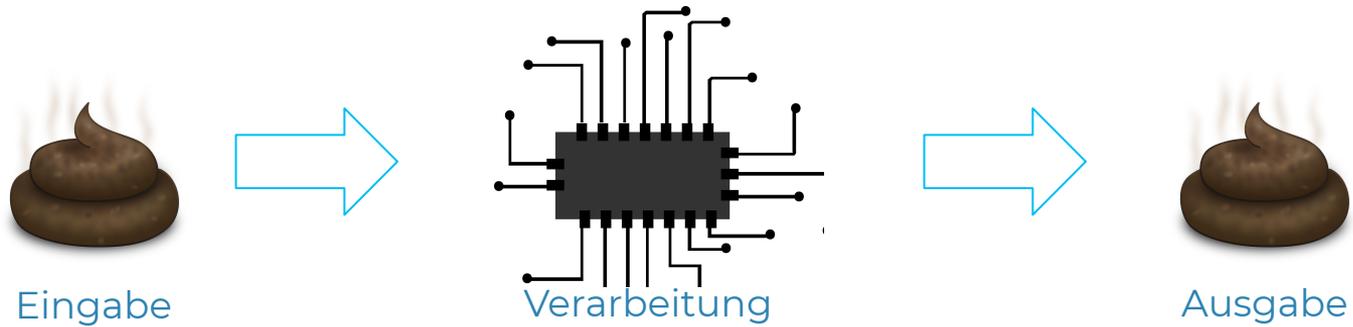


realTALK Teil I

# Wie kannst du Positives in deinem Leben erschaffen?



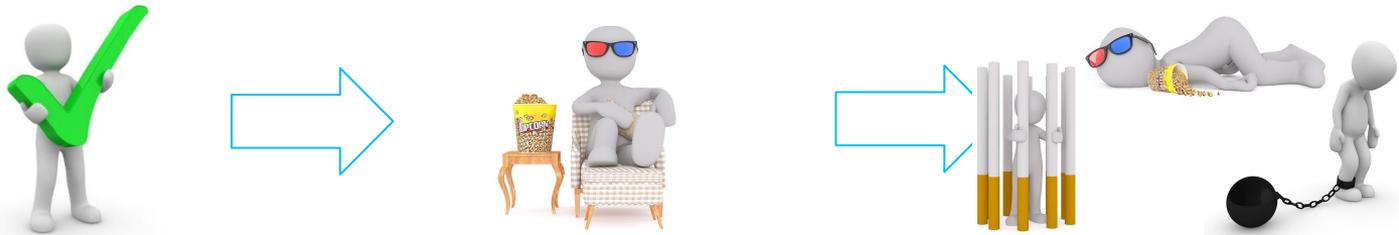


Grundgesetz der EDV: Scheiße rein = Scheiße raus



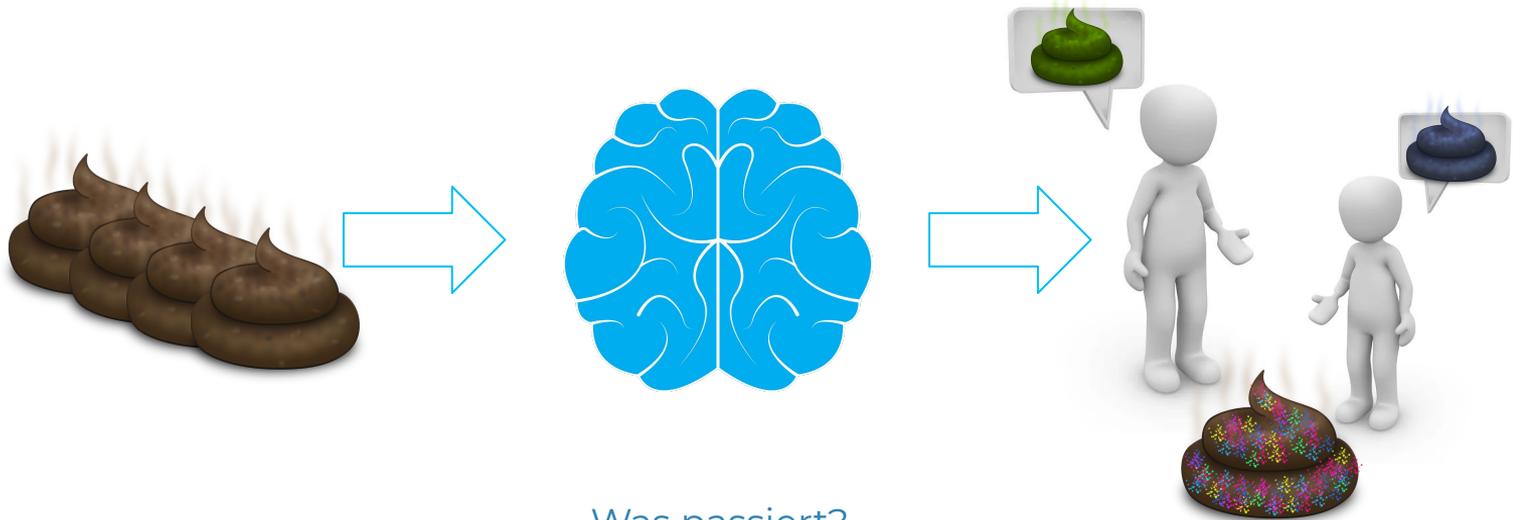
# Privates Fernsehen + Nachrichten

3



# Gehirn - menschliche Datenverarbeitung

4



Was passiert?

Medien erzeugen Konsumenten, Meinungs-Kopien und Materialismus





## Das Ergebnis:

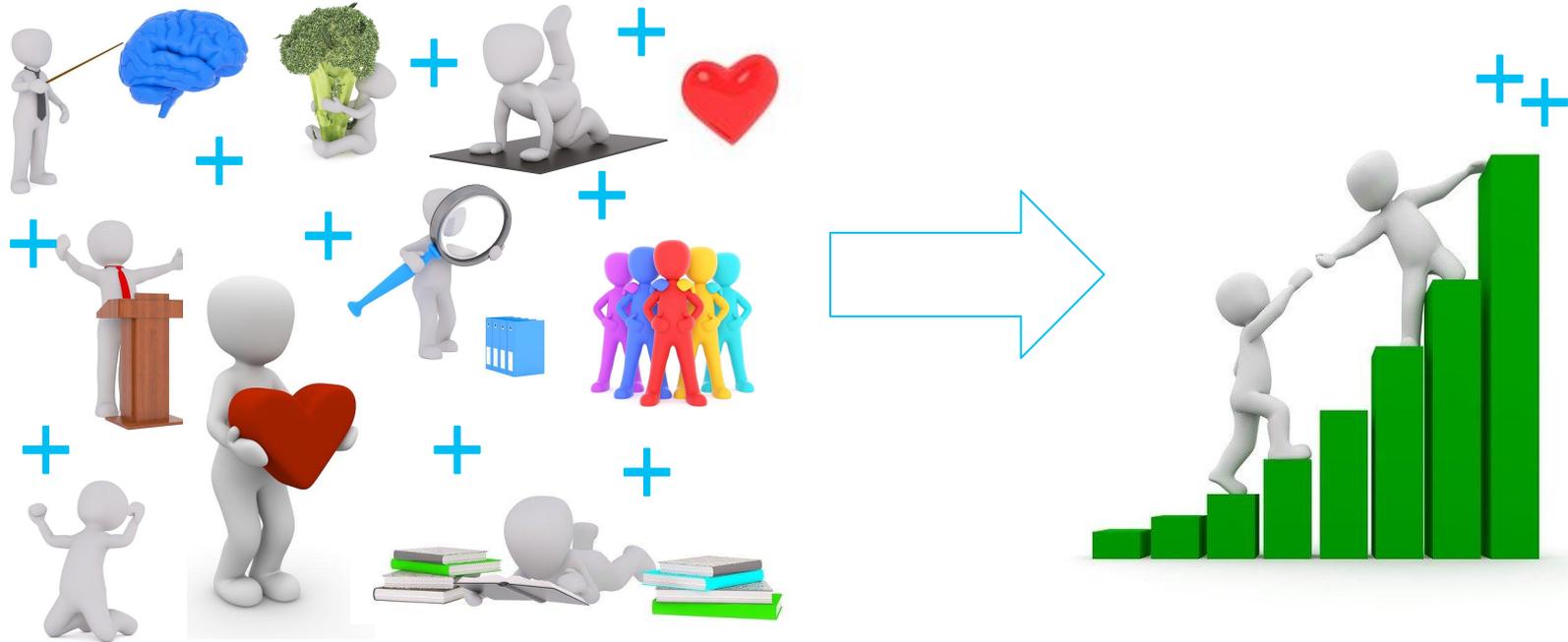
5

**Auch Scheiße mit Konfetti,  
Glitzer, und Sprenkeln -  
ist am Ende immernoch...**



# Lebe dein bestes Leben!

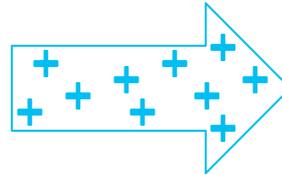
6



# Lebe dein bestes Leben!

7

- ★ Entspannung:  
Meditation, Schlaf
- ★ Positive Gedanken, Mindset:  
Bücher, Hörbücher, Podcasts
- ★ gesunde Ernährung, Bewegung
- ★ Weiterbildung:  
Bücher, Trainings, Seminare
- ★ Achtsamkeit:  
positive Einflüsse, rede gut mit dir selbst, behandle dich gut, mentale Hygiene, dein Umfeld
- ★ Dankbarkeit:  
für Alles in deinem Leben
- ★ positive Beziehungen





# Fazit

**Was du in dein Gehirn hinein tust,  
kommt auch wieder heraus!**

**Die Summe ist das, was du Leben nennst.**





# Lass die Summe deines Lebens die Liebe sein!



Anregungen und Tipps zu den  
genannten Vorschlägen auf meiner Seite:

[devop.life](http://devop.life)

Develop and Operate a better Life!

