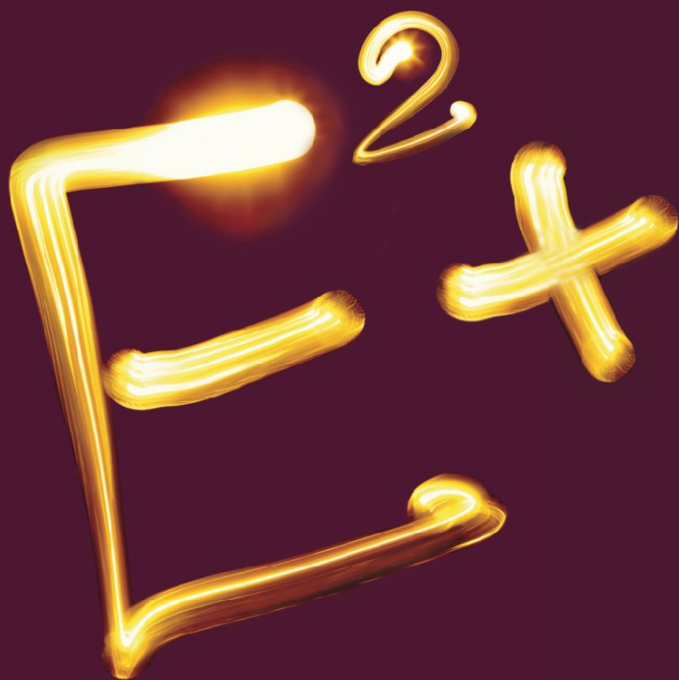


PAM GROUT



**Neue Beweise
zum Selbsttesten
Wie Ihre Gedanken
die Welt verändern**



Allegria

Das Buch

Wunder sind keine Zufälle. Tausende von Lesern haben es ausprobiert und festgestellt: »Bei mir funktioniert's!«

Pam Grout hat in ihrem Buch E^2 bewiesen, dass Wunder keine Frage des Glaubens sind, sondern von uns selbst erzeugt werden. Nun gibt es neun weitere Experimente, die uns für die kleinen Wunder des Alltags öffnen und uns zeigen, wie man zu mehr Möglichkeiten, mehr Erfolg und mehr Lebensfreude gelangt durch die Kunst des Wünschens.

E^2+ ist der Folgetitel zum Bestseller E^2 mit neuen weiteren Experimenten, die beweisen, dass Wunder und Glück näher liegen als gedacht.

Die Autorin

Pam Grout ist Weltreisende, Abenteuerin und Autorin zahlreicher Bücher und Artikel darüber, was sie auf ihren Reisen erlebt hat. Sie lebt mit ihrer Tochter in Lawrence, Kansas.

www.pamgrout.com

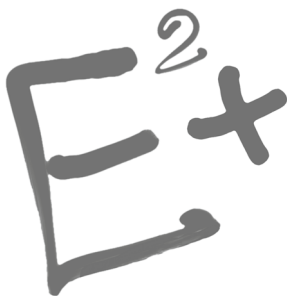
Von der Autorin in unserem Hause erschienen:

E^2

Atme dich schlank

E^2 – Das Orakel (Kartendeck)

Pam Grout



Neue Beweise zum Selbsttesten
Wie Ihre Gedanken die Welt verändern

Aus dem Amerikanischen übersetzt von
Thomas Görden

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:
www.ullstein-taschenbuch.de



Neuausgabe im Ullstein Taschenbuch
Ullstein Taschenbuch ist ein Verlag der
Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin.

1. Auflage April 2016

© für die deutsche Ausgabe by

Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2015

© für die Originalausgabe E³ by Pam Grout 2014

Umschlaggestaltung: FranklDesign, München

Titelabbildung: Amy Rose Grigoriou

Satz: Keller & Keller GmbH

Gesetzt aus der Minion

Druck und Bindearbeiten:

CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-548-74638-8

Für Spelling Bee Rachael,
deren enormer Geist viel zu weise,
großzügig und fröhlich respektlos
für diese beschränkte physikalische Welt ist.*

* Rachael Marie Sheridan
(28. November 1974 – 24. Februar 2014)

INHALT

Vorwort von Gabrielle Bernstein 9

Einleitung 13

1. TEIL: Bazinga! 17

1. Houston, wir haben ein Problem 18

2. Spanx für unser Gedächtnis 30

3. Na, was dachtest du denn? 44

2. TEIL: Die Experimente 73

Die Vorbereitungen:

Wie Sie die Magie freisetzen können 74

1. Experiment: Das Boogie-Woogie-Korollar
oder Die Wichtigkeit des Unernstes 87

Ohne das gegenteilige kulturelle Training ist Freude
mein natürlicher Zustand

2. Experiment: Das Rote-Pille-Korollar
oder Ein schneller Wiederholungskurs 115

Das Leben geht aus mir hervor

3. Experiment: Das Simon-Cowell-Korollar
oder Warum wir nicht urteilen können 139

Nichts ist absolut. Nur dein Denken macht es dazu

4. Experiment: Das Korollar »Ich bin liebevoll und weiß es«
oder Es gibt »die da draußen« nicht 157

Alle und alles zu lieben bringt dich in Übereinstimmung
mit dem FP

5. Experiment: Das Korollar »Das Geld und ich sind die besten Freunde«

oder Geld ist nicht kompliziert 175

Geld ist einfach nur Energie und spiegelt unsere Überzeugungen wider

6. Experiment: Das Korollar »Natur kontra Massenmedien«

oder Warum wir mehr an die frische Luft gehen

sollten 201

Das Feld des unendlichen Potenzials sendet rund um die Uhr

7. Experiment: Das Korollar »Sprich die Zauberworte«

oder Worte sind der Zauberstab, mit dem du dein Leben gestaltetest 221

Sobald du aufhörst, schlecht über dein Leben zu reden, können Fülle und Freude zu dir kommen

8. Experiment: Das Placebo-Korollar

oder Was es mit der Beugung der Realität wirklich auf sich hat 241

Die Realität ist fließend, ändert sich ständig und spiegelt uns unsere tiefsten Glaubenssätze wider

9. Experiment: Das Yabba-Dabba-Doo-Korollar

oder Transzendenz ist das Ding, Baby! 257

Das Leben ist wunderbar, und ich kann gar nicht wirklich sterben

Nachwort: Bonusexperiment Nr. 10: Korollar

»Die Hochzeit in Kana« *oder* Jetzt wird gefeiert! 275

Danksagung 282

Über die Autorin 284

VORWORT

Als selbst ernannte Wunderwinkerin praktiziere ich bei allem, was ich tue, voller Begeisterung die Kraft der positiven Absicht. Als ich auf Pam Grouts Buch E^2 stieß, wusste ich sofort, dass ich da ein wirkliches Geschenk in Händen hielt – das Geschenk, auf wunderbare Weise in meinem Glauben an die Macht des Universums bestärkt zu werden. In einem der Anfangskapitel von E^2 lädt Pam uns dazu ein, ein Experiment auszuprobieren, bei dem wir das Universum um eine Botschaft bitten. Wir sollen während der folgenden achtundvierzig Stunden die Augen dafür aufhalten, welchen kleinen Wink das Universum uns gibt, um uns daran zu erinnern, dass wir immer sicher geführt werden.

Als ich das ausprobierte, erhielt ich meinen Wink vom Universum nach achtunddreißig Stunden. Ich befand mich damals gerade in Toronto, wo ich auf einer der Hay-House-Konferenzen einen Vortrag halten sollte. An diesem Tag hielt ich eine meiner besten Reden! Ich spürte, wie die Energie in der Veranstaltungshalle stark anstieg, und erlebte eine enge Verbundenheit zu den über viertausend Teilnehmern. Unmittelbar nach meinem Vortrag verließ ich die Halle, weil ich schnell meine Sachen zusammenpacken musste, um meinen Flieger nicht zu verpassen. Es war der letzte Konferenztag, und die meisten anderen Redner waren bereits abgereist oder im Aufbruch. Nur drei von uns hielten sich noch in der Lounge auf. Als ich meinen Mantel anzog, nahm ein Mann etwas von einem der Tische und sagte: »Gabby, ich habe das hier gefunden. Ich weiß nicht genau, warum, aber ich glaube, es ist für dich.« Er gab mir einen kleinen Engelsflügel-Talisman, auf dessen Rückseite das Wort *Glaube!* stand.

In diesem Moment wusste ich, dass ich mein kleines Geschenk vom Universum bekommen hatte. Dass es sich ausgerechnet um einen Engelsflügel handelte, bedeutete mir besonders viel, weil ich oft die Anwesenheit von Engeln in meiner Nähe fühle. Und das Universum spricht stets auf eine Weise zu uns, die gemäß unserer Kernglaubenssätze für uns relevant ist. Nicht nur war der Engelsflügel für mich bedeutsam, sondern auch das Wort *Glaube!* hatte eine starke Wirkung auf mich. Als ich diesen Wink vom Universum erhielt, befand ich mich gerade in der ersten Woche nach dem Erscheinen meines neuen Buches. Es fiel mir schwer, fest daran zu glauben, dass alles wie geplant laufen würde. Diese Engel-Botschaft, dass ich glauben sollte, war genau das, was ich brauchte, um darauf zu vertrauen, dass die Dinge sich gut entwickeln würden. Pams Experiment erinnerte mich daran, dass das Universum uns stets zur Hilfe kommt, wenn wir diese Hilfe besonders dringend benötigen.

Auch wenn mir solche Augenblicke wohlvertraut sind, muss ich doch jedes Mal lächeln, wenn es geschieht. Ich habe mein Leben dem Glauben an die Macht unserer Energie und unserer positiven Absichten gewidmet, und ich bin eine langjährige Studentin der Metaphysik und des Gesetzes der Anziehung. Trotzdem passiert es mir manchmal, dass ich vergesse, wie sicher und machtvoll wir geführt werden und wie das Universum immer darauf wartet, dass wir aufmerksam auf seine Botschaften achten. Unsere Arbeit als spirituelle Schülerinnen und Schüler ist eine Reise, auf der wir die Angst verlernen und uns an Wunder erinnern. Und Pam Grout ist die perfekte Lehrerin, um unsere Fähigkeit des Erinnerns zu schärfen.

Was ich an Pam besonders bewundere, ist die große Hingabe, mit der sie Menschen dazu anleitet, ihre Wahrnehmung zu ver-

ändern und ihren Glauben zu stärken. Sie ist eine Meisterin der Manifestation und der lebende Beweis für alles, was sie lehrt. In ihrem neuen Buch E^2+ führt sie uns auf eine ganz neue Ebene unserer wunderbaren Manifestationskräfte. Ganz gleich, ob Sie bereits über große Erfahrung auf dem Gebiet der Manifestation verfügen oder ob dies völliges Neuland für Sie ist, E^2+ ist ein Muss, denn es hilft Ihnen wunderbar, Ihren Glauben an die Kraft der positiven Absicht zu stärken. Diese Art zu leben erfordert Übung (die meisten von uns stecken auf so vielfältige und subtile Weise in der Angst fest, dass wir eine Menge verlernen müssen, um an unsere positiven Kräfte zu glauben), und genau das bieten Ihnen E^2+ und Pam. Das Beste daran ist, dass Pams Übungen und Experimente nicht nur äußerst wirkungsvoll sind, sondern sie sind außerdem leicht zu lernen und machen viel Spaß. Wenn wir uns für die natürliche Ordnung oder das Gesetz der Anziehung öffnen, lernen wir, dass wir die Macht besitzen, Mitschöpfer unserer Realität zu sein. Dann wird das Leben wirklich cool! Die Macht unserer Gedanken und Absichten zu nutzen, um uns ein wirklich wunderbares Leben zu erschaffen, ist eine Kunst. Es ist ein aufregendes Abenteuer, uns unsere größte ungenutzte Ressource zu erschließen: unsere Gedanken und unsere Energie.

Der *einzig*e Grund dafür, dass Sie sich dieses nie versiegenden Stroms der Segnungen und Wunder nicht bewusst sind, besteht darin, dass Sie am falschen Ort suchen. Es braucht nur ein wenig Bereitschaft und Bewusstheit, dann können erstaunliche Dinge geschehen. Wie Wayne Dyer oft sagt: Man muss es glauben, dann wird man es sehen.

Die Experimente in E^2+ öffnen uns die Augen und zeigen uns einen faszinierenden Weg, wie wir uns darin üben können, den Fluss der Fülle und Synchronizität ständig in Gang zu halten.

E²+

Genießen Sie also den Prozess, vertrauen Sie sich Pams Führung an und erwarten Sie Wunder!

Gabrielle Bernstein

Autorin des Bestsellers *Du bist dein Guru*

EINLEITUNG

»Eines Tages gelangst du an den Punkt, wo für dich zweifelsfrei feststeht, dass du nicht in dein altes Leben zurückkannst. Du kannst nicht mehr der Mensch sein, der du früher warst. Du führst ein neues Leben voller neuer Schätze und Wunder.«

*Julie McIntyre, Direktorin des
CENTER FOR EARTH RELATIONS*

Ehe ich mich ernsthaft dem Studium von Helen Schucmans spirituellem Werk *Ein Kurs in Wundern* widmete, war ich eine Person, der das Wort »Loser« quasi auf die Stirn geschrieben zu sein schien. Damals hatte mein aktueller Freund, der letzte in einer langen Reihe von glücklosen Beziehungen, mich gerade aus dem Haus geworfen, in dem wir im ländlichen Connecticut zusammengewohnt hatten.

Obendrein war ich im siebten Monat schwanger, (offensichtlich) unverheiratet, und hatte nicht die leiseste Ahnung, wie es mit meinem Leben weitergehen sollte. Schlimmer noch: Wir hatten Mitte Juli, und die Klimaanlage des kleinen blauen Toyota, in den ich meine irdischen Besitztümer gestopft hatte, war kaputt. Bei einer Durchschnittstemperatur von 38 Grad Celsius ging ich, dick wie ein Haus, auf Überlandfahrt mit Breckenridge, Colorado, als grober Zielvorgabe.

Es war offensichtlich, dass es mit mir so nicht weitergehen konnte!

In *Ein Kurs in Wundern*, einem Selbstlernprogramm in spiritueller Psychologie, las ich die dreiste Behauptung, ich wäre für den Schiffbruch meines Lebens selbst verantwortlich. Trotzdem beschloss ich, mich diesem Kurs ernsthaft und konsequent zu

widmen. Es hieß dort, ich sollte mich einfach von meinen verrückten Fixierungen lösen – meine »Er hat mich mies behandelt«-Blockaden und den ganzen anderen Unsinn darüber, wie es in der Welt angeblich zugeht. Wenn ich das täte, würde ich glücklich werden. Dem *Kurs* zufolge gab es nur einen einzigen Grund dafür, dass ich nicht in einer wunderbaren Liebesbeziehung und angenehmem Wohlstand lebte: mein Bewusstsein, das sich in einem ständigen Alarmzustand befand. Mein gewohnheitsmäßiges Denkmuster besagte, dass die ganze Welt sich gegen mich verschworen hatte.

Das, was im *Kurs in Wundern* gelehrt wurde, stellte, kurz gesagt, das gesamte Fundament meines Lebens infrage.

Dagegen sträubte ich mich zunächst heftig.

Meine Gespräche mit JC und Holy S, wie ich meine *Kurs*-Kameraden nannte, liefen anfangs in etwa folgendermaßen ab:

Ich: »Aber was ist mit meinen vielen Problemen? Ich muss sie analysieren und in Ordnung bringen.«

»Lass sie einfach los«, suggerierte mir der *Kurs*.

Ich: »Aber was ist mit Gut und Böse, Richtig und Falsch?«

»Es bringt nichts, wenn du versuchst, dein eigener Lehrer zu sein«, riet mir der *Kurs* unmissverständlich.

Ich: »Aber ... aber ...«

Langsam, Stück für Stück, gab ich meine alten Glaubenssätze und geistigen Konstrukte auf. Allmählich dämmerte mir, dass ich, wenn ich fähig war, ein solches fortwährendes Desaster zu erschaffen, doch ebenso gut fähig sein musste, mir ein schönes Leben zu erschaffen. Tatsächlich wurde im *Kurs in Wundern* glasklar versprochen: »Perfekter Frieden und perfekte Freude ste-

hen dir von Geburt an zu.« Alles, was ich dafür tun musste, war, meinen Glauben an Verlust und Mangel aufzugeben.

Ich: »Aber das ist so schwierig!«

Der Kurs: »Es ist nicht schwierig. Es ist dein natürlicher Zustand. Er unterscheidet sich nur stark von der Art und Weise, wie die meisten Menschen gewohnheitsmäßig denken.«

Durch den Kurs lernte ich außerdem, dass ich gar nicht wirklich dieses große blonde weibliche Wesen bin, das ich täglich im Spiegel erblicke. Die deprimierte schwangere Frau, die in einem blauen Toyota durchs Land fuhr, war bloß eine falsche Identität. Sie war mir von einer Welt anezogen worden, die Getrenntheit und Beschränkung anbetet.

Und indem ich mich auf mein kleines, ängstliches Ich fixierte, vergaß ich meine Verbundenheit mit dem viel, viel größeren Phänomen, das manche Leute Gott nennen.

Durch diese Fixierung hatte ich mich in einem hinfälligen Körper eingekerkert, der niemals gut genug sein würde, ganz gleich wie viele Gesichtscremes ich benutzte, wie oft ich beim Yoga den herabschauenden Hund übte oder wie viele Wayne-Dyer-Bücher ich las (und ich las eine Menge).

Und genau darum geht es in diesem Buch: Wir werden geistige Konstrukte niederreißen, mit denen wir uns viel zu lange selbst eingekerkert haben. Wir werden unseren Fokus von dem begrenzten Selbst weglenken, das wir im Spiegel sehen, und ihn auf das wunderbare Feld des Potenzials (FP) richten, das es uns ermöglicht, mit Allem-was-ist in Kontakt zu treten.

Ich weiß, dass dieses Buch von den Buchhandlungen in der Kategorie Selbsthilfeliteratur einsortiert werden wird, und das

ist okay. Aber, ehrlich gesagt, geht es in E²⁺ gerade *nicht* darum, sich selbst zu helfen! Es geht *nicht* darum, dass Sie Ihre eigenen Entscheidungen treffen oder davon ausgehen, selbst am besten zu wissen, was richtig für Sie ist.

Es geht darum, loszulassen, alte geistige Konstrukte aufzugeben und sich völlig jener all-liebenden, allmächtigen Energiekraft anzuvertrauen, die größer, kühner, klüger und, ja, rätselhafter ist als alles, was Sie bisher kannten. Diese Heilige Supermacht ist das Leben selbst. Das Leben, das – ganz egal hinter wie vielen Wällen wir uns verschanzen, ganz egal welche heftigen Bauchlandungen wir produzieren – immer da ist und uns mit offenen Armen empfängt.



1. TEIL

BAZINGA!

»Unter all den sinnlosen Gedanken und verrückten Ideen,
mit denen du deinen Geist vollgestopft hast,
liegen die Gedanken, die du am Anfang mit Gott* dachtest.«

Ein Kurs in Wundern

* alias das Feld des Potenzials (FP), das Universum, der Göttliche Geist, der Dude, Quanten-Fred (Spitzname, den meine neue Freundin Colette Baron-Reid IHM verliehen hat)

HOUSTON, WIR HABEN EIN PROBLEM

1

»Schauen Sie sich uns doch an! Alles läuft verkehrt. Alles steht Kopf. Die Religionen zerstören Spiritualität, Ärzte zerstören die Gesundheit, und Regierungen zerstören Freiheit.«

*Michael Elinor,
Vorsitzender von HEAL, einer gemeinnützigen
Gesellschaft für Gesundheitserziehung*

Ich weiß, was Sie jetzt denken: Mit diesem Buch stimmt etwas nicht. Der Text ist verkehrt herum gedruckt ... oder er steht Kopf. Vielleicht kichern Sie jetzt in sich hinein und fragen sich, wessen Kopf deswegen wohl rollen wird – der des Setzers oder des Druckers oder gar des freundlichen Mitarbeiters Ihres Buchladens?

Also will ich Ihnen gleich hier im dritten Absatz reinen Wein einschenken: Diese Passage wurde *absichtlich* auf dem Kopf stehend gedruckt. Ich wollte es so, um Ihnen ein AHA-ERLBENNIS zu ermöglichen.

Ich will an dieser Stelle unverblümt eine Warnung aussprechen: Falls Sie nicht damit aufhören, dieses merkwürdige, auf dem Kopf stehende Buch zu lesen, wird die weitere Lektüre Ihre gesamte Weltsicht auf den Kopf stellen. Denken Sie daran, wie in *Der Exorzist* Linda Blairs Kopf rotierte, und machen Sie sich auf eine kräftige Ladung grüne Erbsensuppe gefasst!

Wenn Sie dieses Buch in der U-Bahn oder in einem Café lesen und sich gerade eben Sorgen machten, dass die Leuten denken könnten: *He, die ist wohl Analphabetin oder warum hält sie ihr Buch verkehrt herum?* – dann gibt es zwei Dinge, die ich Ihnen sagen möchte:

1. Es spielt keine Rolle, was andere Leute denken. Das ist Teil Ihrer althergebrachten Konditionierung, die Sie unbedingt in den nächsten Mülleimer werfen sollten. Wenn Sie Ihre Umgebung *wirklich* beeindrucken wollen, recken Sie jedes Mal, bevor Sie eine Seite umblättern, die Fäuste in die Luft, mit einem durchtriebenen Lächeln auf den Lippen. Je mehr Sie an dem festhalten, was Sie wirklich denken wollen (und damit das klar ist – Sie allein treffen diese Entscheidungen), und je weniger Sie dem Glauben schenken, was alle anderen denken, desto schneller kann sich Ihr höchstes Wohl manifestieren.

2. Es kommt allein darauf an, was Sie denken. Und das meine ich ganz wörtlich. Sie bekommen, was Sie denken. Und in diesem Buch geht es vor allem darum, wie Sie Ihr Denken optimieren können. Es geht um ein Bewusstseins-Upgrade. Das Weltbild 2.0 wartet auf Sie! Gehören Sie zu den ersten Anwendern. Früher oder später werden sowieso alle die neue Realität übernehmen. Wozu also noch warten?

Und was genau ist das Weltbild 2.0?

»Lass mich nur die Freude als Wahrheit akzeptieren.«

Ein Kurs in Wundern

Um es auf den Punkt zu bringen: Dieses neue und verbesserte Weltbild ist das genaue Gegenteil – oder die Umkehrung – von allem, was Sie heute zu wissen glauben.

Es beruht auf zwei zentralen Prinzipien:

1. Die energetische Welt, jene Welt, die Sie nicht sehen, anfassen, schmecken oder riechen können, ist das Fundament, auf dem alles andere ruht. Sie ist der Grundstoff, aus dem alle Materie hervorgeht. Die Wissenschaft hat diese Energiematrix (oft einfach »das Feld« genannt) schon vor hundert Jahren entdeckt, aber weil sie unser bisheriges Weltbild so völlig auf den Kopf stellt und uns so viele neue Türen öffnet, nutzen erst sehr wenige von uns die enormen Möglichkeiten, die diese Kraft für uns bereithält.

Auch hundert Jahre später sind die meisten von uns immer noch ganz auf die materielle Welt fixiert. Das ist ein bisschen, als würden wir Willi Kojote bei seiner Jagd auf den Road Runner die Daumen drücken. Trotz all seiner kunstvoll ausgearbeiteten Pläne und komplizierten Fangvorrichtungen gelingt es dem Kojoten doch nie, den Road Runner zur Strecke zu bringen. Und die Sturheit, mit der wir an unserem Glauben an die festgefügte, maschinenartige Welt als einzig gültiger Wirklichkeit festhalten, bewirkt, dass wir immer noch in den spirituellen Windeln stecken.

Die spirituelle Welt, jene Welt, die die meisten von uns nicht sehen können, verbindet uns mit einem unendlichen Bewusstsein, dessen Kreativität keine Grenzen gesetzt sind.

2. Uns alle erwartet ein Happy End. Alles in der nicht materiellen Welt ist kooperativ, benutzerfreundlich und auf die Erschaffung von Win-win-Situationen ausgelegt. Und die reale Welt ist, wenn man sie ganz ohne Scheuklappen betrachtet, in keiner Weise so, wie Sie denken. Sie entspricht nicht der Filmkulisse, die Sie sich erschaffen haben, damit sie Ihnen als »Realität« dient. Unabhängig davon, wie das Leben dem bloßen Auge erscheinen mag – in seiner puren, unveränderten Form (wenn es nicht von der Weltanschauung »Das Leben ist Mist und endet mit einem kümmerlichen Tod« überlagert wird) ist es ein brodelnder Kessel von Möglichkeiten, komponiert aus reiner, vollkommener Liebe.

Dass uns dennoch Kummer, Mangel und Tod begegnen, ist Beweis für unser unzureichendes Bild der Wirklichkeit. Wir sind auf eine sehr schmale Bandbreite von Erfahrungen fokussiert und leugnen die vielen Dimensionen, die jenseits dessen existieren, was für unsere fünf körperlichen Sinne wahrnehmbar ist.

Unsere Ignoranz führte zu einer Weltsicht, die ganz auf Probleme, Ängste und unser Bestreben fixiert ist, uns vor allem zu schützen, was schiefgehen *könnte*. Sie hat uns dazu gebracht, uns vom großen Ganzen zu isolieren und zu glauben, dieser sehr enge Bildausschnitt, in dem wir uns Menschen als vom ganzen Rest abgetrennte Wesen wahrnehmen, wäre alles, womit wir arbeiten können.

Das führt dazu, dass wir unser enormes, unerschöpfliches Bewusstsein dazu benutzen, ständig nach Fluchtwegen Ausschau zu halten. Jede Minute, die wir damit vergeuden, mit dem Schlimmsten zu rechnen und uns Katastrophenszenarien auszumalen, untergräbt unsere Fähigkeit, das Wahre und Schöne zu erschaffen. Mit jeder Minute, die wir uns sorgen, errichten wir Barrieren

zwischen uns und all den Zeichen und Chancen und auch, ja, der überströmenden Liebe, die zu nichts anderem da ist, als uns Freude zu bereiten. Wir haben die Straßenkarte der Wahrheit durch vermeintliche »Fakten« verzerrt, die allein auf unserer negativen Orientierung beruhen. Wenn wir dann unerfreuliche Erfahrungen machen (was unvermeidlich ist, denn unser Bewusstsein, so verirrt und desorientiert es auch sein mag, ist mächtig), fühlen wir uns in unserer negativen Weltsicht bestätigt. Wir denken: *Siehst du? Habe ich es dir nicht gesagt?*

Doch wie Sie durch das Weltbild 2.0 lernen werden, handelt es sich bei dem Paradigma »Das Leben ist Mist und endet mit einem kümmerlichen Tod« lediglich um eine Fiktion, eine Ansammlung von fabrizierten Lügen, die wir uns seit mindestens ... nun, ich weiß es nicht ... vierzigtausend Jahren erzählen!

Von früher Kindheit an werden wir darauf trainiert, die Welt durch die grau getönte Brille von Entbehrung und Schmerz zu betrachten. Wir bekommen Fleißpunkte für jedes Problem, das wir finden. Im Leben Gutes zu erwarten und davon auszugehen, dass sich die Dinge aufs Beste entwickeln, klingt gefährlich danach, dass wir »die Augen vor der Wirklichkeit verschließen«. Es gibt starke Vorbehalte gegen zu viel Optimismus und Glückseligkeit.

Selbst Therapeuten, die doch eigentlich von sich behaupten, unser Leben besser machen zu wollen, ermuntern uns dazu, alte Probleme auszugraben und die Leichen anzuschauen, die im Keller unseres Unterbewusstseins lauern. Sie klopfen uns auf die Schulter, wenn wir zugeben, keinen Ausweg aus unseren Problemen zu wissen und schrecklich zu leiden.

Aber das ist alles nicht wahrer als die zurzeit so populären Zombiefilme.

Wie gedeiht Ihr geistiger Garten?

»Die Wirklichkeit wartet geradezu darauf,
dass wir beherzt zugreifen.«

Melissa Joy, Präsidentin von Matrix Energetics

Im Weltbild 2.0 werden Sie schnell zu der Erkenntnis gelangen, dass unser Leben dazu gedacht ist, mit Überschwang und Freude gelebt zu werden, und dass »Folge deiner Freude« keine Autoaufkleber-Plattitüde ist, sondern eine vernünftige und sinnvolle Lebensstrategie. Wenn Ihr Leben anders aussieht, dann ist bei Ihnen, wie es der Fernsehjournalist und Emmy-Preisträger Andy Cordan gerne ausdrückt, etwas durcheinandergeraten. Wenn Sie keine täglichen Wunder erleben – wenn Sie nicht jeden Morgen voller Leidenschaft und Lebenslust aufwachen –, leben Sie in einem Horrorfilm, den Sie zu Ihrer eigenen Unterhaltung selbst erschaffen haben.

Und genau das möchte ich mit E^2+ beweisen. Die alte Art zu denken hat sich überlebt, und jetzt drängt eine höhere Wirklichkeit in unser Bewusstsein. Alles, was wir dafür tun müssen, ist, unsere Neigung zum Drama hinter uns zu lassen und zu erkennen, dass der Zombiefilm, den wir für die Wirklichkeit halten, langweilig und vollkommen überflüssig ist.

In diesem Buch werde ich Sie daher bitten, Weltbild 1.0 für eine Weile zu deaktivieren und die neun Experimente im zweiten Teil des Buches durchzuführen. Ich empfehle Ihnen, wenigstens während der dreißig Tage, die nötig sind, um sich mit den Experimenten vertraut zu machen, Ihre alten Glaubenssätze auszuschalten und vermeintliche Gewissheiten und absolute Wahrheiten an der Garderobe abzugeben.

In E^2 , dem Buch, das diesem vorausging, habe ich darauf hingewiesen, dass die Energie sich zu jeder Struktur formt, die unser Bewusstsein vorgibt. Ohne die formgebende Tätigkeit unseres Bewusstseins verbleibt die Welt in einem zeitlosen, raumlosen Zustand sich unaufhörlich verwandelnder Möglichkeiten. Wenn unsere begrenzte Wahrnehmung eine Energiestruktur erschafft, die die unerschöpfliche Substanz, in der wir leben, negiert, enden wir in einer kleinen, oft furchterregenden Wirklichkeit. Es scheint dann, als hätten wir keine Wahl. Wir erkennen nicht, dass wir diesen Zustand selbst erzeugt haben. Negativität, schlau als »Realität« getarnt, ist zu einem Konstrukt geworden, das wir, wie Harry Potters Zaubermantel, nicht mehr sehen können.

In E^2 habe ich die Leser ermutigt, die Welt durch eine andere Brille zu betrachten. Statt dem populären Paradigma des *Was kann schiefgehen?* zu folgen, sollten sie sagen: *Was kann gelingen?* E^2 lieferte die Stützräder, um sich in die neue Realität vorzuwagen. In E^2+ werden wir nicht nur ohne Stützräder fahren – wir werden fliegen!

Quantenabenteuer

»Wir können uns nicht länger als bloße Zuschauer betrachten
ohne Einfluss auf die Welt, die wir beobachten.
... Der bloße Akt der Beobachtung ist ein Schöpfungsakt.«

John Wheeler, amerikanischer theoretischer Physiker

Wir leben in einem Quantenzeitalter, wo die Leute einander in Sekundenschnelle Textnachrichten um den Globus schicken, Netzhautablösungen mit Laserstrahlen reparieren und mittels kleiner, handgroßer Geräte Rabatte durch Coupons erhalten

können. Doch in unserem Denken, in der Anwendung dieser neuen Wahrheiten, hinken wir beträchtlich hinterher. Wir folgen immer noch den Denkmustern des Industriezeitalters. Wir machen keinen Gebrauch von der unglaublichen Macht unseres Bewusstseins – dieses Bewusstseins, das Welten erschaffen kann.

Wir leben schon mehr als ein Jahrhundert in der neuen Quantenwirklichkeit, doch in unserem Denken haben wir uns kaum bewegt. Damit, diese erstaunlichen neuen Prozesse in unser persönliches Leben zu integrieren, haben wir überhaupt noch nicht begonnen. Stattdessen konzentrieren wir unsere Gedanken – also unsere schöpferische Kraft – darauf, uns als Opfer der Umstände zu fühlen, das heißt auf die Idee, dass unser Leben uns *zustößt*. Diese verzerrte Wirklichkeitswahrnehmung wäre nicht weiter schlimm, wenn unsere Gedanken nichts als Rauchwölkchen wären, die der nächste Windhauch davonweht.

Doch unsere Gedanken sind unglaublich mächtig.

Wie Funksignale übermitteln unsere Gedanken unsere Überzeugungen und Erwartungen hinaus ins Quantenfeld (das ich das Feld des grenzenlosen Potenzials, FP, nenne). Und sie ziehen das in unser Leben, was exakt der von uns ausgestrahlten Schwingung entspricht. Quantenphysiker haben bewiesen, dass es uns unmöglich ist, etwas zu beobachten, ohne es zu beeinflussen. Man nennt das den *Beobachtereffekt*. Dieser Effekt stellt so ziemlich alles auf den Kopf, was wir bislang darüber zu wissen glaubten, wie die Welt funktioniert. Aber die Möglichkeiten, die er uns eröffnet, sind geradezu schwindelerregend! Denn er bedeutet:

1. Wir stecken nicht in der 3-D-Realität fest, von der wir dachten, sie wäre alles, was es gibt.
2. Wir sind keine hilflosen Opfer.

3. Und eine ganze Schar von Multidimensionen wartet nur darauf, von uns kreativ genutzt zu werden.

Alles, von dem wir glauben, es existiere »dort draußen« in einer objektiven Welt, ist lediglich ein Spiegelbild unserer Innenwelt. Und mit »Innenwelt« meine ich das beobachtende Bewusstsein.

Wenn Ihre Gedanken auf Freude, Liebe und Frieden fokussiert sind, werden Sie Freude, Liebe und Frieden erleben. Aber wenn Ihr Bewusstsein weiterhin auf »Radio Alltagswahnsinn« eingestellt ist – den beherrschenden Soundtrack unserer Kultur, das Dauerprogramm von Schmerz und Mangel –, was werden Sie dann erleben?

*Was haben Ihre Gedanken denn
da schon wieder an Land gezogen?*

»Die Getrennten haben viele ›Heilmittel‹ für das erfunden,
was sie als ›die Krankheiten der Welt‹ ansehen.

Das Einzige aber, was sie nicht tun, ist,
die Wirklichkeit des Problems infrage zu stellen.«

Ein Kurs in Wundern

Unser Bewusstsein ist wie die Katze, die uns stolz die Mäuse oder Jungvögel vor die Tür legt, die sie gierig gefangen hat. Auf diese Weise sagt sie uns: *Hier, mein mir höriger Besitzer, schau, was ich dir mitgebracht habe!*

Dass Sie mit Ihren Gedanken einen solchen Einfluss ausüben können, ist total cool. Es bedeutet nämlich, dass Sie mit einer halbwegs aktiven Imagination so ziemlich alles erschaffen können, was Ihr Herz begehrt. Wenn Sie Ihre Gedanken als Späher

und Pfadfinder hinaus ins Quantenfeld schicken, werden sie Ihnen Reichtümer aller Art nach Hause bringen. Fragen Sie die Leserinnen und Leser von *E²*: Deren unaufhörlich expandierendes Bewusstsein hat schon alles Mögliche manifestiert – von Auftritten in der *Dr. Oz Show* über sechs Tesla-Roadster bis zu exzellenten Literaturagenten.

Die Kundschafter-Fähigkeiten Ihrer Gedanken haben allerdings einen Nachteil. Wenn Ihre Sicht auf die Welt, auf sich selbst und alles dazwischen sehr stark von der Vergangenheit beeinflusst ist, einem altmodischen Paradigma aus Mangel, Einschränkung und geistiger Verstopfung, dann werden Ihre Gedanken Ihnen, wie die Katze, eine Menge geschundene Mäuse und zerrupte Vögel vor die Tür legen.

Statt die Fülle der Welt zu genießen, statt jeden Tag als brandneue Gelegenheit zu betrachten, den Seelen-Boogie der Freude zu tanzen, bringen Ihre Gedanken Ihnen den immer gleichen stinkenden, verlausten Mäusemüll nach Hause.

Ich möchte mit dem Fuß aufstampfen und rufen: »Hört sofort auf damit!«

Stattdessen habe ich dieses Buch geschrieben.

Und was jetzt?

»Lerne fliegen, Baby!«

Tama Kieves, früher Anwältin, heute Lebens-Coach

Die *wahre* Realität (dass wir alle eins sind, dass die Welt unendlich reich ist und immer für uns sorgt und dass letztlich immer Liebe die Antwort ist) wird gegenwärtig von immer mehr Menschen überall auf dem Planeten entdeckt, von Individuen, die

aufstehen und erklären: »So, wie die Dinge bisher laufen, kann es nicht richtig sein. Es muss einen besseren Weg geben!«

Wie ich es sehe, gibt es nur zwei Dinge, die wir wissen müssen:

1. Das Universum ist immer auf unserer Seite.
2. Alles wird gut.

Das sind gerade einmal zehn Worte! Und ansonsten geht es nur darum, richtigen Gebrauch von der Technik zu machen, die darin besteht, dass wir unsere Gedanken als Kundschafter ausschi-cken, um uns Dinge aus dem Feld des unendlichen Potenzials zu beschaffen. Und ja: Ich stelle Ihnen in diesem Buch neun weitere Energie-Experimente vor. Die besonders Ehrgeizigen dürfen sich sogar an der Aufgabe versuchen, Wasser in ihren Lieblingswein zu verwandeln. Aber hauptsächlich geht es in diesem Buch da-rum, wie Sie die Kundschafter (also Ihre Glaubenssätze, Ihre all-mächtigen Schwingungswellen) ausschicken können, um für Sie die Dinge zu finden, die Sie sich wünschen. Und es geht darum, zu begreifen, dass Freude Ihr natürlicher Zustand ist und dass sie auf dieser irdischen Reise Ihr Leitstern sein sollte. Freude zu er-leben und sich gut zu fühlen ist Ihre Bestimmung. Deshalb sind Sie hier. Das ist das Geheimnis hinter allem.

Wenn Sie meinen Blog auf www.pamgrout.com verfolgen (und wenn nicht, habe ich eine sehr wichtige Frage: *Warum noch nicht?* – Ich lade Sie hiermit herzlich ein! Gönnen Sie sich diese Freude), wissen Sie vermutlich, dass ich E² bereits vor neun Jahren schrieb. Das Buch erschien, unter einem anderen Titel, ungefähr zur gleichen Zeit wie der Film *The Secret*, also noch vor dem Buch zum Film und all den Klonen, die darauf folgten. Doch statt ein großes Publikum zu inspirieren, wie ich gehofft hatte,