

Wie der  
**Mensch**  
**denkt**  
...so ist er



**bux.com**

von James Allen

## Von diesem Büchlein bieten wir drei Fassungen an:

1. Die englische Originalfassung mit deutscher und spanischer Übersetzung.

Diese Fassung können Sie hier als E-Book anfordern.

2. Nur die deutsche Übersetzung, jedoch ergänzt um Fragen und Antworten, welche die Philosophie James Allens kapitelweise erläutern.

Diese Version erhalten Sie hier.

3. Die vorliegende Version.

Diese ist so geschrieben, als würde James Allen heute leben und seiner Frau Lilly im Plauderton die wesentlichen Inhalte erklären.

Bei dieser gestrafften Version haben wir uns einige Freiheiten erlaubt, die Grundaussagen orientieren sich jedoch am Original Allens.

## Über James Allen:

James Allen wurde am 28. November 1864 in Leicester, England, geboren. Als er fünfzehn Jahre alt war, ging der Familienbetrieb in Konkurs und sein Vater wanderte in die USA aus, um dort Arbeit zu finden. Bevor der Vater die Familie nachholen konnte, wurde er ermordet.

James trat daraufhin von der Schule ab und war bis 1902 bei einigen britischen Unternehmen als Sekretär beschäftigt.

Als 38jähriger fing er an, sich dem Schreiben zu widmen und zog mit seiner Frau Lilly nach Ilfracombe.

Insgesamt hat er über 20 Werke verfasst, einige sind in deutscher Übersetzung bei I-Bux.Com erschienen, weitere Veröffentlichungen sind geplant.

„Wie der Mensch denkt, so ist er“ ist sein zweites Werk. Er veröffentlichte es nur auf Drängen seiner Frau.

Es ist leicht, die Kernaussagen zu überlesen oder aufgrund der altertümlichen Ausdrucksweise im Original nicht zu verstehen. Wir hoffen, dieses Manko mit der hier vorliegenden Version etwas auszugleichen.

Sie dürfen dieses E-Book gerne weiterreichen oder auf Ihrer eigenen Homepage zum kostenlosen Download anbieten.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Lektüre, frische Einsichten und eine Fülle positiver Ergebnisse aufgrund der Umsetzung dieser Perlen der Weisheit!

I-Bux.Com



Schau, Lilly, du weißt ja selbst am besten, wie viele Stunden ich meditiert habe und viele Jahre ich das Leben beobachtet habe, bis diese Büchlein endlich Gestalt annehmen konnte.

Ich behaupte ja nicht, dass es der Weisheit letzter Schluss sei.

Es soll nur eine grobe Orientierung bilden, eine Richtschnur, und nicht alles bis ins Kleine vorkauen. Wenn der Leser die Botschaft mitnimmt, dass er mit seinem Denken sein Leben selbst gestalten kann und nicht mehr für alles irgendwelche äußeren Kräfte oder anderen Leute verantwortlich macht, ist doch schon viel gewonnen, meinst du nicht auch Lilly?

Also der Reihe nach.

Das erste Kapitel heißt:

## Gedanken und Charakter

Du kennst ja auch den Spruch „Wie der Mensch in seinem Herzen denkt, so ist er“.

Das ist ein sehr schlauer Spruch, weißt du.

Warum?

Weil sich diese Aussage nämlich auf alle Lebensbereiche bezieht; sie betrifft jedes noch so kleine Ereignis. Der Mensch ist buchstäblich das, was er den lieben langen Tag lang denkt. Und sein Charakter ist die Folge davon.

So wie du sicher sein kannst, dass aus deinem Geraniensamen wieder Geranien wachsen und sich im Mai kein Rosenstrauch an die Oberfläche drängt, kannst du auch sicher sein, dass aus deinem Gedankensamen wieder entsprechende Früchte wachsen. Das ist sogar dann der Fall, wenn dir deine Gedanken nicht einmal bewusst waren.

Und was ist die „Frucht“ in diesem Fall? Das ist das, was wir tun oder erleben. Das können glückliche Stunden sein oder schmerzvolle Zeiten, die Saat haben wir selbst gepflanzt.

Alles geht seinen gesetzmäßigen Gang, liebe Lilly. Hör bloß nicht auf das, was die Leute über Zufälle plappern, sie wissen es halt nicht besser. Auf die Qualität der Gedanken kommt es an, genauso wie es bei deinen Geranien auf die Qualität des Saatguts ankommt.

Du hast es in der Hand, dein Leben zu einem Freudenfest gestalten - oder auch zu einer Hölle. Dein Unterbewusstsein ist wie eine riesige Scheune, in der meterhoch Gedankgut aufgestapelt ist. Das kann Gutes und Schlechtes sein. Diese Gedanken können Armbrüste sein, die dir Pfeile in die Brust schießen. In dieser Scheune können aber auch wertvolle Instrumente lagern, die dir zu Erfolgen und Ausgeglichenheit verhelfen. Der Scheune selbst es egal, was in ihr gelagert wird.

Achte sehr sorgfältig auch deine Gedanken, meine Liebe. Wenn du die falsche Wahl triffst, wirst du mehr leiden als unter dem Biss einer Schlange. Du bist das Zünglein an der Waage, überleg dir gut, welche Gedanken du in die Scheune deines Unterbewusstseins lässt.

Das ist das Schöne an der Sache:

Du selbst kannst frei entscheiden.

Du selbst schmiedest dir dein Glück.

Du selbst setzt die Ursachen für das, was du erlebst.

Was du anordnest, gilt!

Überleg dir deshalb genau, was du mit deinem Leben anfangen willst!

Wo willst du hin?

Du bestimmst die Richtung.

Sobald du das weißt, kannst du deine Energien zielgerichtet einsetzen, Lilly, dann kannst du in weniger Zeit mehr erreichen. Das sind Denkgesetze, sie wirken so oder so. Ob du dich ihrer bedienst oder ob dich darüber hinweg setzen willst. Was gar nicht geht!

Wie kann jemand Gold oder Diamanten finden?

Doch nur, indem er danach gräbt! Immer tiefer!  
Man wird sie ihm nicht nachwerfen. Er muss selber graben!

Und so musst auch du in deinem Innern graben. Keiner anderer Mensch wird dir diese Arbeit abnehmen. Du musst den Preis zahlen, schließlich bis du ja auch diejenige, die den Lohn einstreicht, gell!

Sei immer wachsam!  
Schau dir auch die kleinsten Dinge in deinem Alltag an. Sie kommen nicht von ungefähr.  
Überleg dir, was sie über dich aussagen.

Manchmal denkst du vielleicht, dass so eine Lappalie doch nicht der Rede wert sei.  
Aber vielleicht verbirgt sie eine Lektion, vielleicht erfährst du daraus mehr über dich?

Und so wirst du immer bewusster, immer weiser und immer mächtiger, meine liebe Lilly.

Du kennst doch auch das Zitat aus dem Buch der Bücher:

*„Wer sucht, der wird finden,  
wer klopft, dem wird aufgetan“*

Hier steht klipp und klar, dass keiner kommt, um einem die Weisheit aufzudrängen, man muss sich schon selbst darum bemühen.

Immer wieder!

Ich hoffe, dieses erste Kapitel hat dich neugierig auf die weiteren Lektionen gemacht, liebe Lilly ...

## Kapitel 2

### Die Auswirkung von Gedanken auf die Umstände

Wirf doch mal einen Blick aus dem Fenster, Lilly. Hier siehst du unser Gärtchen, das du so liebevoll pflegst.

Dein Unterbewusstsein ist genau so. Du kannst dich um es kümmern oder es sich selbst überlassen. Wenn du der Gartenarbeit aus dem Weg gehst, verwildert alles, was so schön hätte sein können. Niemand weiß besser als du, dass du die Samen für schöne Pflanzen ansäen musst, damit der Garten so herrlich aussieht, wie der deine.

Und so wie du, als umsichtige und aufmerksame Gärtnerin, darauf achtest, dass der Garten frei von Disteln und Unkräutern ist, und Heilpflanzen, Gemüse, Obst, Geranien und Rosen anpflanzt, und Brennnesseln, Quecken und Löwenzahn mit der Wurzel ausreißt und verdorren lässt, musst du auch niederträchtige Gedanken herausreißen und an ihre Stelle aufbauende, liebevolle und zielgerichtete Gedanken setzen.

So wirst du eines Tages feststellen, liebe Lilly, dass du selbst die Chefgärtnerin im Garten deines Lebens bist. Du selbst entscheidest, was leben soll und was deiner nicht würdig ist.

Was du denkst und was du tust, geht Hand in Hand. Du bist nur deshalb ein so lieber Mensch, eine so tapfere Frau und eine so treue Gefährtin, weil du die entsprechenden Gedanken pflegst. Du merkst, wenn deine Gedanken auf die schiefe Bahn geraten, und bereinigst dann den Kurs. Und woran merkst du das, meine Liebe? Weil irgendetwas im Außen nicht mehr in Ordnung ist. Das zeigt dir, dass mit deinem Denken etwas durcheinander geraten ist.

Deine Gedanken haben dich dorthin gebracht, wo du jetzt stehst. Für Zufälligkeiten ist in diesem großen Werk des Lebens kein Platz. Alles geschieht aufgrund dieser alles durchdringenden Gesetzmäßigkeit, die immer gilt. Immer, Lilly! Das gilt für die Fälle, in denen alles wie am Schnürchen läuft und auch für die Situationen, in denen alles schief zu laufen scheint.

Solange du anderen Leuten die Schuld in die Schuhe schiebst, wird dir immer wieder etwas in die Quere kommen. Erst wenn du die volle Verantwortung für alles übernimmst, was dir widerfährt, wird dir die Macht bewusst, die du in dir trägst. Dann stellst du fest, dass du selbst den Spaten ansetzen kannst, dass du selbst Furchen ziehen kannst, dass du selbst das Saatgut bestimmen kannst. Dann bist du die Meisterin, die selbst entscheidet, was du ernten willst.

Nachdem du eine Zeitlang bewusst an deinem Denken gearbeitet hast, wird dir immer mehr Gutes zustoßen. Deine Gedanken müssen lauter sein, sie müssen aufbauend, positiv und wohlwollend sein. Und mit der Zeit wirst du feststellen, dass sich deine Lebensumstände in dem selben Maße verändern wie sich auch dein Denken verändert. Glaub mir das, meine Lilly, das ist so sicher wie ich James heiße!

Geh in dich, schau dir deine Gedanken an. Wenn du auf ein verqueres Denken stößt, dann bügler es aus, wenn du Begrenzungen feststellst, dann pole sie um. Nur so kannst du immer mehr der Mensch werden, zu dem du das wahre Potenzial besitzt.

Dein inneres Sein sendet einen Leuchtstrahl aus und beleuchtet das, was deinem Denken entspricht. Das wirst du dann erhalten. Hier geht es nicht um das, was du nach außen hin vorgibst, hier geht es darum, was sich in deinem Herzen wirklich verbirgt. Wenn du tief drinnen Ängste hast, ziehst du diese Ängste in dein Leben. Wenn du tief drinnen Liebe hast, ziehst du Liebe in dein Leben.



Jedes Gedankenpflänzchen, das du in den Garten deines Unterbewusstseins setzt, wird nach seiner Art gedeihen. Es wird Wurzeln fassen und früher oder später in seiner ganzen Pracht - oder auch in seinem ganzen schrecklichen Ausmaß - Gestalt annehmen.

Gute Gedanken bringen gute Früchte.  
Schlechte Gedanken bringen schlechte Früchte.

Was sich sichtbar abspielt, ist nur die Auswirkung dessen, was in den unsichtbaren Bereichen des Unterbewusstseins herangewachsen ist. Du selbst erntest, was du dort hineingesät hast.

Indem du deinen Wünschen treu bleibst - aber rede nicht mit Mary oder Tom darüber, behalte deine Wünsche für dich! - können sie im fruchtbaren Mutterboden deines Unterbewusstseins heranreifen.

Du weißt so gut wie ich, liebe Lilly, dass niemand bloß deswegen an den Bettelstab kommt oder zum Strauchdieb wird, weil er vom Pech verfolgt wäre. Leute, die ihr Denken positiv ausrichten, sind gegen solche Anfeindungen gefeit.

Nicht die äußeren Umstände machen den Menschen, sie zeigen nur, wie er wirklich ist!

Jemand gerät nicht auf die schiefe Bahn, weil in seinem Leben dies oder jenes vorgefallen ist. Er gerät auf die schiefe Bahn, weil ihn sein Denken dorthin gebracht hat.

Der Mensch bekommt nicht das, was er will, Lilly, er erhält das, was er wirklich ist. Die Phantasien, Wünsche, Triebe und Ziele eines Menschen verdichten sich zu einer geistigen Nahrung, die den Lebensweg den Menschen pflastert. Wenn sich jemand begrenzt, ist nur er selbst dafür verantwortlich. Seine eigenen Gedanken sind die Kerkermeister, die ihn einschränken. Die Gedanken halten den Menschen unten oder sie erheben ihn - aber der Mensch wählt sie sich selbst. Und deshalb bekommt der Mensch nicht das, wofür er bittet und was er in leeren Worten zum Ausdruck bringt, er bekommt das, was ihm aufgrund seiner tiefsten Gedanken zusteht. Es gibt nur eine einzige Möglichkeit, das zu erhalten, was du willst, meine Teuerste:

Deine Wünsche und Gebete müssen sich im absoluten und harmonischen Einklang mit deinem Denken befinden!

So, meine Lilly, nachdem das nun geklärt ist, noch ein weiterer Punkt:

Viele Leute kämpfen gegen das Böse an, sie kämpfen verzweifelt gegen die Umstände und kommen dennoch nicht weiter. Warum ist das so?

Diese Leute pflanzen ihrem Unterbewusstsein weiterhin dieselben Disteln ein und erwarten Tulpenblüten! Wie unsinnig und kurzsichtig! Wie kann jemand andere Ergebnisse erwarten, wenn er sein Denken nicht verändert?

Selbst wenn jemand nur reich werden wollte, müsste er doch die Denkweise, die ihn bisher in Armut gehalten hat, aufgeben? Das ist doch einleuchtend, Lilly - oder?

Nehmen wir ein Beispiel. Angenommen du bist finanziell völlig abgebrannt, Lilly. Du hättest auch gerne schicke Kleider und einen solchen Hut, wie ihn Miss Molly trägt, aber in Wirklichkeit hast du nicht einmal das Kleingeld, um den Michmann zu bezahlen. Aber du erledigst deine Arbeit mehr schlecht als recht. Du denkst, dass dein Arbeitgeber auch keine bessere Leistung verdient habe, schließlich sei die Bezahlung ja auch nicht gerade fürstlich. Ich weiß natürlich, Lilly, dass du auf eine so abwegige Denke gar nicht kommen würdest, aber ich sage dir, solche Leute gibt es zuhauf! Diese Leute haben keinen Schimmer von den wirklichen Zusammenhängen! Diese Bedauerlichen füttern weiterhin den Pleitegeier in ihnen und wundern sich dann, dass er ihnen die Früchte vom Brot frisst. Diese Menschen konzentrieren sich auf den Mangel und erwarten, dass aus einem so verkehrten Denken Wohlstand kommen könne. Kindische Gemüter!



Nehmen wir jetzt ein anderes Beispiel:

Nehmen wir an, dass du in Geld schwimmst.

Aber du hast eine schmerzvolle Krankheit, die dir das Leben vergällt. Die Ursache ist deine Fresssucht. Du wärst durchaus bereit, dein ganzes Geld herzugeben, wenn du damit diese Krankheit loskriegen könntest, aber du bist nicht bereit, die Denkweise aufzugeben, die dir diese Krankheit beschert hat. Du stopfst also weiterhin ungeheure Mengen Nahrung in dich hinein und frönst deinen Heißhungerattacken.

Solange du das tust, hast du Gesundheit noch nicht verdient.

Dann hast du noch nicht kapiert, was du brauchst, um gesund zu werden.

Bleiben wir noch eine Weile bei diesem Thema:

Sagen wir, dass du eine Chefin und Arbeitgeberin bist, die ihre Sache schlecht macht. Du bezahlst deinen Leuten keine angemessenen Löhne und hoffst, dass auf diese Weise mehr für dich übrig bleibe.

Wenn du dich so verhältst, bist du des Reichtums nicht würdig. Vielleicht bleiben dir auf diese Weise ein paar Kröten mehr, innerlich aber bleibst du ein elender Wurm. Und wenn andere dich dann ebenso hintergehen, wie du sie betrügt, beklagst du dich über das Pech, das dich verfolgt. Weil du die wirklichen Zusammenhänge nicht begriffen hast!

Das sind natürlich nur Lehrbeispiele, meine liebe Lilly. **Du** würdest dich so unsinnig nie verhalten. Ich erzähl dir das nur, um dir vor Augen zu führen, dass die Leute nicht wissen, was sie tun; sie warten ständig auf bessere Zeiten, sind aber nicht bereit, sich mit ihrem Denken auf solche einzustellen. Und so geschieht ein Missgeschick nach dem anderen, nichts passt wirklich zusammen, und diese Dickköpfe begreifen nicht, dass sie innerlich anfangen müssen, wenn sie äußerlich etwas anderes erleben wollen.

Man kann durchaus in Teilbereichen ehrlich sein, und trotzdem am Hungertuch nagen. Man kann auch in gewissen Bereichen unehrlich sein und trotzdem viel Geld verdienen. Das schon. Aber manche Leute denken, dass sie deshalb kein Geld hätten, weil zu ehrlich seien und dass sie finanziell besser dastünden, wenn sie nicht so ehrlich und seriös wären. Das ist natürlich ein Trugschluss! Unterschwellig schwingt dabei mit, dass man nur mit unehrlichem Tun zu Wohlstand gelangen könne und dass der Ehrliche immer den Kürzeren ziehe.

Blickt man genauer hin, so sieht man, dass Leute, die solchen gedankenlosen Vorurteilen aufsitzen, nicht richtig ticken. Wenn jemand unehrlich erscheint, ist er vielleicht in Bereichen, die nicht so augenfällig sind, ehrlich. Und wenn jemand ehrlich erscheint, ist er vielleicht in Bereichen, die ebenfalls nicht für jedermann sichtbar sind, unehrlich. Wenn du eine ehrliche Haut bist, dann erhältst du, was deinem Denken und Tun entspricht, aber weil das keiner hundertprozentig ist, erhält er ab und zu auch einen Denkkettel.

Schau dir nur deine Freundin Molly an, meine liebe Lilly. Die Gute glaubt doch wirklich, dass Ehrlichkeit nur Kummer und Sorgen mit sich brächte. Wie kann sie so sicher sein, dass die so Bestraften nicht auch das letzte Körnchen unedlen Gedankengutes aus sich ausgemerzt haben? Diese Leute vergiften sich ihr Denken selbst, weil sie immer wieder über dieselben unliebsamen Ereignisse nachgrübeln, bis sich diese fest in ihr Unterbewusstsein eingegraben haben und dort nach ihrer Art gedeihen.

Sobald diese Leuten die Augen aufgehen, werden sie auch erkennen, dass sie selbst für ihr Ungemach verantwortlich waren. Es kann gar nicht anders sein.

Gute Gedanken und gute Taten können nichts Schlimmes hervorbringen.



Das wäre so, als würden aus Getreidekörnern Brennesseln wachsen.

In der Natur leuchtet das jedem ein, aber in unserem eigenen Leben verschließen wir von diesen Wahrheiten die Augen. Dabei ist es doch so einfach!

Unheil ist immer auf verkehrtes Denken zurück zu führen. Es zeigt, dass die Leute nicht in Harmonie mit sich selbst leben, dass sie mit sich nicht im Reinen sind. Sobald diese innere Harmonie hergestellt ist, hört das Leiden auf; es wird nicht mehr gebraucht. Schließlich gibt es keinen Grund, Gold weiter zu brennen, nachdem die Schlacke abgefallen ist. Wenn die Leute nur lautere und edle Gedanken pflegten, gäbe es nicht den geringsten Grund für das Leid.

Wenn dein Leben zum Wohle steht - und damit meine ich nicht irgendwelche Spielzeuge oder irgendwelchen Staub ansetzenden Klunker - ist das ein Zeichen dafür, dass du dich mit deinem Denken auf den richtigen Weg befindest. Glückliche und wirklich erfolgreiche Leute verwenden ihr Geld intelligent für gute Zwecke. Unglückliche Leute fühlen sich immer vom Leben verraten und verkauft; wenn sie ein bisschen Geld haben, dauert es nicht lange, bis sie es wieder sinnlos verbraten haben.

Du kannst nur dorthin gelangen, wo sich dein wahres Potenzial befindest, wenn du alles Jammern und Verfluchen aufgibst und dich auf die Suche nach dem Geheimnis des Lebens begibst. Sobald du dein Denken an der Tatsache ausgerichtet hast, dass du selbst damit deinen Lebensweg bestimmst, zeigst du nicht mehr mit dem Finger auf andere. Wozu auch? Jetzt nutzt du die Macht deiner eigenen Gedanken, um das, was dir am Herzen liegt, rascher zu erreichen.

Unser gesamtes Universum wird von ganz klaren Gesetzmäßigkeiten regiert, da gibt es keine halben Sachen. Der Mensch, der das verstanden hat, macht seine Sache richtig, er macht nicht nur einiges richtig, mischt aber noch jede Menge Unfug dazwischen. Bring deine Welt in Ordnung, dann ist auch die Welt um dich herum in Ordnung. Sobald du anders über dich denkst, denken andere auch anders über dich.

Du schaust mich zweifelnd an, meine Liebe?

Schau dir die Leute in deinem Bekanntenkreis an, die Molly, die Mary und den Tom und wie sie alle heißen. Ändere deine Gedanken gegenüber diesen Menschen, und es wird dich von den Socken reißen, wie rasch sich das auch dein Umgang verändert.

Die Leute bilden sich ja ein, dass sie ihre Gedanken für sich behalten könnten. Scheibenkleister, sag ich da.

Was die Leute denken, zeigt sich sehr rasch in ihren Gewohnheiten. Und die Gewohnheiten verhärten sich zu Dingen, die sie erleben.

Instinktmäßige und niedrige Gedanken führen dann zur Trunksucht, manche halten sich für sexy, was sie zu Weicheiern macht. Andere stecken voller Ängste und Zweifel und ihr Wischi-Waschi-Denken nagt an ihnen, zieht sie ständig weiter nach unten, was im Extremfall dazu führen kann, dass sie selbst zu gar nichts mehr in der Lage sind und ständig bemuttert oder bevatert werden müssen.

Wieder andere hängen in ihrem Denken an der Faulheit; sie gehen der Arbeit aus dem Wege, vernachlässigen sich und sind ständig knapp bei Kasse.

Dann gibt es welche, die ständig jammern und immer einen Sündenbock brauchen. Auch dieses Denken zeigt sich in Gewohnheiten und lässt sich nicht verbergen.



Aber das Gegenteil trifft natürlich auch zu, meine liebe Lilly.

Erhabene und schöne Gedanken zeigen sich in einem angenehmen Wesen, in Freundlichkeit, Umgänglichkeit, Höflichkeit und Aufmerksamkeit.

Diese Leute machen fertig, was sie begonnen haben, man merkt ihnen eine innere Sicherheit und Ausgeglichenheit an.

Mutige Gedanken führen zu Gewohnheiten der Entschlusskraft und erfolgreicher Taten. Diese Leute reißen sich am Riemen und lassen sich nicht von Hintz und Kunz wieder von ihrem Vorhaben abbringen.

Die Welt funktioniert eigentlich nach einem ganz einfachen Prinzip:

Sie gibt dir alles, was du durch dein Denken und deine innere Ausrichtung haben willst.

Sie öffnet die Türen, damit das Sonnenlicht herein kann. Dann kann jeder die Ergebnisse deines Denkens sehen, die guten und die schlechten.

Verbanne schlechte Gedanken also ein für allemal aus deinem Leben. Wirf die kranken und schwächliche Gedanken auf den Kompost, so wie du es mit den Nesseln machst, konzentriere dich ausschließlich auf aufbauende Gedanken, dann wird keine Kette stark genug sein, um dich unten zu halten.

So, Lilly, ich ziehe mich mal ein halbes Stündlein zum Meditieren zurück. Das ist gut für Körper und Geist - was auch das Thema des nächsten Kapitels ist.

Wenn du willst, machen wir danach weiter ...

## Kapitel 3

# Die Auswirkung von Gedanken auf Gesundheit und Körper

Dein Körper ist deinem Geist untertan. Er führt nur aus. Die Bilder, die es geschafft haben, die Schwelle zu deinem Unterbewusstsein zu überwinden - das ist der untere Halbmond im Kopfteil dieser Skizze - können sich nur in deinem Körper ausdrücken. Wenn das Denken nicht mit den natürlichen Prinzipien im Einklang steht, reagiert der Körper rasch mit Krankheit oder Unwohlsein.

Glückliche und aufbauende Gedanken zeigen sich natürlich ebenfalls im Körper, ich brauch dich nur anzuschauen, meine liebe Lilly, um zu sehen, dass dein Denken in Ordnung ist.

Wie bei allem anderen auch, gilt auch für Krankheit und Gesundheit, dass die Wurzeln tief im Denken liegen. Es sind Fälle bekannt, in denen die Angst einen Menschen umgebracht hat, man spricht nicht umsonst von Sorgenfalten, von einem griesgrämigen Gesicht oder von einem Gram gebeugten Rücken.

Starke, reine und glückliche Gedanken verleihen dem Körper Grazie und Energie. Der Körper ist ein zierliches und leicht veränderbares Gebilde und richtet sich bald nach dem, was ihm der Geist befiehlt.

Leute, die niedrige Gedanken mit sich herumschleppen, werden immer an einem vergifteten Blut leiden. Nur wenn das Herz rein ist, zeigt sich das auch in einem blühenden Leben und einem gesunden Körper.

Du kannst deinen kompletten Speisezettel umwerfen, solange du nicht auch dein Denken veränderst, bewirkst du damit gar nichts. Zumindest nicht auf Dauer. Ein klar denkender Mensch hat gar kein Verlangen nach unnatürlicher Nahrung.

Klare Gedanken schaffen klare Verhältnisse. Der so genannte Heilige, der sich nicht wäscht, ist nichts anderes als ein Scheinheiliger.

Jemand, der mit sich im Reinen ist, sorgt auch für einen reinen Körper. Ein solcher Mensch regt sich auch nicht über Kleinigkeiten auf.

Wenn du einen vollkommenen Körper willst, dann schütze dein Unterbewusstsein. Bewahre es vor Gedanken des Neides, der Missgunst und der Hoffnungslosigkeit, weil solche Gedanken deinem Körper Energie und Vitalität rauben.

Ich kenne eine sechsundneunzigjährige Frau, die das Gesicht eines unschuldigen Mädchens hat.

Und ich kenne einen Burschen, der noch keine vierzig Jahre alt ist, und ein verrunzeltes düsteres Gesicht hat.

Ich brauch dir nicht erst zu sagen, meine liebe Lilly, worauf das zurück zu führen ist.

Dein Haus kann nur dann nett und gepflegt sein, wenn du ab und zu auch die Fenster öffnest, damit frische Luft und Sonnenlicht herein können. Das gilt auch für glückliche und zufrieden dreiblickende Gesichter. Lass die Sonne in dein Herz, tue Gutes, und Sorge für Harmonie in deinem Denken!

Eine bessere Medizin als ein sonniges Gemüt kann man gar nicht zu sich nehmen.



## Kapitel 4

### Gedanken und Lebensinhalt

Du bewegst dich keinen Millimeter voran, solange dir nicht klar ist, wohin du in deinem Leben willst.

Betrachten wir das Denken als einen Baum und das Leben als einen Fluss.

Was tun die meisten Leute dann?

Sie lassen ein Stück Rinde - das wäre in unserem Fall der Gedanke - im Fluss herumwirbeln. Das ist eine Sünde, meine Teuerste!

Wie kann man ziel- und haltlos umherirren, so etwas kann nur zu ständig neuen bösen Überraschungen führen!

Wer keine Zielrichtung im Leben hat, fällt den Sorgen zum Opfer. Einer solcher Mensch bemitleidet sich selbst, weiß mit sich und der Welt nichts anzufangen und fühlt sich wertlos und unnützlich.

Überleg dir gründlich, was du aus deinem Leben machen willst. Und dann mach den ersten Schritt. Dieser erste Schritt sollte zunächst alles sein, worauf du dich konzentriert, du denkst nur daran. Das kann etwas Erhabenes sein oder etwas Irdisches - darauf kommt es nicht an. Hauptsache es liegt dir am Herzen.

Diese Idee spinnst du dann weiter, baust sie weiter aus, bringst mehr Energie hinein - und mit der Zeit wird diese Idee in dein Unterbewusstsein absinken und dort zu keimen beginnen.

Das ist der Königsweg, meine liebe Lilly. Auf diese Weise übernimmst du die Verantwortung für den Ausgang, du bleibst deinem Weg treu.

Du brauchst nicht auf Anhieb etwas Großes bewirken zu wollen. Wenn du dir nicht sicher bist, wie das Ziel aussehen soll, dann achte darauf, dass du deine jetzigen Aufgaben so optimal wie möglich erledigst. Das ist eine gute Schule für das, was du später noch bei größeren Aufgaben brauchen wirst.

Vielleicht bist du ja nicht mit einer starken Willenskraft gesegnet. Das weißt du. Aber weil du es weißt und jeden Tag ein bisschen daran arbeitest, wird dein Wille immer stärker. Und so kommt eins zum anderen, und eines Tages ist dein Wille so stark, dass du gar nicht mehr aufgeben kannst.

Schau dir bloß den schwächlichen Johnny an, der konnte nicht mal ein Kalb aufheben. Aber er hat trainiert. Heute lacht ihn keiner mehr aus.

Das gilt auch für den geistigen Bereich. Übung macht den Meister. Auch der Geist lässt sich trainieren.

Nachdem du dir über dein Ziel im klaren bist, empfehle ich dir, dir über den schnellsten Weg zu seiner Verwirklichung Gedanken zu machen. Lass dich vor allem nicht von Ängsten und Zweifeln aus der Bahn werfen. Weg mit diesen Wegelagerern und Saboteuren! Das sind nur zersetzende Ideen, die nichts Gutes bringen können; ihr einziges Anliegen ist es, dich zu Fall zu bringen.

Was du brauchst, sind Energie, Tatkraft und Wissen. Damit schlägst du diesen Räubern die Türe vor der Nase zu!



Wenn du es geschafft hast, diesem Gespann aus Ängsten und Zweifeln einen Riegel vorzuschieben, hast du dem Scheitern den Garaus gemacht. Jetzt kann es nur noch bergauf gehen!

Jeder Gedanke verleiht dir jetzt mehr Kraft. Alles, was sich dir in den Weg stellt, meisterst du mit Bravour!

Wenn du dein Denken mit Zuversicht bündelst, hast du eine große Macht auf deiner Seite und kannst Großes bewirken. Dir wird klar, wie du etwas anpacken musst und vage Gedanken weichen einer klaren Linie!



## Kapitel 5

### Der Gedankenfaktor bei der Zielerreichung

Ob du etwas erreichst oder ob du dabei scheiterst, ist immer das Ergebnis deiner Gedankenqualität. Was dir zustößt, hat mir dir zu tun, nicht mit jemand anderem. Deine Freude und dein Leid spielten sich in dir ab, ein anderer kann sie nicht spüren.

So wie du denkst, so bist du.  
Und wenn du weiterhin so denkst, bleibst du auch weiterhin so!

Du kannst noch so stark sein. Dennoch kannst du einen anderen Menschen nicht stärker machen, wenn dieser deine Hilfe ablehnt.  
Wenn du schwach bist, musst du selbst dafür sorgen, stärker zu werden.  
Du musst selbst die Energie aufbringen, die du bei jemand anders gesehen hast, und dann dir selbst arbeiten.

Nur du kannst dich verändern.  
Andere können dich anleiten oder dir Hilfestellung geben,  
das Tun aber bleibt an dir hängen!

Viele Leute sagen: „Wir müssen schufteln, weil die da oben uns buckeln lassen. Deshalb hassen wir unsere Arbeitgeber, die Sklaventreiber“.

Aber es gibt auch einige, die das Gegenteil sagen:

„Es gibt deshalb Sklaventreiber, weil es viele Sklaven gibt. Deshalb verachten wir die Sklaven“.

Was stimmt nun wirklich?

Die Wahrheit ist, dass sich beide Seiten bedingen. Die Sklaventreiber und die Sklaven arbeiten dümmlich zusammen und schaden sich beide nur selbst.

Man kann die Leiter nur erklimmen und Sorgen Sorgen sein lassen, indem man sein Denken auf eine höhere Ebene erhebt. Wer schwach ist und sich hoffnungslos und elend fühlt, hat es sich selbst zuzuschreiben. Dieser Mensch ist nicht bereit, sein Denken auf die nächste Ebene zu erheben.

Wer etwas Neues schaffen will, muss sich geistig auf Neuland vorwagen. Das gilt sogar für ziemlich banale Alltagsangelegenheiten. Gut, Lilly, wir wissen natürlich beide, dass das manchmal alles andere als leicht ist. Da soll man nun seine bisherige Denkweise aufgeben, wer tut das schon leichten Herzens?

Nun, meine Liebste, man braucht ja auch keinen Radialschwenk durchzuführen. Aber ein bisschen man muss sich schon bewegen. Wenn sich dein erster Gedanken nur um deinen Eigennutz dreht, wirst du keinen klaren Gedanken fassen können. Solange du deine Gedanken nicht im Griff hast, bist du auch nicht in der Lage, etwas wirklich Wertvolles zu schaffen.



Du kannst immer nur das erreichen, was dir deine Gedanken vorgeben! Punktum!

Deshalb musst du zunächst etwas aufgeben. Je klarer deine Gedanken sind und je höher die Ebene ist, auf der sie sich abspielen, umso mehr wird dir gelingen.

Die Naturgesetze sehen nicht vor, dass sich das Füllhorn der guten Dinge einfach mir nichts, dir nichts über Leute ergießen soll, die nur eines gut können: die Hand aufhalten!

Die Naturgesetze des Universums helfen dem Tüchtigen, seit Jahrhunderten hören wir das von zahlreichen Weisheitslehrern in allen möglichen Formulierungen. Es liegt an jedem selbst, sein Denken auf die nächste Stufe zu erheben, nur so kann er weiterkommen.

Die tollsten Dinge, die wir kennen, gehen darauf zurück, dass sich jemand getraut hat, das Altvertraute in Frage zu stellen und einen Schritt weiterzugehen. Diese Leute haben den Preis bezahlt.

Wer nicht viel erreichen will, braucht auch keinen hohen Preis zu bezahlen.

Wer aber wirklich etwas bewegen will, muss sich tüchtig ins Zeug legen. Er muss einen hohen Einsatz bringen.

Ohne Fleiß kein Preis.



## Kapitel 6

### Visionen und Ideale

Die Erretter der Welt sind die Träumer, sage ich dir, meine liebe Lilly.

Die Welt kann auf die Träumer nicht verzichten. Eines Tages sind die Träume dieser Leute Wirklichkeit und dann stehen sie auch allen anderen zur Verfügung.

Schriftsteller, Künstler, Dichter, Propheten, Lehrer ... - diese Menschen schaffen ein Leben, das auch noch viel Gutes tut, wenn diese Leute nicht mehr sind. Die Welt ist doch viel schöner, weil es solche Menschen gibt und gegeben hat, nicht wahr, Lilly?

Wenn sie nicht gelebt hätten, könnten die anderen nicht an ihren Werken teilhaben.

Denk mal an den Kolumbus. Der hatte die Vorstellung einer anderen Welt und hat sie entdeckt.

Oder an den Kopernikus. Der konnte sich mehrere andere Welten und ein größeres Universum vorstellen - und hat auch das entdeckt.

Oder denk an Buddha. Der hatte die Vorstellung von einer spirituellen Welt voller Schönheit und Friede und fand einen Weg, dorthin zu gelangen.

Hätschle deine Träume.

Verwöhne die Musik, die dein Herz zum Schwingen bringt, denke mit einem lächelndem Gesicht an das Schöne, das du noch schaffen willst.

Eines Tages wirst du diese Dinge verwirklicht sehen.

Es zu wollen, heißt, es zu erhalten.

Ein Ziel zu setzen, heißt, es zu erreichen.

Wie sollte es anders sein?

Das würde ja bedeuten, dass sich deine schlechten Gedanken verwirklichen, deine kühnsten und edelsten aber unverwirklicht bleiben!

Getraue dich also ruhig, in großen Dimensionen zu denken.

Diese Träume sind die Verheißung des noch Kommenden.

Eines Tages wirst du es erleben.

Selbst die allergrößte Sache fing als ein einfacher Traum an.

Schau die kleine Eichel an, was für eine riesige Eiche aus so einem kleinen Kern wächst! Allerhand, Lilly, nicht wahr!

**Dein jetziger Platz ist vielleicht nicht der ideale Standort, aber du wirst nicht lange dort bleiben, wenn du ein geistiges Wunschbild erschaffen kannst, in dem du dich in anderen Sphären siehst!**

Egal, wo du jetzt steht, es bleibt dir nur eine von drei Möglichkeiten:

Entweder entwickelst du dich weiter,

oder du fällst zurück

oder du bleibt weiterhin dort, wo du jetzt bist.



Die Ursache ist in jedem Fall deine Denkweise.

Einfältige und oberflächliche Leute sehen immer nur auf den Abglanz der Dinge.  
Was wirklich dahinter steckt, sehen sie nicht.

Sie babbeln von Zufällen, von Massel und von Dusel.

Wenn sie jemanden sehen, der seinen Weg gemacht hat, sagen sie: „Mensch, hat der aber ein Glück!“.

Wenn sie ein glückliches Paar Hand in Haar spazieren gehen sehen, murmeln sie: „Denen fällt aber auch wirklich alles zu“.

Wenn sie jemanden sehen, der sich einen Herzenswunsch erfüllen konnte, fällt ihnen nichts besseres ein als neidvoll zu flüstern: „Warum hat unsereiner nie so viel Glück?“

Sie sehen nicht, welche Mühen diese „Glücklichen“ auf sich nehmen mussten, wie sehr sie an ihren Plänen arbeiteten, welchen Einsatz sie erbringen mussten, wie konsequent sie ihre geistigen Übungen durchgeführt haben.

Sie sehen auch nicht, wie hart diese „Glücklichen“ an sich gearbeitet haben, um Zweifel und Hürden zu überwinden, um sich immer wieder aufzuraffen, um den Glauben an das Ziel aufrecht zu erhalten.

Sie sehen nur eine Seite der Medaille, für sie ist alles nur „purer Zufall“.

Diese Leute haben nicht den blaßesten Schimmer, meine liebe Lilly - wir alle kennen solche Besserwisser und Nichtstuer.

Es ist leicht, sich nicht die gesamte Wegstrecke anzusehen und das Erreichen des Reisezieles dann als Glücksfall abzutun.

Alles Lohnenswerte verlangt auch seinen Einsatz.

Der Traum, dem du in deinem Inneren treu bist, der in deinem Herzen sitzt, dieser Traum wird dein Leben bestimmen. Zu diesem Menschen wirst du werden!



# Kapitel 7

## Gelassenheit

Ein ausgeglichenes Gemüt ist eine der schönsten Perlen der Weisheit.

So etwas wird einem nicht in die Wiege gelegt, man muss viel an sich arbeiten, sich selbst unter Kontrolle halten.

Wer innerlich ruhig ist, hat einen Wendepunkt erreicht, er hat viel gelernt. Ein solcher Mensch weiß nicht nur ansatzweise über die Denkgesetze Bescheid, er hat sein Denken auf eine hohe Stufe gebracht.

Warum kann es sich ein solcher Mensch leisten, trotz aller Widrigkeiten Ruhe zu bewahren?

Weil er weiß, dass er sein Denken selbst steuern kann. Er hat sich immer eingehender mit diesen Zusammenhängen beschäftigt und kann die Dinge jetzt in einem klaren Licht erkennen. Er weiß, warum etwas eingetroffen ist und braucht seine Zeit nicht mehr mit einem ständigen Wiederkäuen des Vorgefallenen und einer Selbstbemitleidung zu vergeuden.

Wenn du wirklich ruhig und gelassen bist, meine liebe Lilly, dann weißt du auch, was dir gut tut und wie du angemessen reagierst. Andere Menschen werden deine innere Stärke bemerken und dich dafür respektieren.

Je ruhiger du bist, umso erfolgreicher bist du auch. Du hast die Dinge besser im Griff und erreichst mehr.

Auch wenn du nur bei Margret hinter der Theke stündest, um Brote zu verkaufen, würden die Kunden merken, dass du mit dir im Reinen bist. Sie würden ihre Brote lieber bei dir kaufen als bei jemand anders, der bei jeder Kleinigkeit gleich aus der Haut fährt.

Die Leute haben immer lieber mit jemanden zu tun, der ruhig bleiben und einen klaren Kopf behalten kann.

Ausgeglichene, gelassene und ruhige Menschen sind überall beliebt. Sie sind wie ein Schatten spendender Baum auf durstigem Gelände oder wie ein Fels im Sturm.

Die Gelassenheit zeigt, welchen Menschen wir wirklich vor uns haben. Das ist die letzte Lektion in dieser Serie über die Lebensgesetze. Die Gelassenheit hat denselben Stellenwert wie die Weisheit; sie ist mehr mehr als 24karätiges Gold!

Wer nur Geld horten will, aber sich selbst nicht beherrschen kann, ist ein armes Würstchen gegen den, der die sanfte Kunst der Gelassenheit erlernt hat. Ein gelassenes Leben spielt sich im Meer der Wahrheit ab, nur ein bisschen unterhalb der Wellen, der Sturm peitscht über es hinweg.

Ich kenne eine Menge Leute, die ihr Leben vermässeln, die alles zunichte machen, was gut hätte werden können, die sich um die Achtung ihrer Mitmenschen bringen und sich ringsum Feinde machen, weil sie aus jeder Mücke einen Elefanten machen und bei jeder Kleinigkeit explodieren.



Jeder kennt solche Beispiele, wo die Wut alles zunichte gemacht hat, wo ein aufbrausendes Wesen viel Unheil angerichtet oder Zweifel und Traurigkeit in die Seelen der Mitmenschen gesät hat.

Liebe Lilly, lass mich dir abschließend noch eines sagen:

In diesem Meer, der sich Leben nennt, gibt es einige Inseln des Glücks.  
Und wenn du an diese sonnegebadeten Ufern solcher Glücksinseln gelangst,  
dann behalte das Ruder deines Denkens fest in der Hand.

Ganz tief in dir befindet sich eine Weisheit, die nur auf deine Anordnungen wartet. Dieser innere Riese schläft nie. Wenn du ihm nicht sagst, was er tun soll, wird er seine Befehle von anderen Seiten aufschnappen.

Rechtes Denken ist der Schlüssel für ein selbstbestimmtes Leben.  
In der Ruhe liegt die Kraft!  
Sag deinem Herzen: „Sei friedlich, sei ruhig!“

Vielen Dank, dass du mir so aufmerksam zugehört hast, meine Lilly!

