

Wie finde ich meinen Guru?

<https://www.youtube.com/watch?v=CpNNPAtsyzg>

In diesem Video diskutieren die Moderatoren über die Bedeutung der Selbstliebe und der persönlichen Verantwortung für die eigene Gesundheit. Sie betonen, dass jeder Mensch sein eigener Guru sein sollte und dass es wichtig ist, sich von gesellschaftlichen Erwartungen und negativen Gedankenmustern zu befreien. Durch Selbstreflexion und Achtsamkeit kann man zu einem gesünderen und erfüllteren Leben gelangen.

Stichpunkte:

- Selbstliebe und persönliche Verantwortung sind entscheidend für die Gesundheit.
- Jeder Mensch sollte sein eigener Guru sein und sich von gesellschaftlichen Erwartungen befreien.
- Negative Gedankenmuster können die Gesundheit beeinträchtigen.
- Achtsamkeit und Selbstreflexion fördern das persönliche Wachstum.
- Echte Begegnungen und Kommunikation sind wichtig für das Wohlbefinden.

Quelle: Neue Horizonte

Einstelldatum: 2025-08-05

Revision #1

Created 14 May 2026 19:49:23 by Admin

Updated 14 May 2026 19:49:23 by Admin