

Das PRINZIP

Geheimnis zur Erschaffung der gewünschten Realität

Das Prinzip besteht aus insgesamt 7 geistigen Gesetzen, die ein umfassendes Ganzes bilden:

- **Das Gesetz der Mentalität**
- **Das Gesetz der Kausalität**
- **Das Gesetz der Analogie**
- **Das Gesetz der Resonanz**
- **Das Gesetz der Harmonie**
- **Das Gesetz des Rhythmus**
- **Das Gesetz der Polarität**

Tatsache ist:

- ❖ Alles ist möglich
- ❖ Jedes Wunder folgt einer Gesetzmäßigkeit
- ❖ Diese Gesetze sind schöpferisch
- ❖ Das Schöpferische ist nur begrenzt durch das persönliche Vorstellungsvermögen
- ❖ Das Vorstellungsvermögen ist nur begrenzt durch den jeweiligen Bewusstseinshorizont
- ❖ Man kann nur dann bewusst Wunder erschaffen, wenn man die nötigen „Wunderregeln“ kennt.
- ❖ Sobald man die „Regeln“ des Prinzips bewusst kennt, kann man dieselben sofort anwenden.

Die **rechte Gehirnhälfte** steht für Intuition, die **linke Gehirnhälfte** für den Intellekt. Nur das Zusammenspiel beider Gehirnhälften ergibt die Frucht der edlen Weisheit. Weisheit ist essenziell wichtig, um dieses Leben gewinnend in Erfüllung leben zu können und um das Spiel zu durchschauen.

Linke Gehirnhälfte:

- Analytisch
- Verbal
- Rationell
- Nach außen gerichtet

rechte Gehirnhälfte:

- ganzheitlich
- visuell
- räumlich
- nach innen gerichtet

Die ersten Früchte einer balancierten Denkweise sind:

- | | |
|---------------|---------------------|
| ➤ Freude | Schöpfertum |
| ➤ Friede | Entspannung |
| ➤ Liebe | Gleichmut |
| ➤ Harmonie | Einheit |
| ➤ Loslassen | Leichtigkeit |
| ➤ Wissen | Empfangen |
| ➤ Weisheit | Offenheit |
| ➤ Intuition | Visionen und Träume |
| ➤ Sog | wenig Mühe |
| ➤ Kreativität | viel Früchte |

Das duale Gegenteil – Ergebnis einer nicht ausbalancierten Denkweise sind:

- | | |
|--------------------|---------------------|
| ➤ Frust | Verhaftung an etwas |
| ➤ Sorgen | Ignoranz |
| ➤ Negativer Stress | Krampf |
| ➤ Druck | Trennung |
| ➤ Schweiß | Schwere |
| ➤ Ärger | Gleichgültigkeit |
| ➤ Zorn | Einseitigkeit |
| ➤ Chaos | viel Mühe |
| ➤ Festhalten | wenig Frucht |

4 wichtige Hirnfrequenzbereiche:

- ❖ **Betabereich** (Bewusstsein im Alltag)
- ❖ **Alphabereich** (beginnt bereits bei Ruhe, bei geschlossenen Augen und wenn wir einfach nur lächeln)
- ❖ **Thetabereich** (im Dämmer- bis Tiefschlaf auch Phase tiefer Meditation und hoher Kreativität)
- ❖ **Deltabereich** (fernab jeder bewussten Wahrnehmung – entweder im absoluten Tiefschlaf, ein geübter Yogi oder einfach nur im Koma)

Wichtig ist eine massive positive Grundeinstellung!

Identifikation ist immer die Voraussetzung für BewusstSEIN. Wir sind das, womit wir uns identifizieren. Und wir strahlen/sendem das aus, was wir meinen zu sein. Die Identifikation ist der Anfang der Bewusstwerdung unseres Wesenskerns.

So lange um etwas kreisen, bis Gleiches sich gegenseitig magnetisieren kann.

Je stärker die Identifikation, desto bewusster ist das Sein, desto größer die ausgestrahlte Resonanz, desto kraftvoller seine Anziehung, desto offensichtlicher und schneller der Ausgleich zur Harmonie durch das Gesetz von Ursache und Wirkung.

Finden Sie heraus, wer Sie wirklich sind, identifizieren Sie sich ausschließlich damit und erleben Sie, welche fantastischen Wirkungen dies in Ihrem täglichen Leben hat.

Das Prinzip wirkt im Gegensatz dazu immer völlig natürlich von innen nach außen. Erst entsteht es in uns und wird dann mit Leichtigkeit im Außen sichtbar. So werden das Objekt und das Subjekt eins

7 GESETZE ZU KENNEN, OFFENBART UNS SO DAS LETZTE ALLER GEHEIMISSE:

1. Das Gesetz der Geistigkeit:

Alles ist Geist. Das Universum ist mental. Die Schöpfung geschieht durch Gedanken. Geist herrscht über Materie.

2. Das Gesetz von Ursache und Wirkung:

Jede Ursache hat eine Wirkung. Jede Wirkung hat eine Ursache. Jede Aktion erzeugt eine bestimmte Energie, die mit gleicher Intensität zum Ausgangspunkt zurückkehrt.

3. Das Gesetz von Analogie und Entsprechung:

Wie oben, so unten, wie unten, so oben. Wie innen, so außen, wie außen so innen. Wie im Großen, so im Kleinen, wie im Kleinen, so auch im Großen.

4. Das Gesetz von Anziehung und Resonanz:

Gleiches zieht Gleiches an und wird durch Gleiches verstärkt. Ungleiches stößt sich ab. Alles hat eine bestimmte Frequenz und steht in Resonanz zu etwas.

5. Das Gesetz von Harmonie und Ausgleich:

Der Fluss allen Lebens heißt Harmonie. Alles strebt zur Harmonie und zum Ausgleich. Der Anziehung geht immer eine Leere (Vakuum) voraus. Das Stärkere bestimmt das Schwächere.

6. Das Gesetz von Rhythmus und Schwingung:

Alles fließt hinein und wieder heraus. Alles besitzt seine Gezeiten. Alles steigt und fällt. Alles ist wie diene Pendelschwingung. Nichts ruht, alles ist in Bewegung, Veränderung und in einer Umwandlung. Rhythmus ist ausgleichend.

7. Das Gesetz von Polarität und Geschlecht:

Alles besitzt Pole. Alles besitzt ein Paar von Gegensätzen. Alles hat einen männlichen und einen weiblichen Anteil. Gegensätze sind ihrem Wesen nach identisch. Gleich und ungleich sind Abstufungen von Einem.

Das bedeutet für Sie:

- 1. Geist herrscht über Materie:** Sie sind Geist. Sie sind die Quelle Ihrer Schöpfung. Sie als Geist bestimmen die Materie.

2. **Dieser Geist setzt eine Ursache durch Gedanken und Worte:** Sie setzen Ursachen, Sie bestimmen damit die Wirkung. Sie agieren, es reagiert.
3. **Diese Ursache ist ein Spiegel des vorherrschenden Bewusstseins:** So wie Sie sich selbst sehen – das, was Sie im Inneren (Bewusstsein) vorfinden -, bestimmt, was Sie analog dazu als Wirkung im Außen erfahren!
4. **Dadurch entsteht eine Resonanz durch Ihre vorherrschende Frequenz:** Was Sie selbst in sich sind, ist die ausgesandte Frequenz. Das Ausgesendete strebt dabei als natürliche Konsequenz zur Verbindung mit einem Gegenstand derselben Resonanz und schafft letztlich so die eigentliche Anziehung.
5. **Dadurch baut sich eine „Spannung“ auf:** Sie als das Stärkere bestimmen die Kraft der Spannung. Diese Spannung sucht nun immer ihren Ausgleich zur Harmonie – wie ein Gewitter, das sich entladen muss.
6. **Dieser Ausgleich erfolgt zu seiner „Zeit“ durch das Gesetz des Rhythmus:** Durch Ihre Frequenz/Resonanz des Bewusstseins/Geistes erzeugen Sie eine (Pendel-)Schwingung und somit die erwünschte Bewegung/Veränderung. Diese gleicht so die Welt Ihnen an. Die Realität folgt Ihnen. (Erst wenn alle Wünsche in uns erfüllt wurden, kehrt das Pendel zum Stillstand zurück.)
7. **Dies nun ist die Vereinigung von Objekt und Subjekt zu Einem (Empfangen). Es gab nie ein Hier oder Dort oder eine Trennung:** Sie sind so die Vereinigung der Gegensätze. Durch dieses Gesetz werden die Dinge eins, die getrennt zu sein schienen. Die Verbindung zu allem wird wieder hergestellt. Sie sind EINS. Die Bestimmung der Vergeistigung der Materie wird so vollbracht!

DER GEIST BEHERRSCHT DIE MATERIE!

ICH	=>	BEWUSSTSEIN
BIN	=>	FREQUENZ
= BEWUSSTSEINSFREQUENZ	=>	ERLEBTE REALITÄT

DAS HÖCHSTE MYSTERIUM IST DIE VEREINIGENDE IDENTIFIKATION MIT DEM GÖTTLICHEN BEWUSSTSEIN DER UR-LIEBE, DIE ISCH DURCH DIESE 7 GESETZE DES GEISTES AUSDRÜCKT. „ICH BIN“ IST DIESE VOLLKOMMENE VEREINIGUNG.

1. Ich bin Geist
2. Ich bin Ursache
3. Ich bin Analogie
4. Ich bin Resonanz
5. Ich bin Anziehung
6. Ich bin Veränderung
7. Ich bin Vereinigung

Nur wer sich selbst liebt, kann wirklich lieben.

ÜBUNGSTEIL:

- ❖ **Bewusstsein:** durch „Ich bin“ –Identifikation (Das Prinzip)
- ❖ **Wissen:** Gedanken sind Schöpfung
- ❖ **Achtsamkeit:** Wann immer wir etwas in der Gegenwartsform aussprechen, wird es zur Gegenwart – es tritt in unser Leben
- ❖ **Gewissheit:** Wir wünschen und erschaffen aus dem Bewusstsein von Haben und nicht aus Mangel. Haben, bevor man hat!
- ❖ **Identifikation:** Das, was man anschaut, wird man.
- ❖ **Fokussierung:** Gedankliches Umkreisen.
- ❖ **Beharrlichkeit:** Nur die Wiederholung führt zur Bewusstwerdung!

Das ist der Kraftschluss des Prinzips:

1. „Ich bin ...“-Identifikation
2. Bewusstsein
3. Gedanken (wiederholt)
4. Gefühl (Freude)
5. Aussenden
6. Loslassen
7. Empfangen

PRAKTISCHE ANLEITUNG UND TECHNIKEN:

21-Tage-Programm (CD):

- ❖ Verwenden Sie für die bestmögliche Wirkung einen (geschlossenen) Kopfhörer, der Sie vor den Geräuschen Ihrer Umgebung etwas abschirmt. Polyaurale Synchronwellen erlauben aber auch die Benutzung von Lautsprechern.
- ❖ Die Lautstärke sollte angenehm sein – weder zu laut noch zu leise.
- ❖ Legen Sie sich entspannt und bequem hin – so, als wollten Sie ein Nickerchen halten. Sie können dabei allerdings auch eine bequeme Sitzposition einnehmen.
- ❖ Legen Sie eine Hand auf Ihr Brustbein über dem Herz und die andere auf den Bereich zwischen Magen und Bauchnabel.
- ❖ Schließen Sie die Augen und lassen Sie die Gedanken vorbeiziehen ohne an ihnen festzuhalten.
- ❖ Die pulsierende Frequenz, die Sie nun mitten in Ihrem Gehirn zu hören scheinen, gleitet Sie langsam vom Beta- in den Alphabereich und wird dort gehalten. Danach geht es tiefer in den Theta- und schließlich in den Deltabereich.
- ❖ Es kann sein, dass Sie spüren, wie in der Brust- und in der Herzgegend innerlich ein angenehmes warmes Gefühl und ein Prickeln aufsteigen. So fühlt sich das lichtvolle „Ich“ an ... es ist ein großartiges Gefühl.

- ❖ Wahrscheinlich werden Sie bald Müdigkeit verspüren. Sie können einschlafen, wenn Sie wollen. Besser ist es allerdings, mit jedem Übel immer ein wenig „wacher“ zu bleiben. Aber bleiben sie entspannt.
- ❖ Sie spüren, wie Sie angenehm auf eine neue, vielleicht zunächst ungewohnte Ebene einschwingen.
- ❖ Mit der Zeit gewöhnt sich Ihr Gehirn an diesen Zustand. Es erinnert sich ganz automatisch daran und Sie haben so jederzeit willentlich und im absoluten Wachzustand Zugang zu Ihrem inneren Schöpferpotential.

7-Wochen-Programm

1. Woche: tief Atmen und bis 12 zählen ...
2. Woche: Kerze anschauen ohne zu blinzeln
3. Woche: vermeiden Sie jeden Gedanken
4. Woche: betrachten Sie intensiv 1 einfach. Gegenstand (2 Min.), Augen schließen (15 Min.)
5. Woche: betrachten Sie 1 komplexeren Gegenstand, auch Details sehen - (15 Min.)
6. Woche: 1 Szene oder 1 Alltagssituation vorstellen (riechen, ertasten, ...) (15 Min.)
7. Woche: Werden Sie sich eines näheren Ziels, eines wirklichen Wunsches bewusst – das mag Gesundheit, Geld, Frieden, Freude, Partnerschaft oder Ähnliches sein. (15 Min.) – am Höhepunkt lassen sie einfach los.

Beispiele für gesetzmäßige Affirmationen nach den Überlieferungen:

- Ich bin das Licht in menschlicher Gestalt.
- Ich bin frei, ich selbst zu sein.
- Ich bin Geist und nutze einen Körper.
- Ich herrsche über meine Materie.
- Ich spiele mit meiner Materie.
- Ich bin Eins.
- Ich bin in Besitz eines neuen Autos, wundervollen Hauses ...
- Ich bin kreativ.
- Ich bin meine eigene Schöpfung.
- Ich bin frei, so kommt alles, was frei macht, zu mir.
- Ich bin reich, darum fließt mir noch mehr Geld zu.
- Ich bin ein Geldmagnet.
- Ich bin ein Magnet für Glück!
- Ich bin gesund, deshalb kommt alles Heilsame zu mir.
- Ich bin Liebe, Freude, Frieden, Harmonie, Fülle, Glück, Weisheit, Eins, VOLLKOMMEN!
- Ich bin!!!

Ein freudiger Gedanke, den man losschickt, während man schwer beschäftigt ist, ist also ein effektives Mittel, um in einer kraftvollen Resonanz zu stehen. Man denkt einfach an das, was man will, freut sich, lässt es wieder los und arbeitet weiter.

Visualisieren bedeutet also, einfach sich etwas bildlich vorzustellen und es mit entsprechender Gefühlsenergie aufzuladen. Energie fließt dorthin, wohin die Gedanken, die Aufmerksamkeit und die Absicht gehen. Der (visuelle) Fokus ist dabei der Brennpunkt der schöpferischen Energie.

Um wirksame Resultate zu erhalten, sendet man eine „Bestellung“ deshalb immer mindestens im **Alphawellen-Bereich** aus. In diesem Frequenzbereich stimmen Gefühle und Gedanken völlig einheitlich überein.

Man kann nur das wünschen, was man selbst ist, und demnach auch nur das verwirklichen, was man als „Wirklichkeit“ ist.

Die Zukunft entsteht immer jetzt! **Das Rezept für ein vollkommenes Leben liegt im HIER und JETZT!**

Wir sprechen etwas in der Gegenwart aus, was als Möglichkeit (Wahrscheinlichkeitsfeld) schon immer da war (schon existiert in der Vergangenheit) und dadurch bleibenden Bestand hat.

WER NICHT HAT, BEVOR ER HAT, WIRD NIEMALS HABEN!!!

Sein bevor man ist. Haben, bevor man hat. Empfangen, bevor man es sichtbar besitzt. Das ist, aus Glauben zu glauben. Aus Wissen zu wissen. Aus Liebe zu lieben. **All das bedeutet SEIN!** All das geschieht durch das „Ich bin!“ Das ist das Prinzip!

Alles was geschaffen wird, jede Wunscherfüllung, ist immer im Jetzt. (Das genau bedeutet „Ich bin!“ „Ich bin „ ist nicht „Ich werde“, sondern „Ich bin“ ist immer im „Jetzt“.)

Für erfolgreiches Wünschen muss die innere Resonanz stimmen. Also müssen wir einfach nur **„haben“ wünschen**.

Es ist jetzt nur vernünftig, **„Das Prinzip“ bei vollem Bewusstsein anzuwenden**.

Die **Erschaffung der Wirklichkeit** erfolgt ausschließlich **von innen nach außen**. Erst wenn wir etwas „Gleiches“ real in uns erschaffen, folgen uns die Dinge wie im Schlaf, ganz von selbst. Alles, was wir erschaffen, erschaffen wir im Jetzt. **Die Zukunft ist immer Jetzt**. Es gibt keine Zukunft, die nicht im Jetzt geschaffen wurde. Es gib nur das **ewige Jetzt!**

Wer es schon besitzt, muss nicht mehr denken, wie er es bekommen könnte. Er hat es ja schon. Es ist Jetzt! Das **Loslassen** bedeutet dabei, die Suche aufzugeben und **gefunden zu haben**.

Das Leben ist leicht!

Je vollständiger man den Wunsch los lässt, weil man das Gewünschte **„vorweg-besitzt“**, desto schneller kommt es zu seiner Erfüllung. Doch je mehr man etwas haben will und es somit „nicht-hat“, desto mehrentfernt es sich.

Der Weg der mühelosen Wunscherfüllung führt über die **freudige Ekstase und Loslassen**.

KLEINE ANWENDUNGEN:

1. Sigille:

Virtuelle Handlungen geben **dem Verstand die Befriedigung, eine nachvollziehbare Ursache gesetzt zu haben.**

Es ist eine sehr alte Technik, die es uns ermöglicht, den zweifelnden Zensor (den Verstand) zu umgehen:

- Schreiben Sie dazu einen Wunsch auf einen Zettel, wie zum Beispiel: „Ich lebe im vollkommenen Überfluss“.
- Streichen Sie nun in diesem Satz jeden Buchstaben, der mehr als einmal vorkommt. Setzen Sie danach die übrig gebliebenen Buchstaben aneinander. Am Ende bleibt in diesem Beispiel das Buchstabenkürzel „CHVKÜRFU“ übrig.
- Dies ist nun ihr **Bestellcode** für ihren Wunsch. Da der Verstand damit nichts anfangen kann, das Universum und das Unterbewusstsein aber sehr wohl, haben wir jetzt freie Fahrt.
- Nun verbrennen Sie den (Bestell-)Zettel feierlich (wichtig mit Freude!) oder stecken ihn in ein Buch. Hauptsache außer Reichweite und Kontrolle. So ist der Wunsch perfekt losgelassen.
- Zur Erinnerung: **Nur wenn wir das Gewünschte loslassen, kann es zu uns zurückkehren!**

2. Scheck ans eigene Konto schicken:

Mit dieser Scheck-Technik sagt man eigentlich nur aus: „**Ich bin reich!**“ Bei diesem „Haben-bevor-man-hat-Ritual“ ist nur darauf zu achten, dass der gewünschte Betrag auch dem Stand des Erwartungshorizonts entspricht. Besser wir beginnen mit einem Betrag, den wir auch momentan für uns fassen können. Schritt für Schritt.

3. Einschlaf- und Aufwach-Technik:

Eine Technik, die man auch sehr gut in einen dicht gedrängten Alltag einbauen kann, ist eine Affirmation in der täglichen **Aufwachphase** oder kurz **vor dem Einschlafen**. In dieser Phase sind wir für gewöhnlich noch ganz natürlich im Alphazustand oder sogar tiefer. Wiederholen Sie in diesem Zustand einfach eine Affirmation in der Gegenwartsform, wie zum Beispiel „Erfolg folgt mir auf Schritt und Tritt“ oder „Ewige Jugend“ oder auch „Ich bin Jugend“. So fängt der Tag garantiert gut an, beziehungsweise Sie haben eine Nacht vor sich in der die Affirmation für Sie weiter arbeitet. Dies ist sicherlich die beste Art des Einschlafens, da wir das, was uns beschäftigt, ohnehin immer mit in den Schlaf nehmen.

4. Nickerchentechnik oder auch Edisontechnik:

Hier wird ebenfalls der Zustand zwischen Schlaf- und Wachbewusstsein (Alphazustand) genutzt. Das grundlegende Problem ist, dass man in diesem Zustand sehr leicht in den Schlaf hinübergleitet. Edison nahm aus diesem Grunde eine Stahlkugel in die Hand und stellte eine Metallschüssel neben seinen Stuhl. Sobald er einschlief und die Hand sich entspannte, fiel die Kugel mit lautem Scheppern in die Schüssel. Dadurch wachte Edison sofort auf und konnte sich unmittelbar an die Bilder und Lösungen erinnern.

Diese Technik kann man verfeinern, indem man lernt, seine Wünsche in diesem Alphazustand zu affirmieren. Auch dabei umgehen wir den Zensor Verstand und legen so ungefiltert eine Botschaft in unser Unterbewusstsein. Diese arbeitet hier für uns an dem affirmierten Wunsch weiter, während wir etwas ganz anderes tun.

5. 20-Minuten-Technik:

Die 20-Minuten-Technik erschafft uns im Handumdrehen eine mächtige Gravitation (Sogkraft) zum Gewünschten, für die wir normalerweise viel Überzeugungsarbeit am Verstand leisten müssten. Wo immer der Verstand bislang „Nein“ sagt, nach der 20-Minuten-Technik sagt er „Ja“!

Nehmen Sie einen Wunsch, bei dem es Ihnen momentan schwer fällt zu glauben, dass er sich erfüllen könnte. Wenn der Wunsch zum Beispiel lautet „Ich will schlank sein“, so formulieren Sie jetzt besser „Ich bin schlank“.

Wiederholen Sie das: „**Ich bin schlank**“, „**Ich bin schlank**“, „**Ich bin schlank**“ ... Eine Steigerung wäre „**schlank, schlank, wundervoll schlank, ich bin schlank** ...“. Je schneller (ohne Hektik) Sie ihren Wunsch wiederholen, desto weniger kommt der Verstand hinterher und so hängen Sie ihn einfach ab!

Das hört sich vielleicht verrückt an, aber es hat die wundervolle Wirkung, uns so gezielt mit unserem Wunsch zu verbinden, dass wir ganz selbstverständlich das Gewünschte manifestieren. So tun wir im richtigen Augenblick immer das Richtige und sind am richtigen Ort zur richtigen Zeit, ohne im Geringsten darüber nachzudenken oder zweifeln zu können.

So erfüllt sich der Wunsch, da wir nicht mehr anders können (!) als **von innen heraus zu wissen**, dass es so ist und wir es schon haben!

Wenn Sie beginnen, diese Technik anzuwenden, ist es normal, dass Sie sich zunächst so fühlen, als würden Sie eine Lüge aussprechen. Aber spätestens nach 10 Minuten sind Sie selbst so überzeugt davon, dass Sie mit Sicherheit grinsend und lachend durch Ihr Wohnzimmer tänzeln. Nur zu, tanzen Sie! Sie wissen ja: **Je mehr Sie sich freuen, desto schneller tritt das Gewünschte ein!**

6. Lachen:

Nichts erzeugt so schnell und **effektiv Leichtigkeit wie ein Lachen**. Wenn wir lachen, dann ist das eine **hohe Form der Dankbarkeit (und Dank ist Haben)**, die sich einfach wunderschön durch unseren Körper ausdrückt. Hier geht es nicht darum, über einen Witz zu lachen, gemeint ist das **Lachen des Wissens**; zu lachen, weil man Geheimnis kennt ... und das ist etwas völlig anderes.

Durch dieses reine Lachen steht man sofort in Resonanz und vollkommener Wechselwirkung mit den 7 Gesetzen des Lebens im Prinzip.

7. Liebe lacht:

Der Körper und das Unterbewusstsein können nicht unterscheiden, ob es sich um ein echtes oder gespieltes Lachen handelt; ob es einen echten Anlass gibt zu lachen oder ob wir es einfach tun, weil wir Freude spüren wollen. Das Unbewusste profitiert von beiden Formen des Lachens, denn beide lassen unser Gehirn in einer Frequenz schwingen, die sich vom Alltags-Betabewusstsein völlig unterscheidet.

Lachen ist die höchste Form der Intelligenz. Lachen ist die Symbolik der unendlich souveränen Kraft in uns! Wenn Sie keinen Grund zum Lachen finden, so lachen Sie ganz einfach wegen der Freude am Lachen. Warum auch nicht!?

Sagen Sie „**Ich bin Freude**“ und lachen Sie einfach dabei. Versuchen Sie es einmal für ein paar Minuten. Wie geht es Ihnen dabei, wie fühlen Sie sich danach?

Glücklich? Und genau darum geht es im Leben! Glückliche sein ist ein Zeichen dafür, dass wir unsere Bestimmung leben!

Lachen sorgt für das richtige Gefühl und für die **richtige Gedankenfrequenz**, da die beiden Gehirnhälften dabei vollkommen synchron arbeiten. Wenn wir uns selbst mit Freude erfüllen, richtet sich in uns etwas magnetisch aus und zieht mehr Umstände in unser Leben, die Freude beschere.

Lachen ist eine gewaltige Macht, ein Werkzeug mit hoher Energiedichte an Gefühl. Und was macht mehr Spaß, als das Lachen selbst?!

- ❖ **Wenn Sie an Geld denken, lächeln Sie.**
- ❖ Wenn Sie an Beziehungsprobleme denken, lachen Sie.
- ❖ Was immer Sie an Sorgen quält – lachen Sie
- ❖ **Stellen Sie sich so in Resonanz zu Ihrem göttlichen Kern.** Sie sind! **Sagen Sie „Ich bin“ und lachen Sie!**

8. Versuch Geist beherrscht Materie:

Aluminiumfolie – 5 od. 7 cm Länge (falten zu einem kleinen Dach – 2x diagonal)

Zahnstocher

Radiergummi, Korken oder kleine Kerze zum hineinstecken

Atmen Sie ganz ruhig. Legen Sie nun die Hände in kurzem Abstand links und rechts um den Versuchsaufbau, die Handflächen zueinander gewandt.

Konzentrieren Sie sich völlig entspannt (!) darauf, wie nun die Metallfolie in eine bestimmte Richtung zu rotieren beginnt.

Bleiben Sie **entspannt** und denken sie nur daran, die Folie drehen zu lassen.

Kann sich evtl. in den entsprechenden entspannten Zustand mit der CD bringen!

Bitte beachten Sie noch eine Regel: **Behalten Sie Ihre Wünsche für sich.** Erzählen Sie niemanden davon, höchstens jemanden, mit dem Sie so eins sind, dass der Wunsch eher mehr

Kraft bekommt. Lassen Sie die Erfüllung der Wünsche selbst für sich sprechen. Und wenn dann jemand wissen will, wie Sie das alles machen, erzählen Sie am besten nicht mehr, als der Gegenüber aufnehmen und verarbeiten kann.

Erfolg kommt nur durch das Zementieren und Begründen dessen, was man erreichen will.

Wünsche erfüllen sich jedoch von ganz allein, wenn man ihnen nichts in den Weg stellt! Wünsche brauchen nur eine ruhiges und entspanntes Milieu: die „Wunschfrequenz“. Je tiefer die Gehirnwellenfrequenz bei vollem Bewusstsein während des Wunsches ist, desto reibungsloser und natürlicher kommt die Erfüllung.

Vermeiden Sie also Druck und Anstrengung bei den Übungen. Es soll Ihnen Spaß machen. Seien Sie sich bewusst, dass es Spaß macht, Geld, wundervolle Beziehungen und lange Jugend sich zu eigen zu machen!

Noch etwas: Versuchen Sie nicht, wenn Ihnen etwas auf den Zeh gefallen ist, zu sagen: „Heute ist ein wundervoller Tag.“ Warten Sie lieber, bis der Schmerz aufhört. Und wenn Sie dann froh sind, dass der Zeh noch dran ist, dann können Sie es sagen! Oder wenn der Chef wieder unbezahlte Überstunden will und man so richtig wütend ist, dann sollte man abkühlen. Dies macht man, indem man seinen „neuen“ (bewussten) Verstand einsetzt und sagt: „Wie gut, dass dies hier nur eine Stufe auf meiner Karriere-Leiter ist, das Beste kommt noch!“

Also nie im Betafrequenzbereich **eine Affirmation losschicken, besser erst in die geübten Bewusstseinssebenen (Alpha, Delta) umschalten.**