

Das Handbuch:

Die Kraft der Gedanken

In diesem Kapitel möchte ich Ihnen eine Einführung in das mentale Training „Kraft der Gedanken“ geben. Lernen Sie die geistigen Gesetze kennen und wie die Dinge entstehen. Sie erhalten Anregungen, wie Sie Ihre Vorstellung eines gesunden, glücklichen und wohlhabenden Lebens verwirklichen können.

Ihr Denken

Im frühen 20. Jahrhundert bewies Albert Einstein, dass geistige Energie und Materie im Grunde genommen austauschbar sind. Die Energie kann in eine stoffliche Substanz umgewandelt werden. Das passiert ständig, ob wir es bewusst wahrnehmen oder nicht. Die elektrischen Ströme Ihres Gehirns sind eine Form schöpferischer Energie. Diese Energie besitzt die Kraft, in der äußeren Welt der Materie das zu erschaffen, was der inneren Welt unseres Geistes entspricht (Das hermetische Prinzip der Entsprechung).

In diesem Buch erfahren wir, wie die Gedankenwelt Einfluss auf unseren Körper ausübt. Unsere Kraft der Gedanken hat natürlich Einfluss auf alles, was Energie ist. Wir können somit unsere Zukunft formen. Nicht nur Ihre Gesundheit können wir durch Anima steuern, sondern auch Ihr Glück, Ihren Erfolg und Ihre finanzielle Situation. Alle Impulse, die wir geistig geben werden, werden von unserer Seele auf die Materie entsprechend übertragen.

Jetzt wird es Zeit, sich einmal zu fragen, warum Ihr Leben so ist, wie es ist, und nicht anders? Warum gleicht möglicherweise Ihre Existenz einem Kampf? Warum müssen Erfolg und Reichtum und nicht nur unsere Gesundheit ein Problem sein? Nun, ich möchte es Ihnen sagen: weil Sie so denken, auch wenn es Ihnen wahrscheinlich gar nicht bewusst ist. Glauben Sie mir, das ist der einzige Grund.

Die Veränderung

Alles, was Sie hier auf dieser Erde sehen können, war zuerst eine nicht fassbare Form von Energie – eine Idee. Lasse Sie es sein, wie ich Ihnen schon gesagt habe, das Bitten und Betteln

nach Glück, Wohlstand und Gesundheit. Jeder Mensch – auch Sie! – besitzt eine schöpferische Einbildungskraft. Wenn ein inneres Bild erst einmal in Ihrer Vorstellung tief verankert ist, setzt Anima alles daran, dieses Bild in der Realität zu erschaffen. Sobald Sie etwas in Ihrem Geist beobachten, ziehen Sie diese Dinge unweigerlich wie ein Magnet an. Diese anziehende Kraft wirkt wie von selbst genau auf das, was Sie erwarten oder denken, so wie wir es bereits in unseren Gesundheitsübungen ausprobiert haben. Das Leben besteht zur Hauptsache aus einem Strom von Gedanken, die unser Geist produziert und unsere Seele zur Realität werden lässt.

„Für unsere Zukunft ist es viel weniger wichtig, was wir tun, als was wir denken.“

Einer meiner Coachees kam eines Tages zu mir, um mit mir ein wichtiges neues Geschäftsmodell zu erarbeiten. Er war ein erfolgreicher Unternehmer, reich und mächtig. Während unseres Coachings kamen wir auch auf die Kraft der Gedanken zu sprechen und wie man die Gedankenkraft richtig einsetzen sollte, um ein erfolgreiches Leben zu führen. Natürlich war es für mich ungewohnt, einen Menschen anzutreffen, der bereits über dieses Wissen verfügte und es auch richtig anwenden konnte. Die Frage lag in der Luft, und ich fragte den Coachee: „Woher hast du dieses Wissen?“

„Ach, da muss ich etwas ausholen und über mein Leben sprechen“, sagte er. „Ich war über fünfzehn Jahre lang Direktor einer großen internationalen Hotelkette, die zu dem Imperium eines superreichen Mannes gehört. Eines Tages hatte ich das Glück, diesen Mann in seinem Hotel beherbergen zu dürfen. Wir kamen ins Gespräch. Im Laufe des gemeinsamen verbrachten Abends kamen wir auch auf die reichen Gäste zu sprechen, die hier ihren Urlaub verbrachten. Ich traute mich damals, folgende Frage zu stellen: ‚Ich arbeite nun seit über

dreißig Jahren erfolgreich im Hotelmanagement, arbeite täglich zehn bis vierzehn Stunden und schaffe es nicht, mir für meine Alterszeit ein wenig Geld zur Seite zu legen. Ich sehe täglich die Reichen hier im Hotel sitzen, sich vergnügen und ihre Zeit damit verbringen, in der Sonne zu liegen. Für mich sieht es so aus, als würden diese Menschen nicht arbeiten, und trotzdem kommt das Geld zu ihnen und nicht zu mir! Was mache ich nur verkehrt?’

„Das kann ich Ihnen sagen, dieses Wissen hat mein Großvater nur an mich allein weitergegeben. Das Geheimnis ist schnell benannt: Diese Menschen denken richtig!“

Denken Sie daran, dass Ihre Seele nach den vom Geist eingegebenen Informationen handelt. Sie kann gar nicht entgegen einer eingegebenen Vorstellung agieren. Ihr Erfolg, Ihr Glück, Ihre Gesundheit und Ihre finanzielle Situation hängen nicht nur von Arbeit und anderen Aktivitäten ab, die Sie in Ihrem Leben vollbringen. Entscheidend ist Ihre Geisteshaltung. Erfolgreiche und positive Vorstellungen führen sicher und leicht zu Erfolg und Glück im realen Leben. Gedanken an Unglück und Krankheit machen Sie selbst unglücklich und krank. Vorstellungen von Armut und Furcht bringen Ihnen Misserfolg und Sie verbleiben in Armut und Leid.

Psychologen haben in Tests nachgewiesen, dass die meisten Menschen in der Lage sind, mehr zu erreichen, als sie sich zutrauen. Viele tragen im Unterbewusstsein Gefühle von Unzulänglichkeit, Minderwertigkeit und Schuld mit sich. Diese sind ihrem Geist unwissentlich durch Eltern und andere Erwachsene aufgedrängt worden. Diese waren sich der negativen Auswirkungen ihres Tuns nicht bewusst. Jedoch bahnen sich die negativen Vorstellungen ihren Weg. Derartige Vorstellungen werden dann Ihr Leben lenken und Sie zu Armut, Unzufriedenheit und Minderwertigkeitskomplexen verdammen.

Klingt furchtbar, nicht wahr?

Ist es aber überhaupt nicht. Mit der „Kraft der Gedanken“ können Sie die Bilder in Ihrem Unterbewusstsein gezielt ändern. Man kann sie nämlich erweitern, wieder aufbauen oder gänzlich überholen. Der Schlüssel dazu liegt darin, dass Gedanken oder Ideen nur so lange wirken, bis wir sie durch bewusst gewollte Visionen ersetzen. Unsere geistige Einstellung kann immer wieder geändert werden.

Die meisten Menschen betrachten das Leben als einen endlosen Kampf. Sie wissen nicht, dass es Mittel und Wege gibt, das zu ändern.

Genau diese Mittel und Wege möchte ich Ihnen aufzeigen, wobei eine kurze mentale Ausbildung, das Aufbereiten Ihrer neuen Ideen, die in der richtigen Form, das heißt in der Sprache unseres Unterbewusstseins präsentiert werden müssen, zu Ihrem Erfolg beitragen wird. In der einen oder anderen Form sind die Prinzipien dieser Methode seit vielen Jahrtausenden bekannt. Viele erfolgreiche Menschen haben schon ähnliche Techniken benutzt, um ihre Ziele zu erreichen.

Das Wissen

Jetzt sind wir schon wieder bei einem der sieben hermetischen Prinzipien. Jedes Ereignis hat seine Ursache. Jede Ursache zieht automatisch bestimmte Wirkungen nach sich. Das sieht jeder ein.

Jeder Mensch schafft sich seine Umstände selbst, und sowohl auf geistiger als auch wirtschaftlicher und körperlicher Ebene ist er seines eigenen Glückes Schmied.

Ein Unternehmen führte dazu vor einigen Jahren ein Experiment durch:

Der einen Gruppe von Praktikanten wurde gesagt, sie solle pro Monat einen gewissen Umsatz erreichen, die andere

Gruppe sollte diesen Umsatz verdoppeln. Ansonsten waren die Bedingungen für beide Gruppen gleich. Nach ihrem ersten praktischen Monat – ja, Sie vermuten richtig – hatte die zweite Gruppe die erste in einem Verhältnis von ungefähr zwei zu eins übertroffen!

Hatte diese Gruppe mehr Glück gehabt?

War die andere Gruppe vom Pech verfolgt gewesen?

Wohl kaum.

Des Rätsels Lösung lautet: Jeder Verkäufer setzte genau so viel um und verdiente so viel, wie er erwartet hatte. Dabei spielte es überhaupt keine Rolle, was er gewollt hatte. Ausschlaggebend war nur, was er tatsächlich erwartet hatte – ohne unnütz zu hoffen.

Mit anderen Worten: Sie bekommen in Ihrem Leben genau das, was Sie unterbewusst erwarten.

Ich hatte einmal einen Coachee, der darüber klagte, dass er es nicht schaffte, mit dem Nägelbeißen aufzuhören. Seine Fingernägel sahen wirklich schrecklich aus und waren bis aufs rohe Fleisch abgebissen.

„Ich habe alles versucht, was mir möglich war“, klagte er. „Nichts hat genützt. Das geht nun schon seit zehn Jahren so. Ich schäme mich und muss Handschuhe tragen.“ Nach einem Tag Mentaltraining, in dem er genau lernte, wie er seine Intention einzusetzen hatte, und mit der genauen Formulierung seiner Absicht konnte er seine tägliche Übung zu Hause starten. Nach einem Monat erhielt ich seinen Anruf, in dem er mir mitteilte: „Romano, ein Fingernagel ist schon ganz schön geworden!“

Ich fragte ihn: „Wie viele Finger hast du?“

„Na, natürlich zehn Finger“ antwortet er mir.

„Also, du hast noch viel Arbeit, dann mach weiter!“, gab ich ihm als Antwort.

Bei meinem nächsten Seminar kam er zu mir und zeigte ganz stolz seine beiden Hände mit perfekten Fingernägeln.

Das ganz Besondere daran ist: Sie brauchen sich um das Wie keine Gedanken zu machen. Das ist nicht Ihre Aufgabe, sondern die Ihrer Seele. Sie können sich darauf verlassen, sie braucht sich, im Gegensatz zu Ihnen, nicht einmal anzustrengen – wenn Sie die gewünschten Bilder richtig einprägen.

Es ist bekannt, dass der Kuckuck über das Nest eines anderen Vogels fliegt und sich Größe, Form und Farbe der Eier in diesem Nest fotografisch einprägt. Wenn die Vogelmutter einmal kurz das Nest verlässt, kehrt der Kuckuck zurück und legt sein Ei dort hinein. Dieses Ei sieht bis ins Detail so aus wie die Eier, die bereits darin liegen. Der Kuckuck verschwindet ...

Die Wissenschaft hat das Geheimnis des Kuckucks noch nicht gelüftet. Mit dieser Art von Intuition haben wir es hier zu tun. Diese Intelligenz kennt alle Kombinationsmöglichkeiten, die Haare, Nägel, Nervenzellen, komplizierte Organe wie Auge und Ohr, ja sogar Gehirn entstehen lassen! Sie hat Zugriff auf all diese verblüffenden Zusammenhänge und ist die Quelle jeder genialen Begabung. Sie ist unserem bewussten Denken haushoch überlegen.

Diese Intelligenz stellt die notwendige Energie bereit, mit der Sie Ihre Umwelt gestalten und Ihre Vorstellung zum Blühen bringen können. Sie können sich dieser Kraft bedienen und sie so lenken, dass Sie sich Ihre persönlichen Wünsche damit erfüllen können. Genauso hat es auch mein Coachee mit seinen Fingernägeln getan.

Die Entscheidung

Sind Sie mit Ihrem derzeitigen Leben vollkommen zufrieden? Kommen Sie! Ich meine, wirklich und ehrlich zufrieden. Wie

sieht es mit Ihren Finanzen aus? Sind Sie in jeder Beziehung rundum glücklich?

Ich behaupte mal, Sie sind es nicht!

Nun lautet die entscheidende Frage: Sind Sie ernsthaft bereit, dies zu ändern? Sie müssen es wirklich wollen, sich entsprechend fühlen und im tiefsten Herzen diese Entscheidung herbeisehnen.

Verspüren Sie dazu eine Notwendigkeit?

Nur wenn Sie wirklich ernsthaft Ihr Schicksal in die Hand nehmen wollen, dann – und nur dann! – sind Sie wirklich reif für eine Veränderung.

Den Menschen fallen erfahrungsgemäß alle möglichen Ausreden ein, warum sie etwas nicht tun können. Mit anderen Worten, sie sind weder willens noch fähig, ihre gewohnten Denkmuster aufzugeben. Die Kraft zur Verwirklichung unserer Wünsche wächst im gleichen Maße, wie unser Glaube an ihre Verwirklichung zunimmt. Daraus erkennen wir: Positive Aspekte wie Glück, Erfolg, Wohlstand und Gesundheit kommen nicht aus dem bewussten und krampfhaften menschlichen Wollen. Stattdessen sollten Sie Ihr Wunschbild auf Ihrem geistigen Bildschirm in allen Farben so ausmalen, als wäre es bereits Wirklichkeit.

Wenn Sie spüren, dass sich in Ihrem Leben etwas ändern muss, dann ist jetzt der Zeitpunkt gekommen. Jetzt! Gerade jetzt! Richten Sie sich darauf ein, sofort damit anzufangen – gerade, während Sie das hier lesen! Beginnen Sie jetzt! Heute noch!

Die Erkenntnis

Es bedarf zunächst eines gewissen Hintergrundwissens und der Erkenntnis, warum etwas funktioniert – und warum nicht. Die Einsicht und Erkenntnis muss von selbst kommen und lässt sich nicht erzwingen. Sie wird durch das Interesse ausgelöst,

die Triebkräfte und Gesetzmäßigkeiten des Lebens zu finden und zu ergründen. Manchmal wird dieser Prozess auch durch Lebenskrisen, Verluste und Engpasssituationen eingeleitet und unterstützt.

Haben Sie erst einmal erkannt, wie und warum etwas zustande kommt, dann wissen Sie auch, dass Sie dafür mitverantwortlich sind. Erst jetzt wird Ihnen klar, wie Sie sich zukünftig richtig verhalten müssen, damit ein gewünschtes Ereignis eintreten kann.

Nachdem Sie nun die geistigen Gesetze kennen, wie die Dinge entstehen, brauchen Sie dieses Prinzip nur noch richtig anzuwenden. Ich versuche hier, Ihnen dieses Wissen zu vermitteln. Es ist jedoch wie bei allem Neuen so, dass man aus direkter erster Hand den Wissenstransfer entspannt und sicher dadurch erfährt, dass man sich zu einem persönlichen Coaching entschließt. Mehr über diese Möglichkeit erfahren Sie auf meiner Website www.lombardi.de.

Alles ist in schönster Ordnung, solange Sie davon überzeugt sind, dass Ihre Wünsche in Erfüllung gehen. Sie fühlen sich glücklich und zufrieden. Ihr persönlicher Wille schweigt. Wenn Sie innerlich wissen, dass sich alle Ziele realisieren, wie Sie es sich vorstellen, wird es auch genau so erfolgen.

Sollten Sie jedoch daran zweifeln und etwas Unerwünschtes befürchten, erwacht Ihr menschlicher Wille und damit die Furcht, es könnte etwas schiefgehen. Aus diesem Zustand heraus versuchen Sie, mit Gewalt das zu erreichen, was eigentlich nur von selbst kommen kann. Auf diese Art heben sich die Kräfte unserer Gedanken gegenseitig auf und Sie verschwenden nutzlos Zeit und Energie.

Zweifel sind die Verräter einer guten Sache.

Die Folge ist oft ein übertriebener Aktionismus, mit dem man genau das Gegenteil erreicht. Das passiert nämlich, wenn Sie innerlich zu sehr verkrampfen, wenn der Verstand zu stark eingreift und Sie allzu sehr darum bemüht sind, bewusst und aktiv nachzuhelfen. Solange Sie im Sinne des Resonanzprinzips (siehe im Kapitel „Die sieben hermetischen Prinzipien“) handeln, fällt Ihnen alles Gewünschte als höheres Geschenk zu.

Den Vorzug geben

Das Prinzip der Abstoßung besagt: Wenn Sie ein Wunschbild erzeugt haben und nach dessen Erfüllung regelrecht süchtig sind, verhindern Sie dadurch dessen Realisierung.

Jeder von uns hat in seinem Leben schon zu spüren bekommen, dass wir das, was wir unbedingt haben wollen, nicht erhalten. Wir haben eine Sucht entwickelt und diese verhindert gerade die Realisierung unserer Vorstellung. Die Sucht nach etwas erzeugt eine negative Geisteshaltung. Sucht kann nur ins Unglück führen und erzeugt zwangsläufig Sorgen. Die Sucht verhindert, dass der Wunsch Wirklichkeit wird.

Wenn Sie sich jemals in Ihrem Leben über finanzielle Dinge Sorgen gemacht haben, dann ist das ein Zeichen dafür, dass Sie zu einem gewissen Grad der Geldsucht erlegen sind. Um sich von jeder Geldsucht zu befreien, tun Sie einfach Folgendes: Ersetzen Sie Ihre Sucht durch eine Bevorzugung! Ihre emotionale Einstellung entscheidet darüber, ob Sie etwas als Sucht oder als Bevorzugung ansehen. Wenn Sie eine Sucht in eine Bevorzugung umwandeln, müssen Sie auch Ihre Einstellung dazu ändern, weil diese, falls sich Ihr Wunsch nicht erfüllt, Reaktionen wie Rastlosigkeit, Frustration und Depression hervorruft. Diese Veränderung hat keine direkten Auswirkungen auf die

Gestaltung Ihres Lebens oder auf Ihre Ziele. Dies ist kein bloßes Wortspiel. Es bedeutet einen fundamentalen Wechsel in Ihrer Einstellung zum Geld. Wenn eine Sucht nicht befriedigt wird, dann fühlen Sie sich miserabel. Wenn das bei einer Bevorzugung so ist, dann lässt Sie das ziemlich kalt. Schließlich haben Sie nur etwas anderem den Vorzug gegeben. Ihre Einstellung entscheidet darüber, ob Sie etwas als Sucht oder als Bevorzugung ansehen – das ist der entscheidende Faktor.

Es ist nicht beabsichtigt, Ihr äußeres Verhalten zu verändern. Sie können weiterhin tun und lassen, was Sie wollen, sofern Sie erst einmal von der Sucht nach verschiedenen Dingen befreit sind. Wenn Sie zum Beispiel nicht mehr süchtig nach Geld sind, können Sie es trotzdem aktiv in Ihrem Leben anstreben – jetzt würden Sie es nur noch vorziehen, Geld zu haben. Der Unterschied ist, dass Sie nicht mehr länger Geld von Ihrem Leben fernhalten, denn Ihr Streben danach wird weit wirksamer sein als je zuvor. Streben Sie weiterhin nach Dingen, die Sie sich bevorzugt wünschen. Ändern Sie nur Ihre innere emotionale Einstellung dazu. Jeder kann das!

Jeder bekommt genau das im Leben, was er auch zu geben bereit ist. Sie werden erfahren, dass genauso viel Energie zu Ihnen zurückkommt, wie Sie abgegeben haben – die Energie wird nur unterschiedliche Erscheinungsformen haben.

Wenn diese Gesetzmäßigkeit ignoriert wird, kommt es zu Not und Sorge. Wird dieses Gesetz aber beachtet, kommt es zu einem gewaltigen Energiezufluss. Menschen, die dieses Wissen in ihrem Leben anwenden, scheinen niemals Geldsorgen zu haben.

Sie denken, dass Sie es sich einfach nicht leisten können, ein Zehntel zu verschenken? Die Frage lautet vielmehr: Können Sie es sich leisten, es nicht zu tun.

Bedenken Sie: Wohlstand ist stets ein fließender Prozess. Dieses Fließen drückt sich auch in dem Wort „Überfluss“ aus, bei dem alles Gute in reichhaltiger Fülle fließt. Geld ist eigentlich ein Symbol von fließender Energie, die wir austauschen und nutzen.

Wenn wir daher den Kreislauf von Geld durch Horten und Festhalten unterbrechen wollen, wird es irgendwann aufhören, durch unser Leben zu strömen. Damit uns diese Energie weiter zufließt, müssen wir den Kreislauf aufrechterhalten.

Den Zehnten geben oder Gutes tun ist die von alters her wirksamste Methode dazu.

Formeln

Unser Leben hier auf diesem Planeten basiert auf dem Gesetz (hermetische Prinzipien) von Ursache und Wirkung. Das bedeutet: Eine konsequent bewahrte geistige Einstellung (Ursache) verleiht unserem Geist die geheimnisvolle Kraft, solche Menschen und Umstände wie ein Magnet herbeizuziehen (Wirkung), die mit dieser Denkweise harmonieren.

Was wir ständig, bewusst und gewohnheitsmäßig zu sein glauben, ist genau das, was wir nach und nach auch werden.

Also gilt:

Im Krankheitsfalle raus aus dem Denken an Krankheiten!

Im Falle von Mangel raus aus dem Denken an Mangel!

Was dem Gefühl und der Vorstellungskraft als wahr erscheint, wird Wirklichkeit.

Unsere Ziele und Absichten können sich nur dann verwirklichen, wenn wir welche haben, uns diese genau vorstellen und uns permanent mit eigenen Bildern identifizieren können.

Was soll sich denn realisieren, wenn wir keine wirkliche Vorstellung haben? Ich wende mich hier diesem Typ Mensch zu, der Ziele hat, der aber nicht weiß, wie diese erreicht werden können. Ich konzentriere mich auf Menschen, die etwas anstreben, die Ehrgeiz entwickeln und Wünsche haben. Egal in welcher Richtung, ob groß, klein, kurz- oder langfristig.

Ich versichere Ihnen, nach dem Beginn wird nur eine kurze Zeit vergehen, bis sich die ersten Resultate einstellen. Es ist eigentlich ganz einfach, wenn man weiß wie. Mit der Kraft der Gedanken ist es wie mit dem Fahrradfahren. Haben Sie es gelernt und geübt, werden Sie schon bald in die richtige Richtung lenken, ohne umzufallen.

Mit Anima können Sie uneingeschränkt umsetzen, was Ihnen bisher nicht zugänglich war. Ihr Alter, Ihr Geschlecht, Ihre Bildung, Position und so weiter spielen dabei keine Rolle. Der Geist ist für alle gleich. Er unterscheidet nicht.

Jeder, der einen Wunsch verspürt und sich ein klares Ziel gesetzt hat, ist glücklich, wenn er sieht und weiß, dass sein Vorhaben sich verwirklicht. Tritt es dann tatsächlich in Erscheinung, muss er sich ein neues Ziel setzen. Erfüllt sich dieses ebenfalls, wird er immer sicherer in der Beherrschung seiner Gedanken. Dadurch erreicht er wiederum schneller und besser sein nächstes Ziel. Er ist auf Erfolgskurs wie in einer aufwärts führenden Spirale. Dieser Typ Mensch besitzt Überlegenheit, Sicherheit und Kraft. Er weiß ganz genau, wie das Leben funktioniert, und jeder wird seine Dynamik spüren.

Haben Sie sich dazu entschlossen, von mir eine persönliche Einweisung zu erhalten, sollten Sie sich mit klar definierten Zielen darauf vorbereiten. Überlegen Sie zunächst, was Sie gern

in den drei Lebensbereichen Sein – körperliches Sein, Tun und Haben verwirklicht sehen möchten:

Wie wollen Sie sein?

Wer möchten Sie sein?

Was wollen Sie haben?

Unsere Aufgabe wird es sein, unter Einbeziehung von Anima Ihre ganz persönlichen Vorstellungen in konkrete geistige Bilder umzuwandeln. Am Ende entsteht sozusagen eine Bilderserie, die zunächst nur in Ihrem Kopf auf Ihrer inneren Leinwand existiert. Diese Bilder stellen einen neuen Endzustand plastisch dar. Jedes Bild erhält eine Formel für den Abruf. Damit wird es aus dem Gedächtnis hervorgeholt und visuell verstärkt. Haben Sie sich in den neuen Zustand virtuell eingelebt und damit voll identifiziert, geschieht nach einiger Zeit ein Doppeleffekt. Ihre Bilder werden immer deutlicher und weisen mehr Details auf. Andererseits werden Sie selbst automatisch ruhiger und konzentrierter, was wiederum die Wirkung Ihrer Bilder verstärkt. Dies löst eine immer größere Sicherheit in Ihnen aus und ruft seelische und geistige Kräfte wach, die Sie vorher nicht gekannt haben. Zusätzlich macht sich zu jedem Bild eine eigene Gefühlslage bemerkbar, die dem sicheren Eintreten des gewünschten Zustandes vorausgeht.

Irgendwann kommt der Moment, wo die Bilder mit der Wirklichkeit übereinstimmen. Manchmal sogar verblüffend genau. Wenn Sie diese Erfahrung das erste Mal gemacht haben, werden Sie ein völlig veränderter Mensch sein. Alles wird Ihnen leicht und selbstverständlich erscheinen.

Damit Sie sich besser auf Ihre Einweisung vorbereiten können, sollten Sie wissen, welches Ziel Sie in den nächsten sechs Monaten erreichen möchten, oder anders gesagt: Stellen Sie sich genau vor, wie Ihr Leben in sechs Monaten aussehen soll:

Sie wollen Ihre körperlichen Beschwerden verlieren?
Sie streben nach mehr Funktionsfähigkeit von Muskeln, Sehnen, Organen?
Sie denken an eine neue Wohnung, ein neues Heim, einen neuen Ort?
Was möchten Sie haben?
Sie wollen ein bis jetzt nicht erreichtes Ziel erreichen?
Wer möchten Sie sein? Welches ist Ihr Selbstbild?

Bei der Formulierung beachten Sie Folgendes: Vermeiden Sie Negationen wie „kein“, „nicht“, „nie“ und so weiter. Ebenso Begriffe wie „wünsche“, „glaube“, „brauche“.

Wollen Sie wirklich das, was Sie sagen?
Lösen Sie damit Ihre jetzige Situation?
Ist Ihr Privatleben ausreichend berücksichtigt?
Ist die Formulierung genau und leicht vorstellbar?

Es ist nicht meine Aufgabe, Sie in Ihren Zielen zu beeinflussen. Ich bringe lediglich Ihre Leitsätze in die richtige Form und integriere diese in die Übungen. Somit können Sie Ihr Unterbewusstsein beeinflussen, damit es sofort beginnen kann, Ihre Bilder in die Wirklichkeit umzusetzen. Die Art der Wiederholung und die Vorgehensweise erkläre ich Ihnen im Einzelcoaching. Sie werden nach kurzer Zeit wissen, was die gedankliche Steuerung und die innere Identifizierung mit Ihren Wünschen hervorruft und in Bewegung setzt. Die konsequente Wiederholung ist der Grundstein, Ihr Unterbewusstsein wird mit der Zeit das glauben, was Sie ständig sagen. Deshalb wird es auch so eintreffen, egal ob es richtig oder falsch ist. Bedenken Sie: So wie Sie sprechen, denken und fühlen, so ist Ihr Leben.

Im Negativen haben Sie ja wahrscheinlich schon Ihre Erfahrungen gemacht. Es geht genauso im Positiven. Viele Menschen sagen ihr Leben lang – stillschweigend und ohne es überhaupt zu merken –, dass sie niemals wirklichen Reichtum ansammeln können. Weil sie die negative Vorstellung förmlich in ihr Unterbewusstsein einpflanzen, hat es gar keine andere Wahl, als die Wirklichkeit entsprechend zu formen. Das Unterbewusstsein führt alles automatisch aus, was Sie ihm durch ständige Wiederholung einreden.

Vor einiger Zeit rief mich eine Unternehmerin zu sich, damit ich gemeinsam mit ihr ihre wirtschaftliche Situation analysieren und sie mental auf Erfolg einstellen möge. Ich begann mit dem Coaching und hörte ihren Ausführungen aufmerksam zu. Sie führte all ihre Sorgen und Ängste vor Verlusten und ihre wachsende Nervosität auf. Nach einer nicht sehr langen Zeit forderte ich sie auf, in ihren Ausführungen innezuhalten. Ich sagte: „Wir machen hier an dieser Stelle mal einen Strich, eine Pause. In den letzten fünfzehn Minuten haben Sie mir genau achtunddreißig Mal gesagt: ‚Ich habe kein Geld.‘ Wundert es Sie denn überhaupt, dass Sie kein Geld haben? Sie haben doch genau das, was Sie sich ständig vorstellen und aussprechen. Sie haben das, was Sie Ihrem Unterbewusstsein predigen, und das Resultat finden Sie in den Zahlen Ihrer Bilanz. Ihre Ängste und Sorgen ziehen Sie zwangsläufig nach unten.“ Da fiel es ihr wie Schuppen von den Augen und sie erkannte ihr falsches Verhalten.

Kommt Ihnen diese Situation bekannt vor?

Wir wissen, alles ist nur Energie. Wie es sich mit dem Geld verhält, so verhält es sich auch mit der Gesundheit.

Eine meiner Coachees hat mit täglicher mentaler Arbeit ihre linksseitige Lähmung überwunden und ihr Unterbewusstsein

so überzeugt, dass sie heute, obwohl sie linksseitig gelähmt war und rechtsseitig nach der Amputation ihres Beines eine Prothese trägt, wieder angefangen hat, allein und ohne Hilfe zu gehen. Und dies, nachdem sie zehn Jahre lang an ihren Rollstuhl gefesselt war!

Ein unerschütterlicher Glaube an die Kraft der Gedanken und die Wiederholung Ihrer Formeln ist das Beste, was Sie tun können. Die Wirkung der ständigen Wiederholung auf Ihr Unterbewusstsein ist unvergleichlich. Sie erkennen immer deutlicher, dass Sie mit Anima den angenehmsten, schnellsten und wirkungsvollsten Weg einschlagen, um Wünsche, Ziele und Absichten zu verwirklichen. Egal wie Ihre jetzige Situation auch sein mag, mit diesem Wissen können Sie Ihre kühnsten Träume verwirklichen. Lösen Sie sich aus ungewollten Situationen und Zwangslagen, indem Sie neue Visionen schaffen und diese so als Wirklichkeit erleben, als ob sie bereits real wären. Tun Sie so, als ob Ihre Bilder bereits wahr sind, und sie werden wahr sein.

Sie können die Veränderungen, die meinem Coachee widerfahren sind, auf meiner Website www.lombardi.de in einer kleinen Dokumentation, die über einen Zeitraum von drei Jahren entstanden ist, verfolgen.

Auf eine Gefahr möchte ich Sie jedoch aufmerksam machen. Fehlen bei Ihren Imaginationenübungen die Achtsamkeit und die damit verbundene Ruhe, Gelassenheit und innere Harmonie, funktioniert die Umsetzung nicht. Das Gegenteil kann eintreten, Ihre Situation kann sich verschlechtern. Sie werden nicht wissen warum und versuchen, mit Gewalt und bohrenden Anstrengungen die Realisierung Ihrer Bilder zu erzwingen. Dann tritt folgendes Phänomen auf: Sie signalisieren damit Ihrem Unterbewusstsein einen Mangelzustand, denn durch das

Erzwingenwollen spüren Sie das intensive Gefühl des Nichthabens. Und genau das bekommen Sie dann auch. Nervosität, Sorgen und Ängste vor Unwägbarkeiten machen sich breit – die Spirale zieht Sie zwangsläufig nach unten.

Unruhe und Furcht sind unsere größten Feinde. Wie Sie in der Übung in Kapitel II gelernt haben, besiegen wir diese Feinde mit Achtsamkeit und Bewusstheit im Hier und Jetzt.

Mit einer weiteren Atemtechnik besiegen wir dieses innere Gesindel, das sich einschleicht, wenn wir nicht darauf achten, und das unser Leben so vergällen kann.

Ich wiederhole nochmals:

Entweder eine Sache geht von allein oder sie geht gar nicht. Gefühl und Vorstellungskraft wirken nur, wenn sie von souveräner Ruhe begleitet werden. Auch Ungeduld und übermäßige Erwartungen können das Resultat verzögern.

Erst wenn Ihnen die Erfüllung gleichgültig geworden ist, das heißt, wenn Sie das zu erwartende Resultat emotionslos im Sinne von bereits vorhanden, also als selbstverständlich betrachten, kann es wahr werden. Wenn Sie einen Plan zu einem bestimmten Vorhaben fassen, wollen Sie ihn auch verwirklichen. Wenn Sie sich das nur vornehmen, kommt das Bestreben nach Verwirklichung schnell wieder zum Erliegen. Warum? Es war zu wenig Energie im Spiel, um das Ergebnis zu erzeugen. Sie müssen Ihren Gedanken deshalb stets neue Energie liefern. Wenn Sie ständig denselben Gedanken kreisen lassen, werden Sie bald Ergebnisse sehen. Wiederholen Sie eine Zeit lang denselben Gedanken häufiger, wird Ihr Unterbewusstsein bald rationale Einwände umgehen können. Mit der Zeit wird Ihre Vorstellung dort fest verankert.

Die Wiederholung einer Formel ist die einzig bekannte

Methode, dem Unterbewusstsein ein Bild mit voller Kraft einzuprägen.

Die Umsetzung

Seit etwa acht Jahrtausenden wird unisono die folgende These verbreitet: Sei wachsam – konzentriere dich – und deine Wünsche erfüllen sich von selbst!

Wenn es tatsächlich so eminent wichtig ist, Ruhe, Gleichmut und Gelassenheit zu besitzen und auszustrahlen, ist es geradezu unsere Pflicht, die dafür notwendigen Techniken zu erlernen und zu beherrschen. In der Ruhe liegt die Kraft, das ist ein offenes Geheimnis. Mit ein wenig Geduld und dem Wissen, dass sich deutlich vorgestellte Ziele verwirklichen werden, besitzen wir ein unglaublich mächtiges Werkzeug, mit dem wir all unsere Absichten und Ziele erreichen können.

Lesen und reines Wissen sind, wie gesagt, die eine Seite. Eine ganz andere ist jedoch die Umsetzung, die Anwendung, eine wirkungsvolle Methode, die man jederzeit leicht im Alltag realisieren kann. Erst damit lassen sich alle Ziele verwirklichen. Wir alle wollen siegen, allerdings nehmen sich nur wenige Menschen die Zeit zur Vorbereitung. Mit der geistigen Disziplin ist es ebenso. Die Ursache, weshalb bisher nur relativ wenigen der Durchbruch gelang, liegt nicht etwa beim Schwierigkeitsgrad, sondern eher beim Programm.

„Die Kraft der Gedanken“, meine audio-visuelle CD, bietet Ihnen, was Sie dafür brauchen: eine leicht anwendbare und permanent in ihrer Wiederholung wirkende, ganz individuell gestaltete Technik zum Erreichen jedes denkbaren Zieles.

Die Vorgehensweise mit „Die Kraft der Gedanken“ verbindet Wirkelemente aus Coaching, Mentaltraining, Superlearning und Autogenem Training.

Durch die Kombination der Vorteile entsteht ein systemischer Effekt, der größer ist als die Summe seiner Einzelkomponenten. Im Verbund ergänzen, beschleunigen und verstärken sie die Wirkung auf beeindruckende Art und Weise.

Diese Vorgehensweise habe ich über einen Zeitraum von mehreren Jahren immer wieder mit meinen Coachees angewendet und sie zeigte jedes Mal unwiderlegbare Ergebnisse. Mit der Zeit habe ich diese Methode schließlich verfeinert.

Ein Coachee hat zugestimmt, unter Wahrung ihrer Anonymität in diesem Buch ein herausragendes Ergebnis zu veröffentlichen. Diese Frau kam zu mir, um mit der Methode „Kraft der Gedanken“ eine erfolgreiche Selbstständigkeit zu erreichen. Nachdem sie mir erklärt hatte, was sie erreichen wollte, lernten wir die Vorgehensweise und legten unsere Formeln fest. Kurz darauf erhielt sie ihre CD und startete damit zu Hause ihre täglichen Übungen. In ihrer Formel ging es darum, eine eigene Farm zu erwerben, von wo aus sie ihre Hundeschule führen wollte. Das war ihr Traum, den sie jetzt realisieren wollte. Die Tatsache, dass sie für die Umsetzung dieses Projektes kein Geld zur Verfügung hatte, ignorierten wir einfach. Es war für die Frau anfangs nicht leicht, aus ihrem alten Denken herauszufinden und zu akzeptieren, dass wir unser Leben in die Hand nehmen können und dass dies nicht zwangsläufig mit Geld zu tun haben muss. Das Leben kann sich in Tausenden von unterschiedlichen Möglichkeiten abspielen, und Geld ist nur eine der multiplen Ebenen, auf denen unser Leben sich ereignet.

Das Leben ist ein Spiel, spiele es!

Nach einigen Monaten konsequenten Übens erzählte mir eben genannter Coachee am Telefon, dass sie eine Offerte für eine Farm verfolgte, aber das Geschäft wegen Geldmangels nicht zustande käme.

„Mach weiter, verharre nicht im alten Denken, dein Unterbewusstsein wird dies für dich erledigen!“, gab ich ihr mit auf den Weg.

Nachdem der Farmer diese Frau kennengelernt hatte und von ihrer Vorstellung begeistert war, die normale Landwirtschaft könnte die Farm nicht tragen, war er zu Kompromissen bereit und übergab meinem Coachee seine Farm zu Konditionen, die einer Altersrente entsprachen. Heute ist die Farm eine lebendige Tierfarm, auf der man seine Tiere unterbringen und auch trainieren lassen kann. Nach einer längeren Anlaufzeit trägt sich heute die Farm und ernährt meinen Coachee.

Dazu geschah noch ein weiteres ungewöhnliches Ereignis. Beim Restaurieren der Wohnstube wurde ein alter Balken freigelegt und dabei eine Inschrift sichtbar gemacht. Es kam ein Name zum Vorschein, der genau mit ihrem Familiennamen übereinstimmt. Das Farmhaus ist einige Hundert Jahre alt ...
Kehrt hier jemand zurück?

Solche und viele andere Ereignisse durfte ich in den letzten Jahren mit dieser Arbeit erleben.

In eigener Sache

Den Autor Romano Lombardi erreichen Sie über seine Website www.lombardi.de.

Auf dieser Website finden Sie zu einzelnen Übungen Audio-Dateien zum Herunterladen.

Sollten Sie Interesse daran haben, ein Mental-Coaching mit Romano Lombardi für Ihre eigene CD zu vereinbaren, entnehmen Sie bitte der Website alle weiteren Einzelheiten.

Coach Romano Lombardi hält Vorträge und Workshops, bei denen auch sein Coachee Marianne – Sie haben diese Frau in diesem Buch bereits kennengelernt – anwesend ist. Den Terminkalender präsentieren wir Ihnen ebenfalls auf der Website.