

MANFRED MOHR
Danke für die Lieferung



GOLDMANN

Lesen erleben

Manfred Mohr

DANKE
für die
LIEFERUNG

Wie das Universum uns immer
wieder neu *beschenkt*

GOLDMANN



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
Pamo House liefert Arctic Paper Mochenwangen GmbH.

1. Auflage

Originalausgabe Dezember 2015

© 2015 Wilhelm Goldmann Verlag, München

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: Getty Images / Tooga

Lektorat: Judith Mark, Freiburg

SSt · Herstellung: cb

Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-442-22134-9

www.goldmann-verlag.de

Inhalt

Einleitung	7
1 Was ist eine Bestellung beim Universum?	13
2 Die fünf Phasen des Bestellens	27
3 Meine innere Haltung	43
4 Was lerne ich in meiner Partnerschaft?	55
5 Wie wird Glück geliefert?	69
6 Wie schön findest du dich?	79
7 Etwas will bewegt sein	91
8 Versöhne dich mit dir selbst	101
9 Wie wirklich ist die Wirklichkeit?	115
10 Vom Glück, Vater zu sein	125
11 Das Leben akzeptieren	137
12 Segnen	151
13 Sich führen lassen	165
Nachwort: Über die Liebe und das Bestellen	177
Anhang	183

Einleitung

*Du bist deine eigene Grenze,
erhebe dich darüber!*

Hafis, persischer Dichter

Das Bestellen beim Universum ist mittlerweile zu einem festen Begriff geworden. Sehr viele Menschen haben sich schon einmal erfolgreich etwas gewünscht. Sei es einen neuen Partner, eine Traumwohnung oder einen neuen Job.

Eine Bestellung beim Universum kann mir aber nur dann vom kosmischen Lieferservice zugestellt werden, wenn ich auch offen dafür bin und seinen Lieferboten wirklich gern empfangen. Verschließe ich unentwegt meine Türe, wie sollte mich der himmlische Zustelldienst dann beliefern können? Das für mich gedachte Paket wird dann mit dem Hinweis »Empfänger unbekannt verzogen« versehen und findet im schlimmsten Fall gar nicht mehr zu mir.

Meine Erreichbarkeit ist darum oberste Grundlage für die Lieferung einer Bestellung. Ganz grundsätzlich könnte man sogar sagen: Um etwas bekommen zu können, muss ich es auch annehmen wollen. Was bei einer Bestellung so selbstverständlich erscheint, kann sogar als ein regelrechtes Lebensprin-

zip angesehen werden: Ich kann nur dort etwas erhalten, wo ich auch offen dafür bin. Um mich überhaupt vom Leben beschenkt fühlen zu können, muss ich mich darum zuerst in der Disziplin Annehmen üben. Und das ist schwerer, als es auf den ersten Blick erscheint. Vielleicht bin ich am Ende von meiner inneren Haltung her sogar ein verkappter Annahme-Verweigerer? Schauen wir hier doch einmal genauer hin.

Denn es ist zutiefst natürlich und weit verbreitet, gegen die Umstände des eigenen Lebens unentwegt anzukämpfen, zu klagen und dagegen zu sein. Wir sind damit aber in einer Haltung der Ablehnung all dessen, was uns stört und was wir nicht wollen. Innerlich sind wir dann so sehr auf Ablehnung eingestimmt, dass es uns selbst schon gar nicht mehr auffällt. Ablehnung ist dummerweise das genaue Gegenteil von Annahme. Beide sind wie durch eine Art Kippschalter untrennbar miteinander verbunden. Dieser Schalter steht entweder auf »an«, oder auf »aus«. Ich stelle ihn allein durch meine innere Haltung auf seine jeweilige Position.

In meinem letzten Buch zum Wünschen, *Bestellung nicht angekommen*, bin ich näher auf diese Kraft der Ablehnung eingegangen. Sie bestimmt sehr stark, ob meine Wünsche Wirklichkeit werden können. Denn Ablehnungen sind in sich unbewusste Bestellungen. Nichts bekommt von mir mehr Energie und Aufmerksamkeit als gerade die Dinge oder Umstände, die ich ablehne. Mein Bewusstsein beschäftigt sich ganz besonders intensiv mit ihnen – und zementiert sie damit.

Das Universum ist grundsätzlich in einer offenen und wohlmeinenden Grundhaltung mir gegenüber. Es lässt mir meinen freien Willen. Darum steht es mir vollkommen frei, das Universum als Klagemauer zu betrachten oder eben als Füllhorn. Im ersten Falle bleibe ich Opfer meiner Lebensumstände und verzweifle schier daran. Das Leben wird zum Problem. Im anderen Falle aber, wenn ich die Ablehnungen in mir erkenne und in Akzeptanz verwandeln kann, werde ich immer mehr zum selbst bestimmenden, Verantwortung ausübenden Schöpfer meines Lebens.

Wir haben als Menschen vom Universum alle Zutaten für ein glückliches Leben geschenkt bekommen. Akzeptanz und Annahme könnten für uns zu den wichtigsten Kochkünsten werden, um uns daraus die allerbeste Mahlzeit zu kreieren: ein Leben, das uns wirklich schmeckt.

Ein wenig scheint es mir nämlich, als wären wir in unserem Umgang mit dem Leben noch in der Steinzeit stecken geblieben. Wir haben es zumeist noch nicht gelernt, uns ein gutes »Lebenssüppchen« zu kochen. Dann stoßen wir auf unserem Lebensweg vielleicht zufällig auf ein paar Früchte oder Beeren, die wir eher nebenbei auflesen. Später finden wir auch ein Vogelnest mit rohen Eiern und schlürfen sie einfach aus. Genuss sieht anders aus.

Dabei stehen jedem von uns alle notwendigen Zutaten zur Verfügung, die wir für ein reichhaltiges Mahl brauchen. Mit ein wenig Übung können wir sogar ein Gourmetmenü daraus

zaubern. Akzeptanz kann uns sinnbildlich den Sprung in eine neue Dimension erlauben, in der wir das Feuer entdecken, um unser Essen endlich auch zu erhitzen. Nur so kann unser Mahl erst wirklich schmackhaft für uns werden. Wir lernen, das Beste aus den Zutaten unseres Lebens zu machen. Aus dem, was uns unentwegt geliefert wird.

Für diejenigen Leser, die das Bestellen erst seit kurzem kennen, stelle ich es am Anfang noch einmal kurz vor. Wie in einer Schule durchlaufe ich auch beim Wünschen verschiedene Klassen oder Stufen, die jede für sich durch eine bestimmte Form von Akzeptanz gekennzeichnet sind. Da Bestellungen nicht funktionieren, wo ich zu sehr ablehne, können sie für mich zu einer Art Indikator dafür werden, wie sehr ich schon zur Annahme gefunden habe.

Weil Annahme und Akzeptanz nur andere Worte für Liebe sind, können sie nur dort wirklich wachsen, wo ich selbst immer mehr in die Selbstliebe finde. Wie sehr akzeptiere ich mich bereits selbst? Wo lehne ich mich noch ab, und wo mag ich mich noch rein gar nicht? Das Dumme daran ist: Dort, wo ich mich selbst nicht mag, mag das Universum mich auch nicht. Es schaut schon sehr genau hin, wie weit es mit meiner Selbstliebe her ist.

Akzeptanz kann mir ganz besonders dabei helfen, mich mit anderen Menschen zu versöhnen. Sie unterstützt mich bei der Lösung von Problemen und schafft inneren Frieden in mir. Schließlich gelingt es mir mit ihrer Hilfe vielleicht sogar, das

Leben als solches zu akzeptieren und es zu meinem besten Freund zu machen. Eine erfüllte Bestellung ist dann gewissermaßen die Krönung dieser Freundschaft. Und das ganze Leben wird zu einem Geschenk.

Manfred Mohr



Manfred Mohr

Danke für die Lieferung

Wie das Universum uns immer wieder neu beschenkt

ORIGINALAUSGABE

Taschenbuch, Klappenbroschur, 192 Seiten, 12,5 x 18,3 cm
ISBN: 978-3-442-22134-9

Goldmann

Erscheinungstermin: November 2015

Manfred Mohrs neues Buch handelt von der universalen Kraft der Akzeptanz. Es reicht nicht, nicht ablehnend zu sein, vielmehr liegt das eigentliche kosmische Wunschkonzil in der absoluten Annahme. Vermeintliche Probleme sollten wir als versteckte Hinweise der Schöpfung verstehen. Die zentrale Frage lautet: „Warum geschieht mir das? Welche Lernaufgabe ist dahinter verborgen?“ Wir können die Welt nicht verändern, wohl aber die Sichtweise auf sie. Und mit dieser veränderten Sichtweise ändert sich doch wiederum alles. Das zu entdecken und zu erfahren, erfordert ein hohes Maß an Akzeptanz und Liebe. Finden wir diese in uns, können wir beides sowohl nach außen tragen, als auch dort entdecken. Denn Ablehnung erzeugt Mangel, Annahme und Liebe erzeugen Fülle.

 [Der Titel im Katalog](#)