

MICHAEL PHILIP CAMILLO GATTESCHI
Patrizio di Pistoia ENGEL

CODEX VIVERE

Gesund – Erfolgreich – Glücklich

oder

Das Buch für meine Kinder

3. Auflage

HERAUSGEGEBEN VON
MICHAEL P. C. GATTESCHI /ENGEL
MÜNCHEN ©2015

Bibliothek Nr. 2218
Michael P. C. Gatteschi *Patrizio di Pistoia* Engel.
Gesetzt in Book Antiqua. Printed in Germany 2015
Alle Rechte vorbehalten. ©2015.
www.engelmichael.com

Vorwort

Dieses Buch habe ich für euch, meine Kinder, Laurence, Oscar und Valentin und für alle Kinder und Erwachsenen auf dieser Welt geschrieben, da ich euch allen ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben wünsche. Es war mir ein Verlangen, meine Gedanken festzuhalten, um euch all das weiterzugeben, was ich für wissenswert und für wichtig halte, damit aus euch wundervolle Menschen werden. Denn das wünsche ich euch, meinen Kindern, von ganzem Herzen.

Mein Buch wird euch viele Denkanstöße geben, die euch helfen werden, euch selbst zu erkennen. Ihr werdet ein tieferes Verständnis für die Bauweise eures Körpers und eures Geistes erhalten. Ihr werdet vieles über die Funktionen von Körper und Geist erfahren, also alles, was uns Menschen ausmacht, und wie wir beschaffen sind. Ihr werdet viele Anreize finden, wie ihr euren Körper und euren Geist selbst ausbilden könnt. Aber vor allem wird euch mein Buch die mächtigen Möglichkeiten aufzeigen, die in euch stecken, und es wird euch positive Anreize für einen gesunden, erfolgreichen und glücklichen Lebensweg geben.

Mein Buch wird euch künftig als Wegweiser dienen, der euch in allen Lebenslagen helfen wird, gesund, erfolgreich und glücklich zu sein. Ihr könnt das Buch in jedem Alter lesen und ihr werdet

immer wieder positive Energie daraus ziehen.

Dieses Buch ist alles in allem die Quintessenz meines heutigen Verständnisses für ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben, welches ich an euch, meine Kinder, hiermit weitergebe, damit auch ihr gesund, erfolgreich und glücklich werdet.

Mein Dank gilt meiner über alles geliebten Frau Esther, die mir diese wundervollen Kinder geboren hat.

Michael Philip Camillo Gatteschi Patrizio di Pistoia Engel

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Einleitung	9
Unser Körper	12
Die Biomasse Mensch.....	14
Das Biosprogramm unseres Körpers	21
Unser Biorhythmus.....	24
Die Versorgung unseres Körpers	26
Die körpereigene Heilkraft.....	48
Der Schutz unseres Körpers	50
Unsere Wahrnehmungsorgane	53
Unsere körperliche Einzigartigkeit	56
Die naturgegebene Nutzung unseres Körpers	58
Die Beeinflussung unseres Körpers	62
Die Ausbildung unseres Körpers	63
Unser Geist.....	66
Geist und Körper in Harmonie	79
Das bewusste Denken	80
Die Beeinflussung durch unsere Mitmenschen....	86
Der Geist absorbiert die Umwelt	87
Informationsaufnahme und logisches Denken	90
Das Erinnerungsvermögen.....	94

Das Naturgesetz der Kompensation	99
Das Naturgesetz der Vergeltung	102
Das Naturgesetz der Anziehungskraft	106
Ängste und Sorgen	107
Der Geist drückt sich durch den Körper aus	120
Negative Gedankenmuster.....	123
Gut und Böse	129
Die geistige Heilkraft.....	137
Die Suggestion.....	149
Suggestionenversuche	158
Suggestion durch die Rede.....	161
Suggestion durch die Körpersprache.....	163
Suggestion in Briefform	168
Suggestion nach Neutralisation.....	170
Das unterbewusste Denken.....	172
Bewusstes und unterbewusstes Denken	191
Der geistige Nährboden.....	193
Die Beeinflussung des Unterbewusstseins.....	195
Die Funktionsweise des Unterbewusstseins.....	196
Von Geburt an unser Lenker.....	198
Unser Gedankenfundus	200
Die Sprache des Unterbewusstseins.....	203
Unsere innere Uhr.....	208
Kontaktaufnahme mit dem Unterbewusstsein..	210

Die große Macht in uns	214
Das Unterbewusstsein, unser Wunscherfüller ...	215
Erfindungen und Geschichten	217
Die Autosuggestion	219
Gefühle	226
Wir lächeln uns glücklich	230
Der allumfassende Geist	231
Die Harmonie unserer beiden Geister	236
Gebete	237
Die Vorstellung des Verwirklichten.....	254
Der Glaube	256
Das Geheimnis der Erleuchtung.....	261
Religionen	262
Die Ausbildung unseres Geistes.....	265
Die guten Tugenden	270
Gewohnheit.....	303
Charakter.....	308
Persönlichkeit	311
Freunde.....	316
Gruppen	321
Ein erfolgreiches Leben.....	324
Reichtum für jedermann	329
Erfolg ist selbst gemacht	333
Führungsqualitäten	357

Braintrust.....	363
Der fiktive Rat der Weisen.....	365
Zeit für Ideen	367
Schritt für Schritt zum Erfolg.....	368
Ein glückliches Leben.....	418
Der Sinn des Lebens	420
Die göttliche Liebe	422
Die Familie	424
Das Schicksal	425
Gesund – Erfolgreich – Glückliche.....	426
Schlusswort.....	428

Einleitung

Wenn euer Blick auf diese Worte und Zeilen fällt, macht ihr euch gerade auf den Weg, dieses Buch zu lesen. Um all das Wissenswerte, das sich hinter meinen vielen Worten verbirgt, zu erkennen und zu verstehen, wird es nötig sein, dieses Buch mehrmals zu lesen, ja regelrecht zu studieren.

Ich wünsche mir von euch, dass ihr euch der hier niedergeschriebenen Worte in eurem täglichen Leben erinnert und dass ihr danach handelt. Dafür habe ich dieses Buch geschrieben. Es soll ein Leitfaden sein, der euch euer ganzes Leben begleiten wird und euch dabei hilft, ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben zu führen.

Nach dem Studium dieses Buches, wenn ihr beginnt, mit eurem neuen Verständnis für Körper und Geist, und vor allem mit euren mächtigen Möglichkeiten zu leben, wird sich euer ganzes Leben positiv verändern und ihr werdet euch auf den Weg in ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben machen. Dieses Buch dient vor allem dazu, dass ihr euch selbst und eure Möglichkeiten kennenlernt. Sich selbst kennenzulernen heißt, seine Bauweise, die Bauweise der Gattung Homo Sapiens, des Menschen, kennenzulernen. Beginnen werde ich mit unserer Biomasse, unserem Körper. Daran anschließend werde ich aufzeigen, wie ihr euren Körper versorgen müsst, damit ihr stets gesund sein

könnt und ein möglichst langes, gesundes Leben vor euch habt. Ein weiteres Augenmerk richtet sich auf die Funktionsweise eures Körpers, wie ihr ihn ausbilden könnt, was er zu leisten vermag und wie er für euch erfolgreich sein kann.

Untrennbar mit dem Körper verbunden ist der Geist. Ich werde euch dessen Bauweise und Funktion näher erklären und viel Wissenswertes erläutern, damit ihr euren Geist optimal für ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben ausbilden und einsetzen könnt. Ihr werdet erfahren, wie mächtig euer Geist ist, und welche mächtigen Möglichkeiten in euch stecken.

In einem weiteren Kapitel werde ich beschreiben, wie ihr selbst euren Geist und euren Körper ausbilden könnt, ohne fremde Hilfe.

Ihr werdet etwas über die naturgegebenen Gesetze der Gesundheit für Geist und Körper erfahren und ihr werdet lernen, wie ihr euren Geist und euren Körper mit eigener Kraft von vielen Krankheiten heilen könnt, damit ihr immer gesund bleibt.

Ich werde auch darüber schreiben, wie ihr euren Geist bestens ausbilden könnt, damit er für euer künftig erfolgreiches Leben fit ist.

Ihr werdet erfahren, was die guten Tugenden sind und wie ihr euch mithilfe der praktischen

Anwendung dieser Tugenden einen guten Charakter aneignen könnt.

Ebenso werde ich aufzeigen, was eine angenehme Persönlichkeit ausmacht und wie ihr selbst eine angenehme Persönlichkeit werden könnt, eine, die jeder zum Freund haben will.

Ein Kapitel widmet sich dem Thema Erfolg und dessen Prinzipien, mit deren Anwendung ihr stets erfolgreich sein werdet.

Was Glück bedeutet und wie ihr in eurem Leben glücklich sein könnt, bildet den Abschluss dieses Buches.

Als Vater gibt es vieles, was ich euch, meinen Kindern, weitergeben möchte: Das Wichtigste dabei sind mein Wissen und meine Auffassung über die Bauweise und die Funktion unseres Körpers und unseres Geistes sowie die naturgegebenen Regeln für ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben.

Unser Körper

Die Gesunderhaltung und tägliche Versorgung eures Körpers ist die von Natur aus wichtigste Aufgabe, die ihr euer ganzes Leben lang zu erfüllen habt, wenn ihr möglichst lange und gesund leben wollt.

Die genaue Kenntnis, wie euer Körper beschaffen ist und funktioniert, und wie ihr ihn im täglichen Leben optimal für eure Ziele einsetzen könnt, ist für euren Erfolg sehr wichtig.

Machen wir uns nun auf den Weg, unseren Körper näher kennenzulernen: seine Bauweise, seine Sprache, seine Funktionen und vor allem, wie wir ihn täglich versorgen müssen und was wir für seinen Erhalt tun können und müssen.

Nur dann, wenn ihr euren Körper genau kennt, könnt ihr ihn optimal versorgen und alle seine Funktionen vollständig nutzen.

Euer Körper ist das Werkzeug für euren Erfolg. Er ist euer treuester Diener, euer bester Freund, der euch ein Leben lang beiseite steht und für euch da ist, in guten wie in schlechten Zeiten. Er wartet nur darauf, eure Befehle auszuführen und euch zu helfen. Deshalb solltet ihr seine Betriebsanleitung, welche dieses Buch ebenfalls sein soll, genau studieren.

Es sind viele Aufgaben, die ihr täglich für euren Körper zu erledigen habt. Alle diese Aufgaben sollten euch bewusst sein, damit ihr sie bestens

ausführen könnt. Euren Körper zu kennen heißt nicht nur, über seine Bauweise und seine Funktion Bescheid zu wissen – wie ihr ihn optimal pflegen und versorgen müsst –, sondern vor allem seine eigene Sprache zu kennen, damit ihr seine täglichen Signale wahrnehmen und mit ihm kommunizieren und danach handeln könnt, zu seinem Wohle und damit zu eurem Wohle. Er spricht permanent mit euch und ihr müsst lernen, ihn zu verstehen, damit ihr ihm nicht nur antworten, sondern euch sogar mit ihm unterhalten könnt.

Ihr dürft nie vergessen, dass ihr nur einen Körper habt. Deshalb ist es wichtig, ihn nie unnötigen Gefahren auszusetzen, und dafür zu sorgen, dass er nicht verletzt wird oder gar irreparable Schäden erleidet. Ihr müsst mit eurem Körper, so wie er ist, ein Leben lang zusammenleben. Ihr könnt ihn nicht ersetzen oder umtauschen.

Wir werden uns nun auf den Weg machen, unseren Körper näher kennenzulernen und ein tieferes Bewusstsein für ihn zu entwickeln.

Die Biomasse Mensch

Unser Körper, also unsere Biomasse, ist das, was wir das fleischliche Leben nennen. Unser Körper besteht hauptsächlich aus Wasser, Eiweiß und Fetten. Unser Körper ist eine Biomasse, die dem kontinuierlichen Aufbau und Zerfall ausgesetzt ist, und dessen Lebenszyklus ca. 80 Jahre umfasst. Das erreichbare Alter ist schwankend, je nachdem, wie wir unseren Körper nutzen, versorgen und pflegen. Wir bauen uns von Geburt an auf, sind mit etwa 21 Jahren voll ausgebildet und beginnen dann, nach einer langen Blütezeit, langsam wieder zu zerfallen. Wir können sowohl den Aufbau als auch den Zerfall positiv beeinflussen und somit unsere Lebensdauer verlängern. Durch eine naturgemäße Nutzung unseres Körpers, die richtige Versorgung sowie die Schaffung begünstigender Lebensumstände können wir unserem Körper viel Gutes tun, damit er möglichst lange und vor allem vital, also gesund, am Leben bleibt. Unser Körper ist das wichtigste Gut, das wir haben, wichtiger als aller materielle Besitz. Es muss euer höchstes Bestreben sein, euren Körper optimal zu versorgen, für die volle Funktionsbereitschaft zu sorgen und ihn vor allen Gefahren zu schützen, welche irreparable Schäden nach sich ziehen können. Unsere Biomasse besteht aus den inneren Hauptorganen wie dem Herzen, der Lunge, der Leber, der Milz, den Nieren, dem Magen und dem Darm und – das wichtigste Organ – dem Gehirn. Aber auch aus Muskeln, Adern,

Sehnen, Nerven und unserer Schutzhaut sowie aus Knochen und Knorpeln.

Unsere äußeren Organe sind die Haut, die Augen, die Nase, der Mund und die Ohren. Die äußeren Organe sind auch unsere fünf Sinnesorgane, unsere Wahrnehmungsorgane, mit welchen wir die Außenwelt wahrnehmen können.

Alle Organe sind aus Zellen aufgebaut und jede Zelle hat ein eigenes Leben, ein eigenes, winzig kleines Kraftwerk. Wir bestehen aus vielen Milliarden Zellen, kleinen Kraftwerken, die alle gleich aufgebaut sind. Unsere Zellen fügen sich so aneinander, dass sie Organe ergeben. Täglich sterben viele Millionen Zellen und ebenso viele werden neu produziert. Innerhalb von durchschnittlich 90 Tagen stirbt jede unserer Zellen ab und eine neue wird herangebildet. Physikalisch gesehen sind wir also nicht älter als durchschnittlich 90 Tage.

Im Folgenden gehe ich etwas genauer auf die inneren Hauptorgane ein. Ich werde diese jedoch nur umreißen und rate euch daher, dass ihr euch eingehender damit beschäftigt und aktuelle wissenschaftliche Bücher darüber lest. Man kann schließlich nie genug über seinen eigenen Körper wissen.

Das Herz. Das Herz ist das Organ, das den Blutkreislauf fließen lässt. Es pumpt das Blut durch die Adern in alle wichtigen Organe, die so mit allen im Blut enthaltenen lebenswichtigen Stoffen

versorgt werden. Je nach körperlicher Anstrengung erhöht oder senkt das Herz die Pumpleistung. Es ist, neben dem Gehirn, unser wichtigstes Organ; hört es auf zu schlagen, sterben wir. Wir sollten darauf achten, dass wir es nie überbeanspruchen, beispielsweise durch übermäßigen Sport. Tägliche Bewegung hingegen tut dem Herzen und unserem Herz-Kreislauf-System gut. Wichtig ist auch, dass wir unser Herz nicht schädigen, wie etwa durch die Einnahme von Anabolika oder Drogen, und dass wir für eine gesunde Ernährung und ausreichend frische Luft sorgen.

Die Lunge. Die Lunge nimmt die frische Luft auf und lässt die verbrauchte Luft nach außen strömen. Wir sollten deshalb darauf achten, dass wir nur gute, saubere Luft einatmen. Ein geregelter Atemrhythmus ist für unsere Lunge wichtig. Ein Luftanhalten wie beim Tauchen sollte nicht allzu lange dauern. Optimal wäre es, beim Gehen die Luft drei Schritte lang einzuatmen, sie drei Schritte lang anzuhalten, und die verbrauchte Luft auf drei Schritte wieder auszuatmen. Da die Lunge durch das Rauchen extrem geschädigt wird, solltet ihr darauf verzichten. Auch können Giftstoffe in der Luft, wie zum Beispiel Chemikalien, die wir einatmen, die Lunge schädigen. Das tägliche Spaziergehen an der frischen Luft hingegen ist das Beste, was wir für unsere Lunge tun können.

Die Leber. Die Leber ist das zentrale Stoffwechselorgan, sie säubert das Blut und baut die lebenswichtigen Eiweißstoffe auf. Sie hat eine Vielzahl von Aufgaben und darf deshalb nicht beschädigt werden, wie etwa durch übermäßigen Alkoholenuss oder Drogen.

Der Magen. Der Magen verdaut das Essen. Wir sollten darauf achten, dass wir nie zu viel essen. Am besten ist es, wenn wir immer ein leichtes Hungergefühl verspüren. Zum Verdauen unserer Nahrung hat der Magen die Verdauungssäfte als Hilfsmittel. Diese zersetzen die Nahrung. Deshalb ist es wichtig, dass wir vor, während sowie kurz nach dem Essen keine Flüssigkeiten hinzufügen, also nicht trinken, da sonst die Verdauungssäfte verdünnt werden, was wiederum die Verdauung erschwert. Da Eiweißprodukte und Kohlenhydrate durch unterschiedliche Magensäfte zersetzt werden, ist es gesund, sie getrennt zu verzehren.

Die Nieren. Die Nieren sorgen dafür, dass alle Harnstoffe ausgeschieden werden. Das geschieht dann, wenn wir pieseln. Durch die übermäßige Zufuhr von Salzen können die Nieren geschädigt werden. Dies geschieht auch, wenn wir zu viel Alkohol konsumieren.

Der Darm. Im Darm werden die Nahrungsreste gesammelt und zu den sogenannten Fäkalien abgebaut. Schließlich werden diese ausgeschieden,

wenn wir Stuhlgang haben. Vor dem Schlafengehen sollten wir unseren Darm entleeren. Im Darm befindet sich eine für den gesamten Gesundheitszustand wichtige Ansammlung von kleinen Lebewesen, die Bakterien der Verdauung. Diese nennt man Darmflora.

Die Milz. Die Milz bildet neue Blutkörperchen, sondert alte aus und baut schadstoffhaltige Zellen ab. Die Milz produziert die weißen Blutkörperchen, die wichtig für das Immunsystem sind.

Das Gehirn. Das Gehirn sitzt fest gesichert im harten Kopfschädel. Es steuert die Funktionen aller Organe unseres Körpers. Es beherbergt sozusagen die Festplatte unseres Speichers, auf der alle Informationen, die je über unsere fünf Sinnesorgane aufgenommen oder durch unseren bewussten Geist verarbeitet wurden, festgehalten werden. Es kann durch schwere Schläge, durch Luft- oder Nahrungsmangel beschädigt werden. Auch Pharmazeutika, Drogen und Alkohol schädigen unser Hirn enorm. Schwere Schläge auf den Kopf sind vergleichbar mit dem Fallenlassen der Festplatte eines Computers. Auch diese würde dabei Schaden nehmen.

Unser Gehirn und unsere inneren Organe sind rund um die Uhr aktiv und kennen keine Ruhezeiten. Tag und Nacht. Unser Gehirn arbeitet auf zwei getrennten Ebenen, die eine ist das Bewusstsein, die andere das Unterbewusstsein. Es nimmt die

Informationen der Außenwelt über unsere fünf Sinnesorgane auf und kann so zu unserem Wohle reagieren und mögliche Gefahren für unseren Körper erkennen.

Die Muskeln. Die Muskeln bewegen unseren Körper und unsere Gliedmaßen nach unserem Willen. Gut gedehnte und trainierte Muskeln sind für unseren Körper daher ein Muss.

Knochen und Knorpel. Das Skelett, die Stützstruktur unseres Körpers, wird von den Knochen zusammengehalten. Daneben gibt es noch Knorpel, Sehnen, Adern und Arterien usw. Wir sollten darauf achten, dass nicht durch schwere Schläge oder Stürze Knochen brechen oder eine Sehne durchreißt. Knochen wachsen zwar meist wieder zusammen, aber oft nicht so, wie sie einst waren. Eine lebenslange Bewegungseinschränkung kann die Folge sein. Brüche an der Wirbelsäule führen meist zu Lähmungen und binden einen Menschen zeitlebens an den Rollstuhl, oft führen sie auch zum Tode. Unsere Knochen sind nicht so stabil, wie wir oft meinen. Zumeist tritt eine Knochenschädigung durch Unfälle ein: mit dem Auto, beim Sport etc. Diese Unfälle sind unnatürlicher Art und lassen unsere Knochen wie Zahnstocher zerbrechen.

Die Haut. Nicht zu vergessen ist unsere Schutzhaut. Sie umschließt alle inneren Organe. Sie schützt

unseren Körper vor Eindringlingen. Sie hilft uns beim täglichen Wärmeaustausch. Wir müssen stets achtgeben, dass unsere Haut nicht beschädigt wird. Zu häufiges Waschen mit Duschgels, also die Berührung mit zu vielen chemischen Substanzen, schädigt unsere Haut enorm. Durch Verbrennungen oder Ab-

schürfungen kann die Haut stark verletzt werden. Zusätzlich müssen wir sie vor dem Austrocknen bewahren. Andererseits tut auch das tägliche Eincremen mit chemischen Produkten der Haut nicht gut. Ebenso schädlich wirken sich das Bräunen im Solarium oder das lange Liegen in der prallen Sonne aus. Schützt eure Haut, denn sie schützt euren ganzen Körper.

Alle diese Hauptorgane bilden mit einer Vielzahl von Nebenorganen und Geweben die Biomasse eines jeden Menschen. Deren volle Funktionsweise entscheidet über den körperlichen Erfolg im Leben. Doch wer hat die Organe, ja unseren gesamten Körper so geplant und erschaffen, wie er ist? Wer steuert unseren Körper, damit er täglich rund um die Uhr funktioniert und seine Arbeit verrichtet, damit wir am Leben bleiben? Wie müssen wir unseren Körper versorgen, damit er alles hat, was er benötigt? Welche Lebensumstände tragen dazu bei, damit unser Körper bestmöglich leben kann? All das erfahrt ihr in den folgenden Kapiteln.

Das Biosprogramm unseres Körpers

Nun will ich die Frage beantworten, wer verantwortlich dafür ist, dass wir Menschen so gewachsen sind, wie wir sind. Wer alle Organe, ja unseren ganzen Körper erschaffen hat. Wer die täglichen Abläufe in unserem Körper steuert. Wer dafür sorgt, dass alle unsere Organe ihre Arbeit verrichten. Wer der Erbauer und Steuermann unseres Körpers ist, und wer unseren Körper heilt, wenn er krank ist.

Der Bauplan für unseren Körper, also, wie alle Zellen erschaffen werden und zusammenarbeiten müssen, ist in unserem Erbbauplan, unserer DNA, gespeichert. Das ist unser körpereigenes Biosprogramm, das wir zu Beginn unseres Lebens mitbekommen. So wie jeder Computer mit einem Biosprogramm ausgeliefert wird, so wird auch jeder Mensch mit einem Biosprogramm geboren.

Damit alle Organe erschaffen werden und ihre Arbeit verrichten können, brauchen wir „nur“ unseren Körper mit lebenswichtigen Nährstoffen versorgen. Diese lebenswichtigen Nährstoffe sind Sonnenlicht, Luft, Bewegung, Nahrung und Wasser. Unser Körper erhält seine Befehle von unserem Biosprogramm und von unserem bewussten und unterbewussten Geist. Auch wenn wir schlafen, werden unsere Organe gesteuert, und unser Körper arbeitet. Wir atmen, das Herz

schlägt, wir verdauen Nahrung, es wachsen Nägel und Haare etc. Unser Körper arbeitet Tag und Nacht, also rund um die Uhr, unser ganzes Leben lang. Also muss es noch eine weitere Macht neben unserem bewussten Geist geben, denn dieser schläft, wenn auch wir schlafen. Diese Macht umfasst unser körpereigenes Biosprogramm und unseren unterbewussten Geist.

Unser Biosprogramm haben wir also von Geburt an mitbekommen. Es benötigt keine Updates. Es ist quasi vollkommen, zumindest bei einem gesunden Menschen. Wir können unser körpereigenes Biosprogramm nur bedingt beeinflussen. Wir können es nicht umprogrammieren. Es läuft von der Geburt bis zum Tod. Unser Biosprogramm ist so beschaffen, dass wir es bewusst nicht zum Abstürzen bringen können. Auch wenn wir es uns noch so sehr vorstellen und wünschen, dass unser Herz aufhört zu schlagen, wird es dies nicht tun. Daran seht ihr, dass es eine höhere Macht als euer bewusstes Denken in euch gibt.

Alle lebenswichtigen Funktionen werden von unserem Biosprogramm gesteuert, damit wir uns bewusst auf die Gefahren der Umwelt konzentrieren können. Denn gegen schädliche Einflüsse von außen kann unser Biosprogramm nichts tun. Bei einem gesunden Menschen ist das Biosprogramm vollkommen, es hat keine Schwachstellen und keine Funktionsstörungen. Es läuft ein Leben lang, wird nie heruntergefahren.

Unser körpereigenes Biosprogramm ist auf Leben

programmiert, es tut alles in seiner Macht Stehende, damit wir überleben können. Es erschafft und steuert nicht nur alle lebenswichtigen Funktionen in unserem Körper, sondern es heilt unseren Körper auch von vielen Krankheiten. Immer, wenn eine Zelle krank, also nicht mehr in der göttlichen Ordnung ist, wird diese Zelle ersetzt oder an ihre korrekte Position geschoben.

Unser Biosprogramm ist mächtiger als unser bewusster Geist.

Ein Beispiel: Wir Menschen benötigen Schlaf. Versucht doch einmal, nicht zu schlafen. Einige Zeit werdet ihr das durchhalten, aber nach ein paar Tagen schaltet euch euer Biosprogramm einfach ab, ob ihr wollt oder nicht. Ihr werdet schlafen. Unser Biosprogramm ist so programmiert, dass es alles tut, was es im Inneren unseres Körpers tun kann, um uns am Leben zu erhalten. Es ist der Steuermann unseres organischen Lebens. Dafür solltet ihr ihm täglich danken. Im Kapitel über das Unterbewusstsein werden wir nochmals genauer darauf eingehen.

Damit unser Körper sich mithilfe unseres Biosprogramms erschaffen kann, damit er wachsen und alle seine Funktionen vollständig ausführen kann, benötigt er Energie in Form von Sonne, Nahrung, Wasser, Luft und Licht. Er benötigt Bewegung und vieles mehr. Die optimale Versorgung unseres Körpers ist das, was wir unser ganzes Leben lang mit großer Fürsorge zu erledigen haben.

Unser Biorhythmus

Unser Leben besteht aus Schlafen und Wachsein. Wir schlafen täglich etwa acht Stunden, das bedeutet, dass wir ein Drittel unseres Lebens mit dem Schlafen verbringen, was für einen gesunden Körper sehr wichtig ist. Unsere innere Uhr sagt uns, wann es Zeit zum Schlafen und wann es Zeit für das wache Leben ist. Wenn wir gelernt haben, auf unsere innere Uhr zu hören, dann benötigen wir keinen Wecker mehr, um morgens zur gewünschten Zeit aufzustehen. Ausführliche Erläuterungen zu unserer inneren Uhr folgen im Kapitel „Die innere Uhr“. Nehmt euch einmal die Zeit für einen kleinen Test. Setzt euch entspannt hin, nehmt eine Uhr zur Hand, merkt euch die Zeit – vor allem der Minutenzeiger ist wichtig – und schließt dann die Augen. Tut fünf Minuten lang nichts. Wenn ihr meint, dass fünf Minuten vergangen sind, dann öffnet die Augen und seht auf eure Uhr. Ihr könnt nun erkennen, wie schnell oder langsam ihr „tickt“. Waren eure Augen kürzer als viereinhalb Minuten geschlossen, dann schlägt euer innerer Takt zu schnell. Ihr neigt dazu, Zeiträume zu unterschätzen und packt euren Tag zu voll. Gönnst euch mehr Pufferzeiten und addiert bei eurer Zeitrechnung immer etwas zu euren Gunsten mit dazu. Damit handhabt ihr eure Zeit richtiger.

Waren eure Augen länger als fünfeinhalb Minuten geschlossen, tickt ihr langsamer als die Uhr. Ihr neigt dazu, euch Zeitpolster zu schaffen, Leerläufe zu haben. Ihr lauft Gefahr, euch selbst zu unterschätzen. Packt mehr Aufgaben in den Tag, damit die Zeit nicht sinnlos verstreicht.

Die Versorgung unseres Körpers

Die Versorgung unseres Körpers mit den nötigen Nährstoffen ist unsere lebenslange Hauptaufgabe. Ihr müsst nicht nur darauf achten, dass ihr mit eurem Körper allen drohenden Gefahren aus dem Wege geht, ihr müsst euren Körper vor allem optimal versorgen.

Das bedeutet, dass ihr ihm all das geben müsst, was er zum Leben benötigt: Nahrung, Wasser, Luft, Licht, Bewegung und vieles mehr.

Ohne Nahrung kann unser Körper nicht einmal zwei Wochen überleben, ohne Wasser nur wenige Tage, und ohne Luft nur wenige Minuten. Wenn Sonne und Licht fehlen, gehen wir ein wie eine welkende Blume. Unser Körper braucht aber auch Bewegung, Schlaf und vieles mehr. Wenn wir einmal eine Periode haben, in welcher wir unseren Körper schlecht versorgen, wird uns dies noch lange nachhängen. In den folgenden Kapiteln werde ich erläutern, wie wir unseren Körper optimal versorgen können, welche Dinge unser Körper so dringend benötigt und was wir dabei beachten müssen. Ohne unser Zutun kann unser Körper nicht leben. Je besser also unsere Mithilfe ist, desto besser wird die Verfassung unseres Körpers sein und desto erfolgreicher wird er für uns arbeiten können.

Die Nahrung

Einer der wichtigsten Bestandteile für die Erhaltung der Funktionsfähigkeit unseres Körpers ist die Nahrung. Essen wir mehrere Wochen nicht, dann müssen wir sterben. Wichtig ist aber auch, dass wir abwechslungsreich essen: Eiweiß, wie es beispielsweise in Fleisch, Geflügel oder Fisch vorhanden ist; Kohlenhydrate in Form von Kartoffeln, Nudeln oder Reis; Vitamine, wie sie in Obst und Gemüse vorkommen; Spurenelemente und Salze aus dem Wasser. Wir müssen aber immer darauf achten, was wir in unseren Körper hineinlassen, und müssen deshalb unsere Nahrungsmittel sorgfältig auswählen. Wenn wir beispielsweise eine Plastiktüte vor uns haben, werden wir diese sicher nicht essen. Wenn aber dieselben Substanzen, die in einer Plastiktüte zu finden sind, in unserem modernen Essen verarbeitet sind, sehen wir dies nicht und können es auch nicht schmecken. Wenn wir also getäuscht werden, essen wir sogar Plastiktüten und schaden so unserem Körper. Wir verbrauchen unnötige Energie beim Abbau der Schadstoffe, ohne dass wir dies bemerken. Wir müssen deshalb die Nahrungsmittel, die wir zu uns nehmen, genau studieren, bevor wir leichtsinnig Gifte in unseren Körper aufnehmen. Fragt euch: Wie weit ist das Nahrungsmittel von der Natur entfernt? Welche Sicherheit habe ich, dass das Nahrungsmittel natürlichen Ursprungs ist? Je weiter entfernt das Nahrungsmittel von der Natur ist, desto

schädlicher kann es sein. Es ist deshalb sehr wichtig, dass ihr euch abwechslungsreich und nicht nur mit euren Lieblingsnahrungsmitteln versorgt. Fleisch und Wurstwaren, welche zu Fleischbrei verarbeitet werden, sollte man überhaupt nicht essen. Man kann das Stück Fleisch im Ganzen nicht mehr sehen und somit nicht mehr erkennen, was alles darin verarbeitet wurde. Das ist beispielsweise bei Streichwurst, Gelbwurst, Wiener Würstchen, Leberwurst usw. der Fall. Dasselbe gilt für Fastfood.

Denkt immer daran: Ihr bestimmt, was ihr in euren Körper hineinlasst. Der Körper muss schließlich damit fertig werden.

Die meisten Menschen essen heute viel zu viel. Das ist ungesund und der Körper wird dadurch zu fett. Übergewicht macht jeden Menschen krank. Wir brauchen weit weniger Nahrung, als wir denken. Wenn wir also alle unnötigen, belastenden oder giftigen Stoffe weglassen und nur so viel essen, wie wir wirklich benötigen, dann können wir uns auf biologische Nahrungsmittel konzentrieren. Wir werden dann immer noch satt und kommen trotz der höheren Preise günstiger weg. Unser Körper ist bestens genährt, wenn wir nur so viel essen, dass wir immer etwas Hunger haben, also niemals zu viel essen. Zu viel Essen raubt euch wertvolle Energie, die euer Körper unsinnigerweise dafür aufwenden muss, die überschüssige Nahrung zu verarbeiten und abzubauen.

Es gibt das Sprichwort: „Morgens essen wie ein Kaiser, mittags essen wie ein König und abends essen wie ein Bettler“. Dieser Spruch bezieht sich auf die Menge des Essens. Abends will der Körper zur Ruhe kommen, sich zum Schlafen vorbereiten. Deshalb sollten wir abends nicht mehr übermäßig viel essen. Unser Körper ist sonst nur damit beschäftigt, das viele Essen zu verdauen. Die Folge davon ist, dass wir unruhig schlafen. In Japan gibt es ein Fischerdorf, dessen Einwohner über 100 Jahre alt werden. Das Geheimnis dieser Menschen ist ihre Lebensweise: Sie ernähren sich mediterran und essen immer nur so viel, dass sie noch etwas Hunger haben.

Viele Menschen essen zu hastig. Das ist ungesund. Eine gute Gegenmaßnahme wäre es, einmal die Gabel oder den Löffel in die ungeübte Hand zu nehmen und auf diese Weise zu essen. Da man gut aufpassen muss, dass nichts herunterfällt, isst man langsamer, und das ist viel gesünder. Der Körper soll dem Essen mit dem Verdauen nachkommen können.

Womit euer Körper am Morgen versorgt wird, ist eine Schlüsselfunktion für den ganzen Tag.

Zucker ist dasjenige Nahrungsmittel, das zwar den Geschmack verbessert, aber alle Kinder und auch Erwachsene zum Zappeln bringt. Auf diese Weise bauen sie die überschüssige Energie ab, die sie durch eine zu hohe Dosis an Zuckerzufuhr erlangt

haben. Wir sollten deshalb stets darauf achten, zuckerarm zu essen, da sonst Körper und Geist geschädigt werden. Vor allem raffinierter Zucker ist zu meiden.

Verzichtet auf Koffein und Tein und trinkt stattdessen eine Tasse warmes Wasser. Ihr werdet davon wacher als von Tee und Kaffee. Das ist ein altes Heilrezept der Inder, und gerade im Winter hält dies alle Krankheiten ab.

Kurz vor, während und kurz nach dem Essen solltet ihr nichts trinken, weil dies die Verdauungssäfte verdünnt. Das bedeutet, dass ihr dann für die Verdauung mehr Magensäfte produzieren müsst. Dafür solltet ihr zwischen den Mahlzeiten reichlich Flüssigkeit zu euch nehmen.

Esst euch gesund. Nichts ist wichtiger, als sich richtig zu ernähren. Gesundheit wird dabei nie durch die Menge, sondern durch die Qualität und Abwechslung herbeigeführt. Essen macht nicht nur unseren Körper satt, sondern auch unseren Geist.

Es ist vor allem wichtig, zu lernen, was welche Nahrungsmittel für unseren Körper bedeuten. Versucht künftig, die Wirkungsweise von Nahrungsmitteln, die ihr zu euch nehmt, zu erfahren, dann könnt ihr deren Wirkung gezielt einsetzen. Ihr verbessert eure Konzentration durch Avocados, Spargel, Karotten und Grapefruits. Ihr stärkt eure Muskeln und euer Gehirn durch

Hering und Rotbarsch.

Ihr stärkt das Erinnerungsvermögen durch Milch, Nüsse und Reis.

Ihr hebt die Stimmung durch Orangensaft, Bananen, Sojabohnen und Paprika.

Ihr baut Stress ab durch Hüttenkäse, Mandeln und Bierhefe.

Ihr fördert den Schlaf durch Brot und Nudeln.

Ihr fördert das soziale Leben durch Hummer und Weizenkeime.

Ihr stärkt das Immunsystem durch Knoblauch und Zitronen.

Ihr steigert die sexuelle Lust durch Austern und Morcheln.

Ihr schützt euch vor Herzinfarkt durch ein Glas Rotwein am Abend.

Durch eine bewusste Ernährung könnt ihr eurem Körper genau das geben, was er gerade benötigt. In vielen Religionen ist der Fastentag ein festes Ritual. Die Menschen erkannten eines Tages, dass es dem Körper gut tut, nicht jeden Tag verdauen zu müssen. Ein Fastentag pro Woche ist etwas Natürliches. Nicht jeden Tag fand der Urmensch etwas zum Essen.

Meinungen, die besagen, dass es am besten wäre, über den Tag verteilt immer wieder kleine Portionen zu sich zu nehmen, sind falsch. Viele kleine Portionen belasten unser Verdauungssystem. Der Mensch muss mal mehr, mal weniger, mal überhaupt nicht essen. Ein gleichbleibender Rhythmus wäre gegen die Natur. Beim Essen sollte

man auf das innere Gefühl achten. Unsere innere Stimme lässt uns fühlen, wann wir Nahrung brauchen, welche Nahrung wir brauchen und wie viel davon. Unsere innere Stimme sagt uns auch, wann wir genug gegessen haben.

Denkt jeden Tag daran, wie wichtig das Essen ist, und versucht, eine Esskultur zu fördern, die der natürlichen am nächsten kommt.

Lebensmittel sollten, falls möglich, immer abgekocht werden. Somit werden Bakterien und krankheitserregende Keime abgetötet. Zu viel Fleischgenuss führt ebenfalls zu Krankheiten wie Gicht und Herzinfarkt. Energiearmut, Konzentrationsschwäche und vieles mehr sind die Folge von falscher Ernährung. Eine ungesunde Esskultur ist für den Körper und den Geist schädlich und hindert uns daran, erfolgreich zu sein.

Denkt immer daran: Es gibt Menschen, die nicht genug zu essen haben, ja sogar an Hunger sterben müssen.

Das Wasser

Am wichtigsten für unseren Körper ist die regelmäßige Aufnahme von Wasser. In unserer erfindungsreichen Welt gibt es eine Vielzahl von Getränken, die das lebenswichtige Wasser

ersetzen sollen. Letztendlich enthalten auch sie Wasser. Wichtig für unseren Körper jedoch ist nur reines Wasser. Der Mensch braucht davon etwa zwei bis drei Liter pro Tag, je nach Körpergewicht. Am besten ist es, wenn wir gutes Mineralwasser ohne Kohlensäure trinken, und das lauwarm. Mischgetränke, etwa Fruchtsäfte mit Wasser, sind eine gute Alternative. Schädlich dagegen sind alle Zuckergetränke, wie beispielsweise Coca-Cola, Fanta, Sprite und all die anderen, vor allem aber Energiedrinks und Alkohol. Diese enthalten mehr Zucker, Farbstoffe und weitere Schadstoffe, als wir uns vorstellen können. Wenn ihr Leitungswasser abkocht und entkalkt, und die Werte der Klärverhältnisse dies zulassen, ist Leitungswasser alles, was wir brauchen. An dieser Stelle ist ein Vergleich mit unserem Lebensfreund, dem Hund, angebracht. Auch ein Hund braucht Wasser und Nahrung. Er säuft aus Wasserpfützen im Garten und hält seinen Körper so voll funktionsfähig. Ein Hund braucht all die Getränke dieser Welt nicht, er braucht nur Wasser, wie wir auch. An dieser Stelle nochmals ein Wort zu unserer modernen Welt: Von Energy- und Aufputschdrinks sollte man grundsätzlich die Finger lassen, denn Chemieexperimente braucht unser Körper ganz sicher nicht. Wir können uns glücklich schätzen, dass wir nur einfaches Wasser benötigen. Das sollte unser Körper auch ausreichend erhalten. In Indien wird morgens, mittags und abends jeweils

ein Glas mit lauwarmem Wasser getrunken. Das hilft dem Körper bei allen Heilungsprozessen. Der menschliche Körper besteht zu 70 bis 80 Prozent aus Wasser. Mit dem Wasser, das wir zu uns nehmen, tauscht der Körper verbrauchtes Wasser gegen frisches Wasser aus.

Da wir während des Schlafens besonders viel Wasser verlieren, weil unser Körper arbeitet, ist die Aufnahme von Wasser am Morgen sehr wichtig. Auch hier müssen wir auf unseren Körper hören, der uns sagt, wann und wie viel Wasser wir benötigen. Unser Körper zeigt uns dies mit dem Gefühl des Durstes. Dem Körper zu wenig Wasser zuzuführen, ist schädlich und macht uns krank. Auch zu viel Kohlensäure im Wasser ist ungesund. Im Gegensatz zur Nahrung sollten wir den Tag über immer wieder Wasser zu uns nehmen. Insbesondere dann, wenn wir Sport machen oder in die Sauna gehen, müssen wir das ausgeschwitzte Wasser wieder nachfüllen. Doch achtet stets darauf, welches Wasser ihr zu euch nehmt. Nicht jedes Wasser aus einem Wasserhahn ist gesund. Vor allem in armen Ländern sollte nur Wasser aus verschlossenen Flaschen getrunken werden, dieses am besten noch abgekocht. Oft ist Leitungswasser stark verkalkt und mit Bakterien versehen und schadet so unserem ganzen Körper. Ein Tipp: Spart nie an der Wasserqualität.

Die Luft zum Atmen

Wir benötigen zum Leben Luft, ausreichend frische Luft, und dies Tag und Nacht, rund um die Uhr. Je mehr frische Luft wir aufnehmen, desto gesünder sind wir an Körper und Geist. Stickige Zimmer und Arbeitsräume müssen gemieden werden, damit wir keinen Sauerstoffmangel erleiden. Für den Fall, dass wir uns übermäßig bewegen müssen oder gar Sport treiben, brauchen wir wesentlich mehr frische Luft, insbesondere gute Luft. Rückstände durch Rauchen, Autoabgase, industrielle Verunreinigungen und vieles mehr, was unsere moderne Welt vergiftet, sind in der Luft und schaden unserem Körper, wenn wir diese verunreinigte Luft einatmen. Luft hat immer eine Feuchtigkeit. Zu trockene oder zu feuchte Luft ist auf Dauer schädlich. Wir Menschen haben uns den Luftfeuchtigkeitsbedingungen in den jeweiligen Breitengraden angepasst. Wir sollten also stets darauf achten, dass die Umwelt, in der wir leben, eine gesunde Luft mit einer verträglichen Luftfeuchtigkeit bietet.

Eine gesunde Atmung ist wichtig. Eine gute Atemtechnik ist es, wenn wir drei Pulsschläge lang einatmen, drei Pulsschläge die Luft anhalten und wieder drei Pulsschläge lang ausatmen. Überlanges Anhalten der Luft, wie es beispielsweise Taucher tun, schadet unserem Organismus. Der größte Schaden für unsere Lunge entsteht durch das Rauchen, es kann sogar tödlich sein.

Eine pflanzenreiche Umgebung, sei es drinnen oder draußen, wirkt sich positiv auf uns Menschen aus, da Pflanzen saubere und frische Luft abgeben. Bewegt euch viel an der frischen Luft. Dabei werden Endorphine, Glückshormone, ausgeschüttet. Meidet verstaubte Zimmer, denn Staub trocknet die Luft aus. Vor allem Teppiche sammeln Staub und verunreinigen die Luft im Wohnbereich. Parkett oder Steinfliesen sind da gesünder.

Denkt immer daran: Ohne Luft könnt ihr nur wenige Minuten überleben.

Die Sonne

Die Sonne ist der Quell allen Lebens. Ohne Sonne gibt es kein Leben. Alle Lebewesen und auch alle Pflanzen brauchen Licht und Sonne, um zu leben und sich zu entwickeln. Wir Menschen müssen dafür sorgen, dass unser Körper täglich die lebenswichtigen Stoffe aus der Sonne aufnehmen kann. Auch unser Geist braucht die Sonne und das Licht, um sich entwickeln und überleben zu können. Andererseits ist der Körper aber auch vor intensiver Sonneneinstrahlung zu schützen. Diese schädigt insbesondere unsere Haut. Solarien oder Sonnenbrände schaden der Haut enorm und können Krankheiten, beispielsweise Hautkrebs, auslösen. Die Ozonschicht, die unseren Erdball umgibt und uns Menschen vor der schädigenden

Sonneneinstrahlung schützt, wurde und wird durch industrielle Giftgase beschädigt. Somit ist die Sonne, die nun ungefiltert durch die Ozonschicht auf die Erde trifft, zum Schädiger unseres Körpers geworden. Wir müssen uns deshalb gut vor ihr schützen, beispielsweise durch gute Sonnencremes und dadurch, dass wir uns nicht direkt in die Sonne legen. Doch ganz ohne Sonne und Licht geht es nicht. Es ist darauf zu achten, dass man keinen Beruf ausübt, wo man überwiegend nachts arbeiten muss, vor allem aber sollte man seinen Lebenswandel so ausrichten, dass man tagsüber wach ist und nachts schläft. Alles andere ist gesundheitsschädlich. Dafür sind wir nicht geschaffen. Ohne Sonne und ohne Licht sterben wir, wir gehen ein wie die Blumen in der Ecke eines Besprechungsraumes in einem festerlosen Büro. Die Sonne und das Licht sind unsere Energiequelle, sie sind unsere Steckdose. Wenn wir für unseren Radio Energie brauchen, stecken wir den Stecker des Radiogerätes einfach in die Steckdose. Der Mensch stellt sich einfach in die Sonne und in das Licht. So sorgen wir für die Gesunderhaltung, das Wachstum und die volle Funktionsfähigkeit unseres Körpers und unseres Geistes. Und Sonne sowie Licht bekommen wir umsonst. Der Mensch braucht Bewegung

Wir brauchen Bewegung. Sie ist für uns wichtiger, als die meisten von uns ahnen. Wir sind von Natur aus Jäger und Sammler, wir laufen also

durch die Prärie, um unsere Nahrung zu suchen, und sind dabei ständig in Bewegung. Dieses Verhaltensmuster ist jedoch in unserer modernen Welt nicht mehr vonnöten. Viele Menschen sind faul geworden. Durch die mangelnde Bewegung werden diese Menschen fett und krank.

Täglich ein 30-minütiger, zügiger Spaziergang ist das Mindeste, was wir an Bewegung erbringen müssen, wenn wir gesund bleiben wollen. Dabei wird davon ausgegangen, dass auch der Weg zur Arbeit und zum Einkaufen Bewegung ist. Durch Bewegung wird unser Kreislauf angeregt, wir pumpen mehr Blut und Sauerstoff durch unseren Körper und bewegen alle Muskel, Sehnen und Knochen, eben unseren ganzen Körper.

Damit die Muskeln geschmeidig bleiben, ist es wichtig, dass wir diese immer wieder dehnen und anspannen. Auch das erreichen wir nur durch Bewegung. Abwechslung in der Bewegung hilft, dass jeder Muskel trainiert und nicht nur einseitig beansprucht oder gar abgenutzt wird.

Dabei braucht der Mensch kein Fitnessstudio, er braucht nur ein wenig Fitness, Bewegungshomöopathie, bei der kleine Mengen genügen. Geht beim Zähneputzen in die Skifahrerhocke und wippt auf und ab. Trocknet euch nach dem Duschen übertrieben gymnastisch ab. Rasiert euch grundsätzlich auf einem Bein stehend. Wenn ihr irgendwo warten müsst, dann

geht auf der Stelle und betätigt eure Venenpumpe. Drückt während des Autofahrens an jeder Ampel die Hände gegen das Lenkrad, zieht die Gesäßmuskeln zusammen, kreist mit dem Kopf und so weiter. Ihr könnt mit etwas Ideenreichtum eine Menge Sport in euer Leben so einbauen, dass ihr nicht einmal Zeit damit verliert.

Denkt immer daran: Jede Bewegung, die immer wieder gleich ausgeführt wird, nutzt den Körper, bzw. einen bestimmten Teil davon, einseitig ab und ist somit schädlich.

Ein Beispiel hierfür ist das dauerhafte Arbeiten mit der Computermaus, das Arthrose in den Hand- und Fingergelenken hervorrufen kann.

Bewegt euch jeden Tag gerne an der frischen Luft. Vor dem sportlichen Laufen müsst ihr euch aufwärmen. Es ist wichtig, dabei in den ersten 30 Sekunden alle Gliedmaßen zu lockern, auch die Schultern. Danach sollt ihr die Bremse anziehen und fast im Stand loslaufen. Nach fünf Minuten Laufen sind die körperlichen Anpassungsvorgänge abgeschlossen. Die Luftzufuhr wurde erhöht und die Venen und Adern sind geweitet, damit mehr Blut fließen kann.

Nun könnt ihr einen Gang zulegen. Genießt den Himmel, die Pflanzen, die Gerüche, die Geräusche, die ganze Vielfalt der Natur.

Nach ca. 20 Minuten gibt es einen Qualitätssprung, neue Kapillargefäße entwickeln sich, schädliches Cholesterin wird abgebaut, der Hormonhaushalt stellt auf stressmindernde Regulation um. Subjektiv habt ihr das weitläufige Gefühl, noch ebenso lang weiterlaufen zu können.

Zügige, anstrengende Spaziergänge – modern ausgedrückt: Nordic Walking – sollten euch zur Gewohnheit werden: täglich, am besten morgens und abends, und das mit einem Hund. Auf diese Weise senkt ihr das Herzinfarkttrisiko, ihr haltet ein ordentliches Gewicht und seid körperlich und geistig gesund. Auch für einen optimalen Blutdruck ist dies gut. Schlechtes Wetter sollte euch nicht davon abhalten. Denkt an den englischen Spruch: „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur unpassende Kleidung.“ Die beste Atemtechnik beim Laufen ist: sechs zügige Schritte lang einatmen, sechs Schritte lang die Luft anhalten, sechs Schritte lang ausatmen.

Stellt euch bei jedem Atemzug vor, wie ihr das Gute – Gesundheit, Erfolg und Glück – einatmet und wie ihr bei jedem Ausatmen das Schlechte – Negatives, Ängste und Sorgen – ausatmet.

Bewegung entlockt dem Körper Glücksstoffe. Dabei werden beta-Endorphine freigesetzt. Diese körpereigenen Peptide steuern die Informationsübermittlung zwischen den Nerven und den Gehirnzellen und haben eine dem Opium entfernt verwandte Wirkung. Depressive

Stimmungen werden durch Bewegung vertrieben. Euer Schmerzbewusstsein sinkt. Eine Rolltreppe oder einen Lift solltet ihr links liegen lassen. Treppensteigen ist die billigste und wirkungsvollste Fitnessübung. Oben oder unten angekommen, werdet ihr euer Herz heftig schlagen hören und ein kleines Glücksgefühl verspüren.

Weitere Möglichkeiten, Glücksgefühle zu erzeugen, bestehen darin, morgens barfuß im nassen Gras zu laufen, unter freiem Himmel zu schwimmen, die Stille in der Natur zu genießen. Wenn ihr einen besonders schweren Tag vor euch habt, steht früh am Morgen auf und wandert eine halbe Stunde um den See oder über ein Feld.

Bewegung hält euch fit und gesund.

Denkt immer daran: Wir Menschen sind ein Wandervolk und brauchen Bewegung, damit wir gesund bleiben. Dauerndes Sitzen geht auf die Bandscheiben, und die Muskeln verkümmern. Bewegung ist ein Baustein, der uns unserem Ziel näherbringt: Gesundheit, Erfolg und Glück.

Der Mensch braucht Schlaf

Der Mensch muss schlafen, und zwar mindestens sieben Stunden pro Tag. Kinder brauchen etwas mehr Schlaf, und auch zwischendrin einen Kurzschlaf. Es sollte uns zur Gewohnheit werden, die Schlafenszeiten nach der Natur auszurichten, also zu schlafen, wenn die Sonne untergeht, und

aufzustehen, wenn die Sonne aufgeht. Am besten ist es, wenn man immer etwa zum selben Zeitpunkt schlafen geht und zum selben Zeitpunkt aufsteht. Der Körper gewöhnt sich gerne an dieses natürliche Verhalten. Er teilt uns mit, wann er müde ist, und er wacht auf, wenn er genug geschlafen hat.

Beim Schlaf ist für ausreichend Sauerstoff zu sorgen. Auch sind Stromgeräte oder Geräte, die Geräusche oder Wellen abgeben, wie etwa Elektrogeräte, auszuschalten. Dies gilt ebenso für Licht. Man sollte bewusst die Phase des Schlafes beginnen und nicht im Unterbewusstsein durch das Abspielen von Musik, das Flimmern des Fernsehers oder das Geräusch von Lüftungsanlagen gestört werden. Die Sinnesorgane nehmen dies auf und müssen somit arbeiten, der Körper aber will zum Schlafen gerne abschalten. Zu wenig Schlaf ist sehr schädlich, da der Körper diese Zeit zum Regenerieren benötigt. Durch zu wenig Schlaf können Migräne, Immunkrankheiten, Infektionen, Nervenkrankheiten, Allergien usw. auftreten. Zu wenig Schlaf verdoppelt das Sterberisiko. Der wichtigste Schlaf ist der Nachtschlaf von mindestens sechs Stunden, optimal ist ein Nickerchen von 15 Minuten am Tage. Und eins noch: Vorausschlafen ist nicht möglich! Wenn ihr wisst, dass ihr in den kommenden Tagen sehr wenig Schlaf haben werdet, weil beispielsweise viele Arbeiten erledigt werden müssen, könnt ihr diesen Schlaf nicht im Voraus schlafen. Schlafdefizite nachzuholen ist dagegen möglich.

Denkt immer daran, dass jeder Mensch ein Drittel seines Lebens mit Schlafen verbringt. Eine gute Matratze und eine Schlafkultur sind deshalb sehr wichtig.

Für den Schlaf gibt es zwei Sperrzonen, die wissenschaftlich durch Experimente nachgewiesen worden sind: Zwischen 10 und 11 Uhr vormittags und zwischen 20 und 21 Uhr abends kann man besonders schlecht einschlafen. Alle 90 Minuten öffnet sich ein Zeitfenster im Gehirn. In dieser Zeit kann man besonders gut einschlafen. Der Einstiegsmoment ist einfach zu finden, nämlich dann, wenn man sich müde fühlt, wenn man gähnt, wenn man schwere, bleierne Augen bekommt. Das alles sind Anzeichen dafür, dass man entweder schlafen oder zumindest ein Nickerchen halten sollte.

Regelmäßigkeit ist ein wichtiges Schlagwort. Wenn man dem Schlaf ein Ritual gibt, wie beispielsweise das Anziehen eines Schlafanzugs, das nächtliche Gebet und ein bestimmter Zeitpunkt, dann kann sich der Körper darauf einstellen. Schlaft in einem Raum, in dem ihr euch entspannen könnt, in welchem nichts herumliegt, was störend wirkt, bei frischer Luft und bei einer Zimmertemperatur von etwa 18 bis 20 Grad. Verzichtet vor dem Schlafen nicht nur auf große Mengen an Nahrungsmitteln, sondern auch auf großen Mengen an Flüssigkeit. Geht vor dem Schlafen nochmals auf die Toilette und entleert euch.

Steht am nächsten Morgen nicht abrupt auf, sondern veranschlagt für das Aufstehen ebenso viel Zeit wie für das Einschlafen. Unterstützt das Aufstehen durch bewusstes Atmen und durch das Dehnen der Muskeln und Sehnen. Ein Glas warmes Wasser weckt euch am besten auf. Es gibt quasi keine Morgenmuffel. Die meisten Menschen reden sich nur so lange ein, ein Morgenmuffel zu sein, bis sie es tatsächlich sind.

Während des Schlafens verliert der Körper ein bis zwei Liter Wasser, das am Morgen aufgefüllt werden muss. Lernt von den Hunden und Katzen, die sich nach dem Aufstehen immer recken und strecken, denn nach sieben Stunden Schlaf haben sich die Sehnen und Bänder verkürzt und müssen gedehnt werden. Nehmt euch etwas Zeit, um den Körper für den Tag startklar zu machen. Nach ausreichendem Strecken und Dehnen werden auch wieder Glückshormone ausgeschüttet.

Geht mit einem morgendlichen Gebet in den Tag: Dankt euch selbst. Stellt euch vor den Spiegel und sagt euch, was gut an euch ist und was ihr toll macht, und lacht euch so etwa 60 Sekunden lang an. Schafft alles ab, was euch am Morgen nervt. Das solltet ihr auch am Abend beim Einschlafen so machen.

Zeit bleibt die wichtigste Zutat für den Morgen. Am Morgen brauchen wir keine Eile, keinen Stress, sondern eine gemütliche Vorbereitung auf den Tag. Legt euch eure Kleidung schon am Vorabend zurecht. Bereitet euch den Frühstückstisch vor.

Ein aufgeräumtes und gut duftendes Badezimmer verhilft euch zu einem guten Morgen. Euer Bad sollte zumindest eine Sache beinhalten, auf die ihr euch freut, zum Beispiel einen CD-Player mit eurer Lieblingsmusik, einen Blumenstrauß oder vorgewärmte Handtücher.

Jeden Morgen sollte man sich duschen, dabei aber nicht jedes Mal Duschgels benutzen, denn die darin enthaltenen chemischen Stoffe schädigen den natürlichen Schutzfilm der Haut. Nach dem warmen Duschen sollte man sich kalt abduschen, das macht richtig wach und regt die Durchblutung an. Dabei sollte man folgendermaßen vorgehen: rechtes Bein, rechter Arm, linkes Bein, linker Arm, Rücken, Brust, kaltes Wasser in den Mund, danach der ganze Körper. Die Regel hierbei heißt: sich mit dem kalten Wasser dem Herzen nähern. Am besten ist es, wenn ihr nach dem morgendlichen Duschen eine Tasse lauwarmes Wasser trinkt. Dies macht glücklich, entzieht dem Körper kein Wasser, wie etwa schwarzer Tee oder Kaffee, und lässt den Spiegel des Gute-Laune-Hormons Serotonin ansteigen.

Schlafmangel führt zu Reizbarkeit, Konzentrationsstörungen und Depressionen. Es ist erwiesen, dass zur Erhaltung der Gesundheit mindestens sieben Stunden Schlaf pro Tag nötig sind. Die meisten Menschen brauchen sogar mehr. Wer der Ansicht ist, er komme mit weniger Schlaf aus, betrügt sich nur selbst und wird krank.

Die Körpertemperatur

Beim gesunden Menschen beträgt die normale Körpertemperatur etwa 37 Grad. Das ist somit seine Betriebstemperatur, die er konstant beibehält, indem er durch Schweißabsonderung über die Hautporen eine starke Erhitzung ausgleicht, je nachdem, ob wir übermäßig Sport treiben oder Fieber haben. Bei Kälte zieht der Körper Wärme von den äußeren Gliedmaßen ab, um die wichtigen inneren Organe bei der richtigen Temperatur halten zu können. Wir sollten darauf achten, dass wir in den Räumen, in denen wir uns aufhalten, immer etwa um die 20 Grad haben. Niemals die Heizung voll aufdrehen! Im Winter aber müssen wir uns warm anziehen, um unseren Körper nicht zu unterkühlen. Überhitzen und Unterkühlen, beides ist schädlich für den Körper. Unser Körper verfügt über ein Wärme-, also ein Energie-Ausgleichssystem. Überschüssige Wärme gibt er nach außen ab und Energieüberschuss speichert er schon in fetten Tagen zur künftigen Nutzung. Der Körper passt sich den Temperatur- und Luftfeuchtigkeitsunterschieden im Laufe der Zeit an, unter extremen Bedingungen erst nach einigen Generationen. Ein Auswanderer kann sich in Afrika oder im Regenwald erst nach einiger Zeit akklimatisieren, denn dazu ist die Anpassung der Organe vonnöten, die normalerweise in der Evolution stattfindet. Somit ist für uns Menschen das Umsiedeln in eine andere Klimazone nur begrenzt

möglich, und wir sollten darauf verzichten, wenn wir ein gesundes Leben haben möchten. Es ist auch auf ausreichende Luftfeuchtigkeit zu achten. Besonders im Winter sollte ein Luftbefeuchter die trockene Luft in feuchte Luft verwandeln, damit die Lunge ihre Arbeit einwandfrei erledigen kann. Kauft euch ein Thermometer sowie ein Barometer und sorgt für die optimale Temperatur und Luftfeuchtigkeit in euren Räumen.

Die körpereigene Heilkraft

Unser Körper besitzt eine eigene Heilkraft. Die meisten Krankheiten kann unser Körper daher selbst heilen. Die Medizin leistet nur eine Unterstützung. Am besten ist es, wenn man nie krank wird. Ist etwas in unserem Körper nicht in der göttlichen Ordnung, was dem gesunden Normalzustand unseres Körpers entspricht, macht sich unser Biosprogramm sofort an die Arbeit, wieder alles in die göttliche Ordnung zu bringen. Haben wir uns zum Beispiel einen Knochen gebrochen, kann dieser von uns selbst geheilt werden. Die Selbstheilungskräfte werden ebenso bei einer Grippe oder bei einem Schnitt in den Finger mobilisiert.

Ständig ist unser Körper mit der Heilung beschäftigt, auch wenn wir dies oft gar nicht bemerken. Unser Biosprogramm gibt Befehle an unzählige Zellen, den Austausch von kranken in gesunde Zellen vorzunehmen. Unser Körper scheidet täglich kranke Zellen aus. Gesund sein ist der Normalzustand.

Wir können unseren Körper bei der Heilung unterstützen, indem wir ihn wahrnehmen und Hilfe leisten. Wenn er eine Grippe heilen muss und dafür viel Energie benötigt, legen wir uns hin und verbrauchen somit so wenig Energie wie möglich. Wenn wir ihn optimal mit Nahrung versorgen,

geben wir ihm die Stoffe, die er zur Regenerierung aller Zellen benötigt.

Es gibt jedoch auch Krankheiten, die unser Körper selbst nicht heilen kann. Dies sind beispielsweise verschiedene Viruserkrankungen wie Hepatitis oder Aids, aber auch ein abgerissener Arm. Die meisten Heilungsprozesse gehen von unserem Unterbewusstsein aus. Auf dieses Thema komme ich noch ausführlich zu sprechen. Mit der Hilfe unseres Biosprogramms können wir nahezu alle Krankheiten heilen, aber eben nicht alle. Deshalb sollten wir stets darauf achten, dass wir unseren Körper gesund halten und von nicht heilbaren Krankheiten fernhalten.

Der Schutz unseres Körpers

Es gibt eine Vielzahl von Gefahren, denen unser Körper im täglichen Leben ausgesetzt ist und die unseren Körper verletzen können. Chemie in der Luft oder auf der Haut, herabfallende, schwere Gegenstände, das Abstürzen in die Tiefe, ein Motorradunfall und vieles mehr.

Viele Wunden und Krankheiten kann unser Körper selbst heilen: kleine Schnitte, einfache Knochenbrüche, eine Grippe, Kinderkrankheiten und vieles mehr. Doch schwere Beschädigungen, wie das Abreißen eines Arms oder das Verlieren eines Zahns oder eines Auges, kann er nicht rückgängig machen. Diese Körperteile wachsen nicht mehr nach. Aber auch Viruskrankheiten wie Hepatitis und Aids kann er selbst nicht heilen. Ihr müsst daher bei jeder drohenden Gefahr abwägen, ob diese den Körper so beschädigen kann, dass sie irreparable Schäden verursacht oder nicht. Wenn ihr der Meinung seid, dass eine Gefahr euren Körper irreparabel schädigen könnte, dann solltet ihr dieser Gefahr mit allen Mitteln ausweichen. In unserer modernen Welt hegen und pflegen wir unseren Körper, besprühen ihn sogar mit Parfüm und cremen ihn ein, damit er gut riecht und geschmeidig bleibt. Doch alles Pflegen hilft nichts, wenn wir irreparable Schäden erleiden.

Es gibt Menschen, die fordern Gefahren für ihren Körper regelrecht heraus, zum Beispiel mit

Risikosportarten wie Bergsteigen, Motocross, Segelfliegen, Tauchen oder Ähnliches. Ein Sportunfall kann schnell einen irreparablen Schaden nach sich ziehen. Es kann sogar sein, dass man ein Leben lang auf den Rollstuhl angewiesen ist.

Ihr, meine Kinder, seid nun gewarnt. Vernarrt euch bitte nicht in Risikosportarten, die eine erhebliche Gefahr für euren Körper darstellen. Mutproben oder sonstige Wagnisse, die den Körper schädigen, sind ebenfalls sehr dumm.

Damit wir Schäden an unserem Körper vorbeugen, müssen wir auf unseren Körper sehr achtgeben und allen Verletzungsgefahren aus dem Wege gehen. Wir dürfen uns vor allem nicht leichtsinnig oder gar bewusst Gefahren aussetzen.

Störungen an unseren Organen durch Rauchen, Alkohol, Drogen, verdorbene Nahrungsmittel, durch Krankheiten, die über das Blut eindringen, können wir aus dem Wege gehen, wenn wir achtsam mit unserem Körper umgehen.

Es gibt jedoch nicht nur Gefahren, die wir selbst uns antun, es gibt auch Gefahren, die über die Umwelt auf uns zukommen. Der Schutz unseres Körpers muss für uns an erster Stelle stehen. Es gibt keine Feiglinge, wenn es darum geht, einer Mutprobe, die unseren Körper verletzen kann, aus dem Wege zu gehen.

Denkt immer daran: Ihr habt nur einen Körper und mit diesem müsst ihr ein Leben lang vorliebnehmen.

Gefahren für unseren Körper sind auch zu wenig Schlaf, keine ausreichende Luft, keine Bewegung, keine Sonne und kein Licht, Unterkühlung oder Verbrennung.

Ihr müsst mit offenen Augen und Ohren durchs Leben gehen, damit ihr drohende Gefahren schnell erkennen und ihnen aus dem Wege gehen könnt. Mit einem gesunden und funktionsfähigen Körper können wir erfolgreich sein. Mit einem kranken oder beschädigten Körper werden wir ein Leben lang behindert und eingeschränkt sein, was sich auf unseren Erfolg ebenfalls negativ auswirken kann.

Unsere Wahrnehmungsorgane

Nun komme ich zu unseren Wahrnehmungsorganen, den fünf Sinnesorganen. Unser Körper hat Organe, die nach außen gehen, und deren Aufgabe es ist, Informationen aus der Umwelt aufzunehmen, um Gefahren rechtzeitig erkennen zu können. Die Weiterleitung der Informationen an unser Gehirn erfolgt anhand von Gefühlen über unser Nervensystem. Dieses umspannt unseren gesamten Körper mit einem Nervennetz und ist direkt mit unserem Gehirn verbunden.

Zu den fünf Sinnesorganen gehören die Augen, die Ohren, der Mund, die Nase sowie die Haut. Wir sehen, wir hören, wir schmecken, wir riechen und wir tasten. Unsere fünf Sinnesorgane werden im Schlaf weitgehend ausgeschaltet und dienen uns somit vor allem bei Tage.

Unsere Augen nehmen Bilder auf. Sie können mögliche Gefahren ausmachen und diese Information an das Hirn weiterleiten.

Unsere Ohren nehmen hörbare Reize aus der Umwelt auf, machen Gefahren aus und transportieren diese Informationen an unser Gehirn weiter.

Unser Mund und insbesondere unser Geschmackssinn dienen der Erkennung von Nahrung. Wir können beispielsweise aufgenommene Nahrung analysieren und verdorbene Nahrung sofort erkennen und wieder ausspucken. Die Nase nimmt ebenfalls Reize wahr

und so können wir Gefahren riechen, zum Beispiel Brandherde. Unsere Haut dient unserem Tastsinn, der ebenfalls Reize aus unserer Umwelt aufnehmen kann, um eventuelle Gefahren zu erkennen.

Die aufgenommenen Reize werden abgespeichert und dienen so der Früherkennung. Wenn ihr euch zum Beispiel einmal die Hand an einer heißen Herdplatte verbrennt, speichert das Gehirn diese Sinnesaufnahme mittels eines Gefühls ab. Wenn ihr beim nächsten Mal vor einer heißen Herdplatte steht, signalisiert euer Gehirn sofort „Achtung Gefahr“ und warnt euch. Euer Gehirn hat sich die Gefahr also gemerkt und bewahrt euch davor, denselben Fehler noch einmal zu begehen.

Ihr solltet darauf achten, dass eure Sinnesorgane immer in voller Funktionsbereitschaft sind, da sie euren Körper durch Gefahren von außen schützen müssen. In unserer heutigen Welt werden die Sinnesorgane oft geschädigt, durch Rauchen von Nikotin, durch Drogen und Alkohol, durch die Reizüberflutung von Bildern und vieles mehr. Der Lärm, wie er beispielsweise in Diskotheken vorkommt, schadet vor allem unseren Ohren. Wenn die Sinnesorgane geschädigt werden, dann stumpfen sie ab und können uns nicht mehr zur Gefahrenerkennung dienen.

Unser Wissen, ja unser kompletter Datenspeicher, ist die Gesamtsumme aller Wahrnehmungen, die wir in unserem Leben gespeichert haben. Von

Geburt an werden alle unsere Wahrnehmungen in unserem unendlich großen Speicher hinterlegt. Da wir außer unseren Sinnesorganen keine Möglichkeit haben, Informationen aufzunehmen, ist es wichtig, sie zu pflegen, sowie die Informationen aus der Umwelt bewusst aufzunehmen und bewusst abzuspeichern.

Denkt immer daran: Ihr empfangt eure Eindrücke von der Außenwelt durch den Filter eures bewussten Geistes. Gefühle jedoch könnt ihr nicht verfälschen oder bewusst verändern.

Unsere Sinnesorgane sollten wir immer mit Bedacht einsetzen, und alle Informationen, die wir aufnehmen, sollten wir mit Bedacht aufnehmen. Wir sollten nur das mit Nachdruck speichern, was wir wirklich als speichernswert erachten.

Alle Informationen, die in unserem Gehirn abgespeichert sind, wurden also durch unsere fünf Sinnesorgane mittels Gefühlen an unser Gehirn weitergegeben. Anders ist eine Informationsaufnahme für uns Menschen nicht möglich. Alles, was wir wissen, sind also Gefühle. Unser Gehirn besteht somit aus der Sammlung aller Reize, die unsere Sinnesorgane je erreicht haben. Nicht mehr und nicht weniger.

Unsere körperliche Einzigartigkeit

Die Natur hat es so angelegt, dass aus der Befruchtung einer Eizelle durch eine Samenzelle neues Leben entsteht. Jedes neue Leben birgt somit eine neue Chance. Es fängt wieder von vorne an. Unser Erbgut entwickelt sich entsprechend den Lebensumständen und passt sich im Laufe der Evolution diesen an. Unser körpereigenes Biosprogramm richtet sich schließlich danach. Das jeweils aktuelle Update wird bei der Fortpflanzung weitergegeben. Es ist der Zufall mit schier unendlichen Möglichkeiten, der ein neues Leben, ein Individuum, entstehen lässt. Da unser Erbgut, im Vergleich zum Lottospiel, nicht nur aus 49 Kugeln besteht, sondern aus vielen Milliarden Erbgutträgern, ist dies die Ursache dafür, dass wir alle Individuen sind, also einzigartig. Wir können uns vergleichen, mit wem wir auch wollen, doch wir werden nie einen mit uns identischen Menschen finden. Somit kann jeder von Neuem anfangen und besser sein denn je: der neue Mensch, der von der Befruchtung an ein Gewinner ist.

Wir sollten deshalb auch nie Vergleiche zu anderen Menschen ziehen und uns wünschen, so zu sein wie sie. Denn das geht nicht. Wir sollten immer uns selbst sehen und uns wünschen, wie wir sein zu wollen, und uns danach ausbilden. Auch, wenn es oft Ähnlichkeiten mit anderen Menschen gibt, sollten wir immer daran denken, dass wir einzigartig sind. Darauf können wir stolz sein. Wir können uns

Vorbilder schaffen, werden aber nie so sein wie sie.
Wir sind eben wir. Einzigartig!

Denkt immer daran: Es gibt niemanden, der so ist wie ihr. Ihr seid einzigartig, ihr seid Gewinner von Geburt an.

Die naturgegebene Nutzung unseres Körpers

Unser Körper hat sich im Zuge der Evolution immer wieder an die sich wandelnden Gegebenheiten in der Natur angepasst. Diese positive Eigenschaft sollten wir auch dahingehend einsetzen, dass wir unseren Körper nur nach den Gesetzen der Natur nutzen. Jede natürliche Bewegung und Nutzung des Körpers ist gesund, jede unnatürliche dagegen ist schädlich.

Was aber bedeutet natürliche Nutzung? Es ist eine Nutzung, die durch unseren Knochen- und Muskelbau, ja unseren ganzen Körper und seine Funktionen herausgebildet wurde. Durch eine natürliche Bewegung strecken wir unsere Muskeln nicht zu weit und überdehnen unsere Gelenke nicht. Wenn wir unseren Körper so nutzen, wie dies in der Natur vorgesehen ist, benötigen wir Bewegung, um unsere Muskeln geschmeidig zu halten, damit diese unsere Knochen jederzeit in die gewünschte Bewegung versetzen und unsere Befehle ausführen können.

Ein Beispiel: Wenn wir die Hand ausstrecken, um eine Sternschnuppe zu fangen, dann führen unsere Muskeln eine Bewegung aus. Wenn wir solche einfachen, natürlichen Bewegungen nicht immer wieder ausführen würden, dann würden sich unsere Muskeln zurückbilden, da sie nicht mehr benötigt würden. Sollten wir eine derartige Bewegung dann doch einmal ausführen müssen,

dann wären die Muskeln zu schwach. Sie müssten durch immer wiederkehrendes Üben erst wieder herausgebildet werden, bis sie stark genug wären, dem Knochenbau die Muskelkraft zu verleihen, den Arm auszustrecken.

Deshalb sieht die Natur für uns Menschen einen beweglichen Körper vor, einen Körper, der aktiv alle Muskeln geschmeidig hält, diese aber nicht unnötig abnutzt: einen Körper also, der abwechslungsreiche Bewegungen durchführt.

Jede unnatürliche Nutzung des Körpers ist schädlich. Nehmen wir zum Beispiel einen Profiradfahrer. Dieser hält seinen Herzschlag durch seine kontinuierliche sportliche Aktivität immer auf dem höchsten Level. Er tritt mit seinen Beinen immer wieder in die Pedale, sodass er stets gleichbleibende Knochen- und Muskelbewegungen durchführt. Somit nutzt er sein Herz, seine Beinmuskeln und seine Gelenke ab. Da jeder Mensch nur eine bestimmte Anzahl an Herzschlägen und Gelenkbewegungen leisten kann, bis diese aufgebraucht sind, und Muskeln und Gelenke auch nur eine bestimmte Lebensdauer haben, bis sie verbraucht sind, schadet er sich selbst. Er bewegt sich gegen die Natur und nutzt seinen Körper schneller ab, als dies von der Natur vorgesehen war.

Ein Mensch, der nur vor dem Computer sitzt, nutzt seine Fingermuskeln, Sehnen und Gelenke

ab, da er immer gleichbleibende Bewegungen an der Computermaus und Tastatur ausführt. In der Natur gibt es nichts, das immer gleichbleibende Bewegungen im Akkord erfordern würde. Natürlich kann man am Computer sitzen und arbeiten, es sollte jedoch nicht ständig sein. Auf die Abwechslung kommt es an. Fußballer oder Marathonläufer sind von der Natur nicht vorgesehen. Der Mensch ist dafür nicht geschaffen. Beide Sportler nutzen ihre Beine zu schnell ab und haben gesundheitliche Probleme im Alter. Wir Menschen und auch alle anderen Lebewesen sind ein Zerfallsprodukt. Je älter wir werden, desto mehr zerfallen wir, so lange, bis wir unseren Endpunkt erreicht haben und sterben. Bei allen körperlichen Sportarten und handwerklichen Betätigungen wird vor allem das Herz stark beansprucht. Auch dieses hat nur eine begrenzte Lebensdauer. Es ist so beschaffen, dass es eine gewisse Anzahl an Schlägen in einem Leben durchführen kann, bis es verbraucht ist. Wenn wir Leistungssport betreiben, setzen wir die Herzschläge stark herauf und nutzen unser Herz somit viel schneller ab. Wir müssen uns also im Klaren darüber sein, dass uns jede unnatürliche und kontinuierlich gleiche Anstrengung im Alter zu schaffen machen wird. Der Mensch ist ein Lebewesen, das Bewegung braucht. Als Jäger und Sammler wanderten wir durch die Welt, wir mussten laufen, springen, klettern, schwimmen, eben eine Vielzahl von verschiedenen Bewegungen ausführen. Auf diese Weise haben

sich alle unsere Muskeln, Sehnen, Knochen und Gelenke ausgebildet und geschmeidig gehalten. Bei jeder Bewegung sollten wir uns darüber Gedanken machen, ob sie natürlich ist, ob wir sie brauchen, um zu überleben. Wenn ja, dann ist sie gesund. Ich möchte jedoch nicht den Anschein erwecken, dass Sport ungesund ist. Sport in Maßen ist sicher nicht schädlich, wie auch jede unnatürliche oder anhaltend monotone Bewegung nicht sofort zu Schädigungen führt. Schädigend sind diese immer wiederkehrenden Bewegungen nur, wenn sie über einen langen Zeitraum hinweg getätigt werden.

Denkt immer daran: Eine natürliche Nutzung des Körpers ist immer eine abwechslungsreiche Nutzung, eine Nutzung, bei welcher wir auch immer wieder an unsere Grenzen gehen. Wenn wir unseren Körper naturgemäß und abwechslungsreich nutzen, wird er lange gesund bleiben.

Die Beeinflussung unseres Körpers

Der Körper ist das Spiegelbild unseres Geistes. Der Körper kann durch den bewussten Geist nur bedingt Anweisungen erhalten und umsetzen. Es ist aber möglich, durch gezielte Aufforderungen an den unterbewussten Geist, wie zum Beispiel „Bitte heile mich und meine Schnittwunde“, die Heilung zu begünstigen. Wenn man sich immer wieder vorsagt, dass man gesund ist, dann gibt der Geist diese Information an den Körper weiter und hält ihn dadurch gesund. Wenn man immer denkt, man habe beispielsweise Krebs, dann wird man diese Krankheit auch bekommen, denn unser Unterbewusstsein will uns jeden Wunsch erfüllen. Wenn wir uns also so sehr wünschen, Krebs zu bekommen, dann wird der Wunsch auch in Erfüllung gehen. Deshalb ist jeder schlechte und falsche Gedanke sofort durch einen guten zu ersetzen. Indem wir uns immer gesund fühlen, werden wir auch gesund sein, und Volkskrankheiten können uns nichts antun. Auf die Beeinflussung des Körpers durch unser Unterbewusstsein werden wir in späteren Kapiteln noch zu sprechen kommen.

Die Ausbildung unseres Körpers

Wir haben nun vieles über die Bau- und Funktionsweise unseres Körpers erfahren: wie er beschaffen ist, wie er funktioniert und welche Wunder er für uns zu tun vermag. Wir haben gelernt, wie wir unseren Körper für unsere hohen Ziele einsetzen können: für Gesundheit, Erfolg und Glück.

Nun ist es an der Zeit, dass wir uns Gedanken darüber machen, wie wir unseren Körper ausbilden müssen, damit wir ihn für ein gesundes, erfolgreiches und glückliches Leben optimal einsetzen können.

Ausbilden heißt lernen und trainieren. Erfolgreich können wir nur sein, wenn wir unseren Körper optimal ausgebildet haben und vor allem gesund sind. Ein gut ausgebildeter Körper ist die Grundlage für ein erfolgreiches Leben, denn er ist unser Werkzeug, das wir ein Leben lang mit uns führen, um die Dinge zu erledigen, die wir erledigen müssen.

Die körperliche Ausbildung findet von der Geburt bis zum 21. Lebensjahr statt. Durch naturgemäße Fitness helfen wir unseren Muskeln und Knochen, uns optimal auszubilden, damit wir geschmeidig und kraftvoll sind für einen erfolgreichen Lebensweg. Dabei ist stets auch auf Natürlichkeit zu achten. Doch egal, was wir bis heute mit unserem Körper angestellt haben: Denkt daran, dass jede

Zelle unseres Körpers innerhalb von 90 Tagen stirbt und durch eine neue ersetzt wird. Physikalisch ist also kein Mensch älter als 90 Tage.

Wenn ihr optimale und zugleich natürliche Körper sehen wollt, braucht ihr euch nur die Statuen von Donatello anzusehen, zum Beispiel den „David“ in Florenz. Diese Statuen zeigen immer noch das natürliche Optimum. Heute gibt es unnatürliche Bodybuilder, die ihren Körper übermäßig beanspruchen, sodass dieser stark in Mitleidenschaft gezogen wird und vor allem keine optimale Funktion mehr ausführen kann. Die Geschmeidigkeit, mit der wir unserem Körper alles abverlangen können, geht diesen Bodybuildern verloren. Körperliche Ausbildung heißt natürliche Bewegung und keine extremen Sporteinlagen.

Beginnt jetzt, euren Körper bewusst wahrzunehmen und ihn auszubilden. Beendet alle schädigenden Handlungen an eurem Körper und stellt den Konsum von Drogen, Nikotin und Alkohol sofort ein. Ernährt euch fortan so gut wie möglich: nicht übermäßig essen und nur natürliche Bioprodukte, vor allem aber abwechslungsreich. Trinkt mindestens zwei Liter Wasser am Tag und jeden Morgen eine Tasse lauwarmes Wasser. Beginnt sodann, alle eure Muskeln und Sehnen zu trainieren, indem ihr natürliche Bewegungen durchführt. Beginnt, euren Herzkreislauf zu trainieren, indem ihr Joggen oder Schwimmen geht, aber bitte nur in Maßen. Seinen Körper auszubilden ist ein mühevoller Weg, doch einer, der gegangen

werden muss. Ganz gleich, wie eure derzeitige körperliche Verfassung ist, beginnt, euren Körper auszubilden, ihn durch Bewegung geschmeidig und kraftvoll zu machen. Was ihr außerdem ab sofort anerkennen müsst, das ist euer körperliches Erbe. Ihr könnt euch nicht 20 Zentimeter größer machen, ihr könnt euren Knochenaufbau, eure eventuellen Plattfüße nicht erneuern. Ihr müsst damit leben, also findet euch damit ab. Solltet ihr Plattfüße haben, legt euch immer gutes Schuhwerk mit orthopädischen Einlagen zu. Ihr könnt, wie gesagt, vieles an eurem Körper nicht ändern, ihr habt ihn vererbt bekommen, aber ihr könnt eurem Körper helfen, mit den Unzulänglichkeiten zu leben, indem ihr diese akzeptiert. Die körperliche Ausbildung bekommt man nicht geschenkt, man kann sie nicht kaufen, man kann niemanden überreden, sie für euch zu tun. Man kann sie nur selbst erreichen durch sportliche Mühen. Dies ist wichtig für euren körperlichen Erfolg.

Unser Geist

Ich habe nun vieles über die Bauweise, Funktionsweise und optimale Versorgung eures Körpers berichtet. Ihr habt erfahren, wie ihr euren Körper gesund erhalten könnt und welche Lebensumstände für euren Körper günstig sind. Ihr habt durch eine naturgemäße und bewusste Nutzung eures Körpers einen erfolgreichen und treuen Helfer, ein Leben lang. Täglich finden Wissenschaftler Neues über unseren Körper heraus. Ihr solltet euch immer dafür interessieren, euren Körper besser kennenzulernen und dazuzulernen. Nur so werdet ihr ihn immer besser verstehen. Gebt eurem Körper das, was er zum Leben benötigt, und davon gebt ihm das Beste. Macht ihn geschmeidig, bildet ihn aus, lernt seine Sprache und alle seine Funktionen und setzt ihn bewusst ein.

Überlegt euch jede Handlung genau, bevor ihr eurem Freund etwas befiehlt, das dieser im blinden Gehorsam und im Vertrauen zu euch sofort ausführt. Seht euren Körper als euren besten Freund an, der immer für euch da ist und bereit ist, alles für euch zu tun. Somit verdient er es auch, dass ihr mit ihm ordentlich umgeht und ebenfalls für ihn da seid. Ihr benötigt euren Körper ebenso, wie euer Körper euch benötigt. Ergänzt euch gegenseitig zu eurem Besten, dann werdet ihr in Harmonie erfolgreich sein.

Es ist nun an der Zeit, dass wir uns mit unserem Geist auseinandersetzen. Unser Geist, der Manager, der Künstler, der Wunscherfüller, der Erfinder, die große Macht in uns. Aber vor allem ist unser Geist derjenige, der unseren Körper steuert. Unser Körper macht von alleine gar nichts. Er führt nur die Befehle aus, die ihm der bewusste und der unterbewusste Geist vorgeben, besser noch: anschaffen. Euer Körper ist ein williger Sklave eures Geistes. Doch euer Geist steuert nicht nur euren Körper, er kann noch viel mehr. Er kann denken. Er kann sich Dinge vorstellen und Erfindungen machen. Alle prunkvollen Bauwerke, Kunstbilder, die Musik, alle technischen Erfindungen, einfach alles, was es auf unserer Welt gibt, das nicht von der Natur hervorgebracht wurde, hat der bewusst denkende Geist mithilfe seines unterbewussten Geistes erschaffen. Erst danach wurden diese Dinge durch eine praktische Handlung unseres Körpers in die Tat umgesetzt und erschaffen.

Es wurde beispielsweise ein Bild gemalt, ein Bauwerk erstellt oder eine Oper komponiert. Die Fähigkeit, bewusst zu denken, hat alleine der Mensch. Er ist es, der etwas aus der Natur nimmt, es umarbeitet und es bewusst nach seinen Vorstellungen formt. Der Mensch war es, der aus einem Holzstock und einem Stein eine Axt baute und diese zum Arbeiten benutzte. Wir Menschen können denken, doch wenige haben gelernt, ihren Geist bewusst zu benutzen.

Ebenso wichtig, wie unseren Körper zu kennen, ist es, unseren Geist und dessen Funktionsweise zu verstehen, und auch, was er zu leisten vermag, denn er ist mächtig. Sehr mächtig. Er ist so mächtig wie Gott selbst, denn er ist ein Teil des Göttlichen. Er ist nicht irgendein Geist, sondern er ist euer eigener Geist. Ist es nicht wunderbar zu wissen, dass all die Macht, die Gott hat, in euch steckt; dass ihr über die Macht Gottes verfügen könnt. Was für ein mächtiger Freund doch in euch steckt! Und wenn er nicht gerade in Eigenregie mit der Erhaltung eures Lebens beschäftigt ist, dann kümmert er sich um eure Wünsche. Was auch immer ihr für mächtig anseht, es steckt in eurem Geist, in euch selbst. Mithilfe eures Geistes könnt ihr alles erreichen, was ihr euch vorstellen könnt.

Denkt immer daran: Eure Vorstellungen sind Bilder eines real erreichten Zieles.

Nur durch unser Verständnis für beide, unseren Körper und unseren Geist, können wir sie in Harmonie miteinander bringen und können gesund, erfolgreich und glücklich leben. Unsere Eltern haben das ihrige dazugegeben, damit wir heute so sind, wie wir sind. Doch dies gilt nur in physischer, also in körperlicher Hinsicht. In geistiger Hinsicht könnt ihr aus euch machen, was ihr wollt. Geistig könnt ihr euch von heute auf morgen ändern. Jeder Mensch ist das Produkt aus Vererbung und sozialem Umfeld. Ihr habt die physischen Eigenschaften eurer Eltern geerbt, die diese wiederum von ihren Eltern

geerbt haben usw.: die Körperstatur, die Haut, die Augenfarbe, die Haare und eben alle physischen, körperlichen Eigenschaften. Ihr könnt darauf nur sehr bedingt Einfluss nehmen. Ihr könnt euch, auch wenn ihr es noch so sehr wollt, nicht einfach 30 Zentimeter größer machen, außer, ihr führt unnatürliche Operationen durch.

Mit euren geistigen Eigenschaften ist dies jedoch ganz anders. Diese habt ihr nur zum Teil vererbt bekommen, beispielsweise den IQ. Den größten Teil eurer geistigen Eigenschaften habt ihr euch im Laufe eures Lebens selbst angeeignet, das meiste durch euer soziales Umfeld.

Alle diese Eigenschaften, die ihr euch selbst angeeignet habt, könnt ihr auch jederzeit wieder ändern. Ihr könnt selbst bestimmen, welche geistigen Eigenschaften ihr haben wollt und welche nicht. Ihr braucht dabei keine Hilfe.

Denkt immer daran: Sobald ihr beginnt, euch geistig bewusst zu ändern, werdet ihr der Steuermann euer selbst werden.

Nehmt also euer Leben endlich selbst in die Hand und lasst euch nicht mehr fremdbestimmen. Natürlich lassen sich Eigenschaften, die ihr euch bereits im Kindesalter angeeignet habt, schwerer ändern als solche, die ihr erst vor Kurzem angenommen habt. Ändern aber lassen sich alle.

Physisch gesehen ist euer Geist mit all den Daten gefüllt, die ihr von Geburt an vererbt bekommen habt, eurem Biosystem, sowie mit denen, die ihr euer Leben lang aus eurer Umwelt mit euren fünf Sinnesorganen absorbiert und gespeichert habt.

Alles, was ihr durch eure fünf Sinnesorgane, also durch das Hören, Riechen, Schmecken, Tasten und Sehen aufgenommen habt, bildet zusammen mit eurem Biosprogramm euren geistigen Fundus, eure Datenfestplatte. Da wir kein externes Laufwerk an unseren Geist anschließen können, ist eine andere Möglichkeit der Aufnahme von Daten unmöglich. Somit verfügt ihr nur über eure selbst aufgenommenen Daten.

Wir können auf alle gespeicherten Informationen jederzeit zugreifen. Wir können aber auch auf den allumfassenden Geist zugreifen, auf den wir später noch zu sprechen kommen.

Ich möchte nun den Begriff „soziales Umfeld“ näher beschreiben. Eure geistige Persönlichkeit hat sich durch die elterliche Erziehung, durch die Schule, die Medien sowie durch euer Glaubensbekenntnis, also die Kirche, und euren Freundeskreis gebildet. So habt ihr euch eure eigene Denkweise geschaffen, eure eigene Anschauung von Dingen, ja von der Welt.

Was ihr glaubt, das glaubt ihr nur aufgrund aller Sinneseindrücke, die euren Geist je erreicht

haben, aufgrund aller Meinungen der Menschen, mit denen ihr je in Kontakt wart, und aufgrund eurer eigenen bewussten Verarbeitung all dieser Informationen.

Euer Geist besteht aus der Summe aller Sinneseindrücke, die euch seit Geburt an je erreicht haben, und eurer persönlichen Anschauungs- und Denkweise, die ihr euch durch euer Umfeld angeeignet habt.

Der menschliche Geist ist wie ein fruchtbares Feld. Die Früchte, die hervorkommen, hängen nur von den Samen ab (den Gedanken, den Sinneseindrücken, dem Gefühl), die vorher eingepflanzt wurden. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, dass wir gut abwägen, welche Sinneseindrücke und Gedanken wir aufnehmen, und welche besser nicht.

Denkt immer daran: Was ihr heute sät, werdet ihr morgen ernten.

Auch auf diesen Spruch werden wir in späteren Kapiteln noch ausführlich zu sprechen kommen.

Unser Geist ist in zwei Ebenen aufgeteilt. Wenn man so will, haben wir zwei Geister, die jedoch in Harmonie miteinander arbeiten können und so einen gemeinsamen Geist ergeben: die bewusste Ebene, also der bewusste Geist des wachen Zustandes, und die unterbewusste Ebene, also der Geist des schlafenden Zustandes. In den folgenden Kapiteln werdet ihr die Funktionsweise

unseres bewussten Geistes sowie die unseres unterbewussten Geistes kennenlernen und auch, wie ihr beide in einen harmonischen Einklang bringen und erfolgreich einsetzen könnt. Ihr werdet einen Einblick gewinnen, wie beide Geister funktionieren und wie ihr sie optimal versorgen und nutzen könnt. Ihr werdet erfahren, wie ihr durch Suggestion andere Geister, also unsere Mitmenschen, beeinflussen könnt, damit sie das tun, was ihr wollt. Ihr werdet erfahren, wie ihr bewusst mit eurem Unterbewusstsein, also eurem unterbewussten Geist, in Verbindung treten könnt, und wie ihr durch Autosuggestion euer Unterbewusstsein bewusst beeinflussen könnt, sodass es euch alle Wünsche erfüllt.

Ihr werdet eine neue, ungeheuer große Macht kennenlernen, die alles vermag, was ihr euch nur vorstellen könnt.

Euer Geist stellt neben eurem Körper euer wichtigstes Gut dar. Er ist euer mächtigster Verbündeter. Durch den bewussten Einsatz aller Geistesebenen erlangt ihr eine Macht, die euch nahezu alle Wünsche erfüllen wird, und sie macht euch zu Gewinnern. Sie macht euch gesund, erfolgreich und glücklich. Vergesst nie: Ihr seid von Geburt an Gewinner.

Euer Geist wurde von Geburt an mit einer Vielzahl von Informationen und Funktionen ausgestattet.

Nicht nur seit ihr die Augen aufgemacht habt, sondern bereits von der Zeugung an, hat euer Geist

Basisinformationen erhalten. Zusätzlich nimmt er Informationen aus der Umwelt auf und verarbeitet sie zu eurem Wohle. Im Kindesalter ist euch dies nicht aufgefallen, mit zunehmendem Alter jedoch wird es euch immer bewusster werden.

Nur, wenn ihr versteht, wie euer Geist funktioniert und wie ihr ihn für das Erreichen eurer hohen Ideale und Ziele, der Gesundheit, des Erfolgs und des Glücks, nutzen könnt, wird er euch bei der Erlangung eurer Ziele und Wünsche nicht nur behilflich sein können, sondern sie euch sicher erfüllen.

Vieles wurde euch in die Wiege gelegt und ihr könnt die meisten eurer geistigen Grundinformationen, also euer geistiges Biosprogramm, nicht bewusst beeinflussen, nicht steuern und nicht ändern. Durch den bewussten Gebrauch eures Geistes jedoch könnt ihr euren Geist formen und ihn dazu bringen, so zu werden, wie ihr ihn haben wollt.

Wenn ihr dieses Buch gelesen und verstanden habt, werden diese Zeilen euer ganzes Leben verändern. Ihr werdet beginnen, eure beiden Geister zu formen und zu nutzen, ihr werdet beginnen, eine Harmonie beider Geister herzustellen, ihr werdet beginnen, euch selbst zu verstehen, ihr werdet ein neuer Mensch werden, ein Mensch, der seine Geister versteht und diese erfolgreich nutzen wird. Ein Mensch, der seine beiden Geister in Einklang

mit seinem Körper bringt und in völliger Harmonie mit sich selbst lebt. Ein Mensch, der sich selbst versteht und ein Leben nach seinen Wünschen führt. Ihr werdet gesund, erfolgreich und glücklich sein, nicht nur körperlich, sondern auch geistig. Ihr werdet euer eigener Steuermann werden.

Das tägliche Sonnenlicht ist die Nahrung für unseren Geist. Wir müssen unseren Geist aber auch nutzen, damit er am Leben bleibt. Auf unserer Erde, ja im ganzen Universum herrscht das Naturgesetz der Nahrung und Nutzung.

Dieses Naturgesetz besagt, dass alles, was nicht genährt, und alles, was nicht genutzt wird, sterben muss. Wenn ihr also euren Geist nicht nährt oder nicht nutzt, so muss er sterben.

Eigenschaften des Geistes wie Liebe, Optimismus, Freundlichkeit usw. könnt ihr formen, indem ihr euch auf sie konzentriert, sie nährt und nutzt. Nur so bildet ihr geistige Eigenschaften aus und haltet

sie am Leben. Nur ihr selbst bestimmt über Leben und Tod eurer geistigen Eigenschaften.

Schlechte Eigenschaften eures Geistes wie Hass, Neid, Angst, Pessimismus, Destruktivität usw. könnt ihr besiegen, indem ihr diese durch Nichtnähren und Nichtnutzen zu Tode hungern lasst, bis sie verschwunden sind. Damit sie nicht mehr zurückkommen, müsst ihr sie auch noch verbannen.

Denkt immer daran: Ihr braucht keine Hilfe, keinen Menschen außer euch selbst, um euren Geist so zu beeinflussen, so zu formen, dass er funktioniert, wie ihr es wollt. Ihr alleine seid der Herrscher über euren Geist. Ihr könnt ab sofort der Steuermann eures geistigen Lebens sein. Legt Hand an und übernehmt das Steuer.

Wie eure Geister das Bewusstsein und das Unterbewusstsein, die rationelle und die Gefühlsebene unterscheiden, erfahrt ihr in den folgenden Kapiteln.

Der Mensch ist das, was er den ganzen Tag lang denkt, denn: "Du bist, was du denkst, und es geschieht dir nach deinem Glauben".

Es ist bereits seit vielen Jahren bekannt, dass der menschliche Geist Sender und Empfänger zugleich ist. Euer Geist empfängt die mentalen Schwingungen anderer Geister und sendet solche Schwingungen auch aus. So stehen sich zwei Geister gegenüber und können mit ihren mentalen Schwingungen miteinander kommunizieren, ohne ein Wort zu sagen, vorausgesetzt sie beherrschen das Prinzip. Vor allem in der Tierwelt findet dieses Prinzip auch heute noch Anwendung. Die meisten Menschen haben es leider nie gelernt, aber mit etwas Ausdauer könnt ihr es euch aneignen.

Es gibt nur eins auf der Welt, über das ihr die völlige Kontrolle erlangen könnt, und das ist euer

eigener bewusster Geist. Außerdem könnt ihr eine Teilkontrolle über euren unterbewussten Geist erlangen.

Ihr habt die Freiheit, zu denken, was ihr wollt. Keiner kann euch dazu zwingen, etwas zu denken, was ihr nicht denken wollt.

Leider ist unser Geist sehr hartnäckig und versucht, sich ständig unserer Kontrolle zu entziehen.

Es ist daher eine eurer Lebensaufgaben, euren Geist ständig unter Kontrolle zu halten, damit er das macht, was ihr wollt, und nicht fremdbestimmt wird.

Ihr müsst mit Willenskraft, Ausdauer, Hartnäckigkeit und Kontinuität an euch selbst und an eurem Geist arbeiten, die Kontrolle über euren Geist übernehmen, ihm eure Befehle erteilen und ihm dabei helfen, diese erfolgreich durchzuführen.

Die meisten Menschen geben sich mit dem Wissen zufrieden, dass die Gedanken in ihrem Kopf frei sind, anstatt die Freiheit auch zu nutzen, und zu denken, was immer sie wollen.

Doch ihr sollt die Freiheit der Gedanken nutzen, ihr sollt denken. Wenn ihr euren eigenen Geist nicht beherrscht, werdet ihr niemals Macht über euer Schicksal und schon gar nicht über andere Menschen erlangen. Ihr werdet nie erfolgreich sein.

Macht euch bewusst, dass euer Geist euer Eigentum ist. Euer Geist ist euer Instrument für eure Gesundheit, euren Erfolg und euer Glück.

Tretet eurem Geist mit großem Respekt entgegen und passt gut auf ihn auf, denn ihr habt nur den einen.

Wenn ihr nicht nur eure eigene Psyche in den Griff bekommen, sondern in der Welt auch noch erfolgreich werden wollt, müsst ihr als Erstes lernen, euch allen Angriffen, allen schädlichen Einflüssen von außen, zu widersetzen.

Den ganzen Tag über werdet ihr mit Informationen, Meinungen und Wertungen überschüttet. Ihr müsst lernen, diese erst einmal nicht in euch hineinzulassen. Stopft euren Geist

nicht mit Müll zu, den ihr nicht benötigt, der eure Urteilskraft und eure Selbstsicherheit untergräbt. Vor allem den Medien müsst ihr euch weitgehend verschließen, denn sie verfälschen die Wahrheit und pflanzen negative Gefühle der Angst, der Sorge, des Neides usw. in euch ein.

Denkt immer daran: Lasst euch eure guten Ideen nicht von pessimistischen Nörglern, Kritikern und Neidern schlechtreden. Behaltet eure Gedanken am besten für euch.

Wenn ihr euch ein Ziel setzt und euch auf dieses konzentriert, ist dies die beste Möglichkeit, euren Geist zu kontrollieren und auf eine geordnete und geplante Bahn zu lenken. Wenn ihr das Ruder eures Lebens in die Hand nehmt, dann müsst ihr auch einen Kurs haben, sonst würdet ihr ja ins Nichts steuern. In den nun folgenden Kapiteln werdet ihr erst den bewussten und dann den unterbewussten Geist kennenlernen, und ihr werdet beginnen, euren eigenen Geist zu erforschen. Aber bitte vergesst nicht, dass euer Geist nicht nur erforscht werden will, sondern vor allem genutzt werden will, damit ihr gesund, erfolgreich und glücklich werdet.

Geist und Körper in Harmonie

Ist unser Geist krank, wird auch unser Körper krank, denn der Körper ist Ausdruck des Geistes, er ist das Spiegelbild unseres Geistes. Wenn Geist und Körper gesund sind und miteinander in Übereinstimmung leben, dann leben sie in Harmonie. Diese Harmonie ist der Schlüssel zu Gesundheit, Erfolg und Glück. Wenn beide gegeneinander arbeiten, werden wir unweigerlich krank, und Misserfolg sowie Unglück begleiten unser Leben.

Das bewusste Denken

Das „bewusste Denken“ ist all das, was ihr denkt, solange ihr wach seid. Wenn ihr schlaft, wird euer bewusstes Denken ausgeschaltet und euer unterbewusstes Denken übernimmt die alleinige Steuerung.

Euer bewusstes Denken hat von Natur aus die Aufgabe, alle Informationen, die ihr durch eure fünf Sinnesorgane (sehen, hören, riechen, schmecken, tasten) aufnehmt, zu verarbeiten, um drohende Gefahren für euren Körper rechtzeitig zu erkennen. Eine weitere Aufgabe ist es, bei allen Denkprozessen bereits gespeicherte Informationen hinzuzuziehen, sich eine Meinung zu bilden, Entscheidungen zu treffen, um euch erfolgreich zu machen.

Der Erfolg eines jeden Menschen hängt davon ab, wie er die Informationen aus der Umwelt absorbiert, aufnimmt, deutet, verarbeitet und für sein tägliches Leben nutzt, und vor allem, wie er bereits gespeicherte Informationen pflegt.

Viele Menschen nehmen Informationen durch ein Raster auf, also mittels vorgefertigter Meinungen, die sie sich in ihrem Leben angeeignet haben, und erhalten so eine verfälschte Information. Ihr solltet immer versuchen, jede Information neutral zu betrachten. Vor allem solltet ihr die Information unverfälscht abspeichern, wenn ihr euch dafür

entscheidet, dass diese Information für die Zukunft wichtig sein könnte.

Im Gegensatz zu unserem unterbewussten Denken, das alle Informationen, die wir durch unsere fünf Sinnesorgane aufnehmen, nur abspeichert und sich keine Gedanken um den Informationsgehalt macht, wägen wir beim bewussten Denken jede Information ab, wir arbeiten mit ihr. Euer bewusstes Denken kann auch mit dem Arbeitsspeicher eines Computers verglichen werden, der mit Informationen arbeitet, bevor er sie auf der Festplatte sichert.

Euer bewusstes Denken wägt ab, ob eine Information benötigt wird oder nicht, ob sie wahr ist oder nicht. Beim bewussten Denken denkt ihr über alle Informationen nach und versucht, euch durch Abwägen darüber klar zu werden, wie ihr die Information behandeln und weiter nutzen wollt. Erst dann speichert ihr diese gegebenenfalls ab, oder ihr beginnt gleich, damit zu arbeiten. Unser Arbeitsspeicher, unser bewusster Geist, ist eben zum Arbeiten da.

Unser bewusstes Denken arbeitet mit den Sinneseindrücken, die es in einem bestimmten Moment aus der Umwelt wahrnimmt, und mit den bereits vorhandenen Daten, die wir unser ganzes Leben lang gesammelt und gespeichert haben.

Ein Beispiel: Wenn ihr auf eine heiße Herdplatte langt, verbrennt ihr euch, und das Gefühl des Schmerzes wird über die Hand durch die Nervenbahnen an euer Gehirn gesendet. Also reagiert ihr und nehmt die Hand von der Herdplatte. Sogleich speichert ihr „Achtung, wenn ich auf eine heiße Herdplatte lange, dann verbrenne ich mich und beschädige meinen Körper.“ Wenn ihr das nächste Mal vor einer heißen Herdplatte steht, werdet ihr sicher nicht mehr eure Hand darauf legen. Ihr werdet durch eure Sinnesorgane die Hitze und die glühende Herdplatte registrieren, sofort die Daten mit den vorhandenen Daten abgleichen und feststellen, „Achtung, das letzte Mal habe ich mich verbrannt, hatte Schmerzen“ und berührt deshalb die heiße Herdplatte nicht mehr. So nutzt euer bewusstes Denken vorhandene Informationen, deutet die Informationsaufnahme in diesem Moment richtig und schützt euch so vor der Gefahr der Verbrennung.

Bewusst denken heißt aber auch, die Gedanken, die durch die fünf Sinnesorgane aufgenommen werden, bewusst zu durchdenken und bewusst abzuwägen: jede Information auf ihren Wahrheitsgehalt hin zu prüfen, falsche Informationen zu löschen, richtige bewusst abzuspeichern. Nährt eure Festplatte nur mit den richtigen Daten. Dies ist wichtig, damit ihr nicht anhand falscher Informationen Fehlentscheidungen trefft.

Bewusstes Denken umfasst alles, was ihr plant und durchführt, vor allem aber die Suggestion, das Beeinflussen eines fremden Geistes.

Bewusstes Denken umfasst aber auch den gesamten Bereich der Autosuggestion, die Beeinflussung des Unterbewusstseins, eures großen Geistes. Auf beides, Suggestion und Autosuggestion, werde ich in den folgenden Kapiteln noch ausführlich zu sprechen kommen.

Wenn wir vom bewussten Denken sprechen, dann ist es auch notwendig, unsere bewusste Denkweise zu beschreiben. Denken heißt, Informationen aufzunehmen und zu verarbeiten.

Die meisten Menschen lesen oder hören etwas, plappern es nach und glauben, dass das, was sie gelesen oder gehört haben, wahr ist. Der gebildete Mensch untersucht jede Information so lange, bis er weiß, ob diese wahr oder falsch ist.

Falsche Informationen werden einfach gelöscht und richtige Informationen gespeichert.

Ihr müsst lernen, sehr sorgfältig mit Informationen umzugehen.

Denkt immer daran: Wenn ihr falsche Informationen abspeichert, werdet ihr euch dieser falschen Informationen bei euren Denkprozessen bedienen und somit falsche Schlüsse ziehen, falsche

Entscheidungen treffen. Gezieltes Denken ist sehr wichtig, wenn ihr Erfolg haben wollt.

Alles, was wir bewusst denken, wird in unserem Unterbewusstsein abgespeichert. Denken wir schlecht, dann fühlen wir uns schlecht, und genau das wird in unserem Unterbewusstsein gespeichert. Alle Gefühle werden verstärkt in unserem Unterbewusstsein abgespeichert. Denken wir positiv, dann wird ein positives Gefühl in unserem Unterbewusstsein verankert und wir fühlen uns gut. So wie wir denken, so fühlen wir uns auch, und so, wie wir uns den ganzen Tag lang fühlen, so sind wir.

Das Gesetz des Geistes und des Glaubens ist ein und dasselbe. Was ihr glaubt, ist nichts anderes, als das, was ihr den ganzen Tag lang denkt.

Denkt immer daran: Ihr seid der Steuermann eures Lebens, denn der Inhalt eures Denkens, Glaubens und Fühlens gestaltet eure Zukunft, euer Schicksal. Ihr könnt euer Schicksal schon heute bestimmen, indem ihr eure Gedanken bestimmt.

Bevor ihr euch all die vielen Wünsche erfüllen könnt, die in eurem Geist leben, müsst ihr erst die Gesetze des Denkens und Glaubens erlernen und zur Anwendung bringen. Bevor ihr etwas, das ihr euch wünscht, haben oder tun könnt, müsst ihr es dem Sein nach ausfüllen können, es muss in eurer

Vorstellung bereits wahr sein. Daran müsst ihr fest glauben. Denn es geschieht euch nach euren Gedanken, euren Gefühlen. Merkt euch diesen wichtigen Satz sehr gut.

Damit sich alle eure Wünsche erfüllen, müsst ihr das, was ihr euch wünscht, geistig vorwegnehmen, ihr müsst es als bereits eingetroffen ansehen.

Ihr seid der Steuermann eures Geistes, und eure Gedanken sind eure Matrosen, eure Arbeiter. Wenn ihr möchtet, dass eure Matrosen gute Dienste für euch tun, so müsst ihr, als Kapitän, euren Matrosen klare Anweisungen geben, ihnen sagen, worauf sie ihre Aufmerksamkeit richten sollen. Dann werden eure Matrosen alle Anweisungen für euch ausführen.

Ihr müsst immer aufpassen, dass eure Gedanken, eure Matrosen, nicht durch andere Menschen in Aufruhr geraten, eure Matrosen aufgehetzt werden und meutern. Ihr verliert sonst jede Kontrolle über euer Leben. Im Folgenden erläutere ich Beispiele, die euch das bewusste Denken näherbringen werden.

Die Beeinflussung durch unsere Mitmenschen

Noch etwas zu unseren Mitmenschen: Nicht alle, aber viele reden zu viel, verhalten sich schlecht, leben nach ihrer negativen Art ein unglückliches, erfolgloses und krankes Leben und setzen uns immer wieder negative Gedanken in den Kopf. Wenn wir diese Gedanken hereinlassen, dann sind wir davon infiziert. Also muss das bewusste Denken alle Gedanken überprüfen und erst dann die guten, hilfreichen Gedanken fest abspeichern. Das Unterbewusstsein nimmt lediglich unser Prüfungsurteil entgegen. Da es nicht abwägt, muss unsere Prüfung wirklich richtig sein. Wir können die Gedanken aber auch für eine spätere Prüfung in den geistigen Ordner „noch nicht geprüft“ ablegen. Mit diesen Gedanken gehen wir sehr vorsichtig um.

Denn nach deinem Glauben wird dir gegeben. Glaube also an Glück, Gesundheit und Erfolg, dann wird dir gegeben.

Der Geist absorbiert die Umwelt

Wo immer ihr in eurem bewussten Leben geht oder steht, ob zu Hause, im Urlaub, in der Schule oder auf der Arbeit: Euer Geist absorbiert die Umwelt. Er tut dies, um mögliche Gefahren von außen frühzeitig zu erkennen.

Die meiste Zeit eures Lebens, vor allem in der Jugend, absorbiert ihr die Umwelt eher unbewusst. Ihr solltet jedoch lernen, konzentrierter darauf zu achten, was eure Umwelt zum Absorbieren für euch bereithält.

Negatives, Destruktives, Falsches, alles, was schlecht und schädlich für euren Geist ist, solltet ihr erst gar nicht absorbieren und auf keinen Fall in eurem Unterbewusstsein abspeichern. Gebt acht, dass schlechte Keime erst gar nicht in euer fruchtbares Feld im Unterbewusstsein eingepflanzt werden. Dann können diese dort auch nicht keimen, wurzeln, wachsen und schließlich durch euren Körper ihre negativen Früchte, die euch krank, erfolglos usw. machen, zum Ausdruck bringen.

Wir müssen deshalb sehr bewusst durch unser Leben gehen und vorab alles filtern, was wir absorbieren, damit nichts, was wir nicht aufnehmen wollen, auf unseren Nährboden, unser Unterbewusstsein fällt.

Eure Eltern, Freunde, Lehrer und Arbeitskollegen stellen die wichtigste Gruppe an Personen in eurer Umwelt dar, von der ihr alles absorbiert. Aber

auch die Medien und Kirchen senden täglich ihre Informationen aus.

Denkt immer daran: Ihr müsst euch eine Umwelt schaffen, aus der heraus ihr eure Wünsche und Ziele entwickeln könnt. Das ist eine wichtige Aufgabe in eurem Leben. Ändert eure Umwelt jetzt sofort, wenn sie nicht euren Wünschen und Zielen entspricht.

Euer Erfolg oder Misserfolg hängt mit von den Personen ab, mit denen ihr täglich freundschaftlich, gesellschaftlich oder geschäftlich verkehrt. Die Menschen um euch herum stellen den größten sozialen Einfluss für euch dar, deshalb solltet ihr gut darauf achten, mit welchen Personen ihr verkehrt.

Zu Menschen, die negativ und destruktiv denken und unehrlich sind, die immer und in allem das Schlechte sehen, solltet ihr den Kontakt abbrechen und künftig den Umgang mit ihnen meiden. Diese Menschen leben als Versager und wollen euch mit hinabziehen. Lasst dies nicht zu. Die sorgfältige Auswahl eurer Freunde und Geschäftspartner bzw. Arbeitskollegen ist eine Aufgabe, die euch ein ganzes Leben lang begleiten wird.

Wenn ihr euch mit Menschen umgibt, die einen negativ und destruktiv denkenden Geist haben, werden diese euch mit der Zeit so formen, dass auch euer Geist negativ und destruktiv wird. Ihr werdet euch diesen Menschen anpassen, mit ihnen übereinstimmen.

Denkt immer daran: Ihr müsst euch allen negativen, destruktiven und unehrlichen Geistern gegenüber abschotten, und den Eingang zu euch verriegeln. So können sie euch nicht in das Tal der Versager hinabziehen. Werdet euch bewusst, dass der Umgang mit Geistern, die in einem schlechten Ruf stehen, auch euren Ruf schlecht werden lässt. Die Aussagen und Ideen dieser Geister nehmt ihr automatisch auf, ihr absorbiert sie durch eure fünf Sinnesorgane und macht sie so zu einem Teil von euch selbst. Ihr könnt dies nur verhindern, wenn ihr eure Augen und Ohren ihnen gegenüber versperrt. Der Geist absorbiert die Umwelt. Die Umwelt ist das Material, aus dem ihr eure Gedanken formt. Jeden Impuls für eure geistigen und körperlichen Handlungen bringt ihr aus dem Absorbieren der Umwelt hervor. Absorbiert ab jetzt die Umwelt bewusst. Stellt euch dabei einen Fotoapparat vor, der jedes Detail aufnimmt. Ich erzähle hier auch immer gerne das Beispiel mit dem jungen Schüler, der mit seinem Computerspiel die Straße entlangläuft und gegen einen Postkasten rennt, da er vertieft im Spiel die Umwelt nicht mehr absorbiert hat. Wenn ich die Geschichte weiterspinnne, kann ich den Jungen auch am Straßenrand abrutschen lassen, sodass sein Bein durch ein heranfahrendes Auto beschädigt wird. Ihr seht also, wie wichtig für euren Körper eine gute Absorbierung der Umwelt ist.

Informationsaufnahme und logisches Denken

Eine andere Art, Informationen aufzunehmen, als über die fünf Sinnesorgane gibt es für uns Menschen nicht. Ihr könnt keine Festplatte an euer Gehirn anschließen und Daten herüberkopieren, zumindest noch nicht.

Deshalb werden euch nur bewusst aufgenommene Informationen, die logisch verarbeitet und gespeichert wurden, hilfreich sein. Die Aufnahme eines Informationsschwall wie beim Durchschalten der Programme im Fernseher ist nur unnötiger Müll für euer Speicherorgan und führt dazu, dass ihr bei wichtigen Entscheidungen diesen Müll immer wieder durchblättert und für eure Entscheidungen heranzieht und somit oft falsche Schlüsse zieht.

Bewusst aufgenommene Informationen helfen euch, euren Wissensfundus zu erweitern und richtige Entscheidungen zu treffen.

Durch unsere moderne Welt nehmt ihr täglich eine enorme Informationsflut auf. Ihr müsst lernen, euch auch bei der Informationsaufnahme auf das zu konzentrieren, was euch interessiert und was ihr für das Erreichen eurer gesteckten Ziele wirklich benötigt.

Ein sehr wichtiger Punkt ist dabei die Prüfung der Richtigkeit der Informationen. 90 Prozent aller

Informationen sind nämlich falsch. Leider haben die meisten Menschen auch noch die schlechte Angewohnheit, diese falschen Informationen an andere Menschen weiterzugeben.

Auch hier solltet ihr einen Neuanfang machen und nur noch Informationen, die ihr für wichtig empfindet, abspeichern. Das bedeutet, dass ihr sie erst einmal auf ihre Richtigkeit hin überprüft und, wenn sie richtig sind, abspeichert. Informationen könnt ihr am besten einprägsam abspeichern, wenn ihr sie an Ereignisse knüpft und euch diese immer wieder vorsagt.

Wenn ihr dann Informationen weitergebt, wisst ihr wenigstens, dass diese richtig sind.

Bevor ihr deren Richtigkeit nicht überprüft habt, solltet ihr diese auch nicht abspeichern und vor allem nicht weiterplappern. Falsche Informationen bekommt ihr überall in Hülle und Fülle umsonst. Durch die Medien und durch euer soziales Umfeld werdet ihr täglich damit bombardiert.

Vergesst nicht: Erst müsst ihr euch im Klaren darüber sein, ob ihr eine Information überhaupt benötigt. Dann müsst ihr sie auf ihren Wahrheitsgehalt hin überprüfen. Erst dann, wenn ihr euch sicher seid, dass die Information wahr ist, solltet ihr diese einprägsam abspeichern. Logisch und präzise zu denken heißt, sich auf einen Gedanken zu konzentrieren. Wenn ihr euch angewöhnt, richtig zu denken, dann werdet ihr mühelos und automatisch jede Information und

jeden Gedanken, der euch interessiert, erst einmal untersuchen, euch auf ihn konzentrieren. Ihr werdet ihn dahingehend überprüfen, ob es sich dabei um eine bloße Vermutung oder eine Tatsache handelt.

Ihr müsst lernen, alle Sinneseindrücke abzublocken, welche keinen Tatsachen entsprechen, sondern Vorurteile sind, die aus Hass, Wut, Neid, Voreingenommenheit und anderen unwahren Quellen entsprungen sind.

Wenn ihr gelernt habt, logisch zu denken, werdet ihr dazu in der Lage sein, Tatsachen in relevante und nicht relevante Tatsachen zu unterteilen. Ihr werdet auch lernen müssen, die für euch wichtigen Tatsachen in eine organisierte Form zu bringen, indem ihr sie zu einem vernünftigen Urteil bringt oder in einen Handlungsplan einbaut und somit verarbeitet.

Ihr gelangt zu einem ausgewogenen Urteil, wenn ihr aus den bekannten Tatsachen Schlussfolgerungen zieht in Bezug auf Dinge, die ihr noch nicht kennt. Euer Urteil darf weder auf Vorurteilen beruhen, noch darf es sich um bloße Vermutungen handeln, welche ihr weder geprüft noch hinterfragt habt. Ihr werdet lernen müssen, dass ihr das, was andere Menschen euch erzählen, erst sorgfältig beurteilen müsst, mit demselben Verfahren, wie ihr künftig jede Information beurteilt, bevor ihr diese als wahr abspeichert.

Wenn ihr künftig alle Informationen sorgfältig überprüft, wird euch dies der Wahrheit ein großes Stück näherbringen.

Denkt immer daran: Ein logischer Denker wird jede Information, die sich den Weg ins Innere bahnen will, mehreren Prüfungen unterziehen und sie erst einlassen, wenn sie wahr ist und beim Erreichen der gesteckten Ziele behilflich sein kann. Haltet nicht mehr länger alles für eine Tatsache, was ihr seht oder hört.

Ihr werdet lernen müssen, dass ihr euch nicht von dem, was ein Mensch über einen anderen Menschen erzählt, beeinflussen lasst. Ihr müsst euch erst ein eigenes Bild machen können. Danach könnt ihr nach dem Prinzip des logischen Denkens entscheiden, ob die Aussage wahr oder falsch ist.

Eines sollte hier noch erwähnt werden. Wer allen Menschen beweisen will, dass sie im Unrecht sind, der wirkt abstoßend. Sollte sich beim Prüfen von Informationen herausstellen, dass diese falsch sind, dann behaltet das für euch.

Ihr braucht niemandem etwas zu beweisen. Es ist einzig und allein wichtig, dass die Informationen in eurem Kopf richtig sind, und dass ihr diese zum Erreichen eurer Wünsche, eurer Ziele, benötigt.

Denkt immer daran: Wenn ihr euch Gedanken macht und beginnt, etwas abzuwägen, dann zieht euren Informationsspeicher hinzu. Nur dann, wenn dieser mit Informationen gefüllt ist, die der Wahrheit entsprechen, werdet ihr folgerichtige Schlüsse ziehen und erfolgreich sein.

Das Erinnerungsvermögen

Es ist für euren Erfolg sehr wichtig, dass ihr bei Bedarf die gespeicherten Informationen schnell und sicher aus eurem Gedächtnis abrufen könnt. Ihr müsst deshalb ein gut funktionierendes und systematisch geordnetes Gedächtnis entwickeln.

In kurzer Zeit werdet ihr euer Gedächtnis geschult haben und gelernt haben, abgespeicherte Informationen schnell und zielsicher abzurufen. Das ist ähnlich wie bei einem PC, der schnell die auf der Festplatte gespeicherten Daten auffinden und im Arbeitsspeicher zum Vorschein bringen soll, damit mit den Daten gearbeitet werden kann. Wenn ihr schon dabei seid, eure Festplatte aufzuräumen, solltet ihr bei dieser Gelegenheit auch allen Müll entsorgen, sozusagen eine Inventur machen und falsche Daten löschen.

Die drei Hauptprinzipien, auf welchen euer Erinnerungsvermögen basiert, sind: Abspeichern, Abrufen und Abgleichen.

Wie bereits ausgeführt, absorbiert euer Geist mit seinen fünf Sinnesorganen die Umwelt sowie die äußere Welt und speichert die empfangenen Informationen in eurem Unterbewusstsein ab.

Beim Abrufen wird unser bewusster Geist aktiv und holt sich eine Datei, also einen abgespeicherten Sinneseindruck, wieder aus dem Unterbewusstsein hervor, und bringt sie in das Bewusstsein, also in

den Arbeitsspeicher. Beim Abrufen durchforsten, durchsuchen und durchwühlen wir sozusagen unsere Festplatte, unseren unterbewussten Geist, öffnen die gewünschte Datei und können dann mit dieser arbeiten. Ihr kennt sicher den Befehl SUCHE auf eurem PC. Dort gebt ihr ein Wort ein und das Programm sucht die komplette Festplatte durch und zeigt euch die gefundenen Daten an. Unser Gehirn funktioniert ebenso.

Das dritte Hauptprinzip ist der Abgleich. Hier nutzt euer Geist seine Fähigkeit, einen alten Sinneseindruck, der bereits gespeichert wurde, wieder zu erkennen, ihn wieder ins Bewusstsein zu holen und ihn als Kopie des Originals auszumachen. Nur durch diese Fähigkeit könnt ihr zwischen Erinnerung und Vorstellung unterscheiden. Ihr werdet lernen müssen, die drei Hauptprinzipien des Erinnerns für euren täglichen Erfolg einzusetzen, diese sinnvoll zu gebrauchen. Doch wie macht man das? Als Erstes müsst ihr jeden Sinneseindruck analysieren.

Ihr müsst euch klar darüber werden, ob ihr diesen Sinneseindruck für das Erreichen eurer Ziele benötigt oder nicht. Wenn es ein Sinneseindruck ist, den ihr euch merken wollt, müsst ihr euch dabei auf jedes Detail konzentrieren.

Das ist ebenso wie bei einem Kunstmaler, der ein Porträt malen soll. Er malt nicht einfach drauflos, sondern sieht sich das Gesicht genau an und bringt dann jedes Detail auf die Leinwand.

Das Zauberwort dabei ist: Zeit. Ihr müsst bei wichtigen Sinneseindrücken eurem Geist Zeit geben, sie bis ins Detail wahrzunehmen. Je mehr Zeit ihr ihm gebt, desto detaillierter wird der Eindruck abgespeichert. Dadurch steht euch künftig ein höherer Informationsgehalt zur Verfügung.

Eine weitere Möglichkeit, euer Erinnerungsvermögen zu schulen und zu erhöhen und dafür zu sorgen, dass es schneller wird, ist das Anheften eines Sinneseindrucks an einen Ort, einen Namen oder einen Gegenstand, an den ihr euch gerne erinnert. Diese Technik wird euch gute Dienste erweisen.

Eine ebenso gute Technik ist es, den Sinneseindruck beim Abspeichern viele Male zu wiederholen. Denkt einige Male an den Sinneseindruck, bevor ihr euch dem nächsten widmet.

Durch die gedankliche Wiederholung pflanzt dieser Keim des Gedankens, der Sinneseindruck, sich fester und fester in euer Unterbewusstsein ein.

Das Wichtigste dabei ist, euch auf das zu konzentrieren, was ihr zum Erreichen eurer Ziele benötigt. Streicht alles Nutzlose aus eurem Gedächtnis und konzentriert euch auf die positiven, die guten Gedanken, die für eure Ziele wichtig sind. Befreit euren Geist von allen nutzlosen Themen. So spart ihr viel Zeit und Energie und braucht nicht jedes Mal alle sinnlosen Dateien in eurem Unterbewusstsein zu durchsuchen.

Assoziationen sind ein Garant, euch besser zu erinnern. Fixiert jeden Gedanken an eine Vielzahl von Assoziationen. Konzentriert euch beim Abspeichern eines Sinneseindrucks mit aller Kraft darauf. So werdet ihr euch sofort wieder an ihn erinnern, wenn ihr ihn wieder benötigt. Reichert euren Sinneseindruck mit Fakten rundherum an, damit er sich breit in eurem Unterbewusstsein, eurem Speicher, verankert. Ein systematischer Gebrauch eurer fünf Sinnesorgane wird euch dabei helfen.

Das Prinzip des Anheftens eines Gedankens an Etwas könnt ihr euch in vielerlei Hinsicht zunutze machen. Gehen wir davon aus, dass es 8 Uhr morgens ist und ihr in eurem Badezimmer steht. Stellt euch nun einen x-beliebigen Sinneseindruck vor. Nun wollt ihr, dass ihr euch an diesen Sinneseindruck am Nachmittag um 16 Uhr erinnert. Versucht nun, euch vorzustellen, was ihr nachmittags um 16 Uhr gerade macht und bindet euren x-beliebigen Sinneseindruck daran. Sagt euch immer wieder vor, dass ihr euch um 16 Uhr daran erinnern möchtet.

Ihr werdet sehen, wie ihr euch mit etwas Übung tatsächlich um 16 Uhr an den Gedanken erinnert, den ihr euch im Badezimmer gemacht habt.

Die Beharrlichkeit ist eine der wichtigsten Tugenden, und auch sehr nützlich, wenn es darum geht, einen Sinneseindruck wiederzufinden. Sucht beharrlich im Unterbewusstsein, bis ihr den Gedanken, den

Sinneseindruck, wiedergefunden habt. Lasst euch durch nichts und niemanden davon ablenken. Wenn ihr den Gedanken sucht, so werdet ihr ihn wiederfinden. Vertraut eurem Unterbewusstsein und eurer bewussten Fähigkeit, Sinneseindrücke wieder hervorzuholen.

Denkt immer daran: Was auch immer ihr in eurem Unterbewusstsein gespeichert habt, könnt ihr auch wiederfinden, wenn ihr nur beharrlich danach sucht.

Eine alte Weisheit ist: „Tue es gleich“. Erledigt Dinge, die euch gerade einfallen, sofort. Auf diese Weise könnt ihr sie nicht vergessen, und ihr müsst euch erst gar nicht daran erinnern, dass ihr an diese Dinge denken müsst. „Tue es gleich“ ist eine goldene Regel, die jeder Vergesslichkeit vorbeugt.

Das Naturgesetz der Kompensation

Das Naturgesetz der Kompensation heißt ganz einfach, dass sich alles versucht, auszugleichen. Ihr habt sicher schon einmal einen Stein ins Wasser geworfen und beobachtet, wie der Stein und das Wasser eine Harmonie bilden, sich ausgleichen. Die Wasserringe der Kompensation haben dem ins Wasser tauchenden Stein Platz gemacht, auf diese Weise haben sich Stein und Wasser ausgeglichen. Dieses Naturgesetz ist universell und gilt überall. Alles versucht, sich auszugleichen. Auch die Menschen leben nach diesem Naturgesetz. Wenn ihr einem Freund etwas schenkt, wird er euch etwas retour schenken.

Wenn ihr euch das Gesetz der Kompensation zunutze macht, könnt ihr eure Mitmenschen dazu bringen, euch das zu geben, was ihr von ihnen wollt. Die Anwendung des Gesetzes der Kompensation ist ein Baustein für euren Erfolg.

Probiert es sofort aus, und ihr werdet staunen.

Denkt immer daran: Wenn ihr einem Menschen gegenüber wohl gestimmt seid, wird dieser Mensch auch euch gegenüber wohlgestimmt sein. Dasselbe gilt auch umgekehrt. Wenn ihr einem Menschen gegenüber feindselig eingestellt seid, so wird dieser auch euch gegenüber feindselig eingestellt sein.

Ihr werdet nun auch verstehen, dass es keinen Sinn macht, von einem Menschen etwas zu wollen, wenn

ihr diesem Menschen feindselig gegenübersteht, denn er wird es nicht tun.

Zur Erläuterung des Naturgesetzes der Kompensation erzähle ich hier eine kurze Geschichte.

Mein Sohn Laurence hatte Geburtstag. Einige seiner Freunde kamen zum Feiern. Meine Frau hatte viele Süßigkeiten für die Kinder bereitgestellt. Kaum waren die Kinder in unserer Küche, stürzten sie sich über die Süßigkeiten. Mein Sohn nahm sich eine Tüte Gummibären, ein anderes Kind nahm sich die Tüte mit den Chips. Es dauerte nicht lange, da kam das Kind mit den Chips zu meinem Sohn und griff frech, und ohne zu fragen, in die Tüte mit den Gummibären. Sofort machte mein Sohn die Tüte zu und riss sie weg, sodass der Junge mit den Chips leider keinen Erfolg hatte. Mein Sohn war etwas beleidigt, dass der andere Junge ihm einfach seine Gummibären wegnehmen wollte und der andere Junge war sauer, weil er keinen Erfolg gehabt hatte. Die Feier ging weiter. Dann startete der Junge mit der Chipstüte einen zweiten Versuch. Er bot meinem Sohn die Tüte mit den Chips an. Mein Sohn sah hinein und holte sich ein paar Chips heraus und aß sie. Dann bat mein Sohn dem anderen Jungen die Tüte mit den Gummibären an. Auch er nahm sich einige heraus und aß sie. Beide lachten. Dies ist eine schöne Geschichte zum Thema Kompensation. Erst, als der Junge bereit

war, freiwillig zu geben, war mein Sohn ebenfalls bereit, freiwillig zurückzugeben, sozusagen als Ausgleich.

Denkt immer daran: Wenn ihr viel erhalten wollt, müsst ihr viel geben. Doch sucht euch die Menschen, denen ihr geben wollt, gut aus. Achtet darauf, dass sie ehrlich und positiv sind, dass sie gut für euch sind. Dann gebt viel und empfangt viel von diesen.

Das Naturgesetz der Vergeltung

So wie die Naturgesetze der Kompensation und der Schwerkraft existieren, so existiert auch das Naturgesetz der Vergeltung. Als „Goldene Regel“ bezeichnet man einen alten und in nahezu allen Weltreligionen verbreiteten Grundsatz: „Behandle andere so, wie du von ihnen behandelt werden willst.“ (für das Christentum: Matthäus 7,12; Lukas 6,31) Daraus entstand das bekannte und gereimte Sprichwort: „Was du nicht willst, dass man dir tu', das füg' auch keinem anderen zu.“ Dieser Satz spiegelt exakt das Gesetz der Vergeltung wider.

Was du anderen Menschen oder Tieren antust, das werden sie dir vergelten. Tut ihr jemandem Schlechtes an, so wird dies mit Schlechtem vergolten. Wenn ihr jemandem Gewalt antut, wird sich dieser gewaltsam wehren.

Die Menschen vergelten nun mal Gutes mit Gutem und Schlechtes mit Schlechtem.

Durch die Anwendung des Gesetzes der Vergeltung im positiven Sinne könnt ihr bei euren Mitmenschen den Keim einpflanzen, den ihr wurzeln, wachsen und blühen sehen wollt, bis er euch dann vergolten wird.

Positiv gesehen heißt das: Schenkt ihr jemandem Liebe, wird er dies mit Liebe vergelten. Man könnte den Satz auch umdrehen und sagen: „Was du willst, dass man dir antut, das tue du auch dem anderen an.“ Also wieder: Wie du gibst, so wird dir vergolten. Es ist existenziell wichtig, dieses Gesetz

zu verstehen, denn ihr könnt niemandem gegenüber Feindseligkeit aussäen und dann darauf hoffen, dass dieser euch Freundschaft entgegenbringt.

Vergeltung kommt oft ganz automatisch, ohne dass wir uns ihrer voll bewusst sind. Sie handelt aus einem Gefühl aus unserem Inneren heraus, unser Unterbewusstsein meldet sich zu Wort. Ein Mensch kann euch zum Beispiel ohne Worte, nur durch die Körpersprache, etwas signalisieren. Ihr antwortet sofort darauf und vergeltet es ihm auf diese Weise. Das Gesetz der Vergeltung heißt einfach: Gleiches mit Gleichem zurückgeben. Wir alle streben danach, Empfangenes zurückzugeben, genau das ist das Gesetz der Vergeltung.

Mit dem richtigen Gebrauch des Naturgesetzes der Vergeltung könnt ihr jeden Menschen und auch jedes Tier dazu bringen, euch das zu geben, was ihr von ihm möchtet. Wenn ihr euch von jemandem Freundschaft und Kooperation wünscht, so erhaltet ihr dies, indem ihr Freundschaft und Kooperation anbietet.

Ihr werdet lernen müssen, das Gesetz der Vergeltung in den Griff zu bekommen. Erst dann wird es ein weiterer Baustein für euren Erfolg sein. Es in den Griff zu bekommen, verlangt von euch absolute Selbstbeherrschung. Ihr müsst jede Beschimpfung, jede Bestrafung über euch ergehen lassen, ohne es mit Gleichem zu vergelten. Deshalb sagte Jesus in seiner Bergpredigt: „Wenn dich einer auf die rechte Wange schlägt, dann halte ihm auch

die andere hin.“ Somit bestrafte er sich selbst. Wenn ihr das Naturgesetz der Vergeltung als ein mächtiges Instrument beherrschen wollt, ist der Preis dafür eure Selbstbeherrschung.

Denkt immer daran: Wenn euch jemand etwas Schlechtes antut und ihr dieses mit Schlechtem vergeltet, dann stellt ihr euch mit diesem Menschen auf eine Stufe und ihr seid der Verlierer. Wenn ihr Schlechtes mit Gutem vergeltet, dann seid ihr der Gewinner.

Begegnet Schlechtem – Neid, Wut, Hass, Zorn – mit Liebe. Auf diese Weise besiegt ihr jeden. Legt jeden Stolz, jede Sturheit ab. Nur so könnt ihr das Gesetz der Vergeltung in den Griff bekommen und immer der Sieger sein, und nur so werdet ihr das Gesetz der Vergeltung beherrschen. Wenn ihr das Gesetz der Vergeltung beherrscht, wird es euch ein mächtiges Instrument auf dem Weg zu Gesundheit, Erfolg und Glück sein.

Mit dem Gesetz der Vergeltung könnt ihr Menschen anziehen und diese zu euren Freunden machen. Und Menschen sind es, die euch helfen können, Geld und Position zu erhalten, und vieles mehr, was ihr euch von ihnen wünscht.

Die Neigung der Menschen, Schlag um Schlag alles zurückzuzahlen, ist die Grundlage des Gesetzes der Vergeltung.

Denkt immer daran: Derjenige, der das Wohlwollen seiner Mitmenschen erlangt, wird auch alles von seinen Mitmenschen bekommen, wobei der Griesgram, den keiner zum Freund haben möchte, auch nichts von seinen Mitmenschen bekommen wird. Gebraucht das Gesetz der Vergeltung positiv. Helft anderen, indem ihr ihnen gebt. So werdet ihr von ihnen auch etwas zurückerhalten.

Gebt nicht auf, wenn das Gesetz der Vergeltung nicht bei jedem funktioniert. Glaubt mir, wenn ich euch sage, dass derjenige, der für seine Mitmenschen ein Lächeln übrig hat, dass derjenige, der freundlich und hilfsbereit ist, bei seinen Mitmenschen beliebt ist, wohingegen der, der immer schlecht gelaunt ist, über jeden schlecht spricht und allgemein unfreundlich ist, von seinen Mitmenschen missachtet wird und unbeliebt ist. Das Naturgesetz der Vergeltung verleiht euch große Macht, wenn ihr es klug anwendet.

Das Naturgesetz der Anziehungskraft

Gleiches zieht Gleiches an.

So, wie ihr den ganzen Tag über denkt, seid ihr, und ihr werdet Menschen anziehen, die ebenso denken und sind, wie ihr es seid.

Ebenso stoßt ihr Menschen ab, die nicht so denken und die nicht so sind, wie ihr es seid. Das ist das Naturgesetz der Anziehungskraft.

Denkt immer positiv, konstruktiv, erfolgsorientiert und lebensbejahend. Dann werdet ihr durch das Gesetz der Anziehungskraft Menschen anziehen, die ebenso denken und ebenso sind, wie ihr es seid. Wenn ihr negativ, destruktiv, böse, schlecht usw. denkt, werdet ihr ebensolche Menschen anziehen. Indem ihr eure Einstellung einem anderen Menschen gegenüber positiv ändert, werdet ihr auch die Einstellung des anderen Menschen ändern.

Das Gesetz der Anziehungskraft ist ein sehr wichtiger Baustein für den Erfolg.

Erfolgreich werdet ihr dann sein, wenn ihr das Gesetz der Anziehungskraft anwendet, ohne das Gesetz der Ablehnung ins Spiel zu bringen.

Denkt immer daran: Ihr werdet immer solche Menschen anziehen, die ähnlich sind wie ihr. Wenn ihr positive, lebensbejahende, erfolgreiche und glückliche Menschen anziehen wollt, müsst ihr ebenso sein.

Ängste und Sorgen

Ängste und Sorgen gibt es nur in unserem Bewusstsein, in unserem bewussten Geiste, in unserem bewussten Denken.

Ängste und Sorgen machen wir uns nur selbst. In der Wirklichkeit existieren diese nicht. Ihr macht sie euch selbst, indem ihr ängstlich denkt und euch Sorgen macht.

Macht euch jetzt klar, dass Ängste und Sorgen nur eure eigenen Gedanken sind. Es sind eure Gedanken, die ihr in die Zukunft projiziert, wobei diese wahrscheinlich nie eintreffen werden. Ihr macht euch ein ängstliches Bild von etwas, was ihr selbst euch ausgedacht habt, was jedoch wahrscheinlich nie eintreten wird.

Wenn also alle Ängste und Sorgen nur Gedanken sind, die ihr selbst denkt, also erfundene Vorstellungen von euch sind, diese Vorstellungen aber reell überhaupt nicht existieren, so braucht ihr euch einfach keine ängstlichen Gedanken mehr machen, und schon habt ihr keine Angst und keine Sorgen mehr. Habt keine ängstlichen Gedanken mehr, dann werdet ihr auch keine Angst mehr haben. Ihr seid der Herr über eure Gedanken. Ändert euer Denken jetzt und projiziert keine ängstlichen Vorstellungen in die Zukunft mehr.

Es ist eine Tatsache, dass Gedanken der Angst und der Sorge eure Kreativität einschränken. Sie

blockieren eure positive Entfaltung. Sie schaden eurem Geist und somit eurem Körper.

Sollte dennoch ein Gedanke der Angst oder der Sorge aufkommen, so denkt sofort an Liebe und überschreibt somit den schlechten Gedanken mit einem positiven, einem guten Gedanken. Sogleich wird der schlechte Gedanke wieder verschwinden, und mit ihm Angst und Sorge. Wenn ihr danach handelt, werdet ihr bald schon ein angstund sorgenfreies Leben führen, was für eure Gesundheit, euren Erfolg und euer Glück wichtig ist. Versucht es gleich und ihr werdet Wunder erleben.

Mit „Überschreiben“ meine ich, mit einem positiven Gedanken überdenken. Kommt also ein negativer Gedanke der Angst oder Sorge auf, denkt an Liebe, an etwas Schönes, und überschreibt, überdenkt diesen schlechten Gedanken einfach immer wieder mit einem positiven Gedanken, bis der negative Gedanke weg ist.

Ihr werdet sehen: Mit der Technik des Gedankenüberschreibens werden die Gedanken der Angst und Sorge immer weniger, bis sie aussterben, weil ihr sie zu Tode habt hungern lassen.

Oft sind es eure Mitmenschen, die euch Gedanken der Angst und Sorge suggerieren, sie euch also vormachen oder einreden. Menschen in eurem sozialen Umfeld machen euch Angst, damit ihr

euch sorgt. Oft machen sie dies unbewusst, oft aber auch ganz bewusst.

Ihr müsst lernen, wegzuhören. Lasst die Worte eurer Mitmenschen, die Angst und Sorge in euch hervorrufen, nicht in euch ein. Hört einfach weg. Wenn es sein muss, dann verbietet solchen Menschen das Weitersprechen.

Ihr dürft nicht zulassen, dass negative Aussagen eurer Mitmenschen euch fremdsteuern, indem diese negativen Gedanken in euch eingepflanzt werden, wurzeln, wachsen und sich durch euren Körper entfalten. Lasst euch von niemandem etwas einreden.

Denkt immer daran: Ängste und Sorgen sind geistige Illusionen, geistige Vorstellungen, die ihr euch in eurem Kopf, in eurem Geiste, selbst ausdenkt. Die meisten von ihnen werden ohnehin nicht eintreten. Also, denkt nicht ängstlich und sorgt euch nicht mehr.

Ihr beraubt euch selbst wertvoller Energie, die ihr für positive Arbeiten einsetzen könnt, die euch eurem Ziel näherbringen. Ängste und Sorgen macht ihr euch völlig umsonst, denn sie existieren nur in eurem Geist, nirgendwo sonst.

Ängste und Sorgen sind ein Übel in unserer Gesellschaft und leider weit verbreitet. Sie werden uns durch unser soziales Umfeld, aber noch viel massiver durch die Medien suggeriert. Ängste und Sorgen blockieren euch nur und sind bei vielen

Menschen Ursache für Misserfolg, Krankheit und Unglück.

Denkt immer daran: Ängste und Sorgen sind nur in eurem Geiste lebendig. Habt ihr Angst und fürchtet euch vor euren Gedanken? Dann denkt ehrlich, mutig, positiv, konstruktiv, lebensbejahend. Denkt an Liebe, und ihr braucht vor euren Gedanken keine Angst mehr zu haben.

Habt ihr Angst vor einem Misserfolg? Dann denkt um! Denkt erfolgreich, dann werdet ihr keinen Misserfolg mehr erleiden. Denn das, was ihr denkt, das glaubt ihr, und es geschieht euch nach eurem Glauben.

Es gibt aber auch gute Ängste. Das sind Ängste, die wir brauchen, die von der Natur aus eingerichtet wurden, um unser Leben zu schützen. Da ist zum einen die Angst vor dem Fallen und zum anderen die Angst vor lauten Geräuschen.

Alle anderen Ängste reden uns unsere Lehrer, Arbeitskollegen, Eltern, Freunde und vor allem die Medien ein. Sie sind Folgen von deren negativem Denken. Gebt euch niemals Ängsten und Sorgen hin. Verschwendet keine Zeit in eurem Geiste mit negativen Gedanken, so schadet ihr euch auch nicht selbst.

Wenn ihr euch mit Gedanken der Angst und Sorge beschäftigt, zerstört ihr euer Leben, euren Geist

und euren Körper. Immer, wenn ihr euch vor etwas fürchtet, hofft ihr auf etwas, das euch hilft. Helfen könnt ihr euch aber nur selbst, indem ihr euch einfach nicht mehr fürchtet. Seid mutig!

Denkt immer daran: Eure subjektive Vorstellung setzt sich immer durch. Die Liebe setzt sich immer durch, die Ehrlichkeit setzt sich immer durch. Wenn ihr an Liebe, an etwas Gutes denkt, werden diese Gedanken euch Mut machen, sie werden die Angst besiegen, so, wie das Licht die Dunkelheit besiegt. Denkt gut, dann kann euch nichts geschehen.

Ein altes Heilmittel gegen Angst ist es, der Angst ins Auge zu sehen. Tut dies, wovor ihr Angst habt, und die Angst wird sich auflösen. Meist ist Angst der Wunsch nach einem Ausweg aus einer schwierigen Lage. Ihr hofft auf eine Rettung. Wenn ihr an die Angst keinen Gedanken mehr verschwendet, dann seid ihr schon gerettet.

Ängste sind nur negative Gedanken. Es bedarf weder geistiger noch körperlicher Mühen, diese abzuschalten.

Denkt immer daran: Kein negativer Gedanke kann sich verwirklichen, es sei denn, ihr lasst dies zu. Kein negativer Gedanke, keine Angst kann in euch leben, wenn ihr es nicht zulässt. Hoffnung und Selbstvertrauen sind stärker als Angst und Furcht.

Setzt jeder Angstvorstellung eine positive Vorstellung entgegen und überschreibt so negative Gedanken, überschreibt negative Gefühle, überschreibt negative Vorstellungen mit positiven Gefühlen, mit Gefühlen der Liebe. Ängste und Sorgen sind nur negative Gedanken. Ihr bestimmt selbst, was ihr denkt.

Wenn ihr euch keinen negativen Gedanken hingebt, euch keine negativen Gedanken einreden lasst, dann kann euch auch nichts Negatives geschehen und ihr braucht vor nichts mehr Angst zu haben oder euch zu sorgen.

Angst und Furcht sind beide letztendlich nichts weiter als negative Gedankenmuster. Denkt an das Gute, an die Kraft eures Geistes, und vertreibt Angst, Sorge und Furcht aus euren Gedanken, dann werden diese auch verschwinden.

Es ist oft hilfreich, seine Ängste zu untersuchen und aus dem Blickwinkel der Vernunft, der Realität, zu betrachten. Wenn ihr Ängste und Sorgen habt, lacht sie aus, werft sie aus eurem Geiste hinaus, auf dass sie nie wiederkommen mögen.

Denkt immer daran: Nichts kann euch etwas anhaben, außer eure eigenen Gedanken. Ihr allein seid der Herr über euren Geist, ihr allein bestimmt über eure Gedanken. Hört auf, euch ängstliche Gedanken zu machen, und schon werdet ihr keine Angst mehr haben.

Gerade in der Jugend, wo man so viel Neues erlebt, und nicht weiß, wie man dies verarbeiten soll, wo man keine Erfahrungswerte hat, da hat man oft Angst: Angst vor dem Neuen, dem Ungewissen. Doch ihr braucht keine Angst zu haben. Mit einem ehrlichen, guten, positiven Geist und den Glauben an die innerliche Führung durch unser großes Ich, unseren Gott, wird sich immer alles zum Guten wenden.

Habt keine Angst vor Drohungen oder negativen Feststellungen durch eure Mitmenschen und die Medien. Diese können euch nichts anhaben, sie haben keine wahre Macht über euch, über euren Geist und eure Gedanken. Die einzig wirkliche Macht liegt in euch selbst und nur ihr bestimmt über sie. Glaubt an sie und ihr werdet Wunder erleben. Konzentriert euer Denken auf das Positive, auf euer Ziel, nämlich auf die Gesundheit, den Erfolg, das Glück und die Liebe. Dann werden euer bewusster und euer unterbewusster Geist zusammen mit dem allumfassenden Geist, auf den wir noch zu sprechen kommen, euer Leben beschützen. Ihr braucht keine Angst mehr zu haben und euch um nichts mehr sorgen.

Wenn ihr im vollen Vertrauen und im tiefen Glauben an das Gute, die wundervolle Macht in euch, an euch selbst, euer Leben lebt, wird euch diese Macht immer beschützen und ihr braucht keine Angst vor beängstigenden Erfahrungen haben.

Eine positive Lebenseinstellung und eine positive Geisteshaltung beugen Unglück, Pech, Angst, Furcht, Sorgen und vor allem Krankheiten vor.

Nach eurem Glauben wird euch geschehen. Wollt ihr, dass euch nur Gutes geschieht, dann müsst ihr einfach nur Gutes denken, nur Gutes fühlen und somit nur Gutes glauben.

Es ist nun an euch, euch vor ungunen, vor schlechten Gedanken zu schützen, die in euch Angst, Furcht, Zweifel, Pessimismus, Sorgen und all die anderen negativen Gedankenmuster hervorrufen, die euch an einem erfolgreichen Leben hindern und euch krank machen.

Die schlechten, die negativen Gedankenmuster auszuschalten, das ist nur im Geiste möglich. Den Abstieg in die dunklen Gassen eures Geistes müsst ihr meiden, denn dort begegnet ihr nur der Angst, dem Hass, dem Neid, der Wut, dem Zorn und allen anderen schlechten und bösen Gedankenmustern. Begebt ihr euch in die dunklen Gassen eurer Psyche, werdet ihr eures Gleichgewichtes, eurer Gesundheit und eures inneren Friedens beraubt. Ihr werdet dort angesteckt von Keimen, die euch krank machen.

Noch schlimmer als die Gesellschaft von Verbrechern und schlechten Geistern wirkt sich deren negatives Gedankengut auf euch aus.

Unterhaltet euch nicht mit den finsternen Gestalten auf der Schattenseite des Lebens. Beschließt ein für alle mal, euch nicht mehr in den dunklen Gassen eures Geistes herumzutreiben. Mit Menschen, die ihr dort trifft, habt ihr nichts gemeinsam. Die Macht des Naturgesetzes der Anziehungskraft wird euch helfen, schlechte Menschen abzustößen. Wandelt mit Freude am Leben auf der Sonnenseite des Lebens. Dort begleiten euch: Vertrauen, Friede, Glaube, Liebe, Freude, guter Wille, Gesundheit, Glück, innerer Frieden, innere Führung, Intuition, geistige und materielle Fülle. Macht diese Weggesellen zu eurem Freund. Die Wahl der Freunde in eurem Leben bestimmt über Erfolg und Misserfolg, über Glück und Unglück.

Wählt eure geistigen Freunde bewusst nach den Kriterien ihrer Ehrlichkeit, Verlässlichkeit, Sauberkeit und der menschlichen Integrität sowie ihrer positiven Lebenseinstellung aus. Besser noch: Wählt alle Menschen in eurem Umfeld, wie beispielsweise Lehrer und Arbeitskollegen, sorgfältig nach den guten Kriterien aus. Dasselbe gilt für die Medien. Setzt euch hohe Maßstäbe bei der Auswahl eurer geistigen Gefährten, schließlich wollt ihr mit ihnen leben.

Wenn ihr von München nach Florenz reisen wollt, müsst ihr München erst einmal verlassen. Und ebenso ist es, wenn ihr ein neuer Mensch werden wollt. Ihr müsst den alten Menschen erst

einmal verlassen, damit ihr ein neuer Mensch werden könnt, einer, der sich von der Angst und Furcht völlig befreit hat. Erst dann wird es euch möglich sein, euch auf ein neues, ein positives Ziel einzustellen.

Brandmarkt die Angst, denn sie ist ein zu Gewalt drängendes Gedankenmuster. Wenn ihr euch von der Angst nicht mehr einschüchtern lasst, euch nicht in ihre Hand begeben, und ihr entschieden entgentretet, dann wird sie keine Macht über euch erlangen können.

Angst gedeiht im Schatten unaufgeklärter Unwissenheit. Da ihr die Gesetze des Geistes nun kennt, zieht die Angst und Sorge ans Licht der aufklärenden Vernunft und sie wird sich in Luft auflösen.

Die Angst geht um wie die Pest. Sie verbreitet sich rasend schnell und macht die Menschen krank.

Die Angst und die Furcht sind ein großes gesellschaftliches Problem.

Millionen von Menschen auf dieser Erde sind nur deshalb krank, weil sie Angst haben und sich sorgen. Sie rechnen immer mit einem Unheil, einem Misserfolg, mit dem üblen Ausgang einer schwebenden Sache. Genau deshalb trifft dieses Unheil dann ein. Es geschieht ihnen nach ihrem Glauben.

Menschen, die mit negativen Gedanken wie der Angst leben, sind unglückliche Menschen. Sie werden euch viele Gründe aufsagen können, die

dafür sprechen, dass etwas Schlimmes passiert. Sie werden euch nicht ein Argument sagen können, warum etwas Gutes geschehen sollte. Dies ist der Grund, warum solchen Menschen auch tatsächlich schlimme Dinge passieren, sie rufen sie geistig hervor und es geschieht ihnen nach ihrem Glauben.

Ängste und Sorgen schwächen den Menschen geistig und körperlich. Es ist der mangelnde Glaube und die Unwissenheit über den guten Geist, der diesen Menschen eine negative Lebenseinstellung beschert und damit Krankheit, Erfolglosigkeit und Unglück.

Die meisten Menschen haben Angst vor Armut, Kritik, Krankheit, Liebesverlust, Alter und Tod.

Vor diesen Ängsten müsst ihr euch hüten, sie entschieden abblocken. Hungert sie zu Tode, indem ihr nicht mehr an sie denkt, und wenn ein solcher Gedanke der Angst aufkommt, dann überschreibt ihn sofort mit Gedanken der Liebe, überhäuft ihn, erdrückt ihn, werft ihn aus eurem Geiste mit Nachdruck hinaus.

Angst ist ein Gemütszustand. Da ihr euren Geist ändern könnt, könnt ihr auch euren Gemütszustand ändern und Angst und Sorge aussperren. Menschen, die in Angst leben, fehlt die Selbstbeherrschung. Die Angst lähmt ihre Kreativität, ihre Initiative, ihr ganzes Handeln.

Angst untergräbt viele der guten Tugenden, wie beispielsweise Mut, Ehrgeiz, Beharrlichkeit und

Weisheit. Angst raubt den Menschen wertvolle Energie, zersetzt ihr Gedächtnis, zieht Misserfolge an und löscht die Liebe aus.

Gedanken der Angst bereiten euch schlaflose Nächte, töten alle positiven Gedanken, untergraben jede Feindschaft und bringen euch Leid und Not. Menschen, die in Angst leben, weisen meist dieselben Symptome auf: übertriebene Vorsicht, übergroße Besorgtheit und Gleichgültigkeit.

Viele Menschen haben Angst vor Kritik. Sie fürchten sich vor den Meinungen anderer Menschen. Auch diese Menschen zeigen einheitliche Symptome wie Gelähmtheit, innere Haltlosigkeit, unterentwickelte Persönlichkeit auf, sie haben meist große Minderwertigkeitskomplexe und es fehlt ihnen an Initiative und Ehrgeiz. Eben diese Symptome sind es, die ihr aus eurem Geiste verbannen müsst. Denkt nicht mehr daran, und ihr habt einen großen Schritt auf eurer Karriereleiter gemacht. Verscheucht die Angst vor Kritik, indem ihr der Meinung der anderen von nun an keine Bedeutung mehr beimesst.

Verjagt die Angst vor Armut, indem ihr euch entschließt, im Rahmen eurer Möglichkeiten ein sorgenloses Leben zu führen und immer nur so viel zu wollen, wie ihr euch auch leisten könnt.

Vertreibt die Angst vor dem Tod, indem ihr ihn als unvermeidbares Schicksal akzeptiert. Besiegt die Furcht vor Krankheiten, indem ihr beschließt,

fortan ein gesundes Leben zu führen. Entledigt euch aller Ängste und Sorgen, indem ihr euch darüber bewusst werdet, dass Ängste und Sorgen nur Illusionen sind.

Denkt immer daran: Ängste und Sorgen beruhen auf der Tatsache, dass ihr äußeren Umständen eine verursachende Wirkung beimisst. Äußerlichkeiten sind stets etwas Bewirktes, also Wirkung, und nicht Ursache. Macht euch diese Wahrheit bewusst, und jede Angst wird schwinden.

Abschließend noch ein Gedanke über eine Angst, die natürlich ist, die gut ist. Es ist die Furcht vor neuen Erfahrungen und vor allem vor neuen Umgebungen. Angst und Furcht setzen uns in Alarmbereitschaft. Ein Gefühl der Furcht lässt uns wachsam werden. Selbst der mutigste Mensch der Welt wird in einer neuen Umgebung eine erhöhte Wachsamkeit haben, ein Gefühl der Furcht spüren, das ihn wach macht. Die Natur will uns auf diese Weise schützen. So können Angst und Furcht auch positiv sein und uns helfen, Gefahren schneller zu erkennen, unser Leben zu schützen.

Der Geist drückt sich durch den Körper aus

Alle Gedanken, die in euren Geist, in den Nährboden eures Unterbewusstseins eingepflanzt werden, wurzeln dort und entfalten sich durch eure körperliche Aktivität. Aus diesem Grund kann man auch sagen, euer Körper ist das Spiegelbild eures Geistes.

Gedanken sind es, die wurzeln und wachsen. Wenn ihr etwas nicht wachsen sehen wollt, dann sorgt dafür, dass dessen Keime, also solche Gedanken, erst gar nicht auf eurem Nährboden ausgesät werden, ihr also an nichts denkt, das ihr nicht wachsen sehen wollt.

Denkt positiv, lebensbejahend, konstruktiv, gesund, erfolgreich und glücklich, so sät ihr diese Gedanken auf eurem Nährboden, und alle Handlungen eures Körpers werden ebenso sein.

Denkt immer daran: Alle Gedanken, die auf eurem Nährboden fallen, wurzeln dort und wachsen und entfalten sich durch euren Körper, ganz gleich, ob sie gut oder schlecht sind. Euer Nährboden kann nicht abwägen, er lässt einfach nur alles wurzeln und wachsen. So wie ihr dem Feld eines Bauern nicht verbieten könnt, dass Saatgut, das durch die Winde auf den Nährboden getrieben worden ist, dort wurzelt, so könnt ihr eurem Nährboden ebenfalls nicht verbieten, Keime, die auf ihn gefallen sind, dort wurzeln und wachsen zu lassen.

Ihr könnt mit eurem bewussten Geist aber dafür sorgen, dass keine Keime, keine Gedanken, auf euren geistigen Nährboden fallen. Ihr seid der Herr über eure Gedanken, ihr könnt fremde Gedanken abblocken, euer Saatgut besteht somit aus euren Gedanken und Gefühlen.

Denkt immer daran: Sät heute, was ihr morgen wachsen sehen wollt, und ihr bestimmt so euer Schicksal von morgen schon heute. Merkt euch diesen Satz gut.

Wenn ihr immer wieder daran denkt, dass ihr krank werdet, dann werden solche Gedanken sich in eurem Nährboden im Unterbewusstsein verankern, sie werden wurzeln und sich durch euren Körper entfalten, indem ihr krank werdet.

Wenn ihr bestimmen wollt, was durch euren Körper zum Ausdruck kommen soll und was nicht, dann müsst ihr lernen, die Gedanken zu bestimmen, die auf euren Nährboden im Unterbewusstsein fallen sollen oder nicht. Unser Körper ist Ausdruck unserer Gedanken. Habt keine negativen Gedanken wie Hass, Wut, Neid, Zorn, Angst oder Furcht, so werdet ihr in euer Unterbewusstsein keine schlechten Keime einpflanzen, die sich künftig durch euren Körper entfalten werden. Verschließt euch gegen alle schlechten Gedanken, die von außen, durch euer soziales Umfeld und die Medien, an euch herankommen wollen und den Weg in euer Unterbewusstsein suchen.

Wenn ihr selber keine schlechten Gedanken denkt, und alle schlechten Gedanken, die von außen an euch herankommen, abblockt, so werden sich keine schlechten Gedanken in eurem Unterbewusstsein einpflanzen können.

Denkt immer daran: Euer Körper ist der Laufbursche eurer Gedanken.

Die Aktivitäten, also alle Handlungen, die von eurem Körper ausgehen, sind Reaktionen auf eure Gedanken. Jede Krankheit, die ihr je hattet, war nur ein Ausdruck eurer negativen Gedanken oder der negativen Gedanken anderer Menschen in eurem Umfeld.

Denkt ihr an Gesundheit, Erfolg und Glück, so werden diese positiven Gedanken auf den Nährboden eures Unterbewusstseins fallen, dort wurzeln und sich positiv durch euren Körper entfalten, in Form von Gesundheit, Erfolg und Glück. Glauben heißt, an etwas zu denken. Die Summe eurer Gedanken ist exakt euer Glaube.

Denkt immer daran: Es geschieht euch nach eurem Glauben. So wie ihr denkt, so glaubt ihr und so wie ihr glaubt, so fühlt ihr, und so wie ihr fühlt, so seid ihr auch.

Negative Gedankenmuster

Neid, Wut, Hass und Zorn sind negative Gedankenmuster, schlechte geistige Angewohnheiten, die ihr angenommen habt, da sie euch Menschen in eurem Umfeld vorgelebt haben. Löscht jetzt sofort alle negativen Gedankenmuster. Überschreibt sie mit einer Flut an positiven Gedankenmustern wie die der Nächstenliebe, des Wohlwollens, der Liebe, der Gesundheit, des Erfolgs und des Glücks.

Wenn ihr bewusst eure Gedanken wählt, seid ihr nicht neidisch, nicht wütend, nicht zornig, ihr habt eben all die schlechten Gedankenmuster nicht. Niemand kann euch schlechte Gedankenmuster einpflanzen, wenn ihr dies nicht möchtet.

Negative Gedankenmuster fressen euch auf, rauben eure Energie, unterdrücken eure Kreativität, hindern euch daran, gut zu handeln und machen euch geistig und körperlich krank.

Betrachten wir zuerst den Neid. Neidisch sind Menschen immer auf etwas oder jemanden. Diese Menschen wollen etwas haben, was andere haben, oder wollen so sein wie andere.

Neidische Menschen kennen meist nicht die Hintergründe, die hinter den Dingen stecken, die sie beneiden, also haben wollen. Sie wissen nicht, welche leidvolle Fehlschläge ein Mensch hinnehmen musste, den sie beneiden. Sie sind nicht bereit, dafür auch das zu tun, was der andere dafür getan

hat. Sie wollen das, um was sie andere beneiden, sofort, ohne Mühen und ohne das Drumherum.

Oft werden Filmstars um ihr erfolgreiches Leben beneidet. Doch die meisten Menschen sind nicht bereit, den Preis dafür zu bezahlen, sie wollen ein erfolgreiches Leben umsonst, am besten sofort, mit einem Fingerschnipp. Doch das geht nicht. Sie sind also völlig umsonst neidisch, haben unendlich viele Gedanken, viel Energie völlig umsonst verschwendet. Da diese Gedanken des Neides auch noch schlecht waren, wurden die Menschen davon auch noch krank, erfolglos und unglücklich.

Wie auch die Angst, so ist der Neid nur eine Illusion, eine geistige Vorstellung. Der Mensch selbst baut sich den Neid in seinem Geiste auf. Schlechte Gedanken nähren das Unterbewusstsein, sodass der Neid wurzelt und sich entfalten kann. Ihr könnt den Neid in eurem Geiste einfach verbannen, indem ihr keine neidischen Gedanken mehr habt.

Immer, wenn ein Gedanke des Neides auftaucht, müsst ihr ihn mit einem guten Gedanken überschreiben, so habt ihr den Neid bald besiegt.

Stellt die Menschen, mit denen ihr euch im täglichen Leben umgibt, auf den Prüfstand. Es ist besser, die sozialen Kontakte mit neidischen Menschen sofort zu beenden. Dies gilt auch für neidische Freunde. Ihr seid auf dem Weg, erfolgreich zu werden. Und so, wie ihr wollt, dass jeder euch euren Erfolg gönnt, so gönnt auch ihr jedem anderen dessen Erfolg.

Freut euch für den Erfolg eurer Mitmenschen. So, wie du willst, dass dir geschieht, so wünsche dies auch jedem anderen.

Wenn ihr immer nur gute Gedanken denkt, wird euer Unterbewusstsein nur mit guten Keimen genährt. Aus der Fülle eurer guten Gedanken werden sich ein guter Charakter und eine gute Persönlichkeit formen. Hass, Neid, Eifersucht, Wut, Zorn und alle feindseligen Gedanken zerstören sowohl Nerven als auch Drüsen, verschiedenste körperliche wie auch geistige Krankheiten sind die Folge. Neidische Menschen werden immer arm sein. Neid wird immer Armut hervorrufen, denn wer neidisch, also negativ, destruktiv, zerstörerisch denkt, der wird niemals erfolgreich sein. Freut euch über den Erfolg anderer. Sagt ihnen, dass ihr es toll findet. Wünscht allen Menschen auf der Welt, dass sie erfolgreich und wohlhabend werden mögen. Denn was ihr anderen wünscht, das wünscht ihr euch selbst.

Denkt immer daran: Nur ihr selbst baut euch die Schranken auf, die euch von Wohlstand, von Gesundheit, Erfolg und Glück trennen. Diese Schranken könnt ihr ein für alle Mal abreißen, indem ihr euch für eine positive Einstellung zum Leben und zu euren Mitmenschen bekennt.

Betrachten wir nun die Wut. Wut ist eine zerstörerische, negative geistige Eigenschaft, die

demjenigen schadet, der wütend ist. Seid also niemals wütend und schadet euch nicht selbst.

Wenn ein Mensch in Wut gerät, verliert er nicht wirklich die Nerven, sondern er strapaziert sie nur. Wut ist ein starkes negatives Gefühl, das an den Nerven zerrt.

Immer, wenn ein Mensch wütend ist, gelangen chemische Botenstoffe in sein Gehirn. Diese Botenstoffe ergeben zusammen mit den Gefühlen der Wut ein Gift. Ich habe einmal gelesen, dass Menschen, die in Wut geraten, mit jedem Atemzug so viel Gift ausströmen lassen, dass sie damit eine Maus töten könnten. Eines ist sicher: Wütende Menschen schaden sich selbst und werden krank am Körper und im Geiste. Wut ist ein zum Terror drängendes Gedankenmuster. Einem wütenden Menschen fehlt jede Selbstkontrolle. Diese Menschen sind unberechenbar, da sie sich selbst nicht im Griff haben. Sie tun Dinge, die sie später bereuen werden.

Betrachten wir den Zorn. Zornige Menschen belasten ebenfalls ihre Nerven und hindern sich selbst daran, klar zu denken und somit ihr Leben im Griff zu behalten. Zorn muss jedoch nicht immer negativ sein. Gerechte Empörung über das Böse ist eine Form von Zorn. Wenn ihr zornig werdet, weil ihr einem anderen Menschen helfen müsst, der von einem Verrückten angegriffen wird, so ist dieser Zorn gerechtfertigt und gut.

Hass dagegen ist definitiv eine negative Geisteshaltung, die nur demjenigen schadet, der Gedanken des Hasses hegt. Es sind eure eigenen Gedanken, die Hass in euch auslösen. Gedanken des Hasses machen die Menschen krank und nicht selten gefährlich.

So ist es kein Wunder, dass Menschen, die voll Hass sind, meist auch krank, erfolglos und unglücklich sind. Hass fördert den Misserfolg auf der ganzen Linie.

Werft alle Gedanken des Hasses mit Entschiedenheit aus eurem Geiste. Wenn ein Gedanke des Hasses in euch aufflammt, überschreibt diesen Gedanken sofort mit einem Gedanken der Liebe, ja, überschüttet diesen schlechten Gedanken mit positiven Gedanken und denkt nicht mehr an ihn, lasst ihn zu Tode hungern, bis er verschwunden ist. Liebt alle Menschen gleich. Wenn ihr einen Menschen nicht mögt, trennt euch einfach von ihm und sprecht nicht mehr mit ihm. Es gibt jedoch keinen Grund, diesen dann zu hassen, denn ihr zerstört euch damit nur selbst. Es sind eure eigenen Nerven, die ihr durch Gedanken des Hasses strapaziert.

Wenn ihr alle Gedanken des Hasses mit Entschiedenheit aus eurem Geiste verbannt, werdet ihr bald schon sehen, wie gut euch dies selbst tut.

Denkt immer daran: Gedanken des Hasses untergraben eure Kreativität, sie sind Ursache für Misserfolg und beschwören das Unglück herbei.

Sie rauben euch wertvolle Energie und Zeit. Sie untergraben eine positive Geisteshaltung. Gedanken des Hasses lenken euch von euren guten Zielen ab.

Alle negativen Gedanken wie Hass, Wut, Neid, Zorn, Angst, Furcht usw. schaden nur demjenigen, der sie denkt und fühlt.

Jeder negative Gedanke, jedes negative Gefühl wurzelt in eurem Unterbewusstsein und wächst und findet durch euren Körper seinen negativen Ausgang. Ihr könnt dem Aufblühen eines negativen Gedankens nicht entrinnen. Also fangt jetzt an, alle diese negativen Gedanken einfach nicht mehr zu denken, hungert diese zu Tode. Lasst sie nicht mehr keimen in eurem Inneren.

Gut und Böse

In diesem Abschnitt beschäftigen wir uns mit dem Guten und dem Bösen, und damit, wie wir uns erfolgreich vor dem Bösen schützen können.

Die Bilder, die uns unsere Eltern, die Medien sowie die Kirche seit Kindeszeiten suggerieren, zeigen den bösen Teufel mit seinem Bocksfuß in der Hölle vor dem brennenden Feuer tanzend sowie den guten Gott als alten Mann auf seinem Thron im Himmel sitzend.

Der Gute im Himmel, der Böse in der Hölle.
Der gebildete Mensch weiß jedoch wesentlich mehr. Er weiß, dass alles gut oder böse sein kann. Alles kann gut oder böse gedeutet werden.

Eine Windmühle kann durch den Wind angetrieben werden und Strom erzeugen, sie kann jedoch auch durch den Wind zum Umstürzen gebracht werden und dabei großen Schaden anrichten. Der Wind kann also gute und böse Auswirkungen haben, kann gut oder böse sein.

Ein weiteres Beispiel ist das Feuer. Wir können uns am Feuer aufwärmen, beispielsweise an einem Kaminfeuer im Wohnzimmer. Das Feuer kann uns aber auch verbrennen, ja sogar töten. Also auch das Feuer kann gut und böse sein.

Das Wasser brauchen wir zum Trinken, um unseren Körper in voller Funktion zu erhalten. Wir können im Wasser aber auch ertrinken.

Den Strom nutzen wir für viele gute Dinge, beispielsweise für das Licht. Wir können aber auch von einem Starkstromschlag verletzt werden.

Alles hat sein Positives und sein Negatives, sein Gutes und sein Böses in sich. Nur wir selbst bestimmen, wie wir es deuten und nutzen. Wenn wir es positiv, also gut deuten und nutzen, dann ist das unser ureigenster, natürlicher und göttlicher Sinn.

Nur alle diejenigen, die das wahre und gute Wesen der Natur nicht verstanden haben, sehen das Böse und seine Gedanken des Neides, Hasses, der Angst usw. als natürlich an.

Da ihr nun wisst, wie euer Geist funktioniert, braucht ihr das Böse einfach nicht in euch hineinlassen.

Sobald ein böser Gedanke aufkommt, überschreibt ihr ihn mit einem guten Gedanken, denkt an Liebe, an Harmonie, an schöne Dinge, und ihr werdet somit erfolgreicher Sieger über das Böse sein.

Böses wird euch oft als Gutes verkauft.

Das Abwägen, ob etwas gut oder böse ist, fällt vielen Menschen sehr schwer. Die schnelllebige und moderne Welt, die durch den Konsumgüterwahn

bestimmt wird, beeinflusst die Menschheit und lenkt sie oft ab.

Wenn ihr euch nicht sicher seid, ob etwas gut oder böse ist, dann lasst euer Unterbewusstsein für euch entscheiden, denn es kennt immer die richtige Antwort und wird euch diese mittels eines Gefühls mitteilen. Hört auf die Gefühle eures Unterbewusstseins und ihr werdet euch nie mehr falsch entscheiden.

Die Natur ist eine reine Evolution von Lebewesen. Es gibt nichts Böses in der Natur. Es gibt nur böse Gedanken des bewussten Geistes eines Menschen. Böse Gedanken treten auch nur bei der Gattung Homo Sapiens Sapiens auf. Wenn ihr nicht wisst, ob etwas gut oder böse ist, wenn ihr die Stimmen eures Unterbewusstseins nicht deutlich hören könnt, dann fragt euch einfach, ob dieses oder jenes natürlich, also gut ist, oder nicht.

Es gibt viele Menschen, die negativ denken. Angst, Furcht, Neid, Habgier, Hass, Wut und viele weitere böse, negative Gedankenmuster prägen deren geistigen und körperlichen Leidensweg. Für euch soll es jedoch nicht wichtig sein, wie andere Menschen sind, sondern einzig und allein wichtig ist, wie ihr seid.

Wenn ihr wollt, dass ihr stets gut handelt, dann müsst ihr gut denken.

Beide Geisteshaltungen, also positiv und negativ, pflegen sich immer gegenseitig anzuziehen. Das

Naturgesetz der Anziehungskraft sorgt dafür, dass das Böse das Böse anzieht und das Gute das Gute. Das Gute ist Liebe, Gesundheit, Erfolg, Glück. Zieht das Gute an. Es ist so einfach, das alles zu erreichen, denn es sind nur die bösen Gedanken, die verbannt werden müssen. Am besten, ihr fangt jetzt gleich damit an, dann geht es euch gleich besser.

Ihr seid auf dem Wege zu Gesundheit, Erfolg, Glück und Harmonie mit euch selbst und mit eurem Geist des Guten, denn nur mit ihm könnt ihr in Harmonie sein.

Ein böser Mensch wird nie in Harmonie mit sich selbst leben können, wird nie gesund, erfolgreich und glücklich sein.

Da unser inneres Wesen, unser eigener Gott, von Natur aus gut ist, kann mit ihm nur eine Harmonie eingegangen werden, wenn unser bewusstes Denken gut ist. Denn Gott ist unser unterbewusstes Denken und wir sind unser bewusstes Denken.

Es ist wichtig, dass ihr die Mitmenschen in eurem Umfeld studiert, gut zuhört, was sie von sich geben, und schnell herausfindet, ob sie positive oder negative Gedanken hegen.

Ihr müsst erst gut zuhören und dann eine Entscheidung treffen. Hört dabei auch auf die Stimme eures Unterbewusstseins, das immer die richtige Antwort kennt. Nach euren Entscheidungen werdet ihr den Kontakt zu einigen Menschen abbrechen müssen, mit diesen nicht

mehr sprechen, keine sozialen Kontakte mehr pflegen, ja ihnen regelrecht aus dem Wege gehen.

Wenn ihr zu schlechten Geistern den Kontakt abbrecht, werden diese Menschen keine schlechten Gedanken mehr in euren Nährboden pflanzen können. Ihr müsst euch von allen bösen und schlechten Gedanken völlig abschirmen. So, wie ihr denkt, so fühlt ihr euch. Und so, wie ihr euch den ganzen Tag lang fühlt, so seid ihr auch. Stiehlt ein Mensch etwas, fühlt er sich schlecht. Er weiß, dass Stehlen falsch ist. So lebt dieser Mensch in Disharmonie, da ihm bewusst ist, dass er etwas Falsches getan hat.

Es ist nicht erstrebenswert, sich schlecht zu fühlen, denn das Leben ist doch so schön. Geben wir zum Beispiel einem Bedürftigen zehn Euro, dann freut sich dieser über die gute Tat, und wir fühlen uns gut, denn wir haben einem armen Mann geholfen.

Das Leben ist schön, für den armen Mann und für uns, zumindest in dieser Sekunde, wenn wir ihm den Zehn-Euro-Schein geben. Und auch weiterhin wird es schön sein, solange der arme Mann sich etwas zum Essen kauft und daran zehrt, und wir geistig an ihn denken und uns vorstellen, wie er sich gerade über sein Essen freut.

Gut und Böse sind also nur Gedanken. Wenn wir den Keim eines Gedankens in uns einlassen, wird

er in uns wachsen und sich durch uns entfalten. Lassen wir nur gute Keime, gute Gedanken in uns ein, so entfalten wir uns gut, wir sind gut, wir fühlen uns gut und werden gute Taten tun. Immer wieder haben Menschen zu allen Zeiten dies erkannt. Diesen Menschen war nicht wichtig, was andere denken oder sind, sondern wie sie selbst denken und somit sind.

Goethes „Faust“, aber auch viele andere Geschichten handeln von Gut und Böse, aber sie handeln von Geschichten, von Erfindungen, von Bildern, die ihr nicht glauben müsst. Es sind Geschichten und Bilder, die ihr in eurem Geiste löschen und mit guten Geschichten und Bildern überschreiben müsst. Es sind allesamt antike Geschichten und Bilder, denn der moderne Mensch weiß, dass Gut und Böse nur Gedanken sind, die er selbst aufleben lassen oder im Keim ersticken kann.

Das Böse sind Bilder und Geschichten, die uns seit unserer Kindheit begegnen. Doch sie sind alle nur erschaffene Illusionen, erdachte Bilder. Der Teufel sitzt nicht in der Hölle am Feuer, weil es ihn gar nicht gibt. Alle diese Bilder, diese Vorstellungen, diese Geschichten, sind von negativen Gedanken erfunden. Wenn ihr sie nicht einlasst, gibt es in euch nichts Böses. Es gibt nur Gutes, denn Gott ist der Gott der Liebe, der Harmonie. Altertümliche Priester wie im ägyptischen Reich, Voodoo-Priester auf Tahiti und viele andere mehr haben den Menschen nur böse Gedanken suggeriert, um sie gefügig zu machen, damit sie brav ihren

Zwecken dienen. Sie machen den Menschen, die daran glauben, Angst, sodass diese bereit sind, die bösen Gedanken einzulassen, um Erlösung zu erlangen. Menschen, die erkannt haben, dass nur das Gute, also Gott, in uns wirkt, und alles Böse nur Gedanken sind, die wir einfach nur abschirmen müssen, solchen Menschen kann ein Voodoo-Priester mit seinen Beschwörungen keine Angst machen.

Wissende Menschen bekämpfen Angst sofort mit positiven, guten Gedanken und verbannen die bösen und schlechten Gedanken auf diese Weise aus dem Herzen und dem Unterbewusstsein.

Böses ging oft von Glaubensträgern aus. Auch die katholische Kirche hat zu jeder Zeit, aber verstärkt in der frühen Neuzeit, der Renaissance, Böses im Namen Gottes verbrochen. In der Zeit der Inquisition hat die Kirche Menschen, die anderen Glaubens waren oder ihnen einfach nicht zur Nase standen, foltern lassen, und dies so lange, bis diese unwahre Geständnisse ablegten, für die sie dann verurteilt und ermordet wurden. So wurden Heiden bekehrt und Andersdenkende aus dem Wege geschafft. Auch wurden durch die katholische Kirche Ablassbriefe verkauft. Durch Geldzahlungen konnten sich Menschen von allen Sünden freikaufen und bekamen dafür einen Befreiungsbrief.

Das System war einfach. Dem Volk der Gläubigen wurden für geringste Vergehen große Sündenqualen angedroht und nur, wenn die Gläubigen genug zahlten, konnten sie – angeblich – erlöst werden.

Das war primitive Habgier der Kirche, die später wieder abgeschafft wurde.

Heute ist jedem klar, dass man sich von Sünden nicht freikaufen kann. Nur eine innere geistige Wandlung erlöst uns von allen Sünden.

Wenn wir Böses nicht einlassen, es somit nicht auf unseren Nährboden trifft und dort wurzeln kann, hat das Böse keine Chance, und es wird erst gar nicht dazu kommen, dass wir sündigen.

Immer, wenn ihr an etwas Negatives oder Böses denkt, dann hört sofort damit auf und überschreibt diese Gedanken mit Gedanken der Liebe. Dann haben diese negativen Gedanken keine Chance.

Der Geist eines jeden Menschen ist die Summe seiner Gedanken und Vorstellungen. Es liegt an euch, negative, böse Gedanken einfach auszuschalten, sie nicht zu denken. Dunkelheit verscheucht ihr durch Licht, Kälte durch Hitze, negative und böse Gedanken verscheucht ihr am besten durch positive und gute Gedanken.

Denkt immer daran: Nichts ist an sich gut oder schlecht, nur das Denken macht es dazu. Gott und das Gute bedeuten dasselbe.

Die geistige Heilkraft

Jeder Mensch besitzt eine eigene körperliche und geistige Heilkraft. Sie ist die göttliche, uns innewohnende Heilkraft, die unseren Körper und Geist wieder in die göttliche Ordnung bringt, wenn er einmal aus dieser verrückt ist. Über die Heilkräfte des Körpers habe ich bereits gesprochen. Nun möchte ich zu den Heilkräften unseres Geistes kommen. Wir können unseren kranken Geist, also uns selbst, heilen.

Nur ihr selbst könnt euch heilen, sonst niemand. Es gibt den wahren Spruch: „Der Arzt verbindet die Wunde und Gott heilt sie.“ Mit Gott ist euer Unterbewusstsein, euer mächtiges, euer großes ICH gemeint.

Ein kranker Körper ist oft nur der Ausdruck und das Sichtbarwerden eines kranken Geistes. Böse, negative, destruktive, schlechte Gedanken sind als Keime auf den Nährboden eines Menschen gefallen und haben sich eingepflanzt. Dort wurzelten sie und haben sich durch den Körper mittels Krankheiten entfaltet. Seid ihr im Geiste gesund, dann seid ihr auch im Körper gesund, denn der Körper ist das Spiegelbild eures Geistes. Mithilfe der Medizin bekämpfen wir die Symptome einer Krankheit, aber nie die Ursache. Wenn ihr nach der Ursache fragt und diese erkennt und heilt, dann braucht ihr keine Medizin mehr.

Nur in den seltensten Fällen kann uns unsere allmächtige Heilkraft nicht mehr heilen.

Es gibt aber viele Geschichten, wie Menschen, die an die Heilkraft zu glauben begannen, sich selbst geheilt haben. So, wie wir denken und glauben, so sind wir. Denken und glauben wir also an die Gesundheit, so sind wir gesund.

Es ist die geistige und körperliche Heilkraft, die uns Menschen heilt. Wir heilen uns selbst. Die Medizin leistet immer nur die Hilfe dazu. Beginnt daran zu glauben, und ihr könnt die Heilkraft gezielt einsetzen.

Erinnert ihr euch daran, wie ihr euch das letzte Mal mit einem scharfen Messer in den Finger geschnitten habt und das Blut aus dem Finger lief? Ihr seid sofort losgelaufen, um euch ein Pflaster zu besorgen. Doch egal, ob ihr ein Pflaster gefunden habt, um die Wunde zu verarzten, oder nicht, der Heilungsprozess begann sofort, und schon wenige Tage später war der Schnitt völlig verheilt. Ein Arzt hätte euch die Wunde desinfiziert und ein Pflaster darübergerklebt, also den Heilungsprozess unterstützt, aber vollzogen habt ihr ihn selbst.

Das war ganz alleine die Arbeit eurer Heilkraft. Und so wie eure Heilkraft die Schnittwunden heilt, heilt sie auch einen Schnupfen und alle weiteren Krankheiten.

Gesundheit findet also im Geiste statt. Unser unterbewusster Geist heilt unsere Krankheiten,

indem er die Befehle dazu gibt. Glaubt an eure eigene Heilkraft, dann heilt sie euch noch schneller. Glaubt und fühlt euch gesund, und ihr werdet erst gar nicht krank.

Der Glaube ist es, der den Pilgerstätten ihre heilende Kraft verleiht.

Der Glaube allein ist es, der die Menschen, die sich dort hinbegeben, heilt – zumindest einige davon. Indem sie dort stehen und fest an die Heilung glauben, macht sich das Unterbewusstsein sofort an die Arbeit und erfüllt ihren Wunsch, nämlich geheilt zu werden.

Es wird ihnen gegeben nach ihrem Glauben.

Vielen Menschen ist es nicht bewusst, dass sie eine eigene Heilkraft besitzen bzw. sie glauben einfach nicht daran. Es gibt Menschen, die darüber spotten, wenn sie etwas über Heilkraft hören. Genau diese Menschen brauchen sich nicht zu wundern, wenn sie krank werden und der Heilungsprozess länger dauert, oder wenn sie überhaupt nicht gesunden.

Jesus hatte das Wirken der Heilkraft erkannt. Er ging zu den Kranken und sprach mit ihnen. Mit seinen Worten hat er ihnen den Glauben an die Gesundheit fest in ihr Unterbewusstsein gepflanzt und somit deren Heilkraft aktiviert. Sie glaubten sich fortan gesund und wurden gesund.

Folgende Beispiele verdeutlichen, was Glaube heißt. Wenn ich im Winter in der U-Bahn sitze und mich einige Menschen anniesen und anhusten, dann kann ich mir einreden, dass ich sicher angesteckt und krank werde. Dieser Gedanke verankert sich in meinem Unterbewusstsein, welches sich sofort daran macht, meinen Wunsch zu erfüllen. Ich werde also krank. Wenn ich mir stattdessen denke, diese niesenden und hustenden Menschen können mir nichts anhaben, da ich gesund und immun gegen diese Volkskrankheiten bin, dann werde ich auch nicht krank werden. Ich habe die Krankheit somit geistig abgewehrt, indem mein Unterbewusstsein mir meinen Wunsch erfüllt hat. Ebenso verhält es sich mit einem steifen Nacken. Sicherlich seid ihr schon einmal mit einem offenen Auto gefahren oder mitgefahren und habt euch gedacht, durch den Windzug bekomme ich einen steifen Nacken. Ja, ihr habt es euch regelrecht vorgestellt, und am Abend war der steife Nacken da. Wenn ihr euch dagegen während des Fahrens in einem offenen Auto vorsagt, der Wind kann mir nichts antun – ich werde keinen steifen Nacken bekommen und ich werde auch sonst nicht krank, ich fühle mich gut und bin gesund –, so werdet ihr keinen steifen Nacken bekommen. Probiert es einfach mal aus! Alles, was ihr euch einredet, was ihr euch vorstellt, erfüllt sich. Deshalb ist es sehr wichtig, dass ihr nur an Gesundheit denkt, euch gesund fühlt, fest daran glaubt, dass ihr gesund seid. Wenn ihr euch immer wieder vorsagt, dass die Arbeit euch krank macht

oder dass ihr einen Herzinfarkt bekommen werdet, dann wird es auch so geschehen. Ich höre Menschen immer wieder sagen: „Ich habe Alzheimer.“ Sie sagen dies immer, wenn sie etwas vergessen haben und meinen es nur im Spaß. Das Unterbewusstsein jedoch versteht keinen Spaß und nimmt sie beim Wort. Sie bekommen früher oder später tatsächlich Alzheimer.

Menschen, die sich immer wieder vorsagen, dass sie einen Herzinfarkt bekommen werden, werden diesen auch bekommen, da sie sich diesen scheinbar so sehr wünschen. Dies gilt auch für alle anderen Krankheiten. Stellt euch immer vor, dass ihr völlig gesund seid. Fühlt euch gesund. Stellt euch vor, wie ihr mit 95 Jahren im Liegestuhl mit eurem Partner nebeneinander liegt und euch die alten Geschichten des Lebens erzählt und dabei noch rüstig und gesund seid.

Wenn ihr in eurem abendlichen Gebet mit mindestens einem Satz eurem Unterbewusstsein dafür dankt, dass es euch jeden Wunsch erfüllt und euch immer gesund sein lässt, so wird sich dies bald einstellen.

Das ist der Grund, warum ihr eurem Unterbewusstsein auch schon gleich dafür danken könnt.

Wenn ihr euch körperlich und geistig völlig entspannt, fest an euer Unterbewusstsein glaubt und euch immer wieder das Wort Gesundheit

vorsagt, dann werdet ihr einen Energieschwall spüren, der sich vom Kopf aus durch euren ganzen Körper ausbreitet, bis er jedes Atom eures Körpers erreicht hat. Glaubt fest an eure Heilkraft und lernt, die heilende Energie zu spüren und zu nutzen.

Diese Energie, diese Wärme, die ihr spürt, ist eure eigene Heilkraft, die sich ans Werk macht, alle Atome eures Körpers, die beschädigt oder eben nicht in der göttlichen Ordnung sind, auszutauschen oder wieder in die göttliche Ordnung zu rücken. Lernt die heilende Energie zu fühlen, fühlt, wie sie euren Körper durchflutet, während ihr das Wort Gesundheit wiederholt. Wenn ihr die heilende Energie fühlt, dann verstärkt dieses Gefühl und hilft mit, alle Prozesse der Gesundheit zu unterstützen.

Glaubt fest daran, dass die Heilkraft ihre Arbeit bereits vollbracht hat und ihr völlig gesund seid. Fühlt euch völlig gesund, dann seid ihr auch gesund.

Der Körper ist der Spiegel der Seele, des Geistes. Ist der Körper krank, ist auch der Geist krank, denn der Körper ist Ausdruck des Geistes. Ihr müsst also den Geist gesund machen, dann wird automatisch euer Körper gesund. Der Körper ist Ausdruck des Geistes und alle Krankheiten werden durch den Geist hervorgerufen, nicht umgekehrt.

Denkt immer daran: Ihr bestimmt, ob ihr krank werdet oder nicht, und auch nur ihr selbst könnt

euch von Krankheiten heilen. Ausnahmen sind schwere Unfälle oder schwere Krankheiten. Hierfür gibt es natürlich ausreichend Medizin.

Ihr wollt von nun an gesund sein? Kein Problem. Stellt euch nun vor, wie gesund ihr seid. Fühlt euch gesund. Akzeptiert nicht, dass ihr krank seid. Die Vorstellung von Gesundheit bringt den Geist dazu, euch euren Wunsch zu erfüllen. Aber es ist wichtig, sich bereits am Ziel zu sehen, also sich gesund zu sehen und zu fühlen, die Gesundheit als bereits wahre Tatsache zu akzeptieren. Lasst immer wieder die Energie der Heilkraft durch euren Körper strömen. Setzt die Energie in Bewegung, indem ihr dieser befiehlt, sich in Bewegung zu setzen. Spürt die heilende Energie, wie diese euren Körper durchströmt und alles in Ordnung bringt.

Sagt und denkt euch nie Sätze aus wie „Ich fühle mich schlecht“, „Ich fühle mich krank“, „Ich spüre, da kommt etwas“, „Der wird mich anstecken“, „Ich habe Kopfweg“, „Ich werde doch noch einen Herzinfarkt bekommen“, „Ich werde Krebs bekommen“ oder Ähnliches. Denn euer eigener Glaube ist es, der euch krank macht.

Sagt zu euch selbst: „Ich fühle mich gesund. Alles an meinem Körper ist gesund. Ich erfreue mich völliger Gesundheit und eines langen Lebens. Nichts und niemand kann mich mit Krankheit anstecken.“

Die Vorstellung vieler Patienten, ihr Arzt heile sie durch viele Medikamente, lässt diese Menschen gesund werden, obwohl sie Brotpillen oder Mehltabletten bekommen, also Pillen und Tabletten ohne jeglichen Wirkstoff. Viele Ärzte heilen mittlerweile nicht mehr mit Medikamenten, sondern mit gesunden Vorstellungen, die sie ihren Patienten vermitteln.

Glaubt fest daran, dass dieselbe schöpferische Weisheit, euer Unterbewusstsein, euer Gott, die euren Körper formte, eure Organe erschaffen und ausgebildet hat, die euer Herz zum Schlagen gebracht hat, auch diejenige ist, die euch am besten von allen Krankheiten heilen kann.

Unsere eigene Heilkraft ist es, die alles, was in unserem Körper nicht in der göttlichen Ordnung ist, wieder in die göttliche Ordnung rücken kann. Glaub mir, wenn ich euch sage, dass sie es war, die Allweisheit, unser Unterbewusstsein, die etwas entrückt und uns krank gemacht hat, denn nichts geschieht ohne die Anweisung unseres Unterbewusstseins. Was es zu unserem Schlechten ändert, kann es auch wieder zu unserem Besten ändern.

Gebt eurem Unterbewusstsein einfach den Befehl, alles in die göttliche Ordnung zu bringen, und fühlt die heilende Energie, die vom Kopf aus durch den ganzen Körper strömt und die Arbeit verrichtet. Fühlt die Wärme der Energie und lasst sie an allen

Stellen des Körpers ausreichend lange verweilen, damit sie ihre Arbeit tun kann, nämlich euch zu heilen.

Der Körper ist das Spiegelbild des Geistes. Jede körperliche Erscheinung ist vorher eine Idee gewesen. Füllt euren Geist unaufhörlich mit Gedanken der Gesundheit und ihr werdet durch die Quelle des Unterbewusstseins gesund leben.

Es gibt jedoch Zeiten in eurem Leben, in denen ihr erkrankt, weil ihr euren Geist, eure Gedanken nicht im Griff oder schädliche Einflüsse durch andere Menschen nicht schnell genug abgeblockt habt. Glaubt an eure innere Heilkraft und eure heilende Energie. Vor dem Einschlafen am Abend, bevor euer bewusster Geist sich verabschiedet und euer unterbewusster Geist die alleinige Steuerung eures Körpers übernimmt, sollt ihr euch körperlich und geistig entspannen. Versetzt euch in einen tranceartigen Zustand und nehmt Kontakt mit eurem Unterbewusstsein auf. Sprecht es einfach an. Richtet euren Glauben an das Organ, das geheilt werden soll, und stellt euch seine Genesung vor, stellt es euch als bereits geheilt vor.

Fühlt, wie die Energie der unterbewussten Kräfte, eure eigene Heilkraft, das Organ durchströmt und alles wieder in die göttliche Ordnung rückt.

Spürt die heilende Wärme, die heilenden Kräfte. Immer und immer wieder müsst ihr wirklich daran glauben, dass ihr bereits geheilt seid.

Stellt euch die Heilung so lebendig wie nur möglich als bereits erledigt vor.

Denkt immer daran: Es gibt nur eine einzige Heilkraft und diese trägt viele Namen: Natur, Leben, Gott, schöpferisches Prinzip, die Macht des Unterbewusstseins und viele andere mehr.

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich jeder Körper innerhalb von elf Monaten komplett erneuert. Das heißt, jede Zelle stirbt innerhalb von durchschnittlich 90 Tagen, und innerhalb von elf Monaten sind alle Zellen einmal gestorben und durch neue ersetzt worden. Ihr könnt euch also innerhalb von elf Monaten körperlich neu erschaffen. Besser gesagt: Ihr erschafft euch definitiv innerhalb von elf Monaten zumindest größtenteils neu.

Wichtig ist nur, dass durch den festen Glauben an Gesundheit der Körper neu erschaffen wird nach dem göttlichen, vollkommenen Vorbild, und nicht nur die sterbenden Zellen durch neue ausgetauscht werden nach dem kranken Vorbild, das bis dato bestand.

Der Geist kann nicht nur den Körper heilen, sondern auch den Geist, also sich selbst. Das geschieht mit denselben Prinzipien wie bei der Heilung unseres Körpers.

Auf die geistige Heilung werden wir in einem folgenden Kapitel noch genauer eingehen.

Es gibt verschiedene Arten, wie ihre euren Geist selbst heilen könnt. Ihr könnt für euch zum Beispiel die Behauptung aufstellen, dass der Normalzustand im menschlichen Leben die Gesundheit ist. Krankheit dagegen ist ein Ausnahmezustand. Glaubt daran, dass der Zustand der Gesundheit das universelle Lebensprinzip ist. Auf diese Weise wird eure feste Überzeugung alle negativen Gedankenmuster eures Geistes heilen, und somit auch alle eure körperlichen Krankheiten.

Ihr seid mit dem natürlichen Prinzip der Harmonie im Einklang, solange euer Denken mit dem schöpferischen Prinzip des Unterbewusstseins übereinstimmt. Weicht niemals davon ab, denn sonst werden euch eure Gedanken zur beunruhigenden Last. Destruktive und böse Gedanken ziehen dann Krankheiten und Unglück regelrecht nach sich.

Der erste Schritt zur vollständigen Heilung von Geist und Körper besteht in der Befreiung von der Angst vor festgestellten oder vermuteten Krankheitssymptomen durch euch oder eure Ärzte.

Der zweite Schritt besteht darin, sich die Tatsache zu vergegenwärtigen, dass ein angeschlagener Gesundheitszustand die nachteilige Folge schädlicher Denkgewohnheiten ist. Wenn ihr die schädlichen Denkgewohnheiten ablegt, so werdet ihr unter deren Einfluss nicht mehr leiden müssen,

und ihr werdet mit Gesundheit im Geiste und im Körper gesegnet.

Der dritte Schritt besteht darin, die in euch wohnende Heilkraft zu verehren, an sie zu glauben, indem ihr der heilenden Energie Zeit widmet, an sie denkt, sie bestärkt und ihr den Befehl gebt, euch zu heilen.

Wendet diese drei Schritte an und ihr entfernt das Übel, die Krankheiten, an der Wurzel. So, und nur so, könnt ihr bewusst eurem Körper helfen, damit er schneller gesund wird. Ja, so wird er erst gar nicht krank werden.

Denkt immer daran: Sobald ihr einen Gedanken an Krankheit denkt, überschreibt diesen sofort mit einem Gedanken an Gesundheit. Fühlt euch gesund und ihr werdet gesund. Denn ihr seid, wie ihr euch fühlt.

Die Suggestion

Unter Suggestion versteht man die unterschwellige Beeinflussung anderer Personen, also fremder Geister.

Suggestion ist das psychologische Prinzip, durch das wir andere Geister beeinflussen können, das zu tun, was wir wollen, dass sie für uns tun sollen. Die Anwendung von gezielter Suggestion verleiht uns Macht: Macht über andere Geister, Macht über andere Menschen, Macht, die ihr benötigt, um erfolgreich zu werden.

Suggestion kann durch Worte, durch die Körpersprache, durch Bilder und Gefühle andere Geister beeinflussen.

Mit unserem bewussten Denken können wir anderen Geistern, also Menschen, etwas suggerieren, sie also beeinflussen und für unsere Ziele zugänglich machen.

Jeder gute Verkäufer beherrscht die Suggestion, nur so kann er erfolgreich sein. Aber auch jeder Manager muss mittels der Suggestion seine Mitarbeiter führen und lenken. Ihr müsst lernen, eure Gedanken, welche immer auch Suggestionen sind, gezielt auszusenden und einzusetzen, um anderen Menschen eure Wünsche zu suggerieren, damit diese sie euch erfüllen.

Die Kunst dabei ist es, dass der andere Mensch nicht merkt, dass er beeinflusst wird, oder es zumindest nicht bewusst wahrnimmt.

Doch bitte lasst euch bewusst werden, dass nicht nur ihr an andere Menschen bewusst Suggestionen aussenden könnt, sondern dass dies auch die anderen Menschen bei euch können und tun. Manche mehr und mache weniger bewusst, aber sie tun es alle. Auch ihr werdet permanent beeinflusst.

Ihr müsst ein Gespür dafür entwickeln, was euch andere Menschen mit ihren Worten suggerieren, einreden wollen. Wenn euch die Absichten der anderen Menschen in ihren Aussagen bewusst sind, dann könnt ihr auch entscheiden, wie ihr darauf reagieren wollt, ob ihr das, was die anderen Menschen wollen, dass ihr für sie tut, auch wirklich tun wollt oder nicht.

Ihr solltet es nicht hinnehmen, dass andere Menschen euch bewusst beeinflussen, ihr dies gar nicht bemerkt, und euch so zum Sklaven, zum Laufburschen für andere Menschen macht, ihr somit fremdbestimmt werdet.

Durch Suggestion bringt ihr also andere Geister und deren Körper dazu, das zu tun, was ihr wollt, dass diese für euch tun.

Vor allem Kinder sind für Suggestionen sehr empfänglich, sie glauben alles, was ihnen ihre Eltern suggerieren, also einreden. Nahezu alle Eltern wenden die Mittel der Suggestion bei der

Kindererziehung an, die einen mehr und die anderen weniger bewusst. Doch gerade wenn ihr einmal Kinder habt, solltet ihr eure Worte, eure Suggestionen euren Kindern gegenüber gut wählen. Sendet positive Suggestionen aus, Suggestionen für deren Gesundheit, deren Erfolg und deren Glück.

Denkt immer daran: Suggestionen sind ein Instrument für euren Erfolg, doch nur für einen positiven Erfolg. Die Kunst der Suggestion darf niemals dazu verwendet werden, einem anderen Menschen etwas Schlechtes, Zerstörendes anzutun. Sie soll immer nur dazu dienen, eine Hilfe zu sein, damit ihr ein gutes Ziel erreicht.

Suggestion sollte in allen Gesprächen sein, die ihr mit anderen Menschen führt. Hört auf mit dem leeren Gerede. Jedes Gespräch sollte sorgfältig vorbereitet sein und geführt werden. So werdet ihr erfolgreich sein und eure Wünsche, eure Ziele anderen einpflanzen und dafür sorgen, dass diese euch beim Erreichen eurer Ziele gerne helfen.

Die Unternehmen unserer Konsumgesellschaft leben von Werbesuggestionen, ja machen regelrecht Profite durch sie.

Jeder Topmanager und jeder Politiker hält geplante Reden, die eine Menge an Suggestionen beinhalten, damit er seine Ziele erreicht.

Das Prinzip der Suggestion ist einfach. Man stimmt einen anderen Geist auf sich ein, indem man mit ihm konform geht, mit ihm übereinstimmt, und dann eine Leichtgläubigkeit herstellt, die höher ist als sonst. Versetzt euch also in die Lage des anderen Menschen, stellt euch vor, ihr seid der andere Mensch. Dann versucht zu denken, wie er denkt. Stellt eine Harmonie her und stimmt dem anderen Geist zu. So könnt ihr einen anderen Geist neutralisieren und dann den Samen, euren Gedanken, euren Wunsch, die Suggestion, dem anderen Menschen einpflanzen, auf dass er eure Wünsche bereitwillig erfüllt.

Denkt immer daran: Erst, wenn der andere Geist neutralisiert ist, könnt ihr dort eure Suggestionen, eure Wünsche, einpflanzen.

Ein Geist, der euch nicht wohlgesinnt ist, ja vielleicht sogar gegen euch eingestellt ist, wird kaum auf eure Suggestion eingehen. Neutralisieren heißt, dass ihr den anderen Geist auf euch einstimmt, er muss gerne etwas für euch tun wollen. Ist dies nicht der Fall, so ist es eure Aufgabe, diesen Geist erst einmal auf euch einzustimmen, eben alles das, was er gegen euch hat, zu neutralisieren, damit er bereit ist, eure Suggestion aufzunehmen.

Wie immer im Leben ist eine sorgfältige Planung die Basis für den Erfolg. Planen heißt, sich Gedanken zu machen, was man mit der Suggestion erreichen will, diese dann in eine Rede oder in Schriftform zu

fassen und erst dann systematisch in der Rede oder in einem Brief umzusetzen.

Die meisten Menschen reden viel zu viel und denken viel zu wenig darüber nach, was sie reden. Dadurch machen sie viel kaputt. Meist haben sie überhaupt kein Ziel, das sie erreichen wollen und reden nur, weil sie sich gerne selbst reden hören.

Gewinnen tun nur diejenigen, die nicht einfach nur plappern, sondern gezielt reden, eine gegliederte, mit Suggestion versehene, gut überlegte Rede halten, so, wie die Senatoren im alten Rom.

Suggestion darf niemals ausgenutzt werden, um geistig Schwache zu böartigen Dingen zu verleiten, einem anderen bewusst etwas Schlechtes anzutun. Ein Mensch, der so denkt, hat die Macht der Suggestion nicht verstanden und vor allem nicht den ureigenen Zweck dazu, nämlich die Gesundheit, den Erfolg und das Glück zu fördern.

Suggestion ist das Mittel, durch gezielte Gedankenabgabe an andere Menschen sein Ziel zu erreichen, nämlich, dass ein anderer Mensch etwas für einen tut oder etwas ganz Bestimmtes denkt.

Jede bewusste Suggestion ist zielgerichtet. Ohne Ziel ist jede Suggestion sinnlos.

Suggestion bedeutet, einfach gesagt, erst Zielsetzung, dann die Erstellung eines Suggestionplans, dann die Neutralisierung des anderen Geistes und erst dann der Wunsch, die Suggestion bei einem anderen Menschen einzupflanzen, diese keimen und wachsen zu lassen und dann die Ernte einzuholen.

Ihr werdet immer wieder Ziele haben, wofür ihr andere Menschen benötigt, damit ihr diese Ziele erreicht oder zumindest schneller erreicht. Gerade im Geschäftsleben wollt ihr Kredite von Bankangestellten, Verträge mit Kunden schließen oder gute Mitarbeiter gewinnen.

Durch gezielte Suggestion in der Rede, die jedoch immer positiv und ehrlich sein muss, könnt ihr alle Menschen dazu bringen, sich für eure Ziele zu interessieren.

Das Vermögen, Suggestion bewusst einzusetzen, ist ein weiterer Baustein für den Erfolg in eurem Leben.

Viele Mediziner haben bereits erkannt, dass Suggestion heilende Wirkung bei den Patienten hervorrufen kann. Die modernen Medikamente heißen positive Suggestionen.

Ärzte verabreichen Brotpillen und Mehltabletten und suggerieren ihren Patienten, dass diese Medikamente sie heilen werden, doch allein der pure Glaube an die Medikamente heilt sie, nicht das wirkstofflose Medikament.

Alle Menschen senden andauernd Suggestionen aus, die einen mehr, die anderen weniger bewusst, und beeinflussen so die Menschen um sie herum. Eure Suggestion war erfolgreich, wenn die anderen Menschen eure Suggestion umsetzen, euren Wunsch erfüllen. Übt es einfach und bald schon werdet ihr die Macht der Suggestion als ein Instrument für euren Erfolg einsetzen können.

Ob wir es wahrnehmen oder nicht, wir geben unsere Gefühle, Emotionen und Gedanken ständig an die Menschen in unserem Umfeld weiter. Ein Mann, dem das Prinzip der Suggestion völlig bewusst war, war Jesus Christus. Ihm war klar, dass ein kranker Geist durch einen gesunden Geist, der seine gesunden Suggestionen auf ihn wirken lässt, geheilt werden kann, und er wendete dieses Prinzip auch an. Auch ihr könnt ein Heiler werden, so, wie Jesus einer war.

Jeder Mensch kann ein Heiler werden und seine kranken Mitmenschen heilen. Denn: Ist der Geist krank, so wird der Körper krank, heilen wir den Geist aber, so heilen wir den Körper.

Erst zählt der Geist, dann der Körper, da dieser Ausdruck und somit Spiegelbild des Geistes ist.

Suggeriert, also pflanzt ihr einem kranken Geist gesunde Suggestionen in dessen Unterbewusstsein ein, also den Glauben an Gesundheit, so wird dieser gesund. Sein eigener Glaube wird dafür sorgen.

Gebt acht, wer euren Geist lenken will, wer euch zum Diener, zum Sklaven machen will. Ihr könnt euch gegen jede Suggestion, Beeinflussung wehren. Eure bewusste Ablehnung kann jede unwillkommene Suggestion abwehren.

Eine Suggestion besitzt nie eine eigene Macht, sie lebt nur von dem Glauben, den ihr die Menschen zugestehen, die die Suggestion erhalten haben. Hat das Unterbewusstsein des Geistes eures Gegenübers eure Suggestion aufgenommen, so

macht es seine ganze Macht mobil, lenkt all sein Handeln darauf, euch eure Wünsche zu erfüllen. Welche wunderbare Macht habt ihr über andere Geister, also Menschen, wenn ihr lernt, die positive Suggestion als eines eurer wichtigsten Instrumente für euren Erfolg und euer Glück einzusetzen.

Suggestion hat zum Ziel, dass andere Menschen eure Wünsche in ihrem Unterbewusstsein speichern und nach euren Wünschen handeln.

So werden eure Mitmenschen gerne zu euren fleißigen Laufburschen.

Doch wie alles, was existiert, können auch Suggestionen positiv und negativ sein. Sie sind nicht immer nur gut, auch wenn sie das sein sollten. Wie oft wurdet ihr schon durch negative Suggestionen, Äußerungen entmutigt und niedergemacht. Wie oft waren es die vielen abwertenden Äußerungen und Bemerkungen eurer Freunde und vor allem eurer Lehrer, die euren Geist entmutigten und lähmten. Wenn ihr die negativen, lähmenden, zerstörenden Äußerungen bewusst analysiert, werdet ihr feststellen, dass sie nur gemacht worden sind, um euch zu entmutigen, um Herr über euch zu werden und um euch zu Sklaven zu machen. Somit wird euer Denken, euer Handeln, euer Fühlen im Sinne der anderen manipuliert und fremdgesteuert.

Denkt immer daran: Die Suggestionen anderer Menschen können euch niemals schaden, wenn ihr

mit eurem bewussten Geist dies nicht zulässt. Nur eure eigenen Gedanken haben Macht über euch.

Nehmt jetzt euer eigenes Leben in die Hand. Seid der eigene Steuermann eures Geistes und Körpers und lasst euch durch die Suggestion anderer nicht fremdbestimmen. Nutzt die Macht der positiven Suggestion, um eure Mitmenschen für eure guten Ziele lieb zu gewinnen.

Suggestionsversuche

Ich habe von vielen erfolgreichen Suggestionsversuchen gelesen, zum Beispiel von jenem, der mit einer Schulklasse im Chemieunterricht durchgeführt wurde. Der Lehrer zeigte den Schülern ein verschlossenes Glasröhrchen mit blauer Flüssigkeit darin. Die Schüler durften es sich ansehen und das Etikett lesen, auf welchem eine komplizierte chemische Formel zu sehen war sowie ein Totenkopfbild, als Symbol dafür, dass der Inhalt gefährlich ist. Als das Glas wieder beim Lehrer ankam, erklärte dieser die enorme Geruchsausbreitung dieser Chemikalie und auch den Übelkeitseffekt, den diese auslösen kann. Vorsichtig öffnete der Lehrer das Röhrchen und rümpfte die Nase, ekelte sich davor. Daraufhin hielt er das Röhrchen in die Luft und bat die Schüler, sich zu melden, wenn der Geruch bei ihnen ankommt. Die Meldungen begannen, einer Schülerin wurde schlecht, und auch die hinteren Reihen konnten die Chemikalie riechen. Dann trank der Lehrer zur Verwunderung aller Schüler das Röhrchen aus und erklärte, dass darin nur Kaugummibrause war. Dies ist ein Beispiel für einen erfolgreichen Suggestionsversuch.

Nachdem ich einige Versuche gelesen hatte, wollte ich es selbst einmal ausprobieren.

Ich wollte Menschen dazu bringen, etwas für wahr zu halten, was gar nicht stimmte, ich wollte

sie also dazu bringen, meine Suggestionen für wahr zu halten und nach meinen Wünschen zu handeln, obwohl diese gar nicht wahr waren. Ich wollte Menschen dazu bringen, eine Fiktion für wahr zu halten. Das war ein psychologisch anspruchsvoller Versuch. Ich habe viele Versuche erfolgreich durchgeführt, doch am besten gefällt mir persönlich mein allererster.

Ich ging in die Stadt, um meinen ersten geplanten Suggestionsversuch zu starten. Ich sah mich um, sah mir die Menschen an. Viele hatten es sehr eilig. Andere waren in Touristengruppen, allesamt nicht meine Zielgruppe. Da kam ein Taxi eilig heran und hielt etwas forscht an. Der männliche Fahrgast stieg aus und blieb, offensichtlich jemanden suchend, stehen. Das Taxi fuhr weiter. Dieser Mann sollte mein Versuchskaninchen sein. Ich ging zu ihm hin und begann ein Gespräch mit ihm.

Zuerst sorgte ich dafür, dass er mir sein Vertrauen gab, ich sorgte dafür, dass seine Leichtgläubigkeit höher als sonst war, ich neutralisierte seinen Geist. Dann begann ich mit meiner Suggestion.

Ich sagte zu dem Mann, er sehe sehr schlecht aus, er wäre ganz weiß im Gesicht. Ich fragte ihn, ob er sich nicht wohlfühle.

Ich gab ihm zu verstehen, dass ich den forschenden Stopp des Taxis gesehen hätte. Immer wieder suggerierte ich dem Mann, dass er nicht gut aussieht. Ich fragte ihn, ob ich ihm besser eine Flasche Wasser

organisieren solle. Kurz darauf wurde es dem Mann tatsächlich schlecht. Der Suggestionversuch war erfolgreich abgeschlossen, aber noch nicht zu Ende. Die offensichtliche Frau seines Herzens traf ein. Da ich den Mann mit seinem nun schlechten Gefühl nicht einfach so gehen lassen wollte, merkte ich an, dass ein Taxi uns doch nichts anhaben könne, da wir der Herr über unsere Gefühle sind, und dass er einfach glauben solle, dass es ihm gut geht. Ich sah in seinem Gesicht, wie sich sein schlechtes Gefühl aufzulösen begann.

Ich selbst hatte ein Erlebnis, bei welchem ich von Suggestionen eines anderen Menschen beeinflusst worden war, das war bei der Geburt unseres Suggestion durch die Rede dritten Sohnes Valentin. Ich war im Krankenhaus und ein Augenarzt nahm Untersuchungen an meinem neugeborenen Sohn vor. Ich sah ihm dabei zu. Plötzlich sagte der Arzt zu mir: „Gehen Sie lieber raus, denn beim Zusehen wird es den Vätern immer schlecht und manche fallen um.“ Kaum hatte er dies ausgesprochen, wurde mir schlecht und ich verließ das Zimmer. Es war Suggestion, ohne die Aussage des Arztes wäre mir nie schlecht geworden.

Denkt immer daran: Negative Suggestionen können euch nichts anhaben, wenn ihr diese nicht zulässt, denn der andere Mensch muss euren Geist neutralisieren und gefügig machen und das könnt nur ihr verhindern. Lasst euch nicht fremdbestimmen.

Suggestion durch die Rede

Die Rede ist die am weitesten verbreitete Form der Gedankenvermittlung. Manager und Politiker halten oft eindrucksvolle Reden. Die Rede im Verbund mit der Körpersprache ist die gängigste Form, anderen Menschen Suggestionen zu vermitteln. Die meisten Menschen reden jedoch viel zu viel und denken nicht darüber nach, was sie reden. Sie hören sich nur selbst gerne reden. Aber das ist leeres Gerede, das niemandem etwas nutzt. In jeder Rede sollte auch ein Ziel sein, auf welches man seine Suggestionen richtet. So muss eine Rede gezielt aufgebaut werden. Man muss sich vorab gut überlegen, was man sagen will und wie man es sagt. Meister der Rede, wie der römische Senator Cicero einer war, konnten viele Menschen bewegen, nach ihrem Ziel zu handeln. Sie lenkten die Geschicke ganzer Länder. Gewöhnt euch an, jede Rede vorab geistig zu planen und mit euren Zielen zu versehen. So ist euch der Erfolg sicher. Sehr wertvoll ist es auch, dem anderen beim Reden gut zuzuhören. Viele Menschen sind viel zu sehr damit beschäftigt, wie sie den nächsten Satz gestalten wollen, als dass sie ihrem Gegenüber erst einmal zuhören. Das sind auch diejenigen Menschen, die einfach dreinreden, damit sie das, was sie mitteilen wollen, nicht vergessen. Ihr müsst gut zuhören und gut reden. Wenn ihr eine Rede halten müsst, dann stellt euch einfach vor, ihr seid der römische Senator Cicero und jede eurer Reden kommt genau auf

den Prüfstein. Unüberlegte Reden führen oft zu Geplappere, weil man den Faden verliert. Oft werden auch Dinge gesagt, die man lieber nicht gesagt hätte, die aber einfach rausgerutscht sind, da man die Worte vorher nicht wohl überlegt hatte.

Suggestion durch die Körpersprache

Unser Geist drückt sich nicht nur durch die Sprache oder den Ausdruck in unseren Augen aus, sondern auch durch unseren Körper.

Unser Geist vermittelt dem uns gegenüberstehenden Menschen durch unseren Körper ständig Suggestionen. Manche Menschen tun dies bewusst und manche unbewusst, aber alle Menschen und nahezu alle Lebewesen senden durch ihren Körper eine Sprache aus, die klar zu verstehen ist, die immer auf Ehrlichkeit basiert, die natürlich ist.

Die Körpersprache, bewusst eingesetzt, ist heute ein wichtiges Instrument, um zu kommunizieren und anderen Menschen und Tieren Suggestionen zu vermitteln. Es gibt Pantomimenschauspieler, die ohne Worte eine ganze Geschichte vortragen, die jeder versteht.

Es gibt aber auch körperliche Gesten, die innerhalb unseres Kulturkreises allgemein verständlich und in unseren Sprachgebrauch eingebunden sind, ohne dass man darüber noch groß nachdenken muss. Hier ist auch die Fingersprache bzw. die Körpersprache der Taubstummen aufzuführen. Die Unterhaltung erfolgt bei diesen Menschen nur durch den Einsatz ihres Körpers.

Körpersprache ist immer ehrlich. Unser Körper kann nicht lügen. Jeder gesunde Geist erkennt

im Ausdruck, an der Körpersprache des gegenüberstehenden Menschen, ob dieser lügt oder die Wahrheit sagt. Man muss nur bewusst darauf achten. Wenn jemand lügt, sträubt sich sein ganzer Körper dagegen, er will wegsehen, er wirkt aufgeregt darüber, dass seine Lügen durchschaut werden könnten, denn sein unterbewusster Geist kennt nur die Wahrheit und strahlt immer die Wahrheit aus.

Unser Unterbewusstsein wägt nicht ab, denkt sich nichts aus, und kann somit nicht lügen. Denkt daran immer daran: Eure Zunge kann lügen, aber euer Körper kann es nicht. Ihr strahlt von innen nach außen. Euer Körper ist Spiegelbild eures Geistes.

Ihr merkt dem Lügner sogleich an, dass er lügt, wenn ihr ihn nur genau beobachtet, ihm tief in die Augen schaut und die Signale seines Körpers richtig deutet. Auch die Energie, seine Gefühle, die Aufregung, erwischt zu werden, könnt ihr fühlen. Massenweise Wellen der Unruhe sendet dieser lügende Mensch aus und diese schlagen bei euch auf und lassen euch dessen Unruhe fühlen.

Der Körper zeigt immer nur wahre Gefühle. Er spiegelt den unterbewussten Geist wider, der von Grund auf ehrlich ist. Wenn ihr gelernt habt, den anderen Körper richtig wahrzunehmen, erhaltet ihr so eine Vielzahl von Informationen über dessen Geist. Ihr könnt vieles von eurem Gegenüber erfahren, ohne dass ein Wort dazu nötig ist.

Eine gezielt eingesetzte und ehrliche Körpersprache wirkt sich auf den Gesprächserfolg immer förderlich aus. Ihr könnt die Sprache eures Körpers auch einsetzen, um eure Suggestionen, die ihr eurem Gegenüber mitteilen möchtet, zu bekräftigen, zu betonen.

Die Körpersprache ist oft auch entscheidend dafür, ob man einen Menschen angenehm findet oder nicht. Eine angenehme Körpersprache betont auch eine angenehme Persönlichkeit. Eine abstoßende Körpersprache hingegen wird hinderlich sein, wenn ihr euch zum Beispiel bei einem Bewerbungsgespräch von eurer besten Seite zeigen möchtet. Vielen Menschen ist nicht einmal bewusst, dass sie eine abstoßende Körpersprache sprechen, denn ihnen ist nicht bewusst, dass ihr Körper überhaupt spricht. Wenn es ihnen bewusst wird, dann werden sie sich sofort daran machen, ihre Körpersprache zu studieren und versuchen, diese angenehmer zu machen.

Es gibt eine Vielzahl von wissenschaftlichen Büchern, die die Körpersprache lehren. Ihr solltet eines davon lesen, denn es bereichert euch und ihr schafft euch damit einen weiteren Baustein für euren Erfolg im Leben.

Achtet einmal bewusst darauf, wie euer Körper spricht, wie euer Körper mit anderen kommuniziert. Achtet darauf, dass ihr jede Körpersprache bewusst wahrnehmt. Versucht doch einmal, nur mit eurem Körper zu sprechen und anderen verständlich zu machen, was ihr aussagen wollt. Aber achtet

vor allem darauf, was andere Körper euch sagen wollen. Die Körpersprache kann ebenso wie das gesprochene Wort anderen Geistern Suggestionen vermitteln, andere Geister dazu bringen, etwas für euch zu tun, eure Wünsche zu erfüllen. Tretet einem Hund einmal energisch entgegen und er wird weichen, ohne dass ihr ein Wort verloren habt. Gerade in der Tierwelt ist die Kommunikation durch Körpersprache noch ausgeprägt erhalten.

Unser Körper sendet und empfängt ständig Informationen und ihr könnt lernen, nur gezielte Informationen auszusenden und empfangene Informationen für euren Erfolg richtig zu deuten und zu verarbeiten. Wie die Ausstrahlung unserer Körpersprache und vor allem die Suggestion der Körpersprache funktioniert, könnt ihr sehen, wenn ihr andere Menschen bewusst beobachtet, und vor allem euch selbst bewusst aus dem Blickwinkel der Körpersprache beobachtet.

Euer Körper kann also sprechen. Er spricht eine deutliche Sprache, eine natürliche Sprache. Eure Gefühle drückt euer Geist durch euren Körper aus. Euer Körper wird vom Unterbewusstsein eures Gegenübers auch immer richtig wahrgenommen. Das ist ein Urinstinkt, den wir Menschen haben.

Wenn ihr eure Körpersprache beherrschen wollt, damit ihr sie für euren Erfolg auch gezielt einsetzen könnt, müsst ihr sie üben. Übt es, eure Suggestionen

anderen durch euren Körper zu vermitteln. Lange bevor der Mensch zu sprechen gelernt hat, hat er bereits mittels seines Körpers mit anderen kommuniziert. Erst Worte verfälschen die Natur, das Göttliche. Der Mensch drückt sich immer in einem Mix von Worten und Körpersprache aus.

Euer Körper spricht die Sprache der Gefühle, der ehrlichen Gefühle. Er sagt immer die Wahrheit. Wenn ihr die Wahrheit, die ihr durch eure Körpersprache ausstrahlt, auch noch mit Worten aussprecht, so wird euch jeder glauben und eure Suggestionen bereitwillig aufnehmen.

Denkt gut, denkt positiv, denkt lebensbejahend, dann wird euer Körper gut von euch sprechen und von jedermann gut wahrgenommen werden.

Ihr müsst lernen, dass ihr das ausstrahlt, was ihr vorher gesät habt in dem fruchtbaren Feld eures Unterbewusstseins.

Denkt immer daran: Körpersprache wird in allen Ländern der Welt gesprochen, jedoch gibt es in den verschiedenen Kulturen erhebliche Unterschiede. Gesten können in verschiedenen Ländern verschiedene Bedeutungen haben.

Bevor man ein fremdes Land bereist, ist es ratsam, sich mit der Körpersprache und den Gesten der Menschen dort vertraut zu machen, damit man sich nicht blamiert. Wenn ihr jedoch deren Körpersprache kennt, könnt ihr diese wieder für euren Erfolg nutzen.

Suggestion in Briefform

Eine weitere, sehr erfolgreiche Art, Suggestionen zu vermitteln, ist die Briefform, also das geschriebene Wort. Sie ist deshalb so erfolgreich, weil ihr einen Brief immer wieder lesen könnt, bevor ihr ihn wegschickt. Durch das wiederholte Lesen könnt ihr den Brief mehr und mehr verbessern, Fehler austreichen und schließlich eine gut durchdachte Aussage mitteilen. Bei einer Unterhaltung hingegen könnt ihr eine Aussage, die ihr besser nicht gesagt hättet, nicht mehr rückgängig machen. An einem Brief könnt ihr so lange arbeiten, bis er und damit eure Suggestionen in eine vollendete Form gebracht sind. Versehentliche, unüberlegte Fehler werden erkannt und gelöscht, bevor man sie ausgesprochen hat.

Durch einen Brief könnt ihr den Geist des Lesers systematisch neutralisieren.

Die Briefform hat auch den Vorteil, dass eure Worte festgehalten werden. Abgespeichert in eurem Computer könnt ihr euch den Brief jederzeit detailgenau wieder herholen. Ein Brief ist aber auch ein Dokument. Es existiert nicht nur im Geiste eines Menschen, sondern es sind Worte auf einem Blatt Papier oder einer Datei, die ihr immer wieder vorzitiert bekommt, wenn sich jemand auf die Worte darin beruft.

Denkt immer daran: Wer schreibt, der bleibt. Sorgt also dafür, dass die Worte, die ihr schreibt, gut sind und wohl bedacht, dass sie vielleicht auch von anderen Menschen gelesen werden oder einmal gegen euch verwendet werden können, z.B. vor Gericht. Ein guter Brief ist meiner Meinung nach die beste Möglichkeit, einem anderen Menschen geordnet und durchdacht seine Gedanken mitzuteilen.

Suggestion nach Neutralisation

Viele Menschen lesen die Prinzipien der Suggestion in dem einen oder anderen Buch oder bekommen diese erzählt. Sie gehen los und wollen anderen Menschen ihre Wünsche mitteilen, sie zur Tat lenken. Wenn es dann nicht funktioniert, geben sie auf und haken das Thema unter „geht nicht“ ab.

Sie geben eben zu schnell auf. Es gibt einen Grund, warum es so nicht funktioniert.

Die Menschen vergessen, dass ein Schritt dem anderen folgen muss, und nicht gleich damit begonnen werden kann, anderen Menschen seine Suggestionen zu vermitteln. Die anderen Geister müssen erst einmal neutralisiert werden, damit sie bereit sind, die Wünsche aufzunehmen. Sie nehmen sich nicht die Zeit für eine erfolgreiche Neutralisation.

Erst wenn der Geist eines Gegenübers wohlgestimmt ist, einem vertraut ist, und die Leichtgläubigkeit höher ist als sonst, dann ist er für eure Suggestionen offen. Ein Geist, der gegen euch eingestellt ist, ist nie leichtgläubig, sondern immer auf der Hut vor euch. Ihr könnt ihn somit nicht beeinflussen und müsst ihn vorab sorgfältig neutralisieren.

Oftmals ist ein Geist gar nicht gegen einen anderen Geist eingestellt. Oft sind es die Menschen selbst, die durch negative Äußerungen die Abwehr hervorrufen und einen Geist somit negativ einstellen.

Oft sind es negative Äußerungen, wie beispielsweise das Schlechtmachen eines Freundes, Lehrers oder Arbeitskollegen, die den Geist des Gegenübers negativ einstellen. Denn alle negativen Äußerungen fordern sofort eine negative Abwehr hervor. Am einfachsten sind Personen zu neutralisieren, die extrem leichtgläubig sind.

Abschließend fasse ich noch einmal die systematische Vorgehensweise bei der Neutralisation anderer Geister zusammen. Erst müsst ihr das Vertrauen desjenigen gewinnen, den ihr beeinflussen wollt.

Ihr müsst eine Leichtgläubigkeit herstellen, die größer ist als die, die euer Gegenüber normalerweise hat. Dann, und erst dann, könnt ihr beginnen, zu prüfen, ob euer Gegenüber bereits gewillt ist, eure Suggestionen aufzunehmen. Beginnt kleine, einfache Suggestionen auszusenden, und beobachtet die Reaktion. Bittet euer Gegenüber, zum Beispiel sich hinzusetzen oder aufzustehen, und beobachtet, ob eure Suggestionen ausgeführt werden. Wenn das Gegenüber die Befehle aufnimmt und ausführt, ist es bereit, Suggestionen aufzunehmen.

Mit diesen kleinen Suggestionen beginnt ihr euer Gegenüber für weitere Suggestionen bereitzumachen, bis ihr eure Wünsche eingepflanzt habt.

Denkt immer daran: Nur positive Suggestionen, die niemandem schaden, werden für euren Erfolg hilfreich sein.

Das unterbewusste Denken

Wir haben nun vieles über unser bewusstes Denken erfahren, also über das Denken, wenn wir wach sind. Wir wissen, wie wir unseren Körper und unseren Geist für unsere Gesundheit, unseren Erfolg und unser Glück bewusst einsetzen können. Wir haben erfahren, wie wir mittels Suggestionen mit unserem bewussten Geist und mit dem bewussten Einsatz unserer Körpersprache andere Geister lenken können. Wir wissen, dass wir bewusst denken können, dass wir leben, dass wir der Steuermann unserer selbst sein können, durch das bewusste Denken.

Nun komme ich zu unserem unterbewussten Denken, das noch weitaus mächtiger ist als alles, was wir bewusst zu tun vermögen, und viel mächtiger ist als all das, was unser bewusster Geist vermag.

Mit unserem unterbewussten Denken ist jenes Denken gemeint, das im Schlaf seine Arbeit tut, wenn unser bewusstes Denken ausgeschaltet ist. Es ist aber auch im Wachzustand für uns da. Immer wieder ist das Wort Unterbewusstsein gefallen, doch nun wollen wir ergründen, was es damit auf sich hat.

In eurem Unterbewusstsein ist zum einen eure Festplatte. Sie speichert jeden Gedanken, der durch eure fünf Sinnesorgane von Geburt an in euch

eingedrungen ist. Alles, was ihr je gesehen, gehört, gerochen, geschmeckt oder ertastet habt, ist dort gespeichert, und nichts wurde gelöscht.

Eure Festplatte speichert auch alle euren bewussten Überlegungen und vor allem deren Ergebnisse. Eure ganze Gefühlswelt wird ebenfalls dort gespeichert.

In Computersprache: Jeder Mausklick, den ihr im Arbeitsspeicher während der Arbeit speichert, wird als Kopie auf die Festplatte gespeichert.

Euer Unterbewusstsein beherbergt jedoch nicht nur eure Festplatte, euren Datenspeicher, sondern das Wichtigste, was ihr besitzt: euer Biosprogramm. Ohne den unterbewussten Geist, das Biosprogramm, wäre euer Motor überhaupt nicht angelaufen. Es hätte keinen Lebensstart gegeben. Hier, in eurem Unterbewusstsein, sitzt auch die Schmiede aller Kreativität.

Es steuert die lebenswichtigen Funktionen eurer Körperorgane. Es lässt euch atmen, wachsen, es befiehlt die ganze Biomasse und nimmt den Austausch kranker Zellen gegen gesunde vor. Es lässt alle Masse wachsen. Es sorgt dafür, dass alle Organe erschaffen werden und gemeinsam eine Vielzahl gesteuerter Funktionen ausgeführt werden, wenn wir nur eine einfache Handbewegung machen.

Es ist 24 Stunden am Tag aktiv, um unseren Körper zu erhalten, zu schützen und zu heilen,

und um unsere bewussten Wünsche zu erfüllen. Es ist unser mächtigster, klügster und ehrlichster Freund, der uns ein Leben lang begleitet, ob wir dies wahrhaben oder nicht.

Es lässt Gedanken und Wünsche in seinem Nährboden wurzeln, die sich dann durch euren Körper entfalten.

Es gibt immer wieder Menschen, die nicht daran glauben, dass eine hohe Macht, Gott, oder einfach unser Unterbewusstsein, uns Menschen lenkt. In uns steckt Gott höchstpersönlich und will uns ein ehrlicher und mächtiger Diener sein. Er will es nicht nur, sondern er tut es auch. Er lenkt unser ganzes Leben, ob wir dies wahrhaben wollen oder nicht. Bald schon werdet ihr diese, seine Macht entdecken und für euch zu nutzen lernen.

Unser Unterbewusstsein lenkt alle Prozesse in unserem Körper. Aber vor allem hat es sich zur Hauptaufgabe gemacht, unser Leben zu schützen. Das Beispiel mit dem Schlaf wird dies verdeutlichen. Versucht doch einmal, nicht zu schlafen, einfach wach zu bleiben. Sicher gelingt euch das einige Tage, aber dann legt das Unterbewusste einfach den Schalter um und ihr schlaft ein, ihr könnt nichts dagegen tun. Auch wenn ihr bewusst mit allen Mitteln versucht, wach zu bleiben, das Unterbewusstsein schaltet euch einfach ab, zu eurem Wohle, da ihr den Schlaf braucht, um den Körper zu regenerieren. Ein weiteres Beispiel ist das Anhalten der Luft. Sagt euch bewusst, dass

ihr die Luft anhalten möchtet, bis ihr tot umfallt. Macht den Mund zu und haltet die Luft an. Wie jeder im Geiste gesunde Mensch sehen wird, ist es eurem bewussten Geist auch mit allen ernsthaften Anstrengungen nicht möglich, die Luft bis zum Tode anzuhalten. Euer Unterbewusstsein ist mächtiger als euer Bewusstsein und wird euren Mund zum Atmen öffnen, ob ihr das wollt oder nicht. Unser Unterbewusstsein ist mächtiger als unser Bewusstsein. Wir sollten es deshalb akzeptieren und lernen, es bewusst zu nutzen. Auf diese Weise haben wir im wachen Zustand, wenn wir bewusst denken, einen mächtigen Verbündeten.

Im Schlafzustand hat das Unterbewusstsein die alleinige Kontrolle über unseren Geist und unseren Körper. Es kontrolliert unseren Herzschlag und verdaut die am Abend gegessenen Lebensmittel. Es lässt die Haare und Nägel weiterwachsen, es läuft auf Hochtouren.

Es arbeitet einfach weiter, innerhalb von sechs bis acht Stunden den Geist und Körper weitestgehend zu regenerieren und zu heilen. Dann schaltet es unser bewusstes Denken wieder ein und wir wachen auf.

Das Unterbewusstsein wartet nur darauf, von euch akzeptiert zu werden und mit eurem bewussten Geist eine harmonische Zusammenarbeit zu beginnen, die euer ganzes Leben andauern wird.

Lernt, eure tiefen Geistesschichten zu verstehen und zu nutzen, für eure Gesundheit, euren Erfolg und euer Glück. Lernt die Sprache eures Unterbewusstseins, damit ihr auf dessen Ratschläge hören könnt, denn es weiß alles und kennt die Antwort auf jede eurer Fragen.

Lernt nicht nur mit eurem bewussten Geist, eurem Arbeitsspeicher zu arbeiten, sondern nutzt euer Unterbewusstsein, eure riesige Festplatte und euer Biosprogramm.

Ihr verfügt auch über einen allumfassenden Geist, einen, der scheinbar alles weiß, alles kann. Mit so einem großen Geist seid ihr mächtiger, als ihr euch dies je erträumt habt. Auf den allumfassenden Geist werden wir in einem späteren Kapitel noch ausführlich zu sprechen kommen. Lernt, wie ihr mit eurem Unterbewusstsein in Kontakt treten könnt, und ihr werdet ein neuer Mensch, ein Mensch, der seinen großen Geist versteht und vollständig nutzt. In den folgenden Kapiteln lernt ihr euer Unterbewusstsein genauer kennen, ihr lernt es zu verstehen und zu nutzen. Ihr lernt, wie es funktioniert und wie ihr Kontakt zu ihm aufnehmen könnt. Euer Unterbewusstsein ist wie ein treuer Hund, es wartet nur darauf, dass ihr ihm Aufgaben gebt und es diese für euch erfüllen kann. Sprecht mit eurem Unterbewusstsein, es unterhält sich gerne mit euch.

Euer Unterbewusstsein, euer Gott, euer subjektives Denken, hat alles erschaffen, was von Natur aus nicht

auf dieser Erde war, es kennt die Antworten auf alle Fragen. Die Existenz eures Unterbewusstseins zu akzeptieren heißt, dass ihr euch selbst akzeptiert, denn das Leben eines jeden Menschen ist identisch mit dem Inhalt seines Unterbewusstseins. Zögert nicht, euer Unterbewusstsein kennenzulernen. Ihr lernt dabei euch selbst kennen.

Damit sich eure Welt ändert, damit ihr gesund, erfolgreich und glücklich seid, müsst ihr erst euren Geist ändern. Ändert euren Geist, so ändert sich eure Welt von innen heraus.

Das größte Geheimnis aller Zeiten, das die Menschheit je entdeckt hat, ist nicht die Erfindung der Elektrizität oder die Zusammensetzung eines Atoms. Die größte Entdeckung der Menschheit ist die Entdeckung des Unterbewusstseins und dessen wunderbare Macht. Entdeckt auch ihr euren mächtigen Geist, euer Unterbewusstsein.

Denkt immer daran: Alle technischen Errungenschaften sind Projektionen des Unterbewusstseins, des unterbewussten und allmächtigen, allumfassenden Geistes. Zuerst kommt die Idee, dann die Handlung und erst dann entsteht etwas, das der Natur entfremdet erschaffen wurde durch das Unterbewusstsein.

Der Komponist kreierte sein Musikstück erst im Kopf. Er hört die wundervolle Komposition völlig

fertig in seinem Kopf. Erst dann beginnt er, die Noten auf das Notenblatt zu schreiben.

Was ihr glaubt, ist nichts anderes, als das, was ihr denkt. Was immer ihr erlebt und was immer ihr in eurem Leben tut, es sind Reaktionen des Unterbewusstseins auf eure Gedanken.

Der Gedanke, der Wunsch, ist der Beginn der Tat, und jedes Ereignis ist nichts anderes als die Reaktion des Unterbewusstseins auf eure Gedanken. Vertraut euren Vorstellungen von Harmonie, Glück, Erfolg, Gesundheit und Wohlstand und glaubt fest daran, so wird euer Unterbewusstsein euer Leben von Grund auf verändern und euch eure Wünsche erfüllen.

Denkt immer daran, dass alles in euch selbst steckt, da eure Gedanken, Gefühle und Vorstellungen eure äußere Welt kreieren, also erstellen. Wenn euch eure äußere Welt nicht mehr gefällt, ändert sie von innen heraus, nur so wird es möglich sein.

Sprecht euer Unterbewusstsein an, sagt ihm, was ihr ändern wollt, gebt ihm den Befehl, euch ab sofort zu helfen, eure äußere Welt zu ändern.

Es ist faszinierend zu beobachten, wie das direkte Ansprechen eures Unterbewusstseins Wunder bewirkt. Euer Unterbewusstsein enthält eine unvorstellbare Macht. Sie ist eine unerschöpfliche Kraftquelle. Blickt nach innen und glaubt daran,

dass euch das Unterbewusstsein alle eure Wünsche bereits erfüllt hat. Dann werden mithilfe seiner Macht eure Wünsche in Erfüllung gehen. Das Geheimnis aller Menschen, die etwas Großartiges erschaffen haben, ist es, dass sie sich mit ihrem Unterbewusstsein in Verbindung setzen und diese Kraftquelle für ihre Ziele nutzen können.

Was immer ihr verwirklichen wollt, prägt dies eurem Unterbewusstsein immer und immer wieder ein. Gebt ihm den Befehl, sich an die Arbeit zu machen, und es wird sich an die Erfüllung eurer Ziele machen und sie euch auch erfüllen.

Sagt niemals negative Sätze wie „Das geht nicht“, „Das schaffe ich nicht“, „Das kann ich nie erreichen“, „Ich fühle mich krank“, „Das kann ich mir nicht leisten“ oder Ähnliches. Euer Unterbewusstsein nimmt euch nämlich beim Wort und wird euch eure Wünsche erfüllen. Überlegt euch gut, was ihr euch innerlich wünscht, denn euer Wunscherfüller macht sich sofort an die Arbeit.

Verändert eure Denkgewohnheiten, nutzt euer Unterbewusstsein und beginnt bewusst heute zu denken, euch heute zu wünschen, was ihr morgen erhalten wollt. Ihr beeinflusst so euer eigenes Schicksal.

Was auch immer euer Bewusstsein als wahr ansieht, euer Unterbewusstsein wird es akzeptieren ohne

nachzufragen und sich ans Werk machen, eure Wünsche zu erfüllen.

Das Unterbewusstsein beginnt, jede von euch akzeptierte Vorstellung zu verwirklichen. Negative Vorstellungen und Gedanken bringen deshalb Misserfolg, Krankheit, Enttäuschung und Unglück über euch. Positive Vorstellungen und Gedanken bringen euch Erfolg, Gesundheit und Glück.

Euer bewusster Geist ist euer Kommandeur. Er erteilt die Befehle an euer Unterbewusstsein, und dieses wird gehorchen. Eine Ausnahme macht es, wie bereits erwähnt, nur dann, wenn ihr ihm Befehle gebt, die gegen den Erhalt eures Lebens gerichtet sind. Dann wird das Unterbewusstsein automatisch euer Leben retten. Das Unterbewusstsein ist allwissend und kennt die Antwort auf jede Frage. Es prüft jedoch eure Gedanken nicht logisch nach und lässt sich mit euch auf keine Diskussion ein.

Um die Macht eures Unterbewusstseins für eure Ziele einzusetzen, müsst ihr mit ihm kommunizieren, seine Sprache verstehen, euch mit ihm unterhalten. Erzählt ihm immer und immer wieder eure Wünsche.

Gerade auch jetzt, während ihr dieses Buch lest, kontrolliert das Unterbewusstsein eure Atmung, euren Herzschlag und den ganzen Biorhythmus. Das Unterbewusstsein hat zwar seinen eigenen Willen, den Willen euch am Leben zu halten, doch es lässt sich auch gerne durch eure Gedanken,

Gefühle und Vorstellungen dazu bringen, euch zusätzlich dienlich zu sein. Es wartet, wie gesagt, darauf, etwas für euch tun zu können. Gebt ihm also Aufgaben.

Denkt stets positiv, lebensbejahend, gesund, erfolgreich und glücklich, und euer Unterbewusstsein wird damit beschäftigt sein, eure positiven Wünsche zu erfüllen.

Betrachtet euer Unterbewusstsein als einen allwissenden, liebevollen und ehrlichen Freund, einen Partner fürs Leben, der immer darauf bedacht ist, euch alle Wünsche zu erfüllen. Es geschieht euch nach eurem Glauben. Glaubt an euer Unterbewusstsein, und es werden Wunder geschehen.

Nehmt, so oft ihr könnt, Kontakt zu eurem Unterbewusstsein auf und erteilt ihm klare Befehle, klare Wünsche. Ihr müsst euch eure Wünsche in Bildern vorstellen, diese farbenprächtig ausmalen, sodass sie sich fundiert in eurem Unterbewusstsein einpflanzen können.

Nur klare Anweisungen kann unser Unterbewusstsein auch klar erfüllen. Ihr könnt euch zum Beispiel wünschen, reich zu werden. Ihr sagt also in eurem abendlichen Gebet eurem Unterbewusstsein in vollem Glauben, dass ihr reich werden wollt. Wundert euch jedoch nicht, wenn ihr erst mit 75 Jahren reich werdet, schließlich habt ihr ja nicht gesagt, wann ihr reich sein möchtet. Ihr müsst eurem Unterbewusstsein also

eine genaue Anweisung geben, beispielsweise dass ihr in drei Jahren reich sein wollt.

Wenn ihr dann in drei Jahren 10.000 Euro besitzt, braucht ihr nicht darüber traurig zu sein, dass ihr keine Millionen habt, denn ihr habt ja nur um Reichtum gebeten und nicht genau gesagt, wie viel ihr haben wollt.

Es wäre also besser, ihr gebt eurem Unterbewusstsein den Befehl, ihr möchtet in drei Jahren eine Million Euro besitzen. Ihr seht wohl, wie wichtig es ist, klare Gedanken und Wünsche zu erteilen, denn je genauer die Angaben, desto genauer werdet ihr euer Ziel erreichen.

Die Schatzkammer eures Lebens liegt in eurem Inneren, in eurem Unterbewusstsein. Sucht dort nach allen Antworten, nach wundervollen Schätzen, und ihr werdet sie dort finden.

Zehn Prozent eures geistigen Lebens finden in eurem Bewusstsein statt. Neunzig Prozent jedoch finden in eurem Unterbewusstsein statt, sodass ihr auf die größte Kraft in euch verzichtet, wenn ihr nicht an sie glaubt und sie nicht nutzt.

Alle Ideen, wichtige Antworten und großartige Visionen steigen immer aus dem Unterbewusstsein auf, wenn man im festen Glauben an seine Existenz ist und mit ihm kommuniziert.

Denkt immer daran: Das Unterbewusstsein spricht zu euch mit der Stimme der Intuition, des Traumes, des Gefühls, des Impulses, der Ahnung, des instinktiven Dranges und der unerschöpflichen Ideen.

Wissenschaftlich ist bewiesen, dass der vordere Teil unseres Gehirns das Bewusstsein und der hintere Teil das Unterbewusstsein beherbergt. In der Mitte gibt es eine Brücke, die beide Teile verbindet.

Euer Unterbewusstsein ist immer bestrebt, euch Glück, Gesundheit, Erfolg und Harmonie zu bringen. Das Unterbewusstsein reagiert immer auf eure festen Überzeugungen und Wünsche, und macht sich ans Werk, eure Wünsche zu erfüllen. Euer Gedanke ist die Aktion, auf die die Reaktion eures Unterbewusstseins folgt. Kluge Gedanken werden auch weise Entscheidungen zur Folge haben.

Klare Gedanken sind das Wichtigste, wenn ihr Erfolg haben wollt. Denn wenn ihr euch selbst nicht im Klaren darüber seid, was ihr wollt, wird auch euer Unterbewusstsein nicht erkennen können, was ihr wirklich wollt.

Stellt euch vor, ihr seid Chef und gebt einem Angestellten eine definierte Aufgabe, ändert diese aber innerhalb von fünf Minuten ungefähr zehn Mal. Der hoffnungslos verwirrte Angestellte wird sich weigern, weiterzuarbeiten, bis ihr euch

entschieden habt, was ihr nun von ihm wollt. Dasselbe gilt für euer Unterbewusstsein.

Ihr müsst ein klares Ziel vor Augen haben, einen klaren Wunsch, und keinen Zweifel hegen, dass euer Unterbewusstsein euch ans Ziel führen wird. So wird es die Richtung einschlagen und rastlos daran arbeiten, alle Hindernisse aus dem Wege zu räumen, bis ihr am Ziel seid.

Fordert von eurem Unterbewusstsein Gesundheit, Erfolg, Harmonie und Glück sowie materiellen Wohlstand, und es wird sich an die Arbeit machen, eure Wünsche zu erfüllen.

Denkt immer daran: Euer Wunsch muss subjektiv an der Schwelle eures Zieles empfunden werden, also als bereits eingetroffen angesehen werden, damit euer Unterbewusstsein versteht, was das Ziel eurer Wünsche ist.

Auf eure Vorstellungskraft könnt ihr euch immer verlassen.

Stellt euch vor, wie ihr die Probleme, die Leiden oder die vielen Hürden auf dem Weg zum Ziel erfolgreich gemeistert habt. Versetzt euch in das Gefühl, das ihr am Ziel eurer Wünsche fühlen werdet.

Denkt immer daran: Ihr könnt eurem Unterbewusstsein euren Wunsch nicht durch reine Willenskraft aufdrängen, ihr könnt ihm auch nicht

Antworten auf eure Fragen herauspressen, denn das funktioniert niemals. Wenn ihr so versucht, euren Wünschen Nachdruck zu verleihen, braucht ihr euch nicht zu wundern, wenn dies fehlschlägt.

Oft sitzen Schüler in ihren Klassenzimmern vor einer Probe und sind geistig völlig verkrampft. Sie lesen die Aufgaben und es fallen ihnen die Antworten nicht ein. Alles Gelernte scheint wie ausgelöscht. Das Gefühl der Aufregung, gepaart mit dem Gefühl der Versagensangst, lähmt den Schüler völlig. Mit zwanghafter Willenskraft will der Schüler gewaltsam das Gelernte aus dem Unterbewusstsein wieder in den bewussten Geist hochholen, die Datei mit dem Schulstoff hochladen, in welcher die Antworten stehen. Doch er findet diese nicht und wird deshalb in dieser Schulaufgabe versagen, da eine geistige Leere in seinem Hirn ihm die Antworten vorenthalten hat. So kommt es dann, dass dem Schüler nach der Schulaufgabe aller Druck von den Schultern fällt. Vor allem der geistige Druck lässt nach, und ihm fällt plötzlich wieder alles ein. Nachdem er nun entspannt ist, gibt ihm sein Unterbewusstsein alles preis. Wäre er schon zu Beginn der Schulaufgabe entspannt gewesen, hätte sein Unterbewusstsein ihm auch zu diesem Zeitpunkt alles preisgegeben, alle gesuchten Antworten auf die Fragen der Schulaufgabe bereitwillig aufgezeigt.

Der Schüler versuchte mit Gewalt, die Antworten auf die gestellten Fragen aus seinem

Unterbewusstsein herauszupressen. Deshalb hat er versagt. Gewalt fordert Widerstand. So hat sich das Unterbewusstsein der Gewalt des Schülers erwehrt.

Denkt immer daran: Sobald ihr euch in Ruhe und ohne Gewalt konzentriert und an die Aufgaben macht, fließen die Antworten wie eine sprudelnde Quelle aus eurem Unterbewusstsein, ohne jegliche Kraftanstrengung. Mit der Kraft der Fantasie und vor allem mit eurer Vorfriede und eurem tiefen Glauben an die Erfüllung einer guten Schulaufgabe wird euch das Unterbewusstsein eure Wünsche erfüllen.

Jede gewaltsame Willensanstrengung ist die Folge von der Angst, zu versagen. Sie ist es, die euch im Wege steht und zu Versagern macht. Geht entspannt an jede Aufgabe heran.

Denkt immer daran: Es gibt eine Lösung, deren Antwort in euch steckt.

Wer sich gesund fühlt, wird gesund sein, wer sich reich fühlt, wird reich sein, und wer sich glücklich fühlt, wird glücklich sein. Wer sich erfolgreich fühlt, wird erfolgreich sein.

Mit der sicheren Unterstützung eures Unterbewusstseins wählt ihr die einfachste Art, reich zu werden, erfolgreich zu werden, gesund zu werden und glücklich zu werden. Durch harte Arbeit zu Reichtum zu kommen, ist unmöglich, und macht euch körperlich kaputt.

Denkt immer daran: Es sind die Ideen, die Menschen reich machen, nicht der Hände Arbeit.

Und Ideen leben in Hülle und Fülle in eurem Unterbewusstsein.

Euer Unterbewusstsein ist eine unerschöpfliche Quelle für Ideen, die nur darauf warten, von euch entdeckt zu werden, damit sie in euer Bewusstsein treten können und für euren Erfolg umgesetzt werden.

Euer Wohlstand hängt nicht davon ab, wie reich ihr geboren wurdet, er hängt auch nicht von Aktienkursen oder dem Wirtschaftswachstum ab. Diese sind nur Symbole für den Wohlstand. Glaubt an die Kraft eures Unterbewusstseins, nutzt die Macht eures Unterbewusstseins und ihr werdet zu jeder Zeit in eurem Leben erfolgreich sein, was immer ihr auch tut, welchen Geschäftszweig ihr auch immer gewählt habt, wie gut oder schlecht es der Wirtschaft geht. Mit der Macht eures Unterbewusstseins wird es euch immer gut gehen.

Denkt immer daran: Die Auswirkung eurer Denkgewohnheiten ist eure Zukunft und diese ist bereits in eurem Geiste vorhanden. Durch bewusstes Denken und Autosuggestion könnt ihr den Verlauf eures Lebens, die geistigen Auswirkungen ändern.

Euer ganzes Leben wird von eurer eigenen geistigen Einstellung bestimmt. Mithilfe der Autosuggestion

seid ihr in der Lage, eurem Leben eine gewollte Richtung vorzugeben.

Geht allen Problemen in eurem Leben gelassen entgegen, denn mit dem Glauben an die Macht eures Unterbewusstseins werdet ihr alle Probleme spielend meistern. Füllt euren Geist mit Liebe, mit Zuversicht, mit dem Glauben an Gesundheit, Erfolg und Glück, und ihr schafft damit die Basis für ein wunderbares Leben.

Denkt immer daran: Euer Unterbewusstsein wird nach euren Wünschen handeln, wenn ihr fest im Glauben an dessen Existenz seid. Und vergesst niemals: Euer Unterbewusstsein kann nicht altern. Es gibt keinerlei Begrenzungen in eurem Unterbewusstsein, es sei denn, ihr schafft euch diese Grenzen selbst.

Ehrlichkeit, Geduld, Güte, Hilfsbereitschaft, Harmonie und Nächstenliebe sind Eigenschaften, die niemals altern. Haltet euch diese Charakterzüge immer lebendig und ihr werdet immer jung bleiben, zumindest im Geiste.

Vergesst nie, dass ihr euch das Gewünschte immer als bereits erfüllt vorstellen müsst. Macht eurem Unterbewusstsein etwas vor. Tut so, als hättet ihr euer Ziel bereits erreicht. Freut euch, am Ziel eurer Wünsche zu sein, und stellt euch euer Ziel so bilderreich wie möglich vor. Fühlt euch, wie ihr euch fühlt, wenn ihr euer Ziel erreicht habt. Lebt

den ganzen Tag so, als hättet ihr euer Ziel schon erreicht.

Euer Unterbewusstsein reagiert auf Gefühle, auf Emotionen. Gefühle sind der Sprachkodex eures Unterbewusstseins. Jeder Gedanke, jeder Sinneseindruck wird in ein Gefühl umgewandelt und an das Unterbewusstsein gesendet. Jedes Gefühl ist eine tausendfache gedankliche Wiederholung. Sprecht in Gefühlen mit eurem Unterbewusstsein und es versteht euch sofort und klar. Positive Gefühle sind das Verlangen, der Glaube, die Liebe, die Hoffnung, die sexuelle Erregung, die Begeisterung und die Romantik.

Negative Gefühle wie Angst, Eifersucht, Hass, Rachsucht, Neid, Wut, Zorn, Gier, Aberglaube und Ärger solltet ihr aus eurem Geiste für immer verbannen, sie nie mehr fühlen.

Gewöhnt euch an, positiv zu denken, positiv zu fühlen und zu empfinden, und gebt negativen Gedanken, Gefühlen und Emotionen keine Chance mehr, euren Geist einzunehmen. Dann werdet ihr eine positive Geisteshaltung entwickeln, die euch Gesundheit, Erfolg und Glück bringen wird.

Vergesst nie, dass ihr nichts Böses, nichts Negatives sagen dürft, und vor allem nichts, was ihr so nicht meint. Euer Unterbewusstsein versteht keinen Spaß, es nimmt euch beim Wort und verwirklicht alle eure Gedanken, da es davon ausgeht, dass ihr euch dies wünscht. Alles, was ihr in eurem Leben

nicht erleben wollt, dürft ihr einfach nicht denken, dann wird es auch nicht eintreffen.

Denkt immer daran: Wer leben und gute Tage sehen will, der hüte seine Zunge, seine Gedanken,

Bewusstes und unterbewusstes Denken seine Gefühle und spricht, denkt und fühlt nur Gutes.

Euer unterbewusster Geist entfaltet sich immer von innen nach außen. Vom Gedanken zur Vergegenständlichung, vom Geist zur Sichtbarwerdung. Euer Leben entfaltet sich immer von innen nach außen, das dürft ihr nie vergessen.

In den nun folgenden Kapiteln werdet ihr einiges Wissenswertes kennenlernen, das euch das Unterbewusstsein verständlicher macht.

Bewusstes und unterbewusstes Denken

Oft wird unser Denken in Tag und Nacht eingeteilt, also Bewusstsein am Tag und Unterbewusstsein in der Nacht. Aber das ist falsch. Unser Unterbewusstsein arbeitet sowohl am Tag als auch in der Nacht für uns, während des Tages also das unterbewusste und bewusste Denken und in der Nacht nur das unterbewusste Denken.

Ihr müsst euch klar darüber werden, dass euer Geist nicht in zwei voneinander getrennten Teilen existiert, die nichts miteinander gemein haben, sondern dass es sich beim bewussten und unterbewussten Denken vielmehr um zwei verschiedene Sphären eures Geistes handelt, um zwei Tätigkeitsbereiche von ein und demselben Geist. Im bewussten Denken trifft ihr eure Entscheidungen, ihr wägt ab, etwa, ob ihr diesen oder jenen Film ansehen möchtet oder nicht, ob ihr dieses oder jenes für wahr halten wollt oder nicht. Ihr fällt alle Entscheidungen in eurem Leben mit eurem bewussten Geist. Euer Bewusstsein ist aber auch eine Kontrollinstanz, dessen Hauptaufgabe darin besteht, euer Unterbewusstsein vor negativen zerstörerischen Gedanken zu schützen.

Anders ist das Unterbewusstsein, das alles für wahr hält, was ihr ihm glaubhaft einredet. Der unterbewusste Geist nimmt die Umwelt unmittelbar und ohne Reflexion auf, er ist wie ein fruchtbarer

Nährboden, in welchem jeder Keim wurzelt, der ihm eingepflanzt wird. Das Unterbewusstsein ist euer körperliches Steuersystem und der Sitz eurer Kreativität, vor allem aber euer mächtiger Wunscherfüller.

Der geistige Nährboden

Euer Unterbewusstsein beherbergt einen Nährboden, ein fruchtbares Feld, in dem sich alle eure bewussten Gedanken sowie eure Gefühle und Emotionen als Samen niedersetzen und dort wurzeln und gedeihen, sich zu entfalten beginnen. Aber auch alle Reizinformationen, die euer Geist durch das Absorbieren der Umwelt mittels eurer fünf Sinnesorgane aufnimmt, werden mittels Gefühle an euer Unterbewusstsein weitergeleitet und in euren Nährboden eingepflanzt, sie wurzeln dort und entfalten sich durch euren Körper.

Euer Unterbewusstsein ist der Nährboden für alle Gedanken, Gefühle und Emotionen, ganz gleich, ob sie destruktiv, negativ, zerstörerisch, also schlecht sind, oder ob sie konstruktiv, positiv, erfolgreich, also gut sind. Euer Nährboden fragt nicht nach, wägt nicht ab, kennt keine Unterscheidung. Sorgt dafür, dass nur liebevolle, gute, positive, konstruktive Gedanken, Gefühle und Emotionen auf euren Nährboden fallen und dort zu wurzeln beginnen.

Denkt immer daran: Was ihr an Keimen sät, werdet ihr hundertfach ernten, das ist das Geheimnis des Wachstums, das universelle Naturprinzip.

Jeder Samen ist unterschiedlich in seiner Art und braucht deshalb auch unterschiedlich lange, um zu

wurzeln, zu wachsen und schließlich seine Blüten zu entfalten. Dasselbe gilt auch für die Samen, die Keime, also eure Gedanken und Gefühle, die auf den Nährboden in eurem Unterbewusstsein fallen. Auch sie benötigen Zeit zu wurzeln, zu wachsen, ihr Wirken einzustellen und sich durch euren Körper zu entfalten.

Das kann Tage, Wochen, Monate oder Jahre dauern, aber jeder Keim wird sich mit Sicherheit entfalten. Was ihr heute sät, erntet ihr morgen, und das hundertfach. Durch das bewusste Einpflanzen von Keimen bestimmt ihr eure Zukunft schon heute.

Denkt immer daran: Ihr müsst sehr gut darauf achten, welchen Keimen ihr erlaubt, sich in eurem Unterbewusstsein einzupflanzen und welchen nicht. Alle Keime, die ihr einpflanzt, werden eure Zukunft bestimmen, eure Ernte sein. Ihr könnt eure Zukunft deshalb schon heute bestimmen.

Wehrt alles Negative entschieden ab, damit es nicht auf den Nährboden in eurem Unterbewusstsein fallen kann und dort keimt!

Denkt und fühlt nicht negativ, seht weg, hört weg, schmeckt nicht daran, riecht nicht daran und ertastet nichts, was negativ ist, und euer Nährboden wird von nun an nur noch positiv genährt. Ihr werdet euch positiv entfalten, gesund, erfolgreich und glücklich sein.

Die Beeinflussung des Unterbewusstseins

Euer Unterbewusstsein ist so erstellt, dass es der menschliche bewusste Geist nur bedingt beeinflussen kann. In seinen Grundfunktionen, die für das Überleben wichtig sind, ist es nicht beeinflussbar, nicht änderbar. Wir können ihm nicht befehlen, das Herz in einem anderen Rhythmus schlagen zu lassen. Das Biosprogramm, also euer Grundprogramm, ist von euch bewusst nicht zu beeinflussen. In seiner Hauptaufgabe, den Biokreislauf und euren Körper am Leben zu erhalten, ist es sehr eigenwillig und lässt eine Beeinflussung nicht zu. Ich sprach davon, dass wir es nur bedingt beeinflussen können. Wir können durch Autosuggestion unser Unterbewusstsein dazu bringen, uns bei der Erfüllung unserer Wünsche behilflich zu sein. Es kann uns helfen, unseren Geist, unseren Charakter und unsere Persönlichkeit zu formen. Es verleiht uns Macht.

Die Funktionsweise des Unterbewusstseins

Das Unterbewusstsein ist euer Wunscherfüller, eure große Macht in euch. Es gehorcht allen Befehlen, die ihr ihm in voller Überzeugung erteilt, solange diese nicht schädlich für euren Biorhythmus, euren Körper sind.

Nachdem ihr nun so vieles über euer Unterbewusstsein erfahren habt, will ich nun seine Funktionen näher erklären. Das Unterbewusstsein wägt nicht ab. Dies kann nur euer Bewusstsein tun. Euer Unterbewusstsein lässt jeden Gedanken, jedes Gefühl und jede Emotion in Form eines Samens in seinem Nährboden wurzeln.

Als euer Wunscherfüller lässt es jeden Samen keimen und sich entfalten, gleich, ob dieser positiv oder negativ, wahr oder falsch ist. Es trifft keine Unterscheidungen, sondern nimmt nur auf, lässt wurzeln und wachsen und drückt sich durch euren Körper zur Entfaltung aus.

Somit ist eine Funktion eures Unterbewusstseins die Bereitstellung eines fruchtbaren Feldes und das Einsammeln eurer Gedanken, Gefühle und Emotionen sowie aller Infos, die es durch die Absorbierung der Umwelt aufnimmt mittels eurer fünf Sinnesorgane.

Gute und schlechte Gedanken sowie gute und schlechte Gefühlswahrnehmungen werden

gleichermaßen einfach als Dateninformation abgespeichert.

Doch euer Unterbewusstsein arbeitet für euch, wenn ihr ihm eure Wünsche klar vermittelt. Eine gute Möglichkeit dafür ist die Autosuggestion, auf welche wir bald ausführlicher zu sprechen kommen werden. Es nimmt also eure Wünsche auf und verarbeitet sie und stellt euch die Antworten in Form von Intuitionen, Gefühlen, Ahnungen, Träumen oder Eingebungen zur Verfügung.

Euer Unterbewusstsein spricht eine eigene Sprache, die ihr wieder erlernen müsst. Als Baby habt ihr diese Sprache bestens gesprochen, dann leider verlernt. Nun müsst ihr sie eben wieder erlernen.

Denkt immer daran: Was ihr einmal konntet, das könnt ihr auch leicht wieder lernen.

Von Geburt an unser Lenker

Mit eurer Geburt ist auch euer Biossystem, euer Grund- und Hauptsystem in Gang gesetzt worden. Euer Geist, euer Lenker, hat es zum Leben berufen und hat sich an das Ruder gestellt.

Euer großer Geist, der Steuermann eures körperlichen Lebens, hat von der ersten Sekunde an alle Befehle gegeben, damit alle Organe, ja euer kompletter Körper heranreifen konnte, bis euer Bioapparat fertig ausgebildet war.

Er hat euch völlig gesund nach dem vollkommenen Ebenbild Gottes erstellt. Er hat nicht nur euren Körper komplett erstellt, sondern auch euren Geist. Nennt ihn, wie ihr wollt – Steuermann, großer Geist, Unterbewusstsein, subjektiver Geist, bester Freund, Gott –, aber seid euch bewusst, euer Gott hat nicht nur euren Körper und euren Geist nach dem vollkommenen Ebenbild Gottes erstellt, sondern er steht seit der ersten Sekunde in der Kommandozentrale. Dort steht er auch gerade jetzt, gibt unzählige Befehle ab und lenkt damit alle lebenswichtigen Funktionen. In diesem Moment absorbiert er durch eure Augen die Schrift dieses Buches und sendet die Informationen an das Hirn. Sodann lässt er euch diese in eurem bewussten Geist aufsteigen und somit versteht ihr die hier niedergeschriebenen Worte bewusst.

Wir haben einen Lenker von Geburt an, einen treuen Freund, der uns unser ganzes Leben begleiten wird. Er steht in der Kommandozentrale und lenkt alle lebenswichtigen Prozesse. Ihr solltet ihn endlich akzeptieren und ihm für alles danken, was er bis jetzt für euch getan hat. Freut euch, dass ihr nicht alleine seid und einen Freund an eurer Seite habt, der für euch immer nur das Beste will, einen Freund, der sehr mächtig ist und auf den ihr euch verlassen könnt.

Unser Gedankenfundus

Euer Unterbewusstsein beherbergt euren Gedankenfundus, eure Festplatte. Es greift nicht nur auf den bewussten Speicher, also euren Arbeitsspeicher zu, sondern auch auf die Festplatte, euren Gedankenfundus, um Informationen zu verarbeiten. Dort ist alles gespeichert, was ihr je durch eure fünf Sinnesorgane aufgenommen habt. Was in eurem Gedankenfundus einmal gespeichert wurde, wird nie mehr gelöscht, eben wie auf einer Festplatte, auf der alle Daten nie wieder gelöscht, sondern nur überschrieben werden können. In eurem Gedankenfundus sind die Informationen über euer ganzes Leben gespeichert. Ihr könnt darauf bewusst zugreifen und alle dort gespeicherten Informationen in euren bewussten Geist, euren Arbeitsspeicher, holen. Jedes einzelne Bild, das ihr je gesehen habt, ist dort gespeichert, und ihr könnt es jederzeit ins Bewusstsein holen. Dasselbe gilt für alle anderen Informationen, die ihr durch eure fünf Sinnesorgane je aufgenommen habt.

Wenn ihr euch geistig und körperlich entspannt, in eine Art Schlafrance versinkt, und dann mit dem Unterbewusstsein Kontakt aufnehmt, dann wird es euch ungeahnte Informationen bieten. Ich möchte dazu ein Beispiel anführen, um dies zu verdeutlichen. Ich habe versucht, meiner Frau zu erklären, dass das Unterbewusstsein alles weiß und dass man eine ungeahnte Macht zur Verfügung

hat, wenn man durch Beten oder das einfache Ansprechen zu ihm Kontakt aufnimmt. Man kann alle Informationen abrufen, die dort gespeichert sind. Sie antwortete mir salopp, wenn dem so ist, sollte ich es doch einmal nach meinem Schlüsselbund fragen, den ich verloren und seit mehr als vier Wochen erfolglos gesucht hatte. In diesen Punkten hatte sie offensichtlich recht. Als ich am nächsten Morgen aufwachte, gerade entspannt und in Schlafrance war, fragte ich mein Unterbewusstsein nach dem Schlüsselbund, bekam aber keine Antwort. Ich wollte den Glauben nicht verlieren und fragte auf dem Weg zum nochmal danach. Da sah ich ganz klar ein Bild vor mir. Ein Energieball in mir war zu spüren, der losrollte. Eine Erleuchtung war da: die Rückwand meines PCs. Dort steckte ein USB-Stick und an diesem war ein Ring und – mein Schlüsselbund. Ich fühlte einen Energieschwall in mir. Ich sah das Bild Gottes und ging zu meiner Frau ins Badezimmer. Ich erzählte ihr von meinem Erlebnis, ging sofort los und kam schon bald freudestrahlend vor Glück mit meinem Schlüsselbund wieder zu ihr.

Seitdem habe ich immer wieder mein Unterbewusstsein zu Hilfe gezogen, wenn mein Bewusstsein nicht mehr weiterwusste, und es hilft mir jedes Mal. Jedes Mal kommt die Antwort anders, durch Bilder, durch Worte anderer, durch Eindrücke, durch Träume, durch Intuition, durch ein Gefühl und vieles mehr, aber sie kommt. Glaubt daran, und ihr werdet Wunder erleben.

Es ist somit tatsächlich möglich, dass der bewusste Geist auch zugleich auf den Gedankenfundus, den unterbewussten Geist zugreift, somit also beide Geistesebenen nutzt.

Die Sprache des Unterbewusstseins

Das Unterbewusstsein spricht mit verschiedenen Stimmen zu euch, mit einer eigenen Sprache, die ihr erlernen müsst, damit ihr mit ihm kommunizieren könnt und seine Antworten klar verstehen könnt. Seine Sprache setzt sich zusammen aus der Stimme der Intuition, der Ahnung, der Träume und vor allem der Gefühle.

Die Intuition ist eine Art, wie das Unterbewusstsein mit euch spricht. Intuition bedeutet Eingebung oder Belehrung, eine Belehrung, die man von innen her erfährt. Sie taucht plötzlich auf. Sie entbehrt jeder Reflexion des menschlichen Verstandes, jedes vergleichenden und prüfenden bewussten Denkens.

Die Intuition, die Eingebung, geht weit über den Verstand der Menschen hinaus. Die Intuition bedient sich eures Verstandes, wenn es um die Durchführung der Intuition, der körperlichen oder geistigen Handlung geht. Die Intuition kann man auch mit einem plötzlichen Erfassen beschreiben. Die Intuition wird euch in Übereinstimmung mit eurem bewussten Denken aus eurem Unterbewusstsein zuteil und gibt euch Antwort auf offene Fragen, regt euch zu Handlungen an oder hilft euch bei der Entscheidungsfindung.

Kraft der Intuition könnt ihr spontan und schnell das Erreichte, worauf euer kritisch prüfender und

abwägender bewusster Geist erst nach Wochen, Monaten oder Jahren kommen würde. Unzählige Fehlschläge und Irrtümer könnt ihr euch ersparen, wenn ihr die Stimme der Intuition bewusst wahrnehmt und auf sie hört.

Wenn ihr vor Schwierigkeiten steht, die euer bewusster Geist einfach nicht lösen kann, dann hilft euch euer Unterbewusstsein automatisch mit der Stimme der Intuition und bietet euch die richtige Lösung an.

Während sich euer bewusster Verstand mit unzähligen aussichtslosen Gedankengängen plagt, bekommt ihr die Antwort mühelos durch die subjektive Intuition. Sie flammt plötzlich von innen her auf, taucht klar und deutlich in eurem bewussten Geiste auf, und ihr Gefühl vermittelt euch die richtigen Antworten. Ihr müsst an die Stimme der Intuition glauben, die eine Anweisung an euch ist, dann werdet ihr die Intuition in vielen Dingen erkennen können: zum Beispiel in einem Gespräch, welches ihr im TV hört, in Zeilen, die ihr in einem Buch lest, anhand von inneren Stimmen eines guten Freundes, die ihr in eurem Geiste hört. Wenn ihr sehr wachsam und bereit seid, die Intuition zu empfangen, werdet ihr diese in vielen Dingen entdecken. Wenn ihr dann auch noch nach ihrer Weisung handelt, dann könnt ihr alle Schwierigkeiten in eurem Leben spielend meistern.

Wie die Intuition so ist auch das Gefühl eine weitere Art der Sprache, mit der euer Unterbewusstsein

Gott, euer treuer Freund oder welchen Namen ihr ihm auch immer geben wollt, sich mit euch in Verbindung setzt, mit euch spricht.

Mit Gefühlen der Liebe, der Hoffnung, der Angst etc. teilt euch euer Unterbewusstsein seine richtige Antwort mit, klar und deutlich.

Es gibt den Ausdruck „auf seinen Bauch hören“. Dieser meint ganz einfach, auf seine inneren Gefühle zu hören, Gefühle, die aus dem Bauch heraufsteigen. Sie wahrzunehmen alleine reicht nicht, wir müssen auch auf sie hören und danach handeln und ihre Weisungen umsetzen.

Eure innerlich spontan auftauchenden Gefühle zeigen euch den Weg auf, wie ihr in einer bestimmten Situation handeln müsst, aber handeln müsst ihr selbst. Euer Bauchgefühl zeigt euch immer die richtige Richtung.

„Aus dem Bauch heraus“: Diesen Spruch kennt jeder und weiß, was damit gemeint ist. Doch viele glauben nicht daran und sind eben nicht so erfolgreich. Dieses spontane Gefühl ist die Antwort eures Unterbewusstseins auf eure Frage. Nachdem das Unterbewusstsein alle Fakten zusammengetragen hat, eine Entscheidung getroffen hat, teilt es euch diese mittels eines Gefühls mit, das ihr plötzlich mit eurem bewussten Verstand wahrnehmen und richtig deuten könnt. Plagt euch nicht mehr mit unendlich komplizierten Gedankengängen, sondern entspannt euch geistig und entnehmt die Entscheidung dem Gefühl eures Unterbewusstseins. Da ihr nun die Ebenen

eures Denkens kennt, könnt ihr auch die Stimmen eures Unterbewusstseins wahrnehmen und auf sie hören. Ihr könnt auch Gefühle bewusst fühlen und hervorrufen und so mit eurem Unterbewusstsein kommunizieren. Gefühle sind tausendfache gedankliche Wiederholungen.

Hört ihr auf euer Bauchgefühl, so hört ihr auf euer Unterbewusstsein, das sicherlich mehr weiß als euer bewusster Geist.

Beginnt bewusst, euer Bauchgefühl zu analysieren. Beginnt, euer Bauchgefühl wahrzunehmen. Beginnt, euer Bauchgefühl zu akzeptieren. Es ist euer bester Ratgeber. Und vor allem handelt danach.

Der Traum ist eine weitere Art der Sprache, wie euer Unterbewusstsein mit euch spricht.

Jeder Mensch träumt immer wieder. Dabei sehen wir bilderreiche Geschichten im Geiste und fühlen wie im realen Leben. Wir sehen Wiederholungen von Erlebnissen oder gar bahnbrechende Erfindungen vor uns.

Vielen Menschen kam die gewinnbringende Geschäftsidee im Traum. Sie setzten diese anschließend um und wurden damit reich. Seit vielen Jahren forschen Wissenschaftler daran, Träume rational erklären zu können, aber bis jetzt ist dies noch niemandem gelungen. Träume sind nichts anderes als Denkprozesse des Unterbewusstseins, während wir schlafen. Sie können sehr lebhaft

sein, sodass wir in ihnen sehen, hören, riechen, schmecken und fühlen können.

Den meisten Menschen geht es so, dass sie etwas träumen, sich aber am nächsten Morgen nicht mehr daran erinnern können.

Wenn ihr euch eure Träume am nächsten Morgen in Erinnerung rufen wollt, dann müsst ihr gleich nach dem Aufwachen immer wieder das Wort „Erinnerung“ sagen. Durch die mehrfache Wiederholung werdet ihr euch sogleich wieder an euren Traum erinnern, ihr könnt ihn wieder lebhaft vor euch sehen und euch hineinfühlen.

Durch das bewusste Verarbeiten der Träume legt ihr diese aus, bildet euch eure bewusste Meinung darüber. Doch bitte vergesst nie, dass Träume nur Deutungen sind, und ihr bei eurer Auslegung sehr vorsichtig sein müsst.

Wenn euer bewusster Geist nicht mehr zur Ruhe kommt, eure Denkprozesse keine Lösungen ergeben, euch nicht den richtigen Weg zeigen, ihr nicht wisst, wie ihr euch richtig entscheiden sollt, dann denkt daran, dass ihr eine innere Stimme habt, euer Unterbewusstsein, das mit euch spricht, das euch auf allen euren Wegen führen wird und euch Orientierung verleiht, das euch jeden Plan ins Bewusstsein bringt, der euch eure Ziele erreichen lässt. Es zeigt euch immer die richtige Antwort auf und führt euch immer den richtigen Weg entlang. Hört auf die Stimmen eures Unterbewusstseins, die Stimme der Intuition, die Stimme des Gefühls, die Stimme des Traumes.

Unsere innere Uhr

Es gibt einen Versuch, der fast immer gelingt, zumindest, wenn man daran glaubt, und der beweist, dass das Unterbewusstsein unsere Wünsche immer erfüllt: der Versuch mit der Uhr.

Wenn ihr abends ins Bett geht und am Einschlafen seid, kurz bevor euer bewusster Geist die alleinige Steuerung über euer Leben wieder übernimmt, dann gebt eurem Unterbewusstsein doch einmal in Auftrag, dass ihr am nächsten Morgen beispielsweise um sechs Uhr aufwachen wollt. Sagt euch dies immer wieder vor und glaubt fest daran, dass euer Unterbewusstsein euch aufwecken wird. Stellt euch bilderreich vor, wie ihr am Morgen zur gewünschten Zeit aufsteht und das macht, was ihr immer macht. Bittet euer Unterbewusstsein immer wieder darum, euch euren Wunsch zu erfüllen, so lange, bis ihr einschlaft, mit dem festen Wunsch, morgen zur gewünschten Zeit aufzustehen. Ihr werdet sehen, am nächsten Morgen weckt euch euer Unterbewusstsein pünktlich auf. So wie es euch aufweckt und euch somit euren Wunsch erfüllt, wird es euch jeden Wunsch erfüllen, der naturgemäß möglich ist. Ihr müsst nur wirklich fest daran glauben und durch eine entschiedene Anweisung an das Unterbewusstsein den Wunsch genau mitteilen. Ihr könnt euer Unterbewusstsein auch als Terminplaner benutzen. Wenn ihr am nächsten Tag um 14 Uhr einen Termin habt, dann gebt eurem Unterbewusstsein den Befehl, euch

um 14 Uhr daran zu erinnern. Wiederholt diesen Befehl einige Male. Heftet euren Wunsch an ein Bild. Stellt euch bilderreich vor, was ihr am nächsten Tag um 14 Uhr gerade machen werdet. Wenn ihr dies dann um 14 Uhr tut, werdet ihr euch an den Termin erinnern. Mit etwas Übung funktioniert euer geistiger Terminplaner, ihr werdet es sehen. Ein Gedanke, an den ihr erinnert werden wollt und der an ein bestimmtes Ereignis gekoppelt wird, das ihr euch farbenfroh und bilderreich vorstellt, kommt euch sicher in den Sinn, wenn es Zeit dafür ist.

Euer eigener Wecker und Terminplaner funktioniert immer. Pflanzte euch Termine fest in euer Unterbewusstsein und koppelt diese Termine an voraussichtliche Handlungen. Dann braucht ihr keine Uhr und keinen Terminplaner mehr.

Kontaktaufnahme mit dem Unterbewusstsein

Ihr könnt im Prinzip jederzeit mit eurem Unterbewusstsein Kontakt aufnehmen, denn es ist rund um die Uhr, euer ganzes Leben lang, für euch aktiv. Doch die beste Zeit ist immer kurz vor dem Einschlafen. Auch morgens, wenn ihr gerade erwacht, ist ein guter Zeitpunkt dafür. Immer beim Übergang von der Wachphase in die Schlafphase und umgekehrt besteht eine innige Verbindung beider Bewusstseinssebenen.

Vor dem Einschlafen entspannt ihr euch geistig und körperlich und sprecht euch folgende Sätze vor, die euch helfen sollen, euren Geist und Körper völlig zu entspannen und euch in einen tranceartigen Zustand zu versetzen:

„Meine Füße sind entspannt. Meine Beine sind entspannt. Mein Gesäß ist entspannt. Mein Bauch ist entspannt. Mein ganzer Korpus ist entspannt. Meine Arme sind entspannt. Meine Hände sind entspannt. Mein Nacken ist entspannt. Mein Kopf ist entspannt. Mein ganzer Körper ist völlig entspannt und bereit, einzuschlafen. Mein Geist ist entspannt. Ich bin körperlich und geistig völlig entspannt und bereit, mit meinem Unterbewusstsein Kontakt aufzunehmen. Ich werde nun müde, meine Augen schließen sich und ich beginne mit der Übergabe meines Lebens an das Unterbewusstsein.“

Lasst euch nun in einen tranceähnlichen Zustand fallen.

Beginnt nun, euer Unterbewusstsein anzusprechen. Beginnt, euren großen Geist zu fühlen. Seid in festem Glauben an die Existenz eures Unterbewusstseins. Sprecht es mit der Sprache der Gefühle direkt an. Teilt ihm nun eure Wünsche mit. Beginnt mit dem Wunsch der Gesundheit. Fühlt, wie euer Unterbewusstsein seine Energie aussendet und euren ganzen Körper wieder in die göttliche Ordnung bringt, während ihr das Wort „Gesundheit“ mehrere Male wiederholt. Fühlt die heilende Energie, wie sie euren ganzen Körper durchströmt. Nun fühlt euch gesund.

Gebt ihm nun den Befehl, euch bei eurem Erfolg behilflich zu sein. Wiederholt immer wieder das Wort „Erfolg“. Stellt euch vor, dass ihr bereits erfolgreich seid, fühlt euch erfolgreich. Malt euch euren Erfolg mit den vielen Bildern aus, die ihr am Ziel eures Wunsches erwartet, und macht eurem Unterbewusstsein etwas vor, nämlich dass ihr euren Wunsch, euer Ziel bereits erreicht habt. Und nun stellt euch vor, glücklich zu sein. Wiederholt einige Male das Wort „Glück“ und stellt euch die Bilder vor, die euch glücklich machen. Es ist gleich, was ihr euch wünscht. Wenn ihr einmal Kontakt zu eurem Unterbewusstsein aufgenommen habt und ihr mit ihm kommuniziert, ist es offen für alles, was von eurem bewussten Geist nun vorgetragen oder angeschafft wird.

Alle eure Gedanken werden als Samen auf den Nährboden des Unterbewusstseins eingepflanzt und beginnen sofort zu wurzeln, zu wachsen und werden sich durch euren Körper entfalten.

Pure Gefühle prägen sich eurem Unterbewusstsein am stärksten ein.

Denkt immer daran: Gefühle sind tausendfache gedankliche Wiederholungen. Damit ist gemeint, dass ihr das Wort Gesundheit einige Tausend Mal wiederholen oder euch einen kurzen Moment gesund fühlen könnt, das kommt auf dasselbe heraus.

Das immer wieder Vorsagen eines Gedankens ist ein Mittel, sich den Gedanken tiefer einzuprägen. Durch wiederholtes Einsagen setzt sich der Gedanke tiefer und tiefer in den Schichten eures Unterbewusstseins fest, bis er sicher eingepflanzt ist. Noch schneller könnt ihr euer Ziel erreichen, wenn ihr euren Gedanken, euren Wunsch immer wieder fühlt.

Es gibt sogenannte Wachträume. Diese sind eine Art der Kontaktaufnahme des Unterbewusstseins mit dem Bewusstsein. Das Unterbewusstsein will uns so Wege und Antworten aufzeigen. Oft wählt es auch die Stimme eines vertrauten Menschen. Es spricht mit der Intuition, den Gefühlen, der Ahnung, der Träume. Nehmt so oft wie möglich mit eurem Unterbewusstsein Kontakt auf. Ihr werdet sehen, nach einiger Zeit wird dies zur Routine

werden und ihr und euer Unterbewusstsein werdet ein Team, Freunde fürs Leben. Indem ihr mit eurem Unterbewusstsein zu kommunizieren beginnt, ihm eure Anweisungen gebt, werdet ihr das Steuer eures Lebens übernehmen. Doch denkt daran: Auch euer Unterbewusstsein braucht seine Zeit, um den richtigen Weg zu finden, mit euch zu kommunizieren. Ihr müsst lernen, euch gegenseitig aufeinander einzustellen. Eins noch: Alle Selbstgespräche, die Menschen führen, sind in Wirklichkeit Unterhaltungen mit deren Unterbewusstsein. Sie erzählen ihrem Unterbewusstsein einiges und sie hören auch die Antworten.

Die große Macht in uns

Die größte Macht auf Erden ist nicht das Geld oder der politische Einfluss eines Menschen, sondern das Unterbewusstsein. Es hat alle Materie erschaffen und ist deshalb Herr über alles Materielle. Der Grad des Erfolges eines Menschen hängt davon ab, inwieweit er sein Unterbewusstsein versteht und nutzt. Erfolgreiche Menschen machen sich ihr Unterbewusstsein gezielt zunutze, indem sie es positiv beeinflussen. Erfolgreiche Menschen schöpfen die Macht ihres Unterbewusstseins, ihres obersten Lenkers, regelrecht ab.

Die Macht in euch ist der Urquell aller technischen Errungenschaften, aller künstlerischen Werke. Wer sein Unterbewusstsein nutzt, wird wahre Macht erfahren. Die größte Macht auf Erden steckt in jedem von uns. Ihr könnt sofort ein neuer Mensch sein, ein mächtiger Mensch. Ein Mensch, der gesund, erfolgreich und glücklich ist. Ihr braucht nur die Macht in euch zu akzeptieren und euch diese zunutze machen.

Euer Unterbewusstsein, eure wundervolle Macht, euer Gott, euer Lenker oder wie auch immer ihr es nennen wollt, kann alle Krankheiten heilen, kann euch zum hundertfachen Millionär und kann euch glücklich machen. Blickt nach innen und entdeckt die Macht, die viele Menschen gesund, erfolgreich und glücklich gemacht hat.

Das Unterbewusstsein, unser Wunscherfüller

Euer Unterbewusstsein, euer Gott, euer Lenker, euer großes Ich, ist euer Wunscherfüller. Jeden Keim, jeden Gedanken, jeden Wunsch, den ihr eurem Unterbewusstsein einpflanzt, wird es für euch wurzeln und wachsen lassen und zur Erfüllung bringen. Erst geistig und dann körperlich. Es ist sein innerlichster Wunsch, uns Gesundheit, Harmonie, Erfolg und somit Glück zu bringen. Unser Unterbewusstsein ist Tag und Nacht rund um die Uhr damit beschäftigt, uns unsere Wünsche zu erfüllen und natürlich für unser Überleben zu sorgen. Da unser Unterbewusstsein nicht abwägt, was gut oder böse ist, erfüllt es uns jeden Wunsch, auch, wenn dieser schlecht ist. Die Aufgabe des Unterbewusstseins ist es, unsere Wünsche zu erfüllen. Zu wünschen heißt, zu denken. Denken wir destruktiv, negativ, zerstörend, schlecht, dann wünschen wir uns schlechte Dinge, dann wird unser Unterbewusstsein diese Wünsche erfüllen. Also liegt es an uns, nur gut zu denken und gute Wünsche zu haben, dann werden uns diese guten Wünsche erfüllt. Es geschieht euch nach eurem Glauben, nach euren Wünschen, nach euren Vorstellungen, nach euren Gedanken. Ihr müsst euch also gut überlegen, was ihr denkt, an was ihr glaubt bzw. was ihr eurem Unterbewusstsein an Wünschen vermittelt.

Denkt immer daran: Jeder Gedanke, jedes Gefühl wird von eurem Unterbewusstsein als Wunsch angesehen, und es macht sich unverzüglich an die Arbeit, euch euren Wunsch zu erfüllen.

Alle eure Gedanken oder Wünsche sind in eurem Unterbewusstsein bereits Wirklichkeit, sofort nach dem ihr diese gedacht habt. Euer Unterbewusstsein wartet nicht ab, ob ihr es euch vielleicht noch einmal anders überlegt, es wägt nicht ab, nein, es reagiert sofort und macht sich an die Arbeit, euch eure Wünsche zu erfüllen.

Wenn ihr euch etwas nicht wünscht, dann solltet ihr erst gar nicht daran denken, nicht darüber diskutieren, keine Gefühle dafür hegen, keinen Gedanken daran verschwenden. Nur so könnt ihr sicher sein, dass nichts Schlechtes in euch keimt und wächst und durch euren Körper zum Ausdruck kommt.

Wenn ihr das Gesetz des Geistes verstanden habt, und dieses positiv und mit Beharrlichkeit anwendet, dann werdet ihr Glück, Gesundheit und Wohlstand anziehen, auch wenn das ganze wirtschaftliche System zusammenbrechen sollte.

Erfindungen und Geschichten

Das Unterbewusstsein, Gott, der subjektive Geist, die Allweisheit, euer Lenker, euer großes ICH, wie auch immer ihr es nennen wollt, ist der Schöpfer aller Kreativität und aller technischen Erfindungen, denn das Bewusstsein führt nur aus, denkt darüber nach, aber das Unterbewusstsein erfindet und kreiert, hat die Ideen. Es ist der Erfinder aller Bücher, Filme, Bilder, Musik, eben aller Kunstwerke, aller Bauwerke, aller technischen Erfindungen, aller wirtschaftlichen Strategien, ja, es hat alles erfunden, was in der Natur nicht wächst. Eine jede Erfindung fand immer erst im Geiste statt. Durch den Versuch, das Bild im Geiste in die Realität umzusetzen, ist dann ein Produkt unseres Geistes entstanden, eine Frucht des Samens, den wir eingepflanzt haben und der gewurzelt hat und der sich durch körperliche Handlung Ausdruck verliehen hat.

Der Karosseriedesigner stellt sich ein geistiges Bild von einer Karosserie vor. Erst dann, wenn er ein genaues Bild vom künftigen Aussehen seines Autos im Kopf hat, fängt er an, das Auto zu zeichnen, und zwar genau nach den Vorstellungen, die er im Kopf hat. Und erst dann wird es gebaut, nach den Plänen, die im Geiste entstanden und entwickelt worden sind.

Erst kommt der Gedanke, die Idee, dann das Werk, das Produkt. Was zählt, ist die Idee. Nicht mit der

Hände Arbeit werden Millionen verdient, sondern mit den Ideen. Es gibt nichts auf der Welt, das nicht erst im Geiste erschaffen wurde, deshalb ist der Geist derjenige, der alles erfunden hat. Er ist somit der mächtigste Verbündete des Menschen.

Alle Geschichten, die in Büchern zu lesen oder in Filmen zu sehen sind, wurden zuvor im Geist erfunden. Wenn erst einmal die Idee da ist, ist die Ausführung nicht mehr schwer.

Viele Menschen klauen Ideen, deshalb sollte man sehr vorsichtig sein, wem man seine Ideen erzählt. Nichts ist leichter, als euch eine Idee zu klauen, bevor ihr sie verwirklicht habt.

Denkt immer daran: Behaltet eure Ideen für euch, bis ihr sie verwirklicht oder patentiert habt. Und falls ihr eure Ideen jemandem anderen mitteilen müsst, z. B. aus wirtschaftlichen Gründen, so gebt sie nur in Stücken und nie als ganze Idee preis.

Ideen sind Kapital, geistiges Kapital. Doch eine Idee, die nur durchdacht und nicht umgesetzt wird, ist zum Sterben verurteilt und somit nichts wert.

Die Autosuggestion

Unter Autosuggestion versteht man die Beeinflussung seines Unterbewusstseins, seines großen ICHs, seines subjektiven Geistes, seines Gottes, seines Lebenslenkers, der in jedem Menschen wohnt. Autosuggestion heißt, Kontakt mit seinem Unterbewusstsein aufzunehmen und ihm etwas zu suggerieren, ihm etwas einzureden. Ich möchte auch hier ein Beispiel anführen. Ich wollte, dass einer meiner Söhne nicht mehr in der Nase bohrt.

Ich sagte ihm, er solle sich folgenden Satz jeweils morgens, mittags und abends 30 Mal wiederholend vorsagen: „Ich möchte nicht mehr in der Nase bohren.“ Da mein Sohn noch sehr jung und geistig nicht imstande war, hohe geistige Prinzipien zu erlernen und zu verstehen, brachte ich es ihm spielend bei. Er begann sich morgens, mittags und abends den Satz vorzusagen. Und siehe da, das Nasenbohren wurde sichtlich weniger. Leider habe ich nicht die Zeit, 24 Stunden rund um die Uhr meinen Sohn zu überwachen, und so fiel er wieder ab in seinem Glauben, sagte sich den Satz nicht mehr auf und bohrte wieder mehr und mehr in der Nase. Kinder sind leider geistig noch nicht reif genug, die Autosuggestion als Mittel zum Zweck zu erkennen und selbst daran zu arbeiten. Aber mit der Hilfe der Eltern können auch Kinder bereits lernen.

Alles, was ihr nur oft genug eurem Unterbewusstsein einsagt, wird es als festen Glauben, als Wunsch akzeptieren.

Euer Unterbewusstsein wird alles tun, um euren Wunsch zu erfüllen, aber praktisch müsst ihr natürlich auch motiviert sein und ihm dabei helfen, denn der unterbewusste Geist tut eben nur das, was er tun kann, und euer bewusster Geist und euer Körper müssen alles dafür tun, damit die Anordnungen des Unterbewusstseins auch umgesetzt werden. Gemeinsam mit Körper und Geist erreicht ihr jedes Ziel, jeden Wunsch.

Denkt immer daran: Was der Mensch sich vorstellen kann, kann er mithilfe seines unterbewussten Geistes auch erschaffen. Ein jeder ist so groß wie seine Gedanken. Denkt groß und ihr werdet groß werden. Denkt gesund, denkt glücklich, denkt erfolgreich und euer Unterbewusstsein wird alles dafür tun, dass ihr es auch werdet.

Das Beispiel Schule zeigt die Wirkung der Autosuggestion auf. Der junge Mensch lernt, neue Wörter zu schreiben. Er schreibt sie auf verschiedene Weise von seinem Arbeitsblatt ab. Einmal schreibt er das Wort falsch und einmal schreibt er das Wort richtig ab. Nun sind beide Wortschreibweisen in seinem Unterbewusstsein, auf der Festplatte, abgespeichert.

Wenn der Schüler nun in einem Diktat das Wort schreiben soll, wird er nicht wissen, wie dieses richtig geschrieben wird, denn in seinem Speicher sind zwei verschiedene Möglichkeiten abgespeichert, die falsche und die richtige Schreibweise. Welche soll er wählen? Sein Unterbewusstsein wägt nicht ab, kann ihm nicht sagen, welches das falsche und welches das richtige Wort ist. Wie er auch wählt, es wird Zufall sein. Wenn er aber beginnt, dieses Wort nur noch richtig zu schreiben, immer und immer wieder richtig, dann wird das falsche Wort so oft überschrieben, dass in seinem Unterbewusstsein das richtige Wort dominiert. Wenn er nun seinen Speicher abfragt, hat er nur noch die richtige Antwort parat, das richtig geschriebene Wort.

Durch Autosuggestion, also durch das immer wieder Vorsprechen oder Vorschreiben, wird das Unterbewusstsein automatisch tätig. Die Automatik macht euch schneller. Wenn sie richtig programmiert ist, ist sie ein Baustein für den Erfolg.

Autosuggestion bedeutet auch, dass wir alle unsere bewussten Gedanken, die wir immer wieder gleich ausführen, automatisieren. Somit werden gewisse Gedankengänge, die wir in unserem wachen Bewusstsein denken, durch ein ständiges Wiederholen in unserem Unterbewusstsein verankert und automatisch ausgeführt, quasi automatisiert. Vieles in unserem Leben machen wir bereits automatisch, weil wir es immer und immer

wieder genauso machen und es so in unserem Unterbewusstsein eine Automatisierung entwickelt hat. Wir erledigen in unserem bewussten Leben diese Dinge, ohne groß nachzudenken. Doch ist es von Zeit zu Zeit auch wichtig, die Automation zu überprüfen. Oft werden falsche Dinge automatisiert, weil ihr sie immer wieder falsch gemacht habt. Hier gilt es, bewusst daran zu arbeiten, dass euer Unterbewusstsein umprogrammiert wird, dass es künftig diese falschen Automatisierungen nicht mehr durchführt und diese stattdessen durch eine richtige Programmierung ersetzt. Werdet nun der Programmierer eurer unterbewussten Automation. Bestimmt bewusst, was ihr automatisiert durchführen wollt und was nicht.

Ein einfaches Beispiel: Der Flaschenöffner ist in einer Schublade der Küche, und wir wissen nicht, wo. Wenn wir eine Flasche öffnen wollen, müssen wir ihn suchen. Wir suchen ihn in allen Schubladen und finden ihn dann in einer davon. Wir öffnen die Flasche und legen ihn wieder zurück in die Schublade. Am nächsten Tag, wenn wir wieder eine Flasche öffnen wollen, sehen wir zuerst zögerlich in der Schublade nach, in der er am Tag zuvor gelegen war, denn diese Information ist die zuletzt gespeicherte. Wenn er tatsächlich darin ist und auch die nächsten Tage und Wochen immer wieder in dieser Schublade liegt, werden wir im nächsten Monat automatisch in diese Schublade greifen und können den Öffner fast blind herausholen. Der

Griff in die Schublade hat sich nun automatisiert. Wir brauchen nicht mehr bewusst darüber nachzudenken, wo wir den Flaschenöffner finden könnten.

Ein weiteres Beispiel: das Schreiben auf einer Tastatur mit dem Zehn-Finger-System. Erst hacken wir mit zwei Fingern auf der Tastatur herum, dann lernen wir mühsam, wie es mit zehn Fingern geht, und nach vielem konzentrierten Schreiben speichert sich in unserem Unterbewusstsein mehr und mehr eine Automatisierung ab. Bald schon schreiben wir mit zehn Fingern und brauchen dabei nicht einmal mehr auf die Tastatur zu sehen. Wir treffen unsere Tasten auch blind, eben automatisch.

Da unser Unterbewusstsein jeden Gedanken aufnimmt, speichert es auch die vielen Male, wo wir den falschen Buchstaben getroffen haben, und nur, wenn wir immer und immer wieder den richtigen Buchstaben treffen, überschreiben wir diese falschen Informationen. Erst dann, wenn alle falschen Informationen sehr oft überschrieben worden sind, schreiben wir automatisch richtig und müssen nicht mehr bewusst darüber nachdenken. Das Unterbewusstsein hat nach der Programmierung der Automation die Rolle übernommen und lenkt die Finger. Auf diese Weise seid ihr viel schneller, als wenn ihr vor jedem Schlag auf eine Taste erst einmal nachdenken müsstet.

Ebenso wird aber auch ein immer und immer wieder falsch gedachter Gedanke abgespeichert und bald schon automatisiert. So ist es verständlich, dass ihr alle bewussten Gedanken sorgfältig analysieren müsst und sie nur abspeichern dürft, wenn sie gut sind, wenn sie richtig sind, wenn ihr sie auch benötigt.

Durch Autosuggestion könnt ihr euer Unterbewusstsein motivieren und programmieren, dass es euch bei eurem hohen Ziel, nämlich glücklich, gesund und erfolgreich zu werden, hilft. Durch die Automatisierung von Gedankengängen und Handlungen werdet ihr schneller und sicherer und somit erfolgreicher.

Die folgenden Kapitel über die Autosuggestion sollen euch die Erkenntnis liefern, dass ihr selbst die Erschaffer eures Selbst seid, aufgrund der Gedanken, die ihr wählt und durch Autosuggestion fest in eurem Inneren verankert. Die Autosuggestion ist quasi eine Idee, ein Gedanke, den wir durch ständiges Darandenken, durch ständiges Vorsagen in unserem Sinn behalten. Es ist somit das einzig bekannte Prinzip, wie wir uns selbst erschaffen bzw. ändern können.

Alle individuellen Fähigkeiten könnt ihr nur durch das Prinzip der Autosuggestion organisieren. Ihr könnt euer Denkvermögen, eure Gefühle, euren Verstand, eure körperlichen Funktionen nicht zum Agieren bringen, nicht zum Leben erwecken, ohne sie alle zusammenzufassen, sie miteinander in

Beziehung zu setzen und in einen Plan zu fassen. Kein Plan der Welt wurde je anders geschaffen als durch Autosuggestion und die Nutzung der Macht eures Unterbewusstseins.

Autosuggestion ist die einzige Grundlage, auf der wir unsere Persönlichkeit entwickeln können.

Der Wunsch ist der Beginn aller menschlichen Leistung. Die Autosuggestion ist die Möglichkeit, dem Unterbewusstsein einen bewussten Wunsch mitzuteilen, damit dieses beginnt, den Wunsch in die Tat umzusetzen.

Die Autosuggestion ist das einzige bekannte Mittel, sich von negativen Einflüssen befreien zu können, die sonst möglicherweise Glück, Erfolg, Gesundheit und eine positive Entwicklung verhindern. Schützt euch vor negativen Suggestionen.

Gefühle

Gefühle sind das Kommunikationsmedium zwischen unseren fünf Sinnesorganen und unserem Unterbewusstsein, zwischen unseren Gedanken und unserem Unterbewusstsein. Noch viel stärker als jeder Gedanke prägen sich Gefühle in unser Unterbewusstsein ein.

Fühlt euch glücklich, fühlt euch gesund, fühlt euch erfolgreich. Gefühle nimmt das Unterbewusstsein am stärksten wahr. Es wird schneller daran gehen, eure Wünsche zu erfüllen.

Mit Gefühlen kann das Unterbewusstsein am besten genährt werden. Gefühle sind vieltausendmalige gedankliche Wiederholungen und somit stärker im Geist verankert. Lernt, euch gesund, glücklich und erfolgreich zu fühlen. Denn so wie ihr euch fühlt, so seid ihr.

Alle Eindrücke, die ihr durch eure fünf Sinnesorgane wahrnehmt, werden erst in Gefühle umgewandelt und erreichen so den Nährboden eures Unterbewusstseins in Form eines Gefühlskeimes, der sich festsetzt und wurzelt. Alles, was ihr wollt, das sich in eurem Unterbewusstsein fest verankert, solltet ihr versuchen, diesem durch Gefühle zu vermitteln. Aber hütet euch vor negativen Gefühlen wie Angst, Neid, Hass, Rache. Auch diese werden als Samen in euren Nährboden eingehen, wurzeln und wachsen. Euer Körper wird den negativen

Früchten Entfaltung verleihen, indem ihr z. B. krank werdet.

Lasst nur positive Gefühle, Gefühle der Freude, der Liebe in euch ein, und ihre Früchte werden sich so entfalten.

Denkt immer daran: Was auch immer ihr mit euren fünf Sinnesorganen aufnehmt, es stellt sich sogleich ein Gefühl ein, und genau so werden die Daten im Unterbewusstsein gespeichert. Das trifft aber auch zu, wenn ihr euch etwas vorstellt oder etwas denkt. Ebenso, wenn ihr euch an etwas erinnert. Egal, an was ihr euch erinnert oder an was ihr denkt, es löst immer ein Gefühl aus. Gefühle sind die ICH-Seite eines jeden Erlebens. Sie sind eine Reaktion der Seele auf alle von innen oder außen empfangenen Reize.

Und immer ist da eine zuerst ins Bewusstsein gekommene Empfindung. Ein Gedankengang oder eine geistige Vorstellung, die die Gefühlsregungen auslösen. Jedes Gefühl entspringt daher einem Inhalt eures Bewusstseins oder einer geistigen Idee. Wenn ihr eure Gefühlsebene steuern möchtet, müsst ihr eure Gedanken steuern. Indem ihr den Inhalt eurer Gedanken festlegt, seid ihr imstande, Angst durch Liebe, Böswilligkeit durch guten Willen, Traurigkeit durch Freude und Unausgeglichenheit durch inneren Frieden zu ersetzen. Schaltet euer Denken, sobald sich ein negatives Gefühl in euch

regt, sofort auf etwas Positives um. Denkt positiv und erzeugt so ein positives Gefühl!

Alle Gefühle haben auch eine Auswirkung. Sicher ist euch schon einmal aufgefallen, wie Angst euer Gesicht rötet, auf eure Verdauung schlägt, euer Herz belastet und schließlich in euren Augen sichtbar wird. Sicher habt ihr auch schon die Wende erlebt, wenn sich herausstellt, dass das, wovor ihr Angst hattet, ein Missverständnis und euer Kummer grundlos war. Jede unter einem negativen Aspekt ausgelöste Gefühlsregung ist zerstörerisch und macht euch krank. Ihr könnt negative Gefühlsregungen nicht verdrängen. Versucht ihr dies, so löst ihr einen Stau aus. Ihr könnt Gefühlsregungen nicht unterdrücken und nicht in andere Bahnen lenken. Das negative Gefühl staut sich und schließlich wird euer Ventil platzen. Doch in der ganzen Phase des Verdrängens werdet ihr von Tag zu Tag geistig und körperlich mehr krank.

Kommt ein negativer Gedanke, ein negatives Gefühl auf, solltet ihr dies nicht unterdrücken und bekämpfen, sondern einfach durch einen positiven Gedanken, durch ein positives Gefühl überschreiben. Denkt immer daran, dass das Positive stärker ist als das Negative, denn das Positive ist von Natur aus göttlich. Hassgefühle gegenüber anderen Menschen zeugen von geistiger Unreife und schaden nur demjenigen, der sie fühlt, also euch selbst. Dasselbe gilt für alle negativen

Gefühle wie Neid, Angst, Wut, Zorn, Habgier usw. Habt keine solchen negativen Gefühle und ihr schadet euch nicht selbst.

Die Gefühle werden nicht unmittelbar vom Verstand, sondern vom Handeln bestimmt. Dabei ist es gleichgültig, ob sie geistig oder körperlich aktiv werden.

Denkt immer daran: Für die Umwandlung eines negativen Gefühls in ein positives Gefühl kann ein Gedanke ein ebenso wirksamer Anreiz sein wie eine Handlung. In diesem Fall geht eine Handlung, sei sie körperlich oder geistig, dem Gefühl voraus.

Wir lächeln uns glücklich

Beginnt jeden Tag mit einem Lächeln. Stellt euch vor den Spiegel und lächelt euch selbst zu. Ein morgendliches Lächeln, das durch das Hochziehen der Backen kommt und mindestens 60 Sekunden andauern soll, stimmt den Körper positiv. Dies wird auch durch die Forschung bestätigt. Es gibt euch ein gutes Gefühl, das anhält. Lache das Leben an und es lacht zurück. Ein solches Lachen signalisiert dem Gehirn, dass es etwas gibt, worüber man sich freut. Die Grunderkenntnis dieser Technik, die als „facial feedback“ bekannt ist, die Simulation des Gefühls, kann das Gefühl erzeugen. Erzeugt also Gefühle der Freude, lächelt vor dem Einschlafen, auch wenn es im Dunkeln keiner sieht. Ihr könnt die Freude spüren.

Der allumfassende Geist

„Was ist ein allumfassender Geist?“, das werdet ihr euch nun fragen.

Unter dem allumfassenden Geist versteht man einen Geist, der allmächtig ist, der alles weiß, der alles kann. Ein Geist, der über sich selbst hinausgeht und mit allen anderen Geistern auf der ganzen Welt in Kontakt treten kann, und das an jedem Ort der Welt. Einfach ausgedrückt, könnt ihr mit eurem allumfassenden Geist mit einem Japaner in Tokio Kontakt aufnehmen und dessen Wissen abfragen. Hellsehen, Hellhören, Telepathie, Tele-PSI sind Kommunikationsmedien des allumfassenden Geistes.

Viele Geistliche, Psychologen und Menschen, die am Geistesleben interessiert sind, forschen seit Hunderten von Jahren an unserem allumfassenden Geist und lernen seine Funktionen stückchenweise kennen. Einige beginnen sogar, die mächtigen Möglichkeiten des allumfassenden Geistes, zumindest in Teilbereichen, zu nutzen. Die meisten Menschen sind immer noch stark von ihrer Erziehung geprägt, die ihnen weisgemacht hat, dass es nur das gibt, was man sehen, hören, schmecken, riechen und ertasten kann, also alles, was man durch die fünf Sinnesorgane aufnehmen kann, und vor allem das, was unser bewusster Geist erfassen kann. Das ist völlig falsch und eine solche Weltanschauung ist überholt.

Stellt euch die Menschen im antiken Rom vor, die vor 2.000 Jahren gelebt haben. Niemand von diesen Menschen hätte je geglaubt, dass einmal elektrischer Strom die Städte zum Leuchten bringen würde. Ihnen war das Phänomen Strom unbekannt. Und auch die Wissenschaft der Atome war gänzlich unbekannt. Genauso wie damals können die Menschen auch heute den elektrischen Strom sowie einzelne Atome nicht sehen oder riechen. Die moderne Wissenschaft jedoch hat den Strom wie auch die Atome erforscht und deshalb wissen wir heute, dass es beide gibt. Obwohl wir beides nicht verstehen, nicht sehen oder riechen können, haben wir immer mehr gelernt, wie wir diese nutzen können, und haben die vielen Nutzungsmöglichkeiten bereits wirtschaftlich ausgebeutet.

Auch den allumfassenden Geist könnt ihr nicht sehen oder riechen, ihr könnt ihn mit eurem bewussten Denken nicht begreifen. Ihr könnt aber lernen, ihn zu nutzen und wirtschaftlich auszubeuten wie den elektrischen Strom. Der erste Schritt dafür ist es, an ihn zu glauben. Zu akzeptieren, dass es einen allumfassenden Geist gibt, mit welchem eure tiefen Geistesschichten kommunizieren können.

Sprecht ihn an, nehmt mit ihm Kontakt auf, bittet ihn, euch zu helfen. Was es auch immer ist, wofür ihr um Hilfe bittet, der allmächtige Geist kann euch jeden Wunsch erfüllen.

Ihr müsst euch euren allumfassenden Geist vorstellen können. Wie euer ganzes Leben ist auch der allumfassende Geist in eurem Leben als Vorstellung präsent, wenn ihr an ihn glaubt, ihn akzeptiert.

Ein Beispiel: Während ich hier gerade diese Zeilen schreibe, die Buchstaben auf der Tastatur mit meinen Fingern berühre, sehe ich auch auf meinen alten Schreibtisch, der vor mir steht. Es ist ein antiker Schreibtisch aus dunklem Holz mit Schnitzereien darauf.

Ich sehe einen kompakten Schreibtisch aus massivem Holz vor mir. Aber die moderne Wissenschaft hat bereits bewiesen, dass jede Materie aus Atomen besteht und diese Atome alle einen winzigen materiellen Kern haben. Der Rest dieses großen Atoms besteht aus seiner annähernd leeren Hülle.

Es ist wohl so, dass mein Schreibtisch annähernd nur aus Leere besteht, obwohl ich ihn so massiv vor mir sehe. Ich sehe nicht nur die winzigen Atomkerne, die jede Materie ausmachen, sondern ich sehe auch den großen leeren Raum der Atomhülle. Warum sehe ich nicht die vielen leeren Luftlöcher zwischen den Atomkernen, zumal diese ja viel größer als der Kern selbst sind?

Ganz einfach: Ich sehe, was ich sehen will. Aus der wenigen Materie stelle ich mir den leeren Atomraum einfach nur vor und sehe einen kompakten Holztisch. Mein kluger Geist erstellt

automatisch eine Vorstellung. Mein Geist hat die fehlenden Teile einfach zu einem Bild ergänzt.

Wenn ihr euren bewussten und unterbewussten Geist ausgebildet habt, den allumfassenden Geist akzeptiert, könnt ihr euch öffnen und noch tiefere Geistesschichten als die des Unterbewusstseins erreichen, die Schichten des allumfassenden Geistes. Ihr könnt ihn euch zunutze machen. Probiert es aus, seid ausdauernd, und ihr werdet Wunder erleben.

Es gibt eine Vielzahl an Beweisen, dass Menschen sich telepathisch mit anderen Menschen verbinden und mit ihnen kommunizieren können, und das auch über weite Entfernungen hinweg.

Immer wieder haben Experimente gezeigt, wie Menschen zugedockte Karten lesen konnten, und das auch an verschiedenen Orten.

Es gibt Menschen, die haben um sich einen imaginären Stab beratender Köpfe gebildet, die beratenden Geister. Sie stellen sich geistig vor, sie säßen mit ihren Beratern an einem Tisch und führten geistige Diskussionen über Themen, die ihnen wichtig sind. Und sie hörten die Berater reden. Diese Menschen bilden sich dies nicht nur ein, sondern sie sprechen tatsächlich mit ihnen, entscheiden gemeinsam mit ihnen und sind erfolgreich. Über die Bildung solch eines fiktiven

Rats an beratenden Geistern werde ich in einem späteren Kapitel noch genauer zu sprechen kommen.

Es gibt eine Menge an geistigen Phänomenen, die wir mit unserem bewussten Geist nicht erklären können, zumindest bis heute nicht, aber ihr müsst daran glauben, solange sie gut für euch sind und euch helfen können. So glaubt auch ihr an einen allumfassenden Geist, einen übergeordneten Geist, einen, der mit allen Geistern verbunden ist, einen Geist, der alles vermag und den ihr euch zunutze machen könnt, wenn ihr an ihn glaubt.

Die Harmonie unserer beiden Geister

Sobald eure Gedanken, das Bewusstsein, der bewusste Geist, und eure Gefühle, also das Unterbewusstsein, der unterbewusste Geist, zu einer Einheit verschmelzen, herrscht völlige Harmonie zwischen beiden Geistern und es entsteht ein subjektiver Glaube, der Berge versetzen wird und wahre Wunder hervorbringt. Dann leben wir in Übereinstimmung mit uns selbst. Dies ist eines der höchsten Ziele, die ihr erreichen müsst, damit ihr gesund, erfolgreich und glücklich seid.

Gebete

Glauben heißt nichts anderes, als eine bestimmte Tatsache oder einen gewünschten Zustand für wahr und bereits verwirklicht zu halten. Wenn es euch gelingt, in tiefem Glauben zu denken, werden eure Wünsche erfüllt werden.

Die gängigste Form von Autosuggestion oder Selbstsuggestion ist das Gebet. Wenn ihr betet, tut ihr nichts anderes, als mit euch selbst, mit eurem Unterbewusstsein zu sprechen. Man könnte auch sagen, dass Gebete die bildliche Vorstellung von Wünschen an uns selbst sind.

Wenn ihr betet, sagt ihr euch eure Wünsche immer und immer wieder vor, bis sie sich fest in eurem Nährboden im Unterbewusstsein eingepflanzt haben. Die Erfüllung euer Gebete ist gleich der Entfaltung euer Wünsche durch euren Körper.

Es gibt die verschiedensten Formen, wie Menschen beten. Doch für welche Form auch immer ihr euch entscheidet, alle haben sie eines gemeinsam: Sie sind die einzige bekannte Art, wie wir Menschen mit unserem Unterbewusstsein, mit unserem Lenker, mit unserem Gott, in Kontakt treten können. Nur wenn ihr an die Macht der Gebete glaubt, wenn ihr an die Macht eures Unterbewusstseins glaubt, werden eure Gebete auch wirksam werden, eure Wünsche in Erfüllung gehen. Das Ausmaß der

Wirksamkeit von Gebeten hängt vom Grad der Gläubigkeit ab. Es ist wichtig, dass ihr das, wofür ihr betet, das, was ihr euch wünscht, als bereits erfüllt und eingetroffen anseht. Macht eurem Unterbewusstsein etwas vor, vermittelt ihm glaubhaft, dass alle Gebete bereits eingetroffen und erfüllt sind. Nur wenn es eure Wünsche als eingetroffen ansieht, kann es sich ein genaues Bild vom Ziel machen und euch euren Wunsch erfüllen. Gebete sind keine Wünsche, sondern bereits erfüllte Wünsche.

Geistliche sagen des Öfteren, Gebete sind eine Meditation mit sich selbst.

Unterbewusst sprechen wir während des Tages immer wieder mit uns selbst, mit unserem Unterbewusstsein. Oft werden solche Gespräche, wenn sie laut geführt werden, als Selbstgespräche beschrieben, doch das sind sie nicht. Ihr solltet mindestens zweimal täglich, mindestens fünf Minuten lang, bewusst beten, bewusst mit euch selbst sprechen, bewusst mit eurem Unterbewusstsein sprechen. Die besten Zeiten dafür sind kurz vor dem Einschlafen oder während des Aufwachens, da in dieser Zeit die Kontaktaufnahme mit unserem Unterbewusstsein am besten gelingt.

Die Wünsche, für die ihr in euren Gebeten bittet, sollten immer positiv, konstruktiv, lebensbejahend sein, damit sie auch erfüllt werden. Auch beim Beten ist die Tugend der Beharrlichkeit der Garant

dafür, dass eure Gebete wirksam werden. Wenn eure Gebete oder Selbstgespräche auch oft nicht sofort wirksam werden, betet beharrlich weiter, dann werden sie in Erfüllung gehen.

Malt euch eure Wünsche in euren Gebeten farbenfroh mit so vielen Bildern wie nur möglich aus. Je genauer ihr euch euren Wunsch vorstellt, desto genauer wird euer Unterbewusstsein diesen erkennen und erfüllen können.

Wenn ihr zum Beispiel dafür betet, dass ihr in der nächsten Schulaufgabe die Note Eins schreibt, so stellt euch vor, wie ihr alle Fragen entspannt beantwortet, wie euer Kugelschreiber die Antworten auf alle Fragen korrekt auf das Probenblatt schreibt. Dann stellt euch vor, wie der Lehrer euch die Schulaufgabe retour gibt und erwähnt, dass ihr eine Eins geschrieben habt, und wie er euch gratuliert. Stellt euch euer Gebet immer als bereits erfüllt vor. Denkt und fühlt euch am Ziel eurer Wünsche.

Beten ist immer eine Geduldsprobe, aber glaubt mir, alle Gebete, Wünsche, gehen in Erfüllung, solange man beharrlich ist und fest daran glaubt, dass der Wunsch bereits erfüllt ist. Wenn ein Gebet wirksam sein soll, muss ein harmonisches Zusammenspiel zwischen den bewussten und unterbewussten Kräften stattfinden, welche sodann beide gemeinsam zum Erreichen eines bestimmten Ziels eingesetzt werden.

Immer, wenn die Menschen in großer Not sind, körperlich oder geistig leiden, beginnen sie zu beten und an die Kraft der Gebete zu glauben, da sie instinktiv wissen, dass es diese gibt.

Warum tun sie es dann nicht jeden Tag, wenn sie doch sowieso daran glauben?

Betet nicht nur in großer Not, sondern macht das Gebet zum täglichen Ritual, am besten vor dem Einschlafen und während des Erwachens.

Nicht der Inhalt, der Gegenstand, der Wunsch eines Gebetes ist es, der die Gebete der Menschen wirksam werden lässt, sondern vielmehr, wenn das Unterbewusstsein auf die Vorstellungen, die Wünsche, die Gebete, reagiert, die Wünsche also in seinen Nährboden einpflanzt, damit diese dort wurzeln und sich durch den Körper entfalten. Euer ganzes Leben ist das Spiegelbild eures Glaubens. Unser Glaube ist dasselbe wie unsere Überzeugung. Wir sind das, was wir glauben. Unser Körper und unser Geist sind das, was wir glauben zu sein.

An dieser Stelle möchte ich noch betonen, dass ich das Wort Glaube hier nicht im religiösen Sinne verwende. Glaube heißt für mich einfach nur Gedanken. Alles, was ich in diesem Buch beschreibe, hat nichts mit Religion zu tun. Es sind natürliche Gegebenheiten, Naturgesetze, die für jeden Menschen dieser Welt gleich gelten.

Unsere Wünsche sind identisch mit unseren Gebeten. Gebete sind Wünsche. Und Wünsche werden erfüllt werden, wenn wir beten, wenn wir daran glauben.

Im Gebet formuliert ihr einen auf ein bestimmtes Ziel gerichteten Gedanken und sagt ihn euch immer und immer wieder vor. Gedanken und Gebete sind ein und dasselbe. Gedanken und Wünsche sind ein und dasselbe.

Denkt immer daran: Wer für Wasser betet, wird kein Salz erhalten. Ihr werdet immer das erhalten, für was ihr betet.

Jedes eurer Gebete wird erhört werden, wenn ihr im tiefen Glauben an die Existenz, an den unterbewussten Geist seid. Der Weg des Geistes führt vom Gedanken zum Gegenstand, vom Glauben zur Vergegenständlichung. Das Wichtigste beim Beten ist, dass ihr ein klares Bild von eurem Wunsch im Kopf habt, denn wenn ihr das nicht habt, können eure Gebete auch keine klare Wirkung entfalten. Eurem Geist fehlen ohne ein konkretes Bild eures Wunsches die Richtung und das Ziel.

Der Gegenstand eures Gebetes muss in eurem Kopf bereits als farbenfrohes Bild vorhanden sein, denn sonst kann euer Unterbewusstsein euren Wunsch nicht erfassen und auch nicht erfüllen. Seid völlig entspannt, entfaltet ein Gefühl innerer Ruhe und seid in dem festen Glauben, dass eure Gebete erhört werden. Dann werden sie auch erhört werden.

Im Folgenden beschreibe ich ein paar verschiedene Gebetsformen.

Die Filmtechnik ist eine weit verbreitete Gebetsform. Betet euch einen Film vor, bei welchem ihr der Drehbuchautor und Regisseur seid und auch die Hauptrolle spielt.

Auch bei der Film-Gebetstechnik ist es wichtig, dass ihr das Erwünschte als bereits eingetroffen anseht. Denkt und fühlt euch am Ziel eurer Wünsche.

Der Film könnte zum Beispiel heißen: „Ich bekomme im nächsten Zeugnis eine Note 1 in Mathematik“. So, nun steht euer Ziel fest. Ihr wollt dafür beten, dass ihr im nächsten Zeugnis eine Note 1 in Mathematik bekommt. Abends versetzt ihr euch, wie immer, in den Zustand des Dösens. Kurz vor dem Einschlafen lasst ihr einen Film Revue passieren. In diesem Film seht ihr, wie ihr am Tag der Zeugnisvergabe vor dem Lehrer steht und der Lehrer euch das Zeugnis überreicht mit den Worten, dass er sehr stolz auf euch ist, weil ihr eine Note 1 in Mathematik geschrieben habt. Ihr freut euch, nehmt das gute Zeugnis entgegen und setzt euch wieder. Cut. Die nächste Szene. Ihr zeigt das gute Zeugnis euren Eltern und diese belohnen euch für die Note 1 in Mathematik.

Denkt immer daran: In einem Film-Gebet seid ihr der Filmmacher und bestimmt das positive Ende des Filmes schon vorab.

Diese Filmmethode lässt sich auf viele Beispiele anwenden. Stellt euch geistig vor, wie euer Wunsch in Erfüllung geht. Malt euch dieses Film- Gebet

mit vielen Bildern aus, sodass es der Wirklichkeit nahekommt. Denkt und fühlt euch in den Film hinein und freut euch über die Erfüllung eures Wunsches. Seht euren Wunsch als bereits erfüllt an und schlaft in dem freudigen Glauben ein, dass euer Wunsch bereits erfüllt wurde.

Eine weitere Form des Betens, die vor allem in den christlichen Kirchen angewandt wird, ist die Gesangstechnik. Bei dieser Gebetsform werden Gebete in Lieder verfasst und gemeinsam laut gesungen.

Ihr müsst kein Christ sein und nicht in die Kirche gehen, um diese Technik für euch selbst zu nutzen. Verfasst ein Gebet in ein Lied und abends, wenn ihr schlafen geht, entspannt ihr euch geistig wie körperlich. Sagt euch vor, dass ihr körperlich und geistig völlig entspannt seid, dann verfasst ihr euren Wunsch in ein kurzes Lied und singt es euch selbst immer wieder vor, bis ihr einschlaft. Seht euren Wunsch dabei als erfüllt an. Natürlich könnt ihr euch zu eurem Liedtext auch Bilder vorstellen, quasi ein Musical daraus machen, dies verstärkt die Wirkung eures Gebetes.

Eine andere Form des Betens, welche ich selbst gerne anwende, ist die Beschlusstechnik.

Bei dieser Form des Betens beschließt ihr etwas, entspannt euch geistig und körperlich und sagt euch euren Beschluss immer und immer wieder

vor, in dem festen Glauben, dass euer Beschluss bereits Wirklichkeit geworden ist.

Zum Beispiel: „Ich werde nie wieder in der Nase bohren.“ Beschließt ein für allemal, mit dem Nasenbohren aufzuhören, und sagt euch euren Beschluss immer wieder vor. Auch hier gilt es, wie immer, in einem Dämmerzustand zu beten, also kurz vor dem Einschlafen oder beim Aufwachen. Alles, was ihr beschließt, sagt ihr euch einige Male vor und ihr werdet sehen, dass ihr im täglichen Leben immer wieder von eurem Unterbewusstsein erinnert werdet, was ihr beschlossen habt, so lange, bis ihr endlich einen Erfolg verbucht und einen anderen, einen neuen Wunsch beschließt.

Eine weitere Technik für das Beten ist das Bittgebet. Bei dieser Technik bittet ihr euer Unterbewusstsein um die Erfüllung eurer Wünsche. Bittet für all das, was ihr erhalten möchtet, und glaubt daran, dass alle eure Bitten auch im selben Zug erfüllt werden. Eine weitere sehr verbreitete Gebetsmethode ist die Danktechnik. Wie immer versetzt ihr euch in einen entspannten Zustand. Wenn Körper und Geist völlig entspannt sind, dankt ihr eurem großen Ich, oder Gott, oder eurem Unterbewusstsein, dass es euch euren Wunsch erfüllt. Stellt euch euren Wunsch in allen Details vor. Dankt ihm für jeden kleinen Schritt, der bis zur Wunscherfüllung nötig ist und seht euren Wunsch als bereits erfüllt an. In der dauernden Wiederholung des Dankes, dass euer

Wunsch erfüllt worden ist, wird der Dank wahre Wunder bewirken. Ihr könnt eurem Lenker, eurem Unterbewusstsein, nicht oft genug dafür danken, dass ihr gesund, erfolgreich und glücklich seid. Vor allem solltet ihr eurem Lenker dafür danken, dass er euch jeden Morgen aufs Neue einen Tag Leben schenkt, dass er immer seine Arbeit tut, euren Körper am Leben zu erhalten, und das alles ohne Rast und ohne Ruhe.

Denkt immer daran: Euer Wunsch ist euer Gebet. Stellt euch eure Wünsche deshalb immer bilderreich und als bereits erfüllt vor, und auch ihr werdet die Wunder der Gebete erfahren.

Lasst euch in der sicheren Erwartung, euren Wunsch erfüllt zu sehen, von einem Gefühl unendlicher Ruhe und Freude durchströmen.

Denkt immer daran: Gefühle sind hunderttausend Mal stärker als Gedanken. Drückt ihr einen Satz durch ein Gefühl aus, ist es so, als hättet ihr diesen Satz hunderttausend Mal wiederholt. Das Unterbewusstsein nimmt alles mittels Gefühlen auf, alle wörtlichen Gebete werden in Gefühle umgewandelt, alle Gedanken werden in Gefühle umgewandelt, also übersetzt, damit euer Unterbewusstsein sie versteht und abspeichern kann.

Die Visualisierung sagt mehr als tausend Worte. Mit welcher Form ihr auch betet, welche Sätze ihr

euch vorsagt, welche Gefühle ihr bewusst fühlt: Stellt euch eure Wünsche als Bilder vor und, vor allem, als bereits eingetroffene Bilder, und ihr habt einen tausendfachen Effekt.

Vermeidet beim Beten jeden Zwang, jedes gewaltsame Durchdrücken eurer Wünsche. Gewalt wir immer Gegenwehr hervorrufen. Schlaft ein und wacht auf mit der Zuversicht, dass eure Gebete erhört wurden, und gebt eurem Unterbewusstsein Zeit, eure vielen Wünsche zu erfüllen. Seid beharrlich im Gebet. Alles kommt zu dem, der warten kann, auch die Erfüllung seiner im Gebet erteilten Wünsche an das Unterbewusstsein.

Was ihr beschließt und als wahr anerkennt, wird sich durch euer tägliches Gebet erfüllen. Entscheidet euch also für Gesundheit, für Harmonie, für Erfolg, für Glück, für Wohlstand und euch wird all das zuteil werden. Denn was ihr denkt, das glaubt ihr, was ihr glaubt, das fühlt ihr, und ihr seid, wie ihr euch den ganzen Tag über fühlt. Euer Leben ist die Summe eures Denkens und Fühlens.

Ein Mann, der immer gut drauf war, vor Gesundheit strotzte und offensichtlich glücklich und erfolgreich war, erzählte mir einmal, dass er sich jeden Morgen Folgendes vorsagt: „Ich bin völlig gesund, erfolgreich und glücklich. Voll von Liebe und Harmonie.“ Er sagte sich dies während des Tages immer wieder vor, bis ihn seine Gedanken zu

dem machten, was er sich immer wieder vorgesagt hatte.

Ich selbst spreche immer wieder mit meinem Lenker, meinem Unterbewusstsein, und beauftrage es mit der Lösung meiner Probleme. Oft hat es mir tatsächlich geholfen.

Glauht an eure Gedanken, an eure Wünsche, an eure Gebete, denn euer Unterbewusstsein ist ständig für euch bei der Arbeit. Lasst es nicht unnötig arbeiten, gebt ihm gezielte Anweisungen, damit euer Wunsch in die richtigen Bahnen gelenkt wird.

Die Erleuchtung kommt nicht immer gleich in der ersten Minute, in der ersten Nacht oder am folgenden Tag. Bis ihr auf eure Gebete eine Antwort bekommt, können Tage, ja Wochen vergehen, aber lasst euch nicht entmutigen. Bleibt beharrlich, bittet jeden Abend vor dem Schlafengehen euer Unterbewusstsein aufs Neue um die Erfüllung eurer Wünsche. Tut dies so, als wäre es das erste Mal, als hättet ihr noch nie zuvor diesen Wunsch gehabt und dafür gebetet.

Das Wichtigste dabei ist, dass ihr euch nach dem Beten in der vollen Überzeugung schlafen legt, dass die Antwort bereits gefunden ist. Nachfolgend habe ich einen Vorschlag für ein Gebet aufgeschrieben, das für die Gesundheit, den Erfolg und das Glück ist. Abends legt ihr euch

schlafen und im dösenden Zustand spricht ihr euer Unterbewusstsein mit folgendem Gebet an:

„Meine Füße sind entspannt. Meine Knöchel sind entspannt, meine Beine sind entspannt, mein Gesäß ist entspannt, meine Bauchmuskeln sind entspannt. Herz und Lungen sowie alle Organe und mein ganzer Korpus sind entspannt. Meine Arme sind entspannt, meine Hände sind entspannt, mein Nacken ist entspannt, mein Kopf ist entspannt. Mein Geist ist entspannt. Ich bin körperlich und geistig völlig entspannt.

Ich bin nun bereit, mit dir, mein großer Geist, zu sprechen. Öffne dich bitte für meinen Wunsch, den Wunsch nach völliger Gesundheit, nach Erfolg und nach Glück.

Du hast mich nach dem göttlichen Vorbild erschaffen. Bitte erschaffe nun meinen Geist und meinen Körper von Neuem nach dem göttlichen Vorbild.

Lasse die mir innewohnende Heilskraft durch jede Zelle, jeden Nerv, jedes Gewebe, jeden Knochen, jedes Atom, einfach durch jeden Bestandteil meines Körpers fließen und ordne alles wieder nach dem vollkommenen Bild Gottes.

Ich fühle, wie die Energie der Heilskraft meinen Körper durchströmt und das Werk verrichtet. Ich fühle, wie die Energie meinen ganzen Körper durchströmt und nach dem göttlichen Vorbild neu

ordnet. So und nicht anders geschieht es genau jetzt.

Alle Bestandteile meines Körpers sind nun offen für die heilende Kraft und empfangen diese freudig.

Ich fühle, wie die Heilkraft meinen ganzen Organismus erfüllt und ihn von Neuem schafft, ihm Gesundheit bringt.

Entfalte die mächtige Heilkraft und dessen Wirksamkeit nun in meinem ganzen Körper, auf dass jeder Bestandteil meines Körpers völlig gesund ist.

Du, der du in deiner unendlichen Weisheit alle Lebensvorgänge in meinem Organismus steuerst, verleihst mir dank deiner Macht jetzt einen gesunden Körper und einen gesunden Geist.

Ich fühle, wie du mich soeben körperlich und geistig gereinigt hast, wie du alles, jeden Bestandteil meines Körpers und meines Geistes, in die göttliche Ordnung gebracht hast, und mein Körper und mein Geist nun völlig gesund sind. Du hast mich nun völlig gesund gemacht und scheidest alles Kranke aus. Ich danke dir, dass deine Heilkraft meinen ganzen Körper durchdrungen hat und auch weiter wirksam bleiben wird, sodass ich nun völlig gesund bin und auch weiterhin gesund bleibe.

Ich danke dir, dass du mir hilfst, damit mein Erfolg sich von Tag zu Tag steigert. Dank dir und deiner Macht bin ich erfolgreich. Ich werde immer reicher und wohlhabender. Meine Ideen, die du

mir bewusst werden lässt, sind Millionen wert. Ich danke dir, dass du mir morgen, und auch an allen folgenden Tagen meines Lebens, diese millionenbringenden Ideen bewusst werden lässt.

Ab sofort habe ich alle Blockaden abgeschafft, die meinen Erfolg und Wohlstand blockieren. Jeden Tag werde ich mich, solange ich wach bin, erfolgreich fühlen.

Wache du über alle meine Handlungen, damit sie stets erfolgreich sind. Gib mir alle wichtigen Entscheidungen im richtigen Moment preis, damit meine Unternehmungen erfolgreich und gewinnbringend sein werden. Ich fühle mich identisch mit deinem Reichtum. Ich bin mir jede Sekunde meines Wertes bewusst und auch, dass ich erfolgreich bin. Geld und Reichtum kommen zu mir aus dem ewigen Brunnen. So geschieht mir jetzt und an jedem Tag meines Lebens. Du ordnest mein ganzes Leben, damit ich morgen und an allen folgenden Tagen meines Lebens glücklich sein werde.

Alles wendet sich jetzt zu meinem Besten. Ich fühle mich glücklich. Alle meine Tage werden von jetzt an von Glück erfüllt sein und ich werde glücklicher als je zuvor sein.

Deine göttliche Weisheit lenkt mich auf glücklichen Wegen und dein mächtiger Segen ruht auf allem, was ich beginne, damit es glücklich verlaufe. Sobald meine Gedanken nicht mehr auf Gesundheit,

Erfolg und Glück gerichtet sind, wirst du mich daran erinnern, dass ich sofort wieder positiv denke. Die Liebe umgibt mich und beschützt mich vor allem Schlechten. Ich ziehe alles Glück an. Ich bin gesund, erfolgreich und glücklich.“

Das war nur ein Beispiel für ein Gebet, das ich mir selbst zusammengestellt habe. Ihr könnt euch eines selbst zusammenstellen, je nach euren Wünschen.

Ihr könnt eure Gebete auch während des Tages verstärken, indem ihr euch die Schlagwörter immer wieder vorsagt. Sagt euch viele Male am Tag selbst das Wort Erfolg, das Wort Glück und das Wort Gesundheit vor. Wiederholt immer wieder diese Worte. Sagt jedoch niemals, ich bin gesund, ich bin erfolgreich oder ich bin glücklich, denn das kann Widerstand in euer Gebet bringen, wenn ihr es nicht seid. Sagt euch nur immer wieder die Worte Gesundheit, Erfolg und Glück vor. Denkt daran: Würdet ihr sagen, ich bin reich und dies stimmt nicht, dann habt ihr ein negatives Gefühl, da ihr euch selbst belügt. Dieses Gefühl prägt sich euer Unterbewusstsein ein.

Euer Unterbewusstsein spricht mit der Sprache der Gefühle. Ihr könnt es nicht belügen, ihm mit Worten nichts vormachen. Es hört nicht auf eure Worte, sondern nur auf eure wahren Gefühle, auf die Wahrheit.

Denkt immer daran: Wenn ihr betet, gleichzeitig aber daran zweifelt, dass euer Gebet in Erfüllung geht, so betet ihr umsonst und eure Gebete sind reine Lippenbekenntnisse.

Wenn ihr betet, müssen eure Vorstellungen bilderreich sein. Eure Worte müssen voll Liebe und Gefühl sein.

Je mehr ihr von der Wahrheit dessen, für was ihr betet, überzeugt seid, desto mehr Kraft hat euer Gebet und desto wirksamer wird es sein. Es gibt viele Menschen, die sich wünschen, an etwas zu glauben. Aber sie glauben nicht wirklich daran, sie verwechseln den Wunsch mit wirklichem Glauben. Wahrer Glaube tritt dann ein, wenn ihr das, was ihr glaubt, innerlich als wahr und eingetroffen akzeptiert, wenn ihr nach eurem Glauben lebt und ihn als Realität anerkennt. Wollt ihr wirksam beten, dann müsst ihr fest daran glauben, dass eure Wünsche in eurem Geist bereits vorhanden sind, und alles, was ihr erfahren werdet, vorab geistige Realität ist.

Ihr könnt euer ganzes Leben ändern, wenn ihr betet und somit eurem Unterbewusstsein eure Wünsche einpflanzt.

Denkt immer daran: Beten ist nichts anderes, als dass ihr euch mit eurem Unterbewusstsein unterhaltet. Beginnt am besten gleich damit. Beginnt, eurem Unterbewusstsein eure Wünsche

mitzuteilen, so beginnt ihr, euch eure eigenen Wünsche zu erfüllen. Der Anfang ist der Gedanke. Indem ihr den Anfang ändert, ändert ihr auch das Ende. Vergesst nie den Satz von Jesus Christus: „Nach eurem Glauben wir euch gegeben.“ (Matthäus 9,28–29)

Die Vorstellung des Verwirklichten

Wenn ihr euch durch Autosuggestion selbst etwas einsagen und somit die Bemühungen eures Unterbewusstseins in eine Richtung lenken möchtet, dann solltet ihr euch dazu viele farbenfrohe Bilder machen, euch das Erwünschte bereits als gegeben vorstellen, also euch am Ziel eurer Wünsche sehen. Je mehr Bilder ihr euch dazu im Geiste vorstellt, desto mehr prägt sich euer Ziel ein.

Ihr solltet so tun, als wäre euer Wunsch bereits in Erfüllung gegangen. Ihr müsst euch so fühlen. Fühlt euch gesund, fühlt euch erfolgreich, fühlt euch glücklich, und ihr werdet gesund, erfolgreich, und glücklich sein, denn so wie ihr euch fühlt, so denkt ihr, und so wie ihr denkt, so seid ihr.

Wenn ihr euch eine große Villa wünscht, stellt euch vor, wie ihr gerade einzieht. Geht in eurer Villa umher, seht euch alles an, so wie ihr es haben wollt. Richtet eure Villa so ein, wie ihr sie einrichten wollt. Lebt täglich in dem Gefühl, der Besitzer der Villa zu sein, und euer Unterbewusstsein wird sich diesen Wunsch so stark einprägen, dass es alles daran setzen wird, eure Gedanken und körperlichen Aktionen danach auszurichten, damit ihr schnellstmöglich am Ziel seid.

Jeden Wunsch solltet ihr euch als bereits erfüllt vorstellen. Malt euch im Geiste farbenfrohe Bilder

eures Wunsches aus. So festigt ihr diesen Wunsch in eurem Unterbewusstsein. Glaubt fest daran, dass euer Wunsch in Erfüllung geht. Zweifelt nicht daran. Schlaft mit euren Wünschen ein und träumt davon, so werden diese bald in Erfüllung gehen. Allein die Vorstellung des erfüllten Wunsches lässt den Wunsch in Erfüllung gehen.

Denkt immer daran: Was euer Unterbewusstsein einmal akzeptiert hat, das wird es in Erfüllung bringen.

Der Glaube

Wunder bewirkt immer der Glaube selbst.

Wenn ihr an Gott glaubt, glaubt ihr an euch selbst, denn Gott ist euer Unterbewusstsein, Gott seid ihr selbst. Wenn ihr an Wunder glaubt, glaubt ihr an das Wunder in euch.

Denkt immer daran: Ihr werdet in eurem Leben genau das erfahren, was das Wesen eures Glaubens von Gott, von euch selbst ausmacht. Gott wird für euch immer zu dem, als was ihr ihn betrachtet. Ihr werdet immer zu dem, als was ihr euch betrachtet. Somit ist klar, dass es nur darauf ankommt, dass ihr euch selbst richtig seht. Es spielt keine Rolle, wie ihr euren Gott, euer Unterbewusstsein, nennt: Heilige Dreifaltigkeit, Schöpfer, Gott, Allweisheit, Unterbewusstsein, großer Geist, Überseele, unendliche Weisheit, subjektiver Geist, höchstes Wesen, Erschaffer des Universums, großes ICH, bester Freund oder wie auch immer. Ihr könnt eurem Unterbewusstsein jeden Namen geben, denn es wird immer ein und dasselbe bleiben.

Es kommt nur darauf an, dass ihr ehrlich an die große Macht in euch glaubt, dass ihr an euch selbst glaubt.

Glaubt fest daran, dass euer Lenker euch führt und leitet und eurem Leben die gesunde, erfolgreiche und glückliche Richtung gibt. Der Mensch ist Ausdruck seines wahren Glaubens. Glaubt ihr an

einen Stein, dessen Berührung euch die Heilung bringt, ist dies dasselbe, als glaubtet ihr, dass ein Prophet wie Jesus euch die Heilung bringt. Es ist immer der Glaube und niemals das Objekt, wodurch das Wunder bewirkt wird.

Woran ihr euren Glauben heftet, ist nicht ausschlaggebend, sondern dass ihr daran glaubt. So glaubt ihr immer an euch selbst.

Denkt immer daran: Alle eure Erlebnisse, eure Handlungen und alle Ereignisse und Umstände in eurem Leben sind nur eine Reaktion auf euren wahren Glauben. Vergesst nicht, was das Wort Glaube wirklich bedeutet: ein eurem Geist gegenwärtiger Gedanke. Und jeder Gedanke ist Glaube und wird sich verwirklichen.

Macht euch große und erfolgreiche Gedanken und ihr werdet große Taten erfolgreich vollbringen. Alle großen Männer haben sich große Ziele gesetzt, hatten große Gedanken.

Das Gesetz des Lebens und das Gesetz des Glaubens sind ein und dasselbe. Glauben heißt denken, in eurem Geist denken. Glaubt niemals an Dinge, die euch schaden oder euch verletzen könnten. Glaubt an die inspirierende, heilende, starke Macht eures Unterbewusstseins. Was immer ihr auch glaubt, es wird euch widerfahren. Glaubt und denkt nur an das, was ihr erhalten möchtet. Der Glaube ist es, der vor jeder Erfindung stand, denn ohne Glauben gäbe es keine Erfindungen. Glauben heißt im Grunde

nichts anderes als denken. Denken heißt, sich etwas vorzustellen, sich im Kopf ein Bild zu visualisieren oder ein Musikstück zu komponieren.

Ein Komponist hat ein Musikstück im Kopf, er hört es ganz deutlich, noch bevor die erste Note auf das Blatt geschrieben wird. Die Noten des Musikstückes machen den Glauben sichtbar. Und wenn das Musikstück dann auch noch vertont wird, so war es der Glaube an das Musikstück, der das Musikstück entstehen ließ.

Wenn ihr immer daran denkt, arm zu sein, werdet ihr sicher nicht reich werden, denn euer Glaube verwirklicht sich durch euer Unterbewusstsein. Ihr müsst fest daran glauben, erfolgreich zu sein, gesund zu sein, glücklich zu sein, und dieses nicht nur behaupten. Dann wird euer Unterbewusstsein sich an die Arbeit machen, euch euren Wunsch zu erfüllen.

Alles ist eine unterbewusste Überzeugung. Räumt der Vorstellung, dem Glauben, reich zu sein, gesund zu sein und glücklich zu sein, einen festen Platz in eurem Geist ein und nehmt euch Zeit, zu glauben. Eure wahre Quelle der Gesundheit, des Erfolges und des Glückes liegt in eurem Inneren, sie besteht aus euren Gedanken, eurem Glauben.

Denkt immer daran: Nur euer eigener Glaube allein kann die Barriere errichten, die euch von Gesundheit, Erfolg und Glück trennt. Beseitigt diese Hindernisse unverzüglich und glaubt fest an

Gesundheit, Erfolg und Glück. Glaubt an Reichtum. Ihr habt ein Recht auf Reichtum.

Wenn ihr euch um eine positive Einstellung zu euren Mitmenschen bemüht, schafft ihr die besten Voraussetzungen für Erfolg, denn um reich zu werden, benötigt ihr die Hilfe von vielen Menschen. Euer Unterbewusstsein zahlt euch gute Zinsen für euren Glauben an Reichtum. Reichtum ist keine Schande. Wenn ihr immer daran glaubt, reich zu werden, werdet ihr von Tag zu Tag reicher werden. Wenn ihr immer an Armut denkt, dann wird euch das Wenige, was ihr besitzt, auch noch genommen werden. Euer Glaube allein bestimmt euren Gesundheitszustand, euren Erfolg und euer Glück. Viele Menschen sind enttäuscht, wenn sie keinen Erfolg haben. Sie behaupten, sie hätten doch alles dafür getan, aber sie seien eben wohl kein Erfolgsmensch.

Das liegt daran, dass sie zwar positive Ansätze in ihrem Glauben haben, aber schon kurz darauf wieder in negative Gedanken verfallen.

So heben sie die positive Wirkung durch die negativen Gedanken gleich wieder auf.

Anders gesagt: Sie graben den positiven Gedanken, den sie ausgesät haben, gleich wieder aus. Ihr müsst lernen, dass ihr eure positiven Gedankensamen erst einmal wurzeln lassen müsst, ihr müsst ihnen Zeit lassen, damit sie wachsen und sich entfalten können.

Glaubt an euch selbst. Ihr seid so wertvoll, wie ihr euch selbst einschätzt. Alles, an das ihr wirklich glaubt, drängt auch danach, sich zu entfalten. Es ist deshalb sehr wichtig, dass ihr an nichts glaubt, was ihr nicht erleben möchtet.

Denkt immer daran: Was ihr heute denkt und glaubt, erlebt ihr morgen. Das ist der Schlüsselsatz, wodurch ihr euer eigenes Schicksal selbst bestimmen könnt. Denkt und glaubt heute das, was morgen wurzeln, wachsen und sich durch euren Körper entfalten soll. So ist das, was sich morgen entfaltet, nicht Schicksal, sondern eine bewusste Ernte.

Die einzige Sicherheit, die ihr in eurem Leben habt, ist euer Glaube. Sicherheit wird nicht von Gesetzes wegen gewährleistet. Kein Staat, keine Regierung, kein Freund und kein Geld der Welt kann euch Frieden und Gesundheit, Erfolg und Glück und somit Wohlergehen garantieren, das könnt nur ihr selbst mit eurem Glauben.

Auch euren Glauben müsst ihr nutzen und somit trainieren. Alles, was nicht genährt und genutzt wird, wird verkümmern. Gebraucht ihr eure Muskeln nicht, so werden sie unweigerlich verkümmern. Dasselbe geschieht mit eurem Geist.

Denkt immer daran: Euer Denken, Fühlen und somit euer Glaube muss mit euren tatsächlichen Zielen und Wünschen übereinstimmen, sonst bleiben eure Gebete nur Lippenbekenntnisse.

Das Geheimnis der Erleuchtung

Das Geheimnis der Erleuchtung durch das Unterbewusstsein besteht darin, dass ihr euch bewusst und vor allem beharrlich um die richtige Antwort bemüht, bis sie euch durch euer Unterbewusstsein plötzlich eingegeben wird: durch einen Traum, eine Intuition oder durch ein Gefühl. Eine Erleuchtung ist immer eine Reaktion des Unterbewusstseins auf eure Wünsche. Diese Reaktion erfahrt ihr durch die Intuition, eine innere Einsicht oder durch einen überwältigenden Drang oder einen Traum.

Habt ihr eurem Unterbewusstsein euren Wunsch einmal fest eingepflanzt, so entwickelt es seine eigene Kraft und führt alles zum Besten.

Wenn ihr euch von der Weisheit eures Unterbewusstseins lenken lasst, werdet ihr niemals einen Fehlschlag erleben, eine falsche Entscheidung treffen oder einen Schritt in die falsche Richtung tun. Wenn ihr euch der Lebenserfahrung eures Unterbewusstseins anvertraut, werdet ihr gesund, erfolgreich und glücklich sein.

Das Geheimnis der ewigen Jugend ist einfach zu erklären. Ihr könnt euch in eure Jugend zurückversetzen, wenn ihr die erneuernde Kraft eures Unterbewusstseins fühlt, die euren ganzen Körper durchdringt, euer ganzes Leben durchfließt. Glaubt und freut euch darauf, dass ihr geistig erleuchtet, verjüngt und voller Kraft erfüllt werdet.

Religionen

Oft hat es den Anschein, mein Buch sei religiös geprägt. Aber dem ist nicht so. Der Geist wirkt in jedem Menschen gleich, Gott ist in jedem Menschen gleich, er hat keine Herkunft, keine Haare oder Hautfarbe, und er gehört auch keiner Religionsgemeinschaft an. Mein Buch soll die Funktionsweise des Körpers und Geistes erklären, es soll euch zu Gott führen und nicht der Auffassung einer Kirche oder eines Glaubensbekenntnisses folgen.

Letztendlich haben alle unsere Hauptreligionen, das Christentum, der Islam und auch das Judentum ihre guten und ihre schlechten Seiten, da sie von Menschen gelebt werden, die eben gute und schlechte Seiten aufweisen. Aber besinnt man sich auf das wahre Göttliche, dann sind sie doch alle gleich. Sie glauben an eine Macht, eine Macht, die Gott heißt, und die definitiv in jedem von uns existiert.

So ist es wichtig, zwischen der Religion und der Glaubensgemeinschaft, also den Menschen, die diese Religion leben, zu unterscheiden. Die Religion an sich ist eine Philosophie, eine Sammlung an geistigen Einsichten, die den Menschen gesund, erfolgreich und glücklich machen sollen, also das Gute verkörpern. Deshalb haben Religionen ja auch ihre Anhänger.

Doch die Religion wird von Religionsführern interpretiert, und mit mehr oder weniger Nachdruck werden deren Entscheidungen bei den Gläubigen durchgesetzt. Jede Ansammlung von Menschen, bei welcher es einen Mob an Anhängern und einen Führer gibt, ist mit Vorsicht zu betrachten. Gott hat keinen Führer, er führt uns. Ihr braucht keinen Menschen, der euch angeblich führen will, wenn ihr an Gott in euch glaubt. Noch schlimmer sind die Sekten, denn dort wird der Geist des einzelnen aufgelöst und geht in der Masse auf. Aber auch dort sind es Führer, die über die Bewegungen der Masse bestimmen. So wird man zu deren willenlosem Instrument und tötet in sich das ureigenste Naturprinzip, nämlich, sich zu entwickeln und zu entfalten. Die Führer unserer heutigen Hauptreligionen bestimmen Kriegsverläufe mit. Ja, sie beginnen Kriege gegen andere Religionsgemeinschaften, wollen ihren Machtanspruch ausweiten, um noch mächtiger zu werden. So sind es die Glaubensgemeinschaften, die die Religion schlecht auslegen und Leid über die Menschen bringen. Es sind einzelne Menschen in Machtpositionen, die brutal ihre Macht ausweiten wollen. Doch letztendlich haben sie alle voneinander abguckt: das Judentum von den antiken Völkern, das Christentum vom Judentum, der Islam vom Christentum und so weiter. Ihr könnt euch kein Bildnis von Gott machen. Alle Kunstwerke dieser Welt, die sehr prächtig sind, können kein Bild von Gott zeigen. Gott ist in

jedem Menschen, auch in euch. Er ist für euch da, ob ihr ihn wollt oder nicht. Wenn ihr aber an ihn glaubt, dann lernt, mit ihm zu kommunizieren. Er ist dann euer mächtigster Verbündeter, ihr braucht dazu keine Glaubensgemeinschaft, keine Kirche, keinen Stuhl oder Teppich. Ihr benötigt nichts außer euren Glauben an ihn, denn er ist euer treuester Lebensgefährte, er wird euch nie verlassen, euch immer helfen. Natürlich gibt es auch Glaubensgemeinschaften, die ehrlich, die positiv, die gut sind. Eine solche Glaubensgemeinschaft kann euch viel Gutes geben. Doch nicht diese, sondern Gott sorgt für eure Gesundheit, euren Erfolg, euer Glück. Und Gott ist in euch selbst. Ihr müsst es nur wollen und ihm deutlich euren Wunsch sagen.

Gott wird so zu eurem Diener. Gott ist in euch und lebt durch euch. Somit seid ihr selbst ein Teil Gottes. Alle göttliche Macht steckt in euch. Ihr müsst sie nur zu gebrauchen lernen. Glaub an euch. Jesus war Jesus und ihr seid ihr, doch der Gott ist derselbe. Derselbe Gott, der in Jesus oder Mohammed lebte, lebt in euch.

Die Ausbildung unseres Geistes

In den vergangenen Kapiteln habe ich beschrieben, wie euer Körper und euer Geist beschaffen sind, wie sie funktionieren und was für Wunder sie für euch bewirken können. Ihr habt Wissenswertes erfahren, wie ihr euren Körper ausbilden könnt. Nun möchte ich zur Ausbildung des Geistes kommen.

Hier gibt es im Gegensatz zu eurem Körper keine physischen Hindernisse, die euch dabei einschränken. Hier seid ihr voll Herr über euch selbst, Herr über alle Hindernisse. Erst, wenn ihr euren Geist ausgebildet habt, könnt ihr diesen erfolgreich in eurem Leben einsetzen, zusammen mit eurem Körper. Doch wann seid ihr ein gut ausgebildeter Geist, ein Geist, den jeder gerne als Freund haben möchte, ein Geist, der gesund ist, ein Geist, der erfolgreich ist, ein Geist, der glücklich ist? Erst wenn ihr euch geistig und körperlich gut ausgebildet habt, Körper und Geist miteinander harmonieren, werdet ihr erfolgreich sein können. Ohne geistige Ausbildung gibt es keinen Erfolg. Erfolg kommt nicht von alleine, sondern ist die Summe der gut erledigten Handlungen. Damit ihr aber wisst, wie ihr gut handeln könnt, müsst ihr die Tugenden und die naturgegebenen Gesetze des Erfolges kennen.

Doch nun steht euch erst einmal eine große Aufgabe bevor. Ihr müsst bewusst mit der Ausbildung eures Geistes beginnen.

Als Erstes müsst ihr euer geistiges soziales Erbe anerkennen, euch so sehen, wie ihr seid, und vor allem müsst ihr euch über alle eure schlechten Angewohnheiten im Klaren werden. Dann müsst ihr euer geistiges soziales Erbe abgleichen, abgleichen mit den guten Tugenden. Alles, was gegen die guten Tugenden verstößt, löscht ihr, und alles, was ihr an guten Tugenden nicht habt, ergänzt ihr. Damit ihr die guten Tugenden kennt, werde ich diese in den folgenden Kapiteln beschreiben. Vorab möchte ich jedoch noch klären, was ich unter dem sozialen Erbe verstehe.

Jeder Mensch wird von Kindesalter an geistig ausgebildet. Die Eltern, die Freunde, die Kirche, die Medien, die Schule, das Umfeld, sie alle tragen lange Jahre, ob im positiven oder im negativen Sinn, zu eurer geistigen Ausbildung bei. Das ist euer soziales Erbe, bis jetzt. Jetzt könnt ihr euch ändern. Von heute auf morgen könnt ihr der Mensch sein, der ihr sein wollt, und nicht der, zu dem ihr gemacht wurdet. Ihr könnt euer geistiges Ruder selbst übernehmen, euer eigener Steuermann sein, und alles ablegen, was negativ, was schlecht, was hinderlich ist. Und alles annehmen, was gut und was förderlich ist, was gesund, erfolgreich und glücklich macht.

Dazu gehört es, die guten Tugenden zu erlernen und durch deren Anwendung einen guten Charakter zu bekommen. Die Tugenden sind eine geistige

Ausbildung, ein Grundgerüst. Wenn ihr die guten Tugenden verinnerlicht habt und danach lebt, werden sie zur Gewohnheit, und die Summe an Gewohnheiten bilden euren Charakter. Zusammen mit eurem irdischen Werdegang entwickelt sich daraus schließlich eure Persönlichkeit.

Die geistige Ausbildung ist in unserer Welt ein wichtiger Baustein, um erfolgreich sein zu können. Denn Erfolg heißt, etwas gut zu machen, möglichst besser als alle anderen. Wir haben bis jetzt immer von guten und von schlechten, von positiven und von negativen, von konstruktiven und von destruktiven Dingen gehört. Aber was bedeutet gut und schlecht?

Eine ausführliche Abhandlung darüber hat zum Beispiel der griechische Philosoph Aristoteles in seiner Schrift abgefasst. Diese wurde wahrscheinlich von seinem Sohn herausgegeben und ist deshalb nach diesem benannt: „Die Nikomachische Ethik“. Die Tugenden geben das Gute vor, nicht, weil sich das irgendjemand ausgedacht hat, nein, die Tugenden sind im Laufe der Menschheitsgeschichte entstanden, sie haben sich herausgebildet.

Ihr könnt bewusst eure geistige Entwicklung fördern, mit all dem, was ihr denkt oder nicht denkt.

Ein gesundes geistiges Fundament wird ein weiterer Baustein für euren Erfolg sein. Ein gutes

geistiges Fundament heißt, dass ihr gelernt haben müsst, wie ihr gut handeln könnt, handeln nach den guten Tugenden, aber auch, wie ihr erfolgreich sein könnt, also nach den Gesetzen des Erfolges handeln müsst.

Das Wissen und die Anwendung der guten Tugenden geben dem Menschen einen positiven Charakter. Man könnte auch sagen, euer Charakter gleicht der Anzahl der täglichen Anwendungen von guten Tugenden.

Ihr kennt es sicher, wenn man sagt, der eine oder andere habe einen guten oder schlechten Charakter. Aber nicht nur die Art, was ihr wie tut, sondern auch eine fundierte Allgemeinbildung und eine fachspezifische Ausbildung für euren beruflichen Werdegang sind Grundvoraussetzungen für den Erfolg. Die Schullaufbahn sollte man mit dem Abitur beenden. Falls ihr schon älter seid, wenn ihr dieses Buch lest, und ein Abitur versäumt habt, solltet ihr es schnell nachholen, denn Allgemeinbildung heißt Basiswissen, und das benötigt ihr mindestens. Ausbildung heißt lernen. Heißt, sich Zeit zu nehmen, um zu studieren. Niemand kann einem diese Mühen abnehmen: Die Ausbildung ist einzig und alleine euch selbst auferlegt.

So werdet ihr im folgenden Kapitel viel Neues lesen und vieles, das ihr schon wisst. Die Ausbildung ist ein weiterer Meilenstein zu einem glücklichen, gesunden und erfolgreichen Leben.

Die geistige Ausbildung wird aus dem Erlernen und Anwenden der guten Tugenden eine Gewohnheit machen, und aus der Gewohnheit wird sich in deren Verlauf ein Charakter und in dessen Verlauf eine Persönlichkeit entwickeln, eine Persönlichkeit die gesund, erfolgreich und glücklich ist, die jeder zum Freund haben möchte.

Doch ihr müsst auch die natürlichen Gesetze des Erfolgs erlernen und mithilfe der geistigen Ausbildung und eurem geistigen Wissensfundus diese im praktischen Leben umsetzen.

In den folgenden Kapiteln beschreibe ich alles Wissen, das als Basis für eine gute geistige Ausbildung ausreicht. Zögert nicht, beginnt sofort, euren Geist neu auszubilden, damit eurer Gesundheit, eurem Erfolg und eurem Glück nichts mehr im Wege steht. Wenn ihr euch die hier beschriebene geistige Ausbildung aneignet, wird euch diese neue Geisteshaltung neue Türen öffnen. Ihr werdet die Macht, die in euch wohnt, auch gut zu gebrauchen wissen. Ihr werdet mithilfe eurer künftigen guten Handlungen zu einer angesehenen Persönlichkeit werden. Ihr werdet ein neuer Mensch werden.

Bildet euren Geist aus. Bildet euch selbst aus. Werdet ein Vorbild des Guten, ein Vorbild für viele eurer Mitmenschen und vor allem für eure Kinder.

Die guten Tugenden

Die Tugenden sehe ich als eine der wichtigsten geistigen Errungenschaften an, welche ein Mensch sich aneignen muss, damit er ein glücklicher, gesunder und erfolgreicher Mensch wird. Und genau das wünsche ich euch und allen Kindern auf dieser Welt. Wenn Ihr euch meine Schriften über die Tugenden immer und immer wieder vorlest, wenn ihr an sie glaubt und versucht, diese einzuhalten, dann werdet ihr glücklich, gesund und erfolgreich leben.

Die Tugenden sind die Basis der geistigen Ausbildung.

Ein Gedanke, der immer wieder wiederholt wird, wird zur Gewohnheit. Eine Gewohnheit, die immer wieder wiederholt wird, wird zur Tugend, und eine Tugend, die immer wieder wiederholt wird, wird zum Charakter, und die Sammlung von Charaktereigenschaften macht unsere Persönlichkeit aus. Denn das sind wir. Wir sind, wie wir sein möchten. Tugenden sind nichts, was uns von Geburt an gegeben ist. Sie sind vielmehr die Ausbildung des Geistes über einen Zeitraum hinweg. Alles ist änderbar. Die Tugenden, die wir durch unsere Erziehung, unseren Freundeskreis, durch die Schule und die Medien aufgenommen und durch unser Praktizieren erlangt haben, lassen sich jederzeit ändern. Schlechte Angewohnheiten lassen sich einfach abschaffen. Gute Tugenden lassen sich einfach erlernen.

Zu den Tugenden zähle ich: eine positive Geisteshaltung, Ehrlichkeit, Mut, Mäßigkeit, Zielstrebigkeit, Selbstbewusstsein, Fleiß, Hilfsbereitschaft, Beharrlichkeit, Weisheit, Wortbedachtheit, gutes Benehmen, Reinlichkeit, Toleranz, Treue.

All diese Tugenden könnt ihr euch aneignen, indem ihr sie einfach lebt, also im täglichen Leben daran denkt. Denn so, wie ihr denkt, so seid ihr und so handelt ihr auch. Denkt an die guten Tugenden, und aus eurem guten Denken wird eine gute Handlung, und aus der immer wiederkehrenden guten Handlung eine gute Gewohnheit, und aus der guten Gewohnheit ein guter Charakter, und aus der Summe der Charaktereigenschaften eure Persönlichkeit. Die guten Tugenden sind die Basis für ein erfolgreiches geistiges und auch gesellschaftliches Leben. Sie sind die Basis eurer geistigen Ausbildung, die ihr selbst bestimmen könnt. Niemand schreibt euch vor, welche Tugenden ihr an den Tag legen sollt und welche nicht. Viele Menschen haben sich schlechte Eigenschaften angewöhnt, sie lügen, sie geben an, sie sind ungepflegt, sie sind faul usw. Es ist schwer, sie sich wieder abzugewöhnen, aber es ist möglich. Es ist eine geistige Anstrengung, doch jeder Mensch auf dieser Welt bestimmt sich selbst, also auch, wie er sein mag. Ändert euch jetzt! Handelt nach den guten Tugenden und bald schon werden sie zu eurer Gewohnheit und bilden einen Baustein für euren guten Charakter und eure angenehme Persönlichkeit.

Am besten, ihr schreibt euch die nun folgenden guten Tugenden in ein Tagebuch auf die ersten Seiten. Jeden Tag vermerkt ihr dann auf den folgenden Seiten, welche der guten Tugenden ihr an den Tag gelegt habt. Betrachten wir nun die guten Tugenden genauer, damit ihr euch diese auch detailliert einprägen könnt.

Positive Geisteshaltung

Eine positive Geisteshaltung ist in unserem Leben für den Erfolg ein Muss. Es ist eine gute Tugend, stets positiv zu denken, und sich von dem negativen Gedankengut unserer Welt und vor allem dem unserer Mitmenschen fernzuhalten, besser gesagt: abzuschirmen. Negatives ist aus eurem Geiste zu verbannen, damit es nicht in eurem Nährboden wurzeln kann und sich durch euren Körper entfalten wird. Denn, wenn ihr positiv denkt, denkt ihr gut, und wenn ihr gut denkt, fühlt ihr euch gut, und wenn ihr euch gut fühlt, handelt ihr gut, und seid somit gut. Ihr seid so, wie ihr euch während des ganzen Tages fühlt. Man könnte auch sagen: Die Summe eurer Gefühle macht den Inhalt eures Lebens aus.

Eine positive Geisteshaltung ist die einzig richtige Haltung im Leben. Sie besteht hauptsächlich aus den positiven Eigenschaften wie Vertrauen, Ehrlichkeit, Hoffnung, Optimismus, Mut, Initiative, Großzügigkeit, Freundlichkeit, Toleranz,

Taktgefühl, Hilfsbereitschaft und gesunder Menschenverstand.

Denkt immer daran: So wie eure Geisteshaltung ist, so strahlt ihr diese aus, und da Gleiches auch Gleiches anzieht, werdet ihr bald schon weitere Menschen zu euren Freunden zählen, die ebenfalls eine positive Geisteshaltung haben.

Unverletzliche sittliche Maßstäbe sind die Grundbedingungen für jeden Erfolg und wesentliche Bestandteile für eine positive Geisteshaltung. Vor allem aber ist die Ehrlichkeit die Basis für eine positive Geisteshaltung. Think positiv!

Wenn ihr positiv denkt, werdet ihr eure Probleme und Misserfolge als versteckte Glücksfälle erkennen, ihr werdet in jedem Misserfolg einen Erfolg, einen positiven Nutzen suchen, und habt so das Wesen einer positiven Geisteshaltung begriffen. Mit dem positiven Denken werdet ihr alle brauchbaren Ideen entwickeln und danach handeln, und alle Misserfolge in Erfolge umwandeln. Durch eine positive Geisteshaltung werdet ihr alles Negative in Positives umwandeln, ja Negatives von vorneherein als Positives ansehen. Eine positive Geisteshaltung ist nicht nur eine gute Tugend, sondern sollte jedem Gedanken und jeder Handlung zugrunde liegen.

Wortbedachttheit

Es gibt das Sprichwort: „Reden ist Silber und Schweigen ist Gold.“ Natürlich müsst ihr erst reden, eure Fragen stellen, damit ihr Antworten erhalten oder andere Menschen zu Handlungen anregen könnt.

Ihr müsst auch reden, wenn ihr anderen Menschen etwas suggerieren möchtet, ihnen eure Wünsche mitteilen möchtet und sie dazu bringen möchtet, euch eure Wünsche zu erfüllen. Leider neigen viele Menschen dazu, viel zu viel zu reden. Sie stellen keine Fragen, senden keine Suggestionen aus, sondern hören sich nur selbst gerne reden, was niemandem etwas bringt.

Wie gesagt, ihr müsst erst reden, aber danach solltet ihr gut zuhören und den anderen auch in Ruhe ausreden lassen. Manche erfinden sogar Geschichten und Lügen, um anderen etwas vorreden zu können, anstatt gezielt Fragen zu stellen und dann zuzuhören. Ein weiteres Sprichwort heißt: „Erst denken, dann reden.“ Jedes Wort, das ihr aussprechen wollt, sollte von euch wohl bedacht sein, ihr müsst vorher gründlich darüber nachdenken.

Wir Menschen reden oft aneinander vorbei und verstehen uns einfach nicht. Das kommt daher, weil wir uns nicht klar ausdrücken, unsere Worte nicht vorab gut durchdenken, uns meist sogar keine klaren Gedanken darüber machen, was

wir aussprechen wollen, und dann unklar und ungeordnet drauflosreden. Ihr müsst lernen, erst einmal gründlich nachzudenken, über das, was ihr aussprechen wollt, welche Suggestionen eure Worte enthalten sollen, und dann mit gewählten Worten eure Gedanken geordnet und klar aussprechen, damit sie auch klar verstanden werden. Wenn ihr euch mit gut ausgewählten Worten ausdrückt, werdet ihr nicht mehr so viel Unsinn plappern. Ihr zieht euch dann auch nicht mehr die Abneigung anderer Menschen zu, die diesen Unsinn überhaupt nicht hören wollen.

Eure Wörter sollen immer eine Suggestion darstellen, euer Gegenüber dazu bringen, euch eure Wünsche zu erfüllen. Also lasst künftig euer Gegenüber so viel wie möglich reden und es werden auf diese Weise viele eurer Wünsche erfüllt, ihr werdet so die Antworten auf eure gezielten und klar ausgedrückten Fragen erhalten.

Es ist eine Tugend, das Reden zu beherrschen. Der römische Konsul und Anwalt Cicero war ein Meister darin und konnte viele Menschen damit lenken, dazu bewegen, seine Wünsche zu erfüllen. Reden ist, wie im antiken Rom, eine Kunst. Eine Kunst, die damals genauso wie heute ein wichtiger Baustein für den Erfolg ist.

Viele Politiker, aber auch Topmanager, lassen sich regelmäßig ihre Reden von Fachleuten schreiben, um ihre Ziele sicher durchsetzen zu können. Wenn

ihr jedoch etwas weniger redet und mehr zuhört, habt ihr eine wichtige Tugend gelernt, die euch für euren Erfolg sehr hilfreich sein wird.

Ehrlichkeit

Ehrlichkeit ist die wichtigste Tugend, die ihr erlernen müsst, wenn ihr erfolgreich und glücklich sein wollt.

Wenn ihr euch keine Gedanken macht, die nicht stimmen, werdet ihr auch nichts aussprechen, das nicht stimmt.

Bevor ihr etwas sagt, müsst ihr euch gut überlegen, ob dies der Wahrheit entspricht. Wenn ihr ehrlich denkt, werdet ihr auch nur ehrliche Worte aussprechen. Verbannt die Falschheit, die Lügen, die Unter- und Übertreibungen aus eurem Geiste. Wenn ihr stets ehrlich denkt, dann seid ihr auch ehrlich. Eure Mitmenschen, mit denen ihr soziale und wirtschaftliche Kontakte pflegt, werden euch dafür schätzen lernen.

Wenn ihr stets die Wahrheit sagt, werdet ihr somit auch nie in die Verlegenheit kommen, dass eure Lügen aufgedeckt werden und ihr euch blamiert und somit schlecht fühlt.

Denkt stets ehrlich, und ihr fühlt euch gut mit dem, was ihr denkt und sagt.

Ehrlich sein heißt auch, dass ihr zu eurem Wort stehen müsst, aber natürlich nur, wenn dieses positiv und mit guter Absicht ist.

Wir Menschen sind jedoch nicht fehlerfrei. So wird es auch bei euch zumal vorkommen, dass ihr etwas verspricht, was schlecht ist. In solch einem Fall ist es wichtig, dieses Versprechen zu revidieren und nicht einzuhalten, damit sich alles wieder zum Guten wendet.

Ehrlichkeit wird euch auch immer Sicherheit verleihen. Sicherheit in Form eines ehrlichen guten Gefühls in euren Unterhaltungen mit anderen Menschen, die dieses bemerken werden und euch glauben werden.

Wenn ihr ehrlich seid, seid ihr nicht mehr angreifbar und werdet keine Gefühle der Angst in euch verbergen müssen, Angst, der Lüge entlarvt zu werden.

Wenn ihr stets ehrlich denkt, werdet ihr dieses ehrliche, gute Gefühl auch durch eure Augen und eure Körperhaltung ausstrahlen, und dies wird von euren Mitmenschen auch zu euren Gunsten wahrgenommen werden.

Denkt immer daran: Euer Mund kann lügen, kann falsch Zeugnis ablegen, Unwahrheiten erzählen, euer Körper und eure Augen jedoch können nicht lügen.

Eure Augen strahlen die Gefühle eures Unterbewusstseins aus, die immer ehrlich sind. Euer Körper spricht immer mit der Sprache eures inneren wahren Gefühls. Jedem Lügner sind durch

seine Körpersprache und durch seine Augen die Lügen anzusehen. Dazu kommt, dass ein Lügner im Inneren weiß, dass er lügt, und er somit in einen innerlichen Konflikt kommt. Er wird unruhig, nervös.

Den meisten Lügern ist nicht bewusst, dass der Körper keine falschen Gefühle ausstrahlen kann, also Lügen nicht mit einem guten, positiven Gefühl ausstrahlen kann.

Wenn ihr lügt, werdet ihr zwangsweise keine stolze Haltung dabei haben können, eure Augen werden sich wegrehen und ihr werdet automatisch verschämt wegsehen, da ihr in eurem Inneren wisst, dass ihr lügt und euch dafür schämt. Ihr werdet vor allem Angst haben, dass die Lüge entdeckt wird.

Denkt immer daran: Wenn ihr erst gar nicht lügt und immer die Wahrheit sagt, braucht ihr euch nicht zu verstecken, nicht den Kopf zu senken und nicht wegzuschauen, während ihr jemand anderem etwas erzählt.

Ehrlichkeit ist auch für eure positive Geisteshaltung unumgänglich. Ihr könnt keine positive, erfolgreiche und glückliche Geisteshaltung entwickeln, wenn ihr nicht ehrlich seid.

Es sind einige Eigenschaften eurer Psyche, mit welcher die Ehrlichkeit verbunden ist, und deshalb ist sie für euren Erfolg und euer Glück die wichtigste Tugend.

Wenn ihr eine Frage gestellt bekommt, auf die ihr nicht ehrlich antworten wollt, da euch sonst Nachteile daraus erwachsen, dann sagt einfach überhaupt nichts. Wenn ihr nichts sagt, habt ihr auch nicht gelogen.

Ehrlichkeit besteht, wie bereits erläutert, aus Gedanken. Gedanken wandelt ihr immer in Gefühle um. Ehrliche Gedanken wandelt ihr somit in gute Gefühle um und ihr fühlt euch gut.

Auch ihr werdet euch nicht von heute auf morgen in eurem Denken komplett ändern können. Ihr werdet euch eine Zeit lang immer wieder selbst dabei erwischen, dass ihr lügen wollt. Aber glaubt mir, es wird nicht lange dauern und euer Gedanken- und Gefühlsleben wird sich zum Positiven, zum Ehrlichen wandeln, und schon bald werdet ihr ein durch und durch ehrlicher Mensch werden und euch gut fühlen. Ihr werdet nur noch ehrlich denken und ehrliche Worte aussprechen. Ihr werdet euch unangreifbar und stark fühlen, ihr werdet vor allem stolz auf euch selbst sein und diesen Stolz auch ausstrahlen.

Denkt immer daran: Ehrlichkeit ist eure stärkste Waffe, die ihr für euren Erfolg einsetzen könnt, denn Ehrlichkeit kann niemand besiegen und somit werdet ihr immer ein Gewinner sein.

Angeben, übertreiben, untertreiben, Geschichten erzählen, lügen, das alles ist das Gegenteil von

Ehrlichkeit, und das müsst ihr aus eurem Denken ausschließen. Ihr alleine bestimmt euer Denken und Handeln, also denkt ehrlich.

Lasst euch auch nicht durch eure Mitmenschen zu Unehrllichkeit, zu Schlechtem überreden. Sollte dies jemand versuchen, blockt ihn ab.

Vergesst nicht: Wenn ihr nicht mehr unehrlich denkt, dann werden alle schlechten Gedanken und Gefühle verhungern, zumindest in eurem Geiste. Bald werden diese schlechten Gedanken ausgelöscht sein und euch nicht mehr am Erfolg hindern können. Ihr seid rein und mit einem ehrlichen Geist geboren. Beobachtet doch einmal Kleinkinder, diese können nicht lügen, sie lernen es erst von ihren Mitmenschen und Eltern, denn von selbst würden sie nie auf die Idee kommen, etwas Unehrlliches zu denken und zu sagen, da sie göttlich geboren wurden, und Gott nur gut ist.

Leider kommt uns die Ehrlichkeit im Laufe des Lebens abhanden. Vor allem im Kindesalter machen wir Menschen alles nach, was uns unsere Geschwister, Eltern und Freunde vormachen, und so lernen wir, unehrlich zu werden und zu lügen, da wir glauben, somit Vorteile zu haben, die uns fälschlicherweise vorgelebt werden.

Doch wenn ihr älter werdet, und vor allem jetzt, da ihr mein Buch lest, erkennt ihr, dass das Ehrlichsein

eine Tugend ist, die für den Erfolg unumgänglich ist. Ihr müsst nun beginnen, alle eure schlechten Angewohnheiten, wie etwa das Lügen, wieder auszumerzen.

Zum Glück ist es sehr leicht, ein ehrlicher Mensch zu werden. Ihr müsst nur umdenken. Denkt künftig nur noch ehrlich und überlegt bei jedem Wort, ob dies ehrlich ist. Wenn ihr etwas Unehrlisches sagen wollt, dann versucht den Urquell, den unehrlichen Gedanken, zu eliminieren. Bald schon wird sich eure geistige Wandlung positiv bemerkbar machen und ihr werdet euch gut fühlen. Leider kommt es immer wieder vor, dass ihr etwas denkt und sagt, von dem ihr überzeugt seid, dass es ehrlich und wahr ist, es tatsächlich jedoch falsch ist. Ihr lügt somit unabsichtlich. Das kommt daher, dass ihr etwas nachplappert, das ihr irgendwo oder von irgendjemand aufgeschnappt und nicht auf den Wahrheitsgehalt hin überprüft habt. Dies könnt ihr ganz einfach abstellen, indem ihr künftig alles, was ihr aufschnappt, erst auf dessen Wahrheitsgehalt hin untersucht. Nur wenn ihr belegen könnt, dass es wahr ist, erzählt ihr es weiter, wenn euch daran gelegen ist. So werdet ihr auch nicht mehr aus Versehen lügen. Behaltet einfach alles, was ihr hört, so lange für euch, bis ihr es überprüft habt, und mit Fakten belegen könnt, dass es wahr ist.

Oft habt ihr nicht die Möglichkeit, etwas Gehörtes oder Gesehenes auf dessen Wahrheitsgehalt hin zu überprüfen, und wollt es dennoch weitererzählen.

In solchen Fällen sagt ihr dem anderen am besten dazu, dass ihr es nicht überprüft habt und somit auch nicht wisst, ob es wahr oder falsch ist.

Somit weiß euer Gegenüber Bescheid und kann nun selbst entscheiden, was er mit euren Worten anfangen will.

Menschen, die unehrlich sind, werden im Leben immer wieder scheitern. Das ist auch kein Wunder, denn keiner will mit einem unehrlichen Menschen auf Dauer eine Freundschaft oder eine Geschäftsbeziehung eingehen. Gleiches zieht Gleiches an und so leben die Lügner miteinander ein Leben, in welchem sie sich schlecht fühlen und immer wieder versagen. Erkennt jetzt, dass es nur einen Weg zum Erfolg gibt: den ehrlichen Weg.

Meidet deshalb alle Menschen, die unehrlich sind und euch viele Gründe nennen werden, warum sie unehrlich angeblich erfolgreicher sind, denn das ist schlichtweg falsch. Ihr Denken ist falsch, ihre Worte sind falsch und euer Umgang mit ihnen wäre falsch und schlecht für euch. Trennt euch von allen unehrlichen Freunden und Geschäftspartnern, denn sie ziehen euch mit hinab in das Tal der Versager.

Auch ihr werdet Fehler machen, doch wenn ihr diese sofort revidiert, werden es euch eure Mitmenschen verzeihen. Auch werdet ihr, wenn ihr zu eurem Wort steht und ehrlich seid, manchmal etwas sagen, was anderen nicht so gut gefällt. Aber

ein ehrliches Wort wird jeder zu schätzen wissen, denn keiner wird gerne belogen.

Denkt immer daran: Lügner verstricken sich in ihren Lügen immer mehr, bis sie überführt werden und sich blamieren und schlecht fühlen.

Ein ehrliches Wort geradeheraus kann unter Umständen einen anderen Menschen unschön treffen, aber es wird ihm lieber sein, als belogen zu werden. Ein ehrliches Wort kann unter Umständen für eure Mitmenschen schwer zu verdauen sein, aber denkt daran: Auch der Magen verdaut schließlich alles. Unehrlichkeit wird sicher länger brauchen, bis sie verdaut ist. Andere werden euch schlecht und negativ in Erinnerung behalten.

Denkt an den Spruch: „Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht, auch wenn er mal die Wahrheit spricht.“

Meist habt ihr bei anderen Menschen, die ihr in eurem Leben trifft, nur eine Chance. Belügt ihr sie, so werden sie euch den Rücken kehren, sich damit abfinden, dass ihr eben ein Lügner seid. Ihr werdet bei diesen Menschen keine zweite Chance mehr bekommen. Und auch wenn ihr euch nun geistig wandelt und ehrlich werdet, werdet ihr wahrscheinlich nicht mehr die Möglichkeit haben, es diesen Menschen mitteilen zu können.

Gerade im Geschäftsleben vertrauen beide Geschäftspartner auf die Ehrlichkeit des anderen. Alle großen und langfristig erfolgreichen

Unternehmer denken stets ehrlich. Wenn ihr ehrlich seid, zieht ihr auch ehrliche Menschen an. Werdet ehrlich und ihr werdet viele neue Menschen kennenlernen, die ebenfalls ehrlich sind und euch gerne helfen werden.

Lasst euch durch falsche und unehrliche Menschen nicht an eurem Erfolg hindern. Beginnt jetzt sofort, euren Freundeskreis und eure Geschäftspartner nach den Kriterien der Ehrlichkeit auszuwählen. Am besten, ihr hört auf euer Bauchgefühl, auf euer Unterbewusstsein, denn es sagt euch immer, wer ehrlich ist und wer nicht.

Wenn ihr selber ehrlich denkt und handelt, werdet ihr die Unehrllichen schnell erkennen. Ihr braucht ihnen nur beim Sprechen gut zuhören, dann könnt ihr schnell erkennen, ob sie Ehrliches oder Falsches von sich geben. Seht euren Mitmenschen dabei tief in die Augen, weicht nicht ab von deren Blick, und fragt nochmals nach, ob etwas wirklich wahr ist. Können euch eure Mitmenschen bei eurer Nachfrage weiterhin völlig entspannt ansehen, dann sagen sie die Wahrheit oder sind zumindest sehr geübte Lügner. Wenn sie aber euren Blicken ausweichen und ihr auch noch ihre Anspannung fühlt, dann könnt ihr euch sicher sein, dass diese Menschen nicht die Wahrheit sagen.

Am besten, ihr beginnt die Technik des Erkennens, wer ehrlich ist und wer nicht, zu trainieren. Beginnt einfach, genau auf eure Mitmenschen zu achten,

was sie sagen und wie ihre Augen sich verhalten. Und denkt daran: Wenn ihr einen Lügner überführt, dann behaltet es für euch. Ein Lügner erfährt nicht gerne, dass er überführt worden ist. Ihr würdet ihn nur bloßstellen und er würde dies sicher nicht gerne erleben. Besser ist es, ihr verabschiedet euch einfach konsequent und lasst diese Zeit offen für einen neuen, einen guten, einen ehrlichen Freund. Glaubt mir, wenn es auch noch so schmerzlich ist, einem Freund, der lügt, den Rücken zu kehren, bald schon wird diese Lücke wieder aufgefüllt sein und ihr habt einen neuen, einen ehrlichen Freund gefunden.

Denkt immer daran: Glückliche können nur die ehrlichen Menschen werden, denn Glück ist ein gutes, ein positives Gefühl, das nur aus der Ehrlichkeit heraus entstehen, wachsen und gedeihen kann.

Gerechtigkeit

Eine für jeden Menschen sehr wichtige Tugend ist die Tugend der Gerechtigkeit. Gerecht zu sein heißt, dem Grundsatz der Redlichkeit treu zu sein, dass ihr jedem Menschen gegenüber ein gerechtes Verhalten an den Tag legt, und dabei auch allen Menschen mit der gleichen Gerechtigkeit begegnet. Ihr müsst euch auch selbst immer dem Grundsatz der Gerechtigkeit unterwerfen. Rechtschaffenheit und Gerechtigkeit sind somit wichtige Tugenden

und unumgänglich für den Erfolg, der mit der Anziehungskraft eines jeden Menschen zusammenhängt, die wiederum mit einem gesunden Gerechtigkeitssinn steigt.

Es muss euch bewusst werden, dass alle Menschen, zu denen ihr ungerecht seid, euch vielleicht dafür hassen werden. Sie werden zornig auf euch sein, euch nichts Gutes wünschen und euch künftig sicherlich nicht mehr helfen.

Ihr müsst euch eure Handlungen immer sehr sorgfältig überlegen, vor allem im Hinblick auf die Gerechtigkeit. Als geistig gebildeter Mensch, und vor allem als Chef eines Unternehmens mit vielen Angestellten, müsst ihr immer sehr sorgfältig nachdenken, bevor ihr Recht sprecht, da es immer einen gibt, der dann eurer Meinung nach im Unrecht ist. Dieser darf aber auf keinen Fall zu Unrecht beschuldigt werden.

Bevor ihr euch nicht wirklich sicher seid, wer recht hat oder nicht, und bevor ihr euch nicht sicher seid, wie ihr gerecht handeln sollt, sprecht kein Recht und handelt nicht. In solch einem Fall müsst ihr euch erst einige Belege zusammensuchen, die euch eure Entscheidung leichter machen. Es gibt nichts Schlimmeres für einen anderen Menschen, als dass ihr ihm Unrecht antut.

Denkt immer daran: Einen gut angewandten Gerechtigkeitssinn wird euch ein jeder danken.

Seid ihr anderen Menschen gegenüber ungerecht, schafft ihr euch Feinde und verliert gleichzeitig Freunde.

Mut

Mut ist ebenfalls eine gute Tugend, die für euren Erfolg sehr wichtig ist. Mut ist wichtig, um sich in unserer Gesellschaft durchzuboxen, um erfolgreich zu sein. Mut ist auch für das Selbstbewusstsein wichtig. Ein mutiger Mensch ist stolz auf sich. Aber Mut darf nie mit Selbstüberschätzung gleichgesetzt werden. Eine Mutprobe durchzuführen, bei welcher euer Leben in Gefahr ist oder bei der Verletzungen am Körper folgen könnten, ist nicht mutig, sondern dumm. Nur ein blöder Mensch setzt seinen Körper wissentlich Gefahren aus. Er wird dafür bestraft werden, indem er sich verletzt wird. Mutig ist es hingegen, zu seinen Freunden zu sagen, bei solch einem Blödsinn mache ich nicht mit, mir ist meine Gesundheit wichtiger. Solch ein Verhalten ist auch eine Form von Mut, da man in Kauf nimmt, von seinen Freunden ausgelacht zu werden, und trotzdem den Mut hat, nein zu sagen. Doch glaubt mir: Solche Freunde sind falsche Freunde, von denen ihr euch schnell trennen solltet.

Mut ist auch, Neuerungen gegenüber aufgeschlossen zu sein, sich neue Freunde zu suchen, neue Wege zu gehen, neue Arbeitsfelder zu erschließen, sich von Dingen zu trennen, die für den persönlichen Erfolg nicht förderlich sind. Es

gehört auch eine große Portion Mut dazu, eigene Interessen zu entwickeln und vor allem das Ruder über sein eigenes Leben zu übernehmen und sich große Ziele zu stecken, auf die man hinarbeitet.

Mut ist auch, seine Meinung zu sagen und vor allem, seine Meinung auch zu vertreten und dazuzustehen. Mut ist vor allem, nein sagen zu können. Viele Menschen sagen ja, obwohl sie nein sagen wollen. Sie trauen sich einfach nicht, nein zu sagen. Seid mutig: Wenn ihr nein meint, dann sagt auch nein, und lasst euch nicht zu einem Ja überreden. Mut heißt somit auch, konsequent zu sein.

Mut heißt auch, sich den Schwierigkeiten im Leben zu stellen und sie zu meistern und nicht vor ihnen davonzulaufen. Mut heißt vor allem aber, sein eigenes Leben in die Hand zu nehmen und sich nicht fremdsteuern zu lassen.

Denkt immer daran: Der Mut ist eine Tugend, die für euren Erfolg wichtig ist. Mit einer gehörigen Portion Mut werdet ihr alle Hindernisse auf dem Weg zu eurem Ziel meistern.

Zielstrebigkeit

Eine weitere gute Tugend ist es, zielstrebig zu sein. Ihr braucht Ziele, um etwas zu erreichen und somit erfolgreich zu sein. Aber ihr solltet euch genau

überlegen, wie euer Ziel aussehen soll, wie das Ziel zu erreichen ist und ob ihr dieses Ziel wirklich erreichen wollt.

Denkt immer daran: Was der Mensch sich vorstellen kann, kann er auch erreichen.

Aber zum Erreichen eines Zieles müsst ihr erst die Mühen der Tat vollbracht haben.

Ziele sind wichtig, damit ihr wisst, auf was ihr hinarbeitet, und damit ihr nicht sinnlos in den Tag hineinlebt und euer Leben erfolglos verschwendet. Ziele sind wichtig, um sich selbst anzuspornen. Ziele sind wichtig, um zu wissen, wohin der Weg geht, damit ihr euch eine Route festlegen könnt. Wenn ihr erfolgreich sein wollt, müsst ihr euch große Ziele setzen und direkt darauf zugehen, bis ihr am Ziel angekommen seid. Ein Mensch, der sich Ziele setzt und diese erreicht, ist erfolgreich. Viele kleine Zwischenziele werden euch den Erfolg immer mehr fühlen lassen. Ihr werdet euch gut fühlen und stolz auf euch selbst sein.

Doch Ziele müssen möglichst genau sein. Ich möchte euch hierzu ein Beispiel geben. Wenn ihr euch vornehmt, etwas zu machen, ein Ziel zu erreichen, dann muss es auch eine Zeitvorgabe geben. Ein Ziel ohne Zeitvorgabe wäre nämlich eventuell unendlich, also in unserem Leben nicht mehr erreichbar. Jedes Ziel braucht seine Zeit und nach dem Verstreichen dieser Zeit muss es erreicht

worden sein. Andernfalls muss man überlegen, warum es nicht erreicht wurde, Maßnahmen ergreifen und weiter an seinem Ziel arbeiten. Ein Ziel mit einer Zeitangabe wird immer erreicht. Wenn ihr euch ein Ziel gesetzt und einen Zeitraum festgelegt habt, dann müsst ihr den Weg festlegen, der dahin führt, und alles bedenken, was auf dem Weg zu erledigen sein wird. Auf die detaillierte Zielsetzung gehe ich später noch ausführlicher ein.

Zielstrebigkeit heißt ganz einfach, dass man ein einmal gesetztes Ziel mit allen Mitteln erreichen will und dafür bereit ist, alles zu tun, vor allem aber auf dem Weg zum Ziel nicht aufgibt. Viele Menschen scheitern im Leben, weil sie kurz vor dem Ziel aufgeben. Ein Mensch ohne Ziel wäre etwa so, als würdet ihr im Meer segeln, das Ruder hochklappen und euch treiben lassen, oder aber in ein Taxi einsteigen und kein Ziel angeben. Der Taxifahrer würde nicht losfahren können und das Schiff würde umhertreiben. Genauso ist es mit den Menschen. Ohne Ziel irren sie ziellos umher und werden nie erfolgreich sein, werden nie ein Ziel erreichen, da sie sich keines gesteckt haben. Setzt euch also immer große Ziele, geht direkt darauf zu und erreicht sie. Auf diese Weise seid ihr erfolgreich. Erfolg zu haben heißt, Ziele zu erreichen. Je höher die Ziele, desto größer der Erfolg, wenn ihr die Ziele erreicht habt. Erfolgreiche Menschen haben sich immer große Ziele gesetzt.

Denkt immer daran: Je genauer ihr euch euer Ziel vorstellt, und je genauer der zeitliche sowie inhaltliche Rahmen ist, desto zielstrebigter könnt ihr darauf hinarbeiten. Formuliert für euch selbst klare, detaillierte Ziele.

Ich möchte hier mein Beispiel weiter ausführen, das ich am Anfang des Buches begonnen habe.

Wenn ihr euch das Ziel setzt, reich zu werden, könnt ihr dies vielleicht erst erreicht haben, wenn ihr alt seid. Dann habt ihr vielleicht auch nur 10.000 Euro, da ihr ja nicht festgelegt habt, wann ihr reich sein wollt, und auch nicht, was ihr unter Reichtum versteht. Wenn ihr jedoch sagt, ich will in zehn Jahren eine Million Euro haben, dann habt ihr für euer Ziel die Zeit und den Inhalt festgelegt, und deshalb werdet ihr es auch erreichen. Ziele sind das Wichtigste, was wir Menschen haben müssen, wenn wir erfolgreich sein wollen.

Fleiß

Fleiß ist die Tugend, die alle erfolgreichen Menschen gemeinsam haben. Wenn ihr euer Ziel vor Augen habt und mit Fleiß auf die Erfüllung hinarbeitet, wird der Fleiß ein Baustein für euren Erfolg sein.

Ein fauler Mensch wird sein Ziel nie erreichen und wenn doch, wird er sehr viel Zeit dafür benötigen. Wer fleißig ist, kann viel erreichen. Fleißig sein heißt, gerne und mit Elan an seinem Ziel zu arbeiten. Fleißig zu sein heißt, große Mühen

auf sich zu nehmen und viel Zeit in die Arbeit zu stecken, damit das Ziel möglichst schnell erreicht wird.

Wenn ihr große Ziele erreichen wollt, müsst ihr nicht nur fleißig, sondern sehr fleißig sein. Je größer eure Ziele sind, desto fleißiger müsst ihr sein. Fleißig zu sein heißt, dass ihr in allem, was ihr tut, fleißig seid. Fleiß heißt auch immer, dass ihr aus eigener Initiative etwas tun müsst, ohne dass euch jemand dazu anspornt.

Seid fleißig in der Schule, seid fleißig in eurem Beruf, seid fleißig auf dem Weg zu euren persönlichen Zielen, und ihr werdet eure Ziele mit Sicherheit schneller erreichen.

Denkt immer daran: Wenn ihr einem Ziel entgegenstrebt und euch die Arbeit daran Spaß macht, euch Freude macht, so werdet ihr ganz von selbst fleißig sein. Für etwas, das euch keinen Spaß macht, werdet ihr keinen Fleiß entwickeln können.

Hilfsbereitschaft

Hilfsbereitschaft ist eine ehrenhafte Tugend, die für eure Persönlichkeit von großem Wert ist. Unter Hilfsbereitschaft verstehe ich nicht, dass ihr euch von anderen Menschen vereinnahmen lassen sollt. Ich verstehe darunter, dass ihr ein wenig Hilfe für Arme, Alte oder sonstige Hilfsbedürftige leistet. So, wie ihr gebt, so fühlt ihr euch, und so wird euch gegeben werden. Nur wer gibt, kann auch

bekommen. Doch wenn ihr gebt, so gebt gerne, ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Gebt mit Bedacht nur jenen, die eure Hilfe auch zu schätzen wissen. Hilfsbereite Menschen werden gerne ausgenützt. Hier gilt der Spruch: „Wenn du jemandem den kleinen Finger gebt, dann will er die ganze Hand.“ Solchen Menschen solltet ihr nichts geben. Lasst euch von niemandem ausnützen. Doch helft reinen Herzens denjenigen, die eure Hilfe benötigen und dabei nicht euer ganzes Leben vereinnahmen.

Beharrlichkeit

Die Beharrlichkeit ist die wichtigste Tugend für den Erfolg, denn alle Menschen, die erfolgreich sind, mussten beharrlich sein, das heißt, Ausdauer besitzen, an einem Ziel festhalten, bis sie dieses erreicht haben.

Beharrlich zu sein heißt, eine Sache zu Ende zu bringen, ein Ziel zu erreichen und nicht vorher aufzugeben.

Die Beharrlichkeit wird oft mit dem Wassertropfen und dem Stein erklärt. Ein Stein ist viel härter als ein Wassertropfen, aber mit seiner Beharrlichkeit höhlt ein steter Wassertropfen, der auf einen Stein fällt, letztendlich diesen Stein aus.

Denkt immer daran: Die Beharrlichkeit entscheidet letztendlich über euren Erfolg oder Misserfolg.

Denn wenn ihr aufgibt, verliert ihr, und wenn ihr beharrlich bleibt und euch von nichts abbringen lässt, werdet ihr euer gestecktes Ziel auch erreichen und somit erfolgreich sein. Die Grundlage für die Beharrlichkeit bildet das Selbstvertrauen.

Wenn ihr mit großem Selbstvertrauen stets beharrlich seid, werdet ihr alle Hindernisse auf eurem Weg hinwegfegen, auch wenn es euch unmöglich erscheint.

Beharrlich zu sein heißt auch, stark zu sein. Ihr müsst stark sein und alle körperlichen und geistigen Leiden ertragen, ohne dem Druck der Verhältnisse nachzugeben. Beharrlich zu sein heißt auch, allen Hindernissen, Gefahren und Widrigkeiten entschlossen entgegenzutreten, bis ihr diese besiegt und überwunden habt, auch wenn es euch noch so viele Mühen kostet.

Wenn ihr euch ein Ziel gesteckt habt, dann geht direkt darauf zu, lasst euch nicht ablenken und gebt nicht auf, bis ihr es erreicht habt.

Wenn der Weg zum Ziel schwierig und voller Gefahren ist, und scheinbar unüberwindbare Hindernisse vor euch sind, dann denkt an die Beharrlichkeit des Wassertropfens, der den Stein besiegt.

Denkt immer daran: Seid beharrlich und euren Zielen treu, dann werdet ihr sie erreichen und der

Gewinner sein. Die Beharrlichkeit ist eure stärkste Kraft, ja die Tugend, die euch euren Erfolg sichert.

Weisheit

Weise zu sein heißt, vieles zu wissen. Weise werdet ihr, wenn ihr in der Schule, in eurem Beruf, ja in eurem ganzen Leben dazulernt. Mit einem guten Bildungsstand wie dem Abitur wird es euch leichter fallen, weise Entscheidungen zu treffen. Weise werdet ihr durchs Lernen. Es gibt zwei unterschiedliche Arten zu lernen. Das Lernen und das Verstehen. Im ersten Fall müsst ihr nur euren Speicher mit Wissen anreichern, im zweiten Fall müsst ihr das Erlernte verstehen, um Zusammenhänge erschließen zu können.

Man könnte auch sagen, dass eure Weisheit die Summe aller Informationen ist, die ihr mit euren fünf Sinnen je aufgenommen und mit eurem bewussten Verstand verarbeitet habt, so wie alle Erfahrungen eures Lebens, die ihr abgespeichert habt. Je mehr ihr aufnehmt, desto weiser werdet ihr. Ein Mensch, der viel lernt, weiß viel. Ein Mensch, der wenig lernt, weiß wenig, und kann so auf weniger Informationen zurückgreifen, um wichtige Entscheidungen treffen zu können.

Also lernt für ein konkretes Ziel, so viel ihr könnt, und begeistert euch für Dinge, die für eure Ziele förderlich sind. Doch denkt daran, dass ihr euren Speicher nur mit Wissen anreichert, das für das

Erreichen eurer Ziele notwendig ist. Füllt euren Speicher nicht mit einem unnötigen Wust an Informationen, die ihr nie mehr benötigt.

Ihr müsst euren Speicher auch nicht mit all dem Wissen füllen, das ihr eventuell einmal benötigen könntet. Viel wichtiger ist es, zu wissen, wo ihr das Wissen findet. Ihr könnt es euch dann immer noch aneignen, wenn ihr es benötigt. Erfolgreiche Menschen haben verstanden, dass sie jederzeit das Fachwissen von Fachleuten hinzuziehen können, wenn sie dieses benötigen. Euer Wissensfundus ist nicht nur euer Gehirn alleine, sondern Wissen ist in Bibliotheken, im Internet und durch Fachleute für jeden zugänglich.

Interessiert euch für viele Wissensgebiete. Lest weise Bücher und vor allem wissenschaftliche Bücher, und verschwendet eure Zeit nicht vor dem Fernseher mit langweiligen Serien.

Weise sein heißt auch, dass ihr eure Freunde weise auswählen solltet. Wenn ihr weise seid, stellt ihr euch auch vernünftige Lebensregeln auf und handelt danach.

Denkt immer daran: Die Weisheit ist ein weiterer Baustein für euren Erfolg im Leben.

Reinlichkeit

Eine weitere gute Tugend ist es, reinlich zu sein. Reinlich zu sein heißt: sich zu waschen, sich jeden

Morgen zu duschen, dass man seinen Körper pflegt, ein gepflegter Haarschnitt, gepflegte Nägel, gepflegte Zähne. Reinlichkeit gilt auch für eure Kleidung. Geld in gute Kleidung zu investieren, ist kein Luxus, sondern ein wichtiger Baustein für euren Erfolg, für euer Selbstwertgefühl und für den Erfolg bei anderen Menschen. Gute Kleidung ist somit eine Investition, die sich auszahlt.

Denkt immer daran: Andere mustern euch erst einmal anhand eurer Kleidung und eures Pflegezustandes. Ihr solltet also bei den Menschen, mit welchen ihr in Kontakt seid, einen guten Eindruck hinterlassen.

Kleidung sollte niemals übertrieben auffällig sein, außer, ihr wollt ins Showgeschäft. Kleidung sollte seriös, aber nicht spießig sein, vor allem aber sollte sie gepflegt sein: keine zerknitterten Hemden, schmutzige Hosen oder ungeputzte Schuhe mit abgelaufenen Absätzen. Kleidung sollte den Jahreszeiten angepasst sein. Auch sollt ihr die Funktion von Kleidung kennen und sie danach tragen. Beim Sport tragen wir zum Beispiel einen Jogginganzug, auf der Straße tragen wir diesen nur in unserer Sporttasche spazieren. Ihr zieht ja auch keine Gummistiefel in der Turnhalle an. Ein jeder Mensch muss seinen Kleidungsstil finden. Die Reinlichkeit ist somit ein weiterer Baustein für euren Erfolg.

Gutes Benehmen

In der Nase bohren, blödes Lachen, Nägel beißen, rülpfen, furzen und vor allem schlechtes Vokabular: Das alles ist kein gutes Benehmen. Gutes Benehmen, und das vor allem gegenüber Frauen, war schon immer ein Mittel zum Erfolg. Gutes Benehmen lässt uns in allen Gesellschaftskreisen auf eine angenehme Weise präsent sein. Menschen mit gutem Benehmen bleiben jedem in guter Erinnerung.

Eine ordentliche Wortwahl und Höflichkeit zeugen von einem guten Benehmen. Bestimmt ab jetzt, dass ihr ein gutes Benehmen an den Tag legt. Zu einem guten Benehmen gehört auch, dass man seine Mitmenschen ausreden lässt und diese nicht andauernd unterbricht, um sich selbst wieder in Pose zu setzen.

Denkt immer daran: Ein gutes Benehmen sieht jeder gern und verschafft euch so Zugang in alle Gesellschaftsschichten.

Nicht zu vergessen ist dabei die Pünktlichkeit. Sie gehört ebenfalls dazu.

Kommt niemals zu spät. Pünktlichkeit wird jeder als gut anerkennen. Menschen, die unpünktlich sind, sind unzuverlässig, und mit Menschen, die unzuverlässig sind, will niemand arbeiten, geschweige denn ihnen verantwortungsvolle

Aufgaben übergeben. Für eure Persönlichkeit und euren Erfolg ist ein gutes Benehmen unumgänglich. Am besten, ihr fangt sofort damit an, euer Benehmen auf den Prüfstand zu stellen, und alles, was nicht zu einem guten Benehmen gehört, ein für alle Mal zu verbannen. Eignet euch alles an, was zu einem guten Benehmen gehört, und lebt es in eurem täglichen Leben. Ihr werdet erstaunt sein, wie positiv eure Mitmenschen darauf reagieren. Es wird anfangs sicher nicht leicht sein und ihr werdet euch selbst immer wieder dabei ertappen, dass euer Benehmen nicht beispielhaft ist, aber mit etwas Übung werdet ihr bald schon ein gutes Benehmen automatisieren.

Toleranz

Die Toleranz ist nicht nur eine gute Tugend, sondern in unserer multinationalen Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Andere zu verurteilen, weil sie aus anderen Ländern kommen, eine andere Hautfarbe haben oder eine andere Sprache sprechen, hat in unserer modernen Welt keinen Platz. Es gibt gute und schlechte Menschen, gleich welcher Hautfarbe oder Herkunft. Die guten sollt ihr euch zum Freund oder Geschäftspartner machen, die schlechten müsst ihr meiden.

Tolerant zu sein heißt nicht, dass ihr mit allen übereinstimmen müsst, ihr solltet aber jedem das Seine lassen. Verurteilt niemanden für das, was er ist oder denkt, oder welche Meinung er vertritt,

solange ihr keinen Schaden dadurch erleidet.

Zu mir hat einmal ein Freund gesagt: „In den meisten Ländern der Welt bin ich ein Ausländer.“ Toleranz ist die Grundvoraussetzung, dass ihr mit jedem Menschen Freund oder Geschäftspartner werden könnt. Grenzt niemals Menschen wegen ihrer Herkunft oder Hautfarbe aus, denn diese könnten euch unter Umständen zu eurem Erfolg einen großen Schritt weiterhelfen.

Mäßigung

Die Mäßigung ist eine sehr wertvolle Tugend für euer eigenes Leben. Sich selbst zu mäßigen heißt, sich bei der Befriedigung von Gelüsten und Leidenschaften zu bescheiden. Mäßigung heißt aber auch, das richtige Maß zu finden, eben den goldenen Mittelweg zu gehen. Sicher fällt es euch schwer, der Vielzahl von Gelüsten ein Maß entgegenzusetzen. Jeder von uns hat sich schon einmal regelrecht überfressen und es war ihm nicht ganz wohl mit seinem überfüllten Bauch. Das richtige Maß zu finden, ist oft nicht leicht, wenn man sich dies aber zum Ziel gesetzt hat, wird man sicherlich immer mehr lernen, was in welcher Situation das richtige Maß ist.

Denkt immer daran: Wenn ihr euer eigenes Leben mäßigen könnt, seid ihr der Herr über euch selbst, der Steuermann eures Leben, und ein Gewinner.

Ihr solltet nichts über das Mittelmaß hinaus tun, denn sonst kann vieles zur Sucht werden. Denkt daran, alles, was ihr übermäßig tut, wird euch auch irgendwann überdrüssig werden und ihr werdet die Freude daran verlieren.

Enthaltsamkeit

Es gibt Spiellust, Sexlust, Drogenlust und vieles mehr. Bei allem müsst ihr enthaltsam sein. Lust heißt nicht nur, an etwas Gefallen zu finden, sondern es immer öfter, immer wieder übermäßig oft zu betreiben, und das ist schlecht.

Denkt immer daran: Die Lust zerstört jeden Erfolg. Gerade wenn es um Gelüste geht, solltet ihr enthaltsam sein.

Die Enthaltsamkeit ist ein wichtiger Baustein für euren Erfolg, denn sie wird euch immer zu einem vernünftigen Menschen machen. Enthaltsam zu sein heißt auch, Herr über sich selbst zu sein und sein eigenes Leben im Griff zu haben. Enthaltsam zu sein heißt, nein sagen zu können, nein zu sagen zu all den Dingen, die für eure Gesundheit, euren Erfolg und euer Glück hinderlich sind.

Treue

Treue ist eine Tugend, die wir jedem Menschen und uns selbst gegenüber praktizieren müssen.

Unserem Partner gegenüber müssen wir treu sein, aber auch unseren Freunden. Unseren Zielen gegenüber müssen wir treu sein. Den guten Tugenden gegenüber müssen wir treu sein. Letztendlich müssen wir uns selbst gegenüber treu sein. Treue ist ein Ehrenkodex, der uns und anderen Sicherheit und Vertrauen gibt. Wer untreu ist, auf den kann man sich nicht verlassen, und einen Menschen, auf den man sich nicht verlassen kann, den will man nicht zum Freund und nicht zum Geschäftspartner haben. Treue ist somit ein wichtiger Baustein für euren Erfolg, er festigt eure menschlichen Beziehungen.

Gewohnheit

Gewohnheit ist etwas, das man immer wieder denkt oder tut. Dadurch wird es automatisiert und somit zur Gewohnheit.

Ihr habt euch in eurem Leben viele Gewohnheiten angeeignet, schlechte wie gute. Doch eure Gewohnheiten sind nur deshalb zur Gewohnheit geworden, weil ihr etwas immer wieder tut. Tut oder denkt ihr es nicht mehr, entwöhnt ihr euch automatisch wieder.

Gewohnheit und Autosuggestion liegen sehr nahe beieinander. Ein Geigenspieler, der ein Stück immer und immer wieder spielt, kann es irgendwann ganz automatisch spielen und dabei sogar an etwas anderes denken, denn seine Finger werden nach der Gewohnheit das Stück spielen. Es gibt jedoch auch Essens-, Lebens- und Denkgewohnheiten. Ihr solltet eure Gewohnheiten nun auf den Prüfstand stellen, um feststellen zu können, ob sie es wirklich wert sind, weiterhin automatisch ausgeführt zu werden.

Zum Beispiel gibt es viele Menschen, die in der Nase bohren, ja sogar die Nasensekrete, die sie aus der Nase holen, in den Mund stecken und essen.

Dies ist eine scheußliche Gewohnheit und man kann sie sich ganz einfach abgewöhnen, indem man es einfach nicht mehr tut. Selbiges gilt für das Fingernägel beißen. Hier kann man auch mit

Autosuggestion arbeiten. Sagt euch jeden Abend kurz vor dem Einschlafen hundert Mal vor: „Ich werde nicht mehr in der Nase bohren.“ Auch während des Tages solltet ihr immer wieder daran denken, und ihr werdet sehen, wie euer Unterbewusstsein euren Wunsch erfüllt und euch helfen wird, euch diese schlechte Gewohnheit abzutrainieren. So könnt ihr mit allen schlechten Gewohnheiten verfahren.

Viele eurer Verhaltensregeln sind euch zur Gewohnheit geworden, ihr müsst diese aber nicht akzeptieren. Gerade Gewohnheiten, also Dinge, die ihr automatisch immer wieder tut, ohne daran zu denken, solltet ihr stets gut im Auge behalten. Gewohnheiten habt ihr nicht von Geburt an mitbekommen, sondern ihr habt euch diese angeeignet und könnt sie euch deshalb ebenso gut wieder abgewöhnen. Gewohnheiten sind dazu da, dass sie euer Leben vereinfachen. Gute Gewohnheiten sind deshalb auch gut für euer Leben.

Lasst euch bewusst werden, dass ihr von Zeit zu Zeit euer Leben ändert, sich eure Einstellung zu eurem Leben ändert. So müsst ihr auch von Zeit zu Zeit eure Gewohnheiten von Neuem auf den Prüfstand legen und euch fragen, ob ihr sie überhaupt noch haben wollt.

Mit der Änderung eurer Lebensumstände und eurer Lebensanschauung müssen sich auch eure Gewohnheiten ändern, und eure Aufgabe ist es,

eure Gewohnheiten immer wieder eurem Leben anzupassen. Das Allerwichtigste jedoch ist, dass euch bewusst wird, dass ihr Gewohnheiten habt, die automatisch durchgeführt werden. Am besten, ihr macht euch einen Katalog von euren Gewohnheiten, so könnt ihr sie im Blick behalten und je nach Bedarf ändern. Streicht die durch, die ihr nicht mehr benötigt, oder die ohnehin schlecht sind, und ergänzt den Katalog mit jenen Gewohnheiten, die ihr euch gerne aneignen wollt. Beginnt, eure Gewohnheiten bewusst festzulegen und zu automatisieren. Es ist für euren Erfolg sehr wichtig, dass ihr Gewohnheiten kritisch betrachtet und nur bewusste, ausgewählte Dinge zur Gewohnheit werden lasst.

Denkt immer daran: Sprüche wie „das haben wir schon immer so getan“ sind etwas für Versager. Das, was ihr schon immer so getan habt, heißt nicht, dass das auch gut ist oder noch zu eurer Lebenseinstellung passt. Menschen, die nicht bereit sind, etwas an ihren Gewohnheiten zu ändern, obwohl diese schlecht für sie sind, werden im Leben scheitern.

Gerade im Geschäftsleben müsst ihr euch immer wieder auf Neuerungen einstellen und eure Gewohnheiten anpassen, damit euer geschäftlicher Weg nicht in einer Sackgasse endet. So entscheiden Gewohnheiten oft über Erfolg und Misserfolg.

Gewohnheiten sind von Natur aus geistige Automatisationen und jeder Mensch hat seine individuellen Gewohnheiten, die durch die automatisierten Durchführungen zur Bildung seines Charakters beitragen.

Gute Gewohnheiten tragen somit zu einem guten Charakter bei und schlechte Gewohnheiten zu einem schlechten Charakter.

Wenn ihr euch eine Liste gemacht habt, auf welcher alle eure Gewohnheiten aufgelistet sind, dann streicht die schlechten durch und gewöhnt euch diese ab, indem ihr sie nicht mehr tut.

Ergänzt die Liste um alle Gewohnheiten, die für euch gut sind, die euren Erfolg fördern und die ihr euch gerne angewöhnen möchtet. Beginnt, diese bewussten neuen Gewohnheiten auch bewusst zu automatisieren.

Eure geistige Arbeit besteht vor allem darin, dass ihr der Versuchung widersteht, eine alte, eine schlechte Gewohnheit, die ihr nicht mehr haben wollt, wieder zu tun. Jedes Mal, wenn ihr der Versuchung widersteht, eine schlechte Gewohnheit, die ihr euch abgewöhnen wollt, zu praktizieren, werdet ihr stärker werden. Die Gewohnheit wird mehr und mehr in Vergessenheit geraten, aus eurem Automatisierungsspeicher gelöscht werden. Wenn ihr euch eine schlechte Gewohnheit abgewöhnen oder eine neue gute Gewohnheit angewöhnen möchtet, müsst ihr dies mit aller Entschlossenheit tun.

Es sind die Tugenden der Willenskraft und der Beharrlichkeit, die euch helfen werden, eure schlechten Gewohnheiten abzugewöhnen und neue gute Gewohnheiten auszubilden.

Mithilfe der Autosuggestion könnt ihr Gewohnheiten herausbilden, und genauso könnt ihr euch diese auch abgewöhnen.

Denkt immer daran: Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Es ist ein Teil der Hauptaufgabe eures Unterbewusstseins, eure gewohnheitsmäßigen Aufgaben zu steuern.

Ihr habt zum Beispiel Laufen, Schwimmen und Rad fahren durch Übung gelernt. Üben heißt, dass sich diese Bewegungen durch die vielen Wiederholungen in euer Unterbewusstsein eingepägt haben. Damit hat euer Unterbewusstsein die Ausführung mit seinen Reflexen übernommen, und die Automatisierung ist eingetreten.

Charakter

Euer Charakter ist die Summe aller Gewohnheiten und Verhaltensweisen, die ihr in eurem Unterbewusstsein fest verankert habt, und die ihr durch euer bewusstes Denken und Leben nach außen zeigt.

Euer Charakter wurde euch nicht vererbt, ihr habt diesen nicht von Geburt an, sondern er hat sich im Laufe eures Lebens geformt. Ihr habt ihn selbst geformt mit all dem, was ihr tut oder nicht tut, denkt oder nicht denkt.

Nachdem ihr euch euren Charakter selbst geformt habt, könnt ihr ihn auch jederzeit wieder umformen. Eure Aufgabe wird es nun sein, euren Charakter umzuformen zu einem guten Charakter, zu einem, der die hohen Ideale des Lebens verinnerlicht, wie beispielsweise die guten Tugenden. Nur mit einem guten Charakter werdet ihr gesund, erfolgreich und glücklich sein.

Lasst euch bewusst werden, dass euer Charakter durch die Erziehung eurer Eltern, durch eure Schule, durch die Medien, durch die Kirche und durch euren Freundeskreis geformt und geprägt wurde. Doch alles, was euren Charakter ausmacht, ist nicht für die Ewigkeit festgeschrieben oder unwandelbar. Es ist nur ein aktueller Zustand der Summe eurer Gewohnheiten, den ihr jederzeit ändern könnt. Wenn ihr euch bewusst euren künftig neuen und guten Charakter detailliert vorstellt, und dies immer wieder tut, wird eure gedankliche

Vorstellung sich in euer Unterbewusstsein einprägen und wahr werden. Ihr werdet euren Charakter umformen.

Doch wodurch zeichnet sich ein guter Charakter aus? Die Basis bilden die guten Tugenden, durch deren Anwendung diese zu guten Gewohnheiten werden. Wenn ihr euch die guten Tugenden zu eigen macht, werden diese zu guten Gewohnheiten und bilden letztendlich euren guten Charakter aus. Es bedarf viel geistiger Arbeit, euren Charakter, den ihr euch angewöhnt habt, zu analysieren und umzuformen, wenn ihr aber erfolgreich sein wollt, müsst ihr diese Mühen auf euch nehmen. Niemand kann euch diese Mühen abnehmen, ihr könnt einen guten Charakter nicht kaufen und nicht geschenkt bekommen, nur ihr selbst könnt euch diesen erarbeiten.

Ihr müsst alle schlechten Charaktereigenschaften, die ihr durch schlechte Gewohnheiten ausgebildet habt und die nun in eurem Unterbewusstsein fest verankert sind, durch positive ersetzen.

Es macht euch stark, wenn ihr eure eigenen Fehler erkennt und diese mit mühevollerem Denken und der Hilfe der Autosuggestion beseitigt.

Doch wenn ihr immer und immer wieder daran arbeitet, wenn ihr mit großer Willenskraft und Beharrlichkeit alle schlechten Charaktereigenschaften durch gute ersetzt, dann werden die neuen, die guten Charaktereigenschaften

bald schon zur Gewohnheit werden und einen guten Charakter herausbilden. Ein guter Charakter ist die Grundlage für euren Erfolg bei den Mitmenschen, er hilft euch, gute Entscheidungen zu treffen, und vor allem ist er die Grundlage für eine gute Persönlichkeit. Ein fester Händedruck zeugt von einem festen Charakter. Solltet ihr einmal eigene Kinder haben, dann denkt daran, dass gerade bei der Kindeserziehung darauf geachtet werden sollte, dass ein guter Charakter anerzogen wird, denn alles, was gleich gut gemacht wird, braucht später nicht mehr umgeändert zu werden. Eure Kinder werden es euch danken, da sie sich im Alter viel geistige Arbeit ersparen.

Denkt immer daran: Einen guten Charakter zu haben heißt, dass ihr die guten Tugenden in euch ausgebildet habt, dass ihr fest in dessen Glauben steht und euch niemals von anderen umwerfen lasst, schlecht zu denken und schlecht zu handeln.

Sät ihr eine Handlung aus, so werdet ihr eine Gewohnheit ernten. Sät ihr eine Gewohnheit aus, so werdet ihr einen Charakter ernten, sät ihr einen Charakter aus, so werdet ihr eine Persönlichkeit ernten. Somit ist die Handlung der guten Dinge Anfang.

Persönlichkeit

Damit ihr erfolgreich sein könnt und euch somit von der Masse der erfolglosen Menschen abheben könnt, müsst ihr eine eigene Persönlichkeit entwickeln, die vor allem die hohen Tugenden beinhaltet, aber auch einen gut geformten Charakter und eine angenehme, anziehende Art.

Die Persönlichkeit ist das Bild, das wir an einen Menschen abgeben, der uns gegenübersteht. Unter Bild meine ich, wie wir aussehen, wie wir gestikulieren, was wir sagen und was wir ausstrahlen.

In der Realität schätzt ihr euer Gegenüber meist schon nach wenigen Minuten richtig ein. Instinktiv nimmt euer bewusster und unterbewusster Geist alle Gefühlsregungen und Ausdrücke sowie die geistigen Äußerungen eures Gegenübers wahr, und sofort werden diese von eurem bewussten und unterbewussten Geist verarbeitet. Ihr schätzt den Menschen euch gegenüber dahingehend ein, ob er mit euren Idealen konform geht oder ob ihr ihm lieber den Rücken kehrt. Ihr beurteilt den Menschen durch euer Raster und das ganz automatisch. Wenn ein Mensch mit euren Idealen konform geht, dann werdet ihr diesen anziehen, denn Gleiches zieht Gleiches an. Wenn ein Mensch mit euren Idealen nicht konform geht, dann werdet ihr ihn abstoßen, denn euer Unterbewusstsein wird euch diese Entscheidung sofort mittels Gefühlen mitteilen.

Hört auf die Gefühle eures Unterbewusstseins. Es weiß, was ihr wollt.

Wenn ihr einen Penner vor euch seht, der eine Flasche Whiskey in einer alten Einkaufstüte in der Hand hat, aus der er gerade trinkt, und ihr seht auf seine Hosen, in welche er selbst hineingepieselt hat, und sie sind noch nass, dann ekelt ihr euch vor ihm und ein Gefühl der Abstoßung flammt in euch auf. Es war nur ein Blick, ein kurzer Blick, und ihr werdet wegsehen und ihn vergessen. So sind es also oft nur Bruchteile von Sekunden, in welchen ihr andere Menschen mustert und entscheidet, zu welchen Menschen ihr euch hingezogen fühlt und zu welchen nicht. Dies ist der ureigene Trieb der Partnerwahl, Männlein und Weiblein suchen einander. Wenn beide harmonieren, entsteht Liebe und die Fortpflanzung ist gesichert.

Der optische Eindruck in unserer Welt zählt also sehr viel. Deshalb ist gepflegte Kleidung sehr wichtig. Es gibt die unterschiedlichsten Kleidungsstile, aber die Gepflegtheit ist das Ausschlaggebende.

Es ist sehr wichtig für euer Leben, eine Persönlichkeit zu sein, denn dies ist ein Baustein für euren Erfolg. Es ist wichtig, eine eigene Persönlichkeit zu entwickeln, eine, die anziehend ist, die aner kennenswert ist. Dazu gehören gepflegte Kleidung, ein gepflegter Körper, positives Denken, ein gut ausgebildeter Charakter und eine angenehme Persönlichkeit.

Doch das Wichtigste ist, dass eure Persönlichkeit anziehend ist, dass die Mitmenschen gerne in eurer Nähe sind, ja, von euch angezogen werden. Wenn dies im positiven Sinne erfolgt, ist es ein weiterer Schritt zum Erfolg, denn gerade im Geschäftsleben machen Menschen nur mit Menschen Geschäfte, die sich sympathisch sind, also Gute mit Guten und Schlechte mit Schlechten. Seid anziehend und ihr werdet Freunde und Wegbereiter finden, die euch euren Zielen näher bringen.

Wenn ihr nicht durch eine angenehme Persönlichkeit, eine positive Anziehungskraft auf andere Menschen ausübt, wird euch niemand gerne helfen und ihr könnt ohne die Hilfe eurer Mitmenschen nicht erfolgreich sein.

Eure Persönlichkeit besteht aus der Summe aller Eigenschaften, die ihr euch angeeignet habt, und die euch von jedem anderen Menschen unterscheiden. Es sind viele Dinge, die ihr tut oder nicht tut, denkt oder nicht denkt, und eben diese machen eure Persönlichkeit aus. Vor allem aber ist es das Bild, das ihr nach außen abgibt. Die Sprache ist ein weiterer, sehr wichtiger Bestandteil eurer Persönlichkeit. Anhand der Worte, die ihr wählt und dann ausspricht, werden andere Menschen euch für vornehm halten oder Anstoß daran nehmen. Auch der Klang eurer Stimme gehört zu eurer Persönlichkeit. Die Stimme kann ruhig, sanft, freundlich und wohlklingend sein, oder sie

kann auf andere Menschen hektisch und aggressiv und somit nicht wohlklingend wirken, und andere Menschen abstoßen.

Der Händedruck verrät viel über die Persönlichkeit eines Menschen. Ein ordentlicher fester Händedruck zeugt von einem ausgeprägten, festen Charakter. Eine anziehende Persönlichkeit kann man als eine beschreiben, die viele gute Eigenschaften besitzt, wodurch sich Menschen zu dieser hingezogen fühlen. Gleiches zieht Gleiches an. Mit einer ausgeprägten guten Persönlichkeit zieht ihr auch solche Menschen an, die euch ähnlich sind.

Ihr sollt ein Mensch sein, dessen Persönlichkeit anziehend ist, und deshalb müsst ihr bereit sein, anderen uneigennützig zu helfen. Ihr dürft weder neidisch noch egoistisch sein, ihr müsst ungeachtet unterschiedlicher politischer Einstellungen oder ökonomischer Standpunkte jedem seine Meinung lassen. Ihr dürft mit oder ohne Grund nicht schlecht über andere Menschen sprechen und schon gar nicht hinter deren Rücken. Ihr sollt es schaffen, euch zu unterhalten ohne in einen Streit verwickelt zu werden oder aus der Ruhe zu kommen. Ihr sollt in eurem Gegenüber immer das Gute sehen und über das Schlechte hinwegsehen. Ihr sollt andere weder verändern noch maßregeln wollen. Ihr sollt häufig und von ganzem Herzen lächeln. Ihr sollt Musik, Tiere, Blumen und vor allem kleine Kinder lieben. Empfindet Mitgefühl für alle, die in Schwierigkeiten stecken. Und bitte räumt allen

das Recht ein, anders zu denken und anders zu handeln, solange sie die Rechte anderer nicht verletzen. Ihr sollt euch in eurem täglichen Leben stets bemühen, ernsthaft und konstruktiv bei euren Gedanken und Taten zu bleiben, ihr sollt vor allem immer erfolgsorientiert denken. Seid stets ehrlich und lebt nach den guten Tugenden. Lasst andere Menschen aussprechen.

Denkt immer daran: Wenn ihr schafft, Zuversicht, Freude, Liebe, einfach etwas Sonnenschein in das Leben anderer Menschen zu bringen, dann werden euch diese gerne helfen und euch zum Freund und Geschäftspartner haben wollen.

Freunde

Eure Freunde sind sehr wichtig für euch, denn sie beeinflussen euer ganzes Leben. Deshalb solltet ihr eure Freunde gut auswählen. Auswählen heißt, ihr solltet beobachten. Gerade wenn ihr neue Menschen kennenlernt, ist es richtig, wenn ihr deren Mimik, deren Aussagen, deren Pflegezustand, deren Charakter und deren Persönlichkeit gut beobachtet und studiert. Wenn ihr euch einen guten Freundeskreis wählen wollt, heißt das auch, dass ihr es akzeptieren müsst, wenn sich herausstellt, dass ein Freund nicht der ist, mit welchem ihr verkehren solltet. Ihr müsst also akzeptieren, dass ihr euch von solchen falschen und schädlichen Freunden trennen müsst. Natürlich gilt das, was für die Auswahl eurer Freunde gilt, auch für eure Geschäftspartner.

Ein Freund, der einen schlechten Einfluss auf euch ausübt, der in einem schlechten Umfeld lebt, dessen Charakter schlecht ist und der eine abstoßende Persönlichkeit hat, schadet euch, und ihr müsst euch von diesem sofort trennen, wenn ihr erfolgreich sein wollt.

Grundsätzlich solltet ihr bei jedem Menschen, der euch näherkommt, erst einmal versuchen zu erfahren, ob dieser eine positive Geisteshaltung hat, ob dieser ehrlich und zielstrebig ist, ob dieser einen guten Charakter hat, ob dieser nach den guten Tugenden lebt, bevor ihr ihn wirklich näher

an euch heranlasst. Es gibt das Sprichwort: „Zeige mir deine Freunde und ich sage dir, wer du bist.“

Denkt immer daran: Was ihr wollt, dass man euch antut, das tut auch allen anderen an. Was ihr wollt, dass die Menschen über euch denken, das solltet ihr auch über die Menschen denken. Was ihr wollt, dass die Menschen für euch fühlen, das solltet ihr auch für die Menschen fühlen. Wie ihr wollt, dass die Menschen sich euch gegenüber verhalten, so solltet ihr euch auch gegenüber den Menschen verhalten. Richtet niemanden anderen, und so werdet auch ihr nicht gerichtet werden. Denn mit dem Urteil, mit dem ihr richtet, werdet auch ihr gerichtet werden.

Ihr müsst immer darauf achten, dass euch niemand ausnützt und dass euch vor allem niemand manipuliert. Gebt nicht nach, wenn von euch etwas verlangt wird, was nicht gut, sondern schlecht für euch ist. Weigert euch freundlich, aber mit aller Entschiedenheit.

Nachgiebigkeit lohnt sich in solch einem Fall nicht, denn sie macht euch zu Sklaven des Bösen. Vergesst nie, dass ihr auf der Welt seid, um gesund, erfolgreich und glücklich zu sein, um euch selbst zu verwirklichen und nicht fremdbestimmen zu lassen. Lasst es nicht zu, dass eure Freunde euch von euren guten Zielen abbringen, euch von eurem Weg ablenken. Diese Freunde sind keine guten

Freunde. Bleibt euren guten Idealen, euren guten Tugenden und euren Zielen immer treu.

Ein wahrer Freund und geistig reifer Mensch gesteht anderen Menschen zu, eine eventuell andere Meinung zu haben, und versucht nicht, diesem seine eigene Meinung, seinen Willen aufzudrücken. Auch wenn ihr anderer Meinung seid, könnt ihr deshalb freundlich sein und anderen ihre Meinung lassen.

Die erste Stufe, wenn ihr emotionale Reife erlangen wollt, ist es, anderen ihre schlechten Taten zu vergeben. Ihr vergebt reinen Herzens, wenn ihr diesen Menschen Gesundheit, Erfolg und Glück wünscht.

Denkt immer daran: Alles, was ihr anderen Menschen wünscht, das wünscht ihr euch auch selbst, denn alles, was ihr anderen wünscht, das müsst ihr euch erst in eurem Geiste gedanklich vorstellen, und alles, was ihr euch gedanklich vorstellt, wird automatisch in euer Unterbewusstsein eingepflanzt. Vergebt anderen, und ihr vergebt damit euch selbst.

Sagt aufrichtig zu jenen: „Ich verzeihe dir von ganzem Herzen und ohne Einschränkung. Frei bin ich von Bitterkeit und verzeihe dir alles. Ich wünsche dir Gesundheit, Erfolg und Glück.“

Habt anderen gegenüber niemals Schuldgefühle. Schuldgefühle sind allein die Überzeugung falscher Gedanken, und vor allem falschen und negativen Denkens. Durch Schuldgefühle macht ihr euch selbst geistig krank und werdet dann krank am Körper.

Wie die Schuldgefühle, so machen Gefühle von Hass, Neid, Wut, Zorn und Rache jeden Menschen krank und schaden nur dem, der solche Gefühle in sich leben lässt. Wenn ihr anderen wirklich verzeiht, werden solche negativen Gefühle verschwinden, und ihr werdet mit euch selbst wieder in Harmonie leben.

Ich hoffe, ihr habt nun verstanden, warum es so wichtig ist, sich seine Freunde gut auszusuchen. Falsche Freunde machen euch krank und ziehen euch mit hinab in das Tal der Versager.

Es wird euch sicherlich, zumindest anfangs, sehr schwerfallen, solchen negativen Menschen die Freundschaft zu kündigen oder zu verweigern, doch ihr könnt mir glauben, wenn ich euch sage, dass es noch viel schwieriger ist, den negativen Einfluss, den falsche Freunde auf euch ausüben, auf Dauer abzublocken.

Denkt immer daran: Es leben viele Millionen Menschen auf unserer Welt, die gut sind, die erfolgreich sind, die einen positiven Einfluss auf euch

ausüben werden. Ihr braucht deshalb keine Angst zu haben, falschen Freunden den Rücken zu kehren, denn mit etwas Kontaktfreudigkeit werdet ihr sicher bald schon neue Freunde finden, die es wert sind, eure Freunde zu sein. Eure Freunde bestimmen euren Erfolg oder Misserfolg tatkräftig mit.

Gruppen

Beim Thema Freunde komme ich auch auf Gruppen zu sprechen. Viele Menschen gruppieren sich aufgrund einer gemeinsamen Persönlichkeit und vor allem aufgrund einer gemeinsamen Anschauung von Dingen. Lasst euch bewusst werden, dass in der Gruppe nicht mehr der Einzelne, das Individuum, die Persönlichkeit zählt. Vielmehr geht in einer Gruppe die einzelne Persönlichkeit in einer kollektiven Persönlichkeit auf, oder besser gesagt: unter. In allen Gruppen gibt es auch Anführer, Leittiere, welche eine Persönlichkeit vorgeben, die alle sogenannten Anhänger nachahmen wollen.

Es sind totalitäre Regime, aber auch Sekten, die solche negativen Gruppierungen vorantreiben. Es gibt auch Gruppierungen wie Teds, Punks, Skins, Hooligans und wie sie alle heißen.

Es ist gleich, welcher Massenbewegung ihr euch anschließen wollt, denn alle nehmen euch eure eigene Persönlichkeit. Oft geschieht dies sogar mit Gewalt. Die Masse der Gruppe ist stark, der Einzelne schwach. So hat man Angst und will dazugehören, wenn nicht, dann wird oft mit Gewalt nachgeholfen. Es gehört zu einer starken Persönlichkeitsbildung, niemals in einer Masse seine eigene Persönlichkeit aufzugeben. Sie ist das wichtigste Gut, das ihr habt, und niemand kann euch dazu zwingen, eure eigene Persönlichkeit aufzugeben. Die Gedanken sind frei,

also ist die Persönlichkeit frei, denn sie besteht aus Gewohnheiten und somit aus Gedanken.

Es gibt auf unserer Welt immer zwei Arten von Menschen, die Anführer und die Anhänger, die Gewinner und die Versager. Das Verhältnis dabei ist etwa 5:95. Das bedeutet, es gibt etwa 5 Prozent Anführer (Erfolgsmenschen) und etwa 95 Prozent Anhänger (Versager). Wenn ihr mein Buch gelesen habt und nur ein wenig davon in eurem Leben berücksichtigt, dann gehört ihr zu den 5 Prozent Gewinnern, zu den Vorbildern, und viele werden euch folgen und nachahmen wollen.

Erfolgreiche Menschen sind Führer, Leittiere, Macher, Manager, eben diejenigen, die die Mitlaufenden zu Gruppen organisieren.

Denkt immer daran: Schließt euch nie einer Gruppe an, findet Gruppen nie toll und werdet nie ein Mitläufer, denn das wird euer Untergang sein.

Auch wenn ihr euch keiner Gruppe anschließt, könnt ihr dennoch Freunde haben, die einer Gruppe angehören. Die Auswahl eurer Freunde solltet ihr nach den Kriterien der Ehrlichkeit, des positiven Denkens, des guten Charakters, der Zielstrebigkeit und eben nach verschiedenen weiteren guten geistigen Eigenschaften treffen, und nicht danach, ob jemand einer Gruppe angehört oder nicht. Vielleicht wird dieser Mensch ja schon in einigen Tagen der negativen Gruppe den Rücken kehren.

Menschen, die einer Gruppe angehören, sind meist labil, ängstlich, haben keinen festen Charakter, keine anziehende Persönlichkeit. Sie sind meist Versager, da sie keinen Halt im Leben haben und diesen auch nicht suchen. Eines noch. Solltet ihr einer Gruppe beitreten und feststellen, dass diese euch schadet, ja regelrecht negativ ist, dann müsst ihr all euren Mut zusammennehmen und aussteigen. Denkt an den Spruch: „Lieber ein Ende mit Schrecken, als ein Schrecken ohne Ende.“ Gebt nie auf, für eure Freiheit zu kämpfen, für eure Gesundheit, euren Erfolg und euer Glück.

Denkt immer daran: Nur wer aufgibt, ist besiegt und verloren.

Ein erfolgreiches Leben

Erfolg haben diejenigen, die erfolgreich denken und erfolgreich leben.

Ihr habt in den vorhergehenden Kapiteln erfahren, wie euer Geist und euer Körper beschaffen sind, wie sie funktionieren und wie ihr sie optimal ausbilden könnt. In den folgenden Kapiteln werde ich euch die Gesetze des Erfolges aufzeigen, die alle erfolgreichen Männer und Frauen erkannt und in ihrem Leben umgesetzt haben. Alles Wissen um euren Körper und Geist ist nichts wert, wenn ihr nicht zur Tat schreitet und versucht, durch Handlungen erfolgreich zu werden. Wie schon Shakespeare sagte: „Sei ein Mann der Tat und nicht des Wortes alleine.“ Erfolgreich sein heißt, nicht nur gesund und glücklich zu sein, Erfolg spiegelt sich hauptsächlich auf dem Bankkonto wider. Erfolgreiche Menschen sind reich. Loser und Versager sind arm. Es zählt jedoch nicht nur die Höhe des Guthabens auf eurem Konto, sondern auch, Anerkennung für herausragende Leistungen zu erhalten.

In den folgenden Kapiteln werde ich erläutern, was einen erfolgreichen Menschen ausmacht, und was dem erfolglosen Menschen fehlt und zum Versager macht.

Erfolg ist nichts, was ihr von Geburt an mitbekommt, sondern es ist das, was man sich im Leben durch gute Leistung erarbeitet. Erfolg ist auch nichts, was

man vererbt oder geschenkt bekommt oder sich kaufen kann. Erfolg ist das, was ein jeder Mensch, gleich welcher Abstammung, gleich welcher wirtschaftlichen Verhältnisse, erreichen kann durch seine eigene Kraft.

Erfolg lässt sich anhand einiger Faktoren ausmachen, welche ich nun näher erläutern werde. Wenn ihr die folgenden Regeln des Erfolges in eurem Leben umsetzt, werdet ihr sicher erfolgreich werden, so wie dies viele Menschen vor euch bereits bewiesen haben.

Denkt immer daran: Erfolg ist nicht nur, seinen Körper und seinen Geist zu verstehen, seinen Körper und seinen Geist optimal auszubilden, seinen Kopf mit unendlich viel Wissen zu füllen, sondern Erfolg ist vor allem das, was man aus seinem Leben, aus sich macht. Der erste Schritt zum Erfolg besteht darin, dass ihr euch klar machen müsst, was ihr wirklich wollt, was ihr im Leben erreichen wollt. Ihr müsst euch ein Ziel setzen, denn ohne Ziel könnt ihr auch nicht an das Ziel gelangen und somit auch nicht erfolgreich sein. Erfolgreich sein heißt nämlich, Ziele zu erreichen. Der zweite Schritt zum Erfolg besteht für euch darin, dass ihr euch auf irgendein Gebiet spezialisieren müsst, um darin der Beste zu werden. Dabei dürft ihr nicht vergessen, dass ihr nur dann der Beste werden könnt, wenn euch eure Arbeit wirklich Spaß macht und ihr in eurer Arbeit aufgeht und damit zufrieden seid.

Am besten ist es, ihr macht euch eure Lieblingstätigkeit, euer Hobby, zur Arbeit. Stellt euch vor, ihr übt eure Lieblingstätigkeit bereits aus und seid sehr erfolgreich. Benutzt eure Fantasie und stellt euch vor, ihr lebt in Glück und Wohlstand und seid erfolgreich. Denn alles, was ihr euch vorstellt und woran ihr mit aller Energie arbeitet, das werdet ihr auch erreichen.

Ihr müsst fest daran glauben, dass ihr zum Erfolg geboren seid und alles verrichten könnt, um euer Ziel zu erreichen und erfolgreich zu sein, ganz gleich, wie schwierig es euch auch erscheint.

Wie ich bereits im Kapitel über den Glauben ausgeführt habe, müsst ihr euch bereits am Ziel sehen, euch vorstellen, dass ihr euer Ziel bereits erreicht habt, und so leben, als hättet ihr euer Ziel bereits erreicht. Nehmt im Glauben das Erreichen des Ziels vorweg und stellt euch vor allem euer Ziel so bilderreich wie nur möglich vor.

Ihr müsst tief in euer Inneres hineinhorchen und herausfinden, was eure Berufung ist. Wenn ihr dies getan habt, dann folgt eurer Berufung. Sprecht mit eurem Unterbewusstsein und fragt es, was eure Berufung ist, und seid offen für die Antwort, die ihr sicherlich erhalten werdet.

Die Geschichte erfolgreicher Menschen zeigt, dass alle diejenigen, die nicht selbstsüchtige Ziele hatten und dem Dienst an der Menschheit treu waren, auch erfolgreich wurden.

Das Wichtigste ist jedoch, dass ihr mit dem, was ihr tut, innerlich zufrieden seid, denn nur dann könnt ihr erfolgreich sein.

Wie ich im Kapitel über das Unterbewusstsein bereits ausgeführt habe, müsst ihr euch ein klares Ziel setzen, das zeitlich und inhaltlich klar definiert ist, damit euer Unterbewusstsein dieses auch deutlich versteht und sich an die Arbeit machen kann, euch bei der Erfüllung eurer Wünsche zu helfen.

Doch die Gesetze des Erfolgs können erlernt werden. Es gibt eine Menge naturgemäßer Regeln, die einen, wenn man sie beherrscht, schneller und vor allem sicher zum Erfolg führen. In den folgenden Kapiteln werdet ihr diese Regeln genauer kennenlernen.

Denkt immer daran: Ihr seid eures Erfolges eigener Schmied, denn was ihr heute sät, werdet ihr morgen ernten. Jeder Erfolg kommt mit der Hilfe des Unterbewusstseins zustande.

Niemand kann euch die Mühen der Arbeit abnehmen, die ihr auf eurem Weg zum Ziel aufbringen müsst.

Erfolg könnt ihr nicht abschauen, nicht stehlen, nicht geschenkt bekommen und nicht kaufen. Ihr könnt euch Erfolg nur selbst erarbeiten, indem ihr eure gesteckten Ziele erreicht. Beginnt gleich heute

und macht euch auf euren Weg! Je fleißiger ihr auf euer Ziel hinarbeitet und je mehr Willenskraft ihr aufwendet, desto schneller werdet ihr euer Ziel erreichen.

Mithilfe eures bewussten und unterbewussten Geistes habt ihr alle Macht, euch ausreichend Fachwissen anzueignen, damit ihr loslegen und bald schon euren erarbeiteten Erfolg ernten könnt.

Da ihr nun wisst, wie euer Geist funktioniert, könnt ihr diesen auch ausbilden.

Das Aneignen der guten Tugenden und die Ausbildung eines guten Charakters machen aus euch eine große Persönlichkeit.

Wenn ihr nun noch die Gesetze des Erfolges erlernt und anwendet, werdet ihr mit Sicherheit erfolgreich.

Denkt immer daran: Erfolg zu haben heißt, Ziele zu erreichen. Ziele könnt ihr nur erreichen, wenn ihr euch diese steckt und beharrlich darauf hinarbeitet.

Reichtum für jedermann

Alle Menschen haben ein Recht auf Reichtum und somit habt auch Ihr ein Recht auf Reichtum, ein Recht auf ein sorgenfreies Leben in Wohlstand und Sicherheit. Ein sorgenfreies Leben in Wohlstand und Reichtum bedeutet, dass ihr über ausreichend finanzielle Mittel verfügen müsst, welche für ein Leben in Wohlstand notwendig sind.

Ihr seid auf die Welt gekommen, damit ihr euch körperlich und geistig entwickelt und entfaltet und Freude am Leben habt. Alles, was euch dabei hilft, sei euch dabei willkommen.

Ihr könnt in Luxus leben und die ganze Herrlichkeit des materiellen Lebens genießen, wenn ihr erfolgreich und wohlstandsorientiert denkt und handelt.

Gebt euch nicht mit dem Nötigsten zufrieden, denn mit eurem gesunden Geist könnt ihr allen Luxus haben, den ihr euch vorstellen könnt, und sehr reich werden. Nur ihr selbst könnt die Barrieren errichten, die euch vom Luxus trennen.

Ihr müsst lernen wie, und immer bestrebt sein, euch viel Geld zu erarbeiten, und vor allem, wie ihr mit Geld umgehen müsst, damit es sich vermehrt und es euch keiner mehr wegnehmen kann.

Viele Menschen wünschen sich reich zu sein. Dies ist in Wirklichkeit der Wunsch nach einem erfüllten Leben in Sicherheit. Nur mit Geld könnt ihr euch vor Armut sichern. Geld wird euch alles

Materielle bringen wovon ihr Träumt. Ihr habt ein Recht auf Reichtum und ein Recht darauf euch alles zu kaufen und alle euren materiellen Wünsche zu erfüllen. Ihr müsst euren Geist auf Reichtum einstellen. Glaubt jeden Tag fest daran, dass eure wirtschaftlichen Unternehmungen euch reich machen werden. Stellt euren Geist positiv auf Reichtum, auf viel Geld ein. Je mehr Geld ihr habt, desto besser ist es für euch. Freut euch jeden Tag an der Mehrung eures Reichtums.

Ihr müsst jeden Tag daran denken, dass Geld etwas Gutes ist. Ihr dürft niemals geringfügig über Geld sprechen oder es gar im Geiste ablehnen, es schmutzig oder schlecht finden. Ihr müsst Geld gegenüber durch und durch positiv entgegenstehen. Ihr dürft euch niemals mit wenig zufrieden geben, da ihr viel mehr haben könnt.

Sagt euch immer, dass euch nichts im Wege steht, reich zu werden, denn das ist auch die Wahrheit. Vergesst nie, dass ihr durch eure Gedanken euer Unterbewusstsein programmiert.

Wenn ihr Geld ablehnt, dann wird euer Unterbewusstsein alles in seiner Macht stehende dafür tun, euch vom Geld fernzuhalten. Lasst nie negative Gedanken über Geld in euch aufkommen, wie beispielsweise Geld ist schlecht, stinkreich, Scheißgeld, blöde Reiche, Geld ist nicht wichtig usw.

Denkt immer daran: Euer Unterbewusstsein kann nichts anziehen, was ihr ablehnt. Also lehnt viel Geld nie ab.

Indem ihr euch immer wieder vorstellt reich zu sein und euch euren Reichtum bilderreich ausmalt, programmiert ihr euer Unterbewusstsein euch zu helfen reich zu werden. Freut euch daran, Geld auszugeben, und glaubt fest daran, dass, je mehr Geld ihr ausgibt, desto mehr Geld zu euch zurückkommen wird. Glaubt fest daran, dass ihr Geld anzieht. Fühlt euch täglich bereits als reicher Mensch. Stellt euch all die schönen Dinge vor, die ihr mit Geld kaufen könnt, stellt euch diese so bilderreich wie nur möglich vor, und lebt so, als wären eure Wünsche bereits in Erfüllung gegangen. Denkt immer positiv über Geld, so baut ihr euch selbst keine Barrieren auf, die euch vom Geld trennen können.

Es gibt viele Menschen die schnell und ohne Mühen zu Geld kommen wollen und beschreiten dafür kriminelle Wege, indem sie es stehlen. Das Denken dieser Menschen ist voller Angst vor der Armut. Durch ihr negatives Handeln schaden sie sich jedoch nur selbst. Sie stehlen sich selbst ihr inneres Gleichgewicht, sie zerstören ihren Glauben an Ehrlichkeit und nehmen sich jede Möglichkeit, erfolgreich zu werden. Solche unehrlichen Menschen verlieren die Achtung vor sich selbst, verlieren die gesellschaftliche Stellung und da

sie negativ denken und handeln, ziehen sie alles Negative an und werden somit erfolglose Verlierer sein, die alle früher oder später ihre gerechte Strafe für ihr negatives Verhalten bekommen und oft dafür eingesperrt werden und alles wieder verlieren, was sie einst gestohlen haben. Mit den hier beschriebenen Erfolgskriterien werdet ihr auf ehrliche Weise erfolgreich und das dauerhaft.

Wenn ihr die Macht des Unterbewusstseins für euch arbeiten lasst, werdet ihr alles besitzen, was ihr benötigt, um reich zu werden. Lasst Geld in eurem Leben wie in einem Kreislauf zirkulieren. Ihr müsst lernen, dass immer dort, wo Geld fließend und ohne Barrieren hin- und abströmt kann, ein wirtschaftlich gesunder Kreislauf herrscht, der euch immer reicher machen wird.

Wenn ihr euren Zielen treu bleibt, allen euren Unternehmungen genug Aufmerksamkeit widmet, dann werdet ihr mithilfe eures Unterbewusstseins reich werden und braucht nicht versuchen, etwas umsonst zu bekommen, was sowieso nie gelingen wird. Füllt euer Unterbewusstsein mit bilderreichen Vorstellungen von Reichtum und stellt euch vor, bereits reich zu sein.

Erfolg ist selbst gemacht

Erfolg ist selbst gemacht. Doch was bedeuten Erfolg oder Misserfolg? In diesem Kapitel will ich euch anhand von Beispielen verständlich machen, was Erfolg und Misserfolg bedeuten, wie ihr beides erkennt, und was ihr tun müsst, damit ihr erfolgreich seid.

Erfolg bedeutet das positive, das Gute, das Tolle, das Erstrebenswerte, das, was jeder gerne haben möchte, von dem viele träumen, auf das jeder neidisch ist, der es nicht hat, das sich aber nur wenige selbst erarbeiten und es somit haben können.

Nun zum Misserfolg. Misserfolg ist das, was schlecht ist, was negativ ist, was einen zum Versager macht, was in Wirklichkeit niemand will und nicht erstrebenswert ist, das was nicht toll ist und für viele zum Alptraum wird und viele unglücklich macht.

Ich habe dieses Buch geschrieben, damit ihr den Misserfolg frühzeitig erkennen könnt, damit ihr versteht, was genau Misserfolg bedeutet und ihn auf euch zukommen seht, bevor er euch schaden kann, und vor allem, dass ihr ihm entgegenwirken könnt aber auch damit ihr den Erfolg zu sehen lernt und lernt erfolgreich zu handeln.

Meist ist es die Missachtung einer, oder mehrerer der guten Tugenden, die erfolglose Menschen zum Versager machen. Denn wenn ihr die guten Tugenden immer beachtet, dann werdet ihr niemals auf Dauer erfolglos sein.

Versager sind ziellos, ohne eigenen Antrieb, ohne einem Verlangen danach ein Ziel zu erreichen, ohne Begeisterung für ein Ziel. Sie sind faul und nehmen die Mühen der vielen benötigten Handlungen, um ein Ziel zu erreichen, nicht auf sich. Sie wollen nicht dazu lernen und haben sich kein Wissen angeeignet. Es fehlt ihnen an Konzentration und Beharrlichkeit und deshalb geben sie immer gleich auf, wenn etwas schwierig wird. Oft ist es so, dass diese erfolglosen Menschen schon kurz vor dem Ziel waren und dann aufgegeben haben, und anderen Menschen dann der Erfolg zu Teil wurde, da diese die letzten Schritte gegangen sind. Macht euch die guten Tugenden zu eigen, denn diese sind die Grundlage für eine gute geistige Ausbildung und somit für jeden Erfolg. Beharrlich an seinem Ziel zu arbeiten, das ist der Schlüssel zum Erfolg.

Ein weiterer Baustein für euren Erfolg ist es, euch geistig positiv auf euren Erfolg einzustellen. Menschen, die sich immer wieder negative Wörter wie „das ist unmöglich“, „Das geht nicht“, „das schaffe ich niemals“ und dergleichen vorsagen, stellen ihren Geist somit auf den bevorstehenden Misserfolg, das kommende Versagen ein, und Versagen.

Es gibt viele Menschen die negativ denken und somit Versager sind. Diese Menschen haben sich und ihr Unterbewusstsein auf das Versagen eingestellt. Ein Versager will, dass ihm alles in den Schoß fällt, ohne etwas dafür tun zu müssen. Es ist auch nachvollziehbar, warum diese ihren Geist auf das Versagen einstellen, denn diesen wird bewusst, dass ohne Mühen sich kein Erfolg einstellen wird, und eben diese Mühen wollen diese nicht auf sich nehmen, somit ist ihnen völlig klar, dass sie versagen werden und stimmen ihren Geist auf das bevorstehende Versagen ein.

Im Umkehrschluss heißt das, dass ihr euren Geist auf den bevorstehenden Erfolg einstimmen müsst, indem ihr fleißig an eurem Ziel arbeitet und viele mühevollen Handlungen auf euch nehmt, so dass ihr im inneren genau wisst, dass der Erfolg sich bald einstellen wird und ihr euch somit geistig schon mal auf den bevorstehenden Erfolg einstimmen könnt.

Sagt euch immer wieder positive Worte vor und stimmt so euren Geist auf euren bevorstehenden Erfolg ein, wie: „das schaffe ich“, „das ist möglich“, „das ist kein Problem für mich“, „bald bin ich erfolgreich“, „ich komme meinem Ziel näher“, „ich werde bald meinen Erfolg feiern“, „nichts ist unmöglich“, „ich werde alle Barrieren auf die Seite räumen, die dem Erreichen meines Zieles im Wege stehen“, „ich werde alle Hindernisse beseitigen“ usw.

Ihr müsst lernen, dass ihr nichts aus dem ersten Eindruck heraus beurteilen dürft, denn erfolgreiche Menschen tun das nicht. Nur Versager betrachten alles oberflächlich und hinterfragen nichts. Wie ich im Kapitel über das logische Denken ausgeführt habe, müsst ihr jede Information neutral betrachten und nicht durch euren vor eingestellten Filter, Raster und Maßstab.

Wenn ihr erfolgreich sein wollt, müsst ihr euch eine neutrale Betrachtungsweise angewöhnen. Dinge nach dem ersten Eindruck zu beurteilen, sorgt für Misserfolg und macht solche Menschen zu Versagern, da diese alles durch ihren vorgefertigte Meinung, durch einen voreingestellten Filter betrachten und so falsch deuten.

Ihr seid bereits erfolgreich, wenn ihr euch die Bewältigung des Weges zum Ziel zutraut und vor allem den ersten Schritt macht. Der erste Schritt ist der erste Schritt zu eurem Erfolg. Die meisten Menschen sind erfolglos, weil sie sich den Weg zum Ziel nicht zutrauen und machen deshalb nicht einmal den ersten Schritt. Sie fangen also nicht einmal damit an, an ihrem Erfolg zu arbeiten, und bleiben deshalb erfolglos.

Denkt immer daran: Der Erfolg eines Menschen ist gleich der Summe seiner erreichten Ziele. Ein erreichtes Ziel ist gleich einer gut erledigten Handlung.

Wollt ihr erfolgreich sein, müsst ihr alle eure Vorurteile abschaffen. Ihr könnt alles erreichen, was immer euer Geist sich vorstellen und glauben kann. Alles was ihr euch in eurem Geiste vorstellen könnt, sind Abbilder bereits erreichter Ziele.

Glaubt fest an euren Erfolg. Stellt euch euren Erfolg bilderreich vor und seid dabei nicht bescheiden. Je größer ihr euch euren Erfolg vorstellt, desto größer wird er am Ende sein.

Es gibt viele Ursachen für den Misserfolg. Ihr solltet sie alle kennen und sie euch gut einprägen, damit ihr einen weiten Abstand davon halten könnt und von ihnen verschont bleibt. Übrigens sind es die Gegenteile des Misserfolges, welche euch erfolgreich machen.

Misserfolg ist vorprogrammiert, wenn ein Mensch nicht über die ausreichende Intelligenz verfügt, um ein festgelegtes Ziel zu erreichen. Natürlich gibt es auch Menschen die geistig schwach sind. Solche Menschen, welchen es tatsächlich an Intelligenz mangelt, können jedoch ein Bündnis mit klugen Menschen eingehen, um dieses Manko auszugleichen. Somit ist auch mangelnde Intelligenz kein Hindernis, um erfolgreich zu werden. Wie ihr seht läuft es immer wieder auf dasselbe hinaus. Was ihr nicht selbst könnt, müsst ihr eben von anderen Menschen erledigen lassen, die es können. Alles kann man zukaufen, oder sogar umsonst erhalten. Wichtig ist es, die eigenen Schwachstellen zu erkennen und auszugleichen.

Erfolgreich kann nur ein Mensch sein, der gute Handlungen durchführt. Da eine Handlung immer zielgerichtet ist, muss erst ein Ziel da sein. Somit ist klar das erfolgreiche Menschen immer ein Ziel haben, welches diese auch erreichen. Wer kein Ziel hat wird nie ein Ziel erreichen. Ziellose Menschen sind Verlierer, Versager und erfolglos.

Ihr müsst Ehrgeiz haben ein Ziel zu erreichen, wollt ihr erfolgreich sein. Menschen ohne Ehrgeiz werden nie erfolgreich sein.

Nur der eigene Ansporn, der eigene Motor, eine Selbstmotivation werden euch ans Ziel bringen. Ehrgeiz könnt ihr jedoch nur entwickeln, wenn euch das, was ihr tut, auch Spaß macht, wenn ihr es gerne tut, wenn ihr an eurer Arbeit Freude habt. Wenn euch eure Arbeit, euer Hobby oder sonst etwas keinen Spaß macht, dann beendet es und sucht nach Dingen, die euch Spaß machen.

Vor allem euer Gesundheitszustand, geistig wie körperlich, entscheidet erheblich über euren Erfolg. Wenn ihr krank seid und kaum mehr belastbar, werdet ihr kaum erfolgreich sein können. Also achtet stets darauf, dass ihr geistig und körperlich völlig gesund seid, damit ihr euch selbst und eurem Erfolg nicht im Weg steht. Nur ein gesunder Körper kann ausdauernd und fleißig sein. Da der Körper Spiegelbild des Geistes ist, so muss auch der Geist gesund sein.

Ein hohes Maß an Selbstdisziplin ist ein Garant für den Erfolg. Ihr müsst alle schlechten Seiten von euch ablegen, so werdet ihr erfolgreich.

Nur, wenn ihr euer Leben selbst in der Hand habt, der Lenker eures Lebens seid, könnt ihr alle eure Erfolge auch selbst bestimmen. Ihr müsst lernen, euch eurem eigenen Willen unterzuordnen, denn nur dann werdet ihr auch andere Menschen unterordnen und lenken können.

Erfolglos sind auch diejenigen Menschen, die unter der „Aufschieberitis“ leiden. Der Spruch „wir verschieben dies auf morgen“ ist einer der Hauptgründe für das Versagen und verantwortlich für jeden Misserfolg. Aufgeschoben ist meist aufgehoben, und geht unter. Erfolgreiche Menschen tun alles sofort und leben nach dem Spruch: „Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen“.

Es gibt unzählig viele Beispiele, ja regelrechte Horror Geschichten, wie aus mangelnder Kontrolle des Geschlechtstriebes Ehen geschieden und Firmen ruiniert wurden. Diejenigen Menschen, die ihren Geschlechtstrieb nicht unter Kontrolle bekommen werden zwangsläufig immer wieder Störungen wegen Beziehungsproblemen hervorrufen. Mit einem intakten Familienleben und vor allem Treue dem Partner gegenüber, beugt ihr solchen Störungen vor. Jeder Erfolg hängt auch davon ab, dass möglichst wenige Störungen diesen beeinträchtigen.

Eine eigene Familie gibt eurem Leben den ureigenen Sinn, nämlich der Sicherung des Fortbestehens unserer Gattung Mensch. Aus einer intakten Familie könnt ihr unerschöpfliche Energie schöpfen, die ihr für euren Erfolg einsetzen könnt.

Doch gerade in der Auswahl der Ehepartner liegt die Grundvoraussetzung für den Erfolg oder Misserfolg. Misserfolge können auch von Ehepartnern ausgehen, die euch blockieren oder negativ beeinflussen, und euch dadurch alle Energie rauben. Achtet bei der Wahl eures Partners darauf, dass dieser positiv auf euch wirkt und euch motiviert. Goethe hat einmal gesagt: „Hinter jedem erfolgreichen Mann steht eine erfolgreiche Frau“.

Ohne Leistung werdet ihr nie erfolgreich werden. Auch Menschen die reich geerbt haben, und nichts leisten, können ihr reiches Erbe schnell wieder verlieren, wenn sie dieses nicht aus eigenen Kräften im Griff behalten können. In den vergangenen Jahren haben einige Börsenkrähe viele reiche Menschen arm gemacht, da sie nie gelernt haben mit Geld um zu gehen. Wenn ihr mit eurer eigenen Leistung erfolgreich seid, können euch auch Börsenkrähe nichts anhaben.

Ihr müsst euch eine schnelle Entschlusskraft aneignen. Wir leben in einer schnelllebigen Welt, wer schnell handelt wird erfolgreich, wer lange benötigt, um zu handeln, ist oft zu spät dran und erfolglos.

Es gibt eine Vielzahl an Menschen, die ihr schwer erarbeitetes Geld verschwenden. In diesen Fällen spricht man auch von Verschwendungssucht. Damit euer Weg zum Ziel möglichst störungsfrei läuft, müsst ihr lernen eure Finanzen immer gut im Griff zu behalten. Es gibt unzählige Geschichten, wie Menschen sowohl privat als auch in deren Firmen über deren Verhältnisse hinaus leben. Diese Menschen verschulden sich indem sie sich Dinge kaufen, die sie sich nicht leisten können. Und wenn dann ein finanzieller Engpass kommt, dann bedeutet das das aus im privaten und geschäftlichen Bereich. Menschen die der Verschwendungssucht verfallen sind, werden nie erfolgreich sein, zumindest nicht auf Dauer, da sie in Angst leben, da sie wissen dass ihre Verschwendungssucht sie eines Tages in den Ruin treibt. Und eben diese Angst blockiert den Erfolg.

Es gibt da die Geschichte von einem Bankier, der einmal sagte: Er bezahle alles Bar und habe keine Kreditkarten. Mit Kreditkarten könnte er Geld ausgeben, dass er selbst nicht hat und mit einer Kreditkarte sieht man das viele Geld das man aus gibt auch nicht vor sich. Wenn er alles nur bar bezahlt, dann kann er nur das Geld ausgeben, dass er hat und er muss das Geld auch in voller Menge hinlegen und ihm wird so bewusst, wie viel Geld etwas tatsächlich kostet. Diesen Bankier solltet ihr euch zum Beispiel nehmen. Viele Menschen auf der Welt könnten ihr teures Auto gar nicht fahren, wenn sie dieses nicht leasen könnten. Natürlich muss

man, wenn man ein Haus kauft, oder ein großes Geschäft abwickeln will, einen Kredit aufnehmen. Aber das sind Kredite die Geld erwirtschaften und keine Konsumgüter Kredite die Geld verbrauchen. Ich kannte einen Menschen der war immer übertrieben vorsichtig. In alles und allem sah er nur die negativen Möglichkeiten. Er wurde nie erfolgreich, weil er vor jedem Wagnis zurückschreckte. Hier gilt der Spruch: No-Risk-No-Fun. Wer wagt der Gewinnt und wer großes wagt gewinnt großes. Jedes Geschäft ist auch ein Wagnis, ein Abenteuer. Wer zu vorsichtig ist wird immer eine Scheu vor Neuerungen haben. Im Geschäftsleben gilt der Spruch: Immer schnell genug auf den Zug des Erfolges aufspringen, bevor er abgefahren ist.

Denkt immer daran: Nichts auf unserer Welt passiert, weil es einfach so passiert, sondern alles entsteht aus Aktion und Reaktion, aus Ursache und Wirkung.

Somit müsst ihr immer Ursache und Wirkung gründlich untersuchen, wenn ihr erfolgreiche Entscheidungen treffen müsst.

Erfolglos sind auch alle abergläubischen Menschen und Menschen die voll von Vorurteilen sind. Es ist die Furcht und Unwissenheit, die Menschen abergläubisch macht. Furcht und Unwissenheit sind beides Kriterien für den Misserfolg. Insbesondere die Angst und Furcht sind beide negative

Geisteshaltungen, die mit Erfolg unvereinbar sind. Solltet ihr euch einmal selbst ertappen, wie ihr abergläubisch seid, dann legt diesen Aberglauben einfach ab.

Die richtige Berufswahl entscheidet meist über Erfolg und Misserfolg. Mit einem falschen Beruf könnt ihr nie so erfolgreich werden, wie mir einem Beruf der euch wirklich Spaß macht. Solltet ihr einen falschen Beruf wählen, so werdet ihr dies bald schon fühlen und dann müsst ihr handeln und den falschen Beruf aufgeben und einen Beruf wählen der euch Spaß macht. Lieber ein Ende mit Schrecken als ein Schrecken ohne Ende. Nur wer seinen Beruf mit Leidenschaft erfüllt wird erfolgreich werden.

Ungenauigkeit ist oft daran schuld, dass Menschen erfolglos sind. Es sind Menschen die Denkfaul sind, und dann ungenau Handeln. Ihr dürft nie auf gut Glück handeln oder ohne gründlich darüber nachgedacht zu haben, welches nun die beste Handlung ist. Ihr müsst einen Gedankengang immer zu Ende Denken und dürft nie aus Vermutungen heraus Handeln.

Es gibt viele Menschen, die eine Machtposition innehaben, welche sie sich nicht mit ihren eigenen Mühen erarbeitet haben. Diese Menschen werden immer erfolglos sein. Es gibt viele Fälle, wo Menschen in Machtvolle Positionen gehoben werden, da sie beste Kontakte haben, oder reiche

Eltern, diese anheiraten oder durch ein Erbe erlangen. Diese Menschen werden jedoch immer erfolglos bleiben, da sie diesen Positionen nicht gerecht werden können.

Erfolg kann nicht gekauft, nicht durch Heirat erworben, nicht vererbt und nicht gestohlen werden. Ich hatte einmal einen Kunden, dessen Vater ein großes Autohaus hatte, mit einer eigenen Immobilie. Im Alter übergab er das Geschäft seinem Sohn der dieses innerhalb 2 Jahre herunterwirtschaftete, da er keine Ahnung und keine Begabung für das Geschäft hatte. Der Vater kam zurück, warf alle schlechten Angestellten hinaus, samt seinen Sohn, und verkaufte die Immobilie und das Geschäft. Dieses Beispiel hat gezeigt, dass Menschen, die eine Machtposition in den Schoß gelegt bekommen, deshalb noch lange nicht erfolgreich sind. Solche Geschichten, von Vätern, die feststellen, dass ihre Söhne das aufgebaute Geschäft nicht halten können und dann diese gerade noch verkaufen, gibt es viele.

Das wohl wichtigste, wollt ihr erfolgreich werden, ist die Ehrlichkeit. Erfolg ist eine gute, eine positive Eigenschaft, die sich nur mit einer positiven Eigenschaft paaren kann. Gleiches zieht Gleiches an. Ein unehrlicher Mensch, dessen geistige Grundeinstellung unehrlich und somit negativ ist, kann sich nicht mit dem ehrlichen Erfolg paaren. Wer unehrlich ist, dem traut kein Mensch, und mit so einem unehrlichen Menschen wird ein ehrlicher, erfolgreicher Mensch auf Dauer

nicht Zusammenarbeiten oder eine Freundschaft eingehen. Ehrlichkeit ist die wichtigste gute Tugend, die ihr stets leben müsst und wichtig für jeden dauerhaften Erfolg.

Der Mangel an Selbstdisziplin bringt vielen Menschen den Misserfolg. Selbstdisziplin ist ein wichtiger Baustein für alle Menschen, die Führungskräfte werden wollen, die erfolgreich sein wollen. Wer sich selbst disziplinieren kann, kann auch andere disziplinieren.

Misserfolg ist oft vorprogrammiert, also selbstgemacht. Ein Kriterium, das ihr vor jedem Geschäft beachten müsst, ist der Finanzbedarf. Wenn ihr ein Geschäft macht, wo für euch das Kapital fehlt, dann wird dies von vornherein scheitern. Es gibt eine ellenlange Liste von Menschen deren Geschäfte aus Mangel an Kapital gescheitert sind. Ein Businessplan und das nötige Kapital können solchen selbst gemachten Pleiten vorsorgen. Ihr müsst den Kapitalbedarf für euer Geschäft immer gut ermitteln und noch einen Puffer darauf legen. Habt ihr das Geld nicht so könnt ihr euch dies von einer Bank leihen. Doch auch eine Bank wird einen Businessplan sehen wollen, der den Erfolg aufzeigt.

Wollt ihr erfolgreich sein müsst ihr alle Seiten an euch ablegen, die abstoßend wirken, wie Eitelkeit, Angeberei, Unehrllichkeit usw. Eitelkeit ist eine negative Charaktereigenschaft, die jeden Erfolg im Wege steht. Negative Charaktereigenschaften

trügen eure Urteilkraft und führt zu falschen Entscheidungen.

Eine positive Geisteshaltung ist die Grundlage eines jeden Erfolges. Think positiv.

Die Größe eures Erfolges hängt von der Größe eurer Gedanken ab, denn nur ihr selbst beschränkt euren geistigen Horizont, ihr selbst schafft die Barrieren, die euch am großen Erfolg hindern. Eure Vorstellungskraft bringt jeden Gedanken ans Licht. Es ist also wichtig, dass ihr euch große Ziele vorstellt. Je größer sie sind, desto größer wird euer Erfolg sein. Der Glaube versetzt Berge.

Euer Erfolg ist selbst gemacht. Euer fester Glaube daran ist die Grundlage dafür. Armut und Reichtum sind beides nur Schöpfungen eures Glaubens. Glaubt an Reichtum, glaubt an Erfolg, und sie werden euch zuteilwerden.

Bei jedem Geschäft ist Werbung und Marketing ein Garant für den Erfolg. Erfolg kommt nicht von alleine. Ohne Werbung wird auch das beste Produkt nicht verkauft werden, da niemand von ihrer Existenz weiß.

Werbung und Marketing sind für jedes Unternehmen der Schlüssel zum Erfolg. Denkt also immer marketingorientiert. Ein alter Spruch heißt: „Wer nicht wirbt, der stirbt.“

Ein weiterer Schlüssel zum Erfolg ist es, sich immer zum höchsten Preis zu verkaufen. Ich hatte mal einen Freund, der hat sich darüber beschwert, dass er für dieselbe Leistung weniger Gehalt bekommt, wie sein Kollege. Ich habe ihm erklärt dass es allein daran liegt, dass sich sein Kollege besser verkauft hat. Verkauft euch immer so gewinnbringend wie möglich.

Denkt immer daran: Menschen, die erfolgreich sind, verkaufen sich nie unter Wert.

Es gibt keine Misserfolge, ihr könnt keine Niederlagen erleiden, es sei denn, ihr deutet einen Misserfolg falsch und erkennt eine Niederlage als Niederlage an. Niemand ist geschlagen, solange er nicht aufgibt. Nur wer aufgibt, ist besiegt.

Alle erfolgreichen Menschen haben auf ihrem Weg eine Vielzahl von Niederlagen erlitten, welche diese jedoch nicht als Niederlage akzeptiert haben und weiter an ihrem Ziel gearbeitet haben, eben bis sie erfolgreich ihr Ziel erreicht haben. Die erfolgreichen Menschen sind nach außen hin immer erst am Ziel ihres Weges erfolgreich, den Weg dorthin will niemand durchmachen.

Oft ist es so, dass wenn diese Menschen ihren steinernen Weg beschreiben, die vielen Niederlagen und Enttäuschungen die diese Menschen auf dem Weg zum Ziel hinnehmen, ja regelrecht erleiden mussten, dann will niemand mehr mit diesen Menschen tauschen.

Denkt immer daran: Nicht, wer scheitert, ist ein Versager, sondern wer aufgibt.

Es sind oft nur kleine Details, die euch zum Erfolg verhelfen. Kleine Dinge, die ihr tun könnt, und die andere nicht tun, weshalb ihr erfolgreicher seid als andere. Ihr müsst in allem was ihr tut immer besser sein als die anderen. Dies sind oft nicht große Dinge die ihr anders tun könnt, sondern nur kleine. Gerade bei Erfindungen sind viele erfolglos, weil sie ein kleines Detail nicht bedacht haben. Sucht immer nach den kleinen Details, die euch erfolgreicher machen.

Denkt immer daran: Es sind oft nur die kleinen Dinge die euch erfolgreich machen.

Euer Erfolg steht und fällt mit den Menschen mit denen ihr Freundschaften pflegt und zusammen arbeitet. Ihr müsst euren Freundeskreis und den Kreis eurer Geschäftspartner sehr sorgfältig auswählen. Ihr solltet nur Menschen zu euren Freunden und/oder Geschäftspartnern machen, welche sich durch keine Niederlage entmutigen lassen und in ihrem Fach hervorragend und erfolgreich sind. Nur Menschen die die guten Tugenden leben werden euch erfolgreich behilflich sein.

Ein weiterer Baustein für euren Erfolg ist das „ETWAS MEHR“. Vieles ist bereits erfunden und

noch mehr ist bereits patentiert und wartet nur darauf, entwickelt zu werden. Um erfolgreich zu sein, müsst ihr nicht gezwungenermaßen etwas Neues erfinden. Oft reicht es schon aus, wenn ihr dem, was es bereits gibt, einfach etwas drauflegt, einfach „ETWAS MEHR“ daraus macht. „ETWAS MEHR“ ist ein Geheimitipp, den alle erfolgreichen Menschen anwenden. Ihr müsst den, was es bereits gibt, einfach noch eins draufsetzen. Auf diese Weise ist es quasi neu, es ist so, als hättet ihr etwas Neues erfunden. Wenn ihr bei allem, was ihr tut, einfach noch eins drauflegt, seid ihr nicht einer von vielen, sondern der einzige, der eben das „ETWAS MEHR“ anbietet. Wenn ihr bei eurer Arbeit keinen Erfolg habt, dann denkt an das „ETWAS MEHR“, überlegt euch, wie ihr einfach „ETWAS MEHR“ tun könnt. Wenn ihr beharrlich nachdenkt, dann wir euch das „ETWAS MEHR“ einfallen, das euch schließlich den Erfolg bringen wird.

Ein weiterer Schritt zum Erfolg ist der Selbststarter „TU ES GLEICH“. Wenn ihr etwas tun wollt, tut es gleich, denn wenn ihr es aufschiebt, wird es meist gar nicht mehr getan, da ihr es vergesst, nicht mehr daran denkt.

„TU ES GLEICH“ ist ein Motivator, er spornt euch zum Handeln an. Die erfolgreichen Menschen von heute tun die wichtigen Dinge immer gleich, den Rest schreiben sie auf und tun es später.

Vor allem, wenn ihr eine Idee habt, solltet ihr gleich damit beginnen, diese umzusetzen. So spornt ihr

euch selbst an und könnt die großartige Energie nutzen, die zu Beginn eurer Arbeit frei werden will.

Denkt immer daran: Tut alles gleich, zumindest wenn es möglich ist, und ihr motiviert euch selbst. Dann könnt ihr die frei werdende Energie des Selbststarters „TU ES GLEICH“ nutzen.

Macht euch niemals abhängig von anderen Menschen. Zumindest in der Basis müsst ihr am Ball sein. Es sind eure Geistigen Fähigkeiten die euch erfolgreich machen.

Geistige Fähigkeiten sind damals wie heute und auch in aller Zukunft eine Ware, die von der wirtschaftlichen Konjunktur weitestgehend unabhängig ist und zudem weder gestohlen, entwertet, verspielt oder verprasst werden kann. Alles Geld der Welt ist wertlos, wenn es nicht von einem klugen Kopf eingesetzt wird.

Es gibt nur einen wirklichen Erfolg, dass ist der denn ihr euch selbst erarbeitet.

Es gibt niemanden auf der Welt, auf den ihr euch so gut verlassen könnt, wie auf euch selbst.

In unserer schnelllebigen Wirtschaftswelt, in welcher jeder Mensch frei ist und die Freiheit besitzt erfolgreich oder erfolglos zu sein, leben wir in einem ständigen Wandel von Arm und Reich. Wer heute reich ist, kann morgen arm sein und wer heute arm ist kann morgen reich sein. Erfolg kann

sich schnell in Misserfolg wandeln und Misserfolg kann sich schnell in Erfolg umwandeln. Erfolgreich und reich zu sein, heißt nicht dass ihr das auf ewig bleibt ohne etwas dafür zu tun. Umgekehrt heißt erfolglos zu sein nicht dass ihr das auch bleiben müsst. Erfolgreich zu sein Bedarf einer Vielzahl an guten Handlungen und unendlicher Mühen. Wohingegen Armut und Erfolglosigkeit oft nur kleiner Fehler Bedarf oder ein paar schlechter Charaktereigenschaften.

Ihr wollt erfolgreich sein. Deshalb müsst ihr alle negativen Einflüsse abblocken.

Ihr strebt Reichtum, Macht und Erfolg an. Deshalb könnt ihr nicht früh genug damit beginnen, euch gegen alle negativen Einflüsse von außen abzuschirmen. Negative Fremdbeeinflussung beschert euch eine negative Geisteshaltung, die Misserfolg und somit Armut anzieht. Ihr wollt erfolgreich sein. Deshalb dürft ihr nur Positives Denken und Positives in euch einlassen.

Habt endlich den Mut, euch so zu sehen, wie ihr seid. Dann wisst ihr auch endlich, was ihr falsch macht, und könnt euch umstellen. Dann könnt ihr aus euren Fehlern lernen. Wenn ihr schon vor längerer Zeit damit begonnen hättet, die Fehler an euch zu suchen, anstatt allen anderen die Schuld zu geben, dann wärt ihr heute schon ein ganzes Stück weiter, dann wärt ihr längst erfolgreich und zufrieden.

Denkt immer daran: Wer sich entschuldigt, klagt sich selbst an.

Erfolg hängt auch von der persönlichen Leistungsbereitschaft ab. Ein amerikanischer Journalist versuchte stets, mehr Leistung zu bringen, als von ihm erwartet wurde. Das heißt, mehr Leistung und Qualität als diejenigen Arbeitskollegen, welche von seinen Arbeitgebern ebenfalls bezahlt wurden. So erregte er Aufmerksamkeit. Er war deshalb bei seinen Chefs beliebt, weil er etwas an sich hatte, was seinen Kollegen fehlte. Sein guter Ruf sprach sich schnell herum und jeder wollte einen Mitarbeiter haben, der mehr leistet als das, wofür er bezahlt wird. So traten die Arbeitgeber bald in Konkurrenz miteinander und er war ein gefragter Mann. Doch bald schon erkannte er, dass es am allerbesten wäre, sein eigener Chef zu werden.

Mehr Leistung zu bringen, als erwartet wird, ist ein sicherer Garant, um auf der Karriereleiter aufwärts zu kommen, um erfolgreich zu sein.

Der Geist der Einsatzbereitschaft ist ein mächtiges Instrument auf der Karriereleiter. Vergesst das nie. Seit ich mein eigenes Unternehmen leite, habe ich keinen Chef mehr vor mir. Ich muss letztendlich noch mehr leisten, um ein gutes Vorbild für alle meine Angestellten zu sein.

Ein weiterer Baustein für den Erfolg ist es, den glücklichen Mittelweg zu gehen. Ein gebildeter Mensch ist jener, der einen ausgewogenen Sinn für Verhältnisse entwickelt hat. Im Buch „Die Niko-machische Ethik“ von Aristoteles wird das Finden eines solchen goldenen Mittelwegs sehr gut beschrieben. Ihr solltet es lesen. Um als wirklich gebildet zu gelten, muss man etwas von einem Philosophen haben. Man muss sich angewöhnen, Ursachen anhand ihrer Wirkungen zu untersuchen, und Wirkungen anhand ihrer Ursachen. Sobald ihr beginnt, ein Thema oder ein Problem zu analysieren, es zu untersuchen und seine Bestandteile zu bestimmen, fangt ihr an, einen Sinn für Verhältnismäßigkeit zu entwickeln.

Wenn ihr einmal selbstständig seid und viele Angestellt habt, solltet ihr wissen, dass eine lockere Arbeitsatmosphäre den Erfolg eurer Angestellten steigert.

Vor allem in amerikanischen Firmen werdet ihr Musik hören und entspannende Bilder an der Wand sehen. Menschen die mit Musik arbeiten fühlen sich wohler und werden nichts so schnell müde.

Wenn ihr erfolgreich sein wollt, müsst ihr alle Dinge genau untersuchen und so lange daran forschen, bis ihr diese verstanden habt und nicht nur oberflächlich betrachten, ohne diese wirklich zu verstehen.

In meinem letzten Schuljahr vor dem Abitur habe

ich einmal eine Woche lang auf eine Physikprobe gelernt. Als ich dann die Note 4 bekam, erzählte ich einem Mitschüler, dass ich sehr enttäuscht sei über die Note 4, da ich so lange auf die Probe gelernt hatte. Der Mitschüler antwortete darauf: „Es kommt nicht darauf an, wie viel und wie lange man lernt, sondern wie viel man versteht.“ Diesen Spruch habe ich mir mein Leben lang gemerkt, da er wahr ist und gut beschreibt, wie wichtig es ist, dass wir Dinge verstehen müssen und nicht nur auswendig lernen.

Es ist ein wahres Phänomen, das oft der Erfolg kurz vor der Nase liegt, aber viele Menschen diesen nicht sehen können. Mit dem Phänomen, oder bessergesagt der Fähigkeit, etwas zu sehen, meine ich nicht die rein physikalische Aufnahme von Bildern mithilfe eurer Augen.

Ich meine damit die Deutung dessen, was ihr vor euch seht. Seht immer genau hin, was ihr vor euch seht, oft liegt ein Diamant, eine tolle Idee, oder einfach ein großer Erfolg vor knapp vor euch, so nah, das ihr dies kaum glauben wollt.

Wenn ihr lernt alles was vor euch liegt genau zu betrachten, dann werdet ihr auch immer wieder den Erfolg nah vor euch entdecken können.

Um erfolgreich zu werden, müsst ihr nicht reich sein. Ihr müsst euch klar werden lassen, dass man auch mit dem Geld anderer Menschen, oder Banken, reich werden kann. Wer nicht reich geboren ist, muss sich

abfinden, dass man nur mit Geld anderer Menschen reich werden kann. Es sind vor allem die Banken die euch finanziell unterstützen können. Wenn ihr euch Geld leiht, hat das viele Vorteile. Zum einen müsst ihr euch nicht nach eurer Decke strecken, sondern könnt euch unendlich viel Geld leihen, solange ihr die Rückzahlung sicherstellt. Wenn ihr stets ein ehrlicher Geschäftsmann seid, den man voll und ganz vertraut, dann steht euch Geld von Banken, Freunden und staatlichen Investmentfonds zur Verfügung. Es gibt den Spruch: „Schulden sind in“. Dies ist in gewisser Hinsicht wahr.

Ihr braucht euch nicht dafür zu schämen, wenn ihr Schulden macht, euch Geld leiht, das geliehene Geld gewinnbringend einsetzt und dann zum vereinbarten Zeitpunkt zurückbezahlt und andere daran mit verdienen. Aber könnt ihr das geliehene Geld nicht wie vereinbart zurückzahlen dann müsst ihr euch schämen und werden viel Ärger bekommen und sicherlich lange kein Geld mehr geliehen bekommen.

Viele Menschen haben ihre Karriere damit begonnen sich Geld aus zu leihen um eine gute Idee gewinnbringend umzusetzen. Es war ein Startkredit, der viele schon sehr reich machte. Es gibt jedoch ebenso viele Menschen die sich Geld geliehen haben, um sich Konsumgüter zu kaufen.

Hütet euch vor Konsumkrediten, beispielsweise für ein Auto, eine Reise oder eine Kücheneinrichtung, denn diese sind meist sehr teuer und das gekaufte

Gut erwirtschaftet kein Geld, keinen Gewinn. Außerdem ist es meist kurz nach dem Kauf schon wesentlich weniger wert und verliert auch immer mehr an Wert. Wenn ihr euch ein gewünschtes Luxusgut nicht leisten könnt, dann solltet ihr es eben nicht kaufen und auf keinen Fall Schulden dafür machen.

Ihr habt nun vieles erfahren, das euch hilft, einen erfolgreichen Weg einzuschlagen. Ein erfolgreiches Handeln liegt nun an euch.

Führungsqualitäten

Erfolg und Misserfolg hängen stark von den Führungsqualitäten eines Menschen ab. Es ist wichtig, dass ihr gute Führungsqualitäten aufweist, damit euch andere Menschen unterstützen eure Ziele zu erreichen. Einem Loser will niemand folgen, außer er ist selbst ein Loser. Und einem erfolgreichen Menschen wollen erfolgreiche Menschen folgen und mit ihm erfolgreich sein.

Die Unbeirrbarkeit ist eine weitere Führungsqualität die ihr innehaben müsst. Wenn ihr selbst an euch zweifelt und eure Entscheidungen immer wieder über den Haufen werft, werden andere dadurch erkennen, dass ihr euch selbst nicht sicher seid und euch nicht folgen wollen. Seit unbeirrbar und stark und andere werden dies erkennen und euch folgen.

Eine der wichtigsten Führungsqualitäten und letztendlich auch ein Garant für den eigenen Erfolg ist ein durch nichts zu erschütterndes Selbstvertrauen.

Andere Menschen werden sich nur von euch führen lassen, wenn ihr ein starkes und gesundes Selbstbewusstsein habt. Menschen die ihr führen wollt müssen zu euch aufsehen können. Diese bauen sich selbst an eurem Selbstvertrauen auf. Stärke zeigt.

Wenn ihr eine gute Führungskraft sein wollt, dann müsst ihr einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn haben. Ihr müsst immer ein Fairplay an den Tag legen, damit ihr die Achtung anderer Menschen erlangt, die euch folgen sollen. Ihr müsst euch immer gut überlegen, was wahr ist und was nicht.

Denkt immer daran: Ungerechtigkeit könnt ihr nur schwer wieder gut machen. Diejenigen Menschen, die ihr ungerecht behandelt habt, werden euch gegenüber negativ gesinnt sein, werden nie wieder gerne etwas für euch tun werden. Oft hassen sie euch sogar für eure Ungerechtigkeit. Überlegt euch gut, was Recht ist und was nicht. Denkt immer an den wahren Spruch: „Mit dem Urteil, mit welchem ihr richtet, werdet auch ihr gerichtet werden.“

Wenn ihr andere Menschen führen wollt, müsst ihr euch vorab genau überlegen wie ihr handelt wollt und eure Handlungen in einem Plan zusammenfassen. Organisiert und strukturiert. Ihr könnt, nicht aus dem Zufall heraus handeln und schon gar keine Anweisungen an eure Untergebenen abgeben, die aus dem Zufall heraus kommen.

Wenn ihr eure Unternehmungen nicht vorab gut plant, so überlasst ihr alles dem Zufall. Das ist wie ein Schiff ohne Ruder, das ohne ein Ziel irgendwo hinsegelt und nirgendwo ankommt. Nur mit einem gut durchdachten Plan werdet ihr sicher und direkt ans Ziel kommen.

Wenn ihr eine gute Führungskraft sein wollt, dann müsst ihr absolut zuverlässig sein. Andere Menschen verlassen sich auf eure Zuverlässigkeit und nehmen euch beim Wort. Wenn ihr nicht zuverlässig seid, wird niemand euch glauben und schon gar nicht helfen eure Ziele zu erreichen. Wenn ihr schlampig, vergesslich, ungenaue, nachlässige seid, oder u eurem Wort nicht steht, dann wird euch niemand folgen wollen. Eine Führungskraft lebt eine absolute Selbstbeherrschung. Wenn ihr nicht in der Lage seid, euch selbst zu beherrschen, werdet ihr auch nie über andere herrschen können. Wenn ihr euch selbst beherrscht, und eine gute Selbstdisziplin an den Tag legt, werden andere Menschen euch vertrauen und zu euch Aufsehen. Eure Selbstbeherrschung werden andere nachahmen. Wenn ihr euch selber im Griff habt, dann habt ihr auch den Erfolg im Griff.

Wenn ihr andere Menschen führen wollt, eine Führungskraft sein wollt, dann müsst ihr für euer Handeln und für das Handeln euer Mitarbeiter die Verantwortung übernehmen. Wenn ihr einmal ein größeres Unternehmen leitet, in welchen viele Menschen beschäftigt sind, dann wird es immer wieder vorkommen, dass ein Mitarbeiter einen Fehler macht. Als Führungskraft müsst ihr für die Fehler eurer Mitarbeiter einstehen. In der Politik aber auch in hohen Positionen der freien Wirtschaft müssen Führungskräfte ihren Rücktritt einreichen oder werden zwangsweise ihres Postens

enthoben, wenn Mitarbeiter große Fehler machen, für welche die Führungskräfte die Verantwortung übernehmen müssen. Nur wenn ihr den Mut habt, diese Verantwortung zu übernehmen, könnt ihr euch selbstständig machen oder in großen Unternehmen Führungspositionen einnehmen.

„Würde bringt Bürde“ Eine Führungskraft übertrifft die Erwartungen seiner Untergebenen. Alle großen Führer, die es jemals gab, haben von sich selbst immer mehr abverlangt, als von deren Untergebenen. Führer leisten immer mehr, als deren Untergebene. erinnert euch an dieses Buch in eurem Leben und leistet immer mehr als eure Untergebenen oder Mitarbeiter. Ihr müsst der erste sein der die Firma betritt und der letzte sein der die Firma verlässt und innerhalb der Stunden viel mehr leisten, als eure Untergebenen oder Mitarbeiter.

Eine Führungskraft bringt alles in eine organisierte Form. Ihr müsst lernen, einen einzelnen Menschen, sowie auch eine große Gruppe an Menschen zu organisieren.

Stellt euch vor, wie hilfreich für euch ein gut organisierter Mitarbeiter ist, und dann stellt euch vor, wie hilfreich eine große Gruppe solcher gut organisierter Mitarbeiter für euch ist. Wenn ein einzelner Mensch nicht organisiert ist und dann eine Vielzahl solcher unorganisierter Menschen zu einer Gruppe zusammengefasst wird, so wird

dies ein wilder unorganisierter Haufen sein. Es gab immer schon Spezialeinheiten z.B. der Bundeswehr, die in einer kleinen Gruppe von bestens ausgebildeten Elitesoldaten hinter den feindlichen Linien ganze Heere an unorganisierten Soldaten besiegt haben.

Toleranz, Menschen andere Herkunft gegenüber ist für eine Führungskraft unabdingbar, will diese erfolgreich sein. Ihr müsst stets bereit sein mit Menschen zusammen zu arbeiten, wenn sie euch auf eurem Weg zum Ziel behilflich sein können.

Eine weitere Eigenschaft, die erfolgreiche Führungskräfte innehaben müssen, ist es, andere Menschen zu Taten anspornen zu können, motivieren zu können, begeistern zu können.. Ihr müsst es schaffen, dass andere Menschen hervorragende Leistungen für euch erbringen und das freiwillig und gerne.

Ihr, als Führungskraft, müsst motivierend wirken. Ihr motiviert eure Untergebenen, indem ihr diesen eine Anweisung, eine Aufgabe gebt und gleich dazu sagt, dass ihr vollstes Vertrauen zu diesem habt, dass dieser die Anweisung, die Aufgabe perfekt ausführen wird.

Ich persönlich lebe nach dem Spruch: „Der Mensch steht im Mittelpunkt“ Der Erfolg eines jeden Unternehmens steht und fällt mit dessen Mitarbeiter. Deshalb solltet ihr, als gut

ausgebildete Führungskraft, einfühlsam sein. Ein Einfühlungsvermögen und Verständnis euren Mitarbeitern gegenüber, ist sehr wichtig, wenn ihr erfolgreiche Mitarbeiter heran ziehen wollt. Einfühlsam zu sein, heißt, dass ihr euch in die Mitarbeiter hinein versetzen müsst. Ihr müsst euch für deren Wehwehchen interessieren. Nur, wenn ihr diese versteht, könnt ihr deren Ängste und Sorgen aber auch deren Wünsche nachvollziehen und verstehen und künftig dementsprechend handeln. Eine Führungskraft hat immer ein offenes Ohr für dessen Untergebene.

Braintrust

Unter Braintrust versteht man den Zusammenschluss von intelligenten Köpfen, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Ihr könnt nicht in allen Fachgebieten ein Meister sein, aber ihr könnt euch Meister einstellen, um alle Gebiete des Wissens abzudecken, die ihr zum Erreichen eurer Ziele benötigt.

Denkt an die Autobauer. Diese benötigen einen Spezialisten für den Karosseriebau, den Motorenbau, den Getriebekonstruktion, die Elektrik und so weiter. Ein einzelner Mensch kann heute keine hoch entwickelten Autos bauen, dazu braucht man eine ganze Gruppe von gut ausgebildeten Fachleuten.

Eure Ziele sind zum Sterben verurteilt, noch bevor deren Umsetzung begonnen wurde, wenn ihr nicht die Macht habt, sie umzusetzen. Doch wenn ihr erkannt habt, dass ihr Macht benötigt, und vor allem von wem, dann könnt ihr diese anhäufen und eure Ziele umsetzen. Mit Macht meine ich hier ein organisiertes, strukturiertes und auf ein Ziel hin eingesetztes Wissen. Die drei Hauptquellen der Macht sind die schöpferische Fantasie, die Erfindungen und Erfahrungen, die bereits bekannt sind, und die experimentierende Forschung. Die schöpferische Fantasie steigt von unserem Unterbewusstsein in unser Bewusstsein auf, wenn wir uns gedanklich auf ein Ziel, einen Wunsch, konzentrieren. Die Lösungen erhalten wir durch Gefühle, Eingebungen und durch Intuition.

In den Hochschulen und Bibliotheken steht uns eine weitere Macht frei zugänglich zur Verfügung, die Macht des menschlichen Wissensfundus. Die dritte Macht ist die des bastelnden und grübelnden Forschers, der durch Versuche Ergebnisse erarbeitet.

Ihr müsst euch stets im Klaren sein, welche Macht ihr benötigt, um an euer Ziel zu kommen, und euch diese zu Hilfe holen. Der Braintrust ist die beste Möglichkeit, Macht auf ein Ziel hin zu konzentrieren. Alle erfolgreichen Unternehmer haben seit jeher verstanden, dass sie zum Erreichen ihrer Ziele die Macht anderer Menschen benötigen und haben daher Arbeitsgruppen gebildet. Ein Braintrust ist die Zusammenstellung von fähigen Köpfen, die in der Summe die Macht und den Wissensfundus repräsentieren, die zur Durchführung eines Planes und zum Erreichen eines genau bestimmten Zieles nötig sind. Durch die Zusammenarbeit mehrerer Geister kommt es zu einem neuen Geist. Dieser Geist ist unsichtbar, aber er ist vorhanden.

Denkt immer daran: Nutzt bewusst die Macht eines Braintrusts. Stellt diesen bewusst zusammen, je nachdem, wie euer Ziel aussieht. Doch achtet immer darauf, nur solche Menschen zu eurem Braintrust hinzuzufügen, die einen unbeugsamen Willen haben, ihre Ziele zu erreichen, und über das benötigte Know-how verfügen. Kein anderes Prinzip als ein Braintrust kann mehr Machtpotenzial darstellen und somit erfolgreicher sein.

Der fiktive Rat der Weisen

Von vielen herausragenden Persönlichkeiten ist bekannt, dass sie sich im Geiste einen fiktiven Rat der Weisen gebildet haben und mit diesem immer wieder kommunizieren. Bildet einen fiktiven Rat der Weisen, der nur in eurem Geiste besteht.

Stellt euch einen großen Raum vor, in welchem ein großer Tisch steht. Um den Tisch herum sitzen all diejenigen, welche ihr an eurem Tisch sitzen lassen wollt.

Wichtig dabei ist, dass ihr die Gesichter der Mitglieder deutlich vor euch seht. Auch ich habe solch einen Rat für mich in meinem Geiste gebildet. An meinem Tisch sitzen Napoleon Bonaparte, Jesus Christus, Alva Edison, Rockefeller, Michael Krüger und weitere Personen aus der Wirtschaft.

Bildet euch einen fiktiven Rat der Weisen und wählt eure Mitglieder sehr bedacht aus. Wenn ihr ein Problem habt, stellt ihr euch einfach euren Rat in eurem Geiste vor und befragt ihn. Diskutiert mit ihm euer Problem aus. Wenn ihr dies immer wieder tut, werdet ihr erstaunt sein, welche Lösungen euch die hohen Herren und Damen liefern. Bildet euch euren eigenen Rat, setzt alle, vor denen ihr hohe Achtung habt und die für das Erreichen eurer Ziele wichtig sind, an den Tisch und fragt sie nach ihrer Meinung. Hört auf die Stimmen eures fiktiven Rates und bildet euch dann eine Meinung, dies hilft immer.

Mein eigener Rat hat über die Jahre hinweg sogar seine Eigenheiten gebildet. So kommt Napoleon immer ganz pünktlich und nimmt seinen Hut nie ab. Jesus will immer ein Glas Wasser. Herr Rockefeller hat immer seinen Laptop dabei und so weiter. Wichtig ist, dass ihr die Menschen, die ihr zu Mitgliedern eures fiktiven Rats der Weisen macht, auch studiert habt, etwas über sie wisst und euch so vorstellen könnt, was sie sagen würden, wie deren Meinung wäre.

Zeit für Ideen

Eine andere Vorgehensweise statt der Einberufung eines fiktiven Rats der Weisen ist das Warten auf Ideen. Viele erfolgreiche Menschen haben sich ein Zimmer eingerichtet, in welchem oft nur ein Stuhl oder eine Liege stehen. Dort ziehen sie sich zurück und entspannen sich, denken nach und warten auf Ideen. Sie geben ihrem unterbewussten Geist eine Aufgabe und warten auf dessen Antwort. Sie haben einen Notizblock und Stift neben sich, warten auf die Ideen und schreiben sie dann auf. Ihr müsst euch bewusst werden lassen, dass alle Ideen aus den im Unterbewusstsein gespeicherten Daten per Datenübermittlung durch Telepathie oder Telepsi sowie vom allumfassenden Geist kommen.

Wenn ihr auf Ideen warten wollt, dann stellt euch einfach auf eine oder alle drei Inspirationsquellen ein. Konzentriert euch auf sie, gebt diesen klare Anweisungen, stellt klare Fragen und wartet, bis ihr die Antwort auf eure Fragen bekommt, oder bis euch die Ideen eingegeben werden, und schreibt sie dann auf. Bei der Technik des Wartens auf Ideen ist die Tugend der Beharrlichkeit der Schlüssel zum Erfolg.

Schritt für Schritt zum Erfolg

Kriterien des Erfolges

Euer Erfolg hängt nicht nur von den Naturgesetzen ab, die ich bereits ausgeführt habe. Ihr könnt nur erfolgreich werden und bleiben, wenn ihr auch immerzu erfolgsorientiert denkt und handelt. Damit ihr aber erfolgsorientiert denken und handeln könnt müsst ihr die Gesetze des Erfolges kennen und im täglichen Leben umsetzen. Es sind einige Schritte nötig, damit ihr erfolgreiche Menschen werdet.

Die Schritte zum Erfolg sind: Selbstvertrauen, Zielsetzung, Begeisterung, Vorstellungsvermögen, Planung, Wissen, Handlung, Konzentration, Beharrlichkeit und Persönlichkeit.

Im folgenden Kapitel werde ich alle Schritte näher erläutern und euch damit das Theoretische Wissen vermitteln, dessen praktische Umsetzung ihr der Reihe nach machen müsst, damit ihr erfolgreich werdet. Die von mir beschriebenen Abschnitte stellen die Grundvoraussetzung eines jeden Erfolges dar und ohne diese werdet ihr zumindest nicht sehr erfolgreich werden. Bei jedem erfolgreichen Menschen werdet ihr feststellen, dass er diese Schritte kannte und umgesetzt hat. Der erste Schritt ist der wichtigste, denn alle weiteren folgen nur.

Selbstvertrauen

Als aller erstes steht das Selbstvertrauen. Ihr könnt euch zum Ziel setzen, was immer ihr wollt, aber ohne Selbstvertrauen werdet ihr dort niemals ankommen.

Wie bereits beschrieben sind 95 Prozent unser Bewohner auf Erden Menschen, die ihre Ziele nie erreicht haben. Warum? Sie hatten nicht genug Vertrauen in sich selbst. Wenn ihr von Anfang an denkt, dass ihr es nicht schafft, dann werdet ihr es auch nicht schaffen. Wenn ihr aber denkt, ich werde es schaffen, komme was wolle, dann habt ihr das Selbstvertrauen das euch zum Ziel bringt, solange ihr weiter so positiv denkt. Wenn ihr aber Selbstvertrauen habt und fest daran glaubt, dass ihr euer Ziel erreichen werdet, wird euer Unterbewusstsein alles dafür tun, dass das geschieht.

Euer Selbstvertrauen wird durch eure Mitmenschen, also eure Freunde, Lehrer, Eltern, und durch die Medien, also TV, Zeitung und Radio, immer wieder negativ beeinflusst, mit Aussagen wie „das schaffst du sowieso nicht“ oder sonstigen negativen Äußerungen.

Wenn ihr euch aber nicht beeinflussen lasst, weil ihr ein starkes Selbstvertrauen habt, dann werdet ihr auch erfolgreich sein, ganz gleich, was andere euch sagen.

Durch ein starkes, unbeirrbares Selbstvertrauen werdet ihr es, wie viele Menschen vor euch, schaffen, große Ziele zu erreichen. Denkt immer an die vielen erfolgreichen Menschen vor euch, die mit ihren starken Selbstvertrauen ihre Ziele erreicht haben. Die Geschichtsbücher sind voll solcher Menschen, also könnt ihr auch ein solcher Mensch sein.

Die Versager und Erfolglosen Menschen werden euch immer Gründe dafür nennen, warum etwas nicht funktioniert, warum sie ihr Ziel nicht erreicht haben. Meist sind alle anderen daran schuld. Doch in Wirklichkeit ist ihr mangelndes Selbstvertrauen daran schuld, dass sie ihr Ziel nie erreichten und Versager wurden. Sie haben sich von negativen Meinungen nieder drücken lassen. Wenn ihr ein starkes Selbstvertrauen habt, dann werdet ihr nicht warten, auf eine große Chance, die nie von alleine kommt, sondern ihr werdet Hand anlegen und euch eure Chance erarbeiten. Ihr schafft euch eure Chancen selbst, denn ihr braucht niemanden dafür außer euch selbst und euer starkes Selbstvertrauen. In dem Kapitel über die Ängste und Sorgen habe ich bereits über einen der größten Zerstörer eures Selbstvertrauens geschrieben. Lasst es niemals zu, dass Ängste und Sorgen euer Selbstbewusstsein zerstören.

Denkt immer daran: Verbannt die Angst, und euer Selbstvertrauen wird nicht negativ beeinflusst und

lahmgelegt werden. Ihr stärkt euer Selbstvertrauen sofort, wenn ihr Hand anlegt, aktiv werdet.

Vertraut euch selbst und eurem Geist. Entwickelt feine Antennen dafür, was euch euer Geist an Ideen und Erfindungen preis gibt und beginnt sofort diese praktisch zu verwirklichen. In dem ihr Hand anlegt und beginnt eure geistigen Ideen zu verwirklichen stärkt ihr euer Selbstvertrauen.

Noch einmal zur Kleidung. Jeder weiß, wie man sich in seiner Sonntagskleidung fühlt und wie in seiner Arbeitskleidung. Schmutzige und schäbige Kleidung drücken euer Selbstwertgefühl, gute, saubere und gepflegte Kleidung hingegen stärkt es. Ihr fühlt euch gut und macht auf andere einen guten Eindruck. Ihr dürft nie vergessen, dass ihr oft anhand euer gepflegten Kleidung, eures gepflegten Körpers, also eures gepflegten Auftritts positiv gemustert werdet. Die Menschen um euch herum machen sich oft nur ein kurzes schnelles Bild von euch und mustern dabei vor allem die Kleidung und eure Körperpflege, auch wenn dies sehr oberflächlich ist. Aber das ist ebenso.

„Kleider machen Leute“ – damals wie heute. Ein gepflegter Körper und eine gepflegte und gute Kleidung steigert euer Selbstvertrauen und stellt euch in ein positives Licht bei euren Mitmenschen.

Denkt immer daran: Der erste Sinneseindruck, den wir von unserem Gegenüber empfangen, ist sein Gesicht, seine Ausstrahlung, doch der zweite

ist seine Kleidung. Auf dieselbe Weise bildet sich unser Gegenüber eine Meinung von uns, sei sie gut oder schlecht. Es kann also sein, dass wir gar nicht dazu kommen, ein Wort zu äußern, weil wir bereits optisch durchgefallen sind.

Es gibt viele Meinungen von anderen Menschen, also Überzeugungen, die einen ungeheuren Einfluss auf unser Selbstvertrauen nehmen. Schüttelt alle negativen Meinungen anderer Menschen ab und bleibt eurem Ziel treu. Lasst euer Selbstvertrauen durch nichts und niemanden erschüttern, und schon gar nicht durch Meinungen! Meinungen sind der billigste Massenartikel, denn man bekommt sie überall umsonst. Ihr dürft euch nicht fremdbestimmen lassen durch Medien wie das Fernsehen, das Radio oder Zeitschriften, aber auch durch tratschende Nachbarn.

Ihr müsst lernen euch vor negativer Beeinflussung durch eure Mitmenschen oder Medien zu schützen. Gebt eurer Familien und eure Freundeskreis sowie den Medien erst gar keine Anlässe, euch gegenüber negative Meinungen zu äußern, welche euer Selbstvertrauen schwächen oder sogar lähmen.

Selbstvertrauen ist eine geistige Eigenschaft oder, besser gesagt, Geisteshaltung, die sich jeder Mensch aneignen kann. Man kann Selbstvertrauen nicht erben, nicht kaufen und nicht von anderen erschaffen lassen. Nur ihr selbst könnt

eure Geisteshaltung umstellen, um dann vor Selbstvertrauen nur so zu strotzen. Ein starkes Selbstvertrauen ebnet euch den Weg zum Erfolg.

Zielsetzung

Nachdem ihr euch ein starkes Selbstvertrauen aufgebaut habt, müsst ihr euch ein genaues Ziel setzen.

Zuerst ist immer die Idee, der Gedanke. Habt ihr die Idee erst einmal gefunden, könnt ihr euch Ziele setzen. Überlegt euch einfach was ihr am liebsten macht. Dann überlegt euch wie ihr das was ihr am liebsten macht wirtschaftlich ausbauen könnt. Dann träumt von eurem Ziel stellt euch dieses als bereits erreicht vor. Stellt euch vor wie ihr mit eurem Ziel Millionen verdient.

Schon bei den Tugenden haben wir über den Begriff Zielstrebigkeit gesprochen. Auch wenn es um den wirtschaftlichen Erfolg geht, sind die Zielsetzung und die Zielstrebigkeit wichtige Bausteine für den Erfolg. Wenn ihr kein Ziel, keinen Traum vor Augen habt, dann könnt ihr auch nichts erreichen. Wenn ihr, wie bereits ausgeführt, in ein Taxi steigt und dem Fahrer kein Ziel sagt, dann wird er einfach umherfahren und nirgends ankommen.

Bei der Zielsetzung ist es sehr wichtig, dass ihr ein genaues Ziel vor Augen habt. Das Ziel „ich

will reich werden“ ist zu ungenau, denn was heißt „reich“?

Jeder beurteilt Reichtum nach einem anderen Maß. Wenn ihr euch jedoch sagt, ich will fünfzig Millionen, dann könnt ihr euch dazu eine Vorstellung machen. Ihr könnt euch vorstellen, einen Koffer zu haben, in dem fünfzig Millionen Euro in Geldscheinen liegen. Ihr könnt euch natürlich noch viel höhere Ziele setzen. Menschen, die Großes erreicht haben, hatten vorher große Ziele, große Träume. Wenn es euer Wunsch ist, alles dafür zu tun, dass ihr nur kleine Ziele erreicht, dann werdet ihr auch nur kleine Ziele erreichen. Wenn ihr euch dagegen große Ziele setzt und alles dafür tut, was hier beschrieben ist, dann werdet ihr auch große Ziele erreichen.

Es ist wichtig, dass ihr euer wirtschaftliches Ziel in Zahlen fasst. Euer Unterbewusstsein und euer Bewusstsein werden alles dazu tun, die Summe von fünfzig Millionen, also das Ziel zu erreichen. Doch bis wann wollt ihr die fünfzig Millionen haben? Wenn ihr diesen Wunsch so minimalistisch formuliert, dann kann es auch sein, dass ihr die fünfzig Millionen erst im Alter von 70 Jahren habt. Ihr müsst euch also auch eine Zeitspanne setzen, denn nur so könnt ihr angespornt werden, das Ziel schnell zu erreichen. Also stellt euch vor ihr wollt die fünfzig Millionen in zehn Jahren haben oder noch schneller.

Wenn ihr für euch eine Summe festgelegt habt und einen Zeitrahmen, in dem ihr die Summe haben

wollt, müsst ihr noch überlegen, wie ihr dieses Ziel erreichen wollt, denn von alleine kommen die Millionen nicht. Ihr müsst also festlegen, mit welcher Leistung ihr euch eure Summe verdienen wollt. Nehmen wir als Beispiel den Immobilienmakler.

Somit habt ihr die Summe, den Zeitrahmen und die Leistung. Denn nur, wenn ihr leistet, bekommt ihr euren Erfolg, eure Millionen. Eine Leistung kann ein eigenes Geschäft sein, ein Handelsunternehmen, ein Handwerksbetrieb oder eine eigene Kanzlei, Praxis. Es gibt unzählige Möglichkeiten, was ein Mensch in Bezug auf seine Arbeit, seine Leistung, machen kann. Ihr solltet das wählen was euch am liebsten ist und das wirtschaftlich weltweit umsetzbar ist.

Wer sein Ziel klar vor Augen sieht, braucht nur noch die Mittel, um sein Ziel zu erreichen.

Viele Menschen haben ihr Ziel nie gefunden, da sie es nicht gesucht haben, es nicht gesehen haben oder verpasst haben. Doch ohne Ziel gibt es keine Richtung, die ihr einschlagen könnt.

Sagt euch niemals: „Ich werde mein Ziel finden, und wenn nicht, dann mache ich eben nichts.“

Sagt euch immer vor: „Ich werde mein Ziel, meine Erfüllung finden, und ich werde es erreichen, komme, was wolle, ich lasse mich nicht davon abbringen.“

Ziele sind immer eine Idee, ein Traum. Ich kenne viele Menschen die tolle Ideen haben, doch diese sterben schon gleich nach ihrer Geburt, da sie nicht

praktisch umgesetzt werden, ja regelrecht wieder in Vergessenheit geraten. Heute hat jeder ein Handy bei sich, das ebenso gut als Papier und Stift verwendet werden kann. Wenn ihr eine Idee habt, schreibt diese sofort auf und macht euch weitere Gedanken und schreibt auch diese auf. Baut eure Idee bis zum Ziel auf und haltet alle Gedanken daran fest, damit ihr jederzeit darauf zurückgreifen könnt. Ihr müsst eure Idee festhalten.

Es gab schon viele Ideen die zu einem wirtschaftlichen Erfolg geführt hätten, wenn diese auch verwirklicht worden wären. Die Menschen, die diese Ideen hatten, hatten jedoch kein Selbstvertrauen, wollten die Mühen der Umsetzung nicht auf sich nehmen oder hatten Angst zu versagen, hatten negative Gedanken.

Alles auf unsere Welt unterliegt Schwankungen und besteht aus einem dynamischen Prozess. Das gilt auch für Ziele. Auf eurem Weg zum Ziel müsst ihr euch allen Veränderungen anpassen und die nötigen Korrekturen vornehmen. Tag für Tag lernt ihr dazu. Indem ihr immer tiefer in die Materie eintaucht bekommt ihr ständig neue Erkenntnisse, die ihr aufnehmen müsst und wieder in euer Leben, eure Pläne, eure Zielsetzung einbringen müsst. Ihr müsst deshalb alle Änderungen flexibel aufnehmen, verarbeiten und wieder auf euren Weg einbringen.

Wenn ihr über euer Ziel nachdenkt, solltet ihr auch daran denken, dass unsere moderne und

schnelle Welt immer nach Neuem verlangt. Neu ist In! Es sind neue Ideen die erfolgreich machen. Neue Techniken werden gebraucht. Es sind neue Strategien die erfolgreich machen. Unsere Welt benötigt immer wieder neue Führungskräfte, da die alten eben alt werden. Es sind neue Erfindungen und Patente die Menschen unendlich reich machen. Neue Unterrichtsmethoden können bahnbrechende Erfolge nach sich ziehen. Neue Absatzmärkte lassen findige Unternehmer schnell reich werden. Die Menschen hungern nach neuen Büchern. Neue Medien öffnen neue Wirtschaftszweige. neue Geschäftsideen sind der Garant für den Erfolg. Natürlich ist vielen klar, dass der Weltmarkt Neuerungen benötigt aber diese müssen auch geschaffen werden, damit der Markt diese auch bekommt. Der Weltmarkt hat ein schier unendliches Bedürfnis an neuen Produkten und Dienstleistungen, die erbracht werden müssen. Den Menschen, der den Markt mit solchen Neuerungen befriedigt, machen diese erfolgreich.

Eure Ziele sollten sich auf die Ausbeutung neuer Ressourcen richten. Die großen finanziellen Erfolge haben immer die Menschen, welche neue Ressourcen ausbeuten.

Nur wer wagt, gewinnt, und nur wer Großes wagt, gewinnt Großes, und nur, wer große Ziele hat, wird Großes wagen und Großes gewinnen.
Ihr habt die Freiheit, euch jedes erdenkliche Ziel zu

setzen, auch wenn es noch so hoch ist. Keiner kann euch dies verbieten.

Denkt immer daran: Wie groß euer Ziel auch sein mag, eurem Geist sind keine Grenzen gesetzt, außer solche, die ihr selbst als Grenzen anerkennt.

Jeder Mensch hat natürliche Neigungen und Fähigkeiten. Jeder Mensch hat ein körperliches Erbe. Wie ich bereits ausgeführt habe, hat auch jeder Mensch einen eigenen Charakter.

Die Aufgaben die ihr auf den Weg zu eurem Ziel zu erfüllen habt und auch euer Ziel selbst muss mit eurem körperlichen Erbe, euren Neigungen und Fähigkeiten sowie euren Charakter harmonisieren, nur so könnt ihr euer Ziel erfolgreich erreichen.

Begeisterung

Nachdem ihr euch ein Ziel gesetzt habt, dass schriftlich festgehalten habt, müsst ihr euch dafür begeistern. Ihr müsst in euch ein brennendes Verlangen entfachen. Ein brennendes Verlangen und eine übergroße Begeisterung, das gesteckte Ziel zu erreichen, sind der Motor welcher euch zur Handlung treibt, dazu bringt ans Werk zugehen. Ohne Motor gibt es keine Handlung. Um ans Ziel zu kommen müsst ihr erst einmal loslaufen und das aus eigener Kraft. Um den Motor zu starten benötigt ihr die Begeisterung.

Die Begeisterung, euer Ziel zu erreichen, muss ein

großes Feuer in euch entfachen, welches euch am besten sofort zur Tat treibt.

Ihr müsst euch euer Ziel für das ihr euch begeistern wollt gut überlegen.

Es bedarf nämlich viel Kraft und Energie und diese sollte nicht umsonst eingesetzt werden. Wenn diese Energie auf ein gutes und wirtschaftlich erfolgreiches Ziel gerichtet ist, ist sie ein Garant für den Erfolg.

Wenn ihr euch ein Ziel setzt, ist dies erst einmal ein Traum. Doch wenn ihr euch für euer Ziel begeistert und ein brennendes Verlangen entwickelt, dann werdet ihr zu Handeln beginnen und aus euren Zielen wird Wirklichkeit werden.

Indem ihr beginnt über ein Ziel nach zu denken, ihr davon träumt, wie ihr den Weg zum Ziel entlang geht, wie ihr am Ziel angekommen seid, begeistert ihr euch dafür. Ihr könnt eure Begeisterung immer von neuem anfachen indem ihr jedes auch noch so kleine Zwischenziel feiert. Jedes ach noch so kleine erreichte Ziel macht euch erfolgreich.

Macht eine Flasche Champagner auf und seid glücklich über euren Erfolg. So füllt man die schönen Momente mit mehr Leben aus.

Ihr müsst euch immer wieder begeistern, damit euer Motor sich immer wieder ankurbelt, so erreicht ihr euer Ziel schneller. Je größer die Begeisterung, desto schneller läuft euer Motor und desto schneller seit ihr an eurem Ziel.

Verlangt viel vom Leben und ihr werdet viel erhalten. Ihr müsst eure Begeisterung, euer Verlangen nach Erfolg und Reichtum, zum Brennen bringen. Ihr müsst bereit sein, alles dafür zu tun, was rechtens und gut ist, und ihr müsst fest der Überzeugung sein, dass ihr erfolgreich und reich werdet.

Denkt immer daran: Ihr werdet erreichen, was ihr erreichen wollt.

Die Geschichtsbücher sind voll von Menschen die arm waren und dennoch große Ziele erreicht haben und sehr erfolgreich wurden, weil sie eine große Begeisterung, ein brennendes Verlangen in sich entfachen konnten, dass sie motiviert hat ihre Motoren an zu kurbeln um ihr Ziel zu erreichen.

Sich etwas zu wünschen und bereit dafür zu sein den Wunsch zu empfangen ist nicht dasselbe. Nur wenn ihr an euer Ziel, euren Wunsch wirklich glaubt und offen seit euer Ziel zu erreichen, werdet ihr dies auch erreichen. Bitte vergesst nie dass ein Ziel nie von alleine kommt. Ihr müsst auch die Mühen des Weges dort hin auf euch nehmen.

Nur ein starkes Verlangen sowie eine brennende Begeisterung für ein Ziel werden eure Kräfte mobilisieren, euren Motor zum laufen bringen. Bündelt all eure Energie, all eure Kräfte und kanalisiert diese auf euer Ziel, so ist euch der Erfolg sicher.

Das Wichtigste ist, dass euch eure Arbeit Freude macht, euch erfüllt. Ein Mensch, dem seine Arbeit Freude macht, kann zehnmal so viel leisten wie einer, dem die Arbeit keine Freude macht. Wenn euch eure Arbeit keine Freude macht werdet ihr nie so erfolgreich werden, als mit einer Arbeit die euch Freude macht. Wen ihr eine Arbeit verrichtet, die euch keinen Spaß macht, quält ihr euch selbst durch euer Leben.

Begeisterung ist somit ein wichtiger Schritt auf eurem Weg zum Erfolg, denn die Begeisterung wird euren Motor zünden, euch motivieren, zu handeln.

Wenn ihr euch selbst für ein Ziel begeistern könnt, so könnt ihr auch andere für euer Ziel begeistern, anspornen und motivieren, euch zu helfen.

Wenn ihr begeistert sein wollt, dann handelt einfach begeistert. Wenn ihr in euch ein brennendes Verlangen entfacht habt und begeistert seid, auf euer Ziel hinzuarbeiten, dann ist der beste Selbststarter für euch das „TU ES GLEICH“. Das bedeutet, dass ihr sofort loslegen und nichts auf die lange Bank schieben sollt. Denn einen Motor, der gestartet wurde, soll man auch laufen lassen und auf keinen Fall abbremsen.

Vorstellungsvermögen

Ein weiterer wichtiger Baustein für den Erfolg ist die Entwicklung eines Vorstellungsvermögens,

einer blühenden Fantasie. Wenn ihr ein Ziel vor Augen habt, dann müsst ihr einen Weg finden, wie ihr dieses Ziel erreichen könnt. Dazu braucht ihr ein großes Vorstellungsvermögen, eine blühende Fantasie. Ihr müsst euch euren Weg und euer Ziel bilderreich vorstellen können, mit allem, was Drumherum ist.

Ihr müsst eine Vorstellungskraft entwickeln die möglichst real ist und der Wirklichkeit entspricht. Eine reale Vorstellungskraft erleichtert euch den richtigen Weg zu finden und die richtigen Entscheidungen auf diesem Weg zu treffen. Ihr könnt eure Vorstellungskraft anreichern mit Bildern aus Filmen und dem Lesen von Büchern, welche mit euren Zielen Gemeinsamkeiten haben. Durch die Aufnahme von Informationen, wie durch das Internet, Filmen und Büchern, die etwas mit eurem Ziel zu tun haben, könnt ihr euch ein genaueres Bild, eine genauere Vorstellung von eurem Ziel machen und die gewonnenen Informationen auf eurem Weg nutzen, indem ihr euch dadurch eine noch genauere Vorstellung von eurem Weg und Ziel machen könnt.

Alles, was ihr euch geistig vorstellen könnt, könnt ihr auch erreichen, denn eure geistigen Vorstellungen sind eine Vorwegnahme des erreichten Ziels, also reell möglich. Es gibt nichts, was euch vom Erfolg abhalten kann, es sei denn, ihr selbst schafft euch die Barrieren. Ihr müsst ein reales Vorstellungsvermögen entwickeln. Je realer

euer Vorstellungsvermögen ist, desto leichter und schneller erreicht ihr euer Ziel.

Ihr müsst euch jeden Tag so fühlen, als hättet ihr euer Ziel bereits erreicht. Benutzt eure Vorstellungskraft und stellt euch euren Weg bilderreich vor. Mit Hilfe eurer, Vorstellungskraft, eurer Fantasie, eurer Kreativität, könnt ihr euch viele Chancen erarbeiten, die euch auf eurem Weg zum Ziel hilfreich sein können. Mit Hilfe eurer Vorstellungskraft gewinnt ihr viele Ideen, die euch schneller ans Ziel bringen. Eure Vorstellungskraft und Fantasie hilft auch eurem rationalem denken, welches die vielen Entscheidungen auf eurem weg treffen muss. Der Nährboden aus welchem alle eure Vorstellungen und Ideen keimen und sich entfalten ist die göttliche Gabe der Fantasie. Alle gedanklichen Impulse entfalten sich aus der Vorstellungskraft und Fantasie und werden dann in Handlungen umgesetzt.

Erwähnenswert ist auch, dass es im Grunde genommen nur zwei Arten von Fantasie gibt, die der menschliche Geist nutzt: die synthetische und die schöpferische Fantasie.

Ihr nutzt eure synthetische Fantasie, wenn ihr bereits Vorhandenes umbaut oder umformt, nachmacht oder verändert. Denkt an die Musik. Hier werden oft alte Musikstücke umgeschrieben und neu vertont. Bilder werden nachgemalt und dabei wird

etwas verändert. Viele Romane waren bereits die Grundlage für ähnliche Geschichten und Filme. Die synthetische Fantasie ist keine neue, keine eigene Fantasie. Sie arbeitet bereits Vorhandenes um, sodass etwas Neues daraus entsteht.

Die schöpferische Fantasie ist eure eigene Fantasie, die alles Neues schafft, nicht nachahmt, sondern erfindet. Sie ist eine Quelle die dem Unterbewusstsein entspringt und in das Bewusstsein gerufen wird. In Form einer Intuition, einer Idee, einer Ahnung, eines Traumes.

Alle Erfindungen wie die Elektrizität, das Telefon, die Dampfmaschine, die Schifffahrt, den Computer und vieles mehr, sind aus der schöpferischen Fantasie und Vorstellungsgabe entsprungen, haben sich im Geist manifestiert und wurden dann durch die praktische Handlung in die Tat umgesetzt.

Eines erscheint mir noch sehr wichtig zu erwähnen. Neue Ideen haben keinen Marktwert, man kann sie nicht vergleichen, da sie noch nicht da sind. Ihr alleine könnt bestimmen, was sie euch wert sind. Verkauft eure Ideen immer zu Höchstpreisen. Denkt daran, dass andere mit eurer Idee ein Vermögen verdienen werden. es ist auch eine Tatsache, dass die Ideen oft viele Generationen an Menschen weiter leben. Auch wenn z.B. ein Musiker schon längst tot ist, werden seine Werke noch gespielt.

Denkt immer daran: Die Fantasie und Vorstellungskraft ist die Grundlage einer jeden Idee und somit eines jeden Erfolgs.

Die Planung

Es ist sehr wichtig einen detaillierten Plan zu erstellen, denn ohne einen Plan dauert es viel länger, bis ihr euer Ziel erreicht.

Natürlich sind es eure Gedanken, Ideen, Visionen, Wünsche und Träume, die dazu geführt haben, dass ihr euer Ziel gefunden habt. Doch um direkt und somit schnell zum Ziel zu gelangen, müsst ihr euch einen detaillierten und gut durchdachten Plan machen.

Ein solcher Plan muss alle Zielführenden Faktoren enthalten, wie: Wie, wann und mit welcher Leistung ihr euer Ziel erreichen wollt. Step by Step muss geplant werden, wie der Reihe nach, kleine Ziele zu erreichen sind, wie der Weg zum Ziel aussieht.

Nehmen wir als Beispiel einen Chirurgen. Der Plan ist: Abitur – Medizinstudium – praktische Fortbildung – Eröffnung einer eigenen Klinik. Er hat einen Plan und kann nun alles Notwendige tun, damit er sein Ziel erreicht. Und so ergeht es auch allen anderen, die ein Ziel haben und somit erfolgreich werden. Es muss in einem durchdachten Plan schriftlich festgelegt werden, wie die nötigen Schritte zum Ziel aussehen.

Natürlich werdet auch ihr euren Plan von Zeit zu Zeit eurem auf dem Weg neu erworbenen

Wissen anpassen müssen, aber bitte schriftlich. Ein durchdachter Plan ist es, der euch organisiert zu eurem Ziel bringt, wenn ihr nicht aufgibt und beharrlich daran arbeitet.

Ein weiser Mann hat einmal gesagt: „Indem man einen Plan schriftlich niederschreibt, hat man bereits den ersten praktischen Schritt in Richtung Ziel erledigt.“

Einen Plan zu erstellen bedeutet, dass ihr praktisch aktiv werden müsst. Natürlich müsst ihr euch erst einmal Gedanken machen, wie euer Plan Schritt für Schritt aussehen soll, und dann schreibt den Plan nieder. Ihr müsst euch alle praktischen Handlungen im Geiste bilderreich visualisieren. Stellt euch den ganzen Weg zu eurem Ziel vor und schreibt diesen nieder.

Ihr könnt euch zur Planung auch einen Braintrust zusammenstellen, in dem ihr fantasievolle Menschen mit dem nötigen Know-how hinzuzieht, die ihr für die Ausarbeitung eurer Pläne benötigt. Über den Braintrust habe ich bereits einiges ausgeführt. Auch müsst ihr euch gut überlegen, was ihr den Menschen, die eurem Braintrust beitreten sollen, anbieten wollt, welche Vorteile diese durch den Beitritt haben sollen. Kein intelligenter Mensch der Welt wird für euch umsonst arbeiten. Jede Leistung, die die Menschen in eurem Braintrust erbringen sollen, muss auch eine Gegenleistung enthalten, die nicht immer in Geld ausbezahlt werden muss.

Denkt immer daran: Wenn ihr einen Plan erstellt, dann müsst ihr auch mit anderen Menschen darüber sprechen oder gar zusammenarbeiten. Doch denkt daran, dass ihr dann den mithelfenden Menschen eure Ideen preisgeben müsst. Wie Goethe sagte: „Gib ihm, aber gib ihm in Stücken, so ein Schmaus der wird dir glücken.“ Gebt nie euer Ziel preis, damit euch eure Idee niemand stiehlt. Gebt immer nur Teile preis.

Wie auch immer ihr euren Plan zusammenfügt, es ist wichtig, dass er genau ist und ihr nach ihm handelt. So werdet ihr den Weg zu eurem Ziel organisieren und direkt und somit viel schneller erreichen.

Das Wissen

Nur mit dem Wissen, dass zum Erreichen eures Zieles notwendig ist, werdet ihr euer Ziel auch erreichen. Es ist das fachspezifische Wissen, dass ihr euch aneignen müsst.

Über das Wissen habe ich in meinen Ausführungen über die guten Tugenden bereits gesprochen. Hier geht es nun um den wirtschaftlichen Erfolg, auch dafür ist das Wissen ein wichtiger Bestandteil.

Es gibt den Spruch „Wissen ist Macht“. Dessen Spruch muss ich etwas erläutern, da dieser nur zum Teil richtig ist.

Erst einmal ist Wissen ist nur eine Art potenzielle Macht, also Wissen ist eine Möglichkeit, Macht zu erlangen und erfolgreich zu sein.

Es muss euch klar werden, dass Wissen nur dann zu realer Macht, wenn ihr euer Wissen auch praktisch einsetzt und danach handelt und schließlich euer Ziel erreicht. Somit ist euch nun klar, dass das reine Wissen, das nur im eurem Kopf oder in den Kopf anderer Menschen schlummert, nur potenzielle Macht, die nutzlos bleibt, wenn sie nicht zur Entfaltung kommt, in Form einer geistigen oder körperlichen Handlung.

Das Weltwissen ist enorm groß. Ihr könnt nicht alles wissen, kein Mensch weiß alles. Es macht auch keinen Sinn, alles zu wissen, denn für das Erreichen eurer Ziele benötigt ihr nur einen Bruchteil an Wissen, aber eben dieses müsst ihr euch aneignen.

Ihr müsst nicht einmal alles Wissen, was euer Ziel betrifft, vielmehr ist es für euren Erfolg wichtig, dass ihr wisst, woher ihr das benötigte Wissen beziehen könnt. Zum Beispiel: Bibliotheken; Internet; Fachzeitschriften; Branchenverbände usw. Ihr habt verschiedene Möglichkeiten, das Wissen bereitzustellen, das ihr benötigt, um eurer Ziel zu erreichen.

Eine Möglichkeit fachspezifisches Wissen zu erlangen ist es, dass ihr euch das Wissen aneignet. Wissen steht, wie bereits beschrieben in öffentlichen Bibliotheken, Internet etc. umsonst bereit.

Eine weitere Möglichkeit ist es, Experten

hinzuzuziehen, die über das Wissen verfügen. Hier können der Arbeitsmarkt oder die Universitäten helfen.

Eine andere Möglichkeit ist der bereits angesprochene Braintrust. Einfach gesagt, könnt ihr euch das Wissen aneignen oder hinzukaufen. Aber in jedem Fall muss euch klar sein, welches Wissen ihr zum Erreichen eurer Ziele benötigt.

Denkt immer daran: Ihr müsst euch darauf konzentrieren, nur das Wissen anzueignen oder einzukaufen, das ihr definitiv zum Erreichen eurer Ziele benötigt. Lasst alles andere einfach weg. So spart ihr Zeit und Geld.

Wissen ist Macht, aber nur wenn wir das Wissen mit dem größtmöglichen Nutzen einsetzen.

Ihr sollt euch das nötige Fachwissen aneignen oder zukaufen und es dann praktisch anwenden und nicht nur im Kopf oder einem Ordner sammeln.

Durch unsere schnelllebige Welt und intensive Forschung, verändert sich aktuelles Wissen ständig. Wenn ihr erfolgreich sein wollt, müsst ihr immer bereit sein, dazuzulernen und euren Wissensfundus zu erweitern und zu erneuern.

Euren Wissensfundus kontinuierlich den Neuerungen an zu passen ist eine Kunst die ihr beherrschen müsst, damit ihr erfolgreich bleibt, denn wenn ihr dies nicht tut, dann veraltet euer Wissen und auf Dauer wird dies unbrauchbar.

Seid immer bestrebt, euch das benötigte Fachwissen selbst an zu eignen. Auch wenn ihr das Wissen von Fachleuten einkaufen oder einen Braintrust bilden könnt, so sollte euch stets bewusst sein, dass alles Zielführende Wissen, was ihr euch selbst aneignet, euch niemand mehr nehmen kann und ihr somit zumindest was das Basiswissen betrifft auf keine Hilfe angewiesen seid.

Ihr müsst euch klar machen, dass es zwei Arten von Wissen gibt. Ihr müsst immer Allgemeinwissen von Fachwissen unterscheiden.

Für euren wirtschaftlichen Erfolg ist das Allgemeinwissen, also das Wissen was ihr euch in eurer Schullaufbahn angeeignet habt, von geringem Wert. Es dient euch aber um gesellschaftlichen Erfolg zu erlangen, da ihr mit einer guten Allgemeinbildung tiefere Einblicke in das Leben bekommt und euch an vielen Diskussionen, das Leben betreffend, beteiligen könnt.

Das Fachwissen benötigt ihr, um an euer Ziel zu kommen, um wirtschaftlich erfolgreich zu sein, denn mit dem Fachwissen eignet ihr euch alles an, was ihr für euer Ziel benötigt.

Ihr habt während eurer Schulzeit die Möglichkeit, euch ein breites Allgemeinwissen anzueignen, vor allem dann, wenn ihr das Gymnasium besucht. Nach eurer Schulzeit, müsst ihr euch ein wirtschaftliches Ziel setzen und dann einen

eigenen wirtschaftlich erfolgreichen Weg gehen, und dafür müsst ihr euch einen Wissensfundus auf der fachlichen Ebene aneignen.

Jeder weiß, dass die am höchsten gebildete Schicht an Menschen auf unserer Erde die der Professoren an den Universitäten ist. Doch gibt es wohl kaum einen Professor, der sich nicht drüber beschwert, dass er zu wenig verdient und moniert, dass die Topmanager in der freien Wirtschaft sehr viel mehr verdienen.

Es ist jedoch einfach nach zu vollziehen, warum die Professoren weit weniger verdienen, als die Top-Manager, denn die Professoren vermitteln ihr Wissen nur an ihre Schüler weiter, sind also reine Wissensvermittler, wohingegen die Topmanager ihr Wissen praktisch anwenden und in die Wirtschaft einfließen lassen, also praktisch verwerten und so viel Geld verdienen.

Denkt immer daran: Ihr müsst lernen, euer Wissen praktisch und mit dem größtmöglichen Nutzen zu verwerten, um maximalen Profit daraus zu ernten.

Ihr müsst euer Allgemeinwissen und vor allem euer Fachwissen, das ihr für euer konkretes Ziel benötigt, zu einem Handlungsplan ordnen und praktisch umsetzen, um euer wirtschaftliches Ziel schneller zu erreichen.

Noch einmal zurück zu meinem Satz „Wissen ist Macht“ wie erläutert, stimmt dieser so nicht ganz.

Denn eines wird immer vergessen, nämlich dass Problem, dass an unseren Schulen und Universitäten Wissen ohne Gebrauchsanweisung vermittelt wird. Ihr müsst jedoch lernen, euer Wissen profitabel anzuwenden, nur so könnt ihr erfolgreich werden. Hier einige Tipps, wo ihr Fachwissen beziehen könnt: Der Handwerkskammern HWK; der Industrie- und Handelskammer IHK, von den Innungen, den höheren Fachschulen und Universitäten, den öffentlichen Bibliotheken und elektronischen Datenbanken, aus dem Internet sowie durch Fortbildungskurse. Bemüht euch stets, aus eurem Wissen und den Kontakten zu anderen Menschen größtmöglichen Nutzen zu ziehen!

Ein gutes Allgemeinwissen jedoch ist die Grundlage für eine gute geistige Ausbildung. Solltet ihr das Abitur nicht gemacht haben, dann denkt an mich und holt dies nach, denn es ist nie zu spät.

Es gibt viele Menschen, die ihr Abitur nicht nachholen, weil sie Angst haben, von anderen Menschen ausgelacht zu werden. Sie haben Angst, weil negative Meinungen aus ihrem Umfeld ihr Selbstbewusstsein untergraben. Wahre Freunde werden euch dazu motivieren, das Abitur nachzumachen. Ich selbst habe mein Abitur auf dem Zweiten Bildungsweg nachgeholt und ich kann euch versichern, es war für mich ein herrlicher Tag, als ich das Abiturzeugnis ausgehändigt bekommen habe. Wieder ein großes Ziel geschafft und eines was mir niemand mehr wegnehmen kann.

Die Handlung

Mit einer starken Entschlusskraft und Motivation könnt ihr zu handeln beginnen.

Ihr wollt erfolgreich sein und handeln. Dafür ist eine schnelle Entschlussfähigkeit sehr wichtig, denn ohne Entschluss zu handeln blockiert ihr den Start einer jeden Handlung.

Dankt immer daran: Wenn ihr einen Entschluss gefasst habt, dann handelt sofort.

Es ist eine gute Tugend und Charaktereigenschaft, alles was zu tun ist auch sofort zu tun und nicht auf die lange Bank zu schieben. Hierfür gibt es ja den Spruch: Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen. Ich kann euch versichern, dass Menschen, die alles aufschieben, nicht erfolgreich werden, weil sie so vieles vergessen oder zu spät erledigen.

Um erfolgreich zu handeln ist es wichtig, dass ihr zu einer Entscheidung steht, und diese nicht umwerft, wenn ihr sie getroffen habt. Alle eure Entscheidungen müssen erstmal endgültig sein und in die Tat umgesetzt werden.

Ihr werdet viel erfolgreicher sein und vor allem schneller vorwärts kommen, wenn ihr nötige Entschlüsse schnell fasst und sie sofort in die Tat umsetzt, ohne wenn und aber.

Lasst euch niemals Fremdbestimmen. Wenn ihr eine Entscheidung getroffen habt, dann steht dazu und lasst euch von niemand umstimmen oder dreinreden. Auch auf den Weg der Entscheidungsfindung dürft ihr euch von niemanden dreinreden lassen. Nur ihr selbst bestimmt euer Leben und seit der Steuermann eures Erfolges aber dass nur solange ihr euren eigenen Kopf behaltet.

Ihr könnt mir anderen Menschen sprechen, euch inspirieren lassen, um eine Entscheidung zu finden aber trifft immer selbst euer eigenes Urteil. Natürlich müsst ihr euch Informationen beschaffen, Wissen anreichern, aber findet eure eigene Entscheidung, denn nur so bestimmt ihr euer Leben selbst. Wie immer gilt es auch bei der Handlung, dass ihr diese unauffällig durchführt und keiner eure wahren Pläne und Absichten versteht.

Für eure Entscheidungsfindung könnt ihr die Hilfe von Fachleuten hinzuziehen, einen Braintrust bilden oder was auch immer tun, entscheiden aber müsst ihr selbst.

Dass aller wichtigste bei jeder Entscheidung ist es, dass die Entschlüsse richtig sind. Nur richtige Entschlüsse werden euch erfolgreich machen. Kein Mensch ist vollkommen und so werdet auch ihr immer wieder Entschlüsse treffen die falsch sind. Doch wenn ihr merkt, dass ihr einen falschen Entschluss getroffen habt, so müsst ihr diesen

sofort revidieren, eine neue Entscheidung treffen, wenn möglich den alten Entschluss rückgängig machen. Meist ist so etwas mit viel Arbeit und/oder Mehrkosten verbunden.

Denkt immer daran: Falsche Entschlüsse müssen rückgängig gemacht werden. Auch wenn dies viel Zeit und Geld kostet. Alles ist besser, als falsche Entscheidungen in die Tat umzusetzen.

Denkt immer daran: Richtige Entscheidungen lassen euch schneller an euer Ziel kommen

Es gibt viele Kriterien, welche dazu führen dass ihr richtige Entscheidungen trifft. Ein Kriterium ist das Zuhören. Stellt euer Fragen, aber dann hört aufmerksam zu. Informationen, die ihr benötigt, könnt ihr durch das aufmerksame Zuhören erlangen. Die Kunst beim Zuhören ist die volle Konzentration auf das was euer gegenüber euch erzählt, damit ihr die gesuchte Information auch erfasst. Wenn ihr selbst immer wieder redet und dem anderen nicht das Wort lasst, so entgehen euch die vielen Möglichkeiten entgegen neue Informationen zu erhalten, die euch weiter helfen können. Es ist auch leider so, dass die Menschen, welche viel reden und wenig zuhören oft anderen Informationen über ihre Pläne geben. Sie plappern alles Mögliche heraus, was andere Menschen aber sehr wohn analysieren und nutzen. Desto mehr ihr redet, desto mehr erfahren andere über eure

Geisteswelt, eure Pläne, eure Ideen und ihr werdet euch ärgern, wenn andere eure Ideen so toll finden, dass sie diese stehlen, und diese schnell umsetzen und den wirtschaftlichen Erfolg noch vor euch feiern.

Denkt immer daran: Ihr seid nicht die Einzigen auf dieser Welt, die nach einer guten Idee und einem Weg zum erfolgreichen Ziel suchen. Wenn ihr eure Ideen preisgibt, werden andere diese stehlen. Lasst euch bei jedem Gespräch bewusst werden, dass euch nicht alle Mitmenschen wohlgesonnen sind. Also redet nicht zu viel und gebt keine Informationen preis, denn nichts ist einfacher als das Stehlen von Ideen.

Nun da ihr zu Handeln beginnen müsst, sollte eure erste Handlung folgende sein. Ihr nehmt Papier und Stift zur Hand und schreibt eure Idee, euer Ziel auf. Schreibt euch euer Ziel so detailliert wie nur möglich auf und feilt daran herum, bis es so ist wie ihr euch dieses erträumt habt. Indem ihr euer Ziel aufschreibt, habt ihr den ersten Schritt in Richtung eures Zieles getan und die erste Handlung erfolgreich absolviert. Nun werdet ihr motiviert sein und schreib euch am besten auch gleich den Plan aller folgenden Handlungen auf, die benötigt werden das Ziel zu erreichen, den Weg oder Handlungsplan.

Beim Thema Handeln möchte ich nochmals auf das „TU ES GLEICH“ aufmerksam machen. Wenn ihr

sofort handelt, wenn euch eine Idee kommt oder es Anlass zur Handlung gibt, dann kommt ihr schneller vorwärts und könnt nichts vergessen.

Der „TU ES GLEICH“-Aspekt hilft euch vor allem immer dann, wenn ihr gerade motiviert seid, denn immer dann fließt das Handeln wie von selbst.

Denkt immer daran: Jede eurer Handlung muss zielorientiert sein. Eine Handlung, die ihr zum Erreichen eurer Ziele nicht benötigt ist sinnlos und reine Zeit und Energieverschwendung.

Jede Handlung benötigt Zeit. Ebenso reicht wie es ist richtig zu handeln, ist es schnell zu handeln. Schnell zu handeln heißt auch ein gutes Zeitmanagement zu haben, denn Zeit ist Geld. Wenn ihr Zeit sparen wollt, dann müsst ihr nicht die Minuten oder Stunden sparen, sondern sinnlose Handlungen. Zeit an sich kann nicht gespart werden. Die Zeit läuft unentwegt fort. Sekunde für Sekunde, kein Mensch der Welt kann diese anhalten. Ihr müsst euch klar werden lassen, dass es beim Zeitmanagement einzig und alleine darum geht euch selbst zu managen. Zeit könnt ihr nur einsparen, wenn ihr alle überflüssigen Aufgaben weg lasst, einfach nicht macht. Ihr müsst erkennen, welche Aufgabe ihr doppelt macht, und die am besten bevor ihr diese doppelt machen wollt und tut das dann nicht. Ihr erledigt jeden Tag viele Aufgaben, Handlungen, die ihr jedoch für das Erreichen eures Zieles nicht benötigt, also lasst diese

sinnlosen Aufgaben einfach weg und ihr spart viel Zeit. Ihr werdet lernen müssen, vor jeder Handlung nach zu denken, und diese nur dann durchführen, wenn sie zielorientiert ist.

Denkt immer daran: Zeit sparen heißt eine Handlung, die für das Erreichen eures Ziels nichts beitragen kann, einfach nicht durch zu führen und stattdessen eine Handlung aus zu führen die Zielorientiert ist. So seid ihr schneller am Ziel, so habt ihr Zeit eingespart.

Handeln setzt auch immer voraus, das man die Handlung auch mit Leichtigkeit ausführen kann. Jeder Mensch hat seine Stärken und seine Schwächen. Ich sehen immer wieder Menschen, die versuchen ihre Schwächen zu verbessern. Das ist falsch. Ihr müsst eure Schwächen vernachlässigen und eure Stärken perfektionieren.

Denkt immer daran: Es macht keinen Sinn, wenn ihr versucht eure Schwächen zu perfektionieren, denn ihr werdet damit nicht erfolgreich werden. Erfolgreich werdet ihr mit euren Stärken und vor allem wenn ihr euch auf eure Stärken konzentriert und diese perfektioniert.

Nun zum Verkäufer. Zum Handeln gehört es auch immer wieder Verträge ab zu schließen. Man könnte auch sagen die Summe eurer geschäftlich guten Handlungen, ist gleich der Summe der

erfolgreichen Vertragsabschlüsse. Somit müsst ihr im Geschäftsleben immer auch ein guter Verkäufer sein, einer der mit den Vertragsentwürfen zum Kunden fährt und mit der Unterschrift darunter nachhause kommt. Doch vor dem Vertragsentwurf wird erstmal verhandelt. Und bei diesen Verhandlungen müsst ihr den Kunden reden lassen und gut zuhören, damit ihr möglichst viele Informationen bekommt, um euch ein Bild zu machen was der Kunde will. Nur wenn ihr eurem Kunden genau das anbietet was er wirklich will, wird dies eurem Kunden den Best möglichen Nutzen bringen. Doch denkt an das Fair-play. Jeder Kunde will Marktgerechte Preise zahlen. Der Kunde will den Nutzen und ihr wollt dabei Geld verdienen. Leben und leben lassen. Wenn ihr mit dem Kunden die Verhandlungen führt, dann konzentriert euch auf seine Aussagen, seine Körpersprache. In eurem Angebot müsst ihr dem Kunden die Vorteile deutlich machen, die der Kunde hat, wenn er mit euch den Vertrag abschließt und nicht mit dem Mitbewerber. Ihr könnt auch einige Nachteile aufweisen und diese dann wieder entschärfen, so bildet ihr Vertrauen. Die Vorteile müssen klar überwiegen.

Ich gehe in Kundengespräche immer sehr offen hinein. Ehrlichkeit wird immer honoriert. Doch ich überlege mir einige Tage vorher und eben bis zum Gesprächsdatum genau, wie ich mein Gespräch führen will und schreibe mir dies detailliert auf. Ich erstelle mir einen wohl durchdachten Plan,

ich durchdenke alle Eventualitäten und denke dabei auch an die Suggestionmöglichkeiten und baue diese ein. Eine gute Vorbereitung gibt euch Sicherheit, gibt euch ein gestärktes Selbstvertrauen. Stellt euch alle Fragen, die euch gestellt werden könnten vor, vor allem diese, die negativ sein könnten. Überlegt euch eine Antwort, die alles wieder ins Positive rückt. Und schreibt euch diese in einen Frage Antworten Katalog, den ihr zum Gespräch mitbringt. Vergesst nie: Keiner mag einen aufdringlichen Verkäufer. Wer aufdringlich ist, ruft Abwehr hervor. Eine goldene Regel besagt: Macht nie eine andere Ware oder euren Konkurrenten schlecht, denn wenn ihr etwas schlecht macht, ruft dies ebenfalls Abwehr hervor. Merkt euch: Wer schlecht über andere redet, denkt selbst schlecht. Wenn ihr handelt, dann ist es wichtig, dass ihr eure Stärken hervorhebt. Vernachlässigt eure Schwächen.

Es gibt viele Menschen, die sich wünschen viel Geld zu haben, also reich zu sein. Ebenso viele Menschen haben die tollsten Ideen wie sie reich werden wollen. Tatsächlich reich, also so dass das Geld aufs Konto fließt wird jeder nur nach erfolgreichen Handlungen. Ohne Handlung kein Geld. Erst kommt die Idee aber dann muss die Handlung folgen, denn Ideen alleine machen niemals reich.

Feiert eure Erfolge, wenn das Ziel erreicht ist. Tanzt durchs Zimmer, öffnet eine Flasche Champagner,

freut euch. Lasst das gute Gefühl, etwas geschafft zu haben, an euch heran. Genießt es, lasst euch dieser schönen Zeit nicht berauben, dieses Gefühl darf man sich von niemandem nehmen lassen. Wer das nicht tut, erlebt sein Leben nur als Last und ihr könnt es nie wieder nachholen.

Denkt immer daran: Feiert eure Erfolge. Wenn ihr eure Erfolge nicht feiert, wird euch euer Leben nur zur Last. Feiert auch kleine Zwischenerfolge. Ihr könnt gar nicht genug Anlass zum Feiern haben, denn jede Feier heißt wieder einen Erfolg mehr zu haben und das tut jedem gut.

Euer Handeln wird beeinflusst von Menschen, die euch etwas verkaufen oder euch für ihre Ziele nutzbar machen wollen. Wenn ihr das nicht wollt, solltet ihr auch konsequent und bestimmt Nein sagen können, und das Thema ist abgeschlossen. Wenn ihr Nein meint, dann lasst euch auch nicht zu einem Ja überreden.

Ein konsequentes Nein spart Zeit und Energie. Entscheidet euch schnell, so ist Erfolg erarbeitet!

Denkt immer daran: Wenn ihr NEIN sagen wollt, dann sagt es auch akkurat und entschlossen und bleibt auch dabei. So spart ihr euch Zeit und niemand kann euch Fremdbestimmen.

Wie ihr nun wisst machen ist Erfolg die Anzahl von gut erledigten Handlungen. Zum Handeln gehört

aber Eigeninitiative. Sie ist es, die uns letztendlich handeln lässt. Ihr könnt nicht immer darauf warten, bis euch jemand sagt, was ihr tun sollt. Denn so seid ihr lediglich Befehlsempfänger und könnt nie erfolgreich werden. Am besten geht ihr dann zur Bundeswehr, denn dort lebt ihr in der Welt des Befehlsempfangs, ohne je erfolgreich zu werden.

Eigeninitiative ist eine Charaktereigenschaft, die ihr entweder schon besitzt oder aber herausbilden müsst, wenn ihr erfolgreich sein wollt. Denn ohne Eigeninitiative werdet ihr nie Erfolgreich. Eigeninitiative ist diejenige Eigenschaft, die einen Menschen dazu bringt, zu handeln, das zu tun, was er tun muss, ohne dazu aufgefordert werden zu müssen, also selbstständig zu handeln.

Ich höre immer wieder, wie Menschen sagen: Ich warte auf die richtige Chance. Glaubt mir, von alleine kommt auch keine Chance, niemand auf der Welt wird euch eine Chance geben, nur ihr selbst könnt dies tun, indem ihr handelt und mit euren Handlungen erfolgreich seid.

Mithilfe eurer Vorstellungskraft, eurem Ziel, eurem Plan, einer guten Portion Eigeninitiative, einem starken Selbstvertrauen und vor allem dem richtigen Handeln arbeitet ihr euch eure eigenen Chancen heraus.

Nur ihr selbst könnt erfolgreich werden! In euch steckt eine große Macht die Wunder bewirken kann, die euch zu jedem Ziel bringt, wenn ihr nur

die Eigeninitiative ergreift und zu handeln beginnt. Wie Shakespeare sagte: „Sei ein Mann der Tat und nicht des Wortes alleine.“

Wenn ihr begeistert und voll Verlangen nach Erfolg zur Tat schreitet und zu handeln beginnt, dann geraten negative Eigenschaften wie Angst, Sorgen und Zweifel immer in den Hintergrund und ihr werdet erfolgreich handeln.

Heute sind die meisten Menschen nicht nur tolerant, sondern sie betreiben regelrecht Networking. Beim Betrachten der Klatschzeitungen könnt ihr sehen, wie oft sich Prominente mit anderen Prominenten treffen. Das ist das Geheimnis beim Aufbau sozialer Vernetzungen, dem sogenannten Networking. Durch solche Treffen werden Prominente erst prominent. Wenn ihr prominent werden wollt, dann leistet etwas, das die Öffentlichkeit auch braucht, und geht auf sogenannte Promitreffen.

Ihr könnt hervorragende Leistungen erbringen, wenn ihr euch aber der Öffentlichkeit entzieht und ein Einsiedlerleben führt, sind diese Erfolge meist nur von kurzer Dauer. Jeder erfolgreiche Mensch hat viele Menschen um sich, die für dessen Erfolg arbeiten. Ein Mensch alleine kann niemals so viel erreichen, wie es viele Menschen tun können. Ein Mensch, der ein Einsiedlerleben führt, ist etwa so erfolglos wie ein einzelner Fußballer, der gegen eine ganze Mannschaft spielt. Öffnet euch, gewöhnt

euch Kontaktfreudigkeit an, habt keine Scheu vor anderen Menschen.

Niemand, der erfolgreich ist, schafft dies ohne Networking. Früher nannte man das abfällig „Beziehungen“ oder „Vitamin B“. Einfach gesagt: Wir brauchen für den Erfolg die Gabe, mit Menschen zusammenarbeiten zu können, zusammen handeln zu können. Diese Zusammenarbeit muss jedoch immer auf eine Win-Win-Situation hinauslaufen, dann ist die Zusammenarbeit ein Erfolg.

Tipps für den Networking-Treff sind: Plaudert mit den Gastgebern, aber nehmt sie nicht ständig in Beschlag; wenn ihr einen bestimmten Gast kennenlernen wollt, dann bittet doch euren Gastgeber, euch ihm vorzustellen. Euer Gastgeber darf nie beleidigt werden, macht keine negativen Bemerkungen über das Essen oder über die Gäste. Mit den Themen Politik, Religion, Geld, Krankheiten solltet ihr sehr vorsichtig sein. Seid vorsichtig und öffnet euch nicht sofort, beim Networking soll man sich kennenlernen und nicht mit Detailthematik erschlagen werden. Networking ist jedoch nicht möglich, wenn man nicht tolerant allen Menschen unserer Erde gegenüber ist.

Nun möchte ich zu der Tugend der Toleranz kommen. Wie ich dort ausgeführt habe, ist es die Toleranz, die ihr zum Erfolg benötigt, denn ihr werdet mit vielen Menschen zusammenarbeiten müssen. Nur wenn ihr tolerant seid, könnt ihr mit

vielen Menschen zusammen handeln, zusammen arbeiten und erfolgreich sein.

Es ist wohl einfach nach zu vollziehen, dass wenn mehr Menschen auf ein Ziel hin arbeiten, diese Gruppe schneller sein wird, als ein Einzelkämpfer. Eist besteht eine solche Gruppe aus Menschen verschiedenster Herkunft und so müsst ihr eben tolerant sein.

Wir leben in einer multikulturellen schnelllebigen Erfolgswelt. Der Einzelkämpfer hat da keinen Platz mehr, ja keine Chance mehr, gegen eine Gruppe schlauer Menschen, ausgewählt aus den verschiedensten Ländern unserer Erde.

Nur wer gelernt hat, dass das Leben aus einem ausgewogenen Verhältnis von Geben und Nehmen besteht, wird in der Lage sein mit jedem Menschen harmonisch zu kooperieren, gleich welcher Herkunft dieser sein wird.

Es ist wichtig, tolerant zu sein. Ich selbst wurde immer wieder mit intoleranten Gedanken infiziert und musste hart an mir arbeiten, damit ich tolerant und aufgeschlossen allen Menschen gegenüber geworden bin.

Intolerante Menschen schränken sich selbst enorm ein. Durch die Intoleranz anderen Menschen gegenüber werden Barrieren aufgebaut die jeden Erfolg eindämmen. Nachdem heute in jeder Großstadt Menschen aller Herkunftsländer leben ist ein Intolerant sein quasi out.

Wenn ihr dieses Buch gelesen habt, werdet ihr sehr schnell erkennen können, welcher Mensch intolerant ist und welche nicht. Intoleranten Menschen müsst ihr den Rücken kehren, da deren negativen Eigenschaften sonst in euer Unterbewusstsein gepflanzt werden und euch schädigen. Wir Menschen brauchen einander um erfolgreich zu sein.

Es gibt eine Vielzahl an Aufgaben, die ihr nicht alleine lösen könnt, jedoch lösen müsst, da deren Lösung erforderlich ist, damit ihr euer Ziel erreicht. Somit braucht ihr andere Menschen, mit dessen Hilfe ihr eure Lösungen oft sogar noch viel schneller herbeiführen könnt.

In großen Unternehmen arbeiten viele Menschen an einem Ziel, dass wäre nicht möglich würde der Unternehmer an der Spitze intolerant sein und viele der am Erfolg mitarbeitenden Menschen nicht beschäftigen. Intolerante Menschen vereinsamen heute zutage.

Solltet ihr in euren Gedankenmuster, euren Charaktereigenschaften, Intoleranz entdecken, so denkt um. Schafft die Intoleranz ab, es ist nie zu spät. Indem ihr tolerant werden, schafft ihr eigens errichtete Barrieren zum Erfolg ab.

Alle Sinneseindrücke, die wir Menschen aus unserer Umwelt absorbieren, können motivierend für Handlungen sein. Vor allem Gefühle können Motive für Handlungen sein, wie: Angst, Liebe,

Zorn und Hass aber auch der Selbsterhaltungstrieb, der Geschlechtstrieb und der Wunsch nach Reichtum, können euch zu Handlungen anregen.

Es gibt keine Handlung, welche plötzlich aus dem heiteren Himmel kommt. Jeder Handlung gehen Gedanken voraus und jede Handlung ist zielorientiert, denn niemand handelt grundlos.

Es ist für euren Erfolg sehr wichtig zu verstehen, aus welchen Motiven heraus eure Eltern, Freunde und Geschäftspartner handeln. Jede Handlung ist zielorientiert und es sind die Motive dahinter die eure Mitmenschen zum Handeln bewegen.

Was auch immer euch motiviert zu handeln, erfolgreich werdet ihr sein, wenn ihr tatsächlich auch handelt und eure Motivation nicht nur geistig war und dann in Vergessenheit gerät.

Ich habe einen Freund, der viel nachdenkt, wie er zu Reichtum kommen kann. Er hat immer wieder ganz tolle Ideen aber er beginnt nie zu handeln. Bei ihm ist es so, dass eine Idee nach der anderen folgt, doch keine umgesetzt werden.

Er wäre schon längst erfolgreich, wenn er endlich mal beginnen würde zu handeln.

Die Konzentration

Ebenso wichtig wie die Idee, das Erstellen eines Plans, das Aneignen von Wissen und das praktische Handeln ist die Konzentration auf das Ziel. Viele

Menschen haben nicht ein Ziel, sondern viele. Sie versuchen, einmal hier, einmal dort, verschiedene Ziele zu erreichen. Dabei erreichen sie meist nichts. In der Umgangssprache sagt man, dass diese auf verschiedene Hochzeiten tanzen.

Sich auf ein Ziel zu konzentrieren heißt auch, über ein Ziel nachzudenken, sich konzentriert Gedanken darüber zu machen, mit dem Ziel zu leben.

Wenn ihr euer Ziel schnell erreichen wollt, dann müsst ihr direkt und ohne Umwege darauf zu gehen und euch völlig darauf konzentrieren. Wie ich bereits ausgeführt habe, solltet ihr nur Handlungen ausführen, die zielgerichtet sind. Wenn ihr alles tut, was ihr für das Erreichen eurer Ziele nicht benötigt, habt ihr viel Zeit übrig für weitere zielgerichtete Handlungen und seid somit schneller am Ziel. Auf den Weg zu eurem Ziel werdet ihr sicher viele weitere Ideen haben, die nichts mit eurem aktuellen Ziel zu tun haben. Schreib euch diese auf so gehen diese nicht verloren und ihr könnt euch diese jederzeit wieder her holen, wenn ihr euer Ziel erreicht habt und es an der Zeit ist neue Ideen zu zielen zu formen. Sich auf ein Ziel zu konzentrieren heißt jedoch, dass erst das Ziel erreicht sein muss, bevor neue Ideen durch praktische Handlungen verfolgt werden. Die Menschen, welche immer wieder einer anderen Idee nach jagen, bleiben erfolglos. Sich auf ein Ziel zu konzentrieren ist ein Prozess. Ein Prozess bei welchem ihr mithilfe eurer Vorstellungskraft und eures bewussten Geistes

jede Information, die in eurem Unterbewusstsein jemals gespeichert wurde, durchsucht, ob diese zielorientierte Information enthält. Konzentration auf ein Ziel ist auch ein Prozess bei welchem ihr alles benötigte Wissen anreichert und zu einem Plan und Handlungen zusammenfasst.

Durch Konzentration werdet ihr alle Informationen erlangen, die ihr benötigt. Durch Konzentration auf ein Ziel werdet ihr dieses schneller erreichen, da ihr alle Handlungen die nicht ziel führend sind weglassen werdet.

Denkt immer daran: In eurem Unterbewusstsein sind alle Bilder und Gefühle, die euer Geist durch seine fünf Sinne jemals aufgenommen hat, gespeichert. Den Rest bekommt ihr durch euren allumfassenden Geist. Somit werdet ihr durch Konzentration alles finden, was ihr benötigt, um euer Ziel zu erreichen.

Konzentration heißt nichts anderes, als dass ihr alle eure Kräfte, eure Energie bündelt und auf das Erreichen eines Zieles richtet. Wenn ihr euch konzentriert, dann fokussiert eure Gedanken, eure Kräfte, eure Energie so lange auf ein Thema, bis ihr es im Geiste völlig zerlegt und analysiert habt, Alsdann ihr alle Bestandteile wieder neu zusammensetzt zu einem Vorhaben.

Wenn ihr euch auf einen Gedanken konzentriert, dann untersucht ihr diesen Gedanken ausführlich.

Des Weiteren untersucht ihr die Auswirkung und analysiert die Ursache, oder umgedreht, ihr untersucht die Ursache und analysiert die Auswirkungen. Konzentration heißt auch sich Zeit zu nehmen, über etwas nach zu denken.

Alle Erfindungen wurden von Menschen gemacht, die sich auf ein Thema konzentriert haben, lange über ein Thema nachgedacht haben. Alle Ideen entspringen Menschen die sich Zeit zum Nachdenken nehmen und konzentriert alle Gedanken auf ein Thema richten. Nehmt euch Zeit zu denken. Erst kommt die Idee, dann die Erfindung. Die Zeit spielt hier eine wichtige Rolle. Zeit nach zu denken, ist der Schlüssel zum Erfolg.

Ich habe festgestellt, dass es oft nicht die Ideen, die Gedanken sind, die uns fehlen, sondern einfach nur ein Blatt Papier und ein Kugelschreiber oder ein Handy mit Notizfunktion, um die tollen Gedanken im Moment des Aufflammens festhalten zu können. Oft habe ich des Nachts tolle Ideen, wie ich das eine oder andere Problem meistern könnte. Deshalb habe ich immer eine Möglichkeit griffbereit, mir diese Gedanken aufzuschreiben, bevor ich sie wieder vergessen habe.

Denkt immer daran: Wenn ihr euch in die Ruhephase versetzt, um nachzudenken, oder euch vor dem Einschlafen eure Gedanken machen wollt, nehmt euch immer Papier und Bleistift mit, damit

ihr eure Ideen auch aufschreiben könnt, damit ihr sie nicht vergesst. Meist geht auch ein Handy oder ein iPhone.

Die Beharrlichkeit

Die Beharrlichkeit gehört zu den guten Tugenden, doch auch hier, wenn es darum geht, praktisch erfolgreich zu sein, bildet sie einen wichtigen Baustein. Die Beharrlichkeit ist eine Geisteshaltung, die sich jeder antrainieren kann und jeder der erfolgreich sein will, antrainieren muss.

Es gibt eine Vielzahl an Geschichten, wie Menschen auf dem Weg zum Ziel aufgeben wollten, dann doch beharrlich waren und ihr Ziel erreicht haben und erfolgreich wurden.

Es liegt in der Natur, dass alles was erarbeitet werden muss auch Zeit braucht. Somit braucht jeder Erfolg Zeit, den erfolgreich sein heißt gut gehandelt zu haben und Handlungen benötigen Zeit. Große Ziele benötigen viele Handlungen und viel Zeit. Es ist die Beharrlichkeit die euch die Ruhe gibt zu warten, bis eure Handlungen erfolgreich erledigt sind oder ihr auf den Erfolg einer Handlung warten müsst, die andere für euch ausführen müssen. Ein großes Ziel zu erreichen bedarf viel Ausdauer, viel Beharrlichkeit.

Denkt immer daran: Wer zu früh aufgibt, erreicht sein Ziel nie.

Auch wenn ihr auch noch so viele Rückschläge erleiden solltet, so denkt an die gute Tugend der Beharrlichkeit, der Ausdauer. Sie bringt euch immer ans Ziel.

Ihr müsst aus jedem Rückschlag, jeden Fehler den ihr macht lernen und euch von einem Rückschlag motivieren lassen noch mehr Kraft auf zu wenden, um ans Ziel zu gelangen. Arbeitet beharrlich auf den Erfolg zu und er wird sich einstellen.

Bereits in der Antike haben die Philosophen ihren Schülern gelehrt, dass diese lernen müssen in jeden Rückschlag einen Erfolg zu sehen und somit jeden Rückschlag in einen Erfolg umzuwandeln. Wandelt eure Gedanken. Wenn ihr an Rückschlag denkt, dann denkt um und denkt an Erfolg und ihr werdet in jeden Rückschlag den Erfolg finden.

Wenn ihr beharrlich seid, kommt ihr ans Ziel und könnt später darüber ein Buch schreiben, welche Rückschläge ihr hinnehmen musstet, wie schwer diese waren, wie ihr diese in Erfolge umgewandelt habt und schließlich durch die Beharrlichkeit alles überdauert habt und an eurem Ziel angelangt seid.

Denkt immer daran: Niemals seid ihr besiegt, wenn ihr er eine Niederlage nicht als abänderbare Tatsache akzeptiert. Besiegt seid ihr erst, wenn ihr aufgibt.

Wenn ihr ein Ziel habt und ein wirkliches Verlangen habt, euer Ziel zu erreichen. Wenn ihr euch für euer

Ziel begeistern könnt und alle eure Kräfte auf das Ziel hin konzentriert, dann braucht ihr nur noch zu Handeln und beharrlich zu sein und ihr werdet euer Ziel erreichen. Das ist sicher. Auch wenn ihr auf eurem Weg einmal scheitern solltet, so denkt an die vielen erfolgreichen Menschen vor euch. Nicht, wer scheitert, ist ein Versager, sondern wer aufgibt. Natürlich werdet ich ihr immer wieder einmal scheitern. Ein solches Scheitern dürft ihr nur als vorübergehende Niederlage sehen und müsst Energie daraus gewinnen, daraus lernen und noch hartnäckiger auf euer Ziel hin arbeiten. Seht jedes Scheitern als Glücksfall an, denn aus der vorübergehenden Niederlage könnt ihr lernen, könnt ihr Energie schöpfen, könnt ihr noch erfolgreicher sein, wenn ihr beharrlich bleibt.

Es ist unumgänglich, dass ihr Fehler macht und daraus lernt, wie ihr es in der Zukunft besser machen könnt. Babys machen jeden Tag Fehler und lernen daraus. Würden sie keine Fehler machen, würden sie nicht dazulernen. Das gilt auch für Erwachsene.

Die Natur hat es so eingerichtet, dass jedes Lebewesen sich immer zum Besseren entwickelt, indem ihr aus den Fehlern lernt. Somit liegt es in der Natur, dass ihr Fehler machen müsst, um erfolgreich werden zu können. Je mehr Fehler ihr macht, desto erfolgreicher werdet ihr.

In der Natur gibt es keine Fehler, wir deuten diese nur als solche, wenn wir die gute Seite daran,

den Erfolg, nicht erkennen können. Ob etwas ein Misserfolg oder ein Erfolg ist, liegt allein an dessen Deutung. Somit müsst ihr immer alles im Sinne des Erfolges deuten.

Ob ihr erfolgreich seid oder nicht, liegt allein in euren Händen. Lasst euch von nichts und niemanden von eurem Ziel abbringen und arbeitet beharrlich darauf hin. Mit der nötigen Ausdauer und Beharrlichkeit wird das anfangs scheinbar unerreichbare Ziel sicherlich bald schon erreichbar sein. Wer ausdauernd und beharrlich ist, wird niemals auf lange Dauer hin erfolglos sein. Das Allheilmittel gegen Misserfolg heißt Beharrlichkeit. Alle materiellen Schätze sind nichts Wert im Vergleich zu der Erkenntnis, dass jeder Misserfolg den Keim des Erfolges in sich birgt.

Die Persönlichkeit

Über die Persönlichkeit habe ich bereits im Kapitel über die Ausbildung des Geistes gesprochen. Hier kommt sie nochmals ins Gespräch, da sie für den wirtschaftlichen Erfolg sehr wichtig ist. Oft unterschätzt, verbirgt sich hinter der Personalität alles, was einen Menschen entweder positiv oder negativ ausmacht. Eure Persönlichkeit trägt entscheidend dazu bei, ob ihr erfolgreich seid oder nicht. Eine äußerlich angenehme Optik, körperliche Pflege, gutes Benehmen, sicheres Auftreten, ausgebildete, gute Tugenden, Ein großes Ziel und

ein fester Charakter ergeben alle zusammen eine gute Persönlichkeit.

Die Persönlichkeit ist dafür verantwortlich, wie ein Mensch auf den anderen wirkt. Und es ist wichtig, dass ihr positiv und anziehend auf andere Menschen wirkt. Wer will schon mit einem Menschen befreundet sein, zusammenarbeiten oder gar Geschäfte machen, der abstoßend wirkt. Wer abstoßend wirkt, hat es schwer Menschen zufrieden, die zusammen mit ihm auf sein Ziel hinarbeiten. Wie ich bereits ausführte zählt der erste Eindruck, wenn ihr diesen nicht für euch verbuchen könnt, kommt ihr mit anderen Menschen, die euch helfen könnten euer Ziel zu erreichen erst gar nicht in Kontakt.

Kleider machen Leute. Mit Kleidung kann man aber auch unangenehm auffallen. Kleidung sollte deshalb sauber und gepflegt sein, aber nicht zu verrückt. Am besten ist klassische Kleidung, in der man überall eine gute Figur macht und nicht auffällt.

Denkt immer daran: In sauberer Kleidung fühlt ihr euch wohl, somit steigert dies euer Selbstbewusstsein und euren Auftritt.

Auch die Socken, Unterhosen und Unterhemden sollten jeden Tag gewechselt werden. In frischer Kleidung fühlt ihr euch selbst frisch. Vor allem aber sollte die Kleidung, die jeder sehen kann, gepflegt

und sauber sein. Auch die Schuhe sollten sauber und poliert sein und keine abgelaufenen Absätze haben. Ich hatte mal eine Freundin, die war Modedesignerin und fand Männer im Anzug mit abgelaufenen Schuhen furchtbar abstoßend. Wichtig ist aber auch, dass ihr selbst gepflegt seid. Jeden Morgen und jeden Abend ist eine Dusche wichtig. Auch ein gepflegter Haarschnitt und ein monatlicher Besuch beim Friseur tragen zu eurer Pflege bei. Hier ist vor allem die Nagelpflege wichtig, abgekaute Nägel sind nämlich ein „No-Go“.

Doch alles gute Aussehen hilft nichts, wenn sich dahinter ein unerzogener, ungehobelter Mensch ohne Benehmen mit schlechter Sprache verbirgt. Ein gutes Benehmen ist erlernbar und für den Erfolg unumgänglich. Vor allem Frauen gegenüber ist ein galantes Benehmen oft der Schlüssel zum Erfolg. Man bohrt nicht in der Nase, kaut keine Nägel, fährt sich nicht dauernd durch die Haare. Man grüßt, ist hilfsbereit, verwendet ordentliche Worte in seinem Sprachgebrauch. Man lässt andere ausreden und unterbricht sie nicht. Euer Benehmen sollte vorzeigefähig sein, und andere sollten es bewundern und zur Nachahmung angeregt werden.

So, wie ihr denkt und handelt, so seid ihr. Die Tugenden sollten stets in Erinnerung bleiben, damit ihr auf andere Menschen gut wirkt.

Letztendlich müsst ihr einen ausgeprägt guten Charakter haben, damit andere Menschen, die

ebenfalls so sind, gerne mit euch zusammen sind und ihr anziehend wirkt.

So ist Personalität der Schlüssel zum Erfolg. Alles Wissen und ein noch so fähiger Kopf nutzen nichts, wenn ihr auf andere Menschen abstoßend wirkt und niemand mit euch zusammenarbeiten will, ja niemand euch helfen will. Oft entscheiden die ersten drei Minuten eines Gespräches darüber, ob ihr weiter mit diesem Menschen harmonieren wollt oder nicht.

Denkt immer daran: Oft bekommt ihr nicht einmal die Chance zu einem Gespräch, sondern werdet anhand eures äußerlichen Auftretens schon als Verlierer oder Gewinner gemustert.

Ihr erhaltet nicht einmal weitere Blicke. Arbeitet an eurer Persönlichkeit, nichts lohnt sich mehr und wird euch mehr Gewinn bringen.

Ein glückliches Leben

Wer das Glück erfahren will, muss eine wichtige Vorbedingung erfüllen: Er muss es sich vom Herzen her wünschen. Er muss offen sein für das Glück.

Ihr seid nun beim letzten Kapitel meines Buches angelangt. Nachdem ihr die Bauweise und Funktionsweise unseres Körpers und Geistes kennengelernt habt, wisst ihr auch, wie ihr euren Körper und Geist optimal versorgen und ausbilden könnt, und welche Regeln ihr befolgen müsst, damit ihr in der Welt erfolgreich seid.

Ich komme nun zum Glück.

Der einzige Mensch auf der ganzen Welt, durch dessen Bemühungen ihr unendlich glücklich werden könnt, seid ihr selbst!

Glück ist ein gesundes, erfolgreiches Leben, in welchem Geist und Körper in Harmonie miteinander leben. Glück ist aber auch, dem von Natur aus einzigen Sinn, nämlich der Fortpflanzung, zu folgen. Glück ist es, Liebe zu erfahren und Liebe zu geben.

Viele Menschen sind unglücklich, weil sie den ganzen Tag lang folgende Sätze äußern: „Heute ist ein schwarzer Tag, alles wird schiefgehen.“ „Heute gelingt mir ja doch nichts.“ „Heute bin ich mit dem falschen Fuß aufgestanden.“ „Jeder ist gegen mich.“ „Das Geschäft geht immer schlechter.“ „Ich werde es nicht schaffen.“ „Ich bin eben ein Pechvogel.“

„Ich bin dazu nicht fähig.“ „Ich kann es einfach nicht.“ Das sind nur einige der negativen Sätze, die dem Glück im Wege stehen. Spart euch solche Sätze. Denkt positiv, denkt, fühlt und lebt glücklich und ihr werdet das Glück erfahren, das ihr euch vom Herzen her wünscht. Nur die Gedanken eines jeden selbst sind es, die ein Leben glücklich oder unglücklich gestalten. Ihr seid eures Glückes eigener Schmied.

Denkt immer daran: Nur aus der positiven Geisteshaltung heraus erwächst das Glück. Glück ist ein geistiger Zustand, den nur ihr selbst bestimmen und herbeiführen könnt. Werdet glücklich, jetzt sofort, es liegt in euren Gedanken.

Am besten, ihr sagt euch jeden Morgen beim Aufwachen folgende Sätze auf: „Heute entscheide ich mich für das Glück. Heute entscheide ich mich für das richtige Handeln, für die Liebe. Heute entscheide ich mich für den Frieden.“ Glück ist die Frucht innerer Ruhe. Konzentriert euer Denken auf Ausgeglichenheit, Sicherheit und göttliche Führung, und euer Geist wird zur Glücksquelle.

Euer Unterbewusstsein kann nicht handeln, wenn euer Bewusstsein nicht daran glaubt. Ihr könnt das Glück nicht finden, wenn ihr daran zweifelt, dass ihr je dauerhaft glücklich sein könnt. Glaubt an das Glück, fühlt das Glück, lebt glücklich, dann seid ihr auch glücklich.

Der Sinn des Lebens

Alle Menschen fragen sich irgendwann einmal, was der Sinn ihres Lebens ist. Ja, was der Sinn allen Lebens überhaupt ist. Wir Menschen haben verstanden, dass wir sind, wir also real mit unserer Biomasse und unserem Geist auf der Erde existieren, also leben. Um uns herum leben Tiere und Pflanzen, mit denen wir zusammen die Erde bewohnen, die wie wir ihren Lebenszyklus durchlaufen. Doch warum? Was ist der Sinn unseres und somit jeden Lebens auf der Erde? Die Antwort ist, zu leben und uns fortzupflanzen, unsere Gattung erfolgreich zu erhalten.

Die körperliche Erhaltung

Als Erstes sind dabei der Erhalt und die Versorgung unseres Körpers und unseres Geistes zu nennen. Ein Sinn unseres Lebens besteht darin, unseren Körper und Geist in voller Funktionsfähigkeit zu erhalten und ihn mit allen lebenswichtigen Dingen ausreichend zu versorgen. Damit können wir uns an alle Gegebenheiten bestmöglich anpassen und vor Gefahren schützen. Einen Lebenszyklus lang leben wir für uns: von der Befruchtung über die Geburt, die Ausbildung unseres Körpers und Geistes, den Höhepunkt unserer Blütephase und den Abbau bis hin zum Tode.

Die Fortpflanzung

Ein weiterer Sinn unseres Lebens ist es, uns fortzupflanzen. Denn ohne Fortpflanzung hätte keine Evolution stattgefunden, und wir alle wären nicht auf dieser Welt.

Der eigentliche Sinn des Lebens ist es also, den Lebenszyklus bestmöglich zu durchleben und uns fortzupflanzen, damit wir den Erhalt unserer Gattung sichern.

Was jeder Einzelne darüber hinaus macht, hat für die Natur keinen Sinn, jedoch für das Individuum, indem dieses versucht, seine persönliche Erfüllung, sein Glück zu finden, im Rahmen der Möglichkeiten, die ihm gegeben sind und die es zu nutzen vermag.

Der natürliche Sinn des Lebens ist es, gesund, erfolgreich und glücklich zu sein.

Die göttliche Liebe

Der Mensch hat eine lange Zeit der Evolution hinter sich. Die göttliche Liebe sorgt dafür, dass wir uns immer wieder paaren und somit weiterentwickeln. Die Liebe ist der Motor der Evolution und deshalb unser wichtigstes und schönstes Gut. Hören wir auf, zu lieben, dann hören wir auf, zu existieren. Somit kann man sagen, ohne Liebe gibt es keine Existenz. Die Liebe heilt unseren Geist und unseren Körper. Sie ist etwas, das sich in Gefühlen und Handlungen der Menschen ausdrückt und deren Leben grundlegend prägt. Ihre vielfältige Ausdrucksweise wird deshalb in allen Erscheinungsformen der Kunst wiedergegeben: in Zeichnungen, in der Malerei, im Film, in der Poesie, in Romanen und in der Musik.

Die Liebe ist allumfassend und durchdringt all unser Handeln, gleich welcher Art. Ein Schreiner beispielsweise kann in Liebe ein Schmuckkästchen für seine Frau bauen oder ein Musiker ein Liebeslied für seine Frau komponieren. Immer ist es die Liebe, die sich durch den künstlerischen Geist oder das praktische Handwerk mittels des Körpers Ausdruck verleiht und somit auch durch einen anderen Körper, einen anderen Geist, wahrgenommen werden kann. Wir fühlen unsere Liebe und die Liebe anderer, wenn wir ihren körperlichen Ausdruck wahrnehmen. Viele Experimente haben bewiesen, dass wir ohne Liebe eingehen, so wie eine Blume ohne Sonne.

Die Liebe ist ein Gefühl. Sie kommt nicht plötzlich, sondern wir wollen sie fühlen, wir müssen sie fühlen. Wenn wir uns der Liebe immer wieder bewusst werden und versuchen, sie zu fühlen, sie zum Ausdruck zu bringen, sind wir in jedem dieser Momente glücklich.

Der höchste Ausdruck der Liebe ist der Höhepunkt beim Sex. Doch hier meine ich nicht den praktischen Sex und die vielen unnatürlichen Praktiken, deren Bilder wir auf unzähligen Sexvideos sehen können. Hier meine ich den Höhepunkt bei einem sexuellen Akt, der voll Liebe vollzogen wird. Nur dadurch kommt das Gefühl der Liebe in uns Menschen zum Höhepunkt, auf dass wir durch Glück erfüllt sind. Liebe ist ein Gefühl, das wir geben und empfangen können, wir benutzen die Liebe zur Kommunikation.

Die Liebe kann in Harmonie leben, wenn sie gibt und empfängt. Wenn ein Mann seine Frau liebt, und auch von ihr geliebt wird, lebt die Liebe in Harmonie und erfüllt durch den gegenseitigen Austausch unser Leben.

Die Liebe ist der Schlüssel zu einer guten Beziehung, zu euren Mitmenschen. Liebe bedeutet Verständnis, Wohlwollen und Respekt vor der Göttlichkeit des anderen. Wer die Selbstachtung eines anderen verletzt, wird ihn niemals zum Freund gewinnen können.

Denkt immer daran: Jeder Mensch will geliebt, geschätzt und geachtet werden.

Die Familie

Das Wichtigste in unserem Leben ist die Familie. Sie ist das höchste Gut, das wir haben. Die Liebe zur Familie und die daraus folgende Evolution bzw. Fortpflanzung ist der natürlichste Sinn unseres Daseins. Die Familie erfüllt uns mit Liebe und mit dem Bewusstsein, den Sinn unseres Daseins erfüllt zu haben. Also gibt sie uns die Erfüllung zurück. Die Familie geht über alles. Dazu gehört vor allem, Kindern durch die Erziehung eine ordentliche Ausbildung von Körper und Geist zukommen zu lassen. Familie ist der Sinn des Lebens, der Evolution. Nichts kann uns so viel geben wie unsere Familie.

Die Ehe ist die segenreichste Gemeinschaft unserer Gesellschaft, unserer Welt. Ehe und Familie sind und bleiben die Grundpfeiler unserer Gesellschaft und Zivilisation.

Das Schicksal

Ein jeder ist seines Schicksals eigener Schmied. Mit diesem Sprichwort ist gemeint, dass das, was ihr heute aussät, morgen wurzelt und bald schon aufblüht und somit eure Zukunft sein wird. Schicksal ist also das Ergebnis eures Strebens, das ihr selbst gestaltet. Bestimmt euer Schicksal selbst, indem ihr heute das sät, was ihr morgen wurzeln und bald schon entfaltet sehen möchtet. Bestimmt euer Leben vorher und lasst euch nicht vom Leben bestimmen. Schicksal ist somit nichts Zufälliges, nichts, das von jemand anderem als euch selbstbestimmt wird. Alle Gedanken sind Wünsche, euer Schicksal von morgen sind eure Gedanken von heute. Bestimmt euer Schicksal und ihr bestimmt euer Leben. Denkt positiv, denkt konstruktiv, denkt lebensbejahend, und euer Schicksal wird ebenso sein. Je genauer ihr euch überlegt, was ihr denken wollt und was nicht, desto genauer könnt ihr euer eigenes Schicksal bestimmen. Ihr könnt auch das Schicksal anderer Menschen bestimmen, indem ihr bestimmt, welche Gedanken ihr euren Mitmenschen einpflanzt oder nicht. Schicksal ist die Zukunft, die ihr heute schon planen könnt. Wünscht euch nichts, was ihr nicht erleben wollt, dann werdet ihr es auch nicht erleben.

Denkt immer daran: Ihr seid eures Schicksals eigener Schmied, denn was ihr heute sät, werdet ihr morgen ernten, was ihr euch heute wünscht, wird morgen in Erfüllung gehen, was ihr heute denkt, wird sich morgen körperlich entfalten.

Gesund – Erfolgreich – Glücklich

Ihr habt nun vieles gelesen und viele Denkanstöße erhalten, wie ihr gesund, erfolgreich und glücklich sein könnt. Ihr braucht euch nur der gelesenen Zeilen zu erinnern und diese in eurem täglichen Leben umsetzen, dann werdet ihr zu wundervollen Menschen. Gesundheit, Erfolg und Glück bestehen also aus einer Vielzahl von Handlungen, die nur ihr selbst ausführen könnt.

Sie bestehen auch aus einer Vielzahl von Gedanken, die ihr selbst denken müsst. Doch nur, wer seinen Körper und Geist kennt, ausbildet und nach den natürlichen Gesetzen des Erfolges lebt, wird gesund, erfolgreich und glücklich sein. Nichts steht euch im Wege!

Ab morgen könnt auch ihr gesund, erfolgreich und glücklich sein! Ihr braucht keinen anderen Menschen dazu, und ihr braucht auch kein Geld. Nur ihr selbst könnt euch gesund, erfolgreich und glücklich machen.

Denkt immer daran: Ihr könnt Gesundheit, Erfolg und Glück nicht kaufen, nicht geschenkt bekommen und auch nicht andere diese Arbeit für euch erledigen lassen. Nur ihr selbst seid Herr und Meister über euer Schicksal, ihr seid dessen eigener Schmied. Mit nichts seid ihr geboren worden und nichts benötigt ihr, um gesund, erfolgreich und

glücklich zu werden, nur euren eigenen Geist und euren Körper.

Wenn ihr krank, erfolglos und unglücklich seid, dann denkt daran: Schon morgen könnt ihr die Welt von innen heraus ändern und sie zu der Welt machen, in der ihr gesund, erfolgreich und glücklich seid.

Es gibt keinen Zeitpunkt, der passend dafür ist, sich endlich selbst zu erkennen und das Ruder seines Lebens in die Hand zu nehmen. Je eher, desto besser für euch. Es ist auch ein sicheres Phänomen, dass ihr alle drei Dinge, also Gesundheit, Erfolg und Glück, immer miteinander haben werdet. Ohne Erfolg ist niemand glücklich, ohne Gesundheit ist niemand erfolgreich.

Schlusswort

Nachdem ihr nun mein Buch gelesen und sicher eine ganz neue Sichtweise für euren Körper, euren Geist und eure mächtigen Möglichkeiten, ja, euer ganzes Leben gewonnen habt, wird es künftig eure ganze Denkweise positiv prägen.

Damit geht für mich ein Wunsch in Erfüllung: All das, was ich für wissenswert halte, damit ihr, meine Kinder, wundervolle Menschen werdet, habe ich hier für euch niedergeschrieben. Ihr werdet euch euer ganzes Leben lang an diese Zeilen erinnern, und sie werden euch dabei helfen, gesunde, erfolgreiche und glückliche Menschen zu werden. Mein Ziel ist erreicht und ich fühle mich glücklich.

Es war mir eine Freude, dieses Buch zu schreiben. Es bedurfte vieler Mühen, mein derzeitiges Wissen und meine Lebensanschauung über Körper und Geist sowie die Regeln für ein erfolgreiches Leben zusammenzustellen und niederzuschreiben. Ich habe dafür viele Bücher gelesen und lange philosophiert sowie meine eigenen Erfahrungen im Leben gesammelt. Ich wünsche mir, dass dieses Buch an meine Nachkommen weitergegeben wird, damit sie glückliche, gesunde und erfolgreiche Menschen werden. Ihr könnt nun die mächtigen Möglichkeiten, die in euch stecken, nutzen. Jetzt ist es an der Zeit, euch ein Ziel zu setzen, das Ruder zu übernehmen, der Steuermann über euren Geist und euren Körper zu sein und auf sicheren Erfolgskurs zu gehen.

Gesund – Erfolgreich – Glücklich

In Liebe für meine Kinder Laurence, Oscar und Valentin
Michael Philip Camillo Gatteschi Patrizio di Pistoia Engel
©2015