

Pam Grout

*Sei dankbar und werde reich*



Pam Grout

# SEI DANKBAR UND WERDE REICH

*Ein 30-Tage-Trip in radikaler Dankbarkeit und  
unverschämter Lebensfreude*

Aus dem amerikanischen Englisch  
von Angelika Hansen



  
IRISIANA

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2016 unter dem Titel »Thank & Grow Rich«.

Die Informationen in diesem Buch sind von Autorin und Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Alle Rechte vorbehalten. Vollständige oder auszugsweise Reproduktion, gleich welcher Form (Fotokopie, Mikrofilm, elektronische Datenverarbeitung oder andere Verfahren), Vervielfältigung und Weitergabe von Vervielfältigungen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags.

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Copyright © 2016 Pam Grout  
Originally published in 2016 by Hay House Inc. USA

2. Auflage 2017

© 2017 der deutschsprachigen Ausgabe by Irisiana Verlag,  
einem Unternehmen der Verlagsgruppe Random House GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Umschlaggestaltung: Geviert, Grafik & Typografie  
basierend auf dem Coverdesign der Originalausgabe  
von Amy Rose Grigoriou

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-424-15318-7

*Dieses Buch ist für alle,  
die die Hundepfeife hören.  
Sie wissen, wer Sie sind.*



# Inhalt


|  |     |
|--|-----|
| <i>Einleitung</i> .....  | 13  |
| <b>TEIL I: Mögen die Spiele beginnen!</b> .....  | 23  |
| 1 Frequenz.....  | 25  |
| 2 Störsignale.....   | 31  |
| 3 Ändern Sie Ihre Frequenz – und Sie ändern die Welt ..  | 40  |
| <b>TEIL II: Ihr <i>Sei dankbar und werde reich</i>-Portfolio</b> ....  | 47  |
| 4 Zum »Warren Buffett des Glücks« werden.....  | 49  |
| 5 Finanzieller Reichtum ist eine Nebenwirkung Ihres<br><i>wahren</i> Reichtums.....  | 61  |
| <b>TEIL III: Das Spiel beginnt!</b> .....  | 73  |
| 6 Gehen Sie über Los und kassieren Sie Ihre Geschenke:<br>Ein Wort (oder vielmehr ein Kapitel) von unserem<br>Sponsor..... | 75  |
| <i>Ihr erster Sei dankbar und werde reich-<br/>Einkommensbericht</i> .....   | 85  |
| 7 Das einzige Partyspiel, das Sie wirklich brauchen ....   | 88  |
| • <b>Partyspiel Nr. 1:</b> AA 2.0 .....  | 92  |
| 8 Das Wahrheits-und-Fröhlichkeits-Punktspiel<br>nebst Spielzeugkiste.....  | 96  |
| 9 »Sie sind Pirat. Ich Außerirdischer. Los geht's!«:<br>26 weitere Partyspiele .....                                       | 99  |
| <i>Alchemistisches Kapital ansammeln</i> .....   | 100 |
| • <b>Partyspiel Nr. 2:</b> Machen Sie eine Liste mit all<br>den irre schönen Dingen, die Sie bereits haben .....           | 101 |

|   |     |
|---|-----|
| • <b>Partyspiel Nr. 3:</b> Wedeln Sie mit Ihren<br>Cheerleader-Puschen – für alles und jeden . . . . .      | 108 |
| • <b>Partyspiel Nr. 4:</b> Das total verrückte Spiel . . . . .  | 115 |
| • <b>Partyspiel Nr. 5:</b> Seien Sie wie eine hängen<br>gebliebene Schallplatte . . . . .                   | 119 |
| • <b>Partyspiel Nr. 6:</b> Tun Sie so, als wären Sie<br>im Urlaub . . . . .                                 | 126 |
| • <b>Partyspiel Nr. 7:</b> Werden Sie zu einem<br>Glücks-Magnet . . . . .                                   | 131 |
| <i>Spirituelles Kapital aufbauen . . . . .</i>  | 136 |
| • <b>Partyspiel Nr. 8:</b> »Nicht an den Knöpfen drehen,<br>Ma'am!« . . . . .                               | 138 |
| • <b>Partyspiel Nr. 9:</b> Verabreden Sie sich mit<br>Billy Fingers . . . . .                               | 142 |
| • <b>Partyspiel Nr. 10:</b> Entscheiden Sie, wie Ihr Tag<br>heute werden soll . . . . .                     | 146 |
| • <b>Partyspiel Nr. 11:</b> Das geheime Leben der Bäume<br>erkunden . . . . .                               | 150 |
| • <b>Partyspiel Nr. 12:</b> Arrangieren Sie das<br>Tortendiagramm neu . . . . .                             | 162 |
| • <b>Partyspiel Nr. 13:</b> Praktische Anleitung zur<br>Identifizierung von Gedanken und Emotionen . . . .  | 169 |
| <i>Kreatives Kapital vertiefen . . . . .</i>  | 178 |
| • <b>Partyspiel Nr. 14:</b> Schreiben Sie eine neue<br>Geschichte – eine, die Sie glücklich macht . . . . . | 179 |
| • <b>Partyspiel Nr. 15:</b> Das Spiel der Gegensätze . . . . .  | 188 |
| • <b>Partyspiel Nr. 16:</b> Tanz den Freudentanz . . . . .  | 195 |
| • <b>Partyspiel Nr. 17:</b> Lassen Sie Ihren inneren Freak<br>von der Leine . . . . .                       | 201 |
| • <b>Partyspiel Nr. 18:</b> Werden Sie zur Wonder<br>Woman . . . . .  | 206 |



|  |     |
|--|-----|
| <i>Abenteuer-Kapital erweitern</i> .....   | 211 |
| • <b>Partyspiel Nr. 19:</b> Auf, auf, zur fröhlichen<br>Schnitzeljagd.....             | 213 |
| • <b>Partyspiel Nr. 20:</b> »Maro« zeigen.....   | 217 |
| • <b>Partyspiel Nr. 21:</b> Kinder an die Macht.....                                   | 223 |
| • <b>Partyspiel Nr. 22:</b> Danken Sie Ihren Besitztümern ..                           | 227 |
| <br><i>Soziales Kapital vergrößern</i> .....   | 233 |
| • <b>Partyspiel Nr. 23:</b> Retten Sie heute ein Leben.....                            | 234 |
| • <b>Partyspiel Nr. 24:</b> Lasern Sie allem und<br>jedem Liebe.....                   | 239 |
| • <b>Partyspiel Nr. 25:</b> Stecken Sie andere mit<br>Ihrem Lachen an.....             | 243 |
| • <b>Partyspiel Nr. 26:</b> Gripeschutz gegen Angst.....                               | 248 |
| • <b>Partyspiel Nr. 27:</b> Das Jimmy-Fallon-Spiel.....                                | 252 |
| <br><i>Ihr abschließender Sei dankbar und werde reich-<br/>Einkommensbericht</i> ..... | 260 |
| <br><i>Nachwort</i> .....  | 261 |
| <br><i>Danksagung</i> .....  | 266 |





*»Es ist ein Zeichen von Kleingeistigkeit,  
beim Thema Dankbarkeit Mäßigung  
walten zu lassen.«*

– ROBERTO BENIGNI, Schauspieler,  
Drehbuchautor  
und Regisseur



# Einleitung



*»Das Leben ist eine Eintrittskarte  
für die größte Show der Welt«*

– MARTIN H. FISCHER, Arzt und Autor

2013 wurde mein Leben plötzlich total auf den Kopf gestellt! Und zwar auf die denkbar positivste Weise. Nach mehr als 20 Jahren meines Daseins als Schreiberling, in denen ich im Schlafanzug am Schreibtisch sitzend 15 Bücher und zahllose Zeitschriftenartikel verfasst habe, stellte ich die Weichen für *E<sup>2</sup>*, diesem kleinen schwarzen Buch mit dem lustigen Titel, das auf Anhieb durch die Decke in die Stratosphäre schoss und wochenlang Platz eins auf der *New York Times*-Bestsellerliste einnahm. Inzwischen ist es in mehr als 30 Sprachen übersetzt worden.

Bis zum heutigen Tag kann ich meine Mailbox nicht öffnen, ohne E-Mails von Lesern zu finden, die mehr oder weniger alle so beginnen: »Sie werden nicht glauben, was mir passiert ist!« Es ist, als würde ich jeden Morgen in meinem persönlichen Lebenshilfe-Fernsehskanal aufwachen. »Stellen Sie sich vor«, schreiben Leser zum Beispiel, »ich habe gerade 500 Dollar gewonnen«, oder »Ich habe gerade meinen Traumjob auf einer Pferdefarm ergattert«. Und ich darf hier in Lawrence, Kansas, mit ihnen feiern und zu ihrer Freude und Begeisterung beitragen.

Es stimmt mich zutiefst demütig, mir vorzustellen, dass meine Worte vielleicht jemandem geholfen haben, eine tiefere Wahr-

heit zu erkennen. Ich bin unglaublich dankbar, dass die Do-It-Yourself-Experimente in  $E^2$  ein Fenster geöffnet haben, durch das die unendliche Freigiebigkeit des Universums sichtbar wird.

Sollte tatsächlich irgendein ernsthafter Wissenschaftler nach einem Beweis suchen, dass die Welt grenzenlos, reich und auf wunderbare Weise entgegenkommend ist, – eines der neun spirituellen Prinzipien, die in  $E^2$  beschrieben werden – habe ich dafür einen ganzen Ordner voller Laborberichte vorliegen, die ich liebend gerne zur Verfügung stelle.

Gelegentlich bekomme ich jedoch auch E-Mails von Lesern, die sauer sind. Sie wollen wissen, wer ich denn sei, zu behaupten, die Welt sei ein wunderbarer Ort. Sie sagen, dass sie noch keinen Beweis für das gesehen haben, was ich das Feld des Potenzials (FP) nenne, und dass ihnen – den Armen! – nichts anderes übrig bleibt, als weiterhin am Hungertuch zu nagen.

Dieses Buch ist für sie. Und für dieses verängstigte kleine Etwas in uns allen, das immer noch nicht glauben kann, dass das Universum uns tatsächlich schätzt und uns unterstützt.

Wann immer ich kann, schreibe ich diesen unglücklichen Schwarzmalern zurück. Häufig schicke ich ihnen einen Blog-Post über meine Tage, als ich selbst am Hungertuch nagte. Ich ermutige sie, es noch einmal zu versuchen, weiterhin die Augen offen zu halten für das Magische.

Bald fiel mir auf, dass diese »Warum ich?«-Briefe ein übereinstimmendes Muster aufwiesen. Wie ich schon sagte, sie hörten sich nicht viel anders an als meine eigenen verrückten Stimmen, diese struppigen Großmäuler, die sich noch gelegentlich in meinem Hinterkopf zu Wort melden und rumkrakeelen.

»Hey du da!«, brüllen sie dann. »Du bist so was von allein. Die Welt kümmert sich einen feuchten Pups um dich.«

Diese Stimmen sind omnipräsent. Wir hören sie in den abendlichen Nachrichten ebenso wie beim Tratschen in der Tee-

küche. Sie sind, mit anderen Worten, das vorherrschende Denkmuster.

Doch sie sind nicht die Wahrheit. Sie werden nie die Wahrheit sein.

Bei diesen Briefen ist mir noch eine weitere Sache aufgefallen, und zwar wie *angestrengt* diese Leser ihrem Glück hinterherjagen – sie wiederholen endlos Affirmationen, stellen Vision-Boards zusammen, zeichnen Fokusräder.

Ich habe nichts gegen diese Methoden – ich habe einige davon selbst angewendet. Doch wenn wir uns ständig über Gebühr anstrengen, weil wir denken, es ändert sich nichts, wenn *wir* uns nicht ändern, blockieren wir all das Gute, das sich direkt vor unseren Augen manifestieren möchte.

Und schließlich fiel mir noch etwas auf bei diesen »Das Leben ist besch...eiden«-E-Mails: nämlich wie todernst sie alle waren.

Oh! Diese Schwere! Diese Ernsthaftigkeit!

»Ich habe alles genauso gemacht, wie Sie gesagt haben«, beschuldigten sie mich mit einem Anflug finsterer Wut.

Und jedes Mal hätte ich am liebsten eine Grimasse gezogen oder einen dummen Witz erzählt. Alles, um sie zum Lachen zu bringen – *macht euch locker, Leute!* Es geht darum, Spaß zu haben! Mit Vergnügen im Quanten-Sandkasten zu spielen! Doch todernste Menschen anzuschreien, funktioniert nie. Bei den todernsten Stimmen in meinem eigenen Kopf klappt das zumindest nicht.

Aber ich sage Ihnen, was funktioniert: Nachsicht mit mir selbst zu üben. Mir der guten Dinge in meinem Leben bewusst zu werden. Und mich auf die Frequenz von Freude und Dankbarkeit einzustimmen.

## Der Fernmeldeturm, auch bekannt als »Sie selbst«

*»Ich kann nicht einfach hier rumsitzen und in meiner eigenen Freude aufgehen – ich muss darüber schreiben, ich muss sie mit andern teilen.«*

– DAVID MASON, Dichter

Wer kennt nicht die spannungsgeladene Szene in *Eine Frage der Ehre*, in der Tom Cruise Jack Nicholson in den Zeugenstand ruft? Cruise bedrängt Nicholson, will wissen, ob er die Alarmstufe Rot befohlen hat oder nicht.

Nicholson, der zusehends röter und wütender wird, brüllt schließlich: »Sie können die Wahrheit doch gar nicht ertragen!« Und das ist, kurz gesagt, die tatsächliche Antwort auf all diese E-Mails von Leuten, die wissen wollen, warum die ganzen tollen Sachen immer nur den anderen passieren.

Solange wir uns nicht auf die Frequenz der Dankbarkeit einstellen, ist unsere Verbindung mit der übergeordneten Wahrheit blockiert. Unsere Antenne kann die ewige, grenzenlose Liebe der göttlichen Ausstrahlung nicht empfangen, die ständig Hoffnung, Freude, Freiheit sendet. Wir haben die Leitung dicht gemacht, indem wir unseren inneren Ängsten, unseren Befürchtungen, unseren zeitraubenden Melodramen die Bühne überlassen. Wie Aschenputtels Stiefschwestern haben wir die endlosen Möglichkeiten des Lebens in unsere winzigen Schuhe überholter Vorurteile und antiquierter Denkmuster gepresst.

Also werden wir in diesem Buch die Antenne unseres Bewusstseins auf eine höhere Frequenz ausrichten. Durch vergnügliche und unkomplizierte Übungen, für die Sie höchstens fünf Minuten am Tag brauchen, werden Sie Ihr Gehirn neu



verdrahten, alte Gewohnheiten durch neue ersetzen und buchstäblich die Chemie in Ihrem Kopf verändern.

Und das ist der Moment, in dem das Thema Dankbarkeit ins Spiel kommt.

## Ode an die Freude

*»Wenn dein Kopf nicht voll mit unnötigen Dingen wäre, könnte heute der beste Tag deines Lebens sein.«*

– Teil einer Nachricht, die THE ZING, alias ETHAN HUGHES von der *Possibility Alliance*, auf meinem Anrufbeantworter hinterlassen hat.

*Dankbarkeit?*

Echt jetzt?

Ist das nicht – naja, irgendwie lahm?

Sie haben gerade zwei Kraftpakete von Büchern über Energie und grenzenlose Möglichkeiten geschrieben. Und jetzt geben Sie sich her, über so was Lasches wie Dankbarkeit zu schreiben? Da machen Sie es sich ja wirklich einfach, das gibt doch nichts her, das ist doch so aufregend wie eine Tiefkühlpizza...

Moment mal, Smarty. Die Dankbarkeit, über die ich in diesem Buch spreche, ist alles andere als gewöhnlich oder langweilig. Nennen wir sie lieber gnadenlose Dankbarkeit, radikale Dankbarkeit. Das ist kein verzärtelter Sonnenschein-und Blümchen-Mist.

Denn das ist der springende Punkt: Wenn wir nicht jeden Tag einen Moment innehalten und uns die Millionen Dinge klar machen, die in unserem Leben perfekt funktionieren, versuchen die verrückten Stimmen in unserem Kopf, uns niederzumachen.

Wenn wir nicht militant dankbar sind, fangen die Stimmen an zu labern und machen uns weis, dass *wir* nutzlose Versager sind. Sie sind wie der Nachrichtenticker, der nonstop unten am Bildschirmrand läuft.

So lange wir diese Stimmen zu Wort kommen lassen, können wir das ungeheure Geschenk nicht bewusst erfassen, das uns gegeben wurde: Hier auf dem Planeten Erde zu sein, diesen Tag zu erleben, dieses kosmische Abenteuer zu genießen. So lange wir zulassen, dass sich ihre unverschämten Lügen immer tiefer und tiefer in unsere Seele hineinfressen, werden wir unserer tief gehenden, transformativen Verbindung mit dem Feld des Potenzials nicht bewusst.

Indem wir einfach jeden Tag kurz innehalten und unserer Verbindung mit dieser unleugbaren, unveränderlichen Präsenz gewahr werden, erkennen wir allmählich eine tiefere Wahrheit, eine Realität voller Freude. Dann hören wir allmählich diese ewige Sendung, die unbeirrt ihre heitere Melodie jenseits der Störgeräusche aussendet.

Nicht dass ich Napoleon Hill, Autor des Lebenshilfe-Klassikers *Denke nach und werde reich*, auf dessen Titel ich mit meinem Buch anspiele, zu nahe treten will, doch die wahre Macht liegt darin, *nicht* zu denken. Wenn Sie die unglückseligen Gewohnheiten Ihres Gehirns, sich ständig die Vergangenheit vor Augen zu halten und ein entsprechendes Hologramm zu erzeugen, durch etwas anderes ersetzen wollen, *vergessen* Sie das Denken. Und fangen Sie an zu danken. Und ich meine, allem und jedem zu danken. Den Rechnungen, die sich anhäufen. Der Nachricht des Arztes, die Sie nicht erwartet haben. Dem Blödmann von Freund, der letzte Nacht eine ganze Flasche Tequila getrunken und auf Ihren neuen Perserteppich gelacht hat.

Wenn wir diese Form radikaler Dankbarkeit praktizieren – die ich *Extremsport der Dankbarkeit* nenne – kommen wir zu der Erkenntnis, dass alle unsere Anstrengungen, der end-

lose Kampf, das unaufhörliche Drängeln und Schubsen, damit wir unseren Platz in der Schlange nicht verlieren, unnötig sind. Tatsächlich ist dieses Verhalten kontraproduktiv und blockiert vielmehr das Energiefeld, das uns jederzeit bereit steht, um uns zu unterstützen und zu führen.

Unverschämte Dankbarkeit bietet ein Portal, einen direkten Zugang mitten ins Feld des Potenzials, das ich in meinen beiden anderen Büchern ( $E^2$ ,  $E^2+$ ) vorgestellt habe. Diese Art der Dankbarkeit bringt Sie auf eine energetische Frequenz, eine Schwingungsebene, die Wunder anzieht.

Wenn Sie auf dieser Frequenz sind, müssen Sie nichts weiter tun. Das Universum meldet sich mit Geschenken und Anweisungen, und alles, was Sie tun müssen, ist zu nicken, sich elegant den Schal umzulegen, die neue Sonnenbrille aufzusetzen und die Fahrt zu genießen.

Dankbarkeit zu zeigen und all die guten Dinge in Ihrem Leben zu schätzen, ist die Einstiegsdroge zu einem höchst ungewöhnlichen Leben. Sie ist die Supermacht, die Sie auf die Frequenz hebt, auf der Schönheit und Freude und Kreativität regieren.

Und das ist das große »Geheimnis« dahinter. Sie müssen nicht daran arbeiten, um die Verbindung mit diesem Energiefeld herzustellen. Sie müssen nicht gut genug sein, um seine Aufmerksamkeit zu verdienen. Oder irgendeiner Geheimformel folgen, um es zu finden. Sie müssen tatsächlich überhaupt nichts tun...

Außer...

...nicht mehr länger auf die Stimmen zu hören. Keine Störgeräusche mehr zuzulassen.

Diese süße, liebevolle, allwissende Energie ist jetzt, in diesem Moment, hier. Sie wartet wie ein Stier auf der anderen Seite des Rodeo-Gatters, bereit, genau in der Sekunde loszustürmen, in der Sie die Barrieren all dessen aufheben, was man Sie gelehrt hat. Sie scharrt mit den Hufen, fiebert vor Ungeduld

und wartet darauf, dass Sie so ungefähr alles, was Sie seit dem Moment gelernt haben, als Sie zum ersten Mal in die Welt der Materie blinzelten, als komplett falsch erkennen.

Diese universale Energie verschwindet nie oder spielt Verstecken mit uns. Sie kommt nie ins Wanken. Sie tut nie etwas anderes als zu lieben und Gaben zu verteilen.

Dieses Buch ist eine weitere Chance (doch bitte denken Sie daran, dass Sie weder dieses Buch, noch irgendetwas oder irgendjemanden dafür *brauchen*), um zu beweisen, dass es einen besseren Weg gibt, eine natürlichere Weise zu leben. Es wird Ihnen helfen, eine Frequenz anzuzapfen, auf der Wunder so alltäglich sind wie Kaffee zum Frühstück.

Wie in meinen vorausgegangenen Büchern, die Echtzeit-Experimente anbieten, finden Sie auch hier einen 30-Tage-Trip in unverfrorener, furchtloser und radikaler Dankbarkeit. Wie ich schon immer gesagt habe: Spiritualität sollte mehr sein als bloße Theorie.

Die Hypothese für das 30-Tage-Experiment<sup>1</sup> ist wahnsinnig einfach. Sobald Sie sich daran machen, Ihren Segnungen auf die Spur zu kommen, werden Sie in Nullkommanichts fündig. Wenn Sie jeden Tag in eine 24-stündige Wunder-Aufklärungsmission verwandeln, rufen Sie damit die Wahrheit auf den Plan. Ein Happy End ist demzufolge unvermeidbar!

Das Buch enthält zudem 27 speziell entwickelte Partyspiele (wer braucht schon Übungen?), die leicht sind, Spaß machen und Ihnen garantiert helfen werden, Ihr »Portfolio der Fülle« aufzubauen. (Ich werde mich in späteren Kapiteln mehr über die fünf Komponenten dieses erstklassigen Anlagemodells auslassen.)

---

<sup>1</sup> So setzen sich die 30 Tage zusammen: 1 Tag um sich Gedanken über die vier Geschenke (siehe Kapitel 6) zu machen, 1 Tag für Ihren ersten *Sei dankbar und werde reich*-Einkommensbericht, je 1 Tag für die 27 Übungen und 1 Tag für den abschließenden Einkommensbericht.

Nur damit Sie es wissen: In dem Moment, wenn Sie mit der einen Monat langen Dankbarkeits-Party fertig sind, die auf den folgenden Seiten beschrieben wird, werden Sie sich das Paralleluniversum anschauen, in das Sie hineingeraten sind, und denken: *Wirklich? Wo ist meine Depression geblieben? Meine Angst? Ich muss total verrückt gewesen sein!*

Sie werden erkennen – wie *Ein Kurs in Wundern* es ausdrücken würde –, dass Liebe über Angst triumphiert, Lachen über Tränen und Fülle über Mangel.

Und alles fängt damit an, die Schönheit wahrzunehmen, die Sie umgibt, durchströmt und mit Licht erfüllt. Alles fängt damit an, sich auf die Frequenz der Dankbarkeit einzustimmen.





# TEIL I

Mögen die Spiele beginnen!



*»Schau, dass du Spaß hast,  
denn mit einem Schlag bist du weg vom Fenster.«*

– JAMIE FOXX, Schauspieler





# 1. Frequenz



»Höre aufmerksam hin, und du kannst  
die Frequenz der Liebe wahrnehmen.«

– JAROD KINTZ, Autor von *This Book is not for Sale*

Vor ungefähr hundert Jahren erbrachte eines der bedeutendsten Genies der Welt (auch bekannt als Berti Einstein) den Beweis, dass »alles Energie ist«. Obwohl es den gegenteiligen Anschein hat, ist nichts stabil. Wenn Sie hinter die Kulissen blicken, sehen Sie, dass alle scheinbar stabilen, kontinuierlichen und dauerhaften Dinge letztlich aus nichts anderem als Wellen und Partikeln bestehen, die zittern und flattern und sich partout nicht wie das solide Bild verhalten, dass Sie zu sehen glauben.

Die gesamte Materie – sei es die Milchstraße, eine Tomate oder die Garageneinfahrt, auf welche der Sohn Ihrer Nachbarn mit Kreide bunte Drachen malt – ist ein Gemenge von Energiewellen, die sich als die Milchstraße, eine Tomate oder die Garageneinfahrt ausgeben.

Dieses Buch ist Energie. Ihre Hände, die das Buch halten (oder das elektronische Gerät), sind Energie. Alles, was Sie sehen, ist Energie. Selbst die Dinge, die Sie nicht sehen können, sind Energie, die sich nach Ihrem Befehl zu einer soliden Erscheinung formen.

Doch es ist nur das – eine Erscheinung. Ein Hologramm, das erstaunlich echt aussieht, weil Sie Ihre Sinne darauf trainiert haben, es auf diese Weise zu sehen.

Nach den Worten von Dr. Donald Hoffman, Professor für Kognitionsforschung an der University of California-Irvine, ist alles, was wir zu sehen glauben, eine Konstruktion des Gehirns, eine Wahrnehmungs-Schimäre, die die Komplexität der realen Welt verbirgt.

Die Eiche, die Sie vor Ihrem Fenster »sehen«, besteht hauptsächlich aus leerem Raum und umhersausenden, mikroskopisch kleinen Atomen. Doch indem Sie das Hologramm einer Eiche erstellen, kreieren Sie eine Schnittstelle, ein einfaches Werkzeug, das Ihnen hilft, Informationen zu steuern und genau das aus dem unermesslichen Feld der Möglichkeiten herauszuziehen, was Sie benötigen.

Unsere Gehirne sind äußerst begabte Fälscher, die einen bunten Teppich aus Bedeutung und Wahrnehmung weben – so detailliert und überzeugend, dass uns nie der Gedanke kommt, das Ganze zu hinterfragen. Die Welt, die Sie »sehen«, spiegelt Ihre vorherrschenden Ideen, Wünsche und Emotionen wider.

Schauen Sie sich diesen Absatz einmal genau an:

```
<a href=»https://pamgrout.files.wordpress.com/2009/07/bara-zip.jpg«<>img src=»http://pamgrout.files.wordpress.com/2009/07/bara-zip.jpg?w=300«alt=»bara zip« width=»600 height=»500« class=»alignright size-medium wp-image-7350«/></a>
```

Macht eher wenig Sinn, oder? Es sei denn, Sie kennen sich mit HTML (Hypertext Markup Language) aus, die das zustande bringt, was wir auf unseren Computern und Handys sehen. Kopieren Sie diesen »Text« in Ihren Browser, dann sieht er ungefähr so aus:

Das bin ich, beim Seilrutschen in den Dschungeln der Dominikanischen Republik.



Und genau dasselbe passiert in unserem Gehirn. Wie ein Computer übersetzen wir unsere persönliche HTML (ein Bündel erlernter Gedanken) in Schwingungen und Bilder, die in unserem Hologramm auftauchen.

Anstatt uns durch die Kakophonie von Energiewellen zu kämpfen – die unzähligen Möglichkeiten da draußen im Universum – pflücken wir ein paar armselige heraus und bezeichnen sie als »Realität«.

Das FP, mein Spitzname für das Feld des Potenzials, funktioniert ähnlich wie die Cloud im Cyberspace, indem sie einen allen verfügbaren Pool unbegrenzter Ressourcen bietet. Wir wählen, welche wir downloaden und in unserer Erfahrung des Lebens »real« machen wollen.