

LYNN GRABHORN

Aufwachen –  
dem Leben wartet



arkana



LYNN GRABHORN

# Aufwachen – dein Leben wartet

Die erstaunliche Macht  
der Gefühle

Aus dem Englischen von  
Yutta Klingbeil



arkana

Die englische Originalausgabe erschien 2000 unter dem Titel  
»Excuse Me, Your Life is Waiting. The Astonishing Power of Feelings«  
bei Hampton Roads Publishing Co., Inc.,  
Charlottesville, VA 22902, USA.

 Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage  
Sonderausgabe  
© 2004 der deutschsprachigen Ausgabe  
Arkana, München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München  
© 2000 der Originalausgabe Lynn Grabhorn  
Lektorat: Manfred O. Glück  
Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur, München  
Umschlagmotiv: FinePic®, München  
Satz und Layout: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling / Kim Winzen  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-442-34207-5

[www.arkana-verlag.de](http://www.arkana-verlag.de)

*Für alle, die daran glauben,  
dass sie ein Recht auf immerwährendes Glück haben –  
und zwar ab sofort.*



# Inhalt

Einleitung	9
1 Wie es zu diesem Chaos kam	13
2 Die Schöpferkraft unserer Gefühle	47
3 Nein, nein! Bloß das nicht!	77
4 Ja, genau! Das, das und das!	117
5 Die verflixten Umstände	153
6 Sagenhaft, ich fühle!	183
7 Die Kraft ist in Ihnen!	217
8 Geld! Geld! Geld!	245
9 Beziehungen und andere Schätze	275
10 Der Körper lebt, der Körper stirbt	307
11 Ihre Hülle des Wohlbefindens	337
12 Dreißig Tage bis zum Durchbruch	365
Anhang	409



# Einleitung

Schon vor mehr als zehn Jahren habe ich mich mit großer Leidenschaft einer spirituellen Reise in die »Physik der Gedanken«, verschrieben. Mein Ziel war und ist es, durch die Beschäftigung mit diesem nicht ganz alltäglichen Thema für Sie und nicht zuletzt auch für mich herauszufinden, wie wir mehr aus unserem Leben herausholen können.

Meine Nachforschungen führten mich von kenntnisreichen Professoren der Physik in die Tiefen der Esoterik bis hin zur guten alten Schulmedizin – und auf sämtliche Ebenen dazwischen. Schließlich gelangte ich an einen Punkt, an dem ich mich selbst als eine Art »autodidaktische Expertin« auf diesem Gebiet bezeichnen konnte. Das große Problem war allerdings, dass ich trotz meines ganzen Wissens noch immer nicht in der Lage war, mehr aus meinem Leben herauszuholen. Das beunruhigte mich zunehmend. Irgendetwas fehlte mir für die praktische Umsetzung meines theoretischen Wissens, aber ich konnte beim besten Willen nicht herausfinden was.

Aufgrund des umfassenden Wissens, das ich mir zu diesem Thema inzwischen angeeignet hatte, konnte ich natürlich nicht umhin, die unwissenschaftlichen Aussagen einer Lehrerfamilie aus der Provinz als unerheblich abzutun, als ich zum ersten Mal

davon hörte. Schließlich stellten sie ein äußerst komplexes Thema unglaublich vereinfacht dar. Nur äußerst widerwillig ließ ich mich darauf ein, mir diesen vermeintlichen Unsinn mal auf einer Kassette anzuhören, die mir ein wohlmeinender Freund schon fast gewaltsam aufgedrängt hatte.

Ich konnte es nicht fassen! Da stand ich nun, eine Studentin des Geistes – seines Magnetismus, seiner treibenden Kraft, seiner Frequenzen, seiner Beziehung zu Emotionen, seiner Auswirkungen auf unsere Erfahrungen etc. –, und diese Leute kommen einfach daher und liefern ganz lässig und in simpelster Form die fehlenden Bausteine zu einem glücklichen Leben.

Ich tauchte also ganz in diese Lehren ein (die im Grunde Hunderte von Stunden wert sind). Nach zwei Wochen war ich erst einmal sprachlos, nach einem Monat überwältigt, und nach drei Monaten hatte sich mein Leben um hundertachtzig Grad gewendet. Also dachte ich mir: »Ich hab's! Jetzt muss ich das unbedingt zu Papier bringen, damit auch der Rest der Welt mit mir abheben kann.«

Ich gebe gerne zu, dass das Thema, wie man mehr aus seinem Leben herausholen kann, bereits bis zur Erschöpfung in ein paar Millionen Büchern abgehandelt wurde. Aber das absolut Unglaubliche an diesen bisher noch recht wenig bekannten Prinzipien ist, dass sie zum einen völlig unkompliziert sind, zum anderen schnell und obendrein garantiert wirken.

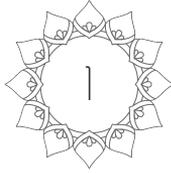
Ich habe hier die denkbar einfachen Lehren der Familie Hicks aus Texas mit meinen eigenen einfachen Worten wiedergegeben –

aus meinem Blickwinkel heraus und gespickt mit meinen Lebensweisheiten, Beobachtungen und Erfahrungen der letzten Jahre. Dieses Buch gibt jedem Einzelnen die Mittel in die Hand, mit denen er die Lücke zwischen Wunsch und Wirklichkeit in seinem Leben schließen kann. Das heißt: Ich habe alles selbst ausprobiert, tue es immer noch und werde auch nie damit aufhören, weil es – verflüxt noch mal – einfach funktioniert!

Lynn Grabhorn

San Antonio, USA





## Wie es zu diesem Chaos kam

Wie kommt es, dass wir im Leben das bekommen, was wir bekommen? Warum haben die einen scheinbar alles, während andere darben? Warum ist Ihnen dieser Idiot auf der Autobahn reingefahren, und warum wurde dieser komische Typ befördert und nicht Sie? Warum können wir nicht alle in Wohlstand, Freude und Sicherheit leben?

Auf unserer lebenslänglichen Suche nach dem Glück verschlingen wir unzählige Bücher über positives Denken. Wenn diese Bücher auch nur ansatzweise die Geheimnisse für ein erfülltes Leben enthielten, warum kaufen wir uns dann ständig neue? Zugegeben, einige haben uns diesem undefinierbaren Begriff »erfülltes Leben« etwas nähergebracht, aber der Hit waren sie auch nicht; viel verändert hat sich jedenfalls nicht in unserem Leben. »Möglicherweise war es doch nicht das richtige Buch«, versuchen wir uns zu rechtfertigen. »Probieren wir es doch mit

einem anderen.« Oder mit einer anderen religiösen Weltanschauung. Einer anderen Meditationsform. Einem anderen Lehrer, einem anderen Therapeuten, einem anderen Arzt oder einer anderen Beziehung.

Wir greifen nach allem Möglichen, um uns von dem mühsamen täglichen Lebenskampf zu befreien, und trotzdem sind die meisten von uns immer noch auf der Suche. Wie kommt das? Warum haben wir das Geheimnis eines erfüllten Lebens – was auch immer das für den Einzelnen bedeuten mag – nie entschlüsseln können? Warum führen wir uns auf wie verrückt, um endlich das zu bekommen, was wir uns so sehnlich wünschen, wenn die Erfüllung unserer tiefsten Sehnsüchte so einfach und elementar wie das Leben selbst ist?

Wenn Sie tatsächlich davon überzeugt sind, dass Ihr Leben durch Glück oder Pech, durch puren Zufall oder dadurch bestimmt wird, dass Sie mit dem Kopf gegen irgendwelche Wände rennen, dann fragen Sie sich mal, warum. Dieses Buch könnte Ihre Unzufriedenheit bedrohlich ins Wanken bringen.

## Der Baseballspieler Jessie

Vor Jahren, als ich noch nichts von dem Gesetz der geistigen Anziehung gehört hatte, überredete mich meine Freundin Mindy, mir mit ihr zusammen ein Baseball-Spiel anzusehen. Ihr Sohn spielte mit, aber das war nicht der Grund, warum ich mitkommen sollte.

Ich war überrascht, wie viele Menschen sich an diesem Wochenende dieses Spiel anschauen wollten. Man hätte meinen können, ein längst verstorbener Superstar sei wiederauferstanden, um ein Gastspiel zu geben. Ich konnte Mindy noch so viel löffeln, sie verriet mir nichts über ihr geheimnisvolles Vorhaben. Also dachte ich, was soll's, und kam einfach mit.

Ihr Sohn war an der Reihe, den Ball zu schlagen. Seine Mannschaft erzielte zwei Treffer, aber keinen erfolgreichen Lauf. Dann war die Gegenseite dran; man konnte die Erregung der Menge deutlich spüren. Ein paar junge Burschen liefen zur nächsten Base; sie hatten jedoch keine Chance, dank unserer ausgezeichneten Feldverteidigung. Jetzt war Jessie an der Reihe, und beide Seiten fing an, ihm zuzujubeln.

Jessie war sehr klein, richtig winzig im Vergleich zu dem langen Schläger, den er in der Hand hielt. Ganz locker und selbstbewusst nahm er seinen Platz ein und schlug den ersten Ball. Der flog so weit über die Büsche am Spielfeldrand, dass er gar nicht mehr zu finden war. Ich war völlig platt, die Menge flippte aus, und Mindy zwinkerte mir zu.

Diese unglaubliche Szene wiederholte sich sage und schreibe viermal. Dieser kleine Schlagmann war eine Sensation, ein lebendes Phänomen. Und da ich mich gerade mit den physikalischen Gesetzen der Manifestation auseinandersetzte, wollte ich natürlich wissen, was diesen Dreikäsehoch antrieb – genau, wie Mindy es vorausgesehen hatte.

Als das große Schulterklopfen vorbei war, kämpfte ich mich

durch die Masse zu ihm durch und fragte ihn, ob wir uns kurz in Ruhe unterhalten könnten. Als wir oben an der Tribüne ange­langt waren, wollte ich es wissen: »Jessie, wie machst du das? Wie schaffst du so viele Home Runs?«

»Keine Ahnung«, kommentierte er schüchtern und winkte dabei einigen aus seinem Team zu. »Jedes Mal, wenn ich den Schläger in der Hand halte, versuche ich einfach zu fühlen, wie ich mich mit ihm verbinden kann, und dann ziehe ich durch.«

Damals hatte ich noch keine Ahnung davon, aber Jessie hatte mir gerade das Prinzip der Manifestation erklärt, auch bekannt als das Gesetz der geistigen Anziehung, die physikalische Gesetzmäßigkeit, die in jedem Augenblick unseres Lebens wirkt.

Heute lebt Jessie in beträchtlichem Wohlstand. Er hat eine wundervolle Frau und zwei Kinder, das Haus voller Andenken aus fernen Ländern und einen Computer, mit dem er sein Anlagekapital verwaltet und dabei unzählige Dollars verdient. Er gab seine Karriere als Baseballspieler auf, weil er unabhängig sein und sich seine Zeit nach seinen Vorstellungen einteilen wollte. Wie wurde er so erfolgreich? Auf die gleiche Weise, wie er den Ball schlug: mit seinem Gefühl. Nicht nur mit seinem Denken, sondern mit seinem Gefühl!

## »Menschliche Veranlagung« – ach, du lieber Himmel

Haben Sie sich noch nie die Frage gestellt, wieso unser Leben so mühsam ist, obwohl wir doch alle so unerhört brillant sind? Da stehen wir also, diese ungeheuerlich intelligente Spezies, die Atome spalten, zum Mond fliegen und Comic-Helden wie Fred Feuerstein erschaffen kann. Dennoch jagen sich Menschen gegenseitig in die Luft, bekommen einen Herzinfarkt oder sterben vor Hunger. Das ergibt doch überhaupt keinen Sinn. Woher kommt dieses Chaos? Oder gehört es schlicht und einfach zur menschlichen Veranlagung?

Es begann bereits vor urdenklichen Zeiten, als diejenigen, die die Macht an sich reißen wollten, hinterhältigerweise verkündeten, dass unser Leben von äußeren Umständen bestimmt werde, die wir nicht beeinflussen könnten; dazu gehöre auch, dass andere Menschen über uns herrschen. Da die Menschheit daran seit Äonen geglaubt hat, glauben wir es heute immer noch.

Wie vor uns unsere Eltern und deren Eltern – bis weiß Gott wie viele Tausende von Jahren zurück – haben wir gekämpft, geackert, gemacht und getan. Ständig von Sorgen gepeinigt, um schließlich viel zu früh zu sterben – aus lauter unnötiger Sorge, den Anforderungen des Lebens nicht gewachsen zu sein. Wir glaubten, das gehöre untrennbar zu den Gegebenheiten des menschlichen Daseins und sei ein Teil dieses unglücklichen Umstands, den wir gemeinhin Realität nennen.

Aber das mit den Gegebenheiten des menschlichen Daseins ist ein reiner Mythos. Auch das, was wir als Realität bezeichnen.

In Wahrheit verfügen wir ganz gewöhnlichen Menschen über die große Gabe, das, was wir »unser Leben« nennen, tatsächlich genau in die Richtung bewegen zu können, die wir uns erträumen. *Und zwar in jede Richtung!* Ohne Ausnahme! Von einem glücklichen Familienleben bis hin zu einer Ozonschicht ohne Löcher.

Warum haben uns die Abertausende von Büchern, die uns erklären, wie man ein erfülltes Leben führt, wie man reich wird, wie man seinen Weg zum Erfolg visualisiert und wie man durch positives Denken an Macht und Einfluss gewinnt, nicht aus diesem Chaos befreit? Ganz einfach! Keines dieser Bücher hat je erwähnt, was das Entscheidende für das Leben überhaupt ist:

*Unsere Schöpferkraft liegt in unseren Gefühlen, nicht in unseren Gedanken!*

Genau – wir verwirklichen unsere Wünsche dadurch, dass wir sie mit starken Gefühlen aufladen, und nicht, indem wir sie mit der Brechstange durchsetzen oder unser Denken einer Gehirnwäsche unterziehen. Jeder Verkehrsunfall, jede Beförderung, jede gute oder schlechte Beziehung, jedes wohlgefüllte oder leere Bankkonto findet den Weg zu uns durch das fundamentale physikalische Gesetz: Gleiches zieht Gleiches an. Da die meisten von uns nicht gerade begeistert sind von dem, was ihnen im Leben bisher

widerfahren ist, haben wir das Talent, immer wieder Situationen anzuziehen, die uns überhaupt nicht behagen, entsprechend gut entwickelt.

Sie wollen ein neues Auto? Es ist bereits unterwegs zu Ihnen! Sie wollen sich erfolgreich selbständig machen? Sie haben es bereits geschafft! Sie wollen diesen guten Vertrag abschließen? Mehr Geld? Eine wunderbare Partnerschaft? Ohne Angst leben? Ein spirituell erfüllendes Leben führen? Sich bester Gesundheit, Freiheit, Unabhängigkeit erfreuen? Das alles können Sie haben, wenn Sie wissen, wie Sie diese Lebensumstände in Ihr Leben *hineinfühlen* können.

Das Gesetz der Anziehung – Gleiches zieht Gleiches an – gilt ohne Ausnahme und hat nichts mit der Persönlichkeit des Einzelnen zu tun. Keiner lebt außerhalb dieses Gesetzes, da es das Gesetz des Universums ist. Wir haben allerdings erst vor kurzem erkannt, dass es auch auf uns zutrifft. Erfolg oder Misserfolg wird von diesem Gesetz bestimmt. Es kann nur einen kleinen Blechschaden oder auch einen tödlichen Unfall verursachen. Es ist – kurz gesagt – das, was jeden Augenblick unseres Lebens bestimmt.

Wenn wir also unser Leben umkrepeln oder mehr Lebensqualität, eine bessere Gesundheit, mehr Geborgenheit oder mehr Freude erfahren möchten, müssen wir uns nur Schritt für Schritt die simple Methode aneignen, wie wir unsere »Gefühle« beeinflussen können. Dann wird sich eine völlig neue Welt der Fülle vor unseren Augen auftun.

## Mit angezogener Handbremse leben

Viele von uns haben keinen blassen Schimmer, warum ihnen das Leben dieses oder jenes beschert. Zunächst gibt es da die lange Liste von Dingen, die wir gern hätten, aber nie bekommen haben und auf die wir uns auch gar keine Hoffnungen mehr machen.

Dann gibt es die noch längere Liste all jener Dinge, die wir nicht haben wollen, die sich aber mit geradezu frustrierender Regelmäßigkeit in unserem Leben zu vermehren scheinen. Wir können keinem die Schuld dafür in die Schuhe schieben, dass unsere Träume ständig scheitern. Wir wurden einfach dazu erzogen, mit angezogener Handbremse durchs Leben zu gehen.

Wohl das Schlimmste, was uns beigebracht wurde, ist die Annahme, dass unser Leben von gewissen Umständen bestimmt wird, die uns auf diesem riesigen Tablett – genannt Zufall oder Schicksal – serviert wurden. Wobei am Anfang immer unsere Eltern und die äußeren Bedingungen, in die wir hineingeboren wurden, stehen. Wenn wir reich geboren werden, haben wir eben Glück gehabt. Wenn wir in Armut hineingeboren werden, gehört der Kampf ums Überleben zu unserem Schicksal. Wenn wir Erfüllung im Leben finden, haben wir einfach Glück gehabt. Wenn irgendein betrunkenen Knallkopf auf der Autobahn von hinten auf uns drauffährt, hat uns das verflixte Schicksal eben übel mitgespielt.

Uns wurde beigebracht, dass wir nur gewinnen können, wenn wir schuften. Handeln ist das Zauberwort. Arbeiten, arbeiten,

arbeiten, machen, machen, machen, ackern im Schweiß unseres Angesichts, und wenn wir dann auch noch Glück haben, kommen wir vorwärts.

Wir sind von liebevollen, aber unwissenden Eltern dazu erzogen worden, immer vorsichtig und auf der Hut zu sein. »Klettere nicht auf den Baum, sonst fällst du hinunter.« »Zieh dieses lächerliche Ding aus, was werden die Leute sonst von dir denken?« »Schließ die Türen gut ab, sonst wird eingebrochen.« So haben wir schließlich derart angstbesetzte und übervorsichtige Verhaltensweisen entwickelt, dass unser ganzes Leben nur noch von irgendwelchen angstbesetzten Verhaltensmustern wie »sei vorsichtig«, »pass auf«, »vergewissere dich erst« bestimmt wird. Gott bewahre, dass wir unsere Vorsicht jemals aufgeben.

Was uns heute am meisten blockiert, stammt noch aus unserer Kindheit. Damals wurden wir regelrecht dazu trainiert, überall Unvollkommenheiten zu entdecken – wirklich an allem! An der Arbeit, an Autos, Beziehungen, Kleidern, an unserer Figur, unserer Gesundheit, den Autobahnen, dem ganzen Planeten, an unserem Glauben, unserem Vergnügen, unseren Kindern, der Regierung, ja sogar an unseren Freunden. Da sich ein Großteil der Menschheit noch nicht einmal darüber einigen kann, was richtig oder falsch ist, führen wir Krieg, streiken, demonstrieren, erfinden neue Gesetze und konsultieren Psychiater.

»So ist das Leben eben«, sagen Sie jetzt. »Wir müssen das Gute wie das Schlechte ertragen, die Höhen und die Tiefen. Wir müssen auf der Hut sein, hart arbeiten, alles richtig machen, vor-

sichtig sein und auf eine Verschnaufpause hoffen. Ja, so ist das Leben.«

Nein, nein und nochmals NEIN! So ist das wirkliche Leben einfach nicht. Es wird Zeit für uns, endlich zu erkennen, dass wir alles in unserem Leben selbst erschaffen: unsere leeren oder gefüllten Konten, unsere großartige oder langweilige Arbeit, Glück oder Pech und auch alles andere, was sich auf unserer eigenen Lebensbühne abspielt und was wir so lässig einfach Realität nennen.

Wie fangen wir also an? Ohne Witz: Alles hängt damit zusammen, *welche Energie wir ausstrahlen!*

## Schau, Mami, ich schwinde

Alles in dieser Welt besteht aus Energie: Sie, ich, ein Fels, ein Tisch, ein Grashalm. Da Energie nichts anderes ist als Schwingung, schwingt also alles, was existiert. Alles! Auch Sie und ich.

Heutige Physiker haben mittlerweile erkannt, dass Energie und Materie ein und dasselbe sind, was uns wieder an unseren Ausgangspunkt zurückführt: Alles schwingt, da alles – ob sichtbar oder unsichtbar – aus Energie besteht. Aus reiner, pulsierender, ständig fließender Energie.

Obwohl es nur eine Energie gibt, schwingt sie doch unterschiedlich. Wie die Töne eines Musikinstruments schwingt die Energie manchmal schnell (bei hohen Tönen) und manchmal

langsam (bei tiefen Tönen). Im Gegensatz zu den Tönen eines Instruments stammt die Energie, die wir ausstrahlen, jedoch von unseren stark aufgeladenen Gefühlen. Sie schafft ein *hoch elektromagnetisches* Energiefeld, womit wir sozusagen zu zwar starken – aber unruhigen – wandelnden Magneten werden.

Ist ja gut und schön, aber wen interessiert das? Wenn Sie wissen wollen, warum Sie so heftig mit Ihrem Leben zu kämpfen haben, dann passen Sie jetzt auf! Denn wenn Sie Ihr Leben so verändern wollen, dass es genau Ihren Vorstellungen entspricht, dann sollte es Sie schon interessieren: Durch die elektromagnetischen Wellen, die Sie jede Sekunde des Tages aussenden, ziehen Sie alles in Ihrem Leben an – Wichtiges und Unwichtiges, Schönes und Schlimmes. Einfach alles! *Ohne Ausnahme.*

## Die Sache mit der Provision

Das Zentrum Kaliforniens gilt als Mekka für Menschen, die davon leben Land zu verkaufen: Rinderfarmen, Weinberge, Urlaubsdomizile, Wohnanlagen, Bauernhöfe. Wenn man mit dem richtigen Know-how und der nötigen Geduld ausgestattet ist, einen Vertrag unter Dach und Fach zu bringen, nach dem sich alle Parteien die Finger lecken, dann kann man allein durch die gigantischen Maklergebühren ein Vermögen verdienen.

Tom, ein guter Bekannter von mir, machte genau das – mit geradezu unerschämter Regelmäßigkeit. Er war Immobilienmakler,

Mitte vierzig (wir waren etwa gleichaltrig) und ein absoluter Profi für kommerzielle Landverkäufe.

Ich hatte gerade mein Geschäft in Los Angeles aufgelöst und wollte an die Küste ziehen, hatte aber noch keine Ahnung, was ich als Nächstes tun würde. Bis ich dann Tom kennen lernte. Innerhalb von wenigen Monaten erwarb ich meine Maklerlizenz und ging bei Tom in die Lehre – in seiner renommierten Immobilienfirma. Da nicht nur ich, sondern auch er durch meine Verkäufe Geld scheffeln wollte, nahm er sich die Zeit, mich gründlich einzuarbeiten. Wir verbrachten unzählige Stunden mit dem Vergleich von Unterlagen über Weinernten, Bodenproben und mögliche Futtererträge landwirtschaftlicher Flächen, die eine bestimmte Anzahl von Rindern ernähren konnten. Obwohl sich mein Wissen über Rindvieh auf das Einkaufen von Milch und Steaks beschränkte und meine Weinkenntnisse – auch wenn ich früher mal gern einen herzhaften Schluck genommen habe – auf einen Stecknadelkopf passten, fand ich diese Lehrzeit äußerst interessant.

Tom wies mich über Monate hinweg ein, bevor er mich schließlich auf mögliche Kunden los ließ. Während ich mich in diese neue Welt einarbeitete, entwickelte ich gleichzeitig ein Konzept für die Vermarktung landwirtschaftlicher Anbauflächen in Kalifornien. Am Ende des ersten Abschnitts meiner Lehrzeit hatte ich eine Immobilienfirma aufgebaut, die auf den Verkauf von Grundstücken im Westen der USA spezialisiert war. Noch dazu hatte ich ein Marketingkonzept entwickelt, das so hieb- und stichfest war,

dass ich mich fragte, warum vor mir noch keiner auf diese Idee gekommen war.

Dann machte ich meinen ersten Fehler. Mein Konzept war so simpel, so idiotensicher, so umsatzträchtig, dass einfach irgendetwas schiefgehen musste. Es war zu gut. Alles würde viel zu schnell gehen. Irgendjemand würde es mir klauen. Dieses Konzept war so gut, dass ich regelrecht Schiss davor hatte.

Schließlich kam mein großer Tag. Ich sollte ein großes Stück Land mit einer Ranch verkaufen, von der aus man einen wunderbaren Ausblick auf den fantastischen Küstenabschnitt von Big Sur in Kalifornien hatte. Nicht nur dass der Verkaufspreis viele Millionen Dollar betrug, auch meine Provision sollte mir weitaus mehr Geld einbringen, als ich in meinem ganzen bisherigen Arbeitsleben verdient hatte. Es dauerte nur ein paar Wochen, bis Käufer und Verkäufer sich einigten. Ich hatte einen Verkauf erfolgreich vermittelt und geriet prompt in die größte Panik.

Tom war sehr zufrieden; alle waren sehr zufrieden, nur ich reagierte völlig entsetzt. Je näher der Übergabetermin rückte, desto paranoider wurde ich. Das alles war zu schön, um wahr zu sein, zu einfach, zu unglaublich. Mein Magen fühlte sich an wie eine vollgestopfte Waschmaschine.

Tom wollte mir die Angst nehmen, indem er mir immer wieder versicherte, wie stolz er auf mich sei und dass er noch nie einen so reibungslosen, unkomplizierten Handel erlebt hätte. Ich war jedoch nur noch ein Nervenbündel. Es war zu unreal, es konnte einfach nicht klappen. Und so kam es auch! Genau an jenem Tag –

*dem* Tag also –, an dem die Übergabe stattfinden sollte, fand der Käufer einen rechtlichen Grund, um aus dem Vertrag auszusteigen. Meine schlimmsten Befürchtungen hatten sich bewahrheitet.

Das passierte noch zweimal, bis ich Tom schließlich sagte, ich könne mit dem psychischen Stress dieser Vertragsabschlüsse und der riesigen Provisionen, die so gut wie geritzt schienen, dann aber doch noch platzten, nicht mehr länger fertig werden. Alles, was er darauf antwortete, war: »Meine Liebe, du hast sie mit deinen Ängsten einfach verjagt. Du musst es regelrecht fühlen, wie diese Leutchen zu einem Abschluss kommen, du musst es fühlen, wie du allen die Hand schüttelst und das Ganze richtig feierst. Du musst einfach vollkommen davon überzeugt sein, dass es klappt, meine Liebe, glaub mir, sonst wird es nie etwas. Wenn du es nicht spüren kannst, dass alles gut geht, passiert es auch nicht.«

Ich hatte keine Ahnung, wovon er sprach. Nachdem der erste Verkauf geplatzt war, hatte ich mich auf sämtliche Bestseller über positives Denken und schnellen Reichtum gestürzt. Als dann noch zwei weitere Verträge innerhalb weniger Tage und sogar Stunden einfach platzten, kam ich zu dem Schluss, dass dieses potentielle Fantasialand eben nichts für mich war. Ich entschied mich dafür, eine Firma für Grundstücksverwaltung zu gründen, bei der ich weitaus weniger Ängste durchstehen musste.

Erst viele Jahre später, nachdem ich mich mit dem Gesetz der Anziehung auseinandergesetzt hatte, begriff ich, was Tom damals gemeint hatte. Ohne sich dessen überhaupt bewusst zu sein, hatte Tom gelernt, Energie zu seinem Nutzen einzusetzen. Instinktiv

wusste er, dass Geschäftsabschlüsse mehr beinhalten als nur in großem Maßstab zu planen, positiv zu denken oder einen guten Vertrag zu machen. Tom wusste einfach, ebenso wie Jessie, dass man seine Wünsche auch *spüren* muss, damit sie sich verwirklichen.

## Stimmgabeln und das Gesetz der Anziehung

In den Dreißigerjahren versuchten ein paar Typen in Asien zu beweisen, dass Gedanken etwas Reales sind und dass unterschiedliche Arten von Gedanken auch unterschiedliche Schwingungen hervorbringen. Sie probierten sogar, die Schwingungen von Gedanken tatsächlich zu fotografieren. Und es klappte – sogar durch Stahlwände hindurch. Dieses Experiment wurde seitdem oft wiederholt.

Sie bewiesen aber noch etwas anderes, das vielleicht viel entscheidender war. Sie entdeckten nämlich, dass das Bild umso klarer wurde, je mehr Emotion der Denkende/der Sender in seine Gedanken hineinlegte. Möglicherweise waren diese Leute die ersten, die beweisen konnten, dass unsere Gedanken eine magnetische Energie ausstrahlen und von Gefühlen angetrieben werden. Was sie jedoch nicht erwähnten, ist, dass wir alle buchstäblich wandelnde Magnete sind. Denn die Energiewellen (Emotionen), die wir aussenden, sind magnetisch aufgeladen und ziehen des-

halb ständig das an, was die entsprechende Wellenlänge oder Frequenz hat.

Wenn wir uns beispielsweise gut fühlen, von Freude und Dankbarkeit erfüllt sind, senden unsere Gefühle hohe Schwingungen aus, die wiederum nur Gutes anziehen, das heißt Dinge, die entsprechend hohe Schwingungen haben. Gleiches zieht Gleiches an.

Andererseits senden Gefühle, die *alles andere* als Freude beinhalten, nämlich Angst, Sorge, Schuldgefühle oder auch nur leichte Beunruhigung, niedrige Schwingungen aus. Da diese keinen Deut weniger magnetisch wirken als hohe Schwingungen, ziehen sie eben nur verkorkste Dinge an. Also alles, was auch niedrig schwingt und dazu führt, dass wir uns genauso mies fühlen (und schwingen) wie das, was wir sowieso ausstrahlen. Wie innen, so außen; es ist immer ein Spiel mit den passenden Schwingungen.

Ob hoch schwingende Freude oder niedrig schwingende Angst: Das, was wir jeden Augenblick aussenden, kommt auch wieder zu uns zurück. Wir strahlen die Schwingungen aus, sind also die Magneten, die Ursache. Ob es Ihnen gefällt oder nicht, wir erschaffen alles und haben alles selbst erschaffen. Wir haben zwar einen Körper aus Fleisch und Blut, aber zuallererst sind wir Energie – magnetische Energie! Das macht uns sozusagen zu lebenden, atmenden Magneten. Ist das nicht eine wundervolle Vorstellung? Sie *denken* vielleicht, dass Sie Aufsichtsratsvorsitzender einer großen Firma, Mutter und Ehefrau oder Flugzeugmechaniker sind,

aber im Grunde sind Sie ein lebendiger Magnet! Das hätten Sie wohl nicht gedacht, oder?

So verrückt es sich auch anhören mag, es wird höchste Zeit zu erkennen, dass wir alle elektromagnetische Wesen sind. Wir laufen also mit der umwerfenden Fähigkeit herum, alles, was wir uns auf dieser Welt wünschen, anziehen zu können. Dazu müssen wir nur lernen, unsere *Gefühle* zu kontrollieren, die ihren Ursprung in unseren Gedanken haben.

Da wir nun einmal auf diesem Planeten und damit in einem Energiefeld leben, das hauptsächlich aus den niedrigen Schwingungen von über sechs Milliarden Menschen besteht, die alle mehr Stress- und Angstgefühle als Freude aussenden, werden wir von diesen Schwingungen auch unweigerlich beeinflusst und reagieren darauf. Solange wir nicht gelernt haben, uns diesen vorherrschenden niedrigen Schwingungen bewusst zu entziehen, wird es in unserem Leben Tag für Tag immer wieder zu unangenehmen Ereignissen kommen. Es ist genau wie beim Schwimmen im Meer: Wenn wir uns danach das Salz nicht abwaschen, fühlen wir uns ziemlich schnell unbehaglich.

Wir kommen nicht drum herum; das, was wir fühlen, ziehen wir auch an. Und sehr oft entstammen diese Empfindungen unseren Gedanken und setzen sofort eine elektromagnetische Kettenreaktion in Gang, die letztendlich dazu führt, dass etwas in unserem Leben passiert; Möglichkeiten werden geschaffen, vorenthalten oder untergraben (wie meine große Provision).

Deshalb noch einmal: Wir senden Gefühle in Form von elektro-

magnetischen Wellen aus. Diese Schwingungen suchen automatisch identische Schwingungen in der Außenwelt, die dann das Geschehen verursachen – ob gut oder schlecht.

Freudige, also hohe Schwingungen ziehen Umstände an, die ebenfalls eine fröhliche, hohe Schwingung haben. Miese, niedrige Schwingungen ziehen auch miese Bedingungen mit einer niedrigen Frequenz an. In beiden Fällen macht uns das, was zu uns zurückkommt, entweder glücklich oder unglücklich, je nachdem, welche Gefühle wir ausgestrahlt haben; es entspricht genau unseren eigenen Schwingungen.

Nach dem gleichen Prinzip funktionieren Stimmgabeln. Bringt man eine Stimmgabel in einem Raum zum Tönen, in dem sich Stimmgabeln in unterschiedlicher Tonlage befinden, werden nur diejenigen in der *gleichen Tonlage* mitschwingen, auch wenn sie in der hintersten Ecke stehen. Gleiches zieht Gleiches an; das ist das grundlegende Gesetz der Physik.

Im Gegensatz zu Stimmgabeln, die ihre Tonlage nie ändern, sind wir Menschen ständig den Wechselbädern unserer Gefühle ausgeliefert. Da werden unsere Schwingungen wie die Kugel in einem Flipperautomaten pausenlos rauf- und runtergeschleudert. In einem Augenblick fühlen wir uns so energiegeladen und strahlend wie die Sonne, im nächsten Moment können wir energetisch schon wieder völlig abstürzen. Diese Wechselbäder hängen mit der Art und der Intensität unserer *Gefühle* zusammen: von lauwarm bis überglücklich oder von gelangweilt bis tief betrübt.

Anstatt wie eine Stimmgabel in einem einzigen gleich blei-

benden Ton zu schwingen, sind wir mit unserem Auf und Ab an Emotionen eher mit einem ganzen Haufen davon zu vergleichen. Jede sendet eine andere Schwingung aus, und alle zusammen produzieren ein heilloses Durcheinander an Tönen. Wenn wir erst hoch schwingen, in der nächsten Minute wieder tief, wird die eine Schwingung durch die andere aufgehoben. So wird sich nicht viel in unserem Leben verändern – oder zumindest nicht sehr schnell.

Leider sind wir aber keine Stimmgabeln. Was wir aufgrund der chaotischen, unkonzentrierten Energie (Schwingung) zurückbekommen, die wir jede Minute auf die Welt loslassen, ist selten ein Wohlklang. Damit handeln wir uns schon eher eine endlose Reihe von verworrenen, ziellosen, unüberschaubaren Ereignissen ein.

Es ist wohl klar, dass dieser völlig un gelenkte Energiefluss uns schlimmstenfalls die reine Hölle erleben lässt und bestenfalls ein Leben zweiter Wahl ermöglicht. Wir werden weiterhin diejenigen Erfahrungen, Menschen, Spiele, Ereignisse, Begegnungen, Vorfälle, Risiken, Gelegenheiten oder Dramen anziehen, *die den Schwingungen entsprechen, die wir zufällig gerade wieder aussenden*. Oder besser gesagt: unserer momentanen Gefühlslage.

## Rechnungen über Rechnungen

Nehmen wir ein weniger angenehmes Thema als Beispiel: Rechnungen. Wenn Sie nicht gerade in finanziellem Überfluss leben, wie fühlen Sie sich denn, sobald Sie irgendwelche Rechnungen

bezahlen müssen? Begeistert? In Höchstform? Euphorisch? Wohl eher nicht. Wie wär's mit verängstigt, besorgt oder einfach nur deprimiert? Dann herzlich willkommen im Club!

Der Witz an der ganzen Sache ist, dass gerade dieses Gefühl der Verzweiflung uns die Probleme mit unseren Rechnungen beschert! Wieso? *Weil wir genau das ausstrahlen, was wir fühlen, und was wir ausstrahlen, ziehen wir wiederum an.* Universelle Gesetzmäßigkeit. So einfach ist das.

Tony, seine Frau Ginger und ich trafen uns regelmäßig, um miteinander über unsere Fortschritte mit dem Gesetz der Anziehung zu sprechen. Ein Glück, dass es sie gab. Sie waren nämlich die Einzigen, die in meiner Nähe wohnten und mit denen ich ganz offen reden konnte.

Eines Abends bei mir zu Hause fingen wir nach dem Essen an, Erinnerungen an alte Zeiten hervorzukramen, als wir noch nicht bewusst mit unserer Energie umgehen konnten. Die Unterhaltung verlief leicht und heiter, bis Tony damit anfang, wie unglaublich schwierig es war, Rechnungen zu bezahlen, wenn man kein Geld hatte. Ich genoss die Gesellschaft der beiden immer sehr, aber dieses Thema ließ äußerst unangenehme Gefühle in mir hochsteigen. Schließlich hatte ich selbst erst vor kurzem eine absolute finanzielle Dürreperiode überstanden. Ich versuchte immer wieder, das Thema zu wechseln, aber es klappte nicht.

Tony hatte immer ganz gut verdient, und da die Kinder inzwischen erwachsen und aus dem Haus waren, hätten die beiden gut von seinem Einkommen leben können. Aber Ginger wollte sich

wieder ins Berufsleben stürzen. Also ging sie zurück in die Immobilienbranche, die sie vor Jahren verlassen hatte. Das war viele Jahre, bevor sie das Gesetz der Anziehung kennen gelernt hatte, aber sie war trotzdem recht erfolgreich. »Warum«, sinnierten die beiden, als ich ihnen Kaffee einschenkte, »hatten wir denn nie genügend Geld, um unsere Rechnungen zu bezahlen?«

»Ich vermute, dass ihr euch finanziell übernommen habt, sobald Ginger einen Volltreffer landete«, sagte ich und hoffte damit, die sich anbahnende emotionale Abhandlung über das frustrierende Gefühl, nicht genug Geld auf dem Konto zu haben, abzuwenden.

»Klar haben wir das getan«, lachte Tony. »Wir haben jede Menge Geld ausgegeben, bis wir plötzlich merkten, in was für einen Schlamassel wir da hineingeraten waren. Unser Haus hatten wir schon finanziert, also fiel diese Option flach. Wir hatten nie richtig etwas zur Seite gelegt, also waren auch keine Reserven da. Und plötzlich verfügten wir über neue Einnahmen, wobei es uns aber schlechter ging als vorher, weil sich die unbezahlten Rechnungen stapelten. Wenn Ginger einen guten Abschluss in der Tasche hatte, kamen wir einigermaßen zurecht. Wenn ihre Geschäfte aber nicht liefen, ging es uns sehr schlecht, und wir brauchten Monate, um uns wieder zu erholen.«

»Ach ja, das Gefühl kenne ich. Aber ist es nicht fantastisch, dass das jetzt alles der Vergangenheit angehört?« Ich wollte das Gespräch in eine andere Richtung lenken, aber Ginger dachte gar nicht daran. Aus irgendeinem Grund wollte sie diese schmerzliche Zeit noch einmal aufleben lassen.

»Ich kann's beschwören«, fuhr sie fort, »es wurde jeden Monat schlimmer. Wenn diese blöden Rechnungen fällig wurden – auch wenn ich es so lange wie möglich hinauszögerte –, bekam ich entweder einen Ausschlag oder Migräne. Ich holte den ganzen Stapel heraus, legte ihn auf meinen Schreibtisch und schaute ihn einfach ein oder zwei Tage lang an. Dann rutschte mir das Herz in die Hose, weil ich genau wusste, dass die fälligen Beträge einfach nicht zu unserem Kontostand passen würden. Also zog ich eine Rechnung aus dem Stapel und überlegte, wie viel ich davon erst mal anzahlen könnte. Es war einfach grauenhaft. Du weißt, wie das ist, Lynn, du warst auch schon in dieser Situation.«

»Viel zu oft als mir lieb ist!«, sinnierte ich.

»Zum Glück hat sich das alles geändert«, seufzte Tony und blickte Ginger liebevoll an. »Noch so ein Jahr, und du hättest meine Lebensversicherung kassieren können.« Er streckte seine Hand nach ihr aus, und mir wurde warm ums Herz, als ich sah, wie ihr vor lauter Glück die Tränen kamen. Finanziell waren sie seit einigen Jahren über den Berg und lebten jetzt in Fülle und großer Freude. Sie hatten gelernt, mit ihren Energien umzugehen. Beide strahlten tiefe Zufriedenheit aus. Sie hatten zusammen einen weiten Weg zurückgelegt. Wir alle waren einen langen, steinigen Weg gegangen!

Tony, Ginger und ich hatten Jahre in einem mehr oder minder unterschiedlich dramatischen finanziellen Chaos verbracht, weil wir keine Ahnung vom Umgang mit unserem Energiepotential hatten. Jeder ist auf seine Art in eine Krise geraten, wenn

die Rechnungen fällig wurden und wir das Geld dafür nicht hatten. Je mehr wir uns jedoch darauf konzentrierten, was wir nicht hatten, desto intensiver wurden unsere negativen Energien und desto mehr Schulden und Einkommensverluste zogen wir dadurch an.

*Durch unsere emotionale Konzentration auf den Mangel in unserem Leben zogen wir immer mehr davon an, wobei unsere Lage mit jedem Monat noch aussichtsloser und schlimmer wurde.*

Der ganze Prozess ist wie ein Bumerang – du wirfst ihn in irgendeine Richtung, und er fliegt in großem Bogen zu dir zurück. Entweder man fängt ihn auf, oder man wird von ihm erschlagen, wenn man nicht aufpasst. Was wir schwingungsmäßig aussenden, kommt unweigerlich zu uns zurück. Solange wir unsere Schwingungen nicht ändern, ziehen wir immer nur das an, was wir ausstrahlen.

Oder anders gesagt: Wenn wir nicht aufhören, niedrige Schwingungen zu fühlen – und damit auch auszustrahlen –, dann werden wir auch nichts anderes als deprimierende Umstände ernten!

Wir bekommen das, worauf wir uns emotional konzentrieren! Konzentrieren Sie sich mit Begeisterung und Leidenschaft auf das, was Sie sich wünschen, und schon ist es unterwegs zu Ihnen! Konzentrieren Sie sich mit der gleichen Leidenschaft, die dann aber »Leiden schafft«, auf das, was Sie nicht haben wollen, wie Kummer oder Sorgen, und – schwupp – schon ist es da!

Das Universum kümmert sich keinen Deut darum, ob wir etwas haben oder eben nicht haben wollen; es funktioniert strikt nach

dem physikalischen Prinzip, das wir Gesetz der Anziehung nennen. Wir senden unsere magnetisch aufgeladenen Gefühle hinaus, das Universum liefert getreulich. Es reagiert nicht auf unsere Bit-ten; es reagiert nur auf unsere Schwingungen, die aus nichts anderem als aus unseren Gefühlen bestehen.

Spielt es eine Rolle, wodurch diese Empfindungen ursprünglich ausgelöst wurden? Nein. Sie können durch einen Gedanken, ein Ereignis oder einfach durch eine bestimmte Stimmungslage hervorgerufen worden sein. Aber ganz unabhängig vom Ursprung unserer Empfindungen sind die Ereignisse in unserem Leben immer das Ergebnis der Gefühle, die wir jeden Augenblick – tag-ein, tagaus und Jahr für Jahr – ausstrahlen.

## Richten Sie Ihren Geist neu aus

Lassen Sie uns mal Klartext reden. Es geht nicht darum, dass wir die ganze Zeit über nur noch eitel Sonnenschein sein und uns über unsere Entlassung, einen verpassten Zug oder den verlegten Autoschlüssel freuen sollen.

Aber Fakten sind Fakten. Wir bekommen das zurück, was wir ausstrahlen, und unsere Ausstrahlung wird von dem bestimmt, worauf wir unseren Geist ausrichten. Genau das ist der Grund, warum wir eigentlich verpflichtet sind, um einiges achtsamer mit unseren Gedanken umzugehen – und mit den Gefühlen, die sie in uns auslösen.

Konzentrieren Sie sich auf das, was Sie sich wünschen, und es wird sich manifestieren – wenn Sie es nicht selbst sabotieren. Konzentrieren Sie sich auf das, was Sie nicht haben wollen, und es wird ebenfalls eintreten, und zwar zumeist noch mit größerer Wucht als zuvor!

Zurück zu den Rechnungen. Nehmen wir mal an, dass in Ihrem Kopf eine Unmenge an Gedanken darüber herumspuken, wie ungern Sie diese Rechnungen bezahlen wollen. Ein jeder dieser Gedanken, die nebenbei bemerkt sehr lebendig sind, enthält von Anfang an eine emotionale Schwingung und sucht sich die Gedanken im Außen, die eine identische Schwingung haben, um sich mit ihnen zu verbinden. Wenn zwei Gedanken mit der gleichen emotionalen Intensität aufeinandertreffen, schwingen sie zusammen noch stärker und schneller als allein.

Somit haben Sie nicht nur einen kleinen, unbedeutenden Gedanken in Bezug auf Ihre Rechnungen kreiert, sondern einen viel umfangreicheren, mächtigeren. Denn jedes Mal, wenn Sie wieder daran denken, verbindet sich dieser Gedanke mit den vorherigen, die Sie bereits ausgesendet haben. Aber es geht noch weiter.

Nicht nur Ihre *eigenen* niederschmetternden Gedanken über Ihre Rechnungen rotten sich im Außen zusammen und werden immer umfangreicher und intensiver, je mehr Sie sie mit weiteren Frustgefühlen füttern. Hinzu kommen auch noch die entmutigenden Gedanken anderer Menschen, die auf der gleichen Frequenz schwingen. Das gilt für jeden Bereich. Ich nenne das, was sich da zusammenbraut, »Junk-Bomben«. Sie ballen sich auf der

gleichen Schwingungsebene von Angst und Sorge zusammen und können leicht auf Sie zurückfallen – es sei denn, Sie ändern Ihre emotionale Einstellung. Das heißt, dass eine oder gar mehrere dieser »Junk-Bomben«, die noch dazu mit den ungebetenen Ängsten anderer Menschen aufgeladen sind, früher oder später direkt vor Ihren Augen explodieren werden, wenn Sie immer noch auf der gleichen Wellenlänge sind und die gleichen Schwingungen aussenden.

Jetzt ist das Chaos also komplett: noch mehr Rechnungen als anfangs und dazu noch jede Menge widriger Umstände, die etwas mit den unbezahlten Rechnungen zu tun haben oder auch nicht. Das Auto geht kaputt, und Sie haben kein Geld, um es in die Werkstatt zu bringen. Ihre Waschmaschine gibt den Geist auf. Ihre Kinder schlagen ein Fenster bei den Nachbarn ein. Ihr Hund fällt einen friedlichen Spaziergänger an. Und ausgerechnet an dem Sonntag, an dem das spannendste Spiel des Jahres übertragen wird und Sie das Haus voller Fans haben, streikt Ihr Fernseher.

Ihre »magnetische Anziehungskraft« ist dermaßen mit negativen Schwingungen aufgeladen, dass Sie zwangsläufig immer mehr Müll anziehen werden, bis Sie etwas an diesen Schwingungen verändern. Haben Sie das erst einmal geschafft, kehrt der Bumerang nicht mehr zurück, dann sind Sie ihn los. Zumindest für den Moment.

Nehmen wir ein schönes Beispiel: ein neues Auto. Wenn Sie sich voll auf das Auto konzentrieren, das Sie haben wollen, und

sich immer weiter darauf konzentrieren, dann erhalten Sie es auch. Wenn Sie sich jedoch auf die Tatsache konzentrieren, dass es noch nicht da ist, also auf den Mangel, oder darauf, dass Sie es sich nicht leisten können, dann werden Sie genau das anziehen: Sie werden also noch eine ganze Weile »ohne Auto« leben müssen.

Sie sagen jetzt vielleicht: »Zum Teufel, das beweist, dass dieses ganze Zeug nicht funktioniert; ich konzentriere mich schon seit Jahren darauf, dass ich mehr Geld haben will, und ich habe es immer noch nicht.«

Klar! Weil es zum einen um das Thema Geld geht, zum anderen aber um das Thema Geldmangel! Raten Sie mal, worauf sich 99,9 Prozent der Menschen die meiste Zeit ihres Lebens konzentrieren? Genau.

Wir ziehen das an, worauf wir unseren Geist lenken. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf den Mangel, und Sie werden garantiert mehr davon bekommen, da Sie durch Ihre Energie die entsprechenden Schwingungen anziehen. So funktioniert das Gesetz der Anziehung – nicht mehr, nicht weniger.

## Vier Schritte zum Durchbruch

Noch einmal: Wenn wir ständig an etwas denken, auch wenn wenig Gefühl involviert ist, wird es immer größer und mächtiger, unabhängig davon, ob es um das Nicht-vorhanden-Sein der Sache oder um die Sache an sich geht.

Wenn ich sage: »Ich will vollkommene Gesundheit« und denke die ganze Zeit an Gesundheit, wird sie sich entweder gleich oder später einstellen. Wenn ich aber sage: »Ich will keine Krankheit« und denke darüber andauernd nach, werde ich sicherlich Krankheit anziehen, allein weil ich mich darauf konzentriere.

Wenn wir uns emotional lange genug mit etwas beschäftigen, egal, ob wir es haben wollen oder eben gerade nicht, wird es sich in unserem Leben niederschlagen, ob es uns gefällt oder nicht.

Was uns im Leben begegnet, hat nichts mit unseren Handlungen zu tun oder damit, wie wertvoll oder wie gut wir sind oder was das Schicksal für uns bereithält. Es hat nur damit etwas zu tun, was für Schwingungen wir aussenden, welche Gefühle wir ausstrahlen und was wir dadurch wiederum anziehen. Punkt!

Das haben uns unsere Mama und unser Papa nie gesagt, weil sie es selbst nicht wussten. Jedes Buch über positives Denken oder jeder Motivationstrainer schwärmt zwar davon, aber keiner hat es je auf den Punkt gebracht, weil eben keiner es so genau wusste.

Hier sind nun die vier Schritte, mit denen man bewusst etwas erschaffen kann, vier Schritte, die garantiert wirken – ja, tatsächlich garantiert –, um genau das im Leben zu erreichen, was wir uns leidenschaftlich wünschen, und noch viel, viel mehr. Diese Schritte wirken deshalb unter Garantie, weil sie dem universellen Gesetz entsprechen, den Grundsätzen, nach denen die Schöpfung entstanden ist. Jetzt liegt es bei Ihnen, ob Sie sie wollen.

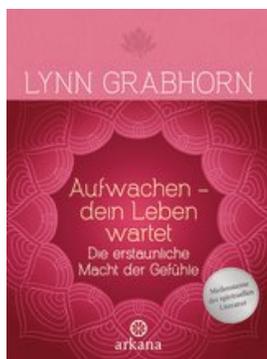
1. Schritt: Stellen Sie fest, was Sie *nicht* wollen.
2. Schritt: Stellen Sie fest, was Sie *wirklich* wollen.
3. Schritt: Fühlen Sie sich in diesen Wunsch richtig hinein.
4. Schritt: Öffnen Sie sich dafür, seien Sie aufmerksam und lassen Sie es geschehen.

Das wär's. Das ist schon die ganze Geschichte. Wenn man sich erst einmal auf diesen ungewöhnlichen Prozess eingelassen hat, verändern sich die Dinge auf magische Weise in allen Lebensbereichen. Ängste, Sorgen und Zweifel, die uns normalerweise ständig durch den Kopf schwirren, werden innerhalb weniger Wochen zu einer eher seltenen Erscheinung. Man kann die Veränderungen tatsächlich Tag für Tag miterleben.

Sie werden immer gesünder. Ihr Konto füllt sich. Ihre Beziehungen entwickeln sich genau so, wie Sie es sich wünschen. Umsätze steigen. Beförderungen werden möglich. Das Leben wird zu einer täglichen Wonne. Es ist ganz real. Sie sehen, dass es funktioniert. Dann wissen Sie tief in Ihrem Herzen, dass der Einzige, der Ihr Leben in der Hand hat, Sie selbst sind. Einzig und allein Sie!

## Nie wieder Opfer

Während wir uns in das Abenteuer stürzen, das Gesetz der Anziehung zu erleben, stoßen wir sehr bald auf die beunruhigende Erkenntnis, dass es tatsächlich keine Opfer gibt. Weiter das Opfer



Lynn Grabhorn

**Aufwachen - dein Leben wartet**

Die erstaunliche Macht der Gefühle

Sonderausgabe, Halbleinen, 416 Seiten, 14,0 x 18,7 cm

ISBN: 978-3-442-34207-5

Arkana

Erscheinungstermin: November 2016

Für alle die aus der Komfortzone raus wollen.

Arbeit mit Gefühlen: das Missing Link zwischen positivem Denken und spiritueller Suche.



**Der Titel im Katalog**