrekt: de zogenaamde *law of attraction*.

Iets wat ons mogelijk wel kan blokkeren in positief denken zijn *limiting beliefs*, ofwel belemmerende overtuigingen. Als je tijdens je leven constant hebt gehoord dat je bent geboren voor een dubbeltje, dan zou je kunnen denken dat rijkdom niet voor jou bestemd is.

Vervang die gedachte eens met deze positieve gedachte: *'If you don't come from a rich family, make sure a rich family comes from you'*.

The decision is yours.

Stephan Tjiook is internationaal auteur, spreker, ondernemer, Forex trader & trainer en tandarts. Als Founder van DNTSTRY & Celebrate Forex helpt hij mensen naar financiële vrijheid. Meer info? Neem dan een kijkje op celebrateforex.com. ■