



**Leseproben und Inhaltsangaben  
aus 23 Büchern  
über Persönlichkeitsentfaltung und  
bewusste Lebensgestaltung.**

# Inhaltsangaben, Leseproben und Angaben zu 23 Büchern aus dem Verlagsprogramm von I-Bux.Com:

Sämtliche Druckfassungen im Format 12 x 19 cm

1. **James Allen:** „Wie der Mensch denkt“ /  
“As A Man Thinketh“ / “Como el hombre piensa“ - 4
2. **Geneviève Behrend:** „Ihre unsichtbare Macht“ /  
„Your Invisible Power“ 8
3. **Louise Berlay:** „Schöpferisches Nevillisieren“ 15
4. **Dorothea Brande:** „Ab jetzt gelingt's“ 25
5. **Claude Bristol:** „Glauben Sie an sich,  
und erreichen Sie, was Sie wollen“ 36
6. **Neville Goddard:** „Bewusst-sein ist alles“ 40
7. **Neville Goddard:** „Das erste Prinzip“ 46
8. **Neville Goddard:** „Die geheime Psychologie  
biblischer Prinzipien“ 52
9. **Neville Goddard:** „Es ist bereits so“ 59
10. **Neville Goddard:** „Genauso hatte ich es  
mir ausgemalt“ 70
11. **Neville Goddard:** „Neville  
auf den Punkt gebracht“ 76

<b>12. Neville Goddard:</b> „Über Selbstgespräche und Vorstellungsbilder verunstalten oder gestalten Sie Ihr Leben“	77
<b>13. Napoleon Hill:</b> „Erfolgsgesetze in sechzehn Lektionen, Band I	85
<b>14. Napoleon Hill:</b> „Erfolgsgesetze in sechzehn Lektionen, Band II	96
<b>15. Napoleon Hill:</b> „Erfolgsgesetze in sechzehn Lektionen, Band III	103
<b>16. Raymond Holliwell:</b> „Im Einklang mit dem Großen Gebot“	107
<b>17. Prentice Mulford:</b> „Gedanken sind real“	114
<b>18. Christian Larson:</b> „Mehr Lebenserfolg durch gelebte Spiritualität“	118
<b>19. Benno Schmid-Wilhelm:</b> „Wieder glücklich zusammen“	169
<b>20. Ben Sweetland:</b> „Interessiert daran, die Dinge im Schlaf zum Guten zu wenden?“	182
<b>21. Ben Sweetland:</b> „Interessiert daran, endlich Nägel mit Köpfen zu machen?“	195
<b>22. Orison Swett Marden:</b> „Anfangen und durchhalten“	206
<b>23. Theodoor Hendrik van de Velde:</b> „Intime Liebe“	219

## James Allen:

„Wie der Mensch denkt“/  
“As A Man Thinketh“/  
”Como el hombre piensa”

1.



144 Seiten  
Deutsch - Englisch - Spanisch

Paperback: 978-3-7439-2124-5 € 17,99

Hardcover: 978-3-7439-2125-2 € 22,99

PDF: € 9,70

Auf jeder Buchseite befinden sich auch die Angaben zu den Seitenzahlen der jeweiligen anderssprachigen Versionen.

**James Allen** wurde am 28. November 1864 im englischen Leicester (gesprochen: „Lester“) geboren.

Als er fünfzehn Jahre alt war, wanderte sein Vater nach Amerika aus, wo er bald verstarb.

Um den Unterhalt der Familie zu unterstützen, trat Allen bald darauf ins Berufsleben ein.

Beeinflusst wurde er unter anderem von dem Werk „The Light of Asia“, und vom russischen Grafen Leo Tolstoi.

Shakespeare und Emerson gehörten ebenfalls zu seiner Lektüre.

Am 22. Mai 1893 schloss er mit Lily Louisa Oran den Bund fürs Leben. James war zu diesem Zeitpunkt 29 Jahre alt; Lily 25.

Lily war ebenfalls Schriftstellerin, und führte nach dem Tode James' die von ihm herausgegebene Zeitschrift „The Light of Reason“ weiter.

Das Ehepaar hatte eine gemeinsame Tochter, die auf den Namen Nohra hörte.

Seine neunzehn Bücher verfasste James Allen in dem kleinen Ferienörtchen Illfracombe in der englischen Grafschaft Devon. Als deutschsprachige PDF-E-Books sind von ihm auch erschienen „Der Weg zum Wohlstand“ und „Das Schicksal meistern.“

„Wie der Mensch denkt, so ist er“ ist ein schmales Büchlein von nur sieben Kapiteln. Es ist das dritte und bekannteste Buch von James Allen.

Dieses Buch ermöglichte es James Allen, sich ab 1903 ausschließlich der Schriftstellerei zu widmen. Es richtet sich an Leserinnen und Leser, welche inmitten eines hektischen Lebens Weisheit und Ruhe suchen. Der Autor vergleicht das menschliche Bewusstsein mit einem Garten, der gepflegt werden will.

# **James Allen:** „Wie der Mensch denkt“

## **Inhaltsübersicht:**

Über den Autor

Vorwort

Kapitel 1:  
Gedanken und Charakter

Kapitel 2:  
Auswirkung von Gedanken auf die Umstände

Kapitel 3:  
Auswirkung von Gedanken auf Gesundheit und Körper

Kapitel 4:  
Gedanken und Lebensinhalt

Kapitel 5:  
Der Gedankenfaktor bei der Zielerreichung

Kapitel 6:  
Visionen und Ideale

Kapitel 7:  
Gelassenheit

## **Blick ins Buch - Gedanken und Charakter**

Der Spruch „Wie der Mensch in seinem Herzen denkt, so ist er“ bezieht sich nicht nur auf das gesamte Sein eines Menschen, sondern ist dermaßen umfassend, dass er alle Umstände und Sachverhalte seines Lebens mit einschließt.

Ein Mensch ist buchstäblich das, was er denkt, sein Charakter ist die gesamte Summe all seiner bisherigen Gedanken!

So wie sich die Pflanze aus der Saat entwickelt, und ohne diese nicht bestehen könnte, entwickelt sich jeder Mensch aus dem verborgenen Saatgut seiner Gedanken. Ohne diese Gedanken wäre er nicht der, der er ist. Dies gilt gleichermaßen für so genannte „spontane“ und „unüberlegte“ Handlungen, wie für die gründlich durchdachten. Die Tat ist der zur Blüte gebrachte Gedanke; Freud und Leid sind seine Früchte. Somit erntet der Mensch sowohl die süßen wie auch die bitteren Früchte seiner eigenen Lebensführung.

Der Mensch ist etwas gesetzmäßig Gewachsenes, nicht etwas künstlich Geschaffenes. Ursache und Wirkung sind im unsichtbaren Reich der Gedankenwelt ebenso absolut und unveräußerlich, wie in der Welt der sichtbaren und materiellen Dinge.

Ein vorbildlicher Charakter nach dem Ebenbild des Schöpfers ist kein Zufallsprodukt, sondern das natürliche Ergebnis einer ständigen Rechtschaffenheit im Denken, die Wirkung einer lang gehegten Verbindung mit gottähnlichen Gedanken. Ein niedriger und roher Charakter ist nach denselben Gesetzmäßigkeiten das Ergebnis permanent unwürdiger Gedanken. Der Mensch schafft oder vernichtet sich selbst. In der Zwangsjacke seiner Gedanken schmiedet er die Waffen, mit denen er sich selbst zerstört...

# **Genevieve Behrend:** „Ihre unsichtbare Macht“ / „Your Invisible Power“

# 2.



180 Seiten  
Deutsch - Englisch

Paperback: 978-3-7469-4463-0 € 17,99

Hardcover: 978-3-7469-4464-7 € 19,99

E-Book: 978-3-7469-4465-4 € 9,99

Geneviève Behrend (1881-1960) war die einzige Schülerin, welche der Geisteswissenschaftler Thomas Troward jemals persönlich unterwies.

Über Visualisierungstechniken gelang es ihr, die benötigten 20.000 Dollar für die Reise nach England und ihr zweijähriges Studium zu manifestieren.

Nach Abschluss dieser Studien eröffnete sie zunächst in New York City, später dann auch in Los Angeles, die „School of the Builders“. Danach bereiste sie 35 Jahre die USA, um Vorträge zu halten.



**Kapitel 1:**

Die ordnende Funktion der Visualisierung

**Kapitel 2:**

Wie Sie das Gewünschte anziehen

**Kapitel 3:**

Die Beziehung zwischen mentaler und physischer Gestalt

**Kapitel 4:**

Die Wirkungsweise Ihres Wunschbildes

**Kapitel 5:**

Berichte von Neueinsteigern

**Kapitel 6:**

Vorschläge für die Ausgestaltung Ihres Wunschbildes

**Kapitel 7:**

Was Sie beachten sollten

**Kapitel 8:**

Was ich zum Studium der Geisteswissenschaften kam

**Kapitel 9:**

Wie ich zu 20.000 Dollar kam

**Kapitel 10:**

Wie ich die einzige Schülerin Trowards wurde

**Kapitel 11:**

Wie Sie der Macht Ihres Wortes Ausdruck verleihen

**Kapitel 12:**

Wie Sie Ihre Glaubensfähigkeit festigen

**Kapitel 13:**

Die Belohnung für einen stärkeren Glauben

**Kapitel 14:**

Wie Sie dafür sorgen, dass die Natur auf Sie reagiert

**Kapitel 15:**

Was tätiger Glaube bewirkt hat

**Kapitel 16:**

Empfehlungen darüber, wie Sie beten oder bitten

Das Prinzip, auf dem wissenschaftliches Beten beruht

Wohlstand über den schöpferischen Prozess

Ursache und Wirkung mit Bezug auf das Erhalten

Empfehlungen für die praktische Anwendung

**Kapitel 17:**

Einige Gedächtnisstützen

**Chapter 1:**

Order of Visualisation

**Chapter 2:**

How to attract to yourself the things you desire

**Chapter 3:**

Relation between mental and physical form

**Chapter 4:**

Operation of your mental picture

**Chapter 5:**

Expression from beginners

**Chapter 6:**

Suggestions for making your mental picture

**Chapter 7:**

Things to remember

**Chapter 8:**

Why I took up the study of Mental Science

**Chapter 9:**

How I attracted to myself 20,000 dollars

**Chapter 10:**

How I became Thomas Troward's only personal pupil

**Chapter 11:**

How to bring the power in your word into action

**Chapter 12:**

How to increase your faith

**Chapter 13:**

The reward of increased faith

**Chapter 14:**

How to make Nature respond to you

**Chapter 15:**

Faith with works - what is has accomplished

**Chapter 16:**

Suggestions as to how to pray or ask

The principle underlying scientific prayer

To get rich through creation Cause and effect in reference to getting

Hints for application and practise

**Chapter 17:**

Things to remember

## Vorwort

Diese Seiten wurden geschrieben, um Ihnen das Wissen zu vermitteln, mit dem Sie sich Ihre Wünsche erfüllen können, und auch, um deutlich darzulegen, dass Sie die **Angst völlig aus Ihrem Bewusstsein verbannen** müssen, damit Sie das Gewünschte erreichen können.

Dies setzt natürlich voraus, dass Ihr Wunsch auf dem Streben nach mehr Lebensglück beruht. Vielleicht sind Sie der Meinung, dass Sie glücklich wären, wenn Sie mehr Geld, mehr Grundstücke oder mehr Freunde hätten, und Sie verfolgen diese Wünsche deshalb, weil Sie davon ausgehen, dass Sie dann mehr Freiheit und Zufriedenheit hätten.

Im Zuge Ihres Strebens nach diesen Dingen werden Sie feststellen, dass das Wichtigste dabei eine ständige Verbesserung Ihres **Seins** ist.

Eines Morgens kam nach dem Unterricht ein Mann auf mich zu und bat mich, das Wort der Versorgung für ihn zu sprechen, da er sich in akuter Geldnot befände. Er bot mir einen Fünf-Dollar-Schein mit der Bemerkung an: *„Gnädige Frau, das ist die Hälfte meines gesamten Barvermögens. Ich bin verschuldet. Meine Frau und mein Kind können sich nicht anständig kleiden. Kurzum, ich brauche das Geld“*.

Ich erklärte ihm, dass Geld ein Symbol für die verteilte Substanz sei, dass diese Substanz den gesamten Raum ausfülle, und in diesem Augenblick auch für ihn präsent sei; sie würde sich ihm in Form des benötigten Geldes zeigen. „Aber“, räumte er ein *„vielleicht kommt es zu spät“*. Ich antwortete ihm, dass es nicht zu spät kommen könne, da es ewig präsent sei. Er verstand, und wurde von meinen Worten animiert.

Ich sah den Mann nicht wieder. Sechs Monate später erhielt ich jedoch einen Brief von ihm, in dem er mitteilte, dass er sich in New Orleans aufhalte.

*Er schrieb: „Ich bin hier in meinem regulären Beruf als Fotograf gut etabliert. Ich besitze ein eigenes Haus, einen Wagen, und es geht mir ziemlich gut. Sehr geehrte Frau Behrend, gestatten Sie mir, dass Ihnen dafür danke, dass Sie mich damals in New York aus meinem Tief herausgeholt haben!“*

*Drei Tage, nachdem ich mit Ihnen sprach, traf ich auf der Straße einen Mann, den ich jahrelang nicht mehr gesehen hatte. Als ich ihm meine Lage schilderte, borgte er mir das Geld, damit ich meine Rechnungen zahlen, und hierher übersiedeln könne.*

*Der beiliegende Scheck möge Ihnen helfen, Ihre wunderbare Arbeit weiterzuführen, mit der Sie den Menschen aufzeigen, was sie mental tun können, um an der ständig fließenden Zufuhr teilzuhaben. Gott segne Sie!“*

Es ist eine Fehleinschätzung, dass mehr Haben - gleich welcher Art - an sich bereits mehr Zufriedenheit oder Glück bringen könne. Kein Mensch, kein Ort und keine Sache kann Ihnen Glück bringen. Wenngleich aus diesen Quellen sehr wohl ein Anlass für Glück oder ein Gefühl der Zufriedenheit kommen kann, kommt die Lebensfreude doch von innen heraus.

Deshalb wird empfohlen, dass Sie sich durchaus um das bemühen sollten, was Ihnen Ihrer Meinung nach Freude bringt, jedoch immer unter der Voraussetzung, dass diese Wünsche im Einklang mit der inneren Lebensfreude stehen.

Ein weiteres Anliegen dieses Schriftbands ist es, die Möglichkeiten aufzuzeigen, die jedem zur Verfügung stehen, der sich nachhaltig darum bemüht, das Gesetz der Visualisierung zu verstehen, und dieses Wissen unabhängig von seiner jetzigen Entwicklungsstufe in die Praxis umsetzen.

„Bemühen“ ist hier nicht im Sinne einer verkrampten Anstrengung zu verstehen. **Alle Studien und Bildbetrachtungen sollten immer ohne Kraftanstrengung und Anspannung vorgenommen werden!**

Ich habe es mir zur Aufgabe gemacht, aufzuzeigen, dass entsprechende Ergebnisse zwingend folgen müssen, wenn Sie am Beginn des Schöpfungsprozesses - beziehungsweise des geistigen Wunschbildes - anfangen. *„Zwar können die Gesetze des Universums nicht geändert werden, sie können aber für bestimmte Umstände genutzt werden, was für die Weiterentwicklung des Einzelnen Ergebnisse mit sich bringt, die beim unbeeinflussten Wirken der Naturgesetze nicht erzielt werden können“.*

Egal wie weit Sie die hier enthaltenen Anregungen - wodurch Sie die Ihnen offen stehenden Möglichkeiten durch Visualisierungen nutzen - über Ihre bisherigen Erfahrungen hinausbringen werden, unterbrechen sie doch niemals die Kontinuität des Gesetzes von Ursache und Wirkung.

Falls Sie aufgrund dieser Hinweise zu der Erkenntnis gelangen, dass Ihr Unterbewusstsein ein Zentrum ist, durch das „die einzige Macht, die es gibt“ wirkt, und nur darauf wartet, dass Sie ihm Anweisungen erteilen, damit es in der einzigen Art und Weise, in der es spezifisch tätig werden kann - nämlich in Form von Reaktionen in konkreter und physischer Form - , aktiv wird, dann wurde ich der Absicht, mit der dieses Buch geschrieben wurde, vollauf gerecht.

Bedenken Sie, dass das von Ihnen gedachte, erfüllte und visualisierte Wunschbild auf das universelle Bewusstsein zurückgespiegelt wird. Aufgrund des Naturgesetzes des wechselseitigen Zusammenspiels muss es entweder in spiritueller oder physischer Form wieder zu Ihnen zurückkehren.

Die Kenntnis dieses Gesetzes des Zusammenspiels zwischen dem Einzel- und dem universellen Bewusstsein verschafft Ihnen den ungehinderten Zugang zu allem, was Sie haben oder sein wollen.

Es muss nachdrücklich darauf hingewiesen werden, dass all dies nur für den Menschen eintreffen kann, der anerkennt, dass er seine Macht, ein getreues Abbild seines inneren Wunschbildes zu erhalten, der alles verursachenden universellen Lebenskraft verdankt, und dass er diese Macht nur solange konstruktiv nutzen kann, solange sie in Harmonie mit dieser ursächlichen Kraft steht.

Um dies zu gewährleisten, darf es hinsichtlich der Beziehung des Menschen zu dieser universellen ursächlichen Kraft keine Verzerrung des menschlichen Denken geben; diese Beziehung ist die eines Sohnes oder einer Tochter ist, durch welche das elterliche Bewusstsein handelt und reagiert. Daraus folgt, dass alles, was Sie denken oder wofür Sie sich halten, von der schöpferischen Lebenskraft durch eine entsprechende Reaktion getreulich reproduziert werden muss.

Das ist der Hauptgrund, warum Sie sich und Ihre Angelegenheiten geistig so vorstellen sollten, wie Sie sie in der realen Welt haben wollen - auch wenn diese Vorstellung für das physische Auge nicht sichtbar ist - und auch warum Sie sich entsprechend Ihres Wunschbildes verhalten sollten. Wenn Sie sich hierum ernsthaft bemühen - immer wohlwissend, dass Ihr eigenes Unterbewusstsein eine Projektion der schöpferischen Geisteskraft ist -, werden Sie den Beweis finden, dass Ihnen das Bestmögliche in allen Bereichen immer zur Verfügung steht.

Geneviève Behrend,

Los Angeles, Kalifornien,

Mai 1929

# Louise Berlay

## „Schöpferisches Nevillisieren“

# 3.

236 Seiten



Deutsch

Paperback: 978-3-7482-3397-8 € 22,77

Hardcover: 978-3-7482-3398-5 € 26,35

ePUB): 978-3-7482-3399-2 € 19,99

E-Book (Kindle): € 19,99

E-Book (PDF): € 19,99

Eine der eifrigsten und erfolgreichsten Schülerinnen von Neville Goddard war seine gute Bekannte Louise Berlay.

Frau Berlay begann ohne einen Cent, und starb als Multimillionärin.

Dieses Buch behandelt das universelle Gesetz der Annahme. Es zeigt zeitlose Erfolgsprinzipien auf, um das Leben nach seinen eigenen Vorstellungen zu gestalten.

„Nevillisieren“ - ein Kunstwort, angelehnt an die von Neville Goddard gelehrtens Wunscherfüllungstechniken - ist eine besondere Variante der Visualisierung. Die wesentlichen Unterschiede werden im Geleitwort beschrieben.

Als Bonus ist die Anmeldung zu weiteren Kernaussagen und Zitaten möglich (alle fünf Tage per E-Mail).

## **Inhaltsübersicht:**

Was ist „Nevillisieren“? Eine Erläuterung von i-bux.com

Zum Geleit - Eine Einführung vom Sohn der Verfasserin

### **Kapitel 1**

Der Schöpfungsvorgang

### **Kapitel 2**

Das Unterbewusstsein

### **Kapitel 3**

Sportsgeist

### **Kapitel 4**

Ursache und Wirkung

### **Kapitel 5**

Geld aus heiterem Himmel

### **Kapitel 6**

Der Mensch, ein geborener Schöpfer

### **Kapitel 7**

Die Ergonomie von Cavett Robert

### **Kapitel 8**

Fiktion

### **Kapitel 9**

Herzensangelegenheiten

### **Kapitel 10**

Glaubenssätze und Annahmen

### **Kapitel 11**

Unbewusste Einflüsse



**Kapitel 12**

Die Macht der Worte

**Kapitel 13**

Traditionelle Geschlechterrollen

**Kapitel 14**

Gegensatzpaare

**Kapitel 15**

Partnerschaft und der schöpferische Vorgang

**Kapitel 16**

Verstand und Vernunft

**Kapitel 17**

Der Hochschulstudent

**Kapitel 18**

Ein Abendessen für zwölf Personen

**Kapitel 19**

Eine mentale Vorgabe

**Kapitel 20**

Die Fakten revidieren

**Kapitel 21**

Gesundheit

**Kapitel 22**

Das weiße Haus

**Kapitel 23**

Ein flammendes Herz

**Kapitel 24**

Kehrtwende

## **Kapitel 25**

Ruhm und Ehre

## **Kapitel 26**

Wunsch und Selbstbild

## **Kapitel 27**

Ideen

## **Kapitel 28**

Finanzen

## **Kapitel 29**

Bewusstsein und Verstand

## **Kapitel 30**

„Ich stelle mir meine Klasse vor“

## **Kapitel 31**

Luftschlösser

## **Kapitel 32**

Das Schicksal

## **Kapitel 33**

Glück und Pech

## **Kapitel 34**

Gut und böse

## **Kapitel 35**

Big Ben

## **Kapitel 36**

Das Gebet

## **Kapitel 37**

Die Quelle des Wissens

## **Kapitel 38**

Kameradschaft

## **Kapitel 39**

Der Mensch, eine strukturierte Hierarchie

## **Kapitel 40**

Wunder

## **Kapitel 41**

Raumzeit

## **Kapitel 42**

Die Vergangenheit revidieren

## **Kapitel 43**

Eine unerschöpfliche Quelle

## **Kapitel 44**

Lösungen

## **Kapitel 45**

Wissen und Weisheit

## **Kapitel 46**

Schicksalswege

## **Kapitel 47**

Das Pariser Projekt

## **Kapitel 48**

An der Côte d'Azur

## **Kapitel 49**

Eine Liebesgeschichte

## **Kapitel 50**

Der schöpferische Prozess im Überblick

# Was ist „Nevillisieren“?

„Nevillisieren“ ist ein Kunstwort, abgeleitet vom Vornamen des spirituellen Lehrers Neville Lancelot Goddard (1905 bis 1972). Auch der Sohn der Verfasserin des vorliegenden Buches wurde nach diesem Lehrer benannt, und in der Tat betrachtete Neville Goddard Neville Berle als seinen Ziehsohn.

Mit „Nevillisieren“ bezeichnen wir eine besondere Variante der Visualisierung. Bei der Visualisierung geht es darum, von den angestrebten Zuständen geistige Vorstellungsbilder aufzubauen. Der Begriff „Visualisierung“ ist jedoch insofern nicht ganz korrekt, als es keineswegs nur um visuelle innere Bilder geht, sondern nach Möglichkeit sämtliche Sinnesorgane – vor allem auch das Hören – mit einbezogen werden sollten. Wenn wir uns regelmäßig, zuversichtlich und völlig selbstverständlich so in diese Vorstellungsbilder hineinfühlen, als wären diese bereits verwirklicht, werden wir die reale Umsetzung erleben.

Bei der Visualisierung werden viele Fehler begangen. Um Visualisierungstechniken wirksam zu nutzen, sind nach den Lehren Neville Goddards einige spezifische Dinge zu beachten.

Nehmen wir als Beispiel, dass Sie sich ein bestimmtes Auto wünschen:

Falsch wäre es in diesem Fall, sich selbst zusammen mit diesem Traumauto zu visualisieren oder sich vorzustellen, dass dieses Auto vor Ihrem Haus steht. Sie betrachten sich und das Auto also von außen.

Die richtige Vorgehensweise ist, dass Sie sich „durch Ihre Augen“ betrachten. Sie würden also nicht Ihr Gesicht sehen. Sie würden auch nicht Ihren gesamten Körper sehen.

Wenn Sie bereits Besitzerin oder Besitzer dieses Autos wären, würden Sie lediglich Ihre Hände, Arme oder Füße sehen.

Sie fühlen sich also in ein möglichst wirklichkeitsgetreues Szenario hinein! Das ist ein wesentlicher Aspekt der „Nevillisierung“ – übrigens ein Begriff, der von der Autorin im Original nicht verwendet wurde, auch wenn er in der Übersetzung gebraucht wurde. Wenn in diesem Buch von „Visualisierung“, „Imaginationsübung“, „Vorstellungsübung“ oder „Meditation“ die Rede ist, ist aber immer diese spezifische Variante gemeint.

- Wie würden Sie sich fühlen, wenn Sie dieses Auto bereits besäßen?
- Wie fühlt sich das Leder an?
- Das Lenkrad?
- Die Gangschaltung?
- Welches Geräusch macht der Motor?
- Der Wind?
- Wie riecht Ihr neuer Wagen?

Bringen Sie möglichst viele Sinne ein!

Damit haben wir bereits zwei wesentliche Aspekte der „Nevillisierung“:

- » Sie betrachten sich nicht von außen, sondern bringen sich so in das Vorstellungsbild ein, wie Sie sich auch sehen würden, wenn Ihr Wunsch bereits erfüllt ist.
- » Sie gestalten das innere Erlebnis so wirklichkeitsgetreu, als wäre es jetzt bereit so.

Neville Goddard geht jedoch noch einen Schritt weiter. Er lehrte, dass wir uns nicht den Wunsch selbst vorstellen sollten, sondern ein Ereignis, welches höchstwahrscheinlich *nach* der Erfüllung dieses Wunsches eintreten wird.

In unserem Beispiel könnte dies sein, dass Sie sich mit Freunden treffen, nachdem Sie Ihr Wunschauto bereits Ihr eigen nennen.

- Wie würden sich Ihre Freunde über Ihre Errungenschaft äußern?
- Würden sie Sie beglückwünschen?
- Mit welchen Worten würden sie das tun?

Gestalten Sie auch diese Szene wieder so plastisch und real wie möglich.

Die Szene braucht keineswegs lange zu dauern; auch wenn die Autorin zweimal am Tag fünfzehn bis dreißig Minuten empfiehlt, ist diese Vorgabe nicht in Stein gemeißelt; wenige Sekunden könnten bereits ausreichen, zum Beispiel: „*Einen Superschlitten hast du da!*“.

- Wie würden Sie sich jetzt fühlen?

Wichtig ist, dass Sie dauerhaft selbst innerlich davon überzeugt sind, dass sich diese Szene – und die entsprechenden Gefühle und Wahrnehmungen – **jetzt** zuträgt. Diese innere Gewissheit muss stabil sein, und darf nicht abflauen.

Wie Louise Berlay ebenfalls betont, sind diese Übungen regelmäßig – und nach Möglichkeit auch immer um dieselbe Tageszeit – durchzuführen.

„*Das Vorgestellte wird Realität*“, war eine der Kernaussagen Neville Goddards.

Verzetteln Sie sich nicht in vielen Einzelszenen. Verdichten Sie die möglichen Szenarien zu einer einzigen Miniszene.

Das könnte zum Beispiel ein gemeinsames Essen mit Ihren besten Freunden sein, bei dem Sie den Erwerb Ihres Traumwagens feiern.

Rufen Sie sich die Gesichter dieser Freunde ins Gedächtnis, und wie sie zusammen mit Ihnen von diesem Auto begeistert sind.

- Wären Sie jetzt stolz?
- froh?
- erleichtert?
- dankbar?

Das Fühlen ist es, welches Ihr Wunschbild ins Unterbewusstsein versenkt.

Neville Goddard lehrte das „Gesetz der Annahme“ – um welches es im vorliegenden Buch geht – und verlagerte seine Vorträge in seinen letzten Lebensjahren schwerpunktmäßig auf seine mystischen Erfahrungen, welche er „die Verheißung“ nannte.

Das „Gesetz der Annahme“ ist nicht identisch mit dem „Gesetz der Anziehung“. Wenn das Gesetz der Anziehung das „kleine Einmaleins der Wunscherfüllung“ ist, dann könnten wir das „Gesetz der Annahme“ als das „große Einmaleins der Wunscherfüllung“ bezeichnen.

Wenn das Adjektiv „schöpferisch“ beziehungsweise das Verb „erschaffen“ in diesem Buch - und sogar im Titel - gebraucht werden, dann nicht im Sinne eines Neuerzeugens, sondern des Auswählens, Sichtbarmachens und Einforderns von etwas bereits Bestehendem, denn wir Menschen können gar nichts „erschaffen“. Wir können nur etwas, das auf der unsichtbaren vierdimensionalen Ebene bereits vorhanden ist, in der dreidimensionalen Dimension Gestalt annehmen lassen: wir manifestieren es. Deshalb geht es vorrangig ums „Sein“. Tun und Haben kommen erst danach.

Beim „Gesetz der Annahme“ ist das Sein („Ich bin“) die Ursache. Es wird nichts „angezogen“. „Anziehen“ könnten wir nur etwas von anderen Geschaffenes.

Eine grundlegende Voraussetzung für die wirksame Anwendung des „Gesetzes der Annahme“ ist somit die Erkenntnis unserer wahren Identität. Im Gegensatz zum „Gesetz der Anziehung“ geht es vom höheren Selbst, nicht vom Ego (niedrigen Selbst) aus.

Ein weiterer Unterschied zwischen diesen beiden Gesetzen ist, dass wir beim „Gesetz der Annahme“ unabhängig vom äußeren Anschein aus dem Gefühl und aus der inneren Gewissheit der bereits eingetroffenen Wunscherfüllung leben, während das „Gesetz der Anziehung“ mehr das Denken und Erbitten betont, und etwas „erbittet“.

An der „Verheißung“ war Louise Berlay offenbar nicht interessiert. Ihre wesentliche Berührung mit diesem Aspekt schien ihre Erfahrungen nach dem Tode ihres Sohnes Larry gewesen zu sein.

Ihr ging es um die Erfüllung der irdischen Wünsche. Darin war sie zweifelsohne sehr erfolgreich. Sie besaß Gebäude in Manhattan und Paris in bester Lage, und war als Geschäftsfrau international tätig, obwohl sie ohne einen Cent anfang.

Es obliegt uns nicht, dies zu bewerten, oder Ihnen „vorzuschreiben“, wofür Sie sich zu interessieren haben.

Diese kurze Einführung verfolgt lediglich den Zweck, Ihnen aufzuzeigen, was Sie in diesem Buch erwartet.

Alles Gute wünscht Ihnen

I-Bux.Com

Wissen, das Ihr Leben gestaltet



# Dorothea Brande

## Ab jetzt gelingt's

# 4.

Unbewusst abgespeicherte Fehlschläge ausblenden,  
und konsequent auf Erfolgskurs schwenken

140 Seiten



Paperback: 978-3-7469-3464-8 € 17,99

Hardcover: 978-3-7469-3465-5 € 19,99

E-Pub: 978-3-7469-3466-2 € 9,99

PDF: € 9,70

Nachdem Dorothea Brande einer Hypnosesitzung beigewohnt hatte, war ihr Interesse geweckt. Kurze Zeit darauf war es ein einziger Satz des Psychologen F.M.H. Myers, dem sie eine völlige Veränderung ihres Lebens zuschrieb.

Myers erklärte, dass sich die bei der Hypnose zum Vorschein kommenden Talente und Fähigkeiten deshalb zeigen würden, weil die Erinnerung an bisherige Fehler „ausgeblendet“ würde.

Dorothea Brande überlegte daraufhin, ob eine solche Läuterung nicht auch im Wachzustand möglich wäre. Falls ganz normale Leute Talente, Fähigkeiten und Möglichkeiten in sich trügen, die aber aufgrund von Fehlschlägen in der Vergangenheit nicht genutzt würden, müsse es ihnen doch möglich sein, sich so zu verhalten, als ob ein Scheitern unmöglich wäre.

Genau das probierte sie aus.

Sie ging von der Prämisse aus, dass diese Fähigkeiten und Talente vorhanden sind, und dass sie sie nutzen könne, wenn sie sich so verhalten würde „als ob dies der Fall sei“.

Innerhalb eines einzigen Jahres konnte sie als Schriftstellerin ein Vielfaches ihrer bisherigen Leistungen vorweisen!

Sie entdeckte auch ihr Talent als Vortragsrednerin, und wurde eine äußerst gefragte Rednerin, obwohl sie immer geglaubt hatte, dass dies überhaupt nichts für sie sei.

# Inhalt

Über die Verfasserin	iv
Vorwort der Verfasserin	5
<b>Kapitel 1:</b> Wieso scheitern wir?	13
<b>Kapitel 2:</b> Der Wille zum Scheitern	20
<b>Kapitel 3:</b> Opfer des Willens zum Scheitern	27
<b>Kapitel 4:</b> Belohnungen des Scheiterns	35
<b>Kapitel 5:</b> Kursberichtigung	50
<b>Kapitel 6:</b> Das System in der Praxis	63
<b>Kapitel 7:</b> Warnhinweise und Einschränkungen	77
<b>Kapitel 8:</b> Maßvoll reden	83
<b>Kapitel 9:</b> Die Aufgabe der Vorstellungskraft	99
<b>Kapitel 10:</b> Verhaltensrichtlinien und Vorgaben	97
<b>Kapitel 11:</b> Zwölf Disziplinen	107
<b>Kapitel 12:</b> Und nun viel Glück!	134

## Vorwort der Verfasserin

Vor zwei Jahren stieß ich auf eine Erfolgsformel, die mein Leben umgekrempelt hat. Diese Formel war so einfach, und doch so offensichtlich, dass ich kaum glauben konnte, welche erstaunlichen Ergebnisse ich aufgrund ihrer Umsetzung erzielen konnte.

Zunächst muss ich vorausschicken, dass ich bis vor zwei Jahren noch eine Versagerin war, wenngleich dies außer mir selbst, und einigen wenigen, die mich gut genug kannten, um zu erkennen, dass ich nicht einmal ein Zehntel dessen schaffte, wozu ich imstande gewesen wäre, niemand merkte.

Ich hatte durchaus eine interessante Stelle, und mein Leben war auch nicht allzu langweilig, aber ich selbst konnte mir nichts anders vormachen, als dass ich versagt hatte.

Meine Arbeit war nur ein Abklatsch dessen, was ich eigentlich vorhatte, und trotz aller Rechtfertigungen und Ausreden, war ich alles andere als erfolgreich.

Ich wusste nur allzu gut, dass ich mehr leisten sollte, dass ich bessere Ergebnisse vorweise sollte, und dass ich an meinem eigentlichen Lebenszweck vorbeilebte.

Natürlich war ich auf der Suche nach einem Ausweg aus dieser Sackgasse. Und als ich diesen Ausweg endlich fand, konnte ich mein Glück schier nicht fassen!

Anfänglich suchte ich gar nicht nach Erklärungen und Analysen.

Zum einen waren die positiven Auswirkungen dieser Formel so bemerkenswert, dass ich beinahe schon abergläubisch wurde.

Zum anderen war ich nach wie vor auf der Hut. Nur allzu oft hatte ich in der Vergangenheit versucht, einen Weg aus meinem Schlamassel zu finden, um mich dann aber doch wieder in seinen Fallstricken wiederzufinden.

Der Hauptgrund jedoch, warum ich keine weiteren Analysen anstellte, war, dass ich schlichtweg zu beschäftigt war, um der Sache auf den Grund gehen zu können.

Hürden, die mir vormals unüberwindbar vorkamen, schienen einfach wegzuschmelzen, die Zurückhaltung und Trägheit, die mir jahrelang im Weg gestanden hatten, fielen von mir ab wie lose Fesseln.

Jahrelang hatte ich auf der Stelle getreten und war blockiert gewesen. Ich wusste durchaus, was ich tun wollte und hatte mich auf meinen Beruf auch gut vorbereitet. Aber ich kam einfach nicht voran.

Mich hatte immer schon die Schriftstellerei interessiert und ich hatte mich schon sehr früh mit großen Hoffnungen an diese Aufgabe gemacht. Viele meiner Arbeiten fanden auch durchaus guten Anklang. Aber es ging immer nur bis zu einem gewissen Punkt. Wenn ich darüber hinaus in eine reife Phase eintreten wollte, war es so, als hätte sich alles gegen mich verschworen.

Dass ich dabei unglücklich war, brauche ich wohl nicht eigens zu betonen. Nicht gerade todtraurig, aber ständig von einem nagenden Gefühl meiner eigenen Unzulänglichkeit geplagt. Ich versuchte mich als Herausgeberin, da mir die eigenschöpferische Seite der Literatur offensichtlich verwehrt war. Immer wieder wandte ich mich an Lehrer, Psychologen, Ärzte und andere Experten, um aus meiner Talsohle herauszukommen.

Ich las viel, dachte nach und machte mir ständig Sorgen.

Ich setzte auch alle Ratschläge durchaus treuherzig um - doch es half bestenfalls kurzzeitig.

Eine Zeit lang war ich dann fieberhaft aktiv, doch das hielt nie länger als eine Woche an. Maximal zwei. Danach gelangte meine Schaffensphase abrupt zu einem Ende, und mein Ziel war wieder ebenso weit entfernt wie eh und je.

Doch dann stieß ich von einer Minute auf die andere auf eine Idee, die mir die Freiheit verschaffte. Ich suchte damals nicht einmal bewusst danach, sondern war mit einem völlig anderen Thema beschäftigt.

Die Lösung kam in Form eines Satzes von F. W. H. Myers. Diesen Satz fand ich in seinem Werk „Human Personality“.

Diese Aussage war so erkenntnisreich, dass ich das Buch beiseitelegte, um mir sämtliche Aspekte dieser Hypothese ausführlich durch den Kopf gehen zu lassen. Als ich das Buch wieder in die Hände nahm, war ich ein anderer Mensch.

Jeder bisherige Aspekt, jede bisherige Einstellung und Sichtweise dem Leben gegenüber hatte sich verändert.

Zunächst war mir das gar nicht bewusst. Aber mit unleugbarer Sicherheit schälte sich von Tag zu Tag mehr heraus, dass ich den Talisman gefunden hatte, um Misserfolge, Trägheit und Entmutigung ein für allemal zu verabschieden. Das genügte mir!

Auf einmal hatte ich alle Hände voll zu tun. Für Innenschau und Selbstbeobachtung blieb mir gar keine Zeit.

Manchmal schief ich sogar ein, nachdem ich eine Zeit lang an etwas gearbeitet hatte, was mir vormals als unlösbare Aufgabe erschienen wäre. Es stand außer Zweifel, dass ich nun endlich die Belohnung erhielt: Die Bücher, die ich schon so lange vor mir hergeschoben hatte, schienen sich fast selbst zu schreiben. Es floss nur so aus mir heraus. Ich schäumte über vor neuen Ideen und es erschien mir so, als hätten diese hinter einer Wand in meinem Bewusstsein nur darauf gewartet, endlich ans Tageslicht zu treten.

An dieser Stelle darf ich keinen kurzen Überblick über mein produktives Pensum geben, das ich in den zwanzig Jahren geschafft hatte, bevor ich auf diese Formel gestoßen war:

Siebzehn Kurzgeschichten,  
zwanzig Rezessionen,  
ein halbes Dutzend Zeitungsartikel,  
ein Romanversuch, den ich nach etwa einem Drittel wieder aufgab.

Innerhalb von zwei Jahren nach der Entdeckung der Zauberformel konnte ich Folgendes vorweisen:

Drei erfolgreiche Bücher,  
vierundzwanzig Artikel,  
vier Kurzgeschichten,  
zweiundsiebzig Vorträge,  
die Gliederung von drei weiteren Büchern,  
sowie Beratungsschreiben und fachliche Begleitungen, die an unzählige Adressaten im ganzen Land hinausgingen.

Doch damit nicht genug. Sobald ich entdeckt hatte, wie diese Formel meine Energie als Schriftstellerin entfesselte, wollte ich wissen, was ich sonst noch damit anstellen könnte und setzte die Formel auch in anderen Bereichen ein, die mir bis dahin Schwierigkeiten bereitet hatten.

Die Zaghaftheit und Zurückhaltung, mit der ich in beinahe allen Bereichen meines Leben zu kämpfen hatte, fielen völlig von mir ab. Interviews, Vorträge und Treffen, vor denen ich mich immer gescheut hatte, wurden auf einmal angenehme Erfahrungen für mich. Dutzende dummer Selbstsabotagen hatten sich in Luft aufgelöst.

Endlich war ich mit mir selbst im Reinen, und bestrafte mich nicht mehr selbst. Ich war auch nicht mehr grundlos gelangweilt oder müde.

Wenngleich die Formel Wunder für mich gewirkt hatte, weihte ich nur wenige Freunde in sie ein. In einer beinahe einfältigen Selbstgefälligkeit, die ich wohl mir neunundneunzig Prozent meiner Mitmenschen teile, bildete ich mir ein, dass mein Fall einzigartig sei und dass außer mir sonst noch niemand einen Zustand der Ineffizienz durchgemacht hätte und auch die Formel nicht erfolgreich umsetzen könne.

Ab und zu hatte ich lichte Momente, in denen ich erkannte, dass auch andere Menschen ihr Leben vergeuden, so wie ich das so lange getan hatte, aber ich dachte mir, dass diese Leute mit der Zeit schon von selbst einen Ausweg finden würden.

Hätte mich nicht der Zufall eines anderen belehrt, so hätte ich niemals daran gedacht, dieses einfache Programm, das mir so sehr geholfen hatte, öffentlich anzubieten und mir war schlichtweg nicht bewusst, dass die meisten Erwachsenen mehr oder weniger ein unzulängliches Leben führen und die entsprechenden Konsequenzen erleiden.

Vor einigen Monaten jedoch wurde ich gebeten, vor einer Gruppe von Buchhändlern einen Vortrag zu halten. Das Thema lautete: „Über die Schwierigkeiten angehender Schriftsteller“.



In meinem ersten Buch, „Schriftsteller werden“, war ich gerade auf dieses Thema gründlich eingegangen, doch hatte ich keine Lust, aus einem bereits veröffentlichten Buch vorzulesen, zumal die Zuhörerschaft aus ohnedies belesenen Personen bestand.

Und so fiel mir bei der Vorbereitung dieses Vortrags nichts Besseres ein, als zusätzlich zu meinen im Buch veröffentlichten Ausführungen darauf hinzuweisen, dass **die größte Schwierigkeit darin bestünde, die eigene Trägheit und Feigheit zu überwinden.** Zunächst hatte ich noch gewisse Zweifel, aber dann baute ich meinen Vortrag um diese Aussagen herum auf.

Das Fazit war folgendes:

- a) **Wir alle sind Opfer des Willens zum Scheitern.** Solange wir dies nicht rechtzeitig erkennen und dagegen angehen, werden wir sterben, ohne unsere innersten Ziele erreicht zu haben.
- b) **Dieser Wille zum Scheitern kann überwunden werden.**

Und so hielt ich also meinen Vortrag. Ich hätte mir nicht erträumen lassen, wie die Reaktion ausfiel. Bevor die Briefe, Anrufe und Rückmeldungen hereinkamen, hätte ich gedacht, dass dieses Thema für eine kleinere Gruppe durchaus von einigem Interesse sein könnte und dass zwei oder drei Zuhörer vielleicht einen Nutzen daraus ziehen würden.

Doch es schien, als wäre beinahe die gesamte Zuhörerschaft von diesem Dilemma betroffen. Sie schienen allesamt nach Abhilfe zu suchen.

Ich hielt diesen Vortrag danach noch zwei Mal. Die Ergebnisse waren dieselben. Es gab Fragen und es kamen weitere Bitten um Interviews herein.

Drei Zuhörer hatten erst gar nicht ausführlichere Erklärungen abgewartet, sondern waren davon ausgegangen, dass die Formel funktionieren würde.

Eine Zuhörerin hatte eine Geschichte geschrieben und verkauft, die sie schon jahrelang vor sich hergeschoben hatte.

Ein Mann war nach Hause zurückgekehrt und hatte ganz ruhig einen Zustand beendet, der ihn schon lange geplagt hatte: Er war von seiner temperamentvollen Schwester ausgenutzt und herumgeschubst worden. Früher hatte er gerne die Abendstunden für seine Arbeit genutzt, was seiner Schwester nicht behagte. Er nahm diese Gewohnheit wieder auf, und als seine Schwester begriff, dass er sich nicht länger wie eine Marionette behandeln lassen würde, schien sie aus ihrer verdrießlichen Hypochondrie aufzuwachen, und war glücklicher als je zuvor!

Der interessanteste Fall aber war der dritte. Leider war er zu persönlich und zu lange, um hier wiedergegeben zu werden, aber in vieler Hinsicht war er der beste von allen.

Es gab also zumindest bereits drei Personen, die diese Formel erfolgreich umsetzen konnten. Wie auch ich, hatte jede dieser Personen erstaunliche Ergebnisse vorzuweisen.

Wir alle leben so weit unterhalb unseres Potenzials, dass wir beinahe verklärt erscheinen, sobald wir unsere Fesseln abgestreift haben. Im Vergleich zum bisherigen zögerlichen Vorangetappe nimmt sich ein erfülltes und normales Leben förmlich übernatürlich aus.

Sobald das erkannt wird, entdecken wir sehr schnell auch, dass alle Männer und Frauen, die ein außergewöhnliches Leben führen, seien es Staatsmänner, Philosophen, Künstlerinnen oder Geschäftsleute, eine Geisteshaltung einnehmen - wenngleich sicherlich bisweilen unbewusst — der sich ihre weniger erfolgreichen Mitmenschen erst noch bedienen müssen oder die sie ihr Leben lang niemals finden.

Wie sich bei der Lektüre von Biografien und Autobiographien zeigt, tritt diese Erleuchtung bisweilen im Gefolge der Religion, Philosophie oder einer aufrichtigen Bewunderung anderer auf, und der Einzelne ist trotz seines anhaltenden Gefühls der inneren Schwäche häufig in der Lage, ausdauernde, geniale oder effektive Leistungen zu erbringen, die uns Achtung abringen.

Der Mensch jedoch, der nicht mit dem Wissen geboren wird, wie er in sich einen Zustand aufbaut, in dem eine Arbeit Erfolg versprechend verrichtet werden kann, oder dieses Wissen so frühzeitig erwirbt, dass er sich gar nicht mehr an eine Zeit erinnern kann, in der er ohne dieses Wissen auskommen musste, und auch in der Religion oder Philosophie nicht die Stärke findet, die ihm als Gegengewicht zu seiner eigenen Ineffektivität dienen könnte, kann sich dennoch durch bewusste Anstrengungen in die Lage bringen, dass er das Beste aus seinem Leben machen kann. Im Zuge dessen werden ihm viele Dinge klar, die ihn bisher verwirrt hatten.

Doch in diesem Buch geht es nicht um die Hintergründe des Heranwachsens einer Idee. Dieses Buch ist ein praktisches Handbuch für all jene, die der Sinnlosigkeit und Vergeblichkeit entfliehen wollen, und sich nach einem glücklichen und vollem Leben sehnen.

# Claude Bristol

## Glauben Sie an sich, und erreichen Sie, was Sie wollen!

# 5.



320 Seiten

<a href="#">Paperback:</a> 978-3-7469-9018-7	€ 19,95
<a href="#">Hardcover:</a> 978-3-7469-9019-4	€ 24,95
<a href="#">E-PuB:</a> 978-3-7469-9020-0	€ 9,99
<a href="#">PDF:</a>	€ 9,70

Claude Bristol war er während des Ersten Weltkriegs für die amerikanische Soldatenzeitung „The Stars and Stripes“ tätig.

Nach dem Krieg nahm er zunächst eine Stellung als Anlageberater an, später wurde er als Polizeireporter und Berichterstatter für Religions- und Kirchenfragen tätig, und kam beruflich mit den Vertretern unterschiedlichster Glaubensrichtungen in Kontakt, was ihn dazu bewog, den gemeinsamen Nenner für „Wunder“ und Erfolge zu suchen.

Mit diesem Buch wollte Claude Bristol anfänglich den Kriegsheimkehrern Ermutigung für eine Wiedereingliederung in das Zivilleben geben. Sie erfahren darin u. a.:

- wie Sie Ihr Unterbewusstsein für Ihre Ziele einspannen können,
- wie Sie Ihre Gedanken vor schädlichen Einflüssen schützen,
- wie Sie über das „Gesetz der Suggestion“ Ihre Effektivität steigern.

Bristol betont ausdrücklich, dass diese Macht nur zum Wohle aller Beteiligten eingesetzt werden darf, und führt auch mehrere historische Beispiele für missbräuchliche Anwendungen auf.

Zum Geleit	iv
Vorgeschichte und Autor	vi
Leserstimmen zur amerikanischen Originalfassung	ix
<b>Kapitel 1:</b> Wie ich die Macht des Glaubens anzapfte	40
<b>Kapitel 2:</b> Experimente mit der geistigen Substanz	72
<b>Kapitel 3:</b> Was das Unterbewusstsein wirklich ist	107
<b>Kapitel 4:</b> Suggestion ist Macht	119
<b>Kapitel 5:</b> Die Kunst der Erstellung von Vorstellungsbildern	155
Die Kartentechnik	179
<b>Kapitel 6:</b> Die Spiegeltechnik Die eigentliche Technik	196 212
<b>Kapitel 7:</b> Wie Sie Ihre Gedanken projizieren	219
<b>Kapitel 8:</b> Frauen und die Wissenschaft des Glaubens	257
<b>Kapitel 9:</b> Der Glaube sorgt für die Verwirklichung	296
Boni	315

# Vorgeschichte

Der Verfasser, Claude Bristol, wurde 1891 in den USA geboren. Im Laufe der Jahre interessierte er sich zunehmend für Menschenkunde und wissenschaftliche Themen, was letztendlich dazu führte, dass er den gemeinsamen Nenner aller Philosophien, Religionen und Lehren entdeckte.

## **Dieser gemeinsame Nenner ist die Macht des Glaubens.**

Den hier als deutsche Übersetzung vorliegenden Klassiker veröffentlichte er 1948 zunächst als Leitfaden für ehemalige Armeeingehörige, um ihnen bei der Wiedereingliederung ins Zivilleben dabei zu helfen, mehr Wohlstand zu erlangen.

Damals war ihm vermutlich noch nicht klar, wie viele Menschen diese Lebensphilosophie umsetzen, und damit Erfolg haben würden.

In der Tat geht die Zahl der begeisterten Leserinnen und Leser in die Millionen.

## **Ihre Glaubensfähigkeit - Der Schlüssel zu einem erfüllten Leben!**

Zu Bristols Techniken gehören die geistige Visualisierung, zielgerichtetes Denken, und der Glaube an die Erschaffung von Chancen sowie an das Heranziehen von Situationen, Menschen und Ereignissen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Ziele zu erreichen.

Der Verfasser selbst ist ein Paradebeispiel für die Anwendung der Macht des Glaubens:

Nach einer erfolgreichen Laufbahn als Journalist setzte er diese Techniken ein, um als Investmentbanker ebenfalls große Erfolge zu erreichen, und ein beträchtliches Vermögen zu erwerben.

Er schrieb mehrere Bücher, die in den englischsprachigen Originalversionen auch heute noch Bestseller sind.

Sein Leben lang war er „ein Glückspilz“, doch diese glücklichen Umstände waren das Ergebnis seines Glaubens, der es ihm ermöglichte, das anzuziehen, was er sich am meisten wünschte!

Claude Bristol war fest davon überzeugt, dass wir alles realistischere Vorstellbare, was wir *geistig bereits als verwirklicht vorwegnahmen*, auch erreichen können. Er schrieb:

*„Der Mensch mit einem festen Ziel, einem klaren Wunschbild oder einem ihm ständig vorschwebenden Ideal sorgt durch Wiederholung dafür, dass sich diese Vorgaben seinem Unterbewusstsein tief einprägen. Die Schöpferkraft des Unterbewusstseins ermöglicht es ihm, das Ziel mit einem Minimum an Zeitaufwand und physischem Einsatz zu erreichen.*

*Halten Sie einfach beharrlich an Ihrem Vorstellungsbild fest. Sie werden dann Schritt für Schritt zur Verwirklichung Ihres Zieles geführt, da sich Ihre gesamten Fähigkeiten und Kräfte auf dieses Ziel ausrichten“.*

Die Macht des Glaubens kann Ihnen in allen Lebensbereichen helfen. Voraussetzung ist jedoch, dass Sie diese Empfehlungen auch in die Tat umsetzen.

Sie haben sich ein wunderbares Leben nicht nur verdient - Sie sind es sich schuldig!

Begeben Sie sich auf eine herrliche Reise ...  
und glauben Sie daran - egal, wie es nach außen hin aussieht!

# Neville Goddard

## Bewusst-sein ist alles

### Erfolgsüberzeugt vom erfüllten Wunsch aus denken und handeln

# 6.

132 Seiten



<a href="#">Paperback</a> : 978-3-7439-1566-4	€ 17,70
<a href="#">Hardcover</a> : 978-3-7439-1567-1	€ 19,95
<a href="#">E-PuB</a> : 978-3-7439-1568-8	€ 8,90
<a href="#">PDF</a>	€ 9,70

Deutsche Fassung des Buches „The Power of Awareness“ von Neville Lancelot Goddard. Das Original stammt aus dem Jahre 1952.

In diesem Buch beschreibt der mystische Erfolgslehrer Neville, wie der Mensch seine Ziele sicher erreichen kann.

Dies geschieht mit Hilfe

- der gesteuerten Vorstellungskraft
- einer Versetzung in einen tief entspannten körperlichen Dämmerungszustand, und
- der wiederholten gefühlsmäßigen Vorwegnahme des erfüllten Wunsches, als wäre es ganz selbstverständlich bereits so.

Im Bonusteil werden anhand eines Aufsatzes von Neville drei fundamentale Voraussetzungen für die harmonische Wunscherfüllung erläutert.



# Inhalt

Über den Autor	iii
Zum Geleit	1
Ich bin	3
Das Bewusstsein	7
Die Macht der erfolgsüberzeugten Vorwegnahme	11
Der Wunsch	16
Die Wahrheit, die Sie freimacht!	19
Konzentrierte Aufmerksamkeit	23
Die Geisteshaltung	27
Verzicht auf das Böse	32
Den Platz vorbereiten	35
Die Schöpfung	38
Eingriffsmöglichkeiten	41
Subjektive Ausrichtung	44
Hereinlassen	46
Mühelosigkeit	50

Die Krone der Mysterien	53
Persönliche Ohnmacht	55
Alles ist möglich!	57
Seid Täter des Wortes!	60
Das Wesentliche	63
Gerechtigkeit	67
Der freie Wille	71
Konsequente Beharrlichkeit	76
Acht praktische Beispiele	80
Fehlanwendungen	101
Der Glaube	106
Das Schicksal	110
Ehrerbietung	112
Boni:	
Selbstbeobachtung, Zielfestlegung, Loslassen	114
Kostenlose Kurzlektionen	126

# Ich bin

*„Alles wird offenbar,  
wenn es vom Licht aufgedeckt wird,  
denn alles, was offenbar wird, ist Licht.“*

(Epheser 5:13)

Das „Licht“ ist Bewusstsein. Das Bewusstsein ist eine Einheit, welche sich in unzähligen Formen oder Bewusstseinssebenen Ausdruck verschafft.

Es gibt niemanden, der nicht alles ist, was es gibt, denn das Bewusstsein ist unteilbar, auch wenn es sich in unzähligen Ebenen ausdrückt. Beim Bewusstsein gibt es keine wirkliche Trennung oder Lücke. **„Ich bin“** kann nicht aufgeteilt werden. Ich sehe mich vielleicht als Reichen oder Armen, als Bettler oder Dieb, aber das Zentrum meines Seins bleibt unabhängig von meinem Selbstbild dasselbe.

Im Zentrum gibt es nur das eine **„Ich bin“**, welches sich in zahllosen Auffassungen von sich selbst zum Ausdruck bringt.

**„Ich bin“** ist die Eigendefinition des Absoluten, das Fundament, auf dem alles ruht.

**„Ich bin“** ist die wahre Ursache.

**„Ich bin“** ist die Eigendefinition Gottes.

**„Ich bin“** hat mich zu euch gesandt.“

**„Ich bin** der, der ich bin.“

*„Seid still und wisset, dass **ich** Gott **bin**.“*

„**Ich bin**“ ist ein Gefühl der ständigen Bewusstheit. Der Kern des Bewusstseins ist das Gefühl des **Ich bin**. Ich kann zwar vergessen, wer ich bin, wo ich bin, was ich bin, aber ich kann nicht vergessen, dass **ich bin**. **Ich bin** das, was inmitten unzähliger Formen auf immer und ewig dasselbe ist. Diese Aufdeckung der Ursache zeigt, dass der Mensch im Guten wie im Schlechten der Gebieter über sein Schicksal ist, und dass sein Umfeld und seine Reaktionen auf das Leben durch sein eigenes Selbstbild gestaltet werden.

Anders ausgedrückt: Falls Sie gesundheitliche Probleme haben, können Sie dann, wenn Sie die wahre Ursache kennen, die Aussage „*Ich bin krank*“ auf nichts anderes mehr zurückführen, als auf die jeweilige Anordnung der grundlegenden Ursache/Substanz, einer Anordnung, die aufgrund Ihrer Reaktionen auf das Leben zustande kam und durch Ihre Auffassung, dass Sie sich „unwohl fühlten“ definiert wird.

Deshalb lesen wir bei Joel 3:10: „*Der Schwache spreche: Ich bin stark!*“, denn diese erfolgsüberzeugte Vorwegnahme führt dazu, dass die Ursache/Substanz, das „**Ich bin**“, neu geordnet wird und in der Folge dann die Vorgabe durch die Neuordnung ausdrücken muss.

Dieses Prinzip gilt für alle Lebensbereiche, seien diese gesellschaftlicher, intellektueller, finanzieller oder spiritueller Art.

„**Ich bin**“ ist die Realität, an die wir uns immer wieder zu wenden haben, wenn wir für die Erscheinungen des Lebens eine Erklärung suchen.

Dies gilt unabhängig von dem, was geschieht. Welche Auffassung das „**Ich bin**“ von sich selbst hat, entscheidet über die Form und Ausprägung seiner Existenz. Alles hängt von seiner Einstellung zu sich selbst ab; es kann in seiner Welt nur das ausdrücken, was es von sich selbst als wahr annimmt, etwas anderes nicht.

Deshalb entscheidet die Auffassung, die Sie von sich selbst haben - zum Beispiel „*Ich bin stark*“, „*Ich bin sicher*“, „*Ich werde geliebt*“ - über Ihre Erlebniswelt.

Wenn Sie beispielsweise sagen: „*Ich bin ein Mann, ich bin ein Vater, ich bin Europäer*“, definieren Sie keine unterschiedlichen **Ich bins**; Sie definieren damit unterschiedliche Auffassungen oder Anordnungen der einzigen Ursache/Substanz des einzigen **Ich bin**.

Das gilt selbst für die Erscheinungen in der Natur. Wenn der Baum sprechen könnte, würde er sagen: „*Ich bin ein Baum, ein Apfelbaum, ein Obstbaum*“.

Wenn Sie wissen, dass das Bewusstsein die einzige Realität ist, welche von sich eine Auffassung als gut, schlecht oder gleichgültig hat und dann zu dieser Auffassung von sich selbst wird, sind Sie von der Tyrannei nachrangiger Ursachen frei. Sie sind frei vom Irrglauben, dass es außerhalb Ihres eigenen Bewusstseins Ursachen gäbe, die Ihr Leben beeinflussen könnten...

# Neville Goddard

## Das erste Prinzip: „Sei still und wisse, ICH BIN Gott“

# 7.

208 Seiten



<u>Paperback</u> : 978-3-7439-6119-7	€ 17,99
<u>Hardcover</u> : 978-3-7439-6120-3	€ 19,99
<u>E-PUB</u> : 978-3-7439-6121-0	€ 8,99
<u>PDF</u> :	€ 9,90

Dieses Buch enthält sinngemäß wiedergegebene Vortragstexte von Neville Goddard, sowie eine Einschätzung von Nevilles Wirken durch einen Zeitgenossen, Israel Regardie.

# Inhaltsübersicht

Vorwort	iv
Kapitel 1: Ihr grenzenloser Wert	8
Kapitel 2: Missbraucht nicht seinen Namen	14
Kapitel 3: Der Wunsch	20
Kapitel 4: Machen Sie Wein?	27
Kapitel 5: Gott erkennen	30
Kapitel 6: Alles ist Bewusstsein	35
Kapitel 7: Gerechtigkeit	43
Kapitel 8: Gottes vollkommener Wille	50
Kapitel 9: Seid Täter des Wortes	57
Kapitel 10: Die kostbare Perle	63
Kapitel 11: Besinnung auf das Selbst	67
Kapitel 12: Ihr Schicksal	73
Kapitel 13: Ihre persönliche Autobiografie	79
Kapitel 14: Der menschliche Geist	89
Kapitel 15: Das Ich-Gefühl	98

Kapitel 16: Der Wein der Ewigkeit	105
Kapitel 17: Wach auf, der du schläfst!	114
Kapitel 18: Das Gleichnis von der Perle	122
Kapitel 19: Das Gesetz der gleichartigen Ernte	130
Kapitel 20: Regardie über Neville	144
Weitere deutschsprachige Werke von Neville	194
Kurzbiografie	203
Bonus	204



# Ihr grenzenloser Wert

**M**it den folgenden Ausführungen soll in Ihnen, im Menschen, eine psychologische Veränderung herbeigeführt werden. Psychologisch gesehen ist die Menschheit eine unendliche Abfolge von Bewusstheitsebenen, und Sie, der einzelne Mensch, entsprechen einem Punkt in dieser Reihe.

Die einzige Realität ist das Tiefenbewusstsein.

Der Ihnen psychologisch bewusste Aufenthaltsort legt Ihre Lebensumstände fest. Dieses altbekannte Wissen ist im Laufe der Zeit leider bei den meisten Menschen wieder verlorengegangen.

Auf dieser Welt gibt es nur eine einzige Substanz. Diese wird von den Naturwissenschaftlern „Energie“ genannt, in den geisteswissenschaftlichen Schriften wird sie als „Bewusstsein“ bezeichnet.

Man sagt uns, dass das Universum aus Wasser hervorgegangen sei; wenn dies richtig wäre, könnte jedoch daraus wiederum nichts anderes als Wasser entstehen.

Wenn die Grundsubstanz aber Energie (oder Bewusstsein) ist, kann sie sich als Eisen, Stahl, Holz oder etwas anderes offenbaren. Der Mensch nimmt eine Vielzahl äußere Formen wahr und denkt deshalb auch an eine Vielzahl von Substanzen, doch im Grunde sieht er immer nur eine weitere Anordnung ein und derselben Substanz, nämlich des Bewusstseins.

*„Alles wird offenbar, wenn es vom Licht aufgedeckt wird.“*  
Das Wort „Licht“ steht hier für Bewusstheit, Bewusstsein.

Der vom Menschen in sein Bewusstsein gelassene Zustand ist die Ursache dafür, dass der eine reich und der andere arm ist.

Indem sich der Arme sagt: „*Ich bin arm*“, lässt er den Zustand der Armut zu, ebenso wie der Reiche Wohlstand zulässt, indem er sich sagt: „*Ich bin reich*“.

Jeder Seinszustand, dem Sie als Mensch stattgeben (Gutes, Schlechtes, Neutrales, Richtiges oder Falsches) muss sich in Ihrer Welt zeigen, denn dadurch, dass Sie diesen Zustand für sich beanspruchen, haben Sie ihn ins Leben gerufen.

**Es gibt nur eine einzige Ursache,  
und diese ist das Bewusstsein!**

Ihr Bewusstsein ist das Zentrum, von dem aus Ihre Erlebniswelt gespiegelt wird, und welches Ihren derzeitigen Zustand wiedergibt. „Zustand“ ist in diesem Zusammenhang alles, was Sie für wahr und richtig halten.

Wenn Sie Ihre Welt verändern wollen, müssen Sie deshalb **festlegen, was Sie künftig als wahr akzeptieren wollen**; erst dann können Sie es verändern.

Sie müssen sich Ihre automatischen Reaktionen auf die Ereignisse unvoreingenommen ansehen, denn Ihre Reaktionen definieren Ihren Zustand.

Ihren Zustand können Sie jederzeit verändern; dazu brauchen Sie nicht einmal außer Haus zu gehen. Sie tun dies, indem Sie Ihre Seinsebene (oder Ihren Seinszustand) verändern.

Dazu ist es nötig, dass Sie sich zunächst ansehen, wie Sie bislang auf die Vorkommnisse des Lebens reagieren. Sollten Ihnen Ihre momentanen Lebensumstände nicht behagen, so machen Sie sich als Erstes deren Ursache bewusst. Erkennen Sie, dass Ihre Lebensumstände nur das gegenständlich sichtbar machen, was Sie in Ihrem Bewusstsein tragen.

Als Nächstes arbeiten Sie innerlich: an Ihrem Bewusstsein.

In dem Maße, indem Sie Ihr Bewusstsein verändern, wird sich auch Ihre Außenwelt verändern. Solange Sie jedoch weiterhin auf das reagieren, was Sie in vergegenständlichter Form vorfinden, knebeln Sie sich an einen bestimmten Bewusstheitsgrad. Um diesen Automatismus außer Kraft zu setzen, müssen Sie auf solche automatische Reaktionen fortan verzichten.

Lassen Sie unschöne Dinge nicht mehr in Ihr Bewusstsein, denn jeder lieblose Gedanke lässt Sie gleichsam in einem psychologischen Schlamm waten. Identifizieren Sie sich stattdessen mit dem Schönen, mit Liebe, und Sie werden auf die grenzenlose Ebene Ihres eigenen Seins emporsteigen, und Ihre Lebensumstände verbessern!

Ihr Bewusstseinszustand zieht die Dinge magnetgleich an.

Im entmagnetisierten Zustand ist Stahl lediglich eine wirbelnde Masse von Elektronen; sobald die Elektronen jedoch in eine bestimmte Richtung weisen, wird der Stahl magnetisiert. Zum Magnetisieren wird dem Stahl weder etwas hinzugegeben, noch wird ihm zum Entmagnetisieren etwas weggenommen.

Dasselbe Prinzip gilt auch für Sie! Sie können Ihre Welt verändern, indem Sie Ihre Gedanken neu ordnen und in eine gewünschte Richtung - auf Ihr Ziel hin - lenken.

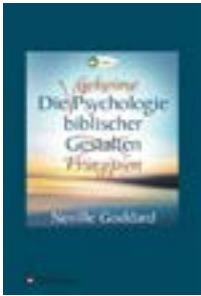
**Achten Sie darauf, wie Sie auf die Geschehnisse reagieren**, denn jede Veränderung in Ihrer gedanklichen Ausrichtung - die sich durch Selbstbeobachtung herausfinden lässt - bringt eine Veränderung in Ihrer Außenwelt mit sich.

**Es ist wichtig, dass Sie sich angewöhnen, sich unschönen Ereignissen gegenüber, welche für Sie nicht akzeptabel sind, gleichmütig zu verhalten. ...**

# Neville Goddard

## Die geheime Psychologie biblischer Prinzipien

# 8.



188 Seiten

<a href="#">Paperback:</a> 978-3-7439-6811-0	€ 17,90
<a href="#">Hardcover:</a> 978-3-7439-6812-7	€ 22,95
<a href="#">E-PUB:</a> 978-3-7439-6813-4	€ 9,90
<a href="#">PDF:</a>	€ 9,70

Dieser Band enthält die deutsche Übersetzung eines fünfteiligen Vortrags von Neville Goddard aus dem Jahre 1948.

Laut Neville beziehen sich alle biblischen Geschichten grundsätzlich auf das menschliche Tiefenbewusstsein. Es geht niemals um historische Personen oder Ereignisse.

Ein Grundprinzip ist das „Ich bin“, eine Präsenz, welche das Allbewusstsein darstellt, aus dem alles entspringt. Nach Neville ist die Bibel das tiefgründigste und umfassendste Psychologiebuch aller Zeiten.

Die in dieser Vortragsreihe herangezogenen Gleichnisse stammen sowohl aus dem Alten wie aus dem Neuen Testament. Neville erklärt, wieso das Selbstbild das Wichtigste ist, und erläutert drei verschiedene Gebetstechniken (Selbstüberzeugungstechniken).

Bei seinen Erläuterungen zitiert Neville meist zunächst die Originalpassagen aus der Bibel, und erklärt dann den psychologischen Sinn und die praktische Anwendbarkeit. Er weist insbesondere darauf hin, dass wir nicht „an“ den Wunsch, sondern „vom erreichten Endzustand aus denken und fühlen“ sollten. Ein wichtiger Punkt ist des Weiteren der „schlafnahe Dämmerungszustand“.

## Was erwartet Sie in diesem Band?

**N**eville Goddard hat über dreißig Jahre lang Vorträge gehalten und die folgenden 10 Bücher verfasst:

- |                                 |  |
|---------------------------------|--|
| 1. At Your Command              | Auf dein Geheiß <sup>1</sup>                   |
| 2. Awakened Imagination         | Bewusstsein ist alles! <sup>4</sup>            |
| 3. Feeling is the Secret        | Vom Erfüllten zum Erfüllten <sup>1</sup>       |
| 4. Freedom for All              |  |
| 5. Out of This World            | Nicht von dieser Welt <sup>3</sup>             |
| 6. Prayer, the Art of Believing | Das Gebet, die Kunst des Glaubens <sup>2</sup> |
| 7. Seedtime and Harvest         |  |
| 8. The Law and the Promise      | Das Gebot und die Verheißung <sup>2</sup>      |
| 9. The Power of Awareness       |  |
| 10. Your Faith is Your Fortune  |  |

Würde man sämtliche Texte übersetzen, ergäbe sich wohl ein Mammutwerk von 10.000 Seiten (Wenngleich sich vieles wiederholt).

Die Folge:

Man würde den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr sehen, das Wesentliche überlesen, und weder spirituelle Einsichten gewinnen noch einen praktischen Nutzen daraus ziehen.

<sup>1</sup> Enthalten in: „Genauso hatte ich es mir ausgemalt“

<sup>2</sup> Enthalten in: „Selbstgespräche und Vorstellungsbilder“

<sup>3</sup> Enthalten in: „Es ist bereits so.“

<sup>4</sup> Enthalten in: „Bewusstsein ist alles.“

<b>Lektion 1:</b>	
<b>Das Bewusstsein, die einzige Realität</b>	6
Der Name Gottes	8
Judas und Tamar	18
Jakob und Esau	22
Moses	27
Die Erfolgsformel	34
<b>Lektion 2:</b>	
<b>Annahmen verfestigen sich zu Tatsachen</b>	41
Jesus oder Barabbas	42
Der Garten Gethesame	49
Jericho und Rahab	52
Der Tabernakel	60
Das Gebet	68
Mögliche Erscheinungen nach der Mentalübung	71
<b>Lektion 3:</b>	
<b>Denken Sie in der vierten Dimension!</b>	73
Der Besessene	75
Jairus und das tote Mädchen	76
Der Teich von Bethesda	83
Die Frau aus Samaria	87
Geistige Nahrung	90
Abdullah -- Wie ich zur Geisteswissenschaft kam	93
Irdischer und spiritueller Blickwinkel	101
Die Wirkung - Wie lange dauert es?	105
Gebetstechnik	107

<b>Lektion 4:</b>	
<b>Arbeiten Sie nur an sich selbst!</b>	110
Wer bin ich? - Ihr Selbstbild	121
Abraham und die Magd Hagar	123
Vollkommenheit - eine mystische Erfahrung	125
Beten ist reales Hineinfühlen in den Endzustand	130
Drei Gebetstechniken	133
Die Gewohnheit, der unberittene Esel	139
<b>Lektion 5:</b>	
<b>Halten Sie Ihr Vorstellungsbild aufrecht!</b>	144
Was geht das dich an, Frau?	146
Keine Opfergaben nötig	153
Kurzformel für die Wunscherfüllung	155
Was ist die dimensional größere Welt?	164
Das Böcklein in der Muttermilch	165
<b>Die Vergangenheit kann verändert werden</b>	169
<b>Originaltitel von Nevilles Publikationen</b>	171
<b>Weitere deutschsprachige Fassungen</b>	180
<b>Boni</b>	187

# Das Bewusstsein, die einzige Realität!

Diese Kursreihe ist sehr praxisorientiert. Ich hoffe deshalb, dass alle Anwesenden eine klare Vorstellung von ihren Wünschen haben, denn ich bin überzeugt davon, dass Sie Ihre Wünsche mittels der Techniken, welche Sie in den nächsten fünf Lektionen erfahren, erfolgreich verwirklichen werden.

Damit Sie aus diesen Methoden einen möglichst großen Nutzen ziehen, möchte ich gleich zu Anfang darauf hinweisen, dass die Bibel in keiner Weise von Personen handelt, die zu irgendeinem Zeitpunkt gelebt haben. Sie handelt auch nicht von Begebenheiten, die sich auf dieser Erde zugetragen haben.

Die Verfasser berichteten nicht etwa von geschichtlichen Ereignissen, sondern schrieben sinnbildliche und gleichnisartige Lektionen nieder, in denen gewisse Grundprinzipien in einen geschichtlich anmutenden Rahmen gebracht wurden. Diese Geschichten passten sie dann an die begrenzte Aufnahmefähigkeit sehr unkritischer und leichtgläubiger Zeitgenossen an.

Im Laufe der Jahrhunderte haben wir diese Personifizierungen irrtümlicherweise für leibhaftige Menschen gehalten; wir haben Gleichnisse mit Geschichtskunde verwechselt und das Vehikel, mit dem die Aussage dargestellt werden sollte, für die eigentliche Aussage gehalten. Wir haben nur den scheinbaren Sinn betrachtet, statt nach der tieferen Bedeutung zu forschen.

Der Unterschied zwischen der Form der Bibel und seiner Substanz ist ebenso groß, wie der Unterschied zwischen einem Getreidekorn und dem Lebenskeim in diesem Korn.



So wie unsere Verdauungsorgane zwischen verwertbarer und auszuschheidender Nahrung unterscheiden müssen, so muss auch unsere Intuition zwischen dem Gleichnis und dem psychologischen Lebenskern der Bibel unterscheiden. Auch wir scheiden die Form, welche die Botschaft überbrachte, wieder aus.

Gegen die Geschichtlichkeit der Bibel spricht zu vieles, als dass es im Rahmen dieser praktischen Auslegung biblischer Geschichten ausführlich behandelt werden könnte. Ich werde deshalb nicht weiter versuchen, Sie von dieser Wahrheit zu überzeugen.

Heute Abend werde ich mich auf vier Geschichten begrenzen, und Ihnen anhand dieser Geschichten aufzeigen, was damit wirklich gemeint war. Über die physische Struktur des Menschen wussten die Verfasser nicht annähernd so viel, wie heutige Wissenschaftler dies tun. Auch über das Firmament wussten sie nicht so viel wie moderne Astronomen. Doch das Wenige, das ihnen bekannt war, verarbeiteten sie in phallischen und solaren Gleichnissen und bauten die psychologischen Wahrheiten, welche sie entdeckt hatten, darin ein.

Wir finden im Alten Testament viele phallische Anbetungen. Da dies für unsere Zwecke nicht hilfreich ist, werde ich diesen Punkt überspringen, ich möchte Ihnen aber aufzeigen, wie Sie diese Passagen interpretieren.

Bevor wir zum Ersten der psychologischen Dramen kommen, welches von Ihnen und mir in praktischer Hinsicht genutzt werden kann, darf ich auf die zwei herausragenden Namen der Bibel eingehen: Wir haben zum einen die Begriffe „Gott“ oder „Jehovah“ und zum anderen jenen, den wir seinen Sohn nennen: „Jesus“.

Im Altertum wurden diese Namen mithilfe kleiner Symbole geschrieben.

Diese althebräische Variante - einer nicht gesprochenen, sondern nur geschriebenen mystischen Sprache - wurde von den Eingeweihten so verstanden, wie ein Mathematiker Symbole der höheren Mathematik versteht. Diese Sprache ist nicht vergleichbar mit einer modernen Sprache.

Der unaussprechliche Eigenname Gottes wurde in folgendem Tetragramm wiedergegeben:

JOD HE VAU HE.

Ich übertrage diese Symbole nun auf unsere normale Sprache, und erkläre sie auf diese Weise.

Der erste Buchstabe, JOD, ist eine Hand oder ein Keim, jedoch nicht irgendeine Hand, sondern die Hand eines Lenkers.

Wenn es ein Körperteil gibt, das den Menschen von der gesamten Schöpfungswelt unterscheidet, dann ist es die Hand. Was wir beim Menschenaffen als „Hand“ bezeichnen, hat mit der menschlichen Hand nichts gemein. Die Affenhand dient dazu, Nahrung in den Mund zu befördern oder von einem Zweig zum nächsten zu schwingen, doch die Menschenhand gestaltet. Ohne Ihre Hand können Sie sich nicht wirklich ausdrücken. Die Menschenhand ist die Hand des Erbauers, des Lenkers; sie lenkt und gestaltet.

Die Alten nannten den ersten Buchstaben „JOD“, die Hand oder den Keim, aus dem die gesamte Schöpfung entstehen wird.

Dem zweiten Buchstaben, „HE“, gaben Sie das Symbol eines Fensters. Ein Fenster ist ein Auge, das Fenster ist für das Haus dasselbe, was das Auge für den Körper ist.

Den dritten Buchstaben, „VAU“ nannten sie „Nagel“. ...

# Neville Goddard

## Es ist bereits so.

### Allem Anschein zum Trotz

# 9.



208 Seiten

<a href="#">Paperback</a> : 978-3-7439-1641-8	€ 17,40
<a href="#">Hardcover</a> : 978-3-7439-1642-5	€ 21,70
<a href="#">E-PUB</a> : 978-3-7439-1643-2	€ 8,90
<a href="#">PDF</a> :	€ 9,70

Zwei spirituelle Klassiker von Neville Lancelot Goddard in deutscher Erstübersetzung:

#### 1. „The Law And The Promise“ (Das Gesetz der Annahme und die Verheißung).

Dieser Band enthält überwiegend Erfahrungsberichte von Besuchern der Vortragsreihe von Neville. In diesen inspirierenden Geschichten wird uns vor Augen geführt, dass die geistige Vorstellung zur Realität führt.

#### 2. „Out Of This World“ (Nicht von dieser Welt“).

Dieser Band zeigt in nur vier Kapiteln auf, dass ein Ereignis zunächst auf der vierdimensionalen Ebene bestehen muss, bevor es sich in unserer dreidimensionalen Welt zeigen kann.

Wie wir uns dieses Wissens bedienen können, um praktische Ergebnisse zu erzielen, und uns unsere Wünsche zu erfüllen, wird in diesem Band klar erläutert.

# Inhalt

Impressum	i
Zum Geleit	1
Über den Autor	4
» <b>Teil I:</b>	
<b>Das Gesetz der Annahme und die Verheißung</b>	<b>6</b>
<b>Kapitel 1:</b>	
<i>Die Vorstellung führt zur Realität</i>	9
<b>Kapitel 2:</b>	
<i>Darin verweilen!</i>	20
• Bau eines Wohn- und Bürogebäudes	21
• Bezug eines Traumhauses	27
<b>Kapitel 3:</b>	
<i>Das Rad zurückdrehen!</i>	35
• Erfolgreicher Grundstücksverkauf	38
• Erfüllter Partnerwunsch	41
• Inkasso ohne Schwierigkeiten	44
• Heilung eines Rückenleidens	46
<b>Kapitel 4:</b>	
<i>Erdichtung gibt es nicht!</i>	50
• Voraussage des Untergangs der Titanic	51
• Übernahme eines Tanzstudios	55
• Verwirklichung eines Romaninhalts	60
<b>Kapitel 5:</b>	
<i>Raffinierte Einfädelung</i>	64
• Einkommenssteigerung durch geistige Rückschau	65
• Gewinn beim Pferderennen	65

## **Kapitel 6:**

<i>Visionäre Launen</i>	70
• Erwerb einer seltenen Opernschallplatte	71
• Gewonnene Gerichtsverhandlung	74
• Wiederfinden entwendeten Inventars	77
• Kreuzfahrt	79

## **Kapitel 7:**

<i>Stimmungen</i>	82
• Unverhoffte Geldzuwendung	83
• Vorgezogenes Erbe	87
• Befreiung von Warzen	90

## **Kapitel 8:**

<i>Durch die Glasplatte spähen</i>	93
• Heilung von einer Nervenbeschädigung	95
• Gesundung des Bruders	100
• Astralreise	102

## **Kapitel 9:**

<i>Sich hineinbegeben!</i>	107
• Verkauf eines mehrstöckigen Hauses	108
• Europareise	111
• Rundumrenovierung eines Hauses	113

## **Kapitel 10:**

<i>Was nicht erscheint</i>	116
• Gedankenübertragung von Großmutter auf Enkelin	117
• Verhaltensbesserung bei einem störenden Schüler	119

## **Kapitel 11:**

<i>Der Töpfer</i>	121
• Geschäftlicher Erfolg einer Künstlerin	122
• Gratisbesuch einer Pantomimevorstellung	127
• Unerwarteter Großauftrag	130

<b>Kapitel 12:</b>	
<i>Geistige Verhaltensweisen</i>	132
• Gedankenübertragung auf einen Bettler	133
• Gedankenübertragung auf die Schwiegermutter	136
• Inkasso eines Privatdarlehens	138
<b>Kapitel 13:</b>	
<i>Banalitäten</i>	140
• Hutgeschenk	141
• Experiment mit Spatzen	142
• Kostenloses Gemälde	144
• Abendbrot trotz Busstreik	148
<b>Kapitel 14:</b>	
<i>Der schöpferische Augenblick</i>	150
• Rasante Verwirklichung eines Vorstellungsbildes	152
• Sicherheit in Gefahrenlage	155
» <b>Teil II:</b>	
<b>Nicht von dieser Welt</b>	
<b>Kapitel 1:</b>	
<i>Denken in der vierten Dimension</i>	159
<b>Kapitel 2:</b>	
<i>Annahmen werden Tatsachen</i>	174
• Zusammenfassung der Erfolgsformel	182
<b>Kapitel 3:</b>	
<i>Die Macht der Vorstellung</i>	183
<b>Kapitel 4:</b>	
Ändern Sie nur sich selbst!	191
• Ein mystisches Erlebnis	192
<b>Bonus:</b>	
<i>40 Kurzlektionen, Anmelde-link und drei Beispiele</i>	197

# Kapitel 1

## „Das Gesetz der Annahme:“

### Die Vorstellung führt zur Realität

*„Der Mensch ist geistige Vorstellung,  
Gott ist Mensch und existiert in uns und wir in ihm ...  
Der ewige Körper des Menschen ist die Vorstellungskraft,  
das heißt, Gott selbst.“*

William Blake  
(1757 - 1827)

In diesem ersten Teil des Buches möchte ich Ihnen anhand wahrheitsgemäßer Begebenheiten aufzeigen, wie die Realität durch die Vorstellung erschaffen wird.

Die Wissenschaft entwickelt sich weiter, indem Thesen erprobt, und danach im Lichte der Erfahrungen entweder angenommen oder verworfen werden.

Die Behauptung, dass die Vorstellungskraft die Realität erschaffe, braucht deshalb auch nicht eingehender betrachtet zu werden, als dies im Bereich der Wissenschaft der Fall ist. Sie erbringt ihren Beweis in der Praxis.

Unsere Welt ist eine Welt der geistigen Vorstellung. Sogar das Leben selbst ist Vorstellung.

„Blake“, schrieb Professor Morrison von der Universität St. Andrews *„betrachtete den Ursprung der Welt als göttliches Wirken, das mit dem, was wir Vorstellung nennen, identisch ist.“*

*Er sah seine Aufgabe darin, die unsterblichen Augen des Menschen nach innen auf die Welt des Denkens zu richten, und auf die Ewigkeit zu lenken, und sie immer mehr dem Schoß Gottes, der menschlichen Vorstellungskraft zu öffnen.“*

Keine Erscheinung und kein Weiterbestehen erfolgt aus eigener Kraft. Ereignisse treten ein, weil sie von einer vergleichsweise stabil bleibenden Vorstellung geschaffen wurden, und sie bleiben nur so lange aufrechterhalten, wie sie diese Unterstützung erhalten.

*„Das Geheimnis der Vorstellungskraft“, schrieb D. Fawcett „ist das größte aller Probleme, deren Lösung der Mystiker anstrebt. Höchste Macht, höchste Weisheit, höchstes Entzücken eröffnen sich in der fernen Lösung dieses Rätsels.“*

Sobald der Mensch das Rätsel der Vorstellungskraft gelöst hat, hat er auch das Geheimnis der Kausalität entdeckt. Dieses Geheimnis lautet:

### **Die Realität wird durch die Vorstellungskraft geschaffen.**

Der Mensch, dem bewusst ist, was er sich vorstellt, weiß deshalb auch, was er erschafft. Er erkennt immer mehr, dass das Schauspiel des Lebens auf der Bühne der geistigen Vorstellung - nicht physisch - aufgeführt wird. Jede Aktivität ist an ihrem Ursprung ein Akt der Vorstellung. Eine wache Vorstellung wirkt absichtsvoll. Sie erschafft und bewahrt das Wünschenswerte und verwandelt oder zerstört das Unerwünschte.

Bei der göttlichen und der menschlichen Vorstellung handelt es sich nicht um getrennte Mächte, sondern um eine Einzige. Der Unterschied zwischen den scheinbar getrennten Mächten liegt nicht in der Substanz, mit der sie wirken, sondern im Ausmaß der Intensität der Wirkkraft.



Wird der Akt der Vorstellung mit hoher Spannung eingesetzt, so zeigt sich eine unmittelbare objektive Tatsache. Bei niedriger Zufuhr verwirklicht sich der Vorstellungsprozess erst nach einem längeren Zeitraum.

Doch unabhängig davon, ob die Vorstellungskraft intensiv oder verhalten eingesetzt wird, ist sie die *„letztendliche, im Wesentlichen nichtgegenständliche Realität, von der aus das Materielle wie plötzliche Launen ausgespuckt wird.“*

Materielles ist niemals völlig von der Vorstellungskraft losgelöst. Die Abhängigkeit kann auf unterschiedlichen Ebenen gegeben sein. Alles, was auf der Welt besteht, verdankt sein Wesen auf irgendeiner Ebene der Vorstellungskraft.

*„Die objektive Realität“*, schreibt Johann Gottlieb Fichte *„wird bloß durch die Einbildungskraft hervorgebracht“*. Objekte scheinen so unabhängig von unserer Wahrnehmung zu sein, dass wir leicht vergessen, dass sie ihr Entstehen unserer Vorstellung verdanken.

Die Welt, in der wir leben, ist eine Welt der geistigen Vorstellung, und über seine Vorstellungsprozesse erschafft der Mensch die Realitäten und Umstände des Lebens.

Dies tut er entweder wissentlich oder unwissentlich.

Dieses kostbare Geschenk, die menschliche Vorstellungskraft, würdigt der Mensch viel zu wenig, und ein Geschenk ist praktisch nicht vorhanden, solange man es nicht bewusst besitzt und absichtsvoll nutzt.

Zwar ist allen Menschen die Fähigkeit zur Schaffung der Realität gegeben, aber diese Fähigkeit fristet ein Dornröschenda-sein, solange sich der Mensch ihrer nicht bewusst bedient.

Auch wenn der Mensch im Kern der Schöpfung - in der menschlichen Vorstellung - lebt, ist er deshalb noch nicht klüger. Die Zukunft des Menschen wird nicht wesentlich von seinen Vorstellungsszenarien abweichen.

Aus diesem Grunde ist derjenige, der gewünschte Vorstellungsbilder absichtsvoll aufrufen kann, und sich diese Bilder so wirklichkeitsnah vorstellen kann, als erlebte er sie als Formen der Natur, Herr über sein Schicksal.

Die Zukunft ist die Vorstellungswelt des Menschen im schöpferischen Gärprozess. Die Vorstellungskraft ist die schöpferische Macht überhaupt. Das gilt nicht nur für den Dichter, den Künstler, den Schauspieler oder Redner, sondern auch für den Wissenschaftler, den Erfinder, den Kaufmann und den Handwerker.

Was ihren Missbrauch in Form von unschönen Vorstellungsbildern angeht, sind die Folgen allenthalben zu sehen, aber ihr Missbrauch in Form unangebrachter Unterdrückung erzeugt eine Sterilität, die den Menschen um vielfältige Erfahrungen bringt.

Sich neuartige Lösungen für immer kompliziertere Probleme vorzustellen, ist lobenswerter, als von Problemen fortzulaufen. Das Leben ist ein ständiges Lösen immerwährender virtueller Probleme. Die Vorstellungskraft erschafft Ereignisse. Die aus der Vorstellung des Menschen erschaffene Welt umfasst unzählige gegensätzliche Auffassungen; aus diesem Grunde kann es einen völlig stabilen oder statischen Zustand niemals geben. Die heutigen Ereignisse bringen die gestern aufgestellte Ordnung wieder durcheinander. Einfallsreiche Männer und Frauen verstören den vormaligen beschaulichen Zustand ein ums andere Mal. Kuschen Sie nicht vor dem Diktat der Fakten, und akzeptieren Sie das Leben nicht auf der Grundlage der äußeren Welt.

Bringen Sie die Vorherrschaft Ihrer Vorstellungsbilder über die Fakten zur Geltung, und unterwerfen Sie ihnen alles! Halten Sie in Ihrer Vorstellung unbeirrt an Ihrem Ideal fest!

Nichts kann Ihnen die Verwirklichung dieses Ideals verwehren, außer Sie lassen davon ab, es sich innerlich rückschauend als bereits verwirklicht vorzustellen. Stellen Sie sich ausschließlich Zustände vor, die von Wert sind oder Gutes verheißen!

Wenn Sie versuchen, äußere Umstände zu verändern, bevor Sie Ihre inneren Vorstellungsbilder ändern, kämpfen Sie gegen die Natur der Dinge an. Eine dauerhafte äußere Veränderung kann es nur geben, wenn zuerst eine innere Veränderung der Vorstellungswelt stattgefunden hat!

Solange Ihr äußeres Tun und Verhalten nicht auch von einer Veränderung Ihrer Vorstellungsbilder begleitet wird, arrangieren Sie lediglich die Oberfläche etwas um. Indem Sie sich Ihren **Wunsch als bereits erfüllt vorstellen**, gelangen Sie in eine Einheit mit dem angestrebten Zustand, und in dieser Einheit verhalten Sie sich im Einklang mit dem veränderten Vorstellungsbild.

Das zeigt Ihnen, dass ein verändertes Vorstellungsbild zu einer Verhaltensänderung führt. Allerdings sind alltägliche Veränderungen der Vorstellungsbilder im Zuge des Übergangs von einem Zustand auf einen anderen noch keine umgestaltenden Verwandlungen, da auf jede dieser Vorstellungen eine weitere folgt, die in die gegenteilige Richtung weist.

Sobald jedoch ein Zustand so stabil geworden ist, dass er sich bei Ihnen zu einer **dauerhaften** Stimmungslage ausgeprägt hat und Ihre gewohnte Einstellung widerspiegelt, definiert dieser Zustand Ihren Charakter und stellt eine wahre Transformation dar.

Wie erreichen Sie dies?

Durch **Selbsthingabe!** Das ist das Geheimnis.

Sie müssen sich in Ihrer Liebe zu diesem Zustand geistig Ihrem erfüllten Wunsch hingeben, und dabei im angestrebten neuen Zustand leben und den alten Zustand aufgeben.

Einer Sache, die Sie nicht lieben, können Sie sich nicht hingeben. Deshalb lautet das Geheimnis dieser Selbsthingabe: **Glaube plus Liebe.**

**Glauben heißt, von etwas unglaublich Erscheinendem auszugehen!**

**Leben Sie sich in das Gefühl des erfüllten Wunsches hinein, und glauben Sie, dass dieser Akt der Selbsthingabe auf der physischen Ebene Realität werden wird.** Dass er Realität werden wird, ist unvermeidbar, da die Vorstellungskraft die Realität erschafft!

Die Vorstellungskraft ist sowohl aufrechterhaltender als auch umgestaltender Art. Sie ist insofern aufrechterhaltend und bewahrend, als sie die Welt aus den Bildern, die von der Erinnerung und von den Sinneseindrücken geliefert werden, erbaut.

Sie ist dann schöpferisch umgestaltend, wenn sie sich etwas ausmalt, das sein sollte, und ihre Welt dann aus dem großzügigen Fundus der Wunschbilder und Träume erschafft. Bei der Verarbeitung der Bilder nehmen die von den Sinnesorganen gelieferten naturgemäß den Vorrang ein.

Dennoch ist ein Sinneseindruck nichts anderes als ein Bild. Vom Wesen her unterscheidet es sich nicht von einem Erinnerungsbild oder vom Vorstellungsbild eines Wunsches.

Was einen aktuellen Sinneseindruck so objektiv real macht, ist die Vorstellung des Menschen, der in diesem Eindruck lebt und **von diesem aus denkt**, wohingegen die Vorstellung des Menschen bei einem Erinnerungsbild oder einem Wunsch nicht im Bild wirkt und von dort aus denkt, sondern außerhalb dieses Bildes wirkt und *an* es denkt.

Wenn Sie Ihr Vorstellungsbild durchexerzieren können, wissen Sie, was es heißt, schöpferisch umgestaltend zu sein. Dann verwirklichen Sie Ihren Wunsch und dann sind Sie glücklich.

Jedes Bild kann verkörpert werden. Aber geboren werden kann es erst, wenn Sie selbst gleichsam in das Bild hineinsteigen, und **von dort aus denken**. Deshalb ist es der Gipfel der Torheit, zu glauben, dass der bloße Zeitablauf bereits zur Erfüllung des Wunsches führen würde.

Was eine Besitzergreifung auf der Vorstellungsebene voraussetzt, um wirksam zu sein, kann nur über eigene Hineinbegeben in das Vorstellungsbild funktionieren. Sie können sich nicht in einem Bild befinden, ohne gleichzeitig die Auswirkungen des Nichtbefindens in einem anderen Bild zu erleben.

Die geistige Vorstellung ist ein spirituelles Gefühlserlebnis.

Fühlen Sie sich in den erfüllten Wunsch hinein und verleihen Sie ihm dann die sensorische Plastizität und die Lebendigkeit der Realität, indem Sie sich innerlich so verhalten, wie Sie sich verhalten würden, wenn Ihr Vorstellungsakt eine physische Tatsache wäre!

Das meine ich mit einem „spirituellem Gefühlserlebnis“ ...

# Neville Goddard

## Genauso hatte ich es mir ausgemalt. **10.**

### Vom Erfülhten zum Erfüllten

104 Seiten



<a href="#">Paperback:</a> 978-3-7439-1254-0	€ 19,70
<a href="#">Hardcover:</a> 978-3-7439-1255-7	€ 22,99
<a href="#">E-PUB:</a> 978-3-7439-1256-4	€ 8,99
<a href="#">PDF:</a>	€ 9,70

Deutsche Erstübersetzung zweier Bücher sowie zweier Vorträge Neville Goddards.

Originaltitel:

- » Feeling is the Secret,
- » Three Propositions,
- » At Your Command,
- » How To Use Your Imagination.

Neville ging davon aus, dass die gesamte Bibel keine historische Erzählung ist, und dass die dort erwähnten Ereignisse und Personen grundsätzlich symbolischen Charakter haben. Es handelt sich nicht um Personen, die wirklich gelebt haben.

Vielmehr stehen diese Personen für Bewusstseinszustände im Menschen, beziehen sich also auf jeden Menschen selbst.

Neville zeigt auf, wie wir mithilfe unserer Vorstellungskraft unser Bewusstsein auf den bereits erfüllten Wunsch ausrichten, und dadurch die Voraussetzung für seine Verwirklichung auf der physischen Ebene schaffen.

# Inhalt:

(Angegeben wird jeweils der Originaltitel)

<b>Über den Autor</b>	iii
<b><i>Feeling is the Secret</i></b>	1
(Vom Erfühlten zum Erfüllten) Buch, 1944	
Kapitel 1: Das Gesetz und seine Wirkungsweise	3
Kapitel 2: Der Schlaf	13
Kapitel 3: Das Gebet	23
Kapitel 4: Glauben heißt Herbeifühlen	28
<b><i>Three Propositions</i></b>	30
(Drei Prämissen) Vortrag, 1954	
<b><i>At Your Command</i></b>	47
(Auf dein Geheiß) Buch, 1939 Klarstellung des Begriffes „Bewusstsein“	48
<b><i>How To Use Your Imagination</i></b>	86
(So nutzen Sie Ihre Vorstellungskraft) Vortrag, 1955	

# Vom Erfühlten zum Erfüllten

## Kapitel 1:

### Das Gesetz und seine Wirkungsweise

**D**ie Welt und alles, was sich in ihr befindet, ist das konditionierte Bewusstsein des Menschen in gegenständlicher Form.

Das Bewusstsein ist sowohl Ursache als auch Substanz der gesamten Welt.

Das Wissen um das Gesetz des Bewusstseins und seine Wirkungsweise versetzt Sie in die Lage, all Ihre Herzenswünsche zu erfüllen.

Mit diesem Wissen können Sie Ihre ideale Welt gestalten und aufrechterhalten.

Das Bewusstsein ist die einzige Realität. Dies gilt nicht nur im übertragenen Sinne, sondern auch faktisch. Zur Veranschaulichung könnten wir die Realität mit einem zweigeteilten Strom vergleichen: dem Tagesbewusstsein und dem Unterbewusstsein.

Um das Gesetz des Bewusstseins intelligent anzuwenden, müssen wir die Wechselbeziehung zwischen diesen beiden Bewusstseinsbereichen verstehen.



Das Tagesbewusstsein ist persönlich und selektiv. Das Unterbewusstsein ist unpersönlich und nichtselektiv. Es ist wahllos.

Das Tagesbewusstsein ist der Bereich des Bewirkten.

Das Unterbewusstsein ist der Bereich des Verursachens.

Diese beiden Bereiche entsprechen der männlichen beziehungsweise der weiblichen Bewusstseinsphäre, wobei das Tagesbewusstsein der männliche, und das Unterbewusstsein der weibliche Bereich ist.

Das Tagesbewusstsein erzeugt geistige Vorstellungen, und prägt diese dem Unterbewusstsein ein. Das Unterbewusstsein nimmt diese Ideen auf, und verleiht ihnen Gestalt und Ausdruck.

Aufgrund dieser Gesetzmäßigkeit, wonach zuerst ein Vorstellungsbild aufgebaut wird, welches dann dem Unterbewusstsein eingeprägt wird, werden ausnahmslos alle Dinge aus dem Bewusstsein erschaffen. Ohne diese Abfolge kann nichts entstehen.

Das Tagesbewusstsein wirkt auf das Unterbewusstsein ein, während das Unterbewusstsein das ihm Eingeprägte zum Ausdruck bringt.

Von sich aus entwickelt das Unterbewusstsein keine eigenen Ideen. Es akzeptiert die vom Tagesbewusstsein kommenden Ideen als wahr, und sorgt auf eine nur ihm bekannte Weise für die gegenständliche Umsetzung der übernommenen Ideen.

Aus diesem Grunde hat der Mensch kraft seines Vorstellungsvermögens und seiner Entscheidungsfreiheit für eine Idee die Kontrolle über seine geistigen Geschöpfe.

Die Steuerung des Unterbewusstseins erfolgt über die Steuerung der Ideen und Gefühle.

Der Schöpfungsmechanismus ist tief im Unterbewusstsein - dem weiblichen Aspekt des Schoßes - verborgen.

Das Unterbewusstsein ist nicht auf die Vernunft beschränkt, und ist von logischen Schlussfolgerungen unabhängig. Das Unterbewusstsein versteht ein Gefühl als eine in ihm bestehende Tatsache, und aufgrund dieser Annahme sorgt es dafür, dass dem Gefühl Ausdruck verliehen wird. Der Schaffensprozess beginnt mit einer Idee, und sein Zyklus fängt mit einem Gefühl an und endet in einem Handlungswillen.

Zur Prägung des Unterbewusstseins mit Vorstellungsbildern bedienen wir uns des Gefühls.

Dem Unterbewusstsein kann nur dann ein Vorstellungsbild eingeprägt werden, wenn wir dieses zunächst fühlen. Dabei ist es unerheblich, ob dieses geistige Bild etwas Gutes, Schlechtes oder Gleichgültiges beinhaltet. Sobald es im Unterbewusstsein verankert ist, muss es ausgedrückt werden!

Daraus folgt, dass der Mensch, der seine Gefühle nicht bewusst steuert, dem Unterbewusstsein ungewollt Unerwünschtes einprägen kann.

„Steuerung“ bedeutet hier keinesfalls, dass Gefühle unterdrückt werden sollten, gemeint ist vielmehr, dass Sie sich so weit disziplinieren sollten, dass Sie sich nur noch solche Gefühle vorstellen und aufrechterhalten, die zu Ihrem Wohlergehen beitragen.

Für ein glückliches und erfülltes Leben ist die Steuerung der Gefühle von allergrößter Wichtigkeit!

Geben Sie sich niemals einem unerwünschten Gefühl hin!

Fühlen Sie sich niemals in etwas Unerwünschtes hinein, egal in welcher Form oder auf welche Weise!

Bringen Sie keine Gefühle in Unzulänglichkeiten ein, ungeachtet dessen, ob sich diese auf Sie selbst oder auf andere Personen beziehen. Sie würden Ihrem Unterbewusstsein diese Beschränkungen damit einprägen.

Wenn Sie nicht wünschen, dass Ihnen etwas Bestimmtes geschehe, sollten Sie dies auch anderen Menschen nicht wünschen und keine Gefühle in solche Szenarien einbringen. Das ist das A und O einer glücklichen Lebensführung, alles Übrige hat nur untergeordneten Charakter.

Jedes einzelne Gefühl hinterlässt im Unterbewusstsein seine Prägespuren, und muss sich Ausdruck verschaffen, es sei denn, ihm wird ein stärkeres gegenteiliges Gefühl entgegengesetzt.

Von zwei Gefühlen wird jeweils das vorherrschende ausgedrückt. „**Ich bin gesund**“ ist ein stärkeres Gefühl als „*Ich werde gesund sein*“.

„*Ich werde*“, bedeutet, dass ich es momentan nicht bin.  
„**Ich bin**“ ist stärker als „*Ich bin nicht*“.

Das, was Sie Ihrem Gefühl nach **bereits sind**, ist immer dominanter als das, was Sie gerne sein würden. Aus diesem Grunde muss das Wunschbild in einem Gefühlszustand des Bereits-so-Seins empfunden werden, nicht aber in einem Zustand, der momentan nicht so ist.

Das Herbeifühlen ist der Vorläufer des Erfüllten, und die Ausgangsbasis für jede Wunscherfüllung.

Achten Sie sorgfältig auf Ihre Launen und Stimmungen, denn zwischen Ihren Gefühlen und Ihrer sichtbaren Welt besteht eine innige Beziehung ...

# Neville Goddard

## Neville auf den Punkt gebracht

# 11.



370 Seiten

[Taschenbuch:](#)

€ 18,98

[PDF:](#)

€ 9,70

365 alphabetisch geordnete Einsichten und Zitate von Neville Goddard.

Diese können zusätzlich auch als fortlaufende E-Mail-Texte bezogen werden, um ein ganzes Jahr lang täglich eine inspirierende Wahrheit zum Nachdenken zu haben. Das Taschenbuch ist kalenderartig aufgebaut, und bietet reichlich Raum für eigene Notizen.

Beispiele:

*Achten Sie sorgfältig auf Ihre Launen und Stimmungen, denn zwischen Ihren Gefühlen und Ihrer sichtbaren Welt besteht eine innige Verbindung!*

*Alle Anschauungen sind Beschränkungen ihres Erzeugers.*

*Alle biblischen Gleichnisse spielen sich jetzt in Ihnen ab.*

*Alle Ursachen sind spiritueller Art.*

*Alles auf dieser Welt ist nichts anderes als eine Bewegung bei Gott - eine Bewegung in der menschlichen Vorstellungskraft.*

*Alles besteht in der Vorstellungskraft, aber nicht alles muss herbeigerufen werden.*

# Neville Goddard

## Über Selbstgespräche und Vorstellungsbilder gestalten oder verunstalten Sie Ihr Leben

# 12.



160 Seiten

Paperback: 978-3-7439-1839-9 € 17,90

Hardcover: 978-3-7439-1840-5 € 22,99

E-PUB: 978-3-7439-1841-2 € 9,99

PDF: € 9,70

Deutsche Übertragung der Bücher

„Mental Diets“ und  
„Prayer, the Art of Believing“

sowie der Vorträge

„The Source“ und  
„Seedtime and Harvest“

von Neville Goddard.

Der Autor beschreibt, wie unsere inneren Monologe unser späteres Erleben verursachen und belegt, dass wir zunächst unser inneres Gefühl und unsere Selbstgespräche verändern müssen, wenn wir eine andere Zukunft erleben wollen.

## **Inhalt:**

Über Neville Goddard	iv
<b>Über Selbstgespräche und Vorstellungsbilder verunstalten oder gestalten Sie Ihr Leben</b> <i>(Mental Diets)</i> Buch, 1955	1
<b>Der Ursprung</b> <i>(The Source)</i> Vortrag, 1968	18
<b>Saat- und Erntezeit</b> <i>(Seedtime and Harvest)</i> Vortrag, 1956	36
<b>Das Gebet, die Kunst des Glaubens</b> <i>(Prayer, the Art of Believing)</i> Buch, 1945	55
Kapitel 1: Das Prinzip der Umkehrbarkeit	56
Kapitel 2: Das duale Wesen des Bewusstseins	61
Kapitel 3: Vorstellungskraft und Glaube	66
Kapitel 4: Gelenkte Träumerei	73
Kapitel 5: Das Gesetz der Gedankenübertragung	77
Kapitel 6: Frohe Botschaften	90
Kapitel 7: Das größte Gebet	94
<b>Die spirituelle Ursache</b> <i>(The Spiritual Cause)</i> Vortrag, 1968	98
<b>36 Fragen und Antworten</b> Im Anschluss an einen Vortrag, 1948	111

Jeder Mensch spricht zu sich selbst. Dieser Gewohnheit kann sich niemand entziehen.

Wir können dies ebenso wenig abstellen, wie wir auf Essen oder Trinken verzichten können. Die Art und Ausrichtung dieser inneren Monologe können wir aber sehr wohl beeinflussen.

Und den meisten Menschen ist nicht bewusst, dass diese inneren Gespräche die Ursache für ihre Lebensumstände sind!

Wir kennen den Spruch *„Wie der Mensch in seinem Herzen denkt, so ist er“*. Aber wissen wir auch, dass die Gedanken des Menschen den Bahnen folgen, die er durch seine inneren Gespräche gelegt hat?

Um diese Bahnen dergestalt neu zu verlegen, dass sie in die Richtung weisen, die der Mensch anstrebt, muss er seine bisherigen inneren Gespräche aufgeben. Paulus nannte dies im Brief an die Römer den „alten Menschen“. Wir müssen uns geistig erneuern.

Das Gesprochene ist das Vorstellungsbild. Wer seine geistige Vorstellung ändern will, muss deshalb das Gesprochene ändern. Mit „Gesprochenes“ meinen wir hier die inneren Selbstgespräche, die wir mit uns führen.

Die Welt ist ein magischer Kreislauf unendlich vieler geistiger Verwandlungen, denn es gibt eine unendliche Anzahl möglicher Selbstgespräche. Sobald der Mensch die Schöpferkraft seiner inneren Gespräche entdeckt, wird ihm auch seine Lebensaufgabe bewusst.

Nun kann er entsprechend tätig werden. Ohne dieses Wissen verhält er sich unbewusst.

Alles ist ein Ausdruck der unablässig in uns stattfindenden Selbstgespräche, ohne dass wir uns ihrer bewusst wären. Doch als zivilisierte Wesen müssen wir uns diese inneren Abläufe bewusst machen, und absichtsvoll handeln.

Die Selbstgespräche eines Menschen wirken in seinem Leben als Anziehungskraft. Solange sich diese inneren Selbstgespräche nicht ändern, ändert sich auch die persönliche Geschichte des betreffenden Menschen nicht.

Äußere Umstände verändern zu wollen, ohne zuerst die inneren Gesprächsbahnen zu verändern, hieße, gegen das Wesen der Dinge zu verstoßen.

Der Mensch kann ohne Unterlass von einer Enttäuschung zur nächsten schreiten, ohne zu erkennen, dass es seine eigenen negativen Selbstgespräche sind, die ihm immer wieder dieselben missliebigen Erfahrungen bescheren. Doch er schiebt die Schuld äußeren Umständen und anderen Personen zu.

Dies mag sich weit hergeholt anhören, doch wir können diesem Punkt anhand von Nachforschungen und Experimenten auf den Grund gehen. Die Formel, welche der Chemiker anwendet, steht auch nicht auf einem festeren Sockel, als die Formel der hier angesprochenen Wissenschaft, wonach Worte zu einer objektiven Realität führen.

Eines Tages erzählte mir ein Mädchen von ihren Schwierigkeiten mit ihrem Chef. Sie war überzeugt, dass er ihr Unrecht tat, weil er sie wiederholt kritisierte, obwohl sie ihr Bestes gab.

Ich erklärte ihr Folgendes: Wenn sie der Meinung war, dass ihr Vorgesetzter sie ungerecht behandeln würde, müsse sie mit Sicherheit zunächst in sich blicken und sich ihre Selbstgespräche bewusst machen.



Es bestand kein Zweifel, dass sie innerlich mit ihrem Chef Streitgespräche führte, denn andere Personen geben nur als Echo zurück, was wir ihnen insgeheim zuflüstern.

Sie gab zu, dass sie den ganzen Tag innerlich mit ihm haderete. Als ihr dies bewusst wurde, erklärte sie sich bereit, ihre inneren Selbstgespräche mit ihrem Vorgesetzten umzupolen.

Sie stellte sich vor, dass er sie zu ihrer hervorragenden Arbeit beglückwünscht habe, und dass sie sich ihrerseits für das Lob und die Anerkennung bedankt habe.

Zu ihrer großen Freude entdeckte sie sehr bald, dass ihre eigene Einstellung der Grund für Ihre bisherige Erfahrung gewesen war. Das Verhalten des Chefs änderte sich, und spiegelte zurück, was die Selbstgespräche des Mädchens ausstrahlten. Ich sehe nur selten einen einsamen Menschen, ohne mich zu fragen: *„Von welchen Selbstgesprächen kommt er nicht los? Auf welchen sonderbaren Bahnen bewegen sich seine Gedanken wohl?“*

Wir müssen anfangen, uns dem Leben bewusst zu stellen!

Denn die Lösung aller Probleme liegt darin, dass der „andere Mensch“, der „himmlische Herr“, der in uns wohnt, versucht, sich im menschlichen Körper seiner selbst bewusst zu werden, um auf diese Weise die Werke seines Vaters zu tun.

Wie sehen diese Werke aus? Um seinem Vater gerecht zu werden, muss er Meister der Welt werden, das heißt, er muss die inneren Selbstgespräche meistern, damit die äußere Welt im Ebenbild des Reiches der Liebe erschaffen wird...

**Frage:**

*Ich würde gerne heiraten, aber ich habe den richtigen Mann noch nicht gefunden. Wie soll ich mir einen Ehemann vorstellen?*

**Antwort:**

Die Verliebtheit in Ideale ist der ideale Zustand, der das Bewusstsein verzaubert. Sie sollten das Verheiratetsein nicht auf einen bestimmten Mann eingrenzen, sondern sich auf ein erfülltes, reichhaltiges und zufriedenstellendes Leben konzentrieren.

Ihr Wunsch ist es, die Freuden der Ehe zu genießen. Diesen Wunsch sollten Sie zwar nicht modifizieren, aber dennoch erweitern, um ihn noch liebevoller zu gestalten.

Als Nächstes verdichten Sie Ihren Wunsch auf ein einziges Gefühl oder auf einen Vorgang, der seine Erfüllung beinhaltet.

In der westlichen Welt trägt eine verheiratete Frau am dritten Finger der linken Hand einen Ehering. Für die Mutterschaft ist keine Ehe notwendig, für die Intimität ist die Ehe ebenfalls keine Voraussetzung, aber ein Ehering symbolisiert das Verheiratetsein.

Entspannen Sie sich in einem bequemen Stuhl oder Sessel. Sie können sich auch flach auf den Rücken legen. Dann führen Sie einen schlafähnlichen Zustand herbei. Sie dösen vor sich hin.

Nun fühlen Sie sich in den Zustand des Verheiratetseins hinein. Stellen Sie sich den Ehering an Ihrem linken Ringfinger vor. Berühren Sie ihn! Spielen Sie mit ihm! Drehen Sie ihn hin und her! Ziehen Sie ihn über den Knöchel.

Tun Sie das so lange, bis er sich für Sie ganz real anfühlt.

Sie verlieren sich gleichsam in diesem Gefühl, und wenn Sie die Augen wieder öffnen, sind Sie erstaunt, dass Sie einen solchen Ring gar nicht tragen.

Wenn Sie ein Mann sind, der keinen Ring trägt, könnten Sie eine größere Verantwortung übernehmen. Wie würden Sie sich fühlen, wenn Sie für eine Familie sorgen müssten?

In jedem Fall geht es darum, sich in das Gefühl des verwirklichten Wunsches hineinzubegeben.

Das ist die innere Annahme, die Sie aufrechterhalten. Mehr ist nicht nötig, um Ihr Ziel zu erreichen.

**Frage:**

*Kann man sich mehrere Dinge auf einmal vorstellen oder ist es besser, bei einer Sache zu bleiben?*

**Antwort:**

Persönlich ziehe ich ein einziges Vorstellungsbild vor, doch das bedeutet nicht, dass ich es dabei bewenden lasse. Im Laufe des Tages stelle ich mir vielerlei vor, aber nicht in Form vieler Kleinigkeiten, sondern als große Sache, welche die kleinen beinhaltet.

Statt sich Wohlstand, Gesundheit und Freundschaften vorstellen, stellen Sie sich vor, dass Sie vom Leben begeistert sind. Wenn Sie Schmerzen und Geldnöte haben, ist das nicht möglich.

Wie würden Sie sich fühlen, wenn Sie vom Leben begeistert wären, ohne zu wissen, was genau diese Begeisterung ausgelöst hat? Reduzieren Sie die Idee der Begeisterung auf ein einziges Gefühl.

*„Es ist einfach wunderbar!“* Halten Sie das Tagesbewusstsein heraus, lassen Sie nicht zu, dass es nach dem Grund forscht.

In diesem Fall würden Sie nämlich nach sichtbaren Ursachen suchen und dann ginge das Gefühl wieder verloren.

Wiederholen Sie nur immer wieder den Satz „*Es ist einfach wunderbar!*“ Überlegen Sie nicht, was denn so wunderbar sei. Es geht um das Gefühl.

Auf diese Weise werden Dinge geschehen, die auch die Kleinigkeiten mit beinhalten.

**Frage:**

*Wie oft soll ich mir ein Vorstellungsbild machen?*

*Antwort:*

Im ersten Buch Mose finden wir die Geschichte von Jakob, der mit einem Engel ringt. Diese Geschichte gibt uns einen Anhaltspunkt. Wenn nämlich die Befriedigung erreicht ist, folgt die Ohnmacht.

Wenn Sie das Gefühl der Realität haben - zumindest momentan - sind Sie geistig machtlos. Der Wunsch, das Gebet zu wiederholen, besteht nicht mehr, und wurde vom Gefühl des Erreichthabens abgelöst.

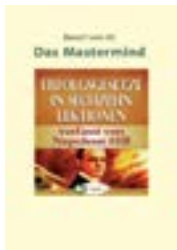
Sie können nicht etwas wollen, das Sie bereits haben. Wenn Sie sich weiter hineinsteigern, wollen Sie es nicht mehr haben.

Ihr Vorstellungsbild ist gleichermaßen ein schöpferischer wie ein physischer Vorgang, in dem der Mensch vielerlei Dinge tut, denn der Mensch erschafft sein eigenes Ebenbild, und Ihr Vorstellungsbild verwandelt sich in das Ebenbild Ihrer Vorwegnahme.

Sollten Sie den Punkt der Befriedigung jedoch nicht erreichen, so wiederholen Sie diesen Vorgang so lange, bis Sie sich so fühlen, als ob Sie das Gewünschte erleben könnten.

# Napoleon Hill Erfolgsgesetze in 16 Lektionen

# 13.



Band I, 332 Seiten

Paperback: 978-3-7439-3018-6 € 19,70

Hardcover: 978-3-7439-3019-3 € 23,95

E-PUB: 978-3-7439-3020-9 € 9,99

PDF: € 9,90

Band I, „Das Mastermind“, enthält die ersten 5 Lektionen von Napoleon Hills „Erfolgsgesetzen in 16 Lektionen“:

1. Die **Mastermindallianz**, mit einer Nachbetrachtung über die sechs schlimmsten menschlichen Ängste
2. Ein zentrales **Lebensziel** mit Hinweisen zur Umsetzung dieser Erfolgsprinzipien
3. **Selbstvertrauen**, mit einer Nachbetrachtung über die Unzufriedenheit
4. Die Gewohnheit des **Sparens**
5. **Eigeninitiative** und Führungsqualitäten.

Ebenfalls eingegangen wird auf den Wert der Kooperation, auf die **Vorstellungskraft**, auf die **Schwingung**, wie von Alexander Graham Bell beschrieben, die **Telepathie**, die richtige **Selbstanalyse** und den Unterschied zwischen destruktiver und konstruktiver **Persönlichkeitsstruktur**.

Napoleon Hill hatte zwanzig Jahre seines Lebens darauf verwandt, die einflussreichsten Persönlichkeiten seiner Zeit zu studieren. Er zieht wiederholt praktische Beispiele heran und beruft sich u.a. auf Henry Ford, Benjamin Franklin, George Washington, Abraham Lincoln, Theodore Roosevelt, William Taft, aber auch auf Negativbeispiele wie Napoleon Bonaparte oder Jesse James.

# Lektion 1: Die Mastermindallianz

*(auszugsweise)*

Die Erfolgreichsten auf dieser Erde mussten zunächst einige Unebenheiten in ihrer Persönlichkeit ausbügeln, bevor sich das Blatt in Richtung Erfolg wendete.

Zu den häufigsten Unebenheiten zählen:

- » Intoleranz
- » Habgier
- » Neid
- » Misstrauen
- » Rachsucht
- » Egozentrik
- » Selbstgefälligkeit
- » Ernten wollen, ohne gesät zu haben
- » Mehr ausgeben als einnehmen.

Diese weitverbreiteten Feinde der Menschheit und viele mehr werden in diesem Erfolgskurs so behandelt, dass sie von jedem Menschen mit einer normal ausgebildeten Intelligenz mit relativ geringem Aufwand gemeistert werden können.

Die Erfolgsgesetze haben ihre Feuertaufe bereits bestanden, die Experimentierphase ist vorüber. Diese Gesetze wurden von einigen der pragmatischsten Denker dieser Generation erprobt und bestätigt.

Dieser Kursus wurde anfänglich über einen Zeitraum von sieben Jahren vom Verfasser in jeder größeren US-amerikanischen Stadt und auch in vielen kleineren Orten als Vortragstoff verwendet.

Bei diesen Auftritten hatte der Autor Assistenten im Publikum sitzen, die ihm dabei helfen sollten, die Reaktionen der Besucher auszuwerten. Auf diese Weise erfuhr er viel über die Wirkung seiner Vorträge.

Als Ergebnis seiner Studien und Untersuchungen wurden hier und da textliche Nachbesserungen vorgenommen.

Den ersten großen Sieg trug die hier behandelte Erfolgsphilosophie davon, als sie vom Autor bei dreitausend Personen benutzt wurde, welche sich auf den Vertreterberuf vorbereiteten. Die meisten dieser Personen verfügten über keine vorherige Verkaufserfahrung.

Infolge dieser Ausbildung konnten sie eine Million Dollar verdienen und zahlten dem Autor 30.000,-- Dollar für seine Leistungen über eine Zeitspanne von etwa sechs Monaten hinweg.

Die Personen und kleinen Gruppen von Verkäufern, die im Rahmen dieses Kursus Erfolgswissen erlangten, sind zu zahlreich, um sie in dieser Einführung aufzuführen zu können, aber es handelte sich um sehr viele.

Von dieser Erfolgsphilosophie erfuhr Don R. Mellet, der vormalige Herausgeber der Canton Daily News in Ohio; dieser gründete zusammen mit dem Autor eine Gesellschaft, wollte sich selbst aber als Herausgeber zurückziehen und sich anderen Geschäften widmen. Am 16. Juli 1926 wurde er ermordet.

Vor seinem Tode hatte Mr. Mellet mit Mr. Elbert H. Gary, der damals Vorsitzender der United States Steel Corporation war, vereinbart, dass der Kurs jedem Angestellten der Gesellschaft vermittelt werden sollte, wofür eine Pauschale von etwa 150.000,-- Dollar vereinbart wurde. Dieser Plan wurde durch den Tod Garys vereitelt, er belegt jedoch, dass Sie hier einen Plan von großer Tragweite vor sich haben.

Gary war ein Mann, der den Wert dieses Kurses mit Fug und Recht beurteilen konnte, und die Tatsache, dass er die beträchtliche Summe von 150.000,-- Dollar zu investieren bereit war, zeigt, dass Sie es hier mit fundiertem Wissen zu tun haben.

Sie werden in dieser allgemeinen Einführung ein paar Fachbegriffe vorfinden, deren Bedeutung Ihnen vielleicht nicht klar ist. Lassen Sie sich davon nicht stören. Versuchen Sie nicht, beim ersten Lesen bereits jeden Begriff verstehen zu wollen. Je weiter Sie mit dem Kurs fortschreiten, umso verständlicher werden Ihnen die einzelnen Begriffe werden.

Diese Einführung dient lediglich als Hintergrund für die übrigen fünfzehn Lektionen, und sollte in diesem Sinne gelesen werden. Die Einführung ist nicht Prüfungsbestandteil, Sie sollten sie aber mehrmals durchlesen, weil Ihnen bei jeder erneuten Lektüre wieder andere Zusammenhänge klar werden.

In dieser Einführung werden Sie eine Beschreibung eines neu entdeckten Gesetzes der Psychologie kennenlernen, das der Grundstein für alle persönlichen Leistungen ist.

Dieses Gesetz hat der Autor „Mastermind“ genannt; es bedeutet, **dass durch die harmonische Zusammenarbeit von zwei oder mehr Menschen auf eine bestimmte Aufgabe hin, ein kraftvollerer Gesamtgeist gebildet wird.**

Falls Sie im Vertrieb tätig sind, können Sie in Ihrem täglichen Geschäft aus diesem Mastermindprinzip großen Nutzen ziehen. Es wurde festgestellt, dass sechs oder sieben Verkäufer dieses Gesetz so effizient anwenden können, dass sich daraus unvorstellbar hohe Ergebnisse erzielen lassen.

Lebensversicherungen gelten als die am schwierigsten abzusetzende Versicherungsart. Angesichts des damit erbrachten Nutzens sollte dies eigentlich nicht der Fall sein, dennoch sind sie schwer zu vermitteln. Dessen ungeachtet nahm sich eine kleine Gruppe von Männern, die für die Prudential Life Insurance Company arbeiteten und die überwiegend kleinere Policen vertrieben, vor, eine kleine freundliche Gruppe zu bilden, und das Mastermindprinzip auf die Probe zu stellen. Innerhalb der ersten drei Monate konnten sie damit mehr erreichen als im gesamten Vorjahr.



Was mithilfe dieses Prinzips von einer kleinen Gruppe intelligenter Lebensversicherungsvertreter erreicht wurde, dürfte auch die Vorstellungskraft des optimistischsten und fantasie-reichsten Menschen übersteigen.

Dasselbe gilt für andere Gruppen von Vertretern, die andere Waren und Dienstleistungen vertreiben. Bereits diese Hinweise in der Einleitung könnten dazu angetan sein, Ihnen ein genügend großes Verständnis des Gesetzes zu vermitteln, um Ihren gesamten Lebenskurs zu verändern.

Inwieweit ein Geschäft Erfolg hat, hängt von den Persönlichkeiten ab, die hinter diesem Geschäft stehen. Wenn diese Personen durch andere Menschen ersetzt werden, die ein einnehmenderes Wesen oder ein geschäftsförderndes Auftreten haben, wird dies dem Geschäft zugutekommen. In jeder größeren Stadt können Sie heute Waren kaufen, die in vergleichbarer Aufmachung auch in einem anderen Laden angeboten werden, aber immer gibt es ein Geschäft, das aus den anderen herausragt.

Der Grund ist in der Person zu suchen, die hinter diesem Geschäft steht.

Für die Kundschaft ist die Persönlichkeit genauso wichtig wie die eigentliche Ware, und vermutlich werden die Leute vom Wesen des Verkäufers zumindest ebenso beeinflusst, wie von der Ware selbst.

Lebensversicherungen wurden wissenschaftlich dermaßen durchleuchtet, dass sich die Kosten der einzelnen Lebensversicherungen unabhängig von der Versicherungsgesellschaft nicht stark voneinander unterscheiden, und dennoch wird von den hunderten von Lebensversicherungsgesellschaften das Hauptgeschäft doch nur von etwa einem Dutzend Gesellschaften gehalten.

Warum?

Wegen der Menschen!

Neunundneunzig von hundert Versicherungsnehmern wissen nicht, was in ihren Policen steht und - was noch erstaunlicher ist - sie scheinen daran auch kein Interesse zu haben.

Im Grunde kaufen sie das angenehme Wesen des Menschen, der seine Persönlichkeit zu kultivieren weiß. Ihre Aufgabe im Leben, oder doch zumindest ein sehr wesentlicher Teil davon, ist es, Erfolg zu haben.

» **In diesem Kurs verstehen wir Erfolg als „DAS ERREICHEN IHRES HAUPTZIELS UNTER RÜCKSICHTNAHME AUF DIE RECHTE ANDERER“.**

Unabhängig von Ihrem Hauptziel im Leben werden Sie dieses Ziel doch wesentlich leichter erreichen, wenn Sie lernen, sich ein angenehmes Wesen anzueignen, und wenn Sie sich ohne Reibungen oder Neidgedanken an andere anpassen können.

Eines der größten Probleme im Leben, vielleicht sogar das größte schlechthin, ist das Erlernen der harmonischen Verhandlung mit anderen. Dieser Kursus wurde mit der Absicht geschaffen, Ihnen zu vermitteln, wie Sie Ihren Weg durchs Leben harmonisch und ausgeglichen gehen können, ohne die schädlichen Auswirkungen von Unstimmigkeiten und Reibungen zu erleiden, die Millionen von Menschen Jahr für Jahr in missliche Zwangslagen bringen.

Nach diesen Worten über die Zielrichtung dieses Kursus sollten Sie die einzelnen Lektionen in dem Gefühl angehen können, dass Ihnen eine völlige Umwandlung Ihrer Persönlichkeit bevorsteht.

Ohne Macht können Sie im Leben keine außergewöhnlichen Erfolge erringen, und ohne die Persönlichkeit, die dergestalt auf andere Menschen einwirken kann, dass diese harmonisch mit Ihnen zusammenarbeiten, können Sie die Macht nie genießen.

Dieser Kursus zeigt Ihnen Schritt für Schritt auf, wie Sie zu einer solchen Persönlichkeit werden.

Sie können sich aus diesem Kursus Folgendes erwarten:

1. Ein **klares Hauptziel** wird Ihnen vermitteln, wie Sie Ihr Lebenswerk ohne die Energievergeudung, der sich die meisten Menschen sündig machen, erreichen. Diese Lektion zeigt Ihnen auf, wie Sie sich ein für allemal von der Ziellosigkeit befreien und Ihr Wirken auf einen klaren und gut durchdachten Lebensinhalt lenken.
2. **Selbstvertrauen** hilft Ihnen, den **sechs Grundängsten**, vor denen kein Mensch gefeit ist, zu begegnen. Hierbei handelt es sich um

die Angst vor **Armut**,  
die Angst vor **Krankheit**,  
die Angst vor dem **Alter**,  
die Angst vor **Kritik**,  
die Angst vor **Liebesverlust** und  
die Angst vor dem **Tode**.

Sie erfahren den Unterschied zwischen Ichbezogenheit und wahrem Selbstvertrauen, welches auf einem klaren und umsetzbaren Wissen beruht.

3. Die **Gewohnheit des Sparens** wird Ihnen helfen, Ihre Einnahmen systematisch so umzulegen, dass ein bestimmter Prozentsatz eine stetige Zunahme erfährt, wodurch eine der größten bekannten Quellen der Macht geschaffen wird. Ohne Ersparnisse kann niemand dauerhaften Erfolg haben. Von dieser Regel gibt es keine Ausnahme.
4. **Eigeninitiative und Führungseigenschaften** zeigen Ihnen, wie Sie in Ihrer Sparte mit gutem Beispiel vorgehen, statt sich mit bloßer Gefolgschaft zu begnügen.

Sie werden einen Spürsinn für Menschenführung entwickeln und auf diese Weise bei allem, woran Sie beteiligt sind, nach und nach immer mehr nach oben streben.

5. Die **Vorstellungskraft** wird Ihr Denken beleben, was zu neuen Ideen und Plänen führen wird, die Ihnen bei der Erreichung Ihres Hauptziels behilflich sind. In dieser Kurseinheit lernen Sie, wie Sie aus „alten Steinen neue Häuser bauen“. Sie erfahren, wie Sie aus bekannten Konzepten neue Ideen schöpfen und wie Sie alte Ideen mit neuen verknüpfen.

Diese Einheit ist für sich bereits ein eigener Kursus und wird sich für die Person, die es mit der Umsetzung Ernst meint, mit Sicherheit als eine Wissensader erweisen.

6. Die **Begeisterung** wird Ihnen helfen, alle, die mit Ihnen und Ihren Ideen in Kontakt kommen, „anzustecken“. Die Begeisterung ist das Fundament einer angenehmen Wesensart; eine solche Wesensart brauchen Sie, damit andere Menschen gerne mit Ihnen zusammenarbeiten.
7. Was das präzise gefertigte Rädchen der Unruh für die Uhr ist, ist die **Selbstbeherrschung** für den erfolgreichen Menschen. Diese Eigenschaft steuert Ihre Begeisterung und lenkt sie dorthin, wohin sie Sie tragen soll. In dieser Kurseinheit erfahren Sie auf praktische Art und Weise, wie Sie „Ihres Glückes Schmied“ werden.
8. Die **Gewohnheit, mehr zu tun als das, wofür Sie bezahlt werden**, behandelt eine der wichtigsten Einheiten des Erfolgsgesetzes. Sie erfahren, wie Sie sich das Gesetz der steigenden Renditen zunutze machen, welches letztendlich gewährleistet, dass Sie mehr Geld zurückerhalten als Sie durch Ihre Leistung verdient haben. Ohne mehr zu leisten und bessere Arbeit zu erbringen als sie dem bezahlten Gehalt entspricht, kann niemand eine Führungsrolle übernehmen. Dies gilt für alle Bereiche.

9. Ein **angenehmes Wesen** ist der Dreh- und Angelpunkt, an dem Sie den Hebel Ihrer Bemühungen ansetzen müssen.

Ein intelligent angesetzter Hebel wird Ihnen helfen, Hindernisberge zu versetzen.

Diese Kurseinheit hat vor allem im Verkäuferberuf unzähligen Personen den Weg geebnet. Sie hat Führungspersönlichkeiten geschaffen. Sie wird auch Ihnen aufzeigen, wie Sie Ihre Persönlichkeit ohne großen Aufwand so verändern können, dass Sie sich an alle Außenbedingungen oder andere Menschen anpassen können.

10. Ein **klares Denkvermögen** ist einer der Ecksteine dauerhafter Erfolge. In dieser Kurseinheit lernen Sie, „Fakten“ von reinen „Informationen“ zu unterscheiden. Sie lernen auch, wie Sie bekannte Fakten in zwei Gruppen einstufen: in die „wichtigen“ und in die „unwichtigen“. Sie lernen, wie Sie bestimmen, was „wichtig“ ist, und Sie erfahren, wie Sie aufgrund dieser Fakten klare Arbeitspläne aufstellen.
11. Die geistige **Konzentration** ist wichtig, damit Sie Ihre Aufmerksamkeit jeweils so lange nur auf eine einzige Sache richten, bis Sie praktische Pläne ausgearbeitet haben, um dieses Thema zu meistern.

Sie lernen, wie Sie sich mit anderen Menschen so zusammentun, dass Ihnen für Ihre Pläne und Vorhaben das gesamte Wissen zur Verfügung steht.

*Wenn Sie schon jemanden schlecht machen müssen,  
dann sollten Sie es nicht nur mit Worten tun.*

*Schreiben Sie Ihre Verleumdung auf.*

*Und zwar in den Sand - ganz nahe am Ufer des Meeres.*

Napoleon Hill

Diese Kurseinheit vermittelt Ihnen ein praktisch nutzbares Arbeitswissen über die Kräfte, die Sie umgeben.

12. Die **Kooperation** vermittelt Ihnen den Wert der Zusammenarbeit bei all Ihren Vorhaben. In dieser Kurseinheit erfahren Sie, wie Sie das in der Einführung und in Einheit zwei beschriebene „Mastermindprinzip“ in der Praxis anwenden.

Diese Lektion zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Bemühungen mit denen anderer so verbinden, dass Reibungen, Neidgefühle und Habgier ausgeschlossen werden.

Sie lernen, wie Sie das Wissen, das andere über deren Tätigkeitsbereich besitzen, für sich nutzen können.

13. **Lernerfahrungen.** Diese Einheit zeigt Ihnen, wie Sie die Steine, die Ihnen in den Weg gelegt werden, in Trittschritte für Ihren Erfolg verwandeln können.

Sie erfahren den großen und wichtigen Unterschied zwischen „Scheitern“ und „kurzzeitigen Rückschlägen“. Sie lernen, wie Sie aus Ihren eigenen Misserfolgen und aus den Misserfolgen anderer Nutzen ziehen können.

14. Die **Toleranz** lehrt Sie, die unheilvollen Folgen rassistischer und religiöser Vorurteile, welche sich für Millionen von Menschen als Fangstricke aus dümmlichen Argumenten erweisen, zu vermeiden.

Solche Vorurteile vergiften das Denken zahlreicher Menschen und schotten sie gegen Vernunft und neue Einsichten ab.

Diese Lektion ist die Zwillingschwester der Einheit über ein klares Denkvermögen, und zwar aus dem Grunde, weil ohne Toleranz niemand klar denken kann.

Die Intoleranz klappt das Buch des Wissens zu und schreibt auf das Deckblatt „*Nichts Neues für mich*“.

Die Intoleranz macht Menschen, die Freunde sein könnten, zu Feinden; sie zerstört Chancen und füllt das Denken mit Zweifeln, Misstrauen und Vorurteilen an.

15. Die **Goldene Regel** zeigt Ihnen, wie Sie dieses universelle Gesetz des menschlichen Verhaltens so anwenden, dass Sie von jedem Einzelnen und von jeder Gruppe eine harmonische Kooperation erhalten.

Das Unverständnis des Gesetzes, auf dem die Goldene Regel beruht, ist eine der Hauptursachen für das Versagen von Millionen von Menschen, die ihr Leben lang in Armut und Bedürftigkeit verbleiben. Weder diese Einheit noch eine andere aus diesem Kursus hat etwas mit Religion oder Sektiererei zu tun.

Nachdem Sie diese fünfzehn Gesetze verinnerlicht haben und diese zu einem Bestandteil Ihrer Lebensführung geworden sind - was innerhalb von fünfzehn bis dreißig Wochen möglich ist - sind Sie bereit, eine genügend große persönliche Macht aufzubauen, um das Erreichen Ihres Hauptziels zu sichern.

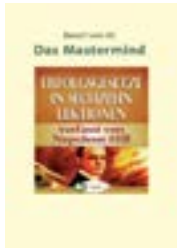
Der Zweck dieser fünfzehn Gesetze besteht darin, Ihnen bei der geordneten Umsetzung Ihres gesamten jetzigen und auch künftigen Wissens zu helfen, damit Sie dieses Wissen in Macht verwandeln können.

Beim Lesen sollten Sie sich Notizen machen, da Ihnen ständig neue Ideen darüber kommen werden, wie Sie diese Prinzipien nutzen können...

# Napoleon Hill

## Erfolgsgesetze in 16 Lektionen

# 14.



Band II, 340 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7439-4264-6	€ 19,70
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7439-4265-3	€ 22,95
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7439-4266-0	€ 9,99
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,90

### Lektion 6 - Das Vorstellungsvermögen

Das Rentabelste, was Sie mit Ihrem Vorstellungsvermögen anstellen können

Warum das Vorstellungsvermögen eine Erfolgsvoraussetzung ist

Zwei Arten von Vorstellungsvermögen und wie Sie sie für Ihre Zukunftsgestaltung einsetzen können

Die beiden Hauptursachen für das Scheitern

Warum Sie bei anderen nie ankommen - außer Sie tun diese eine Sache

Wie Sie zu Ihrem Vorteil „Samen setzen“

Wie Sie Ihre großartigen Ideen in Realität umsetzen

Wie Sie von anderen erhalten, was Sie wollen

### Lektion 7 - Begeisterung

Eine einfache Vorgehensweise, die Ihnen unbegrenzte Begeisterung garantiert

Das Prinzip der Suggestion, und wie Sie es nutzen

Wie Sie etwas sagen, ist wichtiger als das, was Sie sagen

Drei Dinge, die miteinander harmonisieren müssen, wenn Sie jemanden beeinflussen wollen

Warum Wissen und Kenntnisse für Ihren Erfolg noch nicht ausreichen

Die sieben Todfeinde in Ihrem Kopf

Warum Ihr Alltag Ihre Pläne vereiteln kann



## **Lektion 8 – Selbstbeherrschung**

Warum neun von zehn Menschen Gelegenheiten verpassen  
Anzeichen für mangelnde Selbstbeherrschung - und wie Sie sie bekämpfen

Warum Selbstaufopferung das Schlimmste ist, was Sie sich antun können

Der wichtigste Faktor bei der Entwicklung persönlicher Durchsetzungskraft

Eine einfache Reaktion auf Kritik

Das Geheimnis Ihrer vorherrschenden Gedanken

Warum Sie immer im Verkauf sind - und wie Sie Ihren Erfolg damit besiegeln

Wie Sie sich Ihre Feinde zu Freunden machen

## **Lektion 9 - Unverlangte Extraleistungen**

Zwei Gründe, warum Sie mehr tun sollten als nur das, wofür Sie bezahlt werden

Wie Sie mit Hilfe des Gesetzes der zunehmenden Rendite Ihren Erfolg steigern

Zwei Vorteile, die Ihnen aus selbstlosem Handeln erwachsen

Das Gesetz des Ausgleichs und wie Sie es praktisch nutzen

Warum die Liebe für Ihren Erfolg eine zentrale Rolle spielt

## **Lektion 10 - Ein sympathisches Wesen**

# Lektion 6 - Das Vorstellungsvermögen

*Wer über seinen Nächsten herzieht,  
gibt unwissentlich preis, wie es in ihm selbst aussieht.*

Vorstellungsgabe, Vorstellungskraft, Vorstellungsvermögen, Imaginationskraft, Fantasiereichtum - der Begriff ist nicht das Wesentliche (und wird aus stilistischen Gründen hier abwechselnd gebraucht), worauf es ankommt, ist, was damit gemeint ist:

Das Vorstellungsvermögen ist die Werkstatt des menschlichen Bewusstseins. Dort werden alte Ideen und Fakten zusammengebaut und einer neuen Verwendung zugeführt. Ein Lexikon liefert folgende Definition:

*„Die Gabe des konstruktiven Intellekts, Wissen oder Gedanken in Form neuer, origineller und rationeller Systeme zusammenzufügen, die konstruktive oder schöpferische Fähigkeit, die Bilderkraft des Bewusstseins, die Ausgestaltung geistiger Bilder oder die geistige Darstellung von Gegenständen oder Ideen, insbesondere sinnlich wahrgenommener Objekte; auch die Wiedergabe und Kombination dieser geistigen Bilder oder Ideen bzw. neu aufgerufenen Fakten mit mehr oder weniger irrationalen oder abnormalen Veränderungen“.*

Das Vorstellungsvermögen wurde als die Schöpferkraft der Seele bezeichnet, dies klingt jedoch etwas abstrakt und geht tiefer als für die Zwecke dieses Kurses erforderlich, da wir uns in diesem Teil darauf beschränken wollen, wie diese Gabe für die Erreichung materieller Ziele eingesetzt werden kann.

Sofern Sie die vorhergehende Lektion gründlich verstanden haben und beherrschen, wissen Sie jetzt, dass sich das Rohmaterial, aus dem Sie Ihr zentrales Ziel zusammenstellten und kombinierten, in Ihrer Vorstellung befindet.

Sie wissen auch, dass Selbstvertrauen sowie Eigeninitiative und Führungsqualitäten ebenfalls zunächst in Ihrer Vorstellung geschaffen werden müssen, bevor sie Wirklichkeit werden können, denn in der Werkstatt Ihrer Vorstellung wird das Prinzip der Autosuggestion eingesetzt, damit es die notwendigen Eigenschaften erschaffe.

Die vorliegende Lektion über das Vorstellungsvermögen könnten wir auch als den „Dreh- und Angelpunkt“ dieses Kurses bezeichnen, denn jede einzelne Kurseinheit führt wieder zu diesem Kurs zurück und dreht sich um dieses Prinzip.

- Sie werden erst dann ein **zentrales Lebensziel** haben,
- Sie werden erst dann **Selbstvertrauen** besitzen,
- Sie werden erst dann mit **Eigeninitiative und Führungsqualitäten** gesegnet sein,

wenn Sie diese Eigenschaften **zuerst in Ihrer Vorstellung** entwickeln und **sich bereits im Besitz dieser Qualitäten** sehen!

So wie die Eiche aus einem Keim in der Eichel wächst und sich der Vogel aus einem Keim im Ei entwickelt, werden auch Ihre Ergebnisse im materiellen Bereich aus den geordneten Plänen erwachsen, die Sie in Ihrer Vorstellung ausarbeiten.

### **Zuerst kommt das Denken.**

Dann werden die Gedanken in Form von Ideen und Plänen geordnet.

### **Als Nächstes werden diese Pläne in Realität umgesetzt.**

Am Anfang steht also das Vorstellungsbild.

Die Vorstellung ist sowohl interpretativ wie auch kreativ: Sie kann Fakten, Konzepte und Ideen prüfen und sie kann daraus neue Kombinationen und Pläne erstellen.

Aufgrund seiner interpretativen Fähigkeit besitzt das Vorstellungsvermögen etwas, das ihm normalerweise nicht zugeschrieben wird, nämlich die Macht, von außen kommende Schwingungen und Gedankenwellen zu registrieren, so wie ein Rundfunkgerät Schallwellen aufnimmt. Das Prinzip, über das diese interpretative Fähigkeit des Vorstellungsvermögens funktioniert, ist die **Telepathie**, also die Kommunikation von einem Unterbewusstsein zum anderen über kurze oder lange Strecken hinweg, ohne die Zuhilfenahme physischer oder mechanischer Geräte, so wie in der Einführungslektion zu diesem Kursus erläutert.

Für den Kursteilnehmer, der sich auf eine möglichst effiziente Nutzung seiner Vorstellungsgabe vorbereiten will, spielt die Telepathie insofern eine große Rolle, als es ja die telepathische Fähigkeit des Vorstellungsvermögens ist, welche ständig die unterschiedlichsten Wellen und Schwingungen aufnimmt.

Sogenannte „Eingebungen“, „Anwandlungen“ und „Ahnungen“ veranlassen den Menschen dazu, sich eine gewisse Meinung zu bilden oder sich für eine bestimmte Vorgehensweise zu entscheiden, auch wenn Logik und Verstand nicht dafür sprechen. In der Regel handelt es sich hierbei um umher-schwirrende Gedankenwellen, die vom Vorstellungsvermögen registriert wurden.

Das Rundfunkgerät hat uns das Verständnis vermittelt, dass die Elemente des Äthers derart empfindlich und belebt sind, dass ständig alle möglichen Schallwellen mit blitzartiger Geschwindigkeit durch die Gegend schwirren. Man braucht nur die Funktionsweise eines modernen Radios zu begreifen und schon offenbart sich einem das Wesen der Telepathie.

Dieses Prinzip wurde im Rahmen psychologischer Untersuchungen so gut erforscht, dass es nicht an Beweisen dafür mangelt, dass zwei sich miteinander in Harmonie befindende Unterbewusstseine über weite Entfernungen Gedanken senden und empfangen können, ohne dass es dazu irgendwelcher Apparaturen bedarf.

Zwar ist es äußerst selten, dass zwei Unterbewusstseine so harmonisch aufeinander eingestellt sind, dass die Gedankenkette ununterbrochen aufrechterhalten wird, dennoch liegen genügend Beweise dafür vor, dass geordnete Gedanken zumindest teilweise empfangen werden konnten.

Damit Sie besser verstehen, wie sehr die fünfzehn Faktoren, welche Bestandteil dieses Kurses sind, ineinandergreifen, bedenken Sie zum Beispiel, was geschähe, wenn ein Vertreter, dem es an Selbstvertrauen mangelt und der nichts von seinen Produkten hält, das Geschäft eines potenziellen Kunden betritt. Unabhängig davon, ob sich der Besuchte dessen bewusst ist oder nicht, „spürt“ er beim Vertreter einen Mangel an Selbstvertrauen. Die Bemühungen des Vertreters werden durch dessen eigene Denkweise untergraben!

Dies erklärt aus einer weiteren Sicht, warum das Selbstvertrauen einer der wichtigsten Erfolgsfaktoren ist.

Das Prinzip der Telepathie und das Gesetz der Anziehung erklären gar manchen Misserfolg.

Falls das Unterbewusstsein eine Tendenz hat, aus dem Äther die gedanklichen Schwingungen anzuziehen, die mit den vorherrschenden Gedanken eines bestimmten Unterbewusstseins harmonieren, ist leicht nachvollziehbar, warum ein negatives Unterbewusstsein, das sich auf Misserfolg konzentriert und welchem die Lebenskraft des Selbstbewusstseins fehlt, kein von Erfolgsgedanken beherrschtes positives Unterbewusstsein anzieht.

Sofern Sie mit der Funktionsweise des Bewusstseins noch nicht vertraut sind, erscheinen Ihnen diese Erläuterungen unter Umständen zu abstrakt; sie in dieser Lektion zu behandeln, ist jedoch notwendig, damit Sie das Thema dieser Lektion besser verstehen und somit besser nutzen können.

Die Vorstellungsgabe wird allzu häufig nur als ein ungenaues, nicht greifbares und nicht beschreibbares Etwas gesehen, das nichts als Dichtung und Fiktion hervorbringt. Genau diese landläufig unverständenen Fähigkeiten der Vorstellungsgabe sind es, die mehr oder weniger abstrakte Hinweise auf eines der wichtigsten Themen dieses Kurses erforderlich machen. Das Thema des Vorstellungsvermögens ist nicht nur ein wichtiger Kursbestandteil, es ist auch ein sehr interessantes Thema. Sie werden dies noch feststellen, sobald Sie immer mehr erkennen, auf welche Weise es Ihnen bei der Erreichung Ihres zentralen Ziels behilflich ist.

**Sie werden sehen, wie wichtig das Thema der Vorstellungskraft ist, sobald Sie sich bewusst werden, dass diese Kraft das Einzige auf der Welt ist, über das Sie die uneingeschränkte Kontrolle haben!**

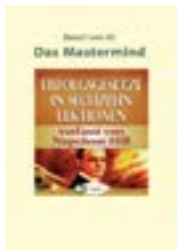
Man kann Ihnen Ihren materiellen Besitz nehmen, man kann Sie betrügen und hintergehen, aber die Kontrolle, die Sie über Ihre Vorstellungskraft haben, kann Ihnen niemand nehmen.

Man kann Sie unfair behandeln, man kann Ihnen die Freiheit entziehen, aber niemand kann Sie davon abhalten, sich vorzustellen, was Sie wollen!

# Napoleon Hill

## Erfolgsgesetze in 16 Lektionen

# 15.



Band III, 244 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7439-4720-7	€ 19,90
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7439-4721-4	€ 22,95
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7439-4722-1,	€ 9,99
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,90

### **Lektion 12 - Konzentration**

- Was Ihnen eine absolute Konzentration ermöglicht
- Das Geheimnis der konzentrierten Aufmerksamkeit

### **Lektion 13 - Kooperation**

- Warum Sie auf Kooperation statt auf Konkurrenz setzen sollten
- Warum die Vorbereitung ebenso wichtig ist, wie die Ausführung
- Wie Sie sich endgültig von der „Aufschieberitis“ heilen
- Die drei wichtigsten Motivationsfaktoren
- Verhängnisvolle Geisteszustände

### **Lektion 14 - Rückschläge**

- Warum Rückschläge nur vorübergehende Niederlagen sind
- Die gesamte Einleitung zu „Hills Goldener Regel“
- Warum Ihre Rückschläge die Trittstufen sind, auf denen Sie Ihrer wahren Liebe näherkommen
- Warum Niederlagen nur dann schädlich sind, wenn Sie sie als endgültig akzeptieren

### **Lektion 15 - Toleranz**

- Warum Sie vor den zwei wichtigsten Facetten der Intoleranz auf der Hut sein sollten
- Die beiden Grundpfeiler des Lebens

## Band III - Rückschläge als Lehrmeister

*Das Gestern ist nur ein Traum,  
das Morgen nur eine Vision.*

*Aber das gut gelebte Heute  
macht jedes Gestern zu einem Gestern des Glücks  
und jedes Morgen zu einem Morgen der Hoffnung.  
Lebe dein Heute deshalb bewusst!*

Normalerweise sind Begriffe wie „Fehler“, „Scheitern“, „Misserfolg“ oder „Rückschläge“ negativ besetzt.

In der vorliegenden Lektion verwenden wir überwiegend den Sammelbegriff „Rückschläge“, jedoch diesmal mit einer neuen Bedeutung. Der Grund hierfür ist, dass dieser Begriff sehr missbräuchlich verwendet wird und deshalb Millionen von Menschen unnötige Probleme und Nöte gebracht hat.

Unterscheiden wir zunächst zwischen

- „Rückschlägen“ und
- „zeitweiligen Niederlagen“.

Sehen wir uns hierzu an, ob das, was gemeinhin als ein „Rückschlag“ bezeichnet wird, in Wirklichkeit nicht bloß eine „zeitweilige Niederlage“, eine „kurzzeitige Vereitelung“, ist.

Sehen wir uns des Weiteren an, ob dieser Umweg nicht auch ein **versteckter Segen** sein könnte, denn immerhin werden unsere Energien dadurch in wünschenswertere Bahnen gelenkt!

In Kurseinheit neun haben Sie gelernt, dass die Stärke eine Folge des Widerstandes ist. In der vorliegenden Einheit lernen Sie nun, dass ein fester Charakter meist das Werk von Rückschlägen, „Schlappen“ und „Flops“ ist.



Für den Menschen, der vorübergehende Niederlagen oder andere Widrigkeiten als Lernerfahrungen begreift, die ihm eine dringend benötigte Lehre vermitteln sollten, sind solche Erfahrungen keineswegs Misserfolge. In der Tat verbirgt sich hinter jedem Rückschlag eine große und dauerhafte Lektion, und meist handelt es sich um eine Lektion, die auf andere Weise nicht hätte gelernt werden können.

Niederlagen sprechen häufig in einer uns unverständlichen Sprache zu uns.

Wäre es anders, würden wir nicht dieselben Fehler wiederholen, ohne etwas gelernt zu haben. Wir würden auch sorgfältiger auf Fehler achten, die von anderen Menschen begangen werden und auch aus diesen unsere Lehren ziehen.

Das Hauptanliegen der vorliegenden Lektion ist es, Ihnen dieses „Kauderwelsch“, in dem Rückschläge und Fehler sich mit uns zu verständigen versuchen, verständlich zu machen.

Am besten gelingt mir dies wahrscheinlich, indem ich Sie mit auf die Reise in meine eigene Vergangenheit mitnehme, und Ihnen einige meiner eigenen Erfahrungen aus den letzten dreißig Jahren schildere.

Innerhalb dieser Zeitspanne bin ich sieben Mal an einen Wendepunkt gelangt, den der Außenstehende als „Rückschlag“ bezeichnen würde. An jedem dieser sieben Wendepunkte dachte ich erneut, diesmal in eine Sackgasse geraten zu sein, aber rückblickend erkenne ich, dass das, was wie eine Sackgasse aussah, eine gütige und unsichtbare Hand war, die mich veranlasste, meinen Kurs neu zu bestimmen und mit einer größeren Weisheit einen anderen Weg einzuschlagen.

Allerdings gelangte ich erst viele Jahre später im Zuge eines nüchternen und meditativen Nachdenkens zu dieser Einsicht.

## **Mein erster Wendepunkt**

Nachdem ich auf einer Wirtschaftsschule einen Lehrgang absolviert hatte, fand ich eine Anstellung als Stenograf und Buchhalter, und blieb fünf Jahre lang bei diesem Arbeitgeber.

Da ich mir unverlangte Extraleistungen angewöhnt hatte (wie in Lektion neun beschrieben), wurde ich auch rasch befördert, und es wurde mir eine Verantwortung übertragen, welche ein Gehalt mit sich brachte, das für mein Alter überdurchschnittlich hoch war.

Ich sparte mein Geld, und auf meinem Bankkonto befanden sich einige Tausend Dollar.

Mein Ruf verbreitete sich rasch, und die externe Nachfrage nach meinen Diensten stieg.

Im Bestreben, die Stellenangebote seiner Wettbewerber abzuwehren, beförderte mich mein Arbeitgeber zum Geschäftsführer der Minen, die er leitete.

Es ging aufwärts - und ich wusste es!

Und das war die traurige Kehrseite des Schicksals: dass ich es wusste!

Dann streckte sich die Hand des Schicksals nach mir aus, und gab mir einen freundlichen Schubs.

Mein Arbeitgeber hatte sein Vermögen verloren, und in der Folge war auch ich stellungslos geworden. Das war mein erster großer Rückschlag, und obwohl eine Reihe von Gründen dafür verantwortlich waren, die sich meiner Kontrolle entzogen, hätte ich meine Lektion daraus lernen sollen.

Allerdings tat ich das erst Jahre später!

# Raymond Holliwell

## Im Einklang mit dem Großen Gebot

# 16.

11 geistige Gesetze für ein erfolgreiches Leben



196 Seiten

[Paperback](#), 978-3-7439-8870-5 € 17,70  
[Hardcover](#), 978-3-7439-8871-2 € 19,95  
[PDF](#), € 9,70

Dr. Raymond Holliwell erklärt anhand von elf spirituellen Gesetzmäßigkeiten, wie eine erfolgreiche Lebensgestaltung von zwar unsichtbaren, aber dennoch nicht minder wirkungsvollen Prinzipien abhängig ist.

Die Metapher „das Große Gebot“ verwendet er als Synonym für „Gott“.

Hiermit meint er keinen äußeren „Gott“ im kirchlich-dogmatischen Sinne, sondern das Lebensgesetz, dem jeder einzelne Mensch unterworfen ist.

<b>Vorwort des Verfassers</b>	v
<b>Kapitel 1:</b> Im Einklang mit dem Großen Gebot	1
<b>Kapitel 2:</b> Das Gesetz des Denkens	15
<b>Kapitel 3:</b> Das Gesetz der Versorgung	32
<b>Kapitel 4:</b> Das Gesetz der Anziehung	51
<b>Kapitel 5:</b> Das Gesetz des Empfangens	71
<b>Kapitel 6:</b> Das Gesetz der Zunahme	87
<b>Kapitel 7:</b> Das Gesetz des Ausgleichs	100
<b>Kapitel 8:</b> Das Gesetz der Widerstandslosigkeit	115
<b>Kapitel 9:</b> Das Gesetz der Vergebung	129
<b>Kapitel 10:</b> Das Gesetz des Opfers	142
<b>Kapitel 11:</b> Das Gesetz des Gehorsams	155
<b>Kapitel 12:</b> Das Gesetz des Erfolgs	165

# Kapitel 12

## Das Gesetz des Erfolgs

*„Wer es sich zutraut,  
der schafft es auch!“*

**D**er Mensch ist zum Erfolg gedacht. Das Gebot des Guten versagt ihm nichts.

Er ist reich geboren. Die ihm innewohnenden Möglichkeiten sind unerschöpflich.

Jedem normalen Menschen wird eine Komplettausstattung an Fähigkeiten mitgegeben, die ihm Erfolg garantieren, sofern er diese Fähigkeiten entwickelt und wissenschaftlich anwendet.

Der Mensch ist auf Fortschritt ausgerichtet. Jeder Mensch trägt in sich die Anlagen für eine nie endende Weiterentwicklung. Der Zweck des Großen Gebots ist eine Weiterentwicklung in allen Bereichen.

Indem der Mensch mit dem Großen Gebot zusammenwirkt, kann er immer größere Erfolge erringen.

In der Natur sind alle Abläufe erfolgreich. Die Natur kennt keine Misserfolge. Sie ist einzig und allein auf Erfolge ausgerichtet. Ihr ist in jeder Form und auf jede Weise an Ergebnissen gelegen.

Um im weitesten Sinne erfolgreich zu sein, sollten wir uns die Natur zum Vorbild nehmen und ihre Methoden übernehmen. Dort finden wir alle Erfolgsgeheimnisse.

Dem Menschen stehen unerschöpfliche Ressourcen zur Verfügung. Seinen Möglichkeiten sind keine Grenzen gesetzt. Er fokussiert und individualisiert die Elemente, Kräfte und Prinzipien der gesamten Welt. Er kann eine erstaunliche Intelligenz entwickeln.

Deshalb können alle Fragen des Leben beantwortet, alle Geheimnisse der Natur entdeckt, und alle menschlichen Probleme gelöst werden.

Überall schlummern höhere Fähigkeiten, bemerkenswerte Talente, tiefere Einblicke und größere Kräfte, und durch besondere psychologische Methoden können diese herausragenden Elemente so weit entwickelt werden, dass sie praktisch angewandt werden können. Jedes Bewusstsein kann Größe entfalten. Es geht schlichtweg nur um das „Gewusst-Wie“.

Die wahre Selbsthilfe, Selbstentdeckung, das wahre Wissen um sich selbst sowie die fachkundige Anleitung bei der Umsetzung der eigenen Fähigkeiten, werden jeden Menschen weiterbringen. Die praktische Anwendung wird die Effizienz gewährleisten und Ergebnisse bringen.

Deshalb ist jedem, dem daran gelegen ist, der Erfolg beschieden.

Wenn Sie erfolgreich sein wollen, haben Sie freie Bahn. Alle Grundvoraussetzungen bringen Sie bereits mit.

Was jetzt noch fehlt, ist **das richtige Verständnis der Prinzipien und Gesetze, auf denen der Erfolg beruht**, sowie danach die **Anwendung der richtigen Methoden der Verursachung**, bis der Erfolg eingetreten ist.

Das Gesetz des Erfolgs ist ebenso exakt, wie die Gesetze jeder Wissenschaft.

Die genaue Anwendung dieses Gesetzes wird jedes Mal Ergebnisse zeitigen, und schließlich ist es das Ergebnis, das zählt.

Da sich die Ergebnisse aufgrund der ständigen Anwendung dieses Gesetzes beliebig wiederholen lassen, sind der Anzahl Ihrer Erfolge keine Grenzen gesetzt.

Großes ist ebenso möglich wie Kleines, und Großes ist dem möglich, der das Gesetz im Glauben und mit Verständnis anwendet.

Unabhängig davon, wie Ihre gegenwärtigen Bedingungen beschaffen sein mögen, gibt es für Sie eine größere und bessere Zukunft, doch Sie müssen sich darauf vorbereiten. Sie können erst dann bessere Dinge erhalten, wenn Sie etwas dafür tun!

Studium, Planung, Engagement - all das ist notwendig. Die Jungen und die Alten können gleichermaßen weiter voranschreiten.

Um sich selbst, und dem Großen Gebot, dem Sie unterliegen, treu zu sein, bleibt Ihnen gar keine andere Wahl als das Voranschreiten, denn Voranschreiten ist gleichbedeutend mit Erfolg.

Es liegt in der Absicht des Großen Gebotes, dass Sie weiterkommen und voranschreiten!

Sie können durchaus stillstehen, und auch zurückgehen, und auf diese Weise Ihren normalen Fortschritt eine Zeit lang - oder auch ein Leben lang - behindern, doch letztendlich werden Sie gezwungen werden, sich insbesondere in der Richtung des Wachstums Ihrer Seele weiterzuentwickeln.

Die Natur duldet kein Abweichen von ihren Absichten.

Dies ist häufig der Grund, warum Sie eine Widrigkeit nach der anderen hinzunehmen haben, wenn Sie sich weigern, voranzuschreiten.

Sie können Ihre höchsten Ziele erreichen. Scheuen Sie nicht davor zurück, sie hoch anzusetzen, und errichten Sie Ihr Gebäude gründlich. Was auch immer für Sie Erfolg bedeutet, können Sie auch erreichen.

Das Große Gebot verpuscht nichts!

Was ihm als Ideal eingeprägt wird, hat auch die Macht, sich zu verwirklichen. Was im Unterbewusstsein angelegt ist, kann sich auf der materiellen dreidimensionalen Ebene zeigen.

Das Große Gebot trachtet stets danach, Sie aufzubauen, und auf Erfolg auszurichten.

Das ist sein Plan.

Die Fähigkeiten großer und erfolgreicher Menschen sind dieselben, die auch Sie besitzen. Diese Menschen haben ein gewisses Verständnis der richtigen Art erworben, und ihre Fähigkeiten danach bestmöglich eingesetzt, um voranzukommen und Erfolge zu erringen.

Manche werden sich nun fragen: „*Worin besteht denn nun wahrer Erfolg?*“ Beinahe jeder wird hierzu eine andere Auffassung vertreten.

Um mehr Klarheit zu schaffen, wollen wir uns diesen Begriff näher ansehen:

Für viele Menschen ist „Erfolg“ vor allem irdischer Wohlstand.

Für andere ist er die Verwirklichung persönlicher Hoffnung oder die Erfüllung eines Herzenswunsches.



Wieder andere verstehen darunter das Erreichen ihrer Ambitionen oder das Vollbringen großer Taten.

Doch **wahrer Erfolg** ist nichts von alledem.

Wahrer Erfolg hat nichts mit Geld, Position, Ruhm oder Wohlstand zu tun, wenngleich er diese Dinge beinhalten kann.

Der wahre Erfolg liegt in den erhaltenen Ergebnissen, in der eingefahren Ernte, die sich danach bemisst, wie weit unseren Mitmenschen geholfen, und die Welt bereicherter wurde.

Im Sinne der vorliegenden Lektion werden wir den Begriff „Erfolg“ allerdings in einem individuelleren Sinne gebrauchen, und bezeichnen damit das persönliche Vorankommen und die persönliche Verbesserung.

Der Mensch ist so angelegt, dass er die Elemente seines Lebens nehmen kann, um damit eine ständig größer werdende Macht, mehr Verbesserung und mehr Erfolg zu erreichen. Darüber hinaus ist er auf subtile Weise mit allem außerhalb von ihm selbst verbunden, damit dieser Zweck erfüllt werden könne.

Diese Erfüllung hängt allerdings davon ab, inwieweit er von seinem Bewusstsein Gebrauch macht, und ob er die Kräfte seines Lebens wissentlich oder unwissentlich einsetzt.

Erfolg bedeutet, das eigene Selbst und die eigenen Handlungen auf einen höheren Standard als das übliche menschliche Niveau zu bringen.

Beinahe alle Misserfolge und Niederlagen im Leben beruhen auf geistiger Blindheit. Wenn der Kopf funktioniert, denkt er auch richtig. All unsere Handlungen werden durch unsere inneren Beweggründe, nicht durch unsere äußeren Errungenschaften, bewertet...

# Prentice Mulford

## Gedanken sind real

# 17.



192 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7469-6961-9	€ 17,70
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7469-6962-6	€ 19,95
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7469-6963-3	€ 9,99
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,70

Prentice Mulford war einer der bedeutendsten Vordenker einer spirituellen Lebensphilosophie, der so genannten „Neugeistbewegung“ („New Thought Movement“).

Die im Buch „Gedanken sind real“ – im Original 1889 erschienen - dargestellten Aussagen und Einsichten werden Ihnen helfen, mithilfe der Gedankendisziplin inneren Frieden zu erlangen.

Sie erfahren, wie Sie Ihr Denken konsequent auf mehr Lebenserfolg und Zufriedenheit ausrichten können.

1. Materielles und spirituelles Bewusstsein
2. Über unsere zwischenmenschlichen Beziehungen
3. Gedankenströme
4. Wie Sie sich mehr zutrauen
5. Nach vorwärts blicken
6. Das unendliche Bewusstsein der Natur
7. Einige Prinzipien für mehr Gesundheit und Schönheit
8. Menagerie des Horrors
9. Der Gott im Menschen
10. Die Heilkraft des Bewusstseins
11. Unsterblichkeit im Fleische
12. Hehres Trachten
13. Neues Denken

# Materielles und spirituelles Bewusstsein

**Z**u jedem Menschen gehört ein höheres und ein niedrigeres Selbst - ein über sehr lange Zeit herangewachsenes spirituelles Selbst (oder „Bewusstsein“), und ein erst gestern entstandenes körperliches Selbst.

Das Höhere Selbst sprudelt über von Ideen, Anregungen und Sehnsüchten.

Diese erhält es vom Allbewusstsein.

Für das niedrigere Selbst ist all das nur wildes und visionäres Zeug. Das Höhere Selbst sieht Möglichkeiten, die weit über das hinausgehen, was wir Menschenkinder erkennen können.

Das niedrigere Selbst sagt, dass wir immerzu nur so weiterleben können, wie wir es bislang getan haben.

Das Höhere Selbst will frei sein; es will die Fessel der Begrenzungen, der Schmerzen und Behinderungen des Körperlichen abstreifen.

Das niedrigere Selbst sagt, dass wir zum Leiden geboren seien, dass wir krank sein müssten, und dass wir wie unsere Vorfahren weiterzuleben hätten.

Das Höhere Selbst strebt nach seinem eigenen Standard dafür, was richtig und was falsch ist.

Das niedrige Selbst jedoch sagt, dass wir die Vorgaben der anderen zu akzeptieren hätten, und dass wir uns lange gehegten Meinungen und Vorurteilen zu beugen hätten.

„*Deinem eigenen Selbst sei treu*“, so lautet ein oft geäußelter Wahlspruch. Doch von welchem Selbst ist hier die Rede? Vom höheren oder vom niedrigeren?

Der Mensch besitzt gewissermaßen zwei Bewusstseinsbereiche:

- den körperlichen
- und den spirituellen.

Das Spirituelle ist Kraft und Rätsel zugleich. Dass es das Geistige oder Spirituelle gibt, wissen wir. Wir wissen auch, dass es ständig am Wirken ist, und dass es die Ursache für alles ist, was wir über die Sinnesorgane erkennen können.

Was wir von einem Objekt - zum Beispiel von einem Baum, einem Stein, aber auch von einem Tier oder Menschen - sehen können, ist nur ein Teil davon.

Es gibt eine Kraft, die solche Gegenstände oder Objekte eine Zeit lang in der sichtbaren Gestalt zusammenhält. Diese Kraft wirkt unterschiedlich stark ständig auf diese Dinge ein. Sie sorgt dafür, dass die Blume zum Erblühen gelangt. Sobald sie nicht mehr auf die Blume einwirkt, wird dies von uns als „Verwelkung“ erkannt. Sie verändert die Gestalt sämtlicher Formen der so genannten geordneten Materie fortwährend.

Ein Tier, eine Pflanze oder ein Mensch sind in der physischen Gestalt nicht dasselbe, was sie auch nächsten Monat oder nächstes Jahr sein werden.

Diese ständig wirkende und ständig verändernde Kraft, die alles zugrunde liegt, und in gewisser Weise alles erschafft, nennen wir

- » „Bewusstsein“,
- » „Geist“ oder
- » „das Spirituelle“.

Wir besitzen die Fähigkeit, diese Kraft, die wir hier „spirituelles Bewusstsein“ nennen wollen, so zu lenken, dass sie uns Gesundheit, Lebensglück und Seelenfrieden verschafft - sobald wir sie erkennen.

Da wir aus dieser Kraft zusammengesetzt sind, ziehen wir immer mehr von ihr an, und machen sie zu einem Teil unser selbst. Je mehr wir von dieser Kraft aufnehmen, umso größer wird auch unsere Erkenntnis.

Anfänglich lassen wir zu, dass sie blind wirkt. Wir befinden uns dann einem Zustand, der als das „materielle Bewusstsein“ bekannt ist.

Doch in dem Maße, in dem das Bewusstsein wächst und seine Macht zunimmt, wird es auch wacher und es stellt Fragen wie:

*„Warum gibt es im physischen Leben so viel Leid, Kummer und Enttäuschung?“*

*„Warum scheint es, als seien wir zum Erdulden und Verkümmern geboren?“*

Solche Fragen sind der erste Schrei des Erwachens des spirituellen Bewusstseins und, ernsthaft gestellt, verlangen solche Fragen zur rechten Zeit nach einer Antwort.

Das materielle Bewusstsein ist ein Teil von Ihnen. Es gehört zum Körper und wird von ihm erzogen. Es ist so, als würden Sie einem Kind beibringen, dass ein Dampfschiff von den Schaufelrädern angetrieben wird, ihm aber nichts über den Dampf erzählten. Doch die wahre Kraft kommt vom Dampf.

Mit einem solchen Halbwissen versehen, würde das Kind annehmen, dass die stillstehenden Räder der Grund seien, warum sich das Schiff nicht weiterbewegt und es würde nicht auf den Gedanken kommen, die Ursache woanders zu suchen...

# Christian Larson

## Mehr Lebenserfolg durch gelebte Spiritualität

# 18.



272 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7482-9338-5	€ 19,99
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7482-9339-2	€ 24,99
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7482-9340-8	€ 9,99
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,70

Christian D. Larson (1866-1955) war ein norwegischstämmiger Lehrer für „Neues Denken“ und Verfasser von 19 Büchern.

Seine Schriften übten und üben auch heute noch einen nachhaltigen Einfluss auf zahlreiche geisteswissenschaftliche Autoren aus.

In diesem Werk stellt Christian Larson praktische Methoden vor, welche von jedermann angewandt werden können, um sich seine Herzenswünsche sicher zu erfüllen.

Dieser Klassiker enthält eine Sammlung der besten Ideen und Vorgehensweisen für die erfolgreiche Wunscherfüllung auf geisteswissenschaftlicher Basis.

Die Methoden sind einfach anzuwenden. Von Anfang an werden den Lesern bewährte Instrumente an die Hand gegeben, um jeden Tag großartig zu gestalten. Wenn jeder einzelne Tag gelungen ist, wird auch die ganze Woche und der gesamte Monat gelungen sein. Dazu braucht niemandem etwas weggenommen zu werden, kein einziger Mensch braucht manipuliert zu werden, und ein Herumdoktern an äußeren Umständen erübrigt sich.

# Inhaltsübersicht

Impressum	i
Über Christian Larson	iv
Das Credo des Optimisten	v

## **Lektion 1**

Das verwirklichte Ideal	1
Das Haupthindernis beseitigen	4
Die Angst vor der Nichtverwirklichung des Wunsches	5
Absolute Erfolgsüberzeugtheit	7
Das angestrebte Ideal im eigenen Sein vorwegnehmen	9
Das Ideal als bereits verwirklicht vorstellen	13

## **Lektion 2**

So beginnen Sie. Die Grundlagen	14
Prinzipien:	
1. Lernen Sie, still zu sein!	14
2. Seien Sie fröhlich und glücklich!	16
3. Lieben Sie jeden Menschen, und seien Sie nett!	18
4. Glauben Sie an Wohlstand!	21
5. Beten Sie ohne Unterlass!	24
6. Behalten Sie die Wahrheit in Ihrem Denken!	27
7. Leben Sie spirituell!	30

## **Lektion 3**

Erste Schritte zu einem idealen Leben	35
Geben Sie immer Ihr Bestes	37
Achten Sie auf Harmonie mit der Gegenwart	41
Verzichten Sie auf Widerstand	53

<b>Lektion 4</b>	
Der erste Gedanke für ein ideales Denken	56
Was ist das „Himmelreich“?	57
Wie im Innen, so im Außen	58
Wahre Rechtschaffenheit	59
Die beiden Ursachen von Armut	65
<b>Lektion 5</b>	
Das Ideale und das Reale als Einheit	72
Ständige Harmonie	72
<b>Lektion 6</b>	
Der erste Schritt zur inneren Freiheit	88
Verzeihen als notwendige Voraussetzung	88
Der Irrweg der Ursachenforschung	96
Wahrheitsprinzipien:	
1. Vollkommene Harmonie mit dem Leben	124
2. Klarheit über unsere Ziele	124
3. Erlangung von Gesundheit, Glück und Harmonie	124
<b>Lektion 7</b>	
Wege zur ständigen Verbesserung	101
Die Grundhaltung der Dankbarkeit	105
<b>Lektion 8</b>	
Von den Lilien lernen	111
<b>Lektion 9</b>	
Freuen Sie sich über alles!	129
<b>Lektion 10</b>	
Die richtige Verwendung von Freundlichkeit und Anteilnahme	141
Was ist wahre Anteilnahme?	144
Wieso wir Gefühlsüberschwang vermeiden sollten	150



<b>Lektion 11</b>	
Sprechen Sie über Gesundheit, Glück und Wohlstand	157
Sprechen Sie über Glück!	157
Sprechen Sie über Wohlstand!	159
Sprechen Sie über Gesundheit!	160
Sprechen Sie über Tugendhaftigkeit!	161
Sprechen Sie über Frieden!	163
Sprechen Sie über Erfolg!	163
<b>Lektion 12</b>	
Was über das Geschick des Menschen entscheidet	168
<b>Lektion 13</b>	
Wer hat, dem wird gegeben	175
<b>Lektion 14</b>	
Ein lohnenswertes Leben	185
<b>Lektion 15</b>	
Wenn alles möglich wird	195
Die Macht des Glaubens	195
Drei Gruppen von Menschen	200
<b>Lektion 16</b>	
Die Kunst, das Gewünschte zu erhalten	208
<b>Lektion 17</b>	
Wege zum Lebensglück	219
1. Gestalten Sie Ihr Leben einfach!	220
2. Achten Sie auf Gelassenheit!	222
3. Seien Sie der Welt zugetan!	223
4. Seien Sie nützlich!	224
5. Denken und sprechen Sie nur über Schönes!	225
6. Verzeihen Sie alles, was falsch erscheint!	226
7. Seien Sie zufrieden mit der Gegenwart!	228
8. Suchen Sie nach dem Idealen!	230
9. Entfalten Sie den ganzen Menschen!	230

- |  |     |
|--|-----|
| 10. Lassen Sie nur schöne Gedanken zu!           | 231 |
| 11. Begeben Sie sich in die Harmonie des Lebens! | 231 |
| 12. Widmen Sie jeden Moment dem höheren Leben!   | 232 |

**Lektion 18**

Wie Sie sich ein ideales Umfeld schaffen	233
--	-----

**Lektion 19**

Wie Sie Ihr Schicksal verändern	244
---------------------------------	-----

**Lektion 20**

Wie Sie Ihre eigene ideale Welt erschaffen	253
--	-----

.....

## Lektion 11

# Sprechen Sie über Gesundheit, Glück und Wohlstand!

### » Sprechen Sie über Glück!

Wenn die Dinge düster aussehen, reden Sie über Glück!

Wenn die Dinge heiter aussehen, sprechen Sie noch mehr über Glück! Wenn andere traurig sind, bestehen Sie darauf, guter Dinge zu sein! **Sprechen Sie über Glück**, und diese Menschen werden sich bald besser fühlen!

### **Sprechen Sie über Glück!**

Dies wird sich in jeder Form auszahlen. Geben Sie anderen Menschen Sonnenschein, und man wird gerne wieder Sonnenschein zu Ihnen zurücksenden!

**Sprechen Sie über Glück**, und Ihre Gesundheit wird besser werden! Ihr Geist wird klarer und Ihre Persönlichkeit anziehender. Die Eigenschaften, welche das Glück Ihnen verleiht, werden auch auf andere abfärben, die Ihnen zuhören, wenn Sie über das Glück reden.

**Sprechen Sie über Glück**, und Sie werden sich stets in einem glücklichen Geisteszustand befinden. Sie werden Tausende ermutigen, sich ebenso zu verhalten.

Sie werden inmitten des Gartens des menschlichen Lebens zu einem Springbrunnen der Freude, und wer weiß, wie viele Blumen der Freundlichkeit und Freude deshalb zum Erblühen gebracht wurden, weil *Sie* anwesend waren?

Wenn andere den Mut verloren haben, **sprechen Sie über Glück!** Die Zukunft ist für alle rosig. **Sprechen Sie über Glück,** und Sie bringen die Helligkeit des Lichts auf ihren Lebensweg; sie werden jetzt bessere Dinge sehen als zuvor.

Ein deprimierter Geist ist blind. Er sieht nur Dunkelheit. Wenn aber das Licht der Freude hereingelassen wird, verändert sich alles. **Sprechen Sie deshalb bei jeder Gelegenheit zu allen Menschen nur über das Glück!**

Wir können auf dieser Welt gar nicht zu viel Licht haben! Je mehr wir **über Glück sprechen,** umso mehr Licht verbreiten wir überall, wo wir uns aufhalten!

Kann es eine größere Freude geben, als festzustellen, dass Sie für Tausende von Menschen den Weg einfacher gestaltet, und Sonnenstrahlen der Freude in ihre geistige Welt gesandt haben?

Dies erreichen Sie, indem Sie **über Glück sprechen.** Indem Sie immer wieder **über Glück sprechen,** tragen Sie auch dazu bei, dass Ihr eigenes Glück immer größer wird.

Was wir im Übermaß hinausgeben, kehrt im Übermaß wieder zu uns zurück, sofern wir dies mit der richtigen geistigen Einstellung tun. Wer **über Glück redet,** hat immer die richtige Einstellung! Sprechen Sie trotz aller Uneinigkeit, Schwierigkeiten oder Verwirrung über das Glück, und es wird nicht lange auf sich warten lassen!

Die Harmonie wird bald wieder einkehren!

## » **Sprechen Sie über Wohlstand!**

Wenn die Zeiten nicht so gut sind, muss der Mensch sie eben besser machen. Dies kann er tun, indem er sein Bestes gibt, und an diese Wohlstand schaffende Macht glaubt.

Menschen, die an Wohlstand glauben, denken auch an Wohlstand; sie leben in Wohlstand, und tun dann das, was Wohlstand erzeugt.

Sie können den Menschen den Glauben an Wohlstand geben, indem Sie ständig **über Wohlstand reden**.

Man wird vielleicht nicht sogleich auf Sie hören, doch Beharrlichkeit führt zum Ziel. Wohlstand verfügt über eine hohe Anziehungskraft, und je mehr Sie ihn den Bewusstseinen Ihrer Mitmenschen einprägen, umso anziehender wird er, bis er schließlich einkehren muss. Wenn wir die Vorstellung von Wohlstand in unserem eigenen Bewusstsein zulassen, fangen wir ab diesem Zeitpunkt an, Wohlstand zu erzeugen.

- Denken Sie an Wohlstand!
- Sprechen Sie über Wohlstand!
- Leben Sie den Wohlstand!

Das wird dafür sorgen, dass Sie die Leiter höher klettern, wie immer die Umstände auch aussehen mögen!

Richten Sie Ihr Augenmerk auf die Macht, die Überfluss und Fülle erzeugt; dies tun Sie, indem Sie an diese Macht glauben. Dann werden Sie alle Widrigkeiten überwinden und Ihre höchsten Ziele erreichen.

Die Angst vor Versagen und Misserfolgen führt zu mehr Misserfolgen als alle übrigen Gründe zusammengenommen!

Diese Angst können Sie beseitigen, indem Sie **über Wohlstand reden!**

» **Sprechen Sie über Gesundheit.**

Das ist die beste Medizin!

Sobald die Menschen nicht mehr über Krankheiten reden, entziehen Sie den Krankheiten die Kraft, und die Menschen bleiben gesund.

Sprechen mit jedem kranken Menschen über Gesundheit und Sie sorgen dafür, dass er ebenfalls an Gesundheit zu denken beginnt.

Wer an Gesundheit denkt, lebt auch gesund, und wer gesund lebt, erzeugt Gesundheit.

Wenn sich Ihre Gesprächspartner darin ergötzen, minutiös alles aufzuzählen, was ihnen über die Übel der Gesellschaft zu Ohren gekommen ist, reinigen Sie die schmutzigen Gewässer ihrer Unterhaltungen, indem Sie **über Gesundheit reden**.

Lassen Sie sich davon nicht abbringen!

Beweisen Sie, dass es neben Übel und Krankheit noch viel mehr gibt, und dass die Gesundheit deshalb das wichtigere Thema ist. Die Mehrheit herrscht. Gesundheit befindet sich in der Überzahl. Erhöhen Sie diese noch mehr, indem Sie **noch mehr über Gesundheit sprechen!**

Geben Sie in solchen Gesprächen das Thema vor, und nehmen Sie sich fest vor, sich den Faden nicht aus der Hand nehmen zu lassen! Andere werden Ihnen bald folgen, und auf diese Weise wird das Kranke immer weniger werden, und in den Kreisen, in denen der Gesundheit der Vorrang eingeräumt wird, bald unbekannt sein.

Betonen Sie immer wieder das Gute. Geben Sie ihm immer mehr Macht. Bald wird es so stark sein, dass das Ideal des Guten allenthalben verwirklicht sein wird.

## » **Sprechen Sie über Tugendhaftigkeit!**

Je mehr die Menschen **über Tugenden reden**, umso mehr denken sie an das Schöne der Tugendhaftigkeit. Über kurz oder lang werden sie sich mehr Tugenden wünschen, und dieser Wunsch wird immer stärker werden, bis er schließlich jedes Atom des menschlichen Lebens durchdringt.

Mehr Reinheit erlangen zu wollen, heißt, alle reinigenden Elemente Ihres Seins zur Entfaltung zu bringen; Sie werden dann bald eine reine Abgeklärtheit des Bewusstseins an sich bemerken.

Sie können bei Tausenden von Menschen zu einer Reinigung des Bewusstseins beitragen, indem Sie ständig an das Tugendhafte denken, und diese Tausende werden die Macht der Tugendhaftigkeit ihrerseits wiederum an Tausende anderer Menschen weitergeben.

**Sprechen Sie über das Tugendhafte**, und dem Guten, das Ihnen zustößt, ist kein Ende gesetzt! Wenn die Welt schlecht zu sein scheint, sprechen Sie über das Tugendhafte.

Die Macht des Guten ist keineswegs erloschen! Sie ist so groß wie eh und je, und sie herrscht hier und dort und überall!

Sie können das Bewusstsein der Menschen für das Hereinströmen dieser Macht öffnen, indem Sie **über das Tugendhafte sprechen**. Aufgrund Ihrer eigenen Worte können Sie die gedankliche Ausrichtung der Menschen verändern.

Sie können dafür sorgen, dass sich die Menschen Tugendhaftigkeit wünschen, indem Sie mit gutem Beispiel vorangehen, und **über Tugendhaftigkeit reden**. An der Oberfläche erscheint gar manches so, wie es nicht sein sollte, aber die Oberfläche ist nicht alles. Sie ist nur ein unbedeutender Teil des Ganzen.

Es gibt einen verborgenen Reichtum, den viele Menschen deshalb übersehen, weil ihre Aufmerksamkeit niemals in diese Richtung gelenkt wurde.

Sie können die Menschen zu den Goldminen des Bewusstseins und zu den Diamantenadern der Seele führen. Dies hängt nur von den Worten ab, die aus Ihrem Munde kommen. Sie können das Bewusstsein eines Menschen lenken, indem Sie über andere Dinge sprechen.

Deshalb sollten Sie sich nicht mit leerem Geschwätz begnügen, sondern ein hehres Ziel anstreben. Ihre Worte weisen den Weg, und wer Ihnen zuhört, wird zumindest in einem gewissen Maße dahingehend beeinflusst, dass er diesen Weg einschlägt.

Ihre Macht, das Bewusstsein anderer Menschen auf Größeres zu lenken, verbirgt sich deshalb in jedem Ihrer Worte, und deshalb ist es außerordentlich wichtig, diese Macht weise zu gebrauchen.

Wir sind für die Worte, die aus unserem Munde kommen, verantwortlich. Diese Worte wirken auf andere Menschen ein. Dies gilt im Guten wie im Schlechten. Sprechen Sie über Sünde, Krankheiten und Schwierigkeiten und Sie sorgen dafür, dass viele andere noch sündiger, kränker oder problematischer leben.

**Sprechen Sie aber über Gesundheit, Glück und Wohlstand**, dann werden viele Ihrer Mitmenschen mehr Gesundheit, Glück und Wohlstand erlangen. Wenn sich die Welt beklagt, denken Sie immer daran, dass das universelle Gute auch jetzt in Wartestellung harrt.

Der Jammerer trägt eine getönte Brille. Er kann die Dinge nicht so sehen, wie sie wirklich sind.



Sie können ihm dabei helfen, diese Brille abzunehmen, indem Sie seine Aufmerksamkeit auf die Tatsache lenken, dass die Dinge nicht so sind, wie sie ihm erscheinen.

Alles ist eine Sache des Blickwinkels. Wenn Sie aus der richtigen Warte auf die Dinge blicken, werden Sie glücklich, zufrieden und optimistisch sein, wie immer die Umstände auch beschaffen sein mögen.

Wenn Sie jedoch den verkehrten Blickwinkel einnehmen, werden Sie nichts klar erkennen können. Alles wird anders erscheinen, als es in Wirklichkeit ist. Die Folge ist ein Leben in Verwirrung und voller Fehler.

Beseitigen Sie diese Verwirrung, indem Sie sich in Harmonie mit dem ewigen Guten bringen. Dies können Sie erreichen, indem Sie **über das Gute reden**, daran denken, und es bei jeder Gelegenheit betonen.

Das, woran wir ständig denken, und worüber wir ständig reden, wird sich vervielfachen und in unserer eigenen Welt zunehmen.

### » **Sprechen Sie über Frieden!**

Auf diese Weise verhindern Sie nicht nur Verwirrung, sondern beseitigen auch jene bereits bestehenden verwirrten Zustände. Sie können die Stürme des Lebens beruhigen, indem Sie über Frieden reden.

Der Mensch, der an Frieden denkt, wird auch Frieden erfahren.

### » **Sprechen Sie über Erfolg!**

Auf diese Weise tragen Sie dazu bei, dass alle, mit denen Sie in Kontakt kommen, vom Geist des Erfolgs inspiriert werden.

Sie helfen ihnen, die Energien des Lebens auf das Ziel des Erfolgs auszurichten und ihn auf diese Weise zu erreichen.

Sagen Sie niemals, dass etwas unmöglich sei!

**Sprechen Sie über Erfolg;** damit tragen Sie dazu bei, dass alles möglich wird. Erfolg sollte jeder Mensch haben! Er ist nicht das Vorrecht einiger weniger, sondern jeder Mensch sollte um seiner selbst willen erfolgreich sein.

Die größte Angst ist jedoch die Erfolgsangst. Diese Angst können Sie beseitigen, indem Sie **über Erfolge sprechen**. Halten Sie jedem Bewusstsein die Vorstellung von Erfolg vor, und Sie werden zu einem wahren Menschenfreund.

Neue und größere Chancen können überall gefunden werden. Sprechen Sie über diese Dinge, und vergessen Sie die Fehlritte der Vergangenheit! Wir können das hinter uns liegende Geringere nur abstreifen, wenn wir uns auf das vor uns liegende Größere zubewegen.

Sprechen Sie mit jedem über Erfolg, und Sie tragen dazu bei, dass sich jeder auf mehr Erfolg zubewegt. Seien Sie eine Inspiration! Dies können Sie sein, indem Sie die Fackel des Erfolgs, des Wohlstands und des Gelingens jederzeit hoch halten.

Verwenden Sie Ihre Worte, um Fortschritt zu fördern, indem Sie ein neues Interesse an der besseren, der helleren und son- nigen Seite erwecken und das Bewusstsein der Menschen auf Erreichbares lenken.

Wer denkt, dass er etwas bewerkstelligen kann, kann es auch. Indem Sie über Wohlstand und Erfolg sprechen, helfen Sie den Menschen, sich diese Dinge vorzustellen.

Prägen Sie den Menschen das Größere ein. Auf diese Weise werden auch sie lernen, in größeren Dimensionen zu denken.

Wer an das Größere denkt, erbaut ständig Größeres. Betonen Sie in allen Gesprächen die Sonnenseite, und seien Sie ein nie ermüdendes Gegengewicht zu allen Klagen. Da sich ein sich beklagendes Bewusstsein bald auf dem Rückzug befindet, ist ein solches Gegengewicht von unermesslichem Wert!

Es kann das Schicksal gar manchen Menschen umpolen, und Ihre Worte können hierzu beitragen!

Wenn sich eine Tür schließt, öffnet sich eine neue. Manchmal auch mehrere.

Das ist das Gesetz des Lebens. Es ist der Ausdruck des Gesetzes des ewigen Fortschreitens. Die gesamte Natur wünscht sich ein ständiges Fortschreiten.

Der Geist des Fortschritts beseelt alles.

Wenn ein Mensch eine Gelegenheit versäumt, sich weiterzuentwickeln, sorgt dieses große Gesetz dafür, dass er eine weitere Chance erhält. Dies ist der Beweis, dass uns das Universum wohlgesonnen ist, und dass alles für den Menschen wirkt, und nichts gegen ihn gerichtet ist.

Da dies die Wahrheit ist, wirkt der Mensch, der über Gesundheit, Glück und Wohlstand spricht, harmonisch mit dem Universum zusammen, und trägt dazu bei, dass der große Sinn des Universums erfüllt werde. Wer möchte eine derartig wichtige und wertvolle Position ausschlagen?

Wenn Sie aber über Probleme, Misserfolge, Niederschläge, Krankheiten und Missstände reden, bringen Sie Ihr eigenes Bewusstsein gegen das Gesetz des Lebens und den Sinn des Universums auf. Auf diese Weise sind Sie gegen alles und die Folge ist, dass alles gegen Sie sein wird.

Alle Ihre Vorhaben müssen dann scheitern.

Doch wie anders sieht alles aus, wenn Sie die Richtung wechseln, und mit dem Universum zusammenarbeiten! Dann setzt sich die gesamte Macht des Universums für Sie ein, und hilft Ihnen, all Ihre Ziele zu erreichen!

Bringen Sie sich in eine harmonische Übereinstimmung mit den Gesetzen des Lebens, und Sie werden auf der Lebensleiter ständig höher steigen. Sie können gar nicht unten gehalten werden. Alles, was Sie angehen, werden Sie auch erreichen, weil alles für Sie ist.

Sie werden jedes Ideal verwirklichen, und dies wird zum optimalen Zeitpunkt und unter den besten Umständen geschehen.

Sobald Sie nicht mehr über Misserfolge reden und anfangen, **über Erfolge zu sprechen**, wechseln Sie unweigerlich die Richtung. Sie stellen fest, dass eine neue Welt und eine bessere Zukunft auf Sie warten. Die Dinge werden sich zum Guten wenden, sobald Sie einmal begonnen haben, nur noch über solche Dinge zu reden, die Sie verwirklichen wollen!

Sprechen Sie niemals über Unerwünschtes! Sie werden auf dem Weg weitergehen, den Sie durch Ihr Reden eingeleitet haben. Andere werden Ihrem Beispiel folgen.

**Sprechen Sie deshalb ausschließlich über Gesundheit, Glück und Wohlstand**, und helfen Sie jedermann - sich selbst eingeschlossen! - dabei, sich auf mehr Gesundheit, Glück und Wohlstand zuzubewegen. Die Macht der Worte ist enorm, sowohl für denjenigen, der diese Worte ausspricht als auch für denjenigen, an den sie gerichtet sind.

Die einfachste Art und Weise, diese Macht zu trainieren, besteht darin, dass Sie über das sprechen, was Sie sich wünschen. Sprechen über Dinge, die Sie erwarten oder verwirklichen wollen.

Sprechen Sie über Dinge, die Sie erreichen und erlangen wollen.

Auf diese Weise setzen Sie die Macht der Worte zu Ihren Gunsten ein.

Was immer auch kommen mag, sprechen Sie dennoch nur über Gesundheit, Glück und Wohlstand.

- Sagen Sie, dass es Ihnen gut gehe.
- Sagen Sie, dass Sie glücklich seien.
- Sagen Sie, dass alles in Ordnung sei.

Unterstreichen Sie alles, was im Leben gut ist.

So wird die Macht des Allerhöchsten dafür sorgen, dass Ihre Worte wahr werden.

# Benno Schmid-Wilhelm

## Wieder glücklich zusammen!

### Dem Gesetz der Anziehung sei Dank.

# 19.



352 Seiten

[Paperback](#), 978-3-7469-5636-7 € 21,70

[Hardcover](#), 978-3-7469-5637-4 € 26,75

[E-PUB](#), 978-3-7469-5638-1 € 9,99

[PDF](#), € 19,75

Viele Beziehungen scheitern. Menschen, die aus solchen gescheiterten Beziehungen kommen, erscheint es oft, als brauche man eine Erfolgsformel, um die wahre Liebe zu finden. Dieser in vier Abschnitte eingeteilte Ratgeber zeigt, dass es keine geheime Formel gibt, sondern dass es wichtig ist, an seinen Einstellungen und Erwartungen zu arbeiten, um nicht immer wieder enttäuscht zu werden.

Teil I enthält geisteswissenschaftliches Hintergrundwissen darüber, wieso viele Menschen negative Erfahrungen anziehen, und wie sie die Weichen für wünschenswertere Erlebnisse im Bereich der Liebe stellen können.

In Teil II geht es um die Dynamik des Zusammenbleibens. Denn das Zusammenleben unterscheidet sich im Schwierigkeitsgrad doch sehr vom ersten, anfänglichen Zusammentreffen.

Im dritten Abschnitt werden den Lesern einige Anregungen für Visualisierungsübungen an die Hand gegeben. Des Weiteren sind viele einschlägige Textauszüge von Neville Goddard und Genevieve Behrend eingeschlossen. Als Gratisbonus ist ein 120seitiges E-Book (PDF) mit 800 Klärungsfragen erhältlich.

# Inhaltsübersicht

Was erwartet Sie in diesem Buch?	x
Welche Garantien gibt es für das Zusammenkommen?	x
Warum wollen Sie Herzblatt zurückhaben?	xi
Kontaktsperre	xii
Ab wann sollten Sie die Kontaktsperre durchführen?	xvii
Fünfunddreißig Denkanstöße und Verhaltensregeln	xix

## Teil 1

01: Warum gerade ich?	23
02: Das Gesetz der Fülle	29
03: Das Gesetz der Anziehung	34
04: Wie Sie die Angst vor Liebesverlust überwinden	38
05: Die Macht des Glaubens	43
06: Warum Ihnen Ihr Ego im Wege steht	48
07: Das Gesetz der Dankbarkeit	53
08: Vertrauensvoll geschehen lassen	60
09: Ihre persönliche Zauberformel	63
10: So wird Ihre Vision vom idealen Partner Realität	70

Mein persönlicher Beziehungsplan	73
11: Potenzielle Widersacher und aussichtslose Strategien	74
12: Wie Sie gegen Ihre Widersacher gewinnen	78
13: Wie sich das Blatt sofort zu Ihren Gunsten wendet	82
14: Kontakt. Ja oder Nein?	86
Sonderfälle	94
15: Zurück zur Realität	96
16: Wieder Oberwasser gewinnen!	98
17: Habenwollen ja, Habenmüssen nein!	101
18: Tun Sie etwas für sich!	103
19: Wohin mit dem verletzten Stolz?	109
20: Kein Herumdoktern an der Beziehung!	112
21: Wer hat, dem wird gegeben. Warum eigentlich?	116
22: Wieder Lebensfreude gewinnen!	118
23: Ein Nebenbuhler. Was nun?	123
24: Wieder fit und attraktiv werden	128
25: Neue Leute kennenlernen	133
26: Was ging denn eigentlich schief?	135
27: Acht destruktive Verhaltensmuster	139



28: Fluchtursache Nr. 1: Übertreibung	141
29: Fluchtursache Nr. 2: Schuldgefühle	143
30: Fluchtursache Nr. 3: Selbstbemitleidung	145
31: Fluchtursache Nr. 4: Mangelndes Selbstwertgefühl	147
32: Fluchtursache Nr. 5: Selbstgerechtigkeit	149
33: Fluchtursache Nr. 6: Freie Bahn für die Gefühle	150
34: Fluchtursache Nr. 7: Schuldzuweisungen	152
35: Fluchtursache Nr. 8: Differenzen verschieben	154
36: Verzeihen	157
37: Sieben Scheingründe, um Schluss zu machen	159
Scheingrund 1: Ich bin einfach nicht glücklich	159
38: Scheingrund 2: Sich von den Gefühlen leiten lassen	161
39: Scheingrund 3: Das ist deine Schuld	163
40: Scheingrund 4: Es ist mir zu anstrengend	164
41: Scheingrund 5: Ich bin es nicht wert	165
42: Scheingrund 6: Fremdbeeinflussung	167
43: Scheingrund 7: Es wächst mir über den Kopf	168
44: Die wichtigsten Verhaltensregeln im Überblick	169
45: Ein paar Worte zur Körpersprache	172

46: Ursprüngliche Anziehungsfaktoren als Vorbereitung auf das erste Wiedersehen nutzen	175
47: So vereinbaren Sie das erste neue Wiedersehen	181
48: Mein Herzblatt hat kein Interesse an einem Treffen. Was nun?	188
49: Mein Herzblatt weiß nicht so recht	190
50: Mein Herzblatt ist telefonisch nicht erreichbar	192
51: Funktioniert das auch wirklich?	194
52: Sind Sie bereit?	196
53: Das erste Wiedersehen nach dem Aus	197
54: Wie geht es nach dem ersten Treffen weiter?	200

## Teil 2

# Das Pflegeprogramm

55: Zusammenkommen ist eine Sache; Zusammenbleiben eine andere	204
56: Die Dynamik des Zusammenbleibens	206
Interdependenz	210
57: Nicht jede Aktion bedingt eine Reaktion	212
58: Das Venn-Diagramm der tragfähigen Partnerschaft	215
Chaostheorie	220
59: Stabilisierungspfeiler Nr. 1: Lassen Sie das ewige Gezanke	224
60: Stabilisierungspfeiler Nr. 2: Komplementarität	227
61: Stabilisierungspfeiler Nr. 3: Wir-bezogene Entscheidungen	231
Verhandlungstipps	234
62: Liebeskiller und weitere Stabilisierungspfeiler	240
63: Bringen Sie Ihre Partnerschaft wieder in Schwung	249
64: Lieben ist ein aktives Verb	256
65: Wo bleiben die Gefühle?	259
66: Paradigmen	264

67: Wie entkomme ich der Paradigmenfalle?	272
68: Gesunde Grenzen setzen	277
69: Im Zweifel für das Herzblatt	279
70: Pflegen Sie eine Haltung der Dankbarkeit	282
71: Ständiges Verzeihen	284
72: Auf dem Weg zur intimen Partnerschaft	286
73: Launen und Stimmungen	291
74: Leben Sie Ihre Partnerschaft in der Gegenwart	294
76: Bei der Sexualität geht es ums Wir	297
77: Wie Sie sich in vier Minuten wieder versöhnen	304
78: Geld als Entfaltungshilfe bei der Partnerschaft	307
79: Nicht nur wachsen, sondern weiterentwickeln!	313

## **Teil 3**

# **Anregungen für Visualisierungsübungen**

Allgemeines	320
80: Meditation für mehr Selbstliebe	323
81: Theta-Meditation	326
82: Aufräumen	329
83: Das allersonderbarste Geheimnis	331
84: Das besondere Geschenk	332
85: Gemeinsamer Ausflug	334
86: Rückblick	335
87: Strand	336
88: Wiederversöhnung	337
89: Wunschkärtchen	338

## **Teil 4**

### **Einschlägige Buchauszüge**

90: Die vier wesentlichen Schritte zur Wunscherfüllung nach Neville Goddard	340
91: So nutzen Sie Ihre Vorstellungskraft	342
92: Wie Neville seine zweite Frau anzog	344
93: Geneviève Behrend	348

### **Ihr Bonus**

Ihr kostenloses Bonus-E-Book	350
» In zehn Schritten zur tragfähigen Partnerschaft	
» Sowie 800 Klärungsfragen	

# **Kapitel 13**

## **Was Sie sofort tun können, damit sich das Blatt zu Ihren Gunsten wendet**

Ihr Herzblatt will also weg von Ihnen.

Vielleicht waren Sie verheiratet, und Ihr Herzblatt will die Scheidung.

Oder ist ausgezogen.

Oder hat jemand anderen.

Oder will einfach nichts mehr mit Ihnen zu tun haben.

Wie dem auch sei:

*Sie* wollen gerne zusammenbleiben, und Ihr Herzblatt nicht.

Also haben wir ein Konfliktproblem.

Vielleicht gibt es Spannungen,  
vielleicht ist die Luft zum Schneiden dick ...

Was hilft uns in dieser Situation weiter?

Eine Ringsportart!

Wir sprechen von

### **Ju-Jitsu**

Keine Bange, Sie brauchen sich bei keinem Verein anzumelden!

Es geht uns hier um die Psychologie dieses sanften Weges!

Beim Ju-Jitsu lernten die Samurais Techniken, mit denen sie den Gegner ohne Waffen überwältigen konnten. Der Ringer nutzt die Stärke, die Energie und das Gewicht des Gegners zu seinem eigenen Vorteil - und zum Nachteil des Angreifers.

Bei dieser waffenlosen Selbstverteidigung geht es ums ...

» **Ausweichen** und ums **Nachgeben**.

Und damit sind wir wieder bei unserem Thema:

Ihr Herzblatt befindet sich auf dem Rückzug, und Sie wollen an ihre beziehungsweise an seine guten Gefühle heran. Solange ein Willenskonflikt herrscht, solange Sie Ihrem Herzblatt vermitteln, dass Sie etwas ganz anderes wollen, als Ihr Herzblatt, wird dieser Konflikt andauern.

Sie müssen den Spieß also umdrehen:

Wenn Ihr Herzblatt zurückweicht, hat es keinen Sinn, wenn Sie in Ihre Richtung ziehen.

Benützen Sie die Ju-Jitsu-Technik:  
Gehen Sie in dieselbe Richtung!

Hier einige praktische Tipps:

- 1. Verbannen Sie jede Art von Druck**, Kritik, Beschwerde, Klage oder Gejammere aus Ihrem Repertoire!
- 2. Stimmen Sie immer zu!** Egal was Ihr Herzblatt sagt.

Rücken Sie es in ein gutes Licht!

Ihr Herzblatt fühlt sich schlecht? Reden Sie nicht dagegen!

Bedenken Sie, dass Ihr Herzblatt momentan innerlich die Jalousie hochgezogen hat. Sie oder er hat dichtgemacht.



Am Eingangstor zur Gefühlswelt Ihres Herzblatts steht momentan ein negativer Türsteher Wache.

Wenn Sie jetzt anfangen, mit Ihrem Herzblatt "vernünftig" zu reden, sagen Sie ihm/ihr damit, dass seine Gefühle nicht in Ordnung seien. Der Türsteher wird das Tor dann verriegeln.

Egal was Ihr Herzblatt in dieser Phase sagt, geben Sie ihr/ ihm Recht:

*„Unsere Beziehung hat keine Zukunft.“*

Ihre Antwort: *„Ja, du hast Recht, völlig aussichtslos...“.*

Sinngemäß lautet Ihre Antwort immer:

*„Das seh ich auch so!“*

Sie geben Ihrem Herzblatt recht - und machen den Mund danach nicht mehr auf!

Keine Diskussionen!

### **3. Geben Sie sich völlig happy und zufrieden.**

Ihnen geht es gut!

So wie es ist, ist es in Ordnung.

Genießen Sie Ihren Freiraum.

Unternehmen Sie etwas.

Lassen Sie es sich gut gehen!

#### 4. Gehen Sie unter Leute.

Treffen Sie andere Menschen, vor allem des anderen Geschlechts. Machen Sie, was Ihnen Spaß macht!

5. Ihr Herzblatt will in das Restaurant „Zum goldenen Reiter“. Ihnen gefällt diese Kneipe nicht, aber - **Sie geben sofort nach.**

Egal was es ist:

Machen Sie es spontan und freudig so, wie Ihr Herzblatt es will. Immer! Hundertprozentig!

Warum?

Weil Sie damit die Ju-Jitsu-Technik anwenden.

Diese Technik funktioniert **immer!**

Jetzt können Sie das natürlich nicht ein, zwei Wochen durchhalten, und danach wieder zu jammern und zu betteln anfangen.

Sie können es auch nicht nur die ersten fünf Minuten in einem Gespräch machen - und dann doch wieder anfangen, Ihr bisheriges Verhalten zu erklären, zu rechtfertigen und immer tiefer zu stochern. Es versteht sich von selbst, dass Sie konsequent bleiben müssen!

Nicht die leiseste Spur von Druck!

# Ben Sweetland

## Interessiert daran, die Dinge im Schlaf zum Guten zu wenden?

# 20.



368 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7439-1771-2	€ 17,95
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7439-1772-9	€ 24,70
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7439-1773-6	€ 8,90
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,70

Ben Sweetland beschreibt in diesem Werk insbesondere, wie wir uns des rund um die Uhr tätigen Unterbewusstseins - von ihm „schöpferisches Bewusstsein“ genannt - bedienen können, um es im Schlaf so zu programmieren, dass es uns der Erfüllung unserer Wünsche näherbringt.

Darüber hinaus deckt er eine große Palette von Themen ab, darunter:

- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit,
- Aufbau eines Erfolgsbewusstseins,
- Gedächtnistraining,
- Überwindung unliebsamer Gewohnheiten und Eigenschaften,
- Verbesserung der Gesundheit,
- mentales Training,
- Gestaltung konstruktiver Vorstellungsbilder
- u.v.m.

# Inhaltsübersicht

## Einleitung

Dieses Buch kann Sie reicher machen	3
Erfolgsentscheidend ist Ihr schöpferisches Bewusstsein	6
Der gesündeste Zustand auf der Welt	10
Privatleben und schöpferisches Bewusstsein	11
Wie stufen Sie Ihre Erfolgskraft ein?	12
Wachen Sie auf! In jeder Faser Ihres Seins!	15
Wie würden Sie „Reichtum“ definieren?	17

## Kapitel 1

„Reichtum“ - eine Interpretation	19
Was würden Sie mit Reichtum anfangen?	24
Wieso diese Diskussion über Reichtum?	27
Im Schlaf reicher werden	29
Wie fühlen Sie sich?	34

## Kapitel 2

Wie Sie einen erholsamen Schlaf erreichen	36
Sorgen	37
Nicht abschalten können	39
Eifersucht	40
Neid	40
Schlechtes Gewissen	41
Faulheit	42
Hass	43
Vorausplanen	44
Kreieren	45
Die Angst vor dem Tod	46
Übung vor dem Einschlafen	50

## **Kapitel 3**

Der Sitz der Intelligenz	56
Vom Geschirrmacher zum Immobilienbesitzer	57
Vom Schuldenmacher wieder aufwärts	58
Unterbewusstsein und Tagesbewusstsein	60
Wieso der Ausdruck „schöpferisches Bewusstsein“?	60
Unser geistiges Kraftwerk	61
Vom Mauerblümchen zur glücklichen Frau	65
Meine mentale Vorbereitung vor Rundfunkauftritten	66
Die Neutralität des schöpferischen Bewusstseins	69

## **Kapitel 4**

Der Mensch ist geistige Vorstellung	74
Der Mensch ist das, was er von sich hält	76
Sie können erfolgreich sein!	76
Der Mensch ist Bewusstsein mit einem Körper	78
Die Doppelfunktion des physischen Wesens	79
Der Mensch als Gewohnheitswesen	79
Sind Sie Negativdenker?	83
Jeder Begriff kann positiv oder negativ sein	84
Machen Sie ein Spiel aus dem Positivdenken!	89
Erfolgsformel: Ich kann! Ich werde! Ich bin!	92
Ich kann erfolgreich sein!	92
Ich werde erfolgreich sein!	93
Ich bin erfolgreich!	93

## **Kapitel 5**

Das wahre Selbst kennenlernen	96
Zwei Wesenheiten im Menschen	96
Hinweise für Negativdenker	98
Das wahre Selbst	98

## **Kapitel 6**

Sie sind das, was Sie von sich halten	113
Wie meine Frau zur Freizeitmalerin wurde	115
Das verborgene Rednertalent eines Ahnungslosen	117
Wieso Sie so sind, wie Sie sind	118
Anerzogene Komplexe	119
Ihre Verwandlung vom Ist- zum Soll-Zustand	121
Ein Warnhinweis an Erziehungsberechtigte	124

## **Kapitel 7**

Sie sind doppelt so gut, wie Sie glauben	129
Einkommensverdoppelung gefällig?	132
Ideen, die Zündkerzen des Erfolgs	138
Drei Schritte zum Ideenbewusstsein	139
Seien Sie glücklich!	142

## **Kapitel 8**

Geld - eine Mär	144
Wir kaufen nichts anderes als Arbeitskraft	147
Gibt es Eigentum?	149
Was wollen Sie erreichen?	152
Kaiser, Ford, Lindbergh, Woolworth	153
Die Irrealität des Geldes	154

## **Kapitel 9**

Reichtum - eine Sache des Bewusstseins	158
Reichtumbewusstsein aufbauen	160
Ihr unsichtbares Preisschild	161
Die Fabel von Henry John und John Henry	166
Sich Reichtum bewusst machen	169
Glaube und Vorstellungskraft	170
Gefallen Ihnen Wettbewerbe und Gewinnspiele?	173

## **Kapitel 10**

Kontrast und Ausgleich	174
Selbstmitleid	178
Reden Sie immer aufbauend von Ihrem Geschäft	181

## **Kapitel 11**

Rundum reicher werden im Schlaf	183
Was ist „Vergessen“?	185
Wie Ihr schöpferisches Bewusstsein für Sie tätig wird	187
Wieso J. P. Morgan Solitär spielte	189
Ideale Bedingungen für das schöpferische Bewusstsein	191
Fünf Hilfen für Ihre schöpferisches Bewusstsein	193
Ihre Zauberformel vor dem Einschlafen	197

## **Kapitel 12**

Welches Ausmaß haben Ihre Vorstellungsbilder?	204
Geist über Materie	207
Affirmation zur Verbesserung Ihrer geistigen Kraft	210

## **Kapitel 13**

Geistesübungen und Körperübungen	212
Frustration	213
Demenz	214
Vergesslichkeit	215
Alkoholismus	216
Geistesübungen beim Autofahren	217
Rätsel und Quizze	218
Konzentrationsfähigkeit entwickeln	219
Imaginäre Ziele erschaffen	221
Widerstände herausarbeiten	222

## **Kapitel 14**

Gedanken sind bildhafte Vorgaben	225
Mentales Fernsehen	229
Die Macht der Begeisterung	231
Eine Reise nach Hawaii - geistige Übung	235
Ein langes und gesundes Leben	238

## **Kapitel 15**

Ihr mentaler Radiergummi	241
Über das Denken nachdenken	245
Hüten Sie sich vor Wunschdenken!	247
Geistige Revision vor dem Einschlafen	249

## **Kapitel 16**

Ein Erfolgsbewusstsein aufbauen	254
Vier-Punkte-Formel für Ihr Erfolgsbewusstsein	256
Üben, üben und nochmals üben!	267

## **Kapitel 17**

Das Gesetz des Überflusses	269
Wieso es Ihr Vorteil ist, dass nur 5% erfolgreich sind	271
Unerschütterlicher Glaube	274
Von einem Schuldgefühl geknebelt	275
Wie real ist das Gesetz des Überflusses?	278
Segen ohne Ende!	283

## **Kapitel 18**

Jetzt reich werden!	285
Hat das wirklich Hand und Fuß?	287
Probleme bewusst machen und kategorisieren	289
Spiritueller Reichtum	294



## **Kapitel 19**

Psychosomatische Krankheiten	298
Placebo bei Seekrankheit	302
Der „koffeinfreie“ Kaffee	302
Psychosomatisch bedingter Tod?	303
Tapetenwechsel als Therapie	305

## **Kapitel 20**

Ein Gesundheitsbewusstsein aufbauen	308
10 Punkte-Plan	309

## **Kapitel 21**

Das Positive betonen	324
Die Kunst der Entspannung	325
Die Kunst der Konversation	326
Eine anziehende Persönlichkeit	327
Erholsamer Schlaf	328
Erinnerungsfähigkeit stärken	329
Geistige Konzentration	330
Müdigkeit überwinden	331
Schüchternheit überwinden	333
Seelische Ausgeglichenheit	334
Selbstdisziplin	335
Das Plus-Symbol als Gedankenstütze	336

## **Kapitel 22**

Helfen Sie sich, indem Sie anderen helfen	337
Entwickeln Sie Ihre Fähigkeiten im Schlaf	345

## **Kapitel 23**

Ein Leben voller Gesundheit, Wohlstand und Glück	348
Jetzt anfangen!	348
Fünf Empfehlungen für Ihr neues Leben	353

## **Ihr Bonus**

Ein komplettes weiteres Buch von Ben Sweetland, gratis (kapitelweise)	356
--	-----

# **Gedanken sind bildhafte Vorstellungen – Bilder sind Vorgaben**

Woran denken Sie bei dem Wort „Haus“? Sehen Sie die einzelnen Buchstaben vor sich: H-a-u-s?

Nein, Sie stellen sich ein Haus vor. Das mag das Haus sein, in dem Sie wohnen, eines, das Sie gerne hätten oder ein anderes.

Das Bewusstsein denkt nicht in Worten, sondern in Bildern. Beim Lesen übersetzen Sie die Worte ständig in Bilder. Sie sehen innerlich, was Sie lesen.

Es gibt jedoch auch Worte, die sich nicht in Bilder übertragen lassen. Dazu gehört zum Beispiel ein Begriff wie „Liebe“.

In diesem Fall tun wir das Nächstbeste: Wir assoziieren den Begriff mit einem bildhaften Wort. Wenn Sie das Wort „Liebe“ hören, sehen Sie vor Ihrem inneren Auge wahrscheinlich das Bild eines Menschen, den Sie lieben, zum Beispiel Ihre Lebenspartnerin oder Ihren Lebenspartner oder einen Familienangehörigen.

Falls jemand Schwierigkeiten hat, sich an das Gelesene zu erinnern, dann meist deshalb, weil dieser Mensch schlechte Lesegeohnheiten besitzt.

Seine Augen überfliegen zwar die einzelnen Worte, aber er setzt die Worte nicht in Bilder um. In meinen Büchern weise ich des Öfteren daraufhin, beim Lesen auch mitzudenken. Genau betrachtet bedeutet dies, beim Lesen bildhafte Vorstellungen aufzubauen.

Sie können in ein Kino gehen, und sich zwei Stunden lang einen Film ansehen.

Danach können Sie den ganzen Film ziemlich genau beschreiben. Obwohl der Film ziemlich lange dauerte, können Sie sich gut an diverse Einzelheiten erinnern, weil Sie die gesamte Geschichte in Bildern gesehen haben.

An Zeitschriften werden Tausende von Bildern gesandt, welche niemals verwendet werden. Der Bildredakteur solcher Zeitschriften studiert die eingesandten Bilder aus dem Blickwinkel des Leserinteresses.

Falls er der Meinung ist, dass das betreffende Bild für eine große Lesergruppe von Interesse sein könnte, wird es in der Zeitschrift verwendet. Aus diesem Grunde ist der Bildredakteur einer der wichtigsten Mitarbeiter im Team. Auflagenstärke und Beliebtheit der Zeitschrift hängen nicht zuletzt von seiner Bildauswahl ab.

Da Gedanken Bilder sind, sind geistige Vorstellungsbilder abhängig von der allgemeinen gedanklichen Ausrichtung entweder negativ oder positiv.

Verankern Sie folgenden Gedanken fest in Ihrem Bewusstsein:

***Negative Gedanken  
führen zu negativen Reaktionen.***

***Positive Gedanken  
führen zu positiven Reaktionen!***

Da Gedanken Bilder sind, tun Sie sich einen großen Gefallen, wenn Sie sich als Ihre eigene Bildredakteurin bzw. Bildredakteur sehen, dessen Aufgabe es ist, die geistigen Bilder, welche in Ihr Bewusstsein gesandt werden, zu bewerten.

## **Bilder sind Vorgaben!**

Wie Sie bereits wissen, fasst das schöpferische Bewusstsein die vom Tagesbewusstsein kommenden Gedanken als Anweisungen auf, und reproduziert die entsprechenden gedanklichen Vorgaben als Eigenschaften oder Umstände.

Wir können diese Erkenntnis nun erweitern, indem wir sagen, dass die im Tagesbewusstsein befindlichen Bilder vom schöpferischen Bewusstsein als Vorgaben akzeptiert werden.

Können Sie sich noch an die Pianolas erinnern? Das waren Selbstspielapparaturen für Klaviere. Vorgefertigte Musikstücke wurden durch Lochstreifen aus Papier, den so genannten Notenrollen oder Klavierrollen, auf dem Instrument wiedergegeben.

Unabhängig davon, wie oft Sie eine bestimmte Notenrolle durchlaufen ließen, wurde immer wieder dasselbe Musikstück gespielt.

Geistige Vorstellungsbilder laufen ebenso zuverlässig ab. Sie können nicht ein Bild des Versagens durch Ihr Bewusstsein laufen lassen, und dann erwarten, dass ein Erfolgsszenario herauskommt.

Ein Beispiel: Nehmen wir an, dass Sie bis über den Kopf in Schulden stecken und ein negativ ausgerichtetes Bewusstsein besitzen.

Welche geistigen Vorstellungsbilder sehen Sie dann?

Sie sehen Gläubiger und Geldgeber, die hinter Ihnen her sind. Sie sehen Gerichtsverfahren, einen leeren Kühlschrank, Gehaltspfändungen und Entlassung. Solche Vorstellungsbilder wachsen sich zu einer geistigen Blockade aus.

Sie sehen keinen Ausweg mehr aus der verfahrenen Situation, was unweigerlich dazu führt, dass Sie immer ineffizienter arbeiten, zerstreut und verängstigt sind, und letztendlich Ihre Entlassung heraufbeschwören.

Wie sieht die Situation bei gleicher Ausgangslage nun bei einem positiven Bewusstsein aus?

Ihre Vorstellungsbilder beinhalten dann wahrscheinlich Szenen, die Sie dabei sehen, wie Sie mit Ihren Gläubigern Kontakt aufnehmen und um etwas Zeitaufschub oder Nachsicht ersuchen.

Sie bemühen sich um zusätzliche Einkünfte oder machen eine Bestandsaufnahme, um festzustellen, welche Kosten Sie zurückfahren könnten. Vielleicht bestellen Sie einige Zeitschriften ab, welche Sie sowieso nur durchblättern und nicht unbedingt benötigen.

In jedem Fall gehen Sie mit einem positiven Bewusstsein an die Situation heran und suchen nach einer konstruktiven Lösung.

An diesem Beispiel erkennen Sie die Weisheit Ihres eigenen Bildredakteurs. Sollte ein negatives Vorstellungsbild versuchen, sich den Weg zu Ihrem Bewusstsein zu bahnen – Raus damit! Ersetzen Sie es durch ein positives!

## **Mentales Fernsehen**

Ein Phänomen ist eine Tatsache; unsere Beschreibung des Phänomens ist eine Theorie.

Diese Wahrheit gilt auch für die folgenden Ausführungen. Wenn ich mit meiner Faust auf die Tischplatte schlage, wird Ihr Ohr ein Geräusch registrieren. So weit das Phänomen.

Sollte ich versuchen wollen, zu erklären, was ab dem ersten Kontakt meiner Faust mit der Tischplatte bis zum Auftreffen des Geräusches in Ihrem Ohr vor sich gegangen ist, hätten wir es mit einer Theorie zu tun. Diese Theorie stimmt vielleicht, oder auch nicht.

Wenn wir nun über mentales Fernsehen sprechen, werde ich zunächst das bekannte Phänomen erklären, meine darauffolgenden Erläuterungen sind jedoch eine Theorie.

*„Wie lassen sich durch positive geistige Vorstellungsbilder Erfolge erzielen, wenn noch andere Leute beteiligt sind?“*

Diese Frage wird mir oft gestellt.

Es stimmt natürlich, dass Erfolge immer auch von anderen Menschen abhängen. Wenn der Mensch seine eigenen Erfolge hundertprozentig steuern könnte, gäbe es keine Misserfolge, da dieser Mensch dann immer nur das täte, was einen Erfolg gewährleistet.

Falls zum Beispiel jemand angestellt ist, hängt der Erfolg des Angestellten auch von seinem Arbeitgeber oder Vorgesetzten ab. Bei einer Geschäftsfrau spielen die Interessenten und Kunden eine Rolle.

Damit die geistigen Vorstellungsbilder eines Menschen effektiv sind, dürfen diese Bilder nicht nur auf ihn selbst einwirken, sondern müssen auch sein Umfeld einbeziehen...

# Ben Sweetland

## Interessiert daran, endlich Nägel mit Köpfen zu machen? Erfolg ist eine Reise - kein Ziel!

# 21.



312 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7482-6211-4	€ 22,99
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7482-6212-1	€ 26,98
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7482-6213-8	€ 9,99
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,70

Dieses Buch zeigt auf, dass der Erfolg kein Ankommen an einem bestimmten Punkt ist; er ist vielmehr eine Reise. Die einzelnen Reisesationen werden in diesem Buch praktisch nachvollziehbar beschrieben.

Darüber hinaus behandelt der Dr. Sweetland einige Gründe für unser Scheitern (z.B. Schüchternheit, Gehemmtheit, Schuldgefühle, mangelnde Einsicht in geistige Gesetzmäßigkeiten), und wie hier Abhilfe geschaffen werden kann.

Der Autor erläutert in diesem praktischen Ratgeber anschaulich, wie uns das Unterbewusstsein beim Erreichen unserer Zwischen- und Endziele helfen kann.

Er beschreibt, wie wir unsere Ziele definieren, einen Maßnahmenplan erstellen, die Hürden und Widerstände berücksichtigen, und sicher von einer Erfolgsstation zur nächsten schreiten.

Aus einem tiefen psychologischen Verständnis zeigt der Autor zeitlose Wahrheiten auf, verbindet praktische Ratschläge mit ewigen Gesetzen, und öffnet unseren Blick unter anderem dafür, dass wir den endgültigen Erfolg nie erreichen, und dass wir glücklich werden, indem wir andere Menschen glücklich machen.



# **Inhaltsübersicht**

## **Erfolg ist eine Reise**

Erschaffen heißt leben

Eine abwegige Bitte?

„Kann ich“ oder „werde ich“?

Wieso klappt es nicht?

Anatomie des Erfolgs

Zufrieden mit Ihrem jetzigen Leben?

## **Die Reiseplanung**

So planen Sie Ihre Reise

Zielsetzung

Sie haben geerbt!

Achten Sie auf Ihre Gefühle

Eile mit Weile

## **Bevor es losgeht**

Welche Art von Reisegepäck?

Festlegung der Reiseroute

## **Wir sind startklar - es kann losgehen!**

### **Station 1:**

Glücklich sein

Glücklich sein ist eine Voraussetzung

Das Unglücklichsein verstehen

### **Station 2:**

Begeisterung

Lässt sich Begeisterung entwickeln?

Anatomie der Begeisterung

**Station 3:**

Konstruktive Unzufriedenheit  
Dinge als gegeben hinnehmen  
Konstruktive Unzufriedenheit entwickeln  
Und das Lebensalter?

**Station 4:**

Aktion!  
Das Gesetz von Ursache und Wirkung  
Ein Gefühl der Unzulänglichkeit  
Zeitplanung  
Die Zeit hat einen Wert  
Schöpferisches Träumen

**Station 5:**

Kontinuität  
Für alles gibt es einen Grund  
Planmäßig vorgehen  
Widerstände beachten  
Probleme erwarten  
Stück für Stück zum Lebensglück  
Wunschlisten erstellen

**Station 6:**

Bestandteile  
Ziele analysieren  
Alles eine Sache der geistigen Einstellung!  
Vorstellungsbilder als Verwirklichungsvoraussetzung  
Einzelschritte erfassen  
Die Bestandteile zusammenfügen

**Station 7:**

Synthese - Analyse  
Beobachtung  
Konzentration  
Konzentrationsübungen  
Geistige Zerstreuung durch Assoziation

**Station 8:**

End- und Zwischenziele  
Auf Ideen achten  
Ihr zweites Zwischenziel  
Ihr drittes Zwischenziel  
Untergeordnete Endziele  
Über die Unsinnigkeit von Neid  
Unser erstes Plateau

**Station 9:**

Ein neuer Lebensstandard  
Werde ich meinen neuen Besitzstand genießen?  
Arbeit - Ruhe - Vergnügen  
Fünf-Stunden-Zeitabschnitte  
Gewohnheiten sind wie Kabel

**Station 10:**

Ein neues Lebenskonzept  
Die Gussform ändern  
Der Wendepunkt  
Gewohnheiten in den Griff bekommen  
Die meisten Menschen sind Lügner  
Sind Sie eine Spielernatur?

**Station 11:**

Gekonnt reicher werden  
Glücklich ist der Mensch, der glücklich macht  
Fühlen Sie sich zu alt?

\* \* \*

**Ihr erstes Plateau**

Sie sind der, für den Sie sich halten  
Dieses Prinzip ist keine Schwarze Magie  
Ich kann, ich werde, ich bin  
Zaudern und Zögern abstellen  
Rückblende

## **Kapitel 17: Auf zu neuen Ufern**

Seelenfrieden  
In Harmonie leben

## **Kapitel 18: Rückschau**

Die Vergangenheit

## **Kapitel 19: Beschau**

Die Gegenwart

## **Kapitel 20: Vorausschau**

Die Zukunft  
Jetzt den ersten Schritt tun

## **Kapitel 21: Modus Operandi**

Wieso funktionieren diese Prinzipien?  
Hypnose  
Posthypnose  
Selbsthypnose

## **Kapitel 22: Spezifische Ziele**

Auto  
Bessere Arbeitsstelle  
Eigenheim  
Gesünder werden  
Glück  
Häusliche Harmonie  
Problemlösungen  
Reden halten  
Schüchternheit  
Selbstständig machen  
Selbstdisziplin  
Sorgen überwinden  
Verkaufserfolg

## **Finale**

## **Erfolg ist eine Reise**

**S**ie sind in Begriff, die wichtigste Reise Ihres Lebens anzutreten. Sie werden sich neue Horizonte erschließen, und eine Fülle unbezahlbarer Erkenntnisse und Weisheiten kennenlernen.

Echte Züge, Schiffe oder Flugzeuge gibt es auf dieser Reise natürlich nicht, doch auf diesem Ausflug werden Sie die Reichtümer des Lebens entdecken, und sie wird Ihnen lebensechter vorkommen als jede andere Reise, die Sie jemals unternommen haben.

1134 Männern und Frauen wurde in einer Umfrage ein Fragebogen vorgelegt. Es wurde nur eine einzige Frage gestellt:

*„Ist Erfolg ein Ziel oder eine Reise?“*

926 der Befragten antworteten, dass Erfolg ein Ziel sei.

Hier haben wir ein dramatisches Beispiel dafür, wieso so wenige Menschen den Mut aufbringen, auf der Erfolgsleiter höher zu klettern.

Solange man den Erfolg als Endziel betrachtet, hat man das Gefühl, dass man zu seiner Erreichung beschwerliche Wege vor sich hat, und dass die Reise lange und anstrengend sein wird.

Doch der Erfolg ist kein Ziel.  
Er ist eine Reise, ein Unterwegssein.

Wenn Sie eine Reise unternehmen, sagen wir auf eine Insel, freuen Sie sich dann erst, nachdem Sie Ihr Ziel erreicht haben?

Natürlich nicht!

Ihre Freude stellt sich bereits ein, sobald Sie sich zu dieser Reise entschlossen haben. Sie suchen ein Reisebüro auf, besorgen sich einige Broschüren, und freuen sich bereits im Voraus auf diese Reise. Beim Packen haben Sie ein Liedchen auf den Lippen, und wenn Sie dann die einzelnen Kleidungsstücke in Ihren Koffer legen, denken Sie bereits daran, wie Sie damit in der Strand- oder Hotelbar sitzen, am Strand liegen oder in einem Restaurant dinieren.

Falls Sie die Reise per Schiff unternehmen, kommen Sie rechtzeitig am Abfahrthafen an, und werden wahrscheinlich von Angehörigen oder Freunden herzlich verabschiedet.

Das Schiff läuft aus, und jeder Tag ist angefüllt mit den unterschiedlichsten Aktivitäten, die Sie die ganze Zeit über bei Laune halten, bis Ihr Schiff dann Ihre Urlaubsinsel erreicht.

Hört Ihr Hochgefühl nun auf?

Nein!

Es sind schließlich nicht nur die Unternehmungen und Ausflüge auf Ihrer Insel, die Ihnen Freude bereiten. Die Rückreise wird wieder ebenso angenehm verlaufen!

Wenn Sie dann wieder zu Hause sind, fühlen Sie sich immer noch prächtig. Sie schwelgen in Erinnerungen, haben Energie getankt und Ihre geografischen und kulturellen Kenntnisse erweitert, vielleicht auch sprachlich etwas dazugelernt oder neue Bekanntschaften geschlossen - all das trägt zu Ihrer Zufriedenheit bei und ist eine Begleit- oder Folgeerscheinung Ihrer Reise.

Der Erfolg ist kein Ziel, er ist eine Reise.

Diese Reise beginnen Sie ab dem Zeitpunkt, ab dem Sie sich vornehmen, erfolgreich zu sein!

Es ist somit nicht nötig, erst den Gipfel des Erfolges zu erreichen, bevor Sie Ihren Erfolg genießen können. Sie können sich ab dem ersten Schritt auf den Erfolg zu bereits glücklich fühlen!

Nun zu einer kaum verstandenen Tatsache:

**Sie sind bereits ab dem Zeitpunkt erfolgreich, in dem Sie sich auf den Weg zum Erfolg machen!** Um erfolgreich zu sein, brauchen Sie nicht erst zu warten, bis Ihr Bankkonto einen bestimmten Saldo aufweist oder Ihre Rechnungen komplett bezahlt sind.

Sie können jetzt erfolgreich sein!

\* \* \*

## **Erschaffen heißt leben**

Ich habe viele Artikel über Hobbys verfasst, die meisten davon aus psychologischer Sicht. Darin habe ich wiederholt angeführt, dass das Schaffen, das Kreieren, die Basis unserer Existenz ist. Wir sind etwas Geschaffenes, Geschöpfe, und verhalten uns nur dann im Einklang mit den Gesetzen der Natur, wenn wir ständig erschaffen.

Der Erfolg als solcher ist nicht innerlich befriedigend. Mit einem Goldschatz am Gipfel des Erfolges anzukommen mag zwar ein kurzzeitiges Gefühl der Befriedigung auslösen, doch bald würde es wieder langweilig werden.

Der Inbegriff des Erfolges ist es, durch Erschaffen erfolgreich zu sein.

Wenn Sie den Erfolg über das Erschaffen anpeilen, verspüren Sie ab dem Zeitpunkt der Umsetzung Ihrer Pläne bereits eine Vorfreude.

Verstehen Sie nun die Aussage: „*Der Erfolg ist eine Reise!*“? Ist Ihnen klar, dass Sie diese Reise zu jeder Zeit antreten können, sobald Sie sich sagen: „*Ich mache mich auf den Weg!*“

Gibt es irgendeinen Grund dafür, den Antritt dieser Reise aufzuschieben?

Sie können die Durcharbeitung dieses Buches als Vorbereitung auf Ihre Abreise in die Gefilde der Errungenschaften, Erfüllung, Befriedung und des Lebensglücks betrachten.

### **Eine abwegige Bitte?**

Ich wünsche Ihnen, dass sich die Lektüre dieses Buches als ein Siebenmeilenschritt in Ihrem Leben erweisen möge.

Das kann durchaus der Fall sein, und es wird auch so sein, falls Sie dieses Buch mit der Haltung lesen, dass es Sie einen äußerst wichtigen Schritt weiterbringen wird.

Ich werde gleich mit einer ungewöhnlichen Bitte an Sie herantreten.

Viele Menschen beschäftigen sich mit Formeln für eine Selbstverbesserung. Diese Leser denken dann an eine Nachbarin, einen Freund oder ein Familienmitglied, das gut daran täte, sich diese Ratschläge zu Herzen zu nehmen. Nur selten kommt ihnen in den Sinn, sich selbst danach zu richten.

Ich bitte Sie, sich vorzustellen, dass dieses Buch speziell für Sie geschrieben wurde. Jedes Kapitel, jeder Absatz, jede Aussage und jedes Wort richtet sich an Sie persönlich!

Denken Sie gar nicht an andere Leser! Das ist eine Sitzung, die speziell Ihnen gewidmet ist; Sie sitzen gleichsam dem Autor gegenüber und überlegen sich, wie Sie jeden Satz auf Ihr Leben übertragen können!



Wenn das keine ungewöhnliche Bitte ist!

Wenn Sie sich nicht fest vornehmen, die Prinzipien aus diesem Buch in Ihre Lebensführung zu integrieren, brauchen Sie gar nicht erst weiterzulesen!

Verschenken Sie dieses Buch oder geben Sie es zurück. Mir liegen Tausende von Zuschriften von Lesern meiner anderen Bücher vor, welche belegen, dass diese Erfolgsprinzipien äußerst wertvoll und nützlich sind. Bisweilen haben Leser bahnbrechende Umwälzungen erlebt.

Ich weiß aber auch, dass es Leser gibt, die solche Bücher so überfliegen, als würden sie einen seichten Roman vor sich haben.

Diese Art der Konzentration trägt bestenfalls zu einem oberflächlichen Wohlgefühl bei, der tiefe Sinn der Aussagen verschließt sich diesem Leserkreis jedoch.

Die Prinzipien aus diesem Buch haben ausnahmslos alle den Praxistest bestanden, und werden diesen auch in Zukunft wieder bestehen. Es gibt keinerlei Widerspruch zu gleich welchen religiösen Anschauungen.

Bei jeder einzelnen Empfehlung wird auch der Grund genannt, warum Sie sich nach dieser Empfehlung richten sollten und von welchen Ergebnissen Sie ausgehen können.

\* \* \*

## „Kann ich?“ oder „will und werde ich?“

Man kann des Öfteren lesen, dass der wesentliche Unterschied zwischen Erfolg und Misserfolg, zwischen Gelingen und Misslingen, darin bestünde, dass sich der eine Mensch sagt: „*Ich kann das!*“ und der andere: „*Ich kann das nicht!*“

Teilweise stimmt das auch, und mir ist bewusst, dass auch ich mich in meinen Schriften, Rundfunk- und Fernsehauftritten wiederholt in diesem Sinne geäußert habe.

Wenn Sie erfolgreich sein wollen, müssen Sie wissen, dass Sie erfolgreich sein können. Sie müssen es sich zutrauen. Das ist wichtig; sehr wichtig sogar! Doch zu wissen, dass Sie etwas tun können, besagt noch nicht, dass Sie es auch tun werden!

Ich bin nach wie vor der Auffassung, dass Sie alles tun können, wozu Sie sich entschließen. Sie können es beruflich sehr weit bringen. Sie können ein erfolgreiches eigenes Geschäft aufbauen. Sie können eine erfolgreiche Schriftstellerin, Musikerin oder Sängerin werden. Sie können es als Anwalt, Arzt oder Architekt zu Ansehen und Erfolg bringen.

Aber - **werden** Sie das auch tun? Darum geht es!

Ich möchte folgende Analogie gebrauchen:

Das Bewusstsein aufzubauen, dass Sie etwas tun können, gleicht dem Laden eines Gewehrs. Das ist die Motivationskraft.

Die Entschlossenheit, dass Sie es auch tun werden, entspricht der Feuerzündung, die das Geschoss abfeuert.

Beide Kräfte sind notwendig. Ein ungeladenes Gewehr ist ebenso unnütz wie ein Gewehr ohne Zünder.

# Orison Swett Marden

## Anfangen und durchhalten!

# 22.



532 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7469-7836-9	€ 24,95
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7469-7837-6	€ 29,68
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7469-7838-3,	€ 9,99
<a href="#">PDF</a> ,	€ 9,97

Der studierte Arzt und spätere Hotelbesitzer Orison Swett Marden (1850 - 1924) hat in zahlreichen biographischen Anekdoten über Zeitgenossen sowie anhand kulturgeschichtlicher Beispiele und Begebenheiten in der Geschichte niedergeschrieben, wie Menschen mit Situationen, die wesentlich schwieriger waren als unsere aktuellen, fertig geworden sind.

Passives Abwarten oder Hoffen auf Glücksfälle sind keine brauchbaren Strategien. Man muss selbst aktiv werden. Doch hier gibt es richtige und falsche Wege.

Diese praktischen Empfehlungen sind für alle Lebensbereiche hilfreich, vor allem aber für Personen, die im Vertrieb oder Verkauf tätig sind.

Autor und Werk	vii
<b>Kapitel 1</b> Der Mensch und seine Chancen	10
<b>Kapitel 2</b> Jugend ohne Aussichten?	34
<b>Kapitel 3</b> Ein eiserner Wille	70
<b>Kapitel 4</b> Nutzungsmöglichkeiten in Zeiten des Müßiggangs	80
<b>Kapitel 5</b> Runde Mädchen und Burschen in viereckigen Löchern	97
<b>Kapitel 6</b> Der richtige Beruf	118
<b>Kapitel 7</b> Konzentrierter Energieeinsatz	135
<b>Kapitel 8</b> Zeit und Pünktlichkeit	152
<b>Kapitel 9</b> Heiterkeit und ein langes Leben	166
<b>Kapitel 10</b> Gute Manieren sind ein Vermögen wert!	180
<b>Kapitel 11</b> Begeisterung	208
<b>Kapitel 12</b> Takt und gesunder Menschenverstand	230

<b>Kapitel 13</b> Selbstachtung und Selbstvertrauen	248
<b>Kapitel 14</b> Wichtiger als Reichtümer	257
<b>Kapitel 15</b> Der Preis des Erfolgs	278
<b>Kapitel 16</b> Charakterstärke ist Macht	301
<b>Kapitel 17</b> Liebe zum Detail	329
<b>Kapitel 18</b> Das Leben ist das, was wir daraus machen	352
<b>Kapitel 19</b> Niederlagen in Siege verwandeln	363
<b>Kapitel 20</b> Werden Sie zum Stehaufmännchen!	378
<b>Kapitel 21</b> Der Lohn der Beharrlichkeit	401
<b>Kapitel 22</b> Voraussetzungen für ein langes Leben	425
<b>Kapitel 23</b> Kurz und bündig	443
<b>Kapitel 24</b> Strebsamkeit	448
<b>Kapitel 25</b> Stille Reserven	464

# Der Lohn der Beharrlichkeit

*„Nichts kann geduldige Ausdauer ersetzen.  
Nicht das Talent: Es gibt zahlreiche erfolglose Menschen mit Talent.  
Nicht das Genie: Verkannte Genies sind fast sprichwörtlich.  
Und auch nicht die Bildung:  
Die Welt wimmelt von gescheiterten Gebildeten.*

*Beharrlichkeit und Entschlossenheit sind beinahe allmächtig.“  
Calvin Coolidge*

*„Man muss jedem Hindernis Geduld,  
Beharrlichkeit und sanfte Stimme entgegen stellen.“  
Thomas Jefferson*

*„Geduld und Zeit  
erreichen mehr als Stärke und Leidenschaft.“  
Jean de la Fontaine*

*„Mit gewöhnlicher Begabung  
und außergewöhnlicher Beharrlichkeit  
ist alles zu erreichen.“  
Sir Thomas Foxwell Buxton*

*„Jedes edle Werk  
ist anfänglich unmöglich.“  
Carlyle*

*„Steter Tropfen höhlt den Stein.“*

*„Der Sieg gehört dem Beharrlichsten.“  
Napoleon*

*„Ich gehe langsam.  
aber ich gehe nie zurück.“  
Abraham Lincoln*

*„Jedem redlichen Bemühen  
sei Beharrlichkeit verliehn.“  
Goethe*

*„Ich sage es nur ungern, aber ich bin der Auffassung, dass dies nicht Ihr Metier ist“, äußerte sich der Reporter Woodfall, nachdem Sheridan seine erste Rede im Parlament gehalten hatte. „Ich denke, Sie hätten besser bei Ihrem vormaligen Beruf bleiben sollen.“*

Sheridan kraulte sich die Stirne und lächelte. Dann blickte er auf und sagte: *„Es steckt in mir, und von dort wird es herauskommen!“*

Vom selben Mann kam später der lange Diskurs gegen Warren Hastings, der vom Redner Fox als die beste Ansprache bezeichnet wurde, die je im Parlament zu hören war.

---

*„Außer Himmel und Erde, die einem jeden offen stehen, hatte ich keine anderen Lehrbücher“, sagte Bernard Palissy, der im Alter von achtzehn Jahren sein Elternhaus in Südfrankreich verließ. Wenngleich nur ein Glasmaler, besaß er doch eine Künstlerseele und der Anblick einer eleganten italienischen Schale brachte seine gesamte Existenz durcheinander. Von diesem Zeitpunkt an war er davon besessen, eine völlig weiße Emaillefarbe zu produzieren, die man für dekorative Zwecke einsetzen könne.*

Jahrelang experimentierte er auf die unterschiedlichste Weise. Er baute einen Ofen, der jedoch nicht funktionierte. Dann baute er einen zweiten und verbrannte darin so viel Holz und machte so viele Töpfe zu Scherben, dass er bettelarm wurde, was ihn zwang, mit einem normalen Ofen weiterzuexperimentieren, da er kein Brennmaterial mehr hatte.

Das Ergebnis war ein absoluter Fehlschlag, aber er gab nicht auf. Er fing wieder von vorne an und hatte bald dreihundert emaillierte Stück fertig.

Um seine Erfindung zu perfektionieren, baute er einen Glasofen; die Ziegel dazu schleppte er selbst auf dem Rücken.

Schließlich kam der große Tag für den Versuch. Er hielt den Ofen sechzig Tage am Brennen, doch seine Emaillefarbe wollte nicht schmelzen.

Sein Geld war aufgebraucht, er borgte sich Neues. Mehr Töpfe, mehr Brennholz. Schließlich musste er seine Gartenzäune als Brennholz verwenden. Als der Zaun verbrannt war, kamen die Bücherregale an die Reihe und diese große Hitze brachte das Emaille endlich zum Schmelzen. Das Geheimnis war entdeckt.

Ausdauer und Beharrlichkeit hatten sich wieder einmal ausgezahlt.

---

*„Auch für mich“, sagte Mendelssohn „wird die Stunde der Ruhe kommen. Jetzt aber zur nächsten Sache.“*

---

*„Wenn Sie zwei Wochen arbeiten, ohne ein Buch zu verkaufen“, schrieb ein Herausgeber an einen Agenten, „werden Sie es zu einem Hit machen“.*

---

*„Lerne dein Handwerk, und tue es“, sagte Carlyle „und dann arbeite wie ein Herkules. Ein Müßiggänger ist in unserer Welt ein Ungeheuer.“*

---

*„Wer in der Malerei, oder auch in einer anderen Kunst, Hervorragendes zu leisten beabsichtigt“, sagte Reynolds „muss zwischen Aufstehen und Schlafengehen seine gesamte Energie ohne Unterlass in dieses Ziel einbringen!“*

---

*„Harte Arbeit. Das ist mein einziges Erfolgsgeheimnis“, meinte Turner.*

---



*„Meine Herren“, sagte Francis Wayland „denken Sie daran, dass konsequent verrichtetem Tagwerk nichts entgegen steht.“*

---

*„Meine Söhne“, sagte ein im Sterben liegender Farmer zu seinen Jungs, „auf diesem Grund liegt ein großer Schatz verborgen.“*

*„Wo liegt er?“, wollten sie wissen.*

*„Ich sag’s gleich“, keuchte er. „Ihr müsst tief graben.“* Doch dann verließen ihn seine Lebensgeister.

Die Söhne stellten alles auf den Kopf, doch Gold war nirgends zu finden. Und so lernten sie, schwer zu arbeiten, und als die Felder bestellt waren und die Zeit gekommen war, konnten sie eine reiche Ernte einfahren, nachdem sie sie ausgegraben hatten.

---

*„Wer ständig grübelt, welche Sache er zuerst erledigen soll, tut keine von beiden“, sagte William Wirt. „Wer einen Entschluss fasst, ihn aber bei der erstbesten gegenteiligen Empfehlung durch einen Freund wieder ändert oder heute die, morgen jene Meinung, heute diesen Plan, morgen jenen hat, und sich wie ein Fähnchen im Winde dreht, wird niemals etwas Herausragendes oder außergewöhnlich Nützliches zustande bringen. Statt Schritt für Schritt dem Ziel entgegenzugehen, bleibt er bestenfalls stehen. Wahrscheinlich ist aber, dass er in allen Bereichen Rückschritte macht.“*

*Wer hingegen zuerst Erkundigungen einzieht, dann einen festen Entschluss fasst, und schließlich unbeirrt weitermacht und sich von den kleinen Schwierigkeiten, die eine schwächere Seele aus der Bahn werfen würden, nicht beirren lässt, kann in jedem Bereich Außerordentliches vollbringen.“*

Man sagt uns, dass Beharrlichkeit die Pyramiden in den ägyptischen Ebenen erbaute, den herrlichen Tempel von Jerusalem errichtete, das chinesische Reich schuf, die wolkenüberhangenen Alpen auftürmte, durch die wässrige Wildnis des Atlantiks eine Schneise schlug und riesige Waldflächen entstehen ließ.

Beharrlichkeit hat aus dem Marmorblock herrliche Statuen geschlagen, hat Landschaften auf Leinwand gebannt, und in metallische Oberflächen filigrane Figuren eingraviert.

Beharrlichkeit hat Millionen von Spindeln in Bewegung gesetzt, sie hat Abertausende fliegender Weberschiffchen, die so genannten Schnellschützen, von einer Seite auf die andere geschossen, sie hat Schiffe gebaut und Berge untertunnelt.

Beharrlichkeit hat die Gewässer der Welt mit den Segeln hunderter Nationen bestückt, alle Meere befahren und alle Gegenden erforscht.

Beharrlichkeit hat uns die Gesetze der Natur erschlossen, ihre künftigen Bewegungen vorhergesagt und ihre Ausmaße vermessen.

Hohe Berge werden in kleinsten Maßeinheiten immer kleiner. Das Weltenmeer steigt weiter an, weil Ablagerungen aus Tausenden Flüssen hineinfließen. Die Wassermassen der Niagarafälle erodieren das weiche Schiefergestein, welches sich unter dem harten Dolomitgestein der Oberfläche befindet, sodass sich die Fälle Jahr für Jahr um 1,8 Meter dem Eriesee nähern. Das Rote Meer wird jedes Jahr um 0,8 Zentimeter im Norden und 1,6 Zentimeter im Süden breiter.

Der langsame Penny ist sicherer als der schnelle Dollar. „*Chi va piano, va sano e va lontano*“, sagt ein italienisches Sprichwort. „*Wer langsam geht, lebt gesünder und kommt weiter.*“

Das Genie ist bisweilen pfeilschnell, flatterhaft und ermüdet schnell, doch Ausdauer bleibt bei der Stange. Der letzte Schlag treibt den Nagel hinein.

---

*„Machen Sie oft erstaunliche Entdeckungen?“, fragte ein Reporter Thomas A. Edison. „Kommen Ihnen diese, während Sie nachts wach liegen?“*

*„Ich habe noch nie etwas Lohnenswertes dem Zufall verdankt“, erwiderte der Erfinder. „Mit Ausnahme des Phonographen kam keine andere meiner Erfindungen, mittelbar oder unmittelbar, als Nebenprodukt zustande. Nein. Ich mache einen Versuch nach dem anderen, bis ich das Ergebnis erreicht habe. Ich habe immer den Grundsatz vertreten, dass eine Erfindung etwas praktisch Nützliches sein muss. Nur weil etwas neuartig ist oder in der Öffentlichkeit vielleicht Aufsehen erregen könnte, ist es noch nicht erfindenswert. Wissen Sie, es gibt Leute, die gerne Briefmarken sammeln. Das gefällt ihnen. Und mir gefällt es, etwas Nützliches zu erfinden. Wenn ich etwas angefangen habe, beschäftige ich ständig damit. Ich bin immer etwas unruhig, solange ich es noch nicht erreicht habe.“*

---

*„Die Schauspielerei fällt einem nicht in den Schoß, so wie Lesen und Schreiben einem Dogberry“, sagte Kean. „bei allem Talent ist es doch völlig ausgeschlossen, in Siebenmeilenschritten zum Erfolg zu gelangen.“*

*„Was heilen soll, braucht seine Zeit“, hat mal jemand geschrieben. Das gilt auch für den Beruf des Schauspielers, es ist ein unermüdliches Lernen.*

*Ich weiß, dass manche denken, dass doch nichts Besonderes dabei sei, auf einen Stuhl zu springen, und ein paar Sätze aufzusagen.*

*Diese Leute sind wie billige Kerzen, die nachts in den Fenstern aufgestellt werden; sie flackern ein paar Minuten und gehen alsbald aus.*

*Man muss mitreißend sei, das Publikum begeistern, so habe ich mir meine Sporen verdient und so haben auch Garrick, Henderson und Kemble ihren Weg gemacht, genauso wie Lekain und Talma in unserem Nachbarland.“*

---

Wie sehr hat doch Bulwer mit dem Schicksal gekämpft! Sein erster Roman war ein Reinfall; seine ersten Gedichte ebenfalls. Seine jugendlichen Reden lösten bei seinen Gegnern Gelächter aus.

Aber er kämpfte sich durch Spott und Hohn hindurch.

---

Gibbon arbeitete zwanzig Jahre lang an seinen sechs Bänden „History of the Decline and Fall of the Roman Empire“, einem Werk von 3200 Druckseiten, das die Geschichte des Römischen Reiches von der Mitte des zweiten Jahrhunderts nach Christus bis zur Einnahme Konstantinopels durch die Türken im Jahre 1453 schildert.

---

Noah Webster brauchte für sein Wörterbuch der englischen Sprache mit rund 28000 Einträgen sechsunddreißig Jahre.

---

George Bancroft saß sechsundzwanzig Jahre an seiner „History of the United States“, welche zu einem Standardwerk der amerikanischen Geschichtsschreibung wurde.

---

Newton schrieb seine „Chronology of Ancient Kingdoms“ fünfzehn Mal um.

In diesen chronologischen Berechnungen versuchte er, die klassische Chronologie mit astronomischen Daten in Übereinstimmung zu bringen und gelangte zu dem Ergebnis, dass die Welt um 534 Jahre jünger sei, als von James Ussher berechnet.

Aber Mr. Field machte mit einer Ausdauer weiter, die ihresgleichen sucht; er schaffte es, für noch einen weiteren Versuch Kapital aufzutreiben. Diesmal wurde der stählerne Segeldampfer „Great Eastern“ als Kabelleger eingesetzt. Dies war damals mit Abstand das größte Schiff der Welt.

Die Verlegung des Transatlantikkabels verlief reibungslos, bis das Kabel auf einmal - sechshundert Meilen vor der Küste Neufundlands - riss und versank. Es konnte nicht geborgen werden. Das Unternehmen wurde ein Jahr lang ausgesetzt.

Mr. Field gab immer noch nicht auf. Er gründete eine neue Gesellschaft, und fertigte ein weiter verbessertes Kabel. Am 13. Juli 1866 wurde dieses Kabel durch die Great Eastern erneut verlegt, und am 28. Juli 1866 schließlich in Betrieb genommen.

Das 1865 verlegte Kabelteilstück konnte nachträglich geboren und um das fehlende Stück ergänzt werden.

Die nach New York gesandte Nachricht lautete:

„SIND ZUFRIEDEN. 28. JULI.

Um 9.00 Uhr früh hier angekommen. Alles in Ordnung. Gott sei Dank! Das Kabel ist verlegt und funktionsfähig.

CYRUS W. FIELD“

---

Erfolgreiche Menschen, so heißt es, verdanken ihrer Ausdauer mehr als ihren natürlichen Fähigkeiten, ihren Freunden oder günstigen Lebensumständen. Talent ist durchaus wünschenswert, aber Ausdauer noch viel mehr.

„Wie lange hat es gedauert, bis Ihr so spielen konntet?“, fragte ein junger Mann Geradini „Zwölf Stunden pro Tag; zwölf Jahre lang“, antwortete der große Geiger.

„Geduld“, sagt Bulwer „ist der Mut des Eroberers, die Tugend par excellence, der Mensch gegen das Schicksal, Seele gegen Materie.“

Inkonsequenz und mangelnde Beharrlichkeit haben schon in Tausenden von Fällen zum Scheitern geführt, haben heute einen Millionär geschaffen und denselben Mann morgen zum Bettler gemacht.

Außergewöhnliche Erfolge sind ohne Ausdauer und Beharrlichkeit ein Ding der Unmöglichkeit. Eines der Gemälde, das Tizian berühmt machte, stand acht Jahre lang auf seiner Staffelei; ein weiteres sieben.

Wie werden weithin bekannte Schriftsteller berühmt? Indem sie jahrelang schreiben, ohne auch nur einen Heller dafür zu erhalten. Sie verfassen hunderte von Seiten und üben auf diese Weise; sie schufteten ihr halbes Leben lang im Namen der Literatur, ohne dass finanzieller oder anderweitiger Ruhm in Aussicht stünde. „Verzweifeln Sie nie“, sagte Burke, „aber falls doch, dann arbeiten Sie verzweifelt weiter!“

„Es gibt auch noch einen anderen Menschenschlag“, sagt ein Moralist, „der sich einfach zu keiner Entscheidung durchringen kann, nicht einmal, wenn er von anderen unterstützt wird.“

Diese Leute ändern ständig ihre Meinung, dann bedauern sie sie und kehren wieder zu ihrer ursprünglichen Auffassung zurück. Dann bedauern sie diese und jammern, dass es jetzt zu spät sei. Diese Bedauernswerten zögern, ob sie zu Fuß gehen oder fahren sollten, ob sie diese oder jene Richtung einschlagen sollten, und verzetteln sich in fünfzig weiteren Nebensächlichkeiten.

*Und schließlich tun sie dann das Einfachste, Leichteste, Müheloseste und Angenehmste.*

*Natürlich zeigt sich die Haltung, die sie bei Nebensächlichem zum Ausdruck bringen, auch bei wichtigen Belangen, was ihnen selbst, und allen anderen, die mit ihnen zu tun haben, nur Unannehmlichkeiten einbringt.*

*Die einzige Abhilfe besteht darin, unbeirrt bei der ersten Entscheidung zu bleiben, ohne sich lange mit dem Abwägen von Vor- und Nachteilen aufzuhalten, und sich nicht in nutzlosen Bedauerlichkeitsäußerungen zu verlieren.*

*Selbst wenn anfänglich ein Fehler begangen wird, eignet sich der Betreffende auf diese Weise die Gewohnheit sofortiger und klarer Entscheidungen an, und wird auf Dauer mehr bezwecken, als er durch wankelmütige Unentschlossenheit je erreichen könnte.“*

Der Erfolg  
bemisst sich nicht nach dem Erreichten,  
sondern nach den überwundenen Schwierigkeiten  
und dem Mut,  
der auf dem Weg zum Erfolg aufzubringen war!

# Theodoor Hendrik van de Velde

## Intime Liebe

# 23.

Der Sexualratgeber für Paare, die sich wirklich lieben



304 Seiten

<a href="#">Paperback</a> , 978-3-7469-2227-0	€ 23,95
<a href="#">Hardcover</a> , 978-3-7469-2228-7	€ 29,95
<a href="#">E-Pub</a> , 978-3-7469-2229-4	€ 17,70
<a href="#">PDF</a> ,	€ 19,97

Für Paare, die sich vormachen, bei der Sexualität auf das Fundament der seelischen Liebe verzichten zu können, ist dieses wissenschaftliche Standardwerk ungeeignet.

Doch Prüderie wäre ebenso unangemessen.

Wenngleich das Original in der Erstauflage noch den einschränkenden Hinweis enthielt, dass es sich ausdrücklich an Ärzte und Psychotherapeuten wende, werden junge Liebespaare heute daraus ebenso viele Erkenntnisse ziehen, wie Ihre Urgroßeltern.

Das Buch, verfasst von einem Frauenarzt (Entdecker des Kurvenverlaufs bei der weiblichen Körpertemperatur in zwei Phasen), geht umfassend auf die menschliche Sexualität ein, beschreibt ausführlich die männliche und weibliche Geschlechtsanatomie, benennt die Vor- und Nachteile der häufigsten Koitusstellungen, und enthält zahlreiche Schautafeln.

Sein Anliegen ist die Kultivierung der Erotik als Kunst in einer auf gegenseitiger Liebe beruhenden Partnerschaft.



# Inhaltsübersicht

Einführung	1
<b>Teil 1</b>	<b>3</b>
Einleitung und allgemeine Geschlechtsphysiologie	3
<b><i>Kapitel 1: Ehe und Superehe</i></b>	<b>3</b>
Gründe für das Festhalten an der Ehe	3
Die vier Eckpfeiler für das Gebäude der Ehe	4
Richtige Partnerwahl	4
Gute psychologische Einstellung	4
Wunschgemäße Lösung der Kinderfrage	4
Ein harmonisches und blühendes Geschlechtsleben	4
Der Arzt als Berater	6
Die Führungsrolle des Ehemannes	7
Unzulänglichkeit und Egoismus der meisten Ehemänner und scheinbare Geschlechtskälte ihrer Frauen	7
Der Ehemann als ständiger Verführer seiner Partnerin	8
Die Superehe verlangt Wissen und erfordert Studium	8
Das vorliegende Werk als Lehrbuch	8
<b><i>Kapitel 2: Einblicke in die allgemeine Geschlechtsphysiologie des Menschen</i></b>	<b>9</b>
<b>1. Die Evolution des Geschlechtstrieb - Geschlechtsgefühle und innere Reize</b>	<b>9</b>
Innere und äußere Absonderung der Geschlechtsdrüsen	11
Der Einfluss der inneren Sekrete	11
Die Bedeutung der inneren und äußeren Absonderungs- produkte für den Annäherungs- und Entspannungstrieb	13
Der Annäherungstrieb (dessen erste Komponente)	13
Der Entspannungs- und Befriedigungstrieb (die zweite Komponente)	13

Psychische innere Reize	14
Die indifferenzierte Liebe	14
Die Liebe	15
Die Ehe	16
Die Superehe	17
<b>2. Geschlechtsgefühle und äußere Reize</b>	18
Seelische Eindrücke	18
• allgemeiner Art	18
• persönlicher Art	19
Körperliche (von den Sinnesorganen übermittelte) Reize	20
• Geschmack	21
• Gehör	22
• Musik	22
• Rhythmus	22
• Stimme	22
• Geruch	22
Individuelle Empfänglichkeit für Gerüche	23
Erzeugung persönlicher Riechstoffe	23
• in der Ausatemluft	23
• im Schweiß	24
• in der allgemeinen Körperausdünstung	24
Geschlechtsspezifische Riechstoffe (mit einer gewissen persönlichen Prägung)	25
Menstruationsgeruch	25
• der Ausdünstungen	25
• des Genitalsekretes	25
Genitalgeruch bei Mann und Frau	25
Spermageruch	26
Seine vielen Nuancen	26

Spezifischer Genitalgeruch der Frau post coitum	28
• der Ausatemungsgeruch von Frauen post coitum	28
Allgemeines und Zusammenfassung	28
Parfümerie und Geschlechtsgefühle	29
• Parfümerie mit allgemeinem Charakter und ihre Bedeutung	29
• Solche mit sexuellem Grundzug	29
• Männliche und weibliche Gerüche	29
• Rationelle sexuelle Parfümierung	30
• Verstärkung von anziehenden persönlichen Gerüchen bzw. Vortäuschung derselben	30
• Reizung der eigenen Geschlechtsgefühle durch Riechstoffe	30
• Riechstoffe tierischer Herkunft (Moschus, usw.) und ihre Anwendung	30
• Lavendel, Kampfer, Bittermandeln zur Neutralisierung eines unangenehmen Genitalgeruchs	31
• Grundregel für die Zusammenstellung und den Gebrauch von Parfümen	31
Säure schwächt Genitalgerüche	31
Alkali verstärkt Genitalgerüche	31
Gesichtssinn	31
• Anblick der sekundären Geschlechtsmerkmale	31
• Anblick von Körperbewegungen und ihrem Rhythmus	32
• Betonung dieser Merkmale durch die Kleidung (Mode)	33
• Augenspiel	34
• Von unpersönlichen Dingen (z.B. Farben) ausgehende erotische Wirkung	34
Der Tastsinn	34
• Aktives Tastgefühl	34
• Passives Tastgefühl	35
• Erogene Zonen	35
• Reizung der Brüste und Brustwarzen	36

<b>Teil 2</b>	38
<b>Besondere Geschlechtsphysiologie und Anatomie</b>	
<b><i>Kapitel 3: Aus der Geschlechtsphysiologie der erwachsenen Frau</i></b>	38
<i>1. Einleitung und Beschränkung des Gegenstandes</i>	38
<b><i>Die äußeren Geschlechtsorgane der Frau</i></b>	39
• Die Schamspalte (Vulva)	39
• Die Schamlippen	39
<b><i>Abbildung I: Äußere Geschlechtsteile der Frau</i></b>	40
• Die Clitoris	41
• Praeputium clitoridis	41
• Fenulum clitoridis	41
Seine besondere Empfindlichkeit für Reize	42
Erektion der Clitoris	42
Talgabsonderung in der Umgebung	42
Eigenschaften und Bedeutung dieses Talges	42
Die Wichtigkeit seiner Entfernung	42
• Der Scheidenvorhof	44
• Der Scheideneingang (Introitus vaginae)	44
• Die Vorhofschleimdrüsen	44
• Die Harnröhrenmündung	44
• Das Hymen (Jungfernhäutchen)	44
• Die kleine Vorhofschleimdrüse	45
• Die Bartholinischen Drüsen	45
• Die Harnröhre (Peniskanal)	45

<b>2. Die inneren Geschlechtsorgane der Frau</b>	51
Allgemeine Beschreibung ihrer Lage	51
Das Becken	51
Nachbarorgane	51
Der Mastdarm (Rectum)	53
Die Harnblase	53
Wichtigkeit ihrer regelmäßigen und vollständigen Entleerung	52
<b>Abbildung II: Innere Geschlechtsteile im Längsschnitt</b>	54
<b>Abbildung III: Wichtige Muskeln der Frau</b>	57
Die Harnröhre (Urethra)	55
Die Scheide (Vagina)	56
Umgebende Muskeln	56
Der „Levator vaginae“ als funktionell-selbstständige Muskelportion	58
Übung der Beckenbodenmuskeln	58
Wülste usw. als Umfassungs- und Reibevorrichtung für den Penis	60
Abschluss der Scheide nach oben	61
Verhältnis zur Bauchhöhle	61
Vaginalsekret	62
Milchsäuregehalt des Vaginalsekrets	62
Aufsaugfähigkeit	62
Schwangerschaftsveränderungen	63
Altersveränderungen	63
Die Gebärmutter (der Uterus)	64
Kristellerscher Schleimpfropf	65

<b>Abbildung IV: Scheidenteil der Gebärmutter</b>	66
Lage und Haltung von Gebärmutter und Scheide	67
• im leeren Zustand	67
• in Coitusstellung	67
Beweglichkeit des Organs	67
Band- und Haftapparat	68
Mutterbänder	68
Bedeutung der Gebärmuttermuskeln	69
Bauchfellbekleidung	68
Ligamenta lata	69
Die Eileiter (Tuben)	70
Flüssigkeitsströmung	71
Die Eierstöcke (Ovarium)	75
Äußere Absonderung (Ausstoßung der Eier)	76
Innere Absonderung	76
<b>3. Eierstocktätigkeit, Wellenbewegung der Lebenserscheinungen im weiblichen Organismus und Menstruation</b>	77
Die Bedeutung der Eierstocktätigkeit für die Frau	77
Aufgabe der Eierstöcke und ihr Einfluss auf die übrigen Geschlechtsorgane	77
Zeitpunkt der Ovulation (in Beziehung zum Menstruationstermin)	78
Zeitliche Folge der verschiedenen Vorgänge	79
Spannung und wellenförmiger Spannungswechsel im Eierstock	79
Entspannungstrieb	79

Günstige Bedingungen für einen befruchtenden Coitus	79
Schutz des Eies nach seiner Loslösung aus dem Eierstock	80
Alternierung von Gelbkörperwelle und Eierstock-Spannungswelle	80
Verhältnis dieser beiden Wellen zu Egeburt und Eitod	81
Wucherung und Rückbildung der Gebärmutter-schleimhaut	81
<b>Abbildung V: Ovarialfunktion, Wellenbewegung und Menstruation</b>	82
Ihre Abhängigkeit von der Gelbkörperwirkung und Parallelismus der betreffenden Wellenlinien	83
Ähnliche Verhältnisse für die Brüste	83
Einfluss der Eierstocktätigkeit auf den Gesamtorganismus	85
Wellenbewegungen der Lebensverrichtungen	85
Körpertemperatur als Repräsentante	86
Dabei zu stellende Anforderungen	86
Die Temperaturwelle folgt der Gelbkörperwelle	86
Eine Teilerscheinung des Wellenabfalls	88
Abhängigkeit von der Gelbkörperwirkung	89
Das Gelbkörpersekret treibt die Lebensvorgänge an	87
Schwangerschafts-Temperaturkurve	88
Beeinflussung von körperlichem und seelischem Wohlbefinden durch Wellenphasen	89
Beeinflussung durch andere Einwirkungen	90
<b>Abbildung VI - Übersicht der Temperaturen bei einer erstmals schwangeren Frau</b>	91
Menstruation	92
Dauer	93
Menge	94

Örtliche Erscheinungen, Schmerzen	95
Allgemeine Erscheinungen, „Unwohlsein“	95
Art der betreffenden Störungen	96
Selbstvergiftung (?)	97
Der Begriff der „monatlichen Reinigung“	97
„Unreinheit“ der Menstruierenden	97
Dauer der Geschlechtsreife	97
Ihre Beeinflussung durch verschiedene Umstände	98
Wechseljahre (Klimakterium)	98
Verschiedenartigkeit im Auftreten und Verlauf	99
Aufhören der Wellenbewegung	99
Körperliche und psychische Erscheinungen	99
Menopause	99
Geschlechtsgefühle	101
Rekapitulation dieses Abschnitts	102
Hinzufügungen und wissenschaftliche Erweiterung der Fragestellung	102
Bedeutung dieses Abschnitts für die Ehe	102
<b>Kapitel 4: Zur Anatomie und Physiologie der männlichen Geschlechtsorgane</b>	103
Allgemeines	103
<b>Abbildung VII: Die Geschlechtsorgane des Mannes</b>	104
Penis	105
Schwellkörper	105
Erektion	106
Eichel	107



Vorhaut (Praeputium)	107
Vorhautbändchen (Frenulum praeputii)	107
Vorhauttalg	108
Die Bedeutung größter Reinlichkeit	108
Nervenapparat	108
Wolllustreize	108
Besondere Empfindlichkeit am Vorhautbändchen	108
Der Penis als Kopulationsorgan	108
Penisform	108
Penisgröße	109
Harnröhre	110
Verschiedene Abschnitte der Harnröhre	110
Schleimdrüsen	111
Bedeutung ihrer Absonderungsprodukte	111
Scrotum (Hodensack)	112
Hoden (Testikel)	112
Nebenhoden	112
Samenbildung	113
<b>Abbildung VIII - Männliche Geschlechtsdrüse</b>	114
Spermatozoen (Spermien)	115
Bewegung der Spermatozoiden	116
Ejakulation	116
Lebensdauer der Spermien	117
Lebensbedingungen	117
Weiterbeförderung	117
Verschmelzung einer Spermie mit dem Ei (Befruchtung)	117

Was mit den anderen Spermien geschieht	118
Prostata (Vorsteherdrüse)	119
Samenhügel	119
Prostatasekret Spermin	120
Einfluss auf die Bewegung der Spermatozoen	120
Samenleiter, Samenampullen	120
Kontraktion	121
Endstücke und Mündungen	122
Samenblasen	122
Absonderungsprodukt	122
Ejakulation	122
Wiederholung des Geschlechtsaktes	124
Vollständige oder unvollständige Entleerung	124
Pollutionen (unwillkürliche Samenentleerungen)	125
Entspannungstrieb	125
Reizung und Hemmung	125
Sperma, Quantität und Qualität	126
Spermin, belebende Wirkung	126
Innere Sekretion der Hoden	127
Ihr Einfluss auf Körper und Geist	127
Keine Wellenbewegungen wie bei der Frau	127
Nachlassen im hohen Alter	127
Bedeutung des Nachlassens	127
Ausgleichungsversuche durch Samenleiterunterbindung (Steinach)	127
- durch Überpflanzung von Affenhoden (Voronoff)	127

Vorbeugung der Inaktivitätsatrophie durch ehelichen Verkehr beim Älterwerden	128
<b>Teil 3: Der Geschlechtsverkehr, seine Physiologie und Technik</b>	129
<b>Kapitel 5: Definition / Vorspiel und Liebesspiel</b>	129
Definition des normalen Geschlechtsverkehrs	129
Einteilung in Vorspiel, Liebesspiel, Geschlechtsvereinigung und Nachspiel	129
Die Geschlechtsvereinigung (Coitus) als Höhenstadium des Geschlechtsverkehrs	129
Zweck und Ziel des Coitus	130
Abgrenzung in verschiedene Phasen	130
Vorspiel (Annäherungstrieb)	131
Allgemeines zur Technik des Vorspiels	132
Blick und Wort	132
Tanz	132
Koketterie	133
Flirt	133
Autosuggestion und Suggestion durch Gespräche über die Liebe	134
Bedeutung des Vorspiels	134
„Destillatio“ (vorbereitende Schleimabsonderung)	134
Liebesspiel	134
Liebeskuss	134
Unterscheidung der Küsse	134
Charakteristikum des Liebeskusses	135
Variationen des Liebeskusses	135
Effleurage	135

Maraîchinage	135
Zungenkuss	135
Apperzeption des Kusses	136
Geruchssinn	136
Beschnüffelungstheorie des Kusses	136
Tastsinn	137
Körperkuss	137
Abstufungen	138
Analyse	138
Liebesbiss	139
Abgrenzung vom Krankhaftem	139
Der Liebesbiss des Mannes	139
Die Gewaltanwendung des Mannes als Äquivalent des Liebesbisses	139
Die Stellung der Frau dazu	140
Stärkere Neigung zum Liebesbiss beim weiblichen Geschlecht	140
Kusstheorie	140
Analyse der Lustempfindung des Gebissenen	140
Eine weitere Theorie des Liebesbisses	141
Geschlechtshass als Komponente	141
Bedeutung der erogenen Zonen	142
Reizung der Brustwarzen	142
Betastung der Brüste	143
Reizspiel bei der Frau	144
Reizspiel beim Mann	145
Technik	145

Notwendigkeit der Einschränkung	145
Gleitmittel	148
Notwendigkeit von Gleitmitteln in manchen Fällen	148
Reizkuss	148
<b>Kapitel 6: Die Geschlechtsvereinigung</b>	151
<i>1. Physiologisches und Technisches</i>	151
Beschreibung des Vorgangs	151
Art der Reizung des männlichen Organs	152
Nuancen der Reize	152
Bedeutung der aktiven Beteiligung der Frau	153
Wichtigkeit des seelischen Faktors (Liebe) bei beiden Beteiligten	154
Ungleiche Reizbarkeit von Mann und Frau	156
Gegenseitige Anpassung	156
Art der Reizung der weiblichen Organe	156
<b>Abbildung A:</b> <i>Kurvenverlauf bei idealer Vergattung</i>	157
<b>Abbildung B:</b> <i>Kurvenverlauf bei einem Coitus ohne Vorbereitung der liebeserfahrenen Frau</i>	163
<b>Abbildung C:</b> <i>Kurvenverlauf bei einem Coitus mit einer unerfahrenen Frau nach vorhergehendem Reizspiel</i>	164
<b>Abbildung D:</b> <i>Kurvenverlauf bei Begattung einer unerfahrenen Frau ohne genügende Vorbereitung</i>	165
<b>Abbildung E:</b> <i>Kurvenverlauf bei einem Coitus Interruptus</i>	168
Schaden durch Coitus Interruptus	169
Vorbeugung eines ungenügenden Ablaufs	169
Zusammenziehen der Gebärmutter	170
Anteil der Clitorisreizung	171

„Ejakulation“ (Seminitio) der Frau?	171
Zusammenziehung der Gebärmutter	170
Verhalten des Schleimpfropfes	173
Nachfolgende Erschlaffung	173
Bedeutung der Aspiration für die Samenaufnahme	173
Beeinflussung der Vorgänge in den männlichen Organen (vgl. Kapitel 4)	174
Verlängerung der Erektionsdauer durch Zusammenziehen der Muskeln der Partnerin	174
Einfluss einer vorgenommenen Beschneidung	175
Bedeutung einer Beschneidung für die Frau	175
Absichtliche Verzögerung der Ejakulation	175
Bewertung der Größenverhältnisse der Geschlechtsorgane beim Coitus	175
Normaler Unterschied	175
Ausgleich des Längenunterschieds	175
Schaden durch Missverhältnisse	176
Infantilismus bei der Partnerin	176
Bedeutung des Infantilismus	176
Empfehlung einer rechtzeitigen ärztlichen Untersuchung auf Ehefähigkeit	178
Praktische Vorschläge für die Durchführung einer solchen Untersuchung	178
Infantilismus des Mannes	179
Übergröße des Phallos	179

<b>2. Stellung und Haltung beim Coitus</b>	181
Ihre Bedeutung	181
• für die Befruchtungschancen	181
• zur Vermeidung von Schaden	182
• für die Lustgefühle	182
» <i>Erste Stellung (Positio obversa)</i>	182
<b>I. Normallage</b>	183
Vor- und Nachteile	183
<b>II. Strecklagen</b>	184
Art der Reizung	184
Überstrecklage	185
Indikationen	186
<b>III. Beugelagen</b>	187
Art der Reizung	187
Steinschnittlage	189
<b>IV. Reithaltung (der Frau)</b>	190
Besondere Technik und verschiedene Art der Reizung	190
Nuancierung des Lustgefühls	191
Nachteile bei diesem Verfahren	192
Anweisungen und Gegenanweisungen	192

<b>V. Vordere Sitzhaltung (Vis-à-Vis)</b>	193
Art der Reizung	193
Variationen	194
Weniger tiefer Ausführung	195
Anweisung bei Schwangerschaft	195
<b>VI. Vordere Seitenlage (Vis-à-Vis)</b>	195
Besondere Vorteile als beide Partner schonendes Verfahren	195
» <i>Zweite Stellung (Positio aversa, Coitus a tergo)</i>	196
<b>VII. Bauchlage</b>	196
Nachteile	196
<b>VIII. Hintere Seitenlage</b>	197
Besondere Vorteile bei Schonungsbedürftigkeit	197
Ihre Anwendung statt Vergattungsverbot	197
Rechte und linke Seitenlage	198
Drei Arten der Reizverstärkung	199
<b>IX. Knielage</b>	201
Richtungsdifferenz des männlichen und weiblichen Organs	201
Anwendung in der Schwangerschaft	203



<b>X. Hintere Sitzhaltung</b>	203
Nachteile der hinteren Sitzhaltung	205
Bedeutung der Synousiologie für den Arzt	205
• als Grundlage für das Verständnis der krankhaften Störungen beim Geschlechtsverkehr	205
• in Beziehung zu den Fragen der Fruchtbarkeit und Unfruchtbarkeit	205
Bedeutung der Synousiologie für den Laien	205
zur Vervollkommnung des ehelichen Glücks	206
Schematische Übersicht über Coitusstellungen (lateinisch)	207
<b>Kapitel 7: Allgemeinerscheinungen beim Coitus bzw. Nachspiel</b>	212
Allgemeinerscheinungen während der Spannung	212
Drüsen	212
Speichelabsonderung	212
Harnabsonderung	212
Schweißabsonderung	212
Kreislauf	213
Kleine Blutgefäße	213
Atmung	213
Blutdruck	213
Muskulatur	214

Quergestreifte (willkürliche) Muskeln	214
Glatte (unwillkürliche) Muskeln	214
Übergreifen der Erregung auf Nachbargebiete	214
Nervensystem	214
Örtlich, Blase und Darm	214
Erhöhte Empfindlichkeit der Sinne	215
Konzentration des ganzen Wesens auf die Genitalsphäre	216
Während der nachfolgenden Entspannung	216
Ermüdung	216
Erschöpfung durch Überanstrengung	217
Wohltätige Einwirkung auf das Allgemeinbefinden	217
Schlafbedürfnis	217
Nachspiel	218
Rein psychischer Charakter des Nachspiels	218
Abklingen des Erregungszustandes	218
Dauer des Nachspiels	218
<b>Kapitel 8: Körperliche Hygiene</b>	<b>221</b>
<i>1. Defloration / Flitterwochen</i>	<i>221</i>
Zwei Widerstände:	222
• Seelischer Widerstand	222
Scheu, Angst	222
• Körperlicher Widerstand	222
Hymen	222

Technik der Defloration	223
Blutung	223
Schwierigkeiten	223
Hilfe durch den Arzt	224
Ausbleiben des Orgasmus der Frau beim ersten Coitus	224
Unterlassung des vorbereitenden Reizspiels	224
Zurückhaltung beim Liebesspiel	225
Gleitmittel	226
Die Flitterwochen	226
• eine Lehrzeit für Mann und Frau	226
Die Frau muss fühlen lernen	226
Temporäre Geschlechtskälte	226
Übung und Schonung	227
Stufenweises Vorgehen	227
<i>2. Einfluss der geschlechtlichen Betätigung auf Körper und Psyche / Sexuelle Leistungsfähigkeit</i>	228
Einfluss der geschlechtlichen Betätigung auf Körper und Psyche der Frau	228
Einfluss der Folgen des Geschlechtsverkehrs	229
(Einfluss des Geschlechtsverkehrs an sich (Schwangerschaft))	229
Günstige Wirkung	229
• auf die Geschlechtsorgane	229
• auf den ganzen Körper	230
• auf die Psyche	231
Ungünstige Wirkung bei Überreizung	232
Veränderlichkeit der Grenze	233

Sexuelle Leistungsfähigkeit der Frau	233
Einfluss der geschlechtlichen Betätigung auf Körper und Psyche des Mannes	233
• Günstige Wirkung	233
• Ungünstige Wirkung	233
Sexuelle Leistungsfähigkeit des Mannes	233
Persönliche Unterschiede	233
Temporäre Leistungsunfähigkeit	233
Schaden durch übermäßige Inanspruchnahme	233
Wiederholter Coitus bei gesteigerter Potenz	233
Kriterien des „Zuviel“	233
Größere Leistungsfähigkeit der Frau	233
Scheinbarer Widerspruch zur Häufigkeit der Geschlechtskälte	235
Gefahren für den Mann, der seine Frau an Höchstleistungen gewöhnt hat	236
<i>3. Beeinflussung des Geschlechtsverkehrs durch innere und äußere Umstände</i>	236
Einfluss von Speisen und Getränken	236
Reizwirkung	236
• durch Speisen	237
• durch Getränke	237
• durch Medikamente	237
Aphrodisiaka	238
Der „Liebestrank“	238
Mäßigend wirkende Stoffe	238
Gefährliche Präparate (Kantharidin)	238

Das Yohimbin	238
Beseitigung der Untererregbarkeit durch einfache Hilfsmittel	239
Kohlensäurebäder	239
Einfluss von passiven Bewegungen	239
Reiten und Fahren	239
Periodische Schwankungen des Geschlechtstriebes beim Menschen	240
Frühlingsmaximum	240
Schwankungen beim Mann	240
Vereinzelte Angaben über zwei- und vierwöchentliche Steigerung	240
Schwankungen bei der Frau	240
Große Verschiedenheit bei den Angaben	240
Zwei- oder vierwöchentliche Steigerung	240
Andere Maxima - (Entsprechende Texte wurden in dieser Buchfassung weggelassen)	-
Praktische Bedeutung der Maximalperioden	241
Gleiche „Rechte“ auf sexuelle Befriedigung für Mann und Frau	241
<i>4. Der Geschlechtsverkehr unter besonderen körperlichen Umständen</i>	241
<i>a) während der Menstruation</i>	241
Reizung und Hemmung der Geschlechtsgefühle	242
Angebliche Gefahr einer Harnröhrentzündung beim Mann	242
Nachteile für die Frau	243
Unter bestimmten Umständen ist der Verkehr erlaubt	243

<i>b) während der Schwangerschaft</i>	245
• Gründe <i>gegen</i> den Geschlechtsverkehr	245
Fehlgeburt	245
Vorzeitiger Blasensprung	246
Wochenbettinfektion	246
Verletzlichkeit der weiblichen Gewebe	246
• Gründe <i>für</i> den Geschlechtsverkehr	247
Die Libido der Frau in der Schwangerschaft	247
Unbewusste Gründe	247
Bewusste Gründe	247
Mit bestimmten Einschränkungen ist der Verkehr bis vier Wochen vor der Geburt erlaubt	247
<i>c) Karenz nach der Geburt</i>	249
Eigentliches Wochenbett (bis zwei Wochen)	249
Coitusverbot während des Wochenbettes	250
Rückbildungszeit (weitere vier Wochen)	250
Zulassung eines vorsichtigen Verkehrs	250
<i>d) bei Krankheiten</i>	251
Coitusverbot bei Infektionsgefahr	251
Coitusverbot bei akuten Krankheiten der Geschlechtsorgane	251
Chronisch entzündliche Krankheiten der Geschlechtsorgane	251
Coitusverbot in gewissen Fällen notwendig	251
Von ärztlicher Seite wird damit oft zu rigoros vorgegangen	251
Operation ist manchmal zu bevorzugen	251
Die sexuelle Funktionstüchtigkeit verdient bei den ärztlichen Erwägungen einen größeren Platz	251

Allgemeinerkrankungen	252
Gegenseitige Beeinflussung von Erkrankung und Geschlechtsverkehr	252
Gefahren des Coitus bei bestimmten Krankheiten	252
Günstiger Einfluss des Geschlechtsverkehrs bei gewissen Krankheiten	252
<i>5. Pflege und Reinigung der Paarungsorgane</i>	252
Notwendigkeit von Pflege und Reinigung	253
• Vorgaben für den Mann	253
• Vorgaben für die Frau	254
• Vorgaben für beide	255
<b>Kapitel 9: Seelische Hygiene</b>	256
Gesundheitspflege des ehelichen Organismus	256
Durch Vervollkommnung seiner normalen Lebensverrichtungen	257
Vermeidung von Überdruß	258
Vorsicht bei der Methode dieser Vermeidung	258
Durch Umgehung banaler Intimität	258
Durch Verhütung von inneren Konflikten zwischen Superehe und Religion	259
Dieses Thema behandelnde Literatur	-
Mosaische Gesetzgebung	-
Ablehnung der Verhinderung von Schwangerschaft durch Juden und Reformierte	-
durch Katholiken	-
Zu dieser Ablehnung steht die Superehe nicht in Widerspruch	-

Übereinstimmung zwischen Physiologie und katholischer Moralthologie	-
Stellung des Protestantismus	-
Lutheraner	-
Moderne Protestanten	-
Reformierte	-
Anglikaner	-
US-Amerikanische Kirchen	-
Für Menschen mit Askesetendenzen kommt die Superehe nicht in Frage	259
Bei allen anderen steht die Superehe nicht in Konflikt zur Religion	-
Geschlechtsverkehr ist kein Selbstzweck, sondern Ausdrucksweise	260
Die Superehe bietet die größte Ausdrucksfähigkeit	260



# Einleitung und allgemeine Geschlechtsphysiologie

## Kapitel 1: Ehe und Superehe

Die Ehe - zumal in den westlichen Ländern - versagt oft. Sie kann durchaus zu einem irdischen Paradies führen - sie wird manchmal eine richtige Hölle. Ein Purgatorium, eine Läuterungsstätte, die sie immer bilden sollte, ist sie nur allzu selten.

Soll man die Ehe deshalb verwerfen?

Viele Stimmen haben sich zu diesem Zweck erhoben, aber Besseres anzugeben haben sie nicht vermocht.

Unendlich größer ist übrigens die Zahl derjenigen, die an der alten Institution festhalten wollen.

Die Gründe dafür sind vielschichtig, ich selbst erblicke in der Dauerform der monogamen Liebesverbindung ein Evolutionsergebnis des Geschlechtstriebes, das den Egoismus dieses Triebes in weitestgehendem Maße in Altruismus umsetzt und bekenne ich zur Ehe.

In der Ehe wird viel gelitten.

Ohne die Ehe aber wäre noch weit mehr Leid zu ertragen.

.....

Wo wir also an der Ehe festhalten, fragt es sich, ob wir das Manko an Glück und das große Elend, das wir ihr in vielen Fällen vorzuwerfen haben, gleichmütig hinnehmen wollen, oder ob wir versuchen werden, Abhilfe zu schaffen.

Kein Mensch, der wie der Arzt - insbesondere der Sexologe und der Frauenarzt - in der Lage ist, oft hinter die Kulissen des Ehelebens zu blicken, wird mit seiner Antwort auch nur einen Augenblick zögern.

Es muss alles darangesetzt werden, um die Aussicht auf dauerhaftes Glück in jeder erdenklichen Weise zu verbessern.

Die **vier Eckpfeiler** für das Gebäude von Liebe und Glück in der Ehe sind:

- » Eine richtige **Partnerwahl**.
- » Eine gute **psychologische Einstellung** der Partner überhaupt und zueinander insbesondere.
- » Eine den Wünschen des Paares entsprechende Lösung der **Progeniturfrage**.
- » Ein harmonisches und blühendes **Geschlechtsleben**.

Über die Partnerwahl kann man bei jedem ernstzunehmenden Autor Vernünftiges nachlesen.

Ich brauche das oft Gesagte also nicht zu wiederholen, wenngleich ich bedaure, dass die guten Ratschläge immer noch zu wenig beachtet werden, und dass die Mehrheit der Menschen immer noch ohne Partnerwahl, sondern vollkommen blindlings tappend in die Ehe hineingeht. Immerhin gibt es so gut wie nichts, was das Konto einer Ehe von vorneherein und dauerhaft so sehr belastet, wie ein derartiger Fehler.

Die Psychologie der Ehe gehört ebenfalls nicht zum eigentlichen Thema dieser Abhandlung.

Ich empfehle den Interessierten das Studium der vorzüglichen Bücher von Leopold Löwenfeld „Über das eheliche Glück“<sup>\*</sup> und Thassilo von Scheffer „Philosophie der Ehe“<sup>\*\*</sup>.

*„Die Ehe ist Forderung und Hingabe in einem; wenn sie aber blühen soll, muss der Selbstlosigkeit ein breiter Raum gewährt werden“,* schrieb Th. von Scheffer. *„Sie ist vielleicht der größte Erziehungsfaktor in der Schule des Lebens, und wie in allen Schulen, ist auch die des Lebens kein leichtes Spiel.“*

**Ihre größte Gefahr ist die Langeweile**, und die damit eintretende Entfremdung, durch welche die Frau - gänzlich auf die Ehe eingestellt, während der Mann als Hauptinteresse seine Arbeit hat - wohl am schwersten leidet.

\* <https://goo.gl/vAX2wa>

\*\* <https://goo.gl/yWkKvB>

*„Die intellektuelle und moralische Verlassenheit, in welcher der Mann die Frau lässt, ist unendlich schmerzlicher und peinlicher als der Despotismus, die Gewalttätigkeit, die Brutalität, gegen welche sich die öffentliche Meinung so entschieden aufbäumt. Denn diese sind sichtbare, grobe, oft nur zeitweise bestehende Übel, gegen welche gerade die erwähnte Reaktion der öffentlichen Meinung schon ein wenig Trost bringt, während die Verlassenheit ein unsichtbares, unfassbares Elend bildet, das jede Abwehr unmöglich macht, aber jede Stunde des Tages und jeden Tag des Lebens vergiftet, weil es ein Nichts ohne Hoffnung, ohne Aussicht, bedeutet, und weil die Entmutigung, die aus ihr hervorgeht, mit den Jahren schlimmer wird und schwerer zu ertragen ist als jedweder heftige, aber vorübergehende Schmerz“ (Gina Lombroso).\**

*„Der Mann sollte es sich zur Pflicht machen, die Frau an seiner Arbeit teilnehmen zu lassen, sich für ihr Leiden zu interessieren, ihrer Aktivität Führung zu geben, ihre Unsicherheit zu beheben“ (G. Lombroso).*

In diesem Sinne haben sich viele andere Menschen ausgesprochen, zum Beispiel auch Albert Moll, der schon in der ersten Auflage (1912) seines „Handbuchs der Sexualwissenschaften“ sagte: *„Gerade, wenn es möglich ist, dass die Frau als kluge Gefährtin dem Manne bei seiner Arbeit zur Seite steht, wird hierdurch das innere Band der beiden Eheleute außerordentlich gefestigt. Vielleicht hängt damit zusammen, dass wir bei kleinen Kaufleuten, wo die Frau gelegentlich dem Manne im Lade hilft, und auch bei kleinen Handwerkern, wo die Frau bisweilen den Mann bei diesem und jenem unterstützt, verhältnismäßig glückliche Ehen finden.“*

Ich stimme derartigen Auffassungen mit voller Überzeugung bei, möchte nur hinzufügen, dass die Frau auch viel zur Verhütung der fatalen ehelichen Langeweile beitragen kann, wenn sie ihrerseits an Angelegenheiten, für die sich die Teilnahme ihres Mannes zu erwecken vermag, Interesse zeigt.

Hat die Frau zum Beispiel ein gutes Buch gelesen, eine Reisebeschreibung studiert, einen Vortrag angehört und versteht sie es, ihrem Partner davon auf fesselnde Art zu erzählen, so wird sie manchmal seine Gedanken in wohlthuender Art und Weise von der Arbeit, den Geschäften, Ärger und Sorge ablenken können.

\* Italienische Schriftstellerin (1872 - 1944)

Voraussetzung ist natürlich, dass der Mann den Erzählungen seiner Frau Verständnis entgegenbringt.

Gerade bei solchen relativen Kleinigkeiten, die im Leben doch so un-  
gemein wichtig sind, weil sie Stimmung erwecken oder verderben,  
ist es der Takt, welchen beiden Partnern den richtigen Weg zeigen  
muss.

Wenn es auf die angedeutete Weise gelingen kann, die immer dro-  
hende geistige Entfremdung der Partner zu vermeiden, bleibt das  
wirksamste Mittel doch ein zusammen gehegtes Interesse für ir-  
gendetwas, das beide gleichermaßen fesselt.

Welches Interesse könnte die Eheleute stärker fesseln, als die Liebe  
und Sorge für die gemeinsam erzeugten Kinder?

Kinder bilden das stärkste Band in einer normalen Ehe. Allerdings  
ist die Lösung des Problems der Progenitur nicht immer einfach.  
Niemand weiß das besser als der Frauenarzt. Begegnet er doch auf  
Schritt und Tritt den Unglücklichen, deren enttäuschte Hoffnung  
auf die andere folgt, weil ihnen der Kinderwunsch versagt bleibt.

Sieht er doch jeden Tag hinein in ein Schlafzimmer, das vom Ehe-  
mann aus Furcht vor den Folgen gemieden wird; kennt er so man-  
ches Ehebett, in dem die Ehefrau nur mit Bangen und Beben ihren  
sonst so geliebten Mann erwartet; weiß er doch, wie viele Ehen ein-  
zig und allein aus Angst vor Schwangerschaft in die Brüche gehen.

Die Besprechung dieser, für das eheliche Glück äußerst wichtigen  
Probleme gehört gewiss zu der Aufgabe, die mir gestellt habe.

Allein sie setzt die Kenntnis der Lebensverrichtungen der Ge-  
schlechtsorgane voraus. Deshalb soll ihr in diesem Buch die Physio-  
logie der Ehe vorhergehen.

Dies bringt mich zum eigentlichen Gegenstand der vorliegenden  
Arbeit: Ein harmonisches, blühendes Geschlechtsleben habe ich  
als den vierten Eckpfeiler für das Gebäude des ehelichen Glücks er-  
wähnt.

Dieser Eckpfeiler soll stark und gut gefügt sein, denn er hat einen  
Großteil der Gesamtlast zu tragen.

Leider ist er aber in den meisten Fällen schlecht fundiert, und aus morschem Material ausgeführt. Kein Wunder, dass der ganze Bau bald wieder einstürzt!

Den meisten Eheleuten fehlt es an der Kenntnis der Elemente des Geschlechtslebens. Diesem Mangel will ich abhelfen, und wende mich dabei an die Ärzte und Ehemänner.

An die Ärzte deshalb, weil sie auch in diesem Bereich die Berater der Eheleute sein sollten.

An die Ehemänner, weil es ihnen häufig nicht nur an den richtigen Führungseigenschaften mangelt, sondern sogar an den Qualitäten eines guten Partners.

Von ihrer Unvollkommenheit haben sie keine Ahnung. Denn der Mann, welcher, mit einer hohen Potenz begabt, seine „ehelichen Pflichten“ regelmäßig in für ihn physiologischer Weise erfüllt, meint, damit alles geleistet zu haben, was seine Frau von ihm verlangen kann.

Und wenn sie nicht befriedigt ist, und auf Dauer unbefriedigt bleibt, reiht er sie - seufzend oder ungehalten, je nach seiner Art - in die Kategorie der „geschlechtskalten“ Frauen ein, beklagt sich über sein Pech, und entfernt sich immer mehr von ihr. Hat er das Glück gehabt, eine eher temperamentvolle Frau zu ehelichen, so schleicht sich nach einigen Jahren, bei dem sich immer gleich gestalteten Genuss, die sexuelle Langeweile des Mannes ein, welche das eheliche Glück ebenso sehr gefährdet, denn die Langeweile lässt sich nur durch Abwechslung beheben. Die Abwechslung scheint dem Manne nur im Objekt möglich - und schon ist die Entfremdung wieder da.

Der Gedanke, dass das Versäumnis bei ihm liegen könnte, dass er es sei, der imstande gewesen wäre, der auch von ihm tief bedauerten Entfremdung vorzubeugen, kommt bei ihm gar nicht auf.

Er weiß eben nicht, dass es unzählige, durchaus innerhalb der Schranken des Normalen bleibende Varianten des Geschlechtsgenusses gibt, welche die Langeweile des Gewohnheitsmäßigen aus dem Ehebett fernhalten können, weil sie den Beziehungen zwischen den Partnern immer wieder neue Reize verleihen.

Sollte er wider Erwarten dennoch etwas ahnen, so hält er es für eine Ausschweifung, nicht verstehend, dass alles, was physiologisch ist, auch als sittlich erlaubt betrachtet werden darf.

Er - der Durchschnittsehemann - weiß nicht einmal, dass die Geschlechtsbefriedigung der Frau nicht denselben Verlauf aufweist, wie bei ihm: Er hat keine Ahnung davon, wie das Gefühl seiner Partnerin erst in schonender und entgegenkommender Weise erweckt werden muss. Er kann es nicht fassen, weshalb die an die Rücksicht ihrer Männer gewohnten Hindufrauen die Europäer als „Dorfhähne“ bezeichnen. Er hat kein Verständnis für die Mentalität des Javaners, der sich viel mehr des Genusses rühmt, den er bereitet, als dessen, den er erfährt.

Das Wesen der Don Juan-Figur versteht er völlig falsch.

Er möge Marcel Barrières „Essai sur le Donjuanisme contemporaine“ lesen, damit es ihm klar werde, dass die Verführerseele nicht das niedrig-egoistische Nehmen und Wegwerfen sucht, sondern einzig und allein die Wonne des Befriedigens.

In diesem Sinne soll der Liebhaber ein Verführer sein, ein Verführer seiner Frau, jedes Mal von Neuem.

Dann wird er, immer wieder Glück spendend, dauernd Glück empfinden und seine Ehe wird seine Superehe sein!

Dazu braucht der Mann Kenntnisse; er muss Bescheid wissen.

Die folgenden Abschnitte dieses Buches können ihm dazu verhelfen.

Teilweise werden sie auch vom Laien ohne Schwierigkeiten gelesen werden können. Andere Passagen wollen studiert werden. Denn meine Ausführungen sollen, wenn ich sie auch von überflüssiger Gelehrtheit freihalten will, einen durchaus wissenschaftlichen Charakter tragen.

Dies, und die Art des Stoffes, bringen es mit sich, dass manche Fremdwörter und Fachausdrücke nicht vermieden werden können. Wer das eine oder andere nicht verstehen kann, möge einen Arzt um Aufklärung bitten. Der Zweck ist des Studiums wert.

\* <https://goo.gl/5wJZua>