



## Warum dieses Buch?

Warum habe ich dieses Buch geschrieben? Weil ich über 30 Jahre mein Wissen angesammelt habe – durch das Studium der Lehren vieler bedeutender Persönlichkeiten wie Neville Goddard, Bob Proctor, Louise Hay, Roy Martina, Rhonda Byrne, Kurt Tepperwein, Esther Hicks, Robert Betz, Joe Dispenza, Clemens Kuby, Marie Kondo usw. Jede dieser Personen hat mir auf ihre Weise wertvolle Einblicke in die Macht der Gedanken, die Energie des Lebens und die Möglichkeiten bewusster Schöpfung gegeben. Ihre Lehren haben mich inspiriert, die vermittelten Prinzipien in meinem Leben zu erforschen und anzuwenden. Darüber hinaus haben mich Bücher wie „The Secret“, „Denke nach und werde reich“ von Napoleon Hill, „Freu dich des Lebens“ von Dale Carnegie, „Sorge dich nicht, lebe!“ ebenfalls von Dale Carnegie usw. in meiner Denkweise geprägt. Mein besonderer Dank gilt Valentina-Isis Sommer, deren Gedankenwelt und Ausdruckskraft diesem Buch Tiefe und Inspiration verliehen haben. Ihre Worte und Ideen haben auf wundervolle Weise dazu beigetragen, dieses Werk zu formen und ihm eine ganz besondere Note zu verleihen. Dieses Wissen ist zu einem festen Bestandteil meines Lebens geworden. Doch jetzt, nach all den Jahren, bin ich an einem Punkt angelangt, an dem ich nicht nur konsumieren, sondern umsetzen möchte. Ich habe entschieden, mein eigenes Buch zu schreiben, um dieses jahrzehntelang angesammelte Wissen auf eine Art und Weise weiterzugeben, die praxisnah und **umsetzbar** ist. Dieses Werk ist das Ergebnis eines Lebens voller Suche, Lernen und Anwendung. Es ist eine Einladung, die Prinzipien bewusster Schöpfung kennenzulernen und zu nutzen, um das eigene Leben zu transformieren. Es ist keine Ansammlung von Theorien, sondern eine Sammlung von Werkzeugen, die ich selbst

getestet und angewendet habe. Mein Ziel ist es, anderen zu helfen, ihre eigene Macht zu entdecken und zu nutzen – eine Macht, die in jedem von uns steckt. Es ist der Ausdruck dessen, was ich gelernt habe, und ein Versprechen an mich selbst, konsequent zu handeln, das Gelernte anzuwenden und niemals aufzuhören, zu wachsen. Ich hoffe, dass es für dich genauso inspirierend und bereichernd sein wird, wie es für mich war, es zu schreiben.



Nädeli

nadilion004@outlook.com

Folge mir auf Social Media für tägliche Impulse & Inspiration:

🍀 Instagram: @naedelis\_worte

🍀 TikTok: @naedelis\_worte



© 2025 Nädeli

Umschlag, Illustration: Nädeli

Übersetzung auf Italienisch und Englisch: Nädeli

Werden bald erscheinen

Druck und Distribution im Auftrag der Autorin:  
tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg,  
Deutschland

ISBN

Softcover ISBN 978-3-384-51562-9

Hardcover ISBN 978-3-384-51563-6

e-Book ISBN 978-3-384-51564-3

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist die Autorin verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne ihre Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag der Autorin, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland

# **Schöpferkraft: Manifestiere dein bestes Leben**

**Dein Handbuch zur  
bewussten Schöpfung und  
Manifestation**

Inspiriert durch  
Neville Goddard

## Inhaltsverzeichnis

Warum dieses Buch?	2
Die Macht der Vorstellungskraft	12
Was ist kreative Vorstellungskraft?	14
Die Macht in dir	14
Das Erwachen – Die erste Wahrheit	17
Die unsichtbare Macht: Wie Unterbewusstsein und Bewusstsein dein Leben steuern	18
Die Kraft der Visualisierung	22
Handeln im Einklang mit deiner Vision	23
Alles beginnt mit deinem Fokus	24
Die Aktivierung	26
Tania lernt Deutsch: Manifestation und Vorstellungsgespräch	28
Die Macht deiner Energie	30
Die Kraft der positiven Ausrichtung	32
Wer möchtest du sein	33
Dein erster Schritt	34
Mein persönlicher Weg	35
Der Weg vom Ist- zum Wunschzustand	35
Warum diese Übung so wichtig ist	35
Die Übung: Zwei Schritte zur inneren Klarheit	36
Schritt 1: Die Seite der Reflexion	36
Schritt 2: Die Seite der Vision	37
Warum diese Übung so kraftvoll ist	37
Schritt 1: Der Ist-Zustand	38
Schritt 2: Der Wunschzustand	39
Warum Dankbarkeit so kraftvoll ist	41
Die Macht der Wiederholung und positiven Affirmationen	42
Anwendung im Alltag	42
Schritt 3: Wie fühlst du dich in der neuen Situation?	44
Weitere Wiederholungen während des Tages	44
Die „Ist-es-nicht-wundervoll“-Methode	45
Praktische Beispiele und Anwendungen Affirmationen im Alltag	46
Das Erfolgsergebnis	47
Ein Beispiel für Gesundheit	52

Lass los und beobachte, was geschieht	52
Lass den „Wie“-Prozess los: Fokussiere dich auf das „Was“ und überlasse den Rest dem Universum	53
Die Wahrheit hinter deiner Realität	55
Was wir in der Schule nicht lernen – Leitfaden für das Leben	55
Die unsichtbaren Lektionen des Lebens	55
Der Umgang mit Emotionen	56
Freude als bewusste Entscheidung	56
Transformation – Aus Herausforderungen wachsen	57
Gesundheit beginnt im Kopf	58
Die Kraft der Verbindung	58
Warum dieses Wissen unverzichtbar ist	59
Geduld, Beharrlichkeit und Konstanz sind entscheidend	59
Praktische Übung zur Verankerung	60
Dein innerer Garten blüht mit Zeit und Pflege	60
Geduld, bewusste Entscheidungen und der Fokus aufs Ziel	61
Die Kraft der Akzeptanz – Ängste ehrlich betrachten	62
Die Sonne und der Fokus – Deine neue Geschichte schreiben	63
Beispiele aus anderen Lebensbereichen	64
Entspannen und Distanz schaffen	65
Geduld mit dir selbst – kleine Schritte führen ans Ziel	66
Die Energie der Schwingung	67
Wie du deine Schwingung bewusst veränderst	68
Deine Realität ist dein innerer Spiegel	68
Leben in der Frequenz der Erfüllung	69
Praktische Erinnerung für jeden Tag	69
Weg von der Kontrolle – Vertrauen statt Mangeldenken	70
Das Geheimnis: Fühle den Zustand des erfüllten Wunsches	70
Du bist bereits in deinem perfekten Körper	71
Die Energie des „Schon-Ichs“	71
Deine neue Geschichte	72
Der Weg der Leichtigkeit	72
Wie deine Vorstellungskraft Realität erschafft	73
Du bist schon auf dem Weg	73
Sorgen loslassen – Heilung für dich und deine Familie	73
Worte der Ermutigung in schweren Zeiten	74

Warum Loslassen dich stärkt	76
Wenn dich andere verletzen – dein innerer Schutzschild	79
Wie du Sorgen wirklich loslassen kannst	80
Gib dein Bestes – Entfalte dein volles Potenzial	81
Mentale Überlastung und körperliche Anspannung – Wege zur inneren Ruhe	84
Angst loslassen – Liebe wählen	87
Der Ursprung des schöpferischen Seins	89
Die Brücke zwischen Welten	90
Dankbarkeit – Der Schlüssel zur Veränderung	91
Die „Ist-es-nicht-wundervoll“-Methode	93
Routinen für ein bewusstes Leben	96
Die Kraft des Loslassens	99
Die Macht der Affirmationen	101
In der Stille liegt die Kraft	103
Die Magie der Intuition	105
Essenszeiten und Kontrolle – Wie bewusste Ernährung dir innere Balance schenkt	107
Wenn der Körper spricht – Emotionale Belastungen erkennen – Heilung durch inneren Frieden	110
Das Rad der Wiederholung durchbrechen	113
Beschwere dich nicht mehr – Die Kraft der Akzeptanz	116
Der Punkt ohne Rückkehr	119
Lebe, als ob	120
Lache	121
Wenn Eifersucht plötzlich auftaucht – Den Fokus auf Vertrauen und Klarheit lenken	124
Wenn der Partner oder die Partnerin lauter wird – Gelassenheit bewahren und nicht persönlich nehmen	128
Das Gefühl ist das Geheimnis – Die Freude spüren, auch wenn sie nicht da ist	131
Prokrastination überwinden – ins Handeln kommen	133
Ordnung und Sauberkeit	136
Der Weg zum Informatiker – einfach lernen, Ziele erreichen	140
Morgendlicher Stress mit Kindern – Wie du Ruhe, Routine und Disziplin schaffst	143



Warum muss ich bei mir anfangen? Warum kann sich mein Partner oder meine Partnerin nicht zuerst ändern?	145
Wie überstehe ich meine Unsicherheit in der Schule, bei den Prüfungen und in der Arbeit? Wie gewinne ich mehr Sicherheit und verstehe meine Unsicherheit?	148
Unsicherheit als Ausgangspunkt für Veränderung	148
Die Rolle der Gedanken und Emotionen in der Unsicherheit	149
Unsicherheit als kreativer Raum	150
Strategien im Umgang mit Unsicherheit	150
Die Anwendung der Vorstellungskraft beim Erlernen einer Fremdsprache	154
Die Kunst der Revision: Vergangenheit transformieren, Zukunft gestalten	155
Sorge um finanzielle Sicherheit – tiefergehende Anwendung	156
Sorge um zwischenmenschliche Konflikte – tiefere Reflexion	156
Sorge um beruflichen Erfolg – tiefgehende Umsetzung	157
Ruhe bewahren, bevor es eskaliert: Wie du dich rechtzeitig stoppen kannst	158
Und wenn ich keine Zeit habe, nachzudenken? – Bewusst reagieren in familiären Auseinandersetzungen	159
Die Magie der Steine – Botschafter der Natur	163
Die Magie der Steine – Ein Geschenk der Natur	166
Die Kraft in dir entfesseln	168
Das Tor zu neuen Möglichkeiten	170
Die Bedeutung von Glaubenssätzen und deren Veränderung	171
Integration der Manifestationsmethoden in verschiedene Lebensbereiche	172
Langfristige Manifestation – Geduld und Konsistenz	174
Verbindung zwischen Körper und Geist	176
Gesunde Ernährung und Manifestation	176
Bewegung und körperliche Aktivität als Verstärkung der Manifestation	177
Entspannung und Erholung zur Stärkung der Manifestationskraft	178
Der ganzheitliche Ansatz für erfolgreiche Manifestation	179
Die Rolle von Intuition und innerer Weisheit im Manifestationsprozess	179

Warum Intuition für Manifestation so wichtig ist	180
Intuition besser wahrnehmen und vertrauen	181
Achtsamkeit im Alltag üben	181
In deinen Körper hören	181
Gedanken und Gefühle differenzieren	182
Regelmäßige Meditation	182
Vertrauen auf erste Eindrücke	183
Verbindung zur Natur	183
Kreative Ausdrucksformen nutzen	183
Intuition - Der Schlüssel zum Manifestationserfolg	184
Mein Lebensrezept	185
Das letzte Geheimnis: Du warst es die ganze Zeit	186
Die letzte Wahrheit: Du bist das Universum	188
Das verborgene Gesetz – Jenseits der Anziehung	189
Das Letzte Geheimnis – Jenseits der Manifestation	190
Das letzte Geheimnis – Die grosse Enthüllung	190
Morgenmeditation – „Der Start deiner Manifestationskraft“	192
Abendmeditation – „Rückkehr in die Ruhe“	194
Ü B U N G E N	196
Dein Raum für Gedanken: Ist-Zustand und Wunsch-Zustand	254
IST-Zustand: Datum	256
Wunsch-Zustand: Datum	257
Weiterführende Literatur & Inspiration	301



Jede Veränderung beginnt mit  
einem Schlüssel – dem Schlüssel  
zu deinem Bewusstsein. Sobald  
du ihn umdrehst, öffnest du die  
Tür zu unbegrenzten  
Möglichkeiten

## Die Macht der Vorstellungskraft

Die Vorstellungskraft ist nicht nur ein Werkzeug der Fantasie: Sie ist die kreative Kraft, die unsere Realität bestimmt. Neville Goddard, eine einflussreiche Persönlichkeit im Bereich der Manifestation, widmete sein Leben der Lehre, wie die Vorstellungskraft unsere täglichen Erfahrungen und Lebensresultate formen kann. Goddard betrachtete die Vorstellungskraft als göttliche Kraft, die jeden Aspekt unseres Lebens verändern kann.

„Alles, was in deinem Leben geschieht, hat seinen Ursprung in deiner Vorstellungskraft. Wenn du deine äußere Realität verändern möchtest, musst du zuerst deine innere Realität ändern.“ (Neville Goddard, *The Power of Awareness*, 1952)

Neville Goddard (1905–1972) war ein einflussreicher spiritueller Lehrer, der die transformative Kraft der menschlichen Vorstellungskraft betonte. Seine zentrale Lehre, das „Gesetz der Annahme“, besagt, dass unsere inneren Überzeugungen und Annahmen direkt unsere äußere Realität formen. Indem wir den gewünschten Zustand innerlich annehmen und fühlen, als sei er bereits Wirklichkeit, können wir unsere Lebensumstände aktiv gestalten. Goddard hob hervor, dass das bewusste Steuern unserer Gedanken und Gefühle es ermöglicht, persönliche Wünsche zu manifestieren und ein erfülltes Leben zu führen.

Deine Gedanken sind wie ein Magnet – sie ziehen genau das in dein Leben, worauf du dich fokussierst. Wähle deine Energie bewusst und gestalte deine Realität.



Die Vorstellungskraft ist nicht nur ein Werkzeug der Fantasie – sie ist die schöpferische Kraft, die unsere Realität formt. Seit Jahrhunderten nutzen die mächtigsten Menschen dieses Wissen. Das Prinzip des Gesetzes der Anziehung, wie es in *The Secret* beschrieben wird, zeigt deutlich: Gleiches zieht Gleiches an.

„Alles, was in deinem Leben geschieht, ziehst du selbst an.“  
(Rhonda Byrne, *The Secret*, 2006)

Jeder Gedanke, jede Emotion sendet eine Energie aus, die das Universum reflektiert. Unsere Gedanken formen unsere Realität. Das Universum unterscheidet nicht zwischen positiv und negativ – Es gibt uns genau das zurück, worauf wir uns konzentrieren. Wer ständig an Schulden denkt, zieht mehr finanzielle Schwierigkeiten an. Wer seinen Fokus auf Wohlstand, Gesundheit und Glück richtet, wird genau diese Dinge in sein Leben ziehen.

Gedanken sind wie ein Magnet – sie senden Frequenzen aus und ziehen Dinge mit ähnlichen Frequenzen an. Unsere Realität ist das Ergebnis dessen, was wir in unserem Bewusstsein halten. Unsere inneren Überzeugungen bestimmen unsere äußere Welt. Wer dies versteht, hat den Schlüssel zur bewussten Schöpfung in der Hand.

## Was ist kreative Vorstellungskraft?

Laut Neville Goddard ist die Vorstellungskraft „Gott in Aktion“, und jedes Mal, wenn wir uns etwas mit Emotion und Überzeugung vorstellen, aktivieren wir diese kreative Kraft. Das bedeutet, dass wir aktiv daran arbeiten können, unsere innere Realität und somit auch die äußere Welt zu gestalten. Stell dir vor, du bist eine ruhige, liebevolle und geduldige Bezugsperson. Beginne, dich selbst so zu visualisieren, und du wirst bemerken, wie sich dies auf jeden Aspekt deines täglichen Lebens auswirkt.

## Die Macht in dir

Das Leben besteht nicht aus dem, was dir widerfährt, sondern aus dem, was du daraus machst. Jeder und jede von uns trägt eine erstaunliche Kraft in sich – die Fähigkeit, das Leben zu gestalten. Diese Kraft liegt in jedem von uns. Sie ist weder ein Geheimnis noch eine magische Fähigkeit. Sie ist schlichtweg die Art und Weise, wie wir denken, fühlen und handeln. Doch warum bleibt diese Kraft oft ungenutzt? Die Antwort ist einfach: Wir wissen nicht, dass wir sie besitzen. Stattdessen fühlen wir uns von äußeren Umständen kontrolliert, von Sorgen gelähmt oder von Ängsten getrieben. Vielleicht gehörst auch du zu denen, die sich manchmal fragen: „Warum passiert das immer mir?“ oder „Wie kann ich mein Leben

endlich so gestalten, wie ich es mir wünsche?“ Es ist eine Einladung, eine Reise zu beginnen – eine Reise zu deinem wahren Potenzial. Bevor du dich auf diese Reise einlässt, ist es unerlässlich, dass du dir ein inspirierendes Notizbuch besorgst. Dieses Notizbuch wird zu deinem unverzichtbaren Begleiter und dient als Spiegel deiner Gedanken und Visionen. Es ist nicht nur ein Werkzeug, sondern der Schlüssel zu deiner Transformation. Nutze diese Methode: Auf der linken Seite des Notizbuchs schreibst du immer deine aktuellen Gedanken nieder. Diese können Ängste, Sorgen, Zweifel oder Unsicherheiten sein. Sei ehrlich und halte nichts zurück. Auf der rechten Seite formulierst du das Gegenteil dieser Gedanken, jedoch im Präsens und so, als wären sie bereits erfüllt. Wenn du zum Beispiel links schreibst: „Ich habe Angst, dass ich es nicht schaffe“, schreibst du rechts: „Ich bin stark, fähig und erfolgreich.“ Oder links: „Ich fühle mich überfordert“, rechts: „Ich bewahre Ruhe und meistere jede Herausforderung mit Leichtigkeit.“ Du solltest dieses Notizbuch sowie dieses Buch immer bei dir haben, denn es ist dein ständiger Begleiter auf dieser Reise. Lies es mit einem Leuchtstift, markiere und unterstreiche, was dir hilft und was dich betrifft. Lies es nicht einfach nur durch, sondern arbeite aktiv damit. Mach Pausen, markiere und notiere wichtige Gedanken. Nutze auch die letzten Seiten dieses Buches, falls du dein Notizbuch nicht immer dabei haben möchtest – mit diesem Buch hast du immer alles, was du brauchst. Am Ende dieses Buches möchte ich dir die Möglichkeit geben, dein eigenes Kapitel zu schreiben. Alle von uns haben Träume, Ziele und Gedanken, die nur darauf warten, Raum zu bekommen. Nutze die folgenden Seiten, um deinen aktuellen "IST-ZU-STAND" festzuhalten – das, was du gerade erlebst, denkst und fühlst. Und genauso kannst du deinen "WUNSCH-ZU-STAND" formulieren – das Leben, das du dir wünschst, die

Energie, die du spüren möchtest, die Träume, die du verwirklichen willst. Es ist ein kraftvoller Prozess, diese Gedanken und Wünsche bewusst festzuhalten. Indem du deine Worte zu Papier bringst, gibst du ihnen eine Form und öffnest die Tür, sie zu manifestieren. Schreib mit Ehrlichkeit, schreib mit Mut, und schreib mit der Zuversicht, dass alles, was du niederschreibst, bereits in dir existiert. Diese Seiten sind dein Raum. Dein Raum, um Altes loszulassen und Neues willkommen zu heißen. Du kannst diese Seiten immer wieder lesen, überarbeiten oder einfach als Zeugnis deines Wachstums betrachten. Der Weg zu deinem Wunschzustand beginnt hier. Mit jedem Gedanken, jeder Idee und jedem Traum, den du bewusst formulierst. Nutze diesen Moment für dich, als ein Geschenk an dein zukünftiges Ich. Lies dir deine positiven Aussagen jeden Morgen und jeden Abend mindestens zehn Minuten laut vor. Wiederhole sie, spüre sie, und lass sie zu einem festen Bestandteil deines Denkens werden. Das beständige Lesen und Fühlen dieser positiven Aussagen verstärkt ihre Wirkung und hilft dir, sie tief in deinem Bewusstsein zu verankern. Auch tagsüber kannst du diese Affirmationen immer wieder im Geiste wiederholen, besonders in Momenten, in denen alte Gedanken oder Zweifel aufkommen. Diese Methode ist nicht nur eine Übung, sondern ein kraftvolles Werkzeug, das dir hilft, deine Realität aktiv und bewusst zu gestalten. Du wirst entdecken, wie dein Fokus die Realität um dich herum formt. Du wirst lernen, Angst loszulassen und Vertrauen aufzubauen. Und vor allem wirst du die Werkzeuge erhalten, um die Veränderung, die du dir wünschst, tatsächlich zu manifestieren. Stell dir eine Sonne vor. Sie strahlt immer, ohne Pause, ohne Unterlass. Ihre Strahlen schenken Energie und Leben, doch sie richten sich dorthin, wohin du sie lenkst. Diese Sonne ist ein Symbol für deinen Fokus – die Aufmerksamkeit, die du auf deine



Gedanken, Gefühle und Überzeugungen richtest. Lenkst du deine Sonne auf Sorgen und Ängste, wachsen sie. Lenke sie auf deine Träume und Ziele, und du wirst erstaunt sein, wie sie plötzlich Gestalt annehmen. Dieses Buch ist kein klassisches Selbsthilfebuch. Es ist ein Begleiter, der dir zeigt, wie du die Prinzipien bewusster Schöpfung in deinem Alltag umsetzen kannst. Es geht nicht darum, mehr Wissen anzuhäufen, sondern darum, in die **Handlung** zu kommen. Denn Veränderung geschieht nicht durch Lesen, sondern durch **Tun**. Hier findest du: Praktische Übungen, die dich Schritt für Schritt anleiten. Inspirierende Geschichten, die zeigen, was möglich ist. Werkzeuge, die dir helfen, auch in schwierigen Zeiten positiv und fokussiert zu bleiben. Du wirst nicht nur lernen, wie du deine Ziele manifestieren kannst, sondern auch, wie du Freude und Leichtigkeit in deinem Leben verankerst. Der erste Schritt beginnt heute. Mit dem Lesen dieser Worte hast du bereits die erste Entscheidung getroffen: Du möchtest mehr aus deinem Leben machen. Du möchtest bewusst erschaffen, statt unbewusst zu reagieren. Also lass uns gemeinsam diese Reise antreten. Am Ende wirst du nicht nur verstehen, wie du dein Leben verändern kannst – du wirst es bereits aktiv getan haben.

## Das Erwachen – Die erste Wahrheit

Es gibt einen Moment im Leben, in dem alles in dir ruft, in dem du spürst, dass da mehr ist, dass du für etwas Größeres bestimmt bist. Vielleicht ist es ein stilles Flüstern in deinem Inneren, das dir sagt: „Es gibt eine andere Realität, eine andere Möglichkeit, eine andere Version von mir selbst, die ich noch nicht gelebt habe.“ Vielleicht bist du hier, weil du Antworten suchst. Weil du das Gefühl hast, dass irgendwo ein Schlüssel existiert, der die Tür zu einem neuen Leben öffnet.

Dass du diese Worte jetzt liest, ist kein Zufall. Das Universum hat dich hierher geführt, weil es Zeit ist, die Wahrheit zu erkennen: **Du bist der Schöpfer bzw. die Schöpferin deiner Realität.** Diese eine Erkenntnis wird alles verändern. Dein Leben, deine Beziehungen, deine Gesundheit, deinen Erfolg, deine gesamte Welt. Dein Geist, deine Gedanken, deine Gefühle – sie formen diese Energie. Aber hier kommt das große Geheimnis: **Wenn du bewusst erschaffen kannst, dann kannst du alles erschaffen.** Und genau in diesem Moment, in dem du diese Worte liest, beginnt etwas in dir zu erwachen. Eine neue Frequenz. Eine neue Möglichkeit. Eine neue Zukunft. Dieses Buch wird dich nicht einfach nur informieren – es wird dich transformieren. Wenn du bereit bist, dein gesamtes Verständnis von Realität zu erweitern, wenn du bereit bist, Kontrolle über dein Schicksal zu übernehmen, dann wird dies der Moment sein, in dem sich alles verändert. **Lass das Geheimnis dein Leben durchdringen. Öffne dich für die größte Wahrheit, die du jemals erfahren wirst: Alles, was du suchst, ist bereits in dir.** Willkommen auf deiner Reise.

## Die unsichtbare Macht: Wie Unterbewusstsein und Bewusstsein dein Leben steuern

Das bewusste Denken ist der Bereich, in dem du bewusst entscheidest und gezielt handelst. Es umfasst all das, was du aktiv wahrnimmst, planst und umsetzt, und spiegelt die Ergebnisse wider, die du durch bewusste Entscheidungen erreicht hast. Das innere Selbst hingegen funktioniert vollkommen anders: Es arbeitet neutral und nimmt alles ungefiltert auf. Es ist der Ursprung aller Ursachen, wo die Grundlagen für deine Handlungen und Erlebnisse gelegt werden. Dieser Bereich, der als empfangend und formend beschrieben werden kann, verarbeitet die Eindrücke, die es vom bewussten

Denken erhält, und formt diese zu realen Erfahrungen. Alles, was du bewusst denkst, wird vom inneren Selbst als Wahrheit akzeptiert und in die Tat umgesetzt. Dabei spielen Emotionen und Vorstellungen eine entscheidende Rolle. Der Schöpfungsprozess selbst ist tief im inneren Selbst verankert. Es agiert nicht auf logische Weise, sondern reagiert auf die Emotionen, die es als real wahrnimmt. Ganz gleich, ob diese positiv oder negativ sind, sie finden ihren Ausdruck in der Wirklichkeit. Der Prozess beginnt stets mit einer Idee, die durch starke Emotionen genährt wird und endet in einem Impuls, der zum Handeln anregt. Damit das innere Selbst beeinflusst werden kann, müssen die Vorstellungsbilder mit emotionaler Tiefe verbunden sein. Entscheidend ist nicht der Inhalt der Vorstellung, sondern das Gefühl, das sie begleitet. Einmal eingeprägte Vorstellungen werden, ungeachtet ihrer Natur, zur Wirklichkeit. Wer es versäumt, seine Emotionen bewusst zu lenken, riskiert ungewollte Ergebnisse. Es geht jedoch nicht darum, Emotionen zu unterdrücken, sondern sie zu disziplinieren und in eine Richtung zu lenken, die gewünschte Ergebnisse fördert. Negative Emotionen wie Angst, Frustration oder Selbstzweifel sollten gezielt vermieden werden. Ebenso ist es ratsam, keine negativen Gedanken oder Wünsche gegenüber anderen zu hegen, da diese ebenso das eigene Leben beeinflussen. Stattdessen solltest du die gewünschte Wirklichkeit in deinem Inneren bereits als erfüllt empfinden. Das Gefühl, dass etwas bereits existiert, ist weitaus stärker als das Gefühl, dass etwas noch fehlt. Deine Stimmungen und Emotionen beeinflussen maßgeblich die Verbindung zwischen deiner inneren und äußeren Welt. Der Körper dient als Spiegel der Emotionen und zeigt deutlich, welche Emotionen in dir vorherrschen. Unterdrückte oder unverarbeitete Emotionen können sich negativ auf die Gesundheit auswirken und zu körperlichen Beschwerden

führen. Aus diesem Grund ist es wichtig, deine Emotionen bewusst in positive Bahnen zu lenken. Lass keine unerwünschten Emotionen in dich zu – sei es gegenüber sich selbst oder anderen. Emotionen wie Bedauern, Scheitern oder Enttäuschung sollten bewusst vermieden werden, da sie auf lange Sicht schädlich sind. Stattdessen solltest du dich in die Erfüllung deiner Wünsche hineinversetzen und diese mit der Überzeugung erleben, dass sie bereits realisiert wurden. Dies ist der effektivste Weg, um deine Ziele zu erreichen. Dein inneres Selbst ist ein entscheidender Faktor, der dein Schicksal bestimmt. Es nimmt alles auf, was ihm zugeführt wird, und setzt es in die Wirklichkeit um. Alles, was du erlebst, ist das Ergebnis dessen, was in deinem inneren Selbst verankert wurde. Es ist nicht die Folge von Zufällen oder äußeren Einflüssen, sondern entsteht durch die Inhalte, die du bewusst oder unbewusst eingespeist hast. Das innere Selbst unterscheidet nicht zwischen gut und schlecht; es folgt neutral jeder Prägung. Deshalb ist es essenziell, nur solche Gedanken und Emotionen zu pflegen, die dein Wohlbefinden und deine Ziele unterstützen.



Dein Geist ist das mächtigste Werkzeug – was du denkst, erschaffst du. In dir liegt das Universum, voller Möglichkeiten und Energie.