

Henry Thomas Hamblin



**SEIEN SIE  
ALLES,  
WAS SIE SEIN  
KÖNNEN!**

*Effektives Mentaltraining*

**Arbeitsheft**

# Inhalt

Dieser Kursus von Henry Thomas Hamblin wurde ursprünglich in Form von zwölf wöchentlichen Lektionen verschickt.

Die Originallektionen hatten keine Titel.

<b>1.</b>	<b>Stellen Sie sich absolute Perfektion vor!</b>	<b>1</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	19
	Downloadlink für Arbeitsheft	19
<b>2.</b>	<b>Fordern Sie Ihre Königsmacht ein!</b>	<b>23</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	38
<b>3.</b>	<b>Befreien Sie Ihr Unbewusstes!</b>	<b>40</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	58
<b>4.</b>	<b>Weisen Sie Ihr Unterbewusstsein an!</b>	<b>60</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	79
<b>5.</b>	<b>Das Tagesbewusstsein gibt die Richtung vor</b>	<b>81</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	98
<b>6.</b>	<b>Pflegen Sie die Macht Ihrer Gedanken!</b>	<b>99</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	114
<b>7.</b>	<b>Erkennen Sie die Macht Ihrer Gedanken!</b>	<b>115</b>
	Testen Sie Ihr Wissen	139

<b>8.</b> Das Gesetz des Ausgleichs	131
Testen Sie Ihr Wissen	142
<b>9.</b> Stärken Sie Ihr positives Bewusstsein!	143
Testen Sie Ihr Wissen	159
<b>10.</b> Fort mit Angst und Hass!	160
Testen Sie Ihr Wissen	174
<b>11.</b> Entwickeln Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit!	175
Testen Sie Ihr Wissen	193
<b>12.</b> Befolgen Sie Prinzipien der Wahrheit!	194
Testen Sie Ihr Wissen	208
<b>13.</b> Bonuslektion und Zusammenfassung	209
Vorgehensweise für Fortgeschrittene	220
Über den Autor	234

Nehmen Sie sich bitte für die Durcharbeitung jeder Lektion nach Möglichkeit **eine volle Woche** Zeit!

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Fragen aus dem Buch nochmals.

Die Zahl hinter der Frage verweist auf die Seite, auf der Sie die Antwort finden.

Es wäre nett, wenn Sie in unserem [Online-Shop](#) eine kurze Beurteilung hinterlassen könnten:

- Was hat Ihnen besonders gefallen?
- Welche Erkenntnisse haben Ihnen besonders weitergeholfen?
- Würden Sie dieses Buch/diesen Autor weiterempfehlen?

Ebenfalls von Thomas Henry Hamblin:

*„Die Macht der Gedanken“*

- [Taschenbuch](#)
- [PDF](#)
- [Hörbuch](#)

# Lektion 1

Nennen Sie einige Dinge, die Sie in diesem Kurs lernen 1

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Wird der vor Ihnen liegende Weg leicht oder schwer sein? 2

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Wieso werden Sie diesmal erfolgreich sein? 2

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Wie sollten Sie sich innerlich sehen? 2

---

---

Nennen Sie zwei wesentliche Voraussetzungen für Ihren Erfolg: 5

---

---

Worauf könnten vorübergehende Störungen hinweisen? 7

---

---

---

Mit welcher Affirmation überwinden Sie Zweifel/Ängste? 8

---

---

Auf welche Weise sollten Sie Ihre Affirmation durchführen? 8

---

---

Wann ist der beste Zeitpunkt für die Durchführung von Affirmationen? 9

---

---

Wann ist der zweitbeste Zeitpunkt für die Durchführung von Affirmationen? 9

---

Was tun Sie im Anschluss an Ihre Affirmation? 9

---

---

Was ist die beste Möglichkeit, um eine Schwierigkeit zu überwinden? 10

---

---

Warum sollten Sie über diese Einsichten Stillschweigen bewahren? 11

---

---

Wieso ist es sinnvoll, feste Übungszeiten einzuplanen? 12

---

---

Wieso könnte es hilfreich sein, sich das Unbewusste wie einen ständigen menschlichen Zuhörer vorzustellen? 17

---

---

Welchen Gedanken sollten Sie den Zutritt zum Unbewussten gestatten? 18

---

## **Lektion 2**

Wieso steht dem Menschen eine unbegrenzte Macht zur Verfügung? 24

---

---

Ist der Mensch ein körperliches oder ein geistiges Wesen? 25

---

---

Wo befindet sich das unendliche Bewusstsein des Universums? 25

---

Welche Voraussetzung muss erfüllt sein, damit der Mensch seine brachliegenden Fähigkeiten zum Ausdruck bringen kann? 26

---

---

Wieso sind die meisten Menschen sorgenvoll? 26

---

---

Wieso liegen die inneren Fähigkeiten bei den meisten Menschen brach? 26

---

---



Reicht rechtes Denken aus oder bedarf es auch der Arbeit? 27

---

Was ist die Grundlage für Ihre Erfolge? 28

---

---

Was ist bei Affirmationen unbedingt zu vermeiden? 29

---

---

Auf welche Weise erschaffen Sie ein neues Selbstbild? 30

---

---

Wie gehen Sie mit Störgedanken um? 32

---

---

Was ist der erste Schritt bei der Lösung von Problemen? 34

---

---

Wie überzeugen Sie das Unbewusste davon, dass es Ihre Probleme lösen kann?

A

---

B

---

C

---

D

---

## Lektion 3

Einige Aktivitäten des kleinen Tagesbewusstseins  
(Außenbereich der Sinne) sind: 41

---

---

Drei Attribute des Unbewussten sind: 41

1. 

---
2. 

---
3. 

---

Wieso sollten Sie auf Ihre Eingebungen hören? 43

---

---

Worin liegt der Unterschied zwischen dem Unbewussten  
und dem universellen Bewusstsein? 44

---

---

Wie können Sie eine schlechte Angewohnheit beseitigen? 46

---

---

Wieso sollten Sie einem negativen Gedanken sofort den Weg versperren? 49

---

---

Über welche Methode können Sie schädliche Gedanken revidieren? 51

---

---

Sie sind „zwei in einem“:

Ein \_\_\_\_\_ Selbst und ein \_\_\_\_\_ Selbst. 51

Auf welche Weise können Sie unerwünschte Gedanken fernhalten? 55

---

---

Was bedeutet es, wenn Ihr neues Leben scheinbar schwieriger geworden ist? 56

---

---

---

## **Lektion 4**

Nennen Sie einige Eigenschaften des Unterbewusstseins: 60

---

---

---

Was ist einer der Hauptgründe für Misserfolge im Leben? 62

---

---

---

Wie können Sie schädliche Suggestionen abwehren? 65

---

---

Was sind Affirmationen? 68

---

---

Wieso sollten Sie Affirmationen nicht ständig umformulieren? 69

---

---

Welche zwei Methoden stehen Ihnen für Ihre Lebensgestaltung zur Verfügung? 72

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Welche allgemeine Verneinung und Affirmation sollten Sie grundsätzlich immer voranstellen? 76

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Lektion 5

Woran mangelt es den meisten Menschen? 84

---

---

Wieso müssen Sie den Impulsen Ihres Unterbewusstseins immer Folge leisten? 89

---

---

---

Wie können Sie die Lösung im Schlaf finden? 96

---

---

Warum wird Ihnen eine *einmalige* Lektüre dieses Kurses wenig bringen? 96

---

---

---

## **Lektion 6**

Was ist der Grund, wieso manche scheinbar tadellosen Menschen unvermittelt in Sittenlosigkeit verfallen? 99

---

---

Wie heißen die beiden „Wächter“ am Tor zum Unterbewusstsein? 102

---

---

Wie können wir uns von der passiven Akzeptanz der Masse lösen? 102

---

---

Wieso sollten Sie bei der Auswahl Ihrer Lektüre sehr wählerisch sein? 105

---

---

Nennen Sie eine Methode, die Ihnen hilft, Ihr Vorstellungsvermögen zu schärfen. 112

---

---

## **Lektion 7**

Wie viele Energiezentren gibt es laut Dr. Abrams im menschlichen Körper? 116

---

Wieso ist der „hypnotische Blick“ ethisch nicht vertretbar?  
118

---

---

---

Wie machen Sie sich immun gegen Fremdsuggestionen? 120

---

---

Nennen Sie zwei andere Umschreibungen für das „Gesetz der Anziehung“ 120

---

---

Wie können Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit steigern? 126

---

---

---



# Lektion 8

Wieso ist Müßiggang aller Laster Anfang? 131

---

---

---

Wann können Sie davon ausgehen, dass Ihnen die Welt das Beste zurückgibt? 135

---

---

---

Wie lautet Ihre Affirmation für diese Woche? 139

---

---

---

---

## Lektion 9

Wie können Sie eine innere Kraftzunahme erreichen? 147

---

---

Wie können Sie vorgehen, um künftig nur noch positive Gedanken zuzulassen? 148

---

---

Nennen Sie die drei Stufen bis zur Erfolgsüberzeugtheit. 150

Ich \_\_\_\_\_

Ich \_\_\_\_\_

Ich \_\_\_\_\_

Erfolg ist nichts, das wir zu erreichen haben, sondern: 152

---

Was ist der einzige Unterschied zwischen einem erfolgreichen und erfolglosen Menschen? 153

---

Was sollten Sie tun, bevor Sie eine Entscheidung zu fällen haben? 158

---

## **Lektion 10**

Welche sind die beiden schlimmsten negativen Eigenschaften? 160

---

---

Was gibt es zu fürchten? 163

---

Wie lautet die zweitwichtigste Verneinung? 164

---

---

---

Was haben Verzeihen und Liebe mit Erfolg zu tun? 169

---

---

---

# Lektion 11

Was ist Erfolg? Einige Beispiele. 175

---

---

---

Wie finden Sie Ihre Nische? 177

---

---

Wie steigern Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit? 183

---

---

---

Wie verbessern Sie Ihr Gedächtnis? 191

---

---

---

## Lektion 12

Warum sollten Sie sich nicht „verzetteln“? 196

---

---

Von welchen drei Lebensgesetzen sollten Sie sich immer leiten lassen? 202

Das Gesetz \_\_\_\_\_

Das Gesetz \_\_\_\_\_

Das Gesetz \_\_\_\_\_

Wieso sollten Sie dieses Buch von vorne an nochmals durcharbeiten? 205

---

---

---

Wie lange wird es erfahrungsgemäß dauern, bis sich Ihr Wunsch verwirklicht hat? 205

---