

Was ist das Geheimnis von „The Secret“?

Vorab: es geht um das Gesetz der Anziehung. Die folgenden 4 Zeilen fassen kurz und prägnant zusammen, um was es im restlichen Text geht.

Wenn Sie es glauben können,
Wenn Sie es sich vorstellen können,
Wenn Sie danach handeln können,
dann wird es auch Realität.

Die Begegnung mit „The Secret“

Seit Mitte 2007 bin ich immer wieder dem Buch „The Secret“ begegnet und nie habe ich es gelesen. In verschiedenen Buchläden haben sich Leute gezielt und mit großer Vorfreude darauf gestürzt. Bei Diskussionen wurde gesagt: „Es ist doch nichts Neues, aber eine interessante Zusammenfassung, von dem was Du doch schon weisst“. Ende 2007 bin ich dem Buch „The Secret about The Secret“ begegnet und das machte mich dann doch stutzig. „Was ist es denn und wieso ist es so ein „Hype“ - sollte ich es doch mal lesen“, dieser Gedanke war in meinem Kopf. Im Januar 2008 erzählte mir jemand vom Film The Secret – ich dachte: „Aha, ja wieso nicht“ und schon nahm alles seinen Lauf. Nicht einmal eine Woche später bekam ich die DVD in die Hände gereicht mit dem Hinweis, das könnte mich doch auch interessieren.

Ich sah den Film mit Zurückhaltung und verhaltenem Interesse und ja – da wird nichts Neues enthüllt, aber das bekannte „Gesetz der Anziehung“ wird gut und vor allem nachhaltig erklärt. Dies veranlasste mich, den Film ein zweites Mal anzuschauen, um Notizen zu machen und diese in der Arbeit mit meinen Kunden einfließen zu lassen.

Bevor ich einiges meiner Niederschrift hier aufführe, noch kurz wieso in meinen Augen „The Secret“ so ankommt: es ist das Marketing drum rum: die Aufmachung mit Siegelack, die verschiedenen Personen (Quantenphysiker, Philosophen, erfolgreiche Geschäftspersonen, Heiler,...) die zu Wort kommen und dann die Zitate, die belegen, dass vor unserer Zeit, schon sehr viele Leute dieses Geheimnis mit Erfolg genutzt haben.

The Secret: Das Gesetz der Anziehungskraft

Was wollen Sie wirklich – What do you really want? Eine Kernfrage zum Erfolg in der Umsetzung dieses Geheimnisses der Anziehungskraft. Wir haben es selbst in der Hand, zu sein, zu haben oder zu tun, was immer wir wollen.

Gemäss Ralph Walter Emerson (1803-1882): „Das Geheimnis ist die Antwort auf alles das war, das ist und das je sein wird.“

Das Naturgesetz der Anziehung meint vereinfacht ausgedrückt: Gleiches zieht Gleiches an. Unsere Bilder im Kopf ziehen Dinge in unserem Leben an. Wenn Sie es sich in Ihrem Kopf vorstellen können, werden Sie es in Ihrer Hand haben – es ist nur eines zu tun: sich absolut klar zu sein, was Sie wollen, denn Gedanken bekommen Realität – eine physische Manifestation des Gedankens also. Wie geht das?

Gedanken haben eine Frequenz und die wird ausgesandt. Diese Schwingungen verhalten sich dann wie ein magnetisches Signal und ziehen in der Materie an, was in den Gedanken „visualisiert“ wurde. Positive Gedanken ziehen Positives an, negative Negatives. Doch der reine Gedanken an etwas reicht noch nicht aus, Sie müssen sich auch so fühlen, als ob es schon Realität wäre – also eine imaginäre Welt dazu realisieren, aber warum?

Wir haben über 60'000 Gedanken pro Tag und all diese bewusst zu kontrollieren, wäre eine ungeheuerliche Arbeit. Bei den Gefühlen ist es einfacher, da es viel weniger sind und man macht sich zu nutze, dass die Gefühle unsere Gedanken beeinflussen. Kennen Sie „Murphies law“? Gemäss diesem Gesetz, soll es tatsächlich Tage geben, an denen alles schief läuft. Nach dem Gesetz der Anziehung ist das auch korrekt: denke ich, es geht alles schief, wird es sich auch so manifestieren! Daher, wenn ich gute Gefühle wie z.B. Freude, Dankbarkeit, Liebe, Hoffnung fühle, dann ziehe ich auch mehr gute Gefühle an. So zu sagen Ihre Gefühle als Feedback-loop zum Erfolg. Auf was Sie sich also hauptsächlich und kontinuierlich konzentrieren, wird Realität. Oder in den Worten von Winston Churchill (1874-1965): „Im Laufe des Lebens erschafft man sich sein eigenes Universum.“

Die 3 Schritte in der Umsetzung

1. Bitten
Ganz nach der Geschichte von Aladin und der Wunderlampe. Sie müssen darum bitten, dass Ihr Wunsch in Erfüllung geht.
2. Glauben und Fühlen
Danach müssen Sie daran glauben, dass es klappt, und zwar ohne jeglichen Zweifel. Denn Zweifel erstickt die Umsetzung im Keim. Aber glauben Sie nicht nur daran, sondern geben und fühlen Sie sich so, als ob es schon Realität wäre
3. Empfangen
Und nicht zuletzt diese Gefühle und, wenn der Wunsch Realität wird, die Umsetzung Ihres Wunsches annehmen und nicht verleugnen.

Das klingt doch recht einfach, aber vor allem im Schritt 2 sind wir Menschen Weltmeister im Versagen. Wie oft kommen uns Zweifel, dass etwas, das wir uns wünschen auch Realität wird und „schwupps“ ist es schon passiert. Daher: kontinuierlicher und unerschütterlicher Glaube an Ihren Wunsch ist ein wichtiger Schlüssel zum Erfolg. Ein weiterer ist, nicht nur daran zu glauben, dass es in Erfüllung gehen kann, sondern auch die Gefühlswelt in der „was-wäre-wenn“ - Situation aus zu leben. Wie fühlt es sich an diesen Job, soviel Lohn, diese Verantwortung oder was immer sie sich wünschen, zu haben? Geben Sie sich diesem Gefühl hin und zelebrieren Sie die Umsetzung Ihres Wunsches in die Realität.

So, soweit so gut, aber was wenn Sie sich zwar vorstellen können, dass es so ist, aber den Weg dahin nicht kennen? Kennen Sie diese Situation, dass Sie in einer dunkeln Nacht auf einer Ihnen unbekanntem Strasse fahren und sich anhand des vom Abblendlicht erhellenen Wegstückes und den Wegweisern orientieren? Sie werden ans Ziel kommen, auch wenn Sie nicht von Beginn an den ganzen Weg gesehen haben. Gemäss Martin Luther King (1929-1968): „Mach den ersten Schritt im Vertrauen. Du brauchst nicht den ganzen Weg zu sehen, mach einfach den ersten Schritt“. Der Rest wird für Sie gemacht – Sie denken und wünschen und der Rest wird für Sie erledigt – das ist das Geheimnis des Universums.

Um sich mit dieser Ideologie vertraut zu machen, gibt es 2 gute Übungen, die Sie täglich machen können: Die Erste ist, Dankbarkeit zeigen, für das was Sie schon haben, und die Zweite, sich seine Wünsche klar vorzustellen, so genannt zu visualisieren. Das Gefühl der Dankbarkeit für das, was schon da ist, wird eine positive Energie in Ihrem Leben als Basis legen. Und wenn Sie mit Ihren Gedanken sich ausmalen, wie Ihre Zukunft sein wird, sind Sie auf dem besten Weg der Umsetzung. Gemäss Albert Einstein (1879 – 1955): „Imagination ist alles. Sie ist die Vorschau auf die künftigen Attraktionen des Lebens.“

Als Kurzrezept für jeden Tag:

1. Entscheiden Sie sich, was sie wollen
2. Glauben Sie daran, dass Sie es haben können
3. Stellen Sie sich vor, dass Sie es schon haben und leben Sie die Gefühle dazu
4. Seien Sie dankbar, für all das, was Sie schon haben

Nach W. Element Stone (1902-2002): „Was der Geist ersinnen kann, das kann er auch erreichen.“ Als Folge daraus ist es eine Tatsache, dass das Heute in Ihrem Leben, das Resultat Ihrer vergangenen Gedanken ist. Wenn Sie daher heute beginnen, sich etwas Anderes zu wünschen, dann legen Sie die Basis für Ihr neues Leben – seien Sie der Gestalter Ihres Lebens. Im vollen Bewusstsein, dass es nur jemanden in dieser Welt gibt, der für die Freude, das Glück und den Erfolg in Ihrem Leben verantwortlich ist, und das sind Sie!

„Folge Deinem Gefühl und das Universum wird Dir Türen öffnen, wo vorher nur Wände waren.“
Joseph Campbell (1904 – 1987)

Und weil es nicht genug gesagt werden kann – die Energie richtet sich nach den Gedanken, auch den Negativen. Schon Carl Gustav Jung sagte: „Wogegen Du Deinen Widerstand richtest, dem schaffst Du Bestand“.

Henry Ford (1863-1947) fasste es so zusammen: „Ob Sie denken, dass Sie es können, oder ob Sie denken, dass Sie es nicht können, in beiden Fällen haben Sie recht.“ Daher Positives denken um Positives zu erzeugen.

Wenn Sie es glauben können,
Wenn Sie es sich vorstellen können,
Wenn Sie danach handeln können,
dann wird es auch Realität.

Der erste aller Schritte ist, dass Sie sich entscheiden, was Sie wollen und dann fest daran glauben, dass es auch Realität wird, nicht nur im Kopf, sondern mit Ihrem ganzen Herzen!

Viel Erfolg dabei und wenn Sie Unterstützung wollen, dann zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren - wir begleiten Sie gerne! contact@beachtig.ch ; Tel +41 43 268 56 60.