



„Unaufhörlich strömen Gedanken von Mensch zu Mensch und diese Gedanken allein sind entscheidend, wenn Sympathie und Harmonie entstehen sollen.“ Paulus

Achte auf Deine Gedanken, denn sie werden Deine Worte. Achte auf deine Worte, denn sie werden

Das solltest du beherzigen:

„Wie wir denken, so stahlen wir aus“, lehrt Paulus. Frohe, hoffnungsvolle Gedanken schaffen um uns und in uns wunderbare Lichtgebilde, Heilkräfte, die uns und unsere Mitmenschen an Seele und Leib gesunden lassen. Unsere Gedanken sind der Raum, in dem wir uns bewegen, der Weg, auf dem wir durch die Zeit schreiten, der Baustoff für unsere Wohnung im Jenseits. Mit guten Gedanken senden wir einen Lichtstrahl durch den kommenden Tag. (Lies dazu unbedingt: Off v. 17.4.93 im Benedicite 4/96)

Das Wort Gedanken lehnt direkt an *danken* an. Für alles Empfangene Gott zu danken ist das schönste Gebet. Im Dankgebet werden unsere Gedanken von Engeln geläutert durch die Liebeskraft der Göttlichen Mutter tausendfach verstärkt - und dieses ausgesandte Licht ergiesst sich wiederum über uns. Das Danken ist das grosse Geheimnis glücklichen Lebens. Bewusstes Danken wächst zu einer positiven inneren Haltung und wird zum immerwährenden Gebet aus unserer dankbaren Seele. Aus dieser Zufriedenheit schöpfen wir Kraft, auch in schweren Tagen ruhig zu bleiben und die Gewissheit zu haben, dass auf Sturm sonnige Tage folgen.

Benutze jeden frohen Tag zum Loben und Danken und in dir reift die Erkenntnis, dass du sogar für die Bedrängnis danken kannst, denn durch die Überwindung von Widerständen werden deine Kräfte gestärkt. Es gibt keinen Zufall, aber es fällt uns vieles zu. Nichts kann in unser Leben treten, was nicht einen tiefen Sinn für uns hat. Aus diesem Wissen erwachsen Gelassenheit, feste Zuversicht und noch tiefere Dankbarkeit, Herzensgedanken. (→Off. 18.10. 86, St. Michael im Benedicite 10/96)

„Wer sich nicht in der guten Gedankenkraft täglich übt durch regelmässiges Gebet, im Sprechen und Handeln, der wird bald eine Beute des ihm zugeteilten Dämons.“ (St. Uriel am 17. 2. 96 Benedicite 5/96). Die folgenden Anregungen dürfen nicht „Lektionen“ bleiben. Sie gehören zum ABC eines erfolgreichen christlichen Lebens.

Grundlage: 1. Kursteil auffrischen

Was Paulus als erstes lehrt, ist das Wichtigste neben der Hl. Eucharistie und der Göttlichen Mutter. Anhand der Einweihung im B. 2/91 erklären die Eltern die Seele sowie die Folgen von guten und schlechten Gedanken und Gefühlen.

Eigene Gedanken kontrollieren

Wir lesen das Gleichnis „Vom Unkraut im Weizenfeld“ (Mt. 13, 24-45). Wann streuen wir gewohnheitsmässig Unkraut in unsere und anderer Seele? - Wir wollen uns nicht „denken lassen“! Wir üben die Selbstbeherrschung der Gedanken. In Versuchung hilft ein inniges AVE MARIA.

Die Sinne erfüllen mit Gutem

Wir lassen unseren Augen und Ohren nur Harmonisches und Lichtvolles zukommen. Wir gestalten unsere Wohn- und Schlafzimmer mit schönen Bildern aus und sind um Ordnung besorgt. Wir wenden uns ab von belastenden Musikstücken, Fotos und Filmen. Spaziergänge durch die Schöpfung Gottes, sowie harmonische Musik erfüllen unser Gemüt. Wohlbefinden lässt keine negativen Gedanken aufsteigen.

Gute Gedanken voraussenden

Oft stehen wir vor einer bedrückenden Situation. Wir geben uns einen Ruck und schreiten die düster scheinenden Tage im voraus mit ordnenden, freudeerfüllten Gedanken durch. (B. 6/97 S.9)

Alltagssituationen besprechen, einander ermutigen → Ein Tag aus Matthäus' Leben: B. 11/90

Erfolg lässt sich planen

Die Kinder zeichnen eine *Erfolgsleiter*. Sie fassen sinnvolle, mögliche Ziele (z.B. „*Ich habe Geduld mit meinen Geschwistern*“) und bringen dies mit einer Zeichnung zum Ausdruck. Der Weg kann mit schönen Motiven verziert werden.

Gute Gedanken aufnehmen

Wir sitzen in der Familie zusammen und hören die Entspannungs-Kassette (in 4-5 Abschnitte aufteilen). Anschliessend besprechen wir den Inhalt.

„**Herr, lass mich alles in Ruhe zu Deiner Ehre tun**“ St. Uriel

Im stillen Kämmerlein kann ich ungestört das Kreuz des Heilandes betrachten und meine Gedanken auf ihn ausrichten. Es ist eine unversiegbare Quelle, wo ich mich mit Trost, Weisheit und positiver Gedankenkraft aufladen kann. Auch die Werkzeuge sind „Steckdosen“ zum Himmel.

Kartei: Quellen der Weisheit

In der Bibel, im Benedicite, in den Entspannungsworten von Paulus, in guten Büchern, Zeitschriften etc. finden wir tiefsinnige Worte. Die Kinder schreiben solche Sprüche auf Kärtchen, verzieren diese und bauen so eine *Kartei* auf. Regelmässig zur Hand genommen, helfen diese Worte, das Denken in gute Bahnen zu lenken.