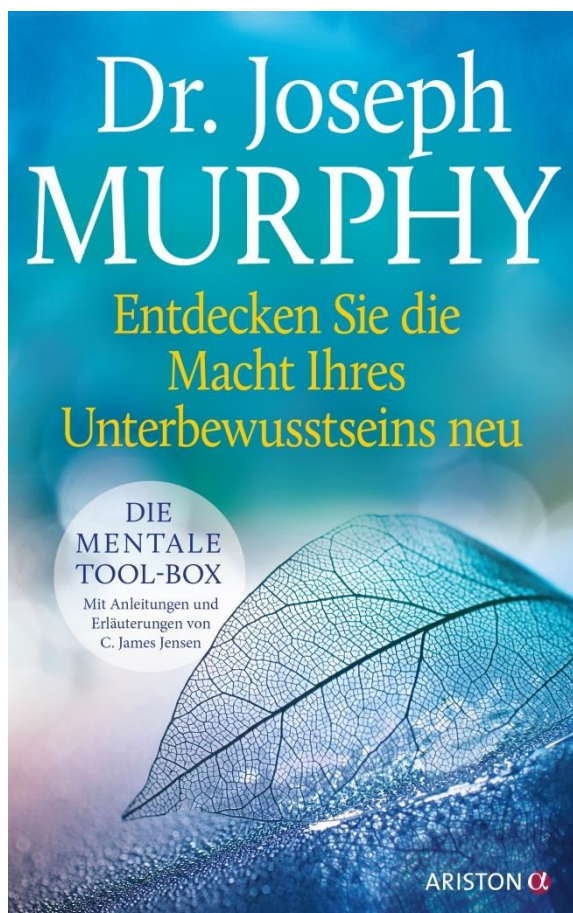




Leseprobe

Dr. Joseph Murphy

Entdecken Sie die Macht Ihres Unterbewusstseins neu

Die mentale Tool-Box. Mit Anleitungen und Erläuterungen von C. James Jensen. Ergänzte Neuauflage des Klassikers "Die Macht Ihres Unterbewusstseins"

Bestellen Sie mit einem Klick für 22,00 €



Seiten: 416

Erscheinungstermin: 10. August 2022

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Ändern Sie Ihre Gedanken und Sie verändern Ihr Schicksal!

Der Speaker und Coach C. James Jensen übersetzt den Klassiker der Neugeist-Literatur in unsere Zeit. Dieses außergewöhnliche Werk enthält neben der vollständigen Übersetzung von »Die Macht Ihres Unterbewusstseins« die spannenden Erläuterungen von C. James Jensen, ergänzt durch aktuelle Erkenntnisse aus Psychologie und Neurologie. Jensen betrachtet das Verhältnis von Bewusstsein und Unterbewusstsein. Sein zentrales Augenmerk liegt dabei auf der Frage, wie wir unserem Unterbewusstsein eine Stimme in unserem Leben geben können. Denn gerade in einer immer chaotischeren Welt, ist es essenziell, die eigene innere Stärke zu erkennen und aus ihr Kraft zu schöpfen. Murphys zeitlose Weisheiten geben einen klaren Leitfadens dafür.



Autor

Dr. Joseph Murphy

Dr. Joseph Murphy, am 20. Mai 1898 im Süden Irlands geboren, wanderte 1922 in die USA aus. Er studierte Religionswissenschaften, Philosophie und Jura und erlangte in allen Fächern den Doktorgrad. 1962 publizierte er sein Hauptwerk »Die Macht Ihres Unterbewusstseins«, das drei Jahre später bei Ariston in der deutschen Ausgabe erschien. Dr. Joseph Murphy ist Autor zahlreicher weiterer Bücher,

Dr. Joseph Murphy
Entdecken Sie die Macht Ihres Unterbewusstseins neu



Dr. Joseph
MURPHY

Entdecken Sie die
Macht Ihres
Unterbewusstseins neu

DIE MENTALE TOOL-BOX
Mit Anleitungen und Erläuterungen
von C. James Jensen

Aus dem Amerikanischen von Isabel Klaas-Lamberty

ARISTON 

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Der Verlag hat sich bemüht, alle Rechteinhaber*innen ausfindig zu machen, verlagsüblich zu nennen und zu honorieren. Sollte uns dies im Einzelfall aufgrund des Zeitablaufs und der schlechten Quellenlage bedauerlicherweise einmal nicht möglich gewesen sein, werden wir begründete Ansprüche selbstverständlich erfüllen.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter www.dnb.de abrufbar.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

2. Auflage

© 2020 Beyond Words Publishing, Inc. An imprint of Simon and Schuster, Inc. The Power of Your Subconscious Mind (unabridged) is in public domain

© 2020 Commentary and Teachings C. James Jensen

© deutschsprachigen Ausgabe 2022 Ariston Verlag in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH, Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte vorbehalten

Redaktion: Evelyn Boos-Körner

Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in the EU

ISBN: 978-3-424-20267-0



Inhalt

Vorwort	11
Einleitung	16

Teil 1

Die Macht Ihres Unterbewusstseins

Einführung

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann	26
---	----

Kapitel 1

Die Schatzkammer in Ihrem Inneren	37
---	----

Kapitel 2

Die Funktionsweise des Geistes	52
--------------------------------------	----

Kapitel 3

Die Macht Ihres Unterbewusstseins	73
---	----

Kapitel 4

Die heilende Kraft des Unterbewusstseins in der Geschichte	88
---	----

Kapitel 5

Die heilende Kraft des Unterbewusstseins heute	103
--	-----

Kapitel 6

Die Anwendbarkeit in der Praxis	116
---------------------------------------	-----

Kapitel 7

Das Unterbewusstsein dient dem Leben	137
--	-----



Inhalt

Kapitel 8

Wie Sie Ihre Ziele verwirklichen 148

Kapitel 9

Das Unterbewusstsein als Schlüssel zum Reichtum 157

Kapitel 10

Ihr Recht auf Reichtum 168

Kapitel 11

Unterbewusstsein und Erfolg 181

Kapitel 12

Das Unterbewusstsein in der Wissenschaft 196

Kapitel 13

Das Unterbewusstsein und der Schlaf 210

Kapitel 14

Das Unterbewusstsein und Ihre Partnerschaft 221

Kapitel 15

Das Unterbewusstsein und Ihr Glück 236

Kapitel 16

Das Unterbewusstsein und Ihre Mitmenschen 247

Kapitel 17

Wie Sie mithilfe des Unterbewusstseins anderen und
sich selbst vergeben 262

Kapitel 18

Wie das Unterbewusstsein geistige Barrieren beseitigt ... 275

Kapitel 19

Wie die Kräfte des Unterbewusstseins die Furcht
vertreiben 290

Kapitel 20

Wie Sie für immer im Geiste jung bleiben 306

Teil 2

Kommentare und Übungen

Kapitel 21	
Die tatsächliche Wechselbeziehung zwischen Bewusstsein und Unterbewusstsein verstehen	328
Kapitel 22	
Überbewusstsein und kreative Problemlösung	336
Kapitel 23	
Innerer Monolog und Selbstbild	346
Kapitel 24	
Affirmations- und Visualisierungstechniken	354
Kapitel 25	
Die Macht in der Kommunikation	371
Kapitel 26	
Resilienz: sich von Rückschlägen erholen	380
Kapitel 27	
Meditation	385
Kapitel 28	
Vom Ich zum Wir: Prinzipien aufgeklärter Führung	395
Fazit	
Weitere Ausführungen zum Thema Erkenntnis	403
Danksagungen	409
Besonderer Hinweis	411
Anmerkungen	413



*Dieses Buch ist meinen Enkeln Maya, Tucker, Cole und
Reese und allen Kindern auf dem Planeten Erde gewidmet.
Die Zukunft unserer Zivilisation liegt in euren Händen.
Nur durch die Weiterentwicklung des menschlichen
Bewusstseins können wir ganz in einer Welt des Friedens,
der Liebe und der Harmonie leben.*

Gemeinsam schaffen wir unsere eigene Wirklichkeit.

C. James Jensen



Vorwort

von Dr. Lee Pulos

Es ist mir wahrlich eine Ehre, das Vorwort zu *Die Macht Ihres Unterbewusstseins* schreiben zu dürfen. Die aktuellen und zeitgemäßen Lehren von Jim Jensen – die auf Dr. Joseph Murphys Werk beruhen – erinnern mich lebhaft an die visionäre und innere Begeisterung, die ich empfand, als ich Murphys Originalbuch vor über 40 Jahren zum ersten Mal las.

Der vorliegende Text ist nicht derselbe wie der meiner ersten Lektüre. Jims Teil 2 – Kommentare und Lehren – überbrückt 75 Jahre sozialer menschlicher Entwicklung. Zudem hat er einige der Konzepte, die 1963 Gültigkeit hatten, durch Neudefinition und Aktualisierung umsichtig und klug überarbeitet und angepasst, sodass sie mit der modernen Neurowissenschaft und aktuellen psychologischen Theorien und Forschungen übereinstimmen.

Dennoch hat sich die Kernaussage von Dr. Murphys Buch nicht geändert: Unser Ego oder Bewusstsein berührt nur die oberste Ebene der Wirklichkeit und der Wahrnehmung und konzentriert sich auf die engen Grenzen unserer fünf Sinne. Die unerkannten und wagemutigen Anteile unserer Seele liegen jedoch unterhalb des alltäglichen Lebens.

Der rationale Verstand kann ein Hindernis für die volle Ausschöpfung unseres Potenzials sein. Er begrenzt durch seinen engen Fokus unsere Fähigkeiten und hat uns theoretisch vom experimentellen Theater unseres Unterbewusstseins, unserer wahren Kraftquelle, abgeschnitten. Der Urbestand unseres Geistes enthält das wahre Potenzial – unsere Intuition, unsere nicht-alltägliche Wahrnehmung, unsere Träume, unsere Verbindung zum kosmischen Informationsfeld, unsere psychologischen und spirituellen Landschaften, und, ja, unseren Mystizismus.

Die meisten modernen Wissenschaftler glauben, dass der Verstand irgendwie aus einer geheimnisvollen, aber nicht beweisbaren Interaktion von Molekülen im Gehirn hervorgeht. Dass Materie Verstand schafft. Daraus resultieren reduktionistische, einschränkende Erklärungen dafür, wer wir sind – ein kosmischer Zynismus über das menschliche Potenzial und unser tieferes Sein. Joseph Murphys brillante Erkenntnisse – über die Tiefe und den Reichtum unserer vielen Grenzbereiche der Intelligenz und Bewusstseinskorridore – haben Millionen von Männern und Frauen geholfen, die tiefsten Regionen unserer Herzen und unseres Geistes wiederzuentdecken, die wir vergessen hatten. Dass wir mehr, viel mehr sind als unser rationaler Verstand.

Die Macht Ihres Unterbewusstseins erinnert uns an einige der ältesten Weisheiten, wie die von Buddha, der sagte: »Ein Mensch ist das Produkt seiner Gedanken.« Und aus einer noch älteren Tradition, der *Bhagavad Gita*: »Der Mensch wird durch seinen Glauben geschaffen – wie er glaubt, so ist er auch.« Dr. Murphy selbst betrachtet diese Materie meist ausdrücklich aus der Perspektive der *Heiligen Schrift*, obwohl die Konzepte, wie die überholten sozialen Rollen, über die religiösen und sozialen Dogmen jeder Kultur oder Epoche hinausgehen.

Dieses Buch richtet sich an alle Generationen. Ein evolutionäres Abenteuer, das in jedem Alter verstanden und nachvoll-

zogen werden kann, vom Zwölfjährigen bis zu seinen Großeltern. Das Buch beherzigt und übernimmt zudem eine der Lieblingsaussagen von Albert Einstein: »Man sollte alles so einfach wie möglich machen – aber nicht einfacher.«

Es hat mir große Freude gemacht, den kühnen Gedankenschwüngen von Joseph Murphy und Jim Jensen zu folgen: über das Potenzial, Wunder zu schaffen, unseren tieferen Geist für physische und mentale Heilung zu wecken, einschränkende Überzeugungen und angstgesteuerte Verhaltensweisen zu überwinden, ein inneres Gefühl zu entwickeln, dass man Dinge verdient hat, die richtige Einstellung zum Reichtum zu gewinnen, heilende Träume zu kreieren und Hindernisse auf dem Weg zu Erfolg und Führerschaft zu überwinden. Jensen bietet zeitgemäße Tools und Anleitungen, wie wir unser Unterbewusstsein umziehen und umprogrammieren können, um Ziele zu erreichen und eine möglichst optimale, liebevolle, erfolgreiche und gesunde Zukunft zu schaffen und in Angriff zu nehmen. Und das ist noch nicht alles.

Was mich besonders beeindruckt hat, ist die Tatsache, wie sehr unser Leben Ausdruck unserer Überzeugungen ist. Wir kreieren, worauf wir uns konzentrieren oder fokussieren. Unsere Erfahrungen folgen dann unserem Fokus, unserem Glauben, unseren Erwartungen und Absichten. Wenn wir unsere einschränkenden Überzeugungen nicht in den Griff bekommen, nehmen sie uns in den Griff: bei unserer Gesundheit, unserer Arbeit, unseren Beziehungen, unserem finanziellen Wohlstand oder anderen Lebensaspekten. Zum Glück liefert Jensen Techniken zur Ausschaltung der psychologischen Antikörper, die wir manchmal gegen uns selbst richten und damit Veränderungen behindern, und hilft uns, Selbstwertgefühl zu entwickeln.

Von den Tausenden von Patienten, die mich im Lauf der Jahre aus unterschiedlichsten Gründen aufgesucht haben, hatten

schätzungsweise mindestens 95 Prozent ein Problem mit ihrem Selbstwertgefühl. Selbstwertgefühl ist ein Gefühl von Wert beziehungsweise Wertlosigkeit, das die innere Wahrnehmung beeinflusst, Liebe, Erfolg, Gesundheit und Wohlstand zu verdienen. Es ist die tiefste Wurzel jedes Erfolgs oder Misserfolgs. Es ist die allgemeingültige und wichtigste Ausgangsbasis dafür, welche Art von Erfahrungen wir in unserem Leben anziehen. Es ist die Nabe des Lebensrades, an der die Speichen befestigt sind, die wir brauchen, um unsere Träume leicht, mühelos und ohne Schwierigkeiten zu verwirklichen und zu leben. Dieses Buch beschreibt verschiedene Wege, um auf die drei wichtigsten Werkzeuge zur Manifestation des Unterbewusstseins zuzugreifen oder ihm eine Stimme zu geben.

Ein Verlangen oder Wunsch ist das erste Werkzeug, um Veränderung zu bewirken. Jede Veränderung beginnt mit Verlangen: das reinste Potenzial im Streben nach Manifestation oder Veränderung. Es ist der Treibstoff, der unser Tun befeuert. Platon erkannte die Bedeutung des Verlangens, als er sagte, dass es »die Seele mit gebändigtem Wahn vorantreiben muss«.

Das zweite Werkzeug ist die Erwartung, die dem Verlangen folgt. Erwartungen wecken den schlafenden Riesen in uns, das Unterbewusstsein; es lenkt unser Verhalten dann so, dass es zu selbsterfüllenden Prophezeiungen kommt. Die Erwartung ist die Wurzel und der Auslöser aller Placebo-Reaktionen in Doppelblindstudien. Wenn man seine Erwartungen senkt, führt das natürlich mit Sicherheit dazu, dass man sein Ziel nicht erreicht.

Das dritte Werkzeug, die Vorstellungskraft, können Sie benutzen, um Ihre angestrebten zukünftigen Erfolge zu visualisieren und als Film in Ihrem Kopf abzuspielen. Die Vorstellungskraft haucht Ihren Zielen Leben ein und liefert die mentale Energie für die Schaffung einer optimalen und brillanten Zukunft. Dieses Buch bietet Ihnen das vollständige mentale Toolkit – und die Auswirkungen der Erkenntnisse von Murphy und

Jensen sind grenzenlos. Sie haben jahrhundertealte Weisheiten in eine Sprache übertragen, die wir leicht verstehen und annehmen können, wenn wir lernen, die Vergangenheit loszulassen, und uns weiter entwickeln, als wir je für möglich gehalten hätten. Sie verbinden uns mit der Kühnheit unseres starken inneren Selbst, der Magie in uns, die sich danach sehnt, ihren Ausdruck zu finden.

Lee Pulos, PhD, klinischer Psychologe ABPP, Autor von *The Biology of Empowerment* und *The Power of Visualization*

Einleitung

Gib einem Menschen einen Fisch und du gibst ihm Nahrung für einen Tag. Lehre einen Menschen zu fischen und du gibst ihm Nahrung für sein ganzes Leben.

In diesem ganzen Buch geht es um die Arbeit von Dr. Joseph Murphy. Ich hatte das Glück, schon mit Mitte 20 in seine fundierten Lehren eingeführt zu werden, und freue mich, Ihnen einige Ereignisse erzählen zu dürfen, die dazu führten, dass ich per Zufall sein Buch *Die Macht Ihres Unterbewusstseins* entdeckte.

In meinem letzten Studienjahr begann ich für den weltweit tätigen Verlag Encyclopaedia Britannica, Inc. zu arbeiten. Schon bald wurde ich einer der besten Vertriebsmitarbeiter, und im Alter von 25 Jahren wurden meine Frau und ich nach Sydney in Australien geschickt, wo wir mit dem Vertrieb für ganz Australien und Neuseeland betraut wurden. Zwei Jahre später übertrug man mir die Leitung des weltweiten Vertriebs. Im selben Monat wurde ich im Magazin *Fortune* in dessen Titelgeschichte mit dem Titel »Eine Galerie der Wirtschaftswunder« erwähnt.

Damals wurde ich oft gefragt: »Wie erklären Sie Ihren Erfolg?« Ich hatte einige Standardantworten parat – »Ich habe eine positive Arbeitseinstellung«, »Ich verfüge über eine Menge Enthusiasmus«, »Ich bin sehr positiv eingestellt«, und so

weiter –, aber nichts, was dem Fragesteller wirklich nützen konnte. Dann nahm ich an einem viertägigen Seminar namens Omega teil, das von seinem Gründer, dem verstorbenen John Boyle, geleitet wurde, und verstand zum ersten Mal die Prinzipien von Leistung. Durch das Seminar bekam ich ein völlig neues Vokabular an die Hand, mit dem ich in praktischen Worten beschreiben konnte, wie man Erfolge erzielt. Nicht nur bei der Arbeit, sondern auch in Beziehungen, bei der Erziehung, bei der Gesundheit und in allen anderen wesentlichen Lebensbereichen. Es war eine unglaublich tiefgreifende Erfahrung. Am Ende des Seminars ging ich auf John Boyle zu, knuffte ihn freundschaftlich vor die Brust und sagte: »Eines Tages werde ich Ihre Seminare leiten, und eines Tages wird Ihre Firma mir gehören!« Damals war seine einzige Reaktion ein verblüfftes »Ja, klar« und ein ungläubiger Gesichtsausdruck. Aber ich beschloss, das, was ich bei Omega und bei späteren Unternehmen, in denen ich CEO und Präsident wurde, gelernt hatte, in mein eigenes Unternehmen einzubringen. Und vierzehn Jahre nach dem Besuch meines ersten Seminars machte ich mein Vorhaben wahr und erwarb Omega von John Boyle.

Elf Jahre lang war ich einer von vier Ausbildern und leitete gleichzeitig die Firma.

Ich habe John Boyle oft gefragt, wo er den ganzen Omega-Stoff gelernt hat, und seine Antwort war einfach: »Ich habe bei Dr. Joseph Murphy gelernt.« Damals gab es weder Computer noch Internet, ich konnte Joseph Murphy also nicht einfach googeln. Als ich die Omega-Prinzipien aber immer besser verstand und sie mir immer geläufiger wurden, begann ich, darüber hinaus nach jedem Buch und jedem Seminar zu suchen, die mir helfen konnten, mein Verständnis des Unterbewusstseins und der Macht unserer Gedanken zu vertiefen. Erfahrungen, die mich immer wieder zu dem geheimnisvollen Dr. Murphy zurückführten.

Einleitung

Im Jahr 2005 kam einer meiner Mitarbeiter in mein Büro und reichte mir *Die Macht Ihres Unterbewusstseins* von Dr. Joseph Murphy mit den Worten: »Jim, ich hab dich sprechen hören und dachte, dieses Buch könnte dir gefallen.« Ich dachte, dass es derselbe Joseph Murphy sein könnte, und tatsächlich war er es.

Als ich das Buch las, wurde mir klar, dass der Inhalt des Omega-Seminars größtenteils aus diesem Buch stammte, wobei John Boyle die Lehren von Dr. Murphy auf brillante Weise in ein viertägiges Seminarformat umgesetzt hatte. Die Teilnehmer erhielten ein Toolkit an die Hand, das sie in die Lage versetzte, die von ihnen gewünschten Veränderungen in ihrem Leben herbeizuführen.

Während meiner eigenen Tätigkeit bei Omega habe ich persönlich miterlebt, wie Hunderte, vielleicht Tausende von Menschen nach der Teilnahme an einem dieser Omega-Seminare transformative Erfahrungen gemacht haben. Die Veränderungen beschränkten sich nicht auf die Arbeit, sondern halfen auch beim Wachstum in Beziehungen, bei der Erziehung, beim Unterrichten, beim Coaching, bei der persönlichen Gesundheit und in praktisch allen Lebensbereichen.

Was mir persönlich am meisten Freude bereitet, wenn ich anderen die Arbeit von Dr. Murphy vorstelle, ist es zu sehen, wie sie das Gelernte anwenden. Ich habe unzählige Male erlebt, dass Menschen in leitenden Positionen mehrere Exemplare von Dr. Murphys Buch kauften und an ihre Mitarbeiter weitergaben. Dutzende von Menschen haben mir erzählt, wie Dr. Murphys Lehren ihre Beziehung gerettet und ihr familiäres Engagement verbessert haben.

Durch die Art und Weise, wie wir mit uns selbst reden, bekommt das Unterbewusstsein ständig Anweisungen, die si-

herstellen sollen, dass wir uns »benehmen«, aber diese Anweisungen stimmen vielleicht nicht mit dem überein, was wir uns wünschen. Wie oft haben Sie schon gehört, dass Menschen Dinge äußern wie:

»Ich kann mir keine Namen merken.«

»Ich werde immer nervös, wenn ich vor großen Gruppen sprechen muss.«

Oder zu ihren Kindern sagen:

»Warum ist dein Zimmer immer so unordentlich?«

»Warum kannst du die Dinge nicht richtig machen?«

Sobald wir erkennen, dass das, was wir (positiv oder negativ) zu uns selbst sagen, Auswirkungen auf Mitarbeiter, Kinder oder andere Menschen hat, die wir lieben, können wir damit beginnen, diese Werte zu ändern und sie in die positiven Ergebnisse umzuwandeln, die wir uns wirklich wünschen. Dr. Murphy liefert in dem Buch, das Sie gleich lesen werden, die speziellen Werkzeuge dazu.

Warum wir die Kraft unseres Unterbewusstseins brauchen

Dr. Murphys Schriften sind voller Schätze, aber wenn ich eine Kernlektion hervorheben müsste, dann wäre es die unglaubliche Beziehung zwischen dem bewussten und dem unterbewussten Bereich des Verstandes. Und wie wir die unbeschreibliche Macht unserer eigenen »inneren Monologe« nutzen können.

Es handelt sich nicht um zwei verschiedene Arten von Verstand, sondern um zwei Sphären unseres einen Verstandes. Der bewusste Bereich ist der Teil, der das gesamte Denken übernimmt. Während Sie diese Worte lesen, sprechen Sie mit sich selbst darüber, wie Sie sich bei dem fühlen, was Sie lesen – und denken gleichzeitig daran, was Sie heute zu Abend

essen werden und an viele andere Dinge. Das sind innere Monologe.

Die meisten Menschen sind sich nicht bewusst, dass wir den ganzen Tag über mit uns selbst sprechen, und zwar in einer Geschwindigkeit von 150 bis 300 Wörtern pro Minute oder über 50 000 Gedanken pro Tag. Und was die meisten von uns *nicht* gelernt haben, ist, dass unsere inneren Monologe sich in Anweisungen an unser Unterbewusstsein verwandeln, das wie ein *Servomechanismus* (Steuerungssystem) funktioniert und diese Anweisungen des bewussten Bereichs des Verstandes umsetzt.

Die meisten von uns haben gelernt, dass unser Unterbewusstsein für alle unsere Körperfunktionen zuständig ist. Es heilt Wunden, lässt unsere Haare und Nägel wachsen, verdaut unsere Nahrung und so weiter. Aber den wenigsten von uns ist klar, dass das Unterbewusstsein immerzu die oben angesprochenen Anweisungen ausführt, rund um die Uhr und sieben Tage pro Woche. Das Unterbewusstsein ist völlig *unvoreingenommen*. Es wird sich genauso bemühen, negative Anweisungen Ihres inneren Monologs auszuführen, wie es positive Anweisungen ausführt. Dr. Murphys Arbeit lehrt uns, die unglaubliche Kraft unserer eigenen inneren Monologe zu nutzen, und sie zeigt uns, dass das, was wir zu anderen sagen, nicht annähernd so wichtig ist wie das, was wir zu uns selbst sagen.

In seinem Buch veranschaulicht Dr. Murphy auf wunderbare Weise, wie die Beziehung zwischen dem Bewusstsein und dem Unterbewusstsein funktioniert. Ich vergleiche es gern mit einem Ozeandampfer, der über das Meer fährt. Der bewusste Verstand ist der Kapitän, der der Mannschaft (dem Unterbewusstsein) Befehle gibt. Die »Mannschaft« widerspricht dem »Kapitän« nicht, sondern antwortet einfach mit »Aye, aye, Sir« und führt die Befehle ohne nachzudenken aus, ohne sich da-

rum zu kümmern, ob das Schiff gegen die Felsen fährt, ein anderes Schiff rammt oder sicher an sein Ziel kommt.¹

Unser Unterbewusstsein dient dem bewussten Verstand. Das ist sein Zweck.

Deshalb folgt das Unterbewusstsein fraglos jeder Anweisung oder jedem Befehl, den wir ihm geben, selbst zu seinem eigenen Schaden. Die obige Analogie wirft für jeden von uns eine grundlegende Frage auf: Sind Sie der Kapitän Ihres Schiffes? Mit anderen Worten: Sind Sie der Kapitän Ihrer Mannschaft, Ihres Unterbewusstseins? Wenn ja, dann haben Sie ein wirkungsvolles Tool in der Hand – ein Tool, mit dem Sie Ihr Lebensschiff steuern und bewusst lenken können, um das zu erreichen, was Sie sich wirklich wünschen. Dr. Murphy beschreibt es als ...

»... eine Kraft, die Wunder bewirken kann, die Sie aus aller Orientierungslosigkeit herausreißen, von aller Niedergeschlagenheit befreien und vor jedem Misserfolg bewahren wird. Dieses Buch verleiht Ihnen die Macht, die Ihnen gebührende Stellung zu erlangen, es gibt Ihnen die Kraft, alle Schwierigkeiten zu lösen, es befreit Sie aus den Ketten seelischer und körperlicher Leiden und weist Ihnen den geraden Weg zu Freiheit, Glück und innerer Zufriedenheit. Die Macht Ihres Unterbewusstseins wird Ihnen Gesundheit bringen und neue Kräfte in Ihnen wecken.« (siehe S. 28)

Wer war Dr. Joseph Murphy?

Joseph Murphy wurde am 20. Mai 1898 in einer kleinen Stadt in der Grafschaft Cork, Irland, geboren. Er wuchs mit einem jüngeren Bruder und einer Schwester in einem frommen katholischen Haushalt auf. Sein Vater war Dekan und Professor an

der National School of Ireland, seine Mutter Hausfrau. Irland litt zu dieser Zeit unter einer großen Wirtschaftskrise. Obwohl sein Vater ein festes Einkommen hatte, war auch Murphys Familie wie viele andere irische Familien arm und hatte Mühe, ausreichend Essen auf den Tisch zu bekommen.

Der junge Murphy besuchte ebenfalls die National School und war ein hervorragender Schüler. Er zog in Erwägung, Priester zu werden, und wurde als Seminarist bei den Jesuiten aufgenommen. Im Alter von 24 Jahren änderte er jedoch seine Meinung und entschied sich stattdessen, Irland zu verlassen und nach Amerika zu gehen.

Ein neues Leben

Als er 1922 in New York ankam, wurde er schließlich Apotheker und erwarb einen Abschluss in Chemie. Während seines Studiums begann er, verschiedene östliche Religionen und Philosophien zu erforschen und zu studieren. Der Hinduismus begeisterte ihn so sehr, dass er nach Indien reiste, um unter der Anleitung indischer Gelehrter weitere Studien zu betreiben. Diese frühen und tiefgreifenden Erfahrungen mit östlichem Gedankengut und anderen Weltreligionen sollten ihn schließlich zu einem völlig neuen Lebens- und Berufsweg führen.

In den 1940er-Jahren zog Dr. Murphy nach Los Angeles und engagierte sich in der New-Thought-Bewegung, die Ende des 18. Jahrhunderts entstanden war und sich bis in das frühe 20. Jahrhundert weiterentwickelte. Er wurde zum Pfarrer der Church of Divine Science geweiht und baute in Los Angeles eine der größten Gemeinden auf. Als seine Kirche und sein Ruhm wuchsen, ergänzte er seine Sonntagspredigten durch eine wöchentliche Radiosendung sowie durch Bücher und Tonaufnahmen. Dr. Murphy schrieb im Lauf seines Lebens über

30 Bücher, doch sein bekanntestes ist *Die Macht Ihres Unterbewusstseins*, das 1963 zum ersten Mal veröffentlicht wurde und sofort ein Bestseller wurde. Mehr als 55 Jahre später ist es mit Millionen verkaufter Exemplare ein internationaler Klassiker, und Dr. Murphys Vermächtnis wirkt bis heute fort.

Wie man dieses Buch benutzt

Die erste Hälfte des Buches besteht aus Dr. Murphys Originaltext *Die Macht Ihres Unterbewusstseins*. Der Verlag und ich hielten es für wichtig, zunächst den ungekürzten Text von Dr. Murphy zu präsentieren, damit Sie seine Lehren in seinen eigenen Worten unmittelbar und persönlich erleben können. Wie Sie sehen werden, knüpfen viele seiner Ideen aufgrund seiner starken Verbindung zur christlichen Lehre an Wahrheiten an, die er in der *Heiligen Schrift* erkannt hat. Die Konzepte selbst sind jedoch nicht konfessionell gebunden. Auch wenn einige der Beispiele und die Sprache die gesellschaftlichen Verhältnisse der Zeit widerspiegeln, in der das Buch geschrieben wurde, werden Sie feststellen, dass Dr. Murphys Schreibstil auch über 55 Jahre später noch nachvollziehbar und fesselnd ist.

Die zweite Hälfte des Buches umfasst meine Texte: Kommentare und Lektionen, die Dr. Murphys Lehren aktualisieren und weiter ausführen und die mithilfe von Geschichten aus dem wirklichen Leben, Beispielen und einfachen Übungen, die jeder mit greifbaren Ergebnissen umsetzen kann, zeigen, wie transformativ und relevant Murphys Lehren heute noch sind. Nachdem ich Dr. Murphys Werk jahrzehntelang angewendet und gelehrt habe, freue ich mich, mit Ihnen zu teilen, was ich gelernt habe – Lektionen, von denen ich glaube, dass sie Ihnen helfen können, das Leben Ihrer Träume zu verwirklichen.

Einleitung

Um also den größten Nutzen aus diesem Buch zu ziehen, sollten Sie es zuerst durchblättern, ein Gefühl dafür entwickeln und Eindrücke sammeln. Lesen Sie dann den Originaltext von Dr. Murphy – von Anfang bis Ende, abschnittsweise oder je nach Interesse – und lassen Sie sich dabei von Ihrer Intuition leiten. Dann lesen Sie die zweite Hälfte. Ich hoffe, dass dieses Buch mit der Zeit zu einem wertvollen Leitfaden wird, zu Ihrem ganz persönlichen Werkzeugkasten, der Ihnen hilft, Ihr volles Potenzial zu entfalten und das Leben zu leben, das Sie sich wünschen.

Genießen Sie die Reise.

C. James Jensen



Teil 1

Die Macht Ihres Unterbewusstseins

Ungekürzter Originaltext von Dr. Joseph Murphy

Einführung

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

Ich habe erlebt, wie für Menschen jeden Geschlechts und Alters, aller Gesellschaftsschichten und Nationen regelrechte Wunder geschahen. Auch Ihr Leben wird sich grundlegend verändern – sobald Sie die Macht Ihres Unterbewusstseins einzusetzen beginnen. Dieses Buch legt Ihnen dar, wie Ihre Art zu denken und Ihre inneren Bilder Ihr Schicksal beeinflussen; denn das Leben eines Menschen ist identisch mit dem Inhalt seines Unterbewusstseins.

Wissen Sie, warum?

Warum ist das Leben des einen Menschen von Trauer überschattet, das eines anderen von Glück erfüllt? Warum genießt ein Mensch Reichtum und Ansehen, während sein Nachbar am gesellschaftlichen Rand lebt? Warum ist der eine von Angst verunsichert, während der andere voll Selbstvertrauen und Zuversicht in die Zukunft blickt? Warum besitzt der eine ein

luxuriöses Haus, während der andere sein Leben in einem Elendsviertel fristet? Warum reiht ein Mensch Erfolg an Erfolg, während ein anderer vom Regen in die Traufe gerät? Warum reißt ein Redner seine Zuhörer mit, während ein anderer ohne jedes Echo bleibt? Warum vollbringt einer geniale Leistungen, während ein anderer lustlos einer unbefriedigenden Tätigkeit nachgeht? Warum übersteht einer eine angeblich unheilbare Krankheit, die einem anderen den Tod bringt? Warum erfahren so viele selbstlose Menschen größten Schmerz an Körper und Seele, während sich mancher gewissenlose Zeitgenosse bester Gesundheit und strahlender Erfolge erfreut? Warum führt der eine Mensch eine glückliche Ehe, während seine Geschwister an der Seite ihrer Partner nur Leid und Enttäuschung erleben? Warum?

Die Antwort auf diese und weitere Fragen liegt in den Funktionen von Bewusstsein und Unterbewusstsein.

Warum ich dieses Buch schrieb

Als ich dieses Werk verfasste, wurde ich vom Wunsch geleitet, nicht nur Antworten auf diese und ähnliche Fragen zu geben, sondern auch die Zusammenhänge sichtbar zu machen. Ich versuchte, den Ursprung und die Geheimnisse Ihres geistigen Lebens in einfachen Worten zu erklären, denn ich war schon immer der festen Überzeugung, dass selbst diese komplexen Zusammenhänge des menschlichen Geistes leicht verständlich dargestellt werden können. Deshalb werden Sie in diesem Werk die einfache Sprache antreffen, die Ihnen aus Ihrem Berufsalltag und Privatleben vertraut ist. Ich möchte Ihnen das Studium dieser Seiten und die Anwendung der hier beschriebenen Methoden aufs Nachdrücklichste ans Herz legen, denn ich weiß mit absoluter Sicherheit, dass sich Ihnen hier eine

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

Kraft erschließt, die Wunder bewirken kann, die Sie aus aller Orientierungslosigkeit herausreißen, von aller Niedergeschlagenheit befreien und vor jedem Misserfolg bewahren wird. Dieses Buch verleiht Ihnen die Macht, die Ihnen gebührende Stellung zu erlangen, es gibt Ihnen die Kraft, alle Schwierigkeiten zu lösen, es befreit Sie aus den Ketten seelischer und körperlicher Leiden und weist Ihnen den geraden Weg zu Freiheit, Glück und innerer Zufriedenheit. Die Macht Ihres Unterbewusstseins wird Ihnen Gesundheit bringen und neue Kräfte in Ihnen wecken. Der bewusste Umgang mit Ihren seelischen Kräften wird Sie von den tausend Ängsten und Befürchtungen befreien, die Sie jetzt gefangen halten, und Ihnen ein Leben voll Freiheit ermöglichen, das schon der Apostel Paulus den Kindern Gottes in Aussicht gestellt hat.

Der Schlüssel zu der Macht, die Wunder bewirken kann

Eine selbst erlebte Heilung ist wohl der überzeugendste Beweis der unglaublichen Kräfte unseres Unterbewusstseins. Mehr als 42 Jahre bevor ich dieses Buch schrieb, wurde ich auf diese Weise von einer bösartigen Geschwulst befreit, die die Medizin als »Sarkom« bezeichnet, und genau dieselbe Macht, die mich erschuf, lenkt – das weiß ich jetzt – auch heute noch meinen Organismus. Die detaillierte Schilderung der von mir damals angewandten Technik wird zweifellos alle Leser überzeugen, sich vertrauensvoll jener *heilenden Macht* anzuvertrauen, die tief in der Seele jedes Menschen wohnt. Der Unterstützung meines Freundes und ärztlichen Beraters habe ich die plötzliche Erkenntnis zu verdanken, dass dieselbe *schöpferische Weisheit*, die meinen Körper formte, meine Organe schuf und mein Herz zum Schlagen brachte, auch ihr eigenes Geschöpf selbst-

verständlich am besten heilen kann. Ein altes Sprichwort unterstreicht dies: »Der Arzt verbindet die Wunde, und Gott heilt sie.«

Wunder sind Antworten auf »wirksame Gebete«

Unter einem »wirksamen Gebet« verstehen wir das harmonische Zusammenspiel der bewussten und unterbewussten geistigen Kräfte, die mittels wissenschaftlich gesicherter Methoden zur Verwirklichung eines bestimmten Ziels eingesetzt werden. Dieses Buch zeigt Ihnen die Technik, die Ihnen Zugang zu Ihren unerschöpflichen Reserven seelischer Kräfte schafft, mit der Sie sich Ihre Wünsche erfüllen können. Sie sehnen sich nach einem glücklicheren, erfüllteren und reicheren Leben? Setzen Sie deshalb diese neue Macht ein und ebnen Sie Ihren Weg durchs Leben; lösen Sie Ihre privaten und beruflichen Probleme und schaffen Sie Harmonie in Ihrer Familie. Lesen Sie dieses Buch unbedingt mehrmals! Es erklärt Ihnen die Wirkungsweise dieser starken Macht und zeigt, wie Sie selbst die Weisheit, die in Ihrer Seele verborgen ist, in Ihrem Leben einsetzen können. Lernen Sie, Ihr Unterbewusstsein zu beeinflussen – es ist ganz einfach! Wenden Sie die wissenschaftlich fundierte Methode an, die Ihnen die unermesslichen Energien Ihrer Seele erschließt. Lesen Sie dieses Buch sorgfältig und seien Sie offen für seine Ratschläge. Lassen Sie sich von den verblüffenden Ergebnissen dieser Methode überzeugen. Ich bin der festen Überzeugung, dass die Lektüre dieser Seiten einen Wendepunkt in Ihrem Leben darstellen kann und wird.

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

Jeder Mensch betet

Können Sie »wirksam« beten? Wie lange ist es her, dass das Gebet seinen festen Platz in Ihrem täglichen Leben hatte? In Zeiten der Not, der Gefahr, in Krankheit und Todesangst fällt Ihnen wie allen Menschen das Gebet wahrscheinlich sehr leicht. Sie brauchen nur jeden Tag die Fernsehnachrichten zu schauen. Immer wieder wird berichtet, dass Menschen aus aller Welt sich im Gebet vereinen für die Gesundung eines schwer kranken Kindes, für die Rettung einer verschütteten Gruppe von Bergleuten oder für die Erhaltung des Weltfriedens. Endlich befreit, berichten dann die Bergleute, wie sie die qualvollen Stunden bis zum Eintreffen der Rettungsmannschaften im Gebet verbrachten. Und der Pilot eines Charterflugzeugs gesteht, dass er betete, während er mit seiner Maschine zur Notlandung ansetzte. Kein Zweifel – die Kraft des Gebets steht uns in Notzeiten immer zur Verfügung. Warum wollen Sie seine wirkungsvolle Hilfe nicht jeden Tag nutzen, indem Sie es zum festen Bestandteil Ihres täglichen Lebens machen? Zeitungsartikel berichten von dramatischen Gebeterhörungen, und eidesstattliche Erklärungen verbürgen die Wirksamkeit des Gebets. Aber was ist von den vielen demütigen Gebeten zu halten, die Kinder sprechen, mit denen wir Gott für einen gedeckten Tisch danken und in denen sich der Einzelne in gläubigem Vertrauen an seinen Schöpfer wendet? Meine Arbeit im Dienste der Menschen ermöglichte es mir, die verschiedenen Arten und Beweggründe des Gebets zu erforschen. Ich habe die Macht des Gebets an mir selbst erfahren und mit vielen Menschen gesprochen und zusammengearbeitet, deren Gebete ebenfalls erhört wurden. Die eigentliche Schwierigkeit liegt darin, andere zu lehren, wie man »wirksam« betet. Im Augenblick der Not denkt und handelt der Mensch meist nicht mehr völlig rational und kontrolliert, und deshalb bedarf es einer einfachen, sicher wirkenden Formel.

Jeden Tag beten

Dieses Buch bietet Ihnen praktische Hilfe. Es macht Sie mit einer Reihe einfacher, leicht anwendbarer Methoden vertraut, die Sie überall und zu jeder Zeit anwenden können. Ich habe diese leicht verständlichen Regeln Männern und Frauen in der ganzen Welt gelehrt. Viele von ihnen hatten nicht einmal die Mühe einer 300 bis 400 Kilometer weiten Anreise gescheut, um meine Vorträge zu besuchen. *Die Macht Ihres Unterbewusstseins* wird unter anderem auch deshalb von besonderem Interesse für Sie sein, weil sie Ihnen erklärt, warum häufig das genaue Gegenteil von dem eintrat, worum Sie beteten. Viele Menschen in aller Welt stellten mir immer wieder die gleiche Frage: »Warum nur habe ich gebetet und gebetet, ohne jemals erhört zu werden?« Hier erfahren Sie die Gründe dafür. Die geschilderten Methoden, das Unterbewusstsein zu beeinflussen und auch dann, wenn Sie zweifeln, die richtige Antwort zu finden, machen dieses Buch zu einem in vielen Situationen hilfreichen und zuverlässigen Ratgeber.

Woran glauben Sie?

Nicht der Gegenstand oder Inhalt seines Glaubens ist es, der die Gebete eines Menschen wirksam werden lässt. Die Erfüllung tritt vielmehr dann ein, wenn das Unterbewusstsein des Betreffenden auf seine Gedanken oder Vorstellungen reagiert. Dieses Gesetz des Glaubens gilt in allen Religionen und verleiht ihnen ihren psychologischen Wahrheitsgehalt. Christen, Juden, Buddhisten, Hindus oder Moslems werden in gleicher Weise erhört, und das nicht etwa, weil sie einer bestimmten Religion oder Konfession angehören und an gewissen Zeremonien, Liturgien oder Gebeten festhalten, sondern einzig und allein deshalb,

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

weil sie geistig und seelisch fest überzeugt sind, dass ihre Gebete erhört werden. Das Gesetz des Lebens ist identisch mit dem Gesetz des Glaubens, und der Begriff »Glaube« lässt sich ebenso kurz wie zutreffend definieren als »Gedanke« oder »Überzeugung«. Genau so, wie und was ein Mensch denkt, fühlt und glaubt, sind auch sein Geist, sein Körper und sein Leben beschaffen. Eine Technik, die auf einem grundlegenden Verständnis Ihrer Handlungsweisen und Beweggründe beruht, wird Ihnen durch den Einsatz Ihrer unterbewussten Kräfte viele Träume erfüllen. Im Grunde genommen ist die Erhörung eines Gebets nichts anderes als die Verwirklichung bestimmter Wünsche.

Wunsch und Gebet sind ein und dasselbe

Jeder sehnt sich nach Gesundheit, Glück, Sicherheit, Zufriedenheit und Selbstverwirklichung, doch nur wenige erreichen dies. Vor Kurzem sagte mir ein Universitätsprofessor: »Ich weiß, dass eine Veränderung meiner Denkgewohnheiten und eine Neuorientierung meiner Gefühle mich von meinen Magengeschwüren befreien würde. Leider verfüge ich aber über keine Technik, um dies in die Tat umzusetzen. Meine Gedanken irren unruhig von Problem zu Problem, und ich fühle mich enttäuscht, niedergeschlagen und unglücklich.« Dieser Professor sehnte sich nach Gesundheit; was er aber brauchte, war eine klare Einsicht in den Ablauf seiner geistigen Vorgänge, die ihm die Verwirklichung seines Wunsches ermöglichten. Die Anwendung der in diesem Buch geschilderten Methoden stellte seine Gesundheit in kurzer Zeit wieder völlig her.

»Jeder Mensch hat Anteil an dem die ganze Menschheit verbindenden Weltgeist«

Die Macht Ihres Unterbewusstseins und ihre Wirkungskraft bestanden schon, ehe Sie und ich geboren waren; ihre Existenz geht der jeder Kirche und sogar der unserer Welt voraus. Die Prinzipien des Lebens sind älter als alle Religionen. Davon bin ich fest überzeugt und ich lege Ihnen darum – hier unter dem in der Überschrift zitierten Satz von Ralph Waldo Emerson – das Studium der folgenden Kapitel ans Herz, denn sie erschließen Ihnen eine hochwirksame Kraft, die alle Verletzungen des Geistes und des Körpers heilt, die die Angst besiegt und Sie für immer vom Druck des Misserfolgs und der Enttäuschung befreien wird. Sie müssen sich nur mit dem identifizieren, das Sie verwirklichen möchten, und die Kräfte Ihres Unterbewusstseins werden entsprechend reagieren. Beginnen Sie noch heute, in diesem Augenblick, und Ihr Leben wird sich grundlegend ändern. Lassen Sie sich nicht entmutigen, schreiten Sie konsequent voran, bis Sie Ihre Ziele erreicht haben.

Ihr Unterbewusstsein ist eine Dunkelkammer

Ihr Unterbewusstsein ist Ihre große Dunkelkammer. Es ist der geheime Ort, an dem Ihr äußeres Leben entsteht.

So sind es auch nicht Ihr Name, Ihre Art, sich zu kleiden, Ihre Eltern, Ihre Umgebung oder das Auto, das Sie fahren, die Sie zu dem machen, was Sie sind. Sie sind die Überzeugungen, die Gestalt annehmen, Bild für Bild, Licht und Schatten, dort unten in Ihrer unterirdischen Dunkelkammer. In moralischer Hinsicht ist Ihr Unterbewusstsein völlig neutral und bereit, jede Gewohnheit anzunehmen, egal ob Sie oder die Welt sie für gut oder schlecht befindet. Daher – wenn immer wieder negative

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

Gedanken in unser Unterbewusstsein gelangen, in unsere Dunkelkammer, sind wir so überrascht, dass diese dunklen Gedanken in unseren alltäglichen Erfahrungen und Beziehungen Ausdruck finden ... immer und immer wieder. In der Tat passiert uns selten etwas, das wir nicht irgendwie auf diese Weise selbst geschaffen haben.

Damit Ihre Welt sich ändert, müssen Sie Ihren Geist ändern ... von innen heraus. Sobald Sie aber diese Vorstellung der Dunkelkammer akzeptieren, werden Sie sehen, dass Sie diesem Prozess erfreulich emotionslos gegenüberstehen. Dann wird es gar nicht so schwer sein, Ihr Leben zu ändern. Es kann nun nicht mehr so anstrengend sein, die existierenden mentalen Bilder durch neue zu ersetzen. Mit dieser Erkenntnis kann für Sie eine entspannte Phase positiver Veränderung beginnen.

Sie sind vielleicht überrascht zu erfahren, dass all diese Überzeugungen und Neigungen, die Ihnen von frühester Kindheit an eingeimpft wurden, noch immer da sind und dass sie die Macht haben, sich in Ihrem Leben zu äußern und es zu beeinflussen. Jeder von uns hat viele solcher Überzeugungen und Vorstellungen, die wir seit Langem vergessen haben, Überzeugungen und Vorstellungen, die ihren Ursprung vielleicht in der Kindheit haben. Diese sind in den Schlupfwinkeln dieser unterbewussten Dunkelkammer versteckt. Wenn Sie dies begriffen haben, sollte klar sein, warum es an der Zeit ist, Ihren Gedanken eine angemessene Aufmerksamkeit entgegenzubringen.

Sind Sie zum Beispiel überzeugt, dass Sie einen steifen Hals bekommen, wenn Sie neben einem Ventilator sitzen, wird Ihr Unterbewusstsein dafür sorgen, dass Sie tatsächlich einen steifen Hals bekommen. Es sind nicht der Ventilator und seine Wirkung selbst, also die ungefährlichen Energiemoleküle, die in hoher Frequenz oszillieren, die Ihnen Unannehmlichkeiten bereiten, sondern es sind Ihre falschen Überzeugungen. Der Ventilator ist harmlos.

Und wenn Sie befürchten, dass Sie eine Erkältung bekommen könnten, weil jemand im Büro niest, wird Ihre Angst zu einer Bewegung Ihres eigenen Geistes, die genau das erschafft, was Sie erwarten, wovor Sie Angst haben und wovon Sie überzeugt sind. Sie werden bemerken, dass andere Kollegen in Ihrem Büro keine Erkältung bekommen, weil sie nicht daran glauben. Sie glauben an die Gesundheit. Wie schon Hiob sagte: *Denn ich fürchtete einen Schrecken und er traf mich.*

Auf der anderen Seite: Woher kommt Ihrer Meinung nach die Kraft für spontane Wunderheilungen? Von genau demselben Unterbewusstsein ...

Wenn Sie Ihre Dunkelkammer mit großen Wahrheiten füllen, werden Ihre äußeren Bilder diese widerspiegeln. Ihr Unterbewusstsein wird diese Wahrheiten akzeptieren, und Sie werden geleitet von einem unterbewussten Zwang zu heilen, friedlich zu sein. Genauso, wie ein Apfel irgendwann in Ihren Blutkreislauf gelangt, befinden sich diese Gedanken in Ihrem Geist und haben Einfluss auf Ihr Leben. Auf die gleiche Art haben Sie laufen, schwimmen, tanzen oder Klavier spielen gelernt. Man wiederholt einen Gedanken immer und immer wieder, und nach einer Weile geht er in Fleisch und Blut über. Es ist genau wie beim Beten, man gehorcht einem höheren Prinzip. Es ist nicht das Benzin, das Ihr Auto antreibt. Erst muss es in Dampf umgewandelt werden, es muss sich verändern, bevor es etwas bewirken kann, genauso wie Ihr Geist sich verändern muss, bevor Ihre Welt sich dahin bewegt, wo Sie sie haben wollen.

So wie die Heilung von Ihrer unterbewussten Dunkelkammer bewirkt wird, so wird dort auch Ihr Wohlstand hervorgebracht. Hierbei kommt es darauf an, das Unterbewusstsein reich zu machen, bevor der Reichtum in Ihrem Leben erkennbar wird.

Wenn Sie die Gesetze des Geistes studieren, werden Sie zu der Überzeugung kommen und definitiv wissen, dass Sie stets

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

bestens versorgt sein werden, unabhängig von der wirtschaftlichen Lage, Börsenschwankungen, Flauten, Streiks, Krieg oder anderen Bedingungen und Umständen. Der Grund dafür ist, dass Sie Ihrem Unterbewusstsein die Idee des Wohlstands eingeprägt und Ihre Dunkelkammer mit einem Bild des Wohlstands versorgt haben – und dann werden auch Sie bestens versorgt sein. Sie werden Ihr Unterbewusstsein davon überzeugen, dass in Ihrem Leben für immer reichlich Geld fließt und Sie stets einen Überschuss verbuchen können. Sollte der Staat morgen einen finanziellen Zusammenbruch erleiden und sollten all Ihre gegenwärtigen Besitztümer wertlos sein, werden Sie dennoch weiterhin Wohlstand anziehen und ausreichend versorgt sein.

Ihre unterbewusste Dunkelkammer ist bereits mit großen neuen Ideen gefüllt, durch die Sie Ihre alten automatisch ersetzen. Denken Sie sofort an Dinge, die wahr, schön und edel sind, und diese Qualitäten werden Sie umgeben. Denken Sie daran, dass Gott nur Gutes verkündet hat, und genauso sollten auch Sie es machen. Diese Denkweise wird Ihnen eine neue, gesunde Grundlage für Ihre Gedanken geben, und Sie werden nicht länger ein Opfer von Bildern sein, von denen Sie dachten, Sie hätten keinen Einfluss auf deren Entwicklung.



Kapitel 1

Die Schatzkammer in Ihrem Inneren

Ihr Unterbewusstsein dient dem Leben. Sie sollten sich ausschließlich um das Bewusstsein kümmern. Nähren Sie Ihr Bewusstsein mit Voraussetzungen, die wahr sind. Ihr Unterbewusstsein reproduziert immer Ihre gewohnten Denkmuster.

Unermesslicher Reichtum umgibt Sie, sobald Sie sich auf Ihre Psyche konzentrieren und dort die unerschöpflichen Energien entdecken. Ihre Seele birgt eine Goldader, deren Erschließung Ihnen alles ermöglichen wird, was Sie von einem glücklichen Leben erwarten. Viele Menschen gleichen Schlafwandlern, weil sie die Existenz dieser Weisheit und Liebe nie entdecken. Aber jeder Mensch kann das erreichen, was er sich ersehnt. Ein Magnet hebt Lasten, die das eigene Gewicht um etwa das Zwölfwache übersteigen – entmagnetisiert jedoch bewegt das gleiche Metallstück nicht einmal eine Feder von ihrem Platz. Dieser Vergleich trifft auch auf den Menschen zu. Der von magnetischer Kraft durchströmte Mensch ist voll Zuversicht und Selbstvertrauen. Er weiß, dass er geboren wurde, um erfolgreich zu sein. Der »entmagnetisierte« Mensch dagegen wird von Furcht und Zweifeln gequält. Bietet sich ihm eine

günstige Gelegenheit, so sagt er sich: »Das geht ja doch schief. Das kostet mich höchstens mein Vermögen. Ich mache mich nur zur Zielscheibe des Spottes.« Menschen mit dieser Überzeugung werden es nie im Leben zu etwas bringen, weil sie nicht den Mut haben, sich zu verändern, und deshalb hilflos auf der Strecke bleiben. Dieses Buch erschließt Ihnen aber das Geheimnis des Unterbewusstseins, und wie ein Magnet werden Sie Glück, Reichtum und Macht anziehen.

Das größte Geheimnis aller Zeiten

Was ist Ihrer Meinung nach das größte Geheimnis aller Zeiten? Die Atomenergie? Die Freisetzung ungeheurer Kräfte durch Kernschmelze? Die Wirkungsweise der Gene und die Evolution in der Natur? Die Raumfahrt? Nein? Worum handelt es sich also? Wo ist dieses größte aller Geheimnisse zu entdecken? Wie ist es zu entschlüsseln? Wie anzuwenden? Die Antwort auf alle diese Fragen ist ebenso einfach wie überraschend: Das Geheimnis, von dem wir hier sprechen, besteht in nichts anderem als in der ungeheuren Kraft Ihres Unterbewusstseins. Wer hätte hier die Lösung der größten Rätsel gesucht?

Die wunderbare Kraft Ihres Unterbewusstseins

Sobald Sie einmal gelernt haben, die Kraft Ihres Unterbewusstseins zu erschließen, werden Macht, Reichtum, Gesundheit, Glück und Freude in ungeahntem Ausmaß Ihr Leben erfüllen. Diese Kraft müssen Sie nicht erst erwerben – Sie besitzen sie bereits. Sie brauchen nur noch ihre Beschaffenheit und ihre Wirkungsweise zu verstehen, um sie erfolgreich in allen Bereichen und bei allen Problemen Ihres Lebens einsetzen zu können.

Das hierzu nötige Wissen und Verständnis erwerben Sie ganz von selbst bei der Lektüre der hier beschriebenen einfachen Methoden. Alles wird Ihnen in einem neuen Licht erscheinen, und Sie werden von innen her die Energien erzeugen, mit deren Hilfe Sie Ihre Hoffnungen und Träume verwirklichen können. Fassen Sie also den festen Entschluss, dass Sie von nun an Ihr Leben reicher, glücklicher und besser gestalten wollen als bisher!

Die tiefsten Schichten Ihres Unterbewusstseins besitzen unendliches Wissen, unvorstellbare Macht und einen unerschöpflichen Vorrat an Möglichkeiten, Anlagen und Talenten in sich, die nur darauf warten, voll entwickelt zu werden und Ausdruck zu finden. Gestehen Sie sich die Existenz dieser seelischen Kräfte ein, und sie werden in kürzester Zeit Ihr Leben bestimmen. Die Ihrem Unterbewusstsein eigenen, unendlichen Kenntnisse werden Ihnen überall und jederzeit alles Wissenswerte enthüllen, sofern Sie dafür offen und aufnahmebereit sind. Das Unterbewusstsein ist eine Quelle neuer Gedanken und Ideen – vielleicht schlummert in Ihnen ein Entdecker oder ein Erfinder, vielleicht wartet in Ihnen ein Schriftsteller auf seine kreative Verwirklichung. Auf jeden Fall aber wird die Weisheit Ihres Unterbewusstseins Ihnen Auskunft über Ihr eigentliches Wesen geben, über Ihre wahren Talente und wie Sie diese vervollkommen und verwerten können, um den Platz im Leben zu erreichen, der Ihnen zusteht und den Sie – und nur Sie allein – vollkommen ausfüllen können.

Die Kräfte Ihres Unterbewusstseins können Ihnen auch den idealen Lebens- oder Geschäftspartner zuführen. Indem Sie der Stimme Ihres Unterbewusstseins folgen, werden Sie zuverlässige Kunden finden und jene finanzielle Unabhängigkeit gewinnen, die es Ihnen erlaubt, das zu tun und zu werden, wovon Sie immer träumten.

Sie haben ein Recht darauf, diese innere Welt Ihrer Gedanken und Gefühle, diese riesigen Schätze an Macht, Einsicht,

Liebe und Schönheit zu entdecken. Diese Kräfte sind zwar unsichtbar, doch besitzen sie einen ungeheuren Einfluss. Ihr eigenes Unterbewusstsein bietet die Lösung für jedes Problem und verfügt über die Ursache jeder Wirkung. Da Sie jetzt diese verborgenen Kräfte zu nutzen lernen, wird Ihnen bald das nötige Wissen und die Macht zur Verfügung stehen, um über Ihr Leben zu bestimmen und in Sicherheit, Glück und Überfluss zu leben.

Ich habe selbst gesehen, wie die Macht des Unterbewusstseins Kranken und Behinderten wieder völlige Gesundheit und Kraft schenkte, sodass sie von Neuem ihr Leben genießen und Glück und Erfolg ernten konnten. Ihr Unterbewusstsein besitzt die wunderbare Kraft, die Körper und Seele wieder genesen lässt. Es zerreißt die Fesseln, die Ihren Geist lähmen, und befreit Sie von materiellen und physischen Beschränkungen.

Eine sichere Grundlage finden

Ohne sichere Grundlage und die Kenntnis allgemeiner Prinzipien sind auf keinem Gebiet der menschlichen Tätigkeit echte Fortschritte zu erzielen. Deshalb müssen Sie zunächst lernen, Ihr Unterbewusstsein als »Instrument« richtig zu handhaben. Seine Kräfte werden mit derselben Sicherheit und in dem Umfang wirksam werden, in dem Sie die geltenden Gesetze verstehen und für ganz bestimmte Ziele einzusetzen wissen.

Als früherer Chemiker finde ich einen Vergleich aus den Naturwissenschaften hilfreich: Wasserstoff und Sauerstoff verbinden sich im Verhältnis von zwei zu eins zu Wasser. Sicher ist Ihnen auch bekannt, dass ein Atom Sauerstoff zusammen mit einem Atom Kohlenstoff Kohlenmonoxid ergibt, also ein sehr giftiges Gas. Fügen Sie jedoch ein weiteres Sauerstoffatom hinzu, so wird daraus das viel harmlosere Kohlendioxid. Diese

beiden Beispiele könnte man noch durch viele andere ergänzen.

Warum sollten wir annehmen, die Grundgesetze der Chemie, Physik und Mathematik unterschieden sich in irgendeiner Weise von jenen des Unterbewusstseins? Denken Sie nur an den Lehrsatz »Der Wasserspiegel sucht immer die horizontale Lage«. Dieses Naturgesetz gilt uneingeschränkt für alles Wasser, wo es sich auch befindet. Oder ein anderes Beispiel: »Erhitzte Stoffe dehnen sich aus.« Auch dieser Grundsatz gilt uneingeschränkt, überall und zu jeder Zeit. Erhitzt man ein Stück Stahl, so wird es sich ausdehnen, gleichgültig, ob der Versuch in China, England oder Indien vorgenommen wird. Bei der Wärmeausdehnung fester Stoffe handelt es sich eben um ein allgemeingültiges Naturgesetz.

Ein ebenso universelles Gesetz ist es aber auch, dass jeder Eindruck, der auf Ihr Unterbewusstsein wirkt, in Zeit und Raum Ausdruck findet als Umweltbedingung, Erfahrung und Ereignis.

Ihr Gebet wird erhört, weil es sich bei Ihrem Unterbewusstsein um ein universelles Prinzip handelt, wobei »Prinzip« den Grund und die Art einer bestimmten Funktion bedeutet. So ist es zum Beispiel das Prinzip der Elektrizität, dass sie vom höheren zum niedrigeren Kraftfeld strömt. Wenn Sie elektrischen Strom nutzen, so bleibt dies ohne Einfluss auf das grundlegende Prinzip – wohl aber ermöglicht dieses Eingehen auf die Natur und ihre Nutzung fantastische Entdeckungen und Erfindungen, die der ganzen Menschheit zugutekommen.

Auch bei Ihrem Unterbewusstsein handelt es sich um ein universelles Prinzip; es funktioniert nach dem Gesetz des Glaubens. Sie müssen wissen, was Glaube ist, wie er wirkt und was er bewirkt. Die Bibel drückt es in einfachen, klaren und schönen Worten aus: »Wahrlich, ich sage euch: Wer zu diesem Berg sagt: *»Heb dich hinweg und stürze dich ins Meer!«*, und

