

**PROFFESIONAL
COACHING**
FOR BETTER RESULTS

Coaching

Tankens kraft – Tanker kan dræbe!

Der findes historier om indianere, der, når de ikke havde lyst til at leve mere, fandt et fredfyldt sted og lagde sig til at dø. Der findes også en sand historie om en mand, der tog piller for at dø, men som ikke vidste, at de piller, han havde spist var ufarlige, og alligevel var han ved at dø i løbet af 24 timer....

Vores tanker er enormt kraftfulde!

Af Anders Dahl Christiansen tidligere landstræner i golf og indehaver af trainyourbrain.dk

”En dag da Thomas Edison kom hjem, (I ved ham, der var en berømt opfinder, og som bl.a. opfandt fonografen, en forbedring af den elektriske glødepære, diktafonen mm.), gav han et brev til sin mor. Han sagde, ”min lærer gav dette brev til mig, og sagde, at jeg kun måtte give det til dig”.

Moderens øjne fyldtes med tårer, da hun læste brevet højt for Edison: ”Din søn er et geni. Denne skole er for lille til ham, og vi har ikke nok dygtige lærere til at udvikle ham. Kunne du venligst selv uddanne ham”.

Mange, mange år senere, efter at Thomas Edisons mor døde, og han nu var en af århundredets mest succesfulde opfindere, gennemgik han en række gamle familie ting. Pludseligt så han en gammel foldet lap papir i hjørnet af en skuffe i et skrivebord. Han tog papiret og foldede det ud. På papiret stod der, ”Din søn er mentalt syg, mentalt forstyrret, vi ønsker ikke at se ham på skolen mere”!

Edison græd i timevis og skrev i sin dagbog: ”Thomas Alva Edison var et mentalt forstyrret barn, som på grund af sin mor, blev århundredets geni”.

Thomas Edison havde fra en tidlig alder problemer med hørelsen. Han havde derfor kedet sig i skolen, hvor han ikke kunne følge med. Han blev derfor undervist af sin mor i fem år, og tog siden en masse selvstudier, men han bestod aldrig en eksamen.

Min pointe i forhold til denne historie og overskriften på artiklen er, hvor kraftfulde vores tanker kan være, og hvor kraftfulde og betydelige for vores fremtid, de billeder vi har af os selv i vores indre, kan være.... Havde lille Thomas Edison nu fået at vide som barn, at han var mentalt forstyrret og uduelig, hvad var der så sket?? Nu gik han rundt i sin egen lille verden og så sig selv som et geni – og han har i den grad sat sit præg på den verden, vi kender i dag og givet strøm og lys til stort set alle.... Han troede, han kunne skabe....

Tror du, at du kan skabe?????

Hvad vil du gerne have ud af dit liv? Hvilke billeder af dig selv, "løber du rundt med"? Hvordan er dine generelle tanker om din fremtid???

I 1927 under en konference i Bruxelles med så prominente deltagere som Albert Einstein og Thomas Jung, blev der skabt et mantra som stadig den dag i dag bruges i forskningens verden:

"The Observer Effect"

It states that: "You will get what you are looking for".

Det er også årsagen til, at man skal studere og læse al forskning med en kritisk tilgang, da forskere ind imellem har det med at lede efter netop det, som de gerne vil bevise, og derfor er det netop det, de finder. Men drejer vi "The observer effect" fra forskningens verden og over på dig, så kan jeg kun spørge dig: "Leder du ihærdigt nok efter den succes, du drømmer om"? - For:

"you will get what you are looking for"?

Et mantra under "Train Your Brain konceptet" handler om, at vi ønsker at hjælpe dig med at opnå det, du gerne vil, og det "du leder efter"!

For at finde den succes, er tankens kraft og dine drømme af afgørende betydning!

Thomas Edison. Albert Einstein. Emily Brontë. Isaac Newton: Nogle af de største forfattere og videnskabsmænd i historien har alle mindst én ting til fælles: de var dagdrømmere!

Det er rigtigt. De ting din skolelærer kunne hade, da du var barn og chefer kan rynke panden over i ens voksenliv, kan faktisk være godt for din hjerne.

Talrige undersøgelser i de seneste år har vist, at den rigtige form for dagdrømmeri kan skærpe dit sind, og hjælpe med problemløsninger og langsigtet planlægning i forhold til opnåelse af succes.

Ved at lade dit sind og dine tanker vandre under dagdrømme, udbreder du nye nervebaner i hjernen, og giver den analytiske, opgave-orienterede del af din hjerne en pause. Du kan

udforske de kreative hjørner af dit sind, du normalt ikke har adgang til. Kreativitet kan spille en vigtig rolle i at løse problemer, fra kompleks matematik, til at levere et projekt til tiden eller til at skabe det liv, du drømmer om.

Og i modsætning til, hvad du måske tror, så kan det at tage sig tid til at kigge ud af vinduet, kigge på skyerne, der passerer eller bare frakoble, stresse af og "lade dine tanker vandre" faktisk øge produktiviteten. Flere undersøgelser af grupper der skulle afslutte nogle opgaver viste, at dem, der fik en "dagdrømmer øvelse" imellem opgaverne præsterede meget bedre end den gruppe, der var forpligtet til at fokusere på deres opgaver uden pause.

Måske er den bedste del af dagdrømmeri de "Aha øjeblikke" alle har oplevet. Måske stod du i bruseren, eller sad i en trafikprop, da pludselig...: Løsningen på et problem, du har kæmpet med "rammer dig ud af det blå". Men hvad der virkelig skete var, at du lod dit "kreative sind vandre"!

Det er vigtigt at drømme, vigtigt at dagdrømme, vigtigt at tro på sig selv, vigtigt at bruge tankens kraft konstruktivt, så den ikke dræber dine drømme.

Alle mennesker er særlige, alle mennesker er genier på et eller andet plan – præcis som Thomas Edison – brug de rette kraftfulde tanker for - "You will get what you are looking for"!

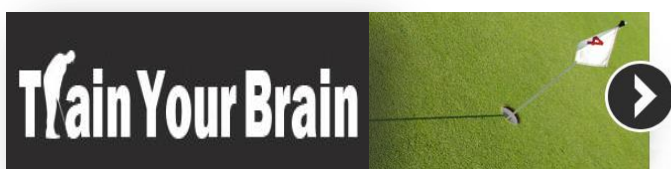
www.trainyourbrain.dk

Som bruger af trainyourbrain.dk har du nedenfor muligheden for at købe en sund snack (med **25 % rabat** på enkelt styks pris), der er genial til golfkunden. Du kan også lære om et tilskud, der vil give dig næringsstofferne fra 17 solmodne frugter og grøntsager i alle regnbuens farver.

Læs om tilskuddet, der vil give dig **næringsstofferne fra 17 solmodne frugter og grøntsager i alle regnbuens farver** [HER](#).

Læs mere om den geniale snack til golfkunden eller til arbejdet (**25 % rabat på enkelt styks pris**) [HER](#)

Se mere om spændende golf rejser med masser af træning [HER](#)



**PROFFESIONAL
COACHING**
FOR BETTER RESULTS

Coaching

© - www.trainyourbrain.dk