

Endgültig offenbart.....

# Die erstaunliche Kraft der Dankbarkeit!

Wie man die fünf großen Fehler behebt,  
die dich davon abhalten,  
Dankbarkeit auszudrücken,  
daß sie für dich arbeitet.



(Passiflora 2)

**Wes Hopper**  
**Horn Creek-Production**  
[www.HornCreek.com](http://www.HornCreek.com)

Übersetzt von Helmut Linde,  
[www.linde-seminare.de](http://www.linde-seminare.de)

Das Bild stammt von der Künstlerin  
Mariana Beek/NL, [Soul & Art](#)

## **Danksagung**

Durch Beibehaltung des „du“ möchte ich dieses Werkzeug auf der persönlichen Schiene belassen, denn wir reden weder Gott noch uns selbst mit „Sie“ an.

Als erstes möchte ich Ingo Korsch danken, der mich wiederholt und nachdrücklich auf dieses Buch hingewiesen hat. Ihm verdanken wir indirekt die vorliegende deutsche Übersetzung dieser wunderbaren Schrift.

Des weiteren bedanke ich mich bei meinem Sohn Henning und seiner Frau Mariana, Gerhard Hoffmann, Peter Hofmann und Erhard Leuchtmann, die mir bei Redenwendungen oder speziellen Ausdrücken behilflich waren. Da sie jahrelange Erfahrungen im angelsächsischen Sprachraum haben, war mir ihre Hilfe sehr wertvoll. Außerdem habe ich beim Layout dieser Schrift viel gelernt, was einen extra Dank für Henning rechtfertigt, der mir jederzeit per Telefon unermüdlich zur Seite stand.

Mein besonderer Dank gilt Wes Hopper, der mir ganz unkompliziert per Mail die Erlaubnis erteilte, diese Übersetzung frei auf unserer Homepage anzubieten. Damit hast Du mir das größte Geschenk gemacht, Wes!

Viele Sätze und Absätze konnte ich zwar auf Anhieb verstehen, jedoch nicht sofort in deutsche Worte fassen. So war es eine doppelte Belohnung für mich: Ich profitierte vom erstklassigen Text und den verbesserten Sprach-Kenntnissen, wofür ich dem Leben danke. Bei der Arbeit an diesem Buch und der ersten Anwendung der fünf Schritte gab das Leben mir Geschenke in Form von Aufträgen, Geld, Hilfe und Zuwendung. Aber auch einige Situationen, in denen ich Dankbarkeit und Verzeihen üben konnte... Besserer Unterricht ist kaum denkbar. Danke!

Hiermit übergebe ich voller Dankbarkeit den Lesern des deutsch-sprachigen Raumes dieses wertvolle Büchlein zur Lektüre, Anwendung, Verbesserung ihres Lebens und Segen der ganzen Familie sowie zur Weitergabe an Interessenten.

Helmut Linde, im Mai 2007

# Nachdruck- und Neu-Verteilungsrechte...

## Gratulation!

Du besitzt jetzt die Nachdruck- und Neu-Verteilungsrechte für dieses ebook,  
**„Die Erstaunliche Macht der Dankbarkeit“** ohne Kosten für dich!  
**Das entspricht einem Wert von 29 \$!**

Indem du die Nachdruck-Rechte besitzt, kannst du es frei nachdrucken und dieses ebook im Druck oder elektronischer Form neu verteilen. Du kannst es als Bonus für deine Kunden verwenden oder es einfach weggeben. Die einzigen Beschränkungen sind, daß du es nicht verkaufen oder in irgendeiner Weise modifizieren darfst.

Copyright © 2004 Wes Hopper  
Alle Rechte reserviert bei Horn Creek Productions LLC  
[www.HornCreek.com](http://www.HornCreek.com)

Dieses ebook kann heruntergeladen werden auf  
[www.DailyGratitude.com](http://www.DailyGratitude.com)  
und  
[www.linde-seminare.de](http://www.linde-seminare.de)

Für weitere Informationen über Seminare und Produkte zum Erfolg siehe  
[www.HornCreek.com](http://www.HornCreek.com)  
[www.HowToCreateSuccess.com](http://www.HowToCreateSuccess.com)  
[www.TheCertainWayToSuccess.com](http://www.TheCertainWayToSuccess.com)  
[www.You-Can-Have-It.Com](http://www.You-Can-Have-It.Com)

### Haftungs-Ausschluß

Diese Veröffentlichung ist exakt nach bestem Wissen des Autors entworfen, jedoch nicht dafür, finanziellen bzw. psychologischen Rat zu geben oder einen beruflichen Ratgeber in jenen Gebieten zu ersetzen. Bei Benutzung der Ideen dieses Buches wird keine Garantie für speziellen finanziellen oder psychologischen Erfolg übernommen. Deine Ergebnisse hängen von deinen Verhältnissen, Bemühungen, Fähigkeiten und deiner Anwendung ab.

# Das fehlende Verbindungsstück...

Es gibt eine Tonne Informationen, die umherschwimmt, wie man erfolgreich ist – sowohl online als auch im Buchhandel. Ich bin sicher, daß du über den Gebrauch einer klaren Vision, eines starken Glaubens, eines guten Verständnisses menschlichen Verhaltens sowie über die Prinzipien des Einflusses und vom Talent gehört hast, sein Copyright zu schützen.

Wenn du so bist wie ich, hast du dir vermutlich ein Bücher-Regal „von 10.000 €“ voll mit Material von Bob Proctor, Joe Vitale, Jim Rohn, Dan Kennedy und vielen anderen zugelegt. Das ist unschätzbar, und ich würde meine Bibliothek gegen nichts auf der Welt eintauschen.

Aber was geschieht, wenn wir das ganze Zeug aus Büchern und Bändern gern tun wollen, mindestens so gut wie es unserer Fähigkeit entspricht, und wir nicht wirklich da sind, wo wir sein wollen? Ist es möglich, daß es noch ein fehlendes Glied in unserem Erfolgs-Programm gibt?

Nach dem, was ich gesehen habe, gibt es ein sehr bekanntes Stück, das links liegen gelassen wird. Wir sind so beschäftigt mit dem Tun, daß wir es vernachlässigen. Es gibt auch einige geistige Hindernisse, die im Weg sind.

Es ist eine einfache Idee, aber nicht immer leicht, aus Gründen, die wir in diesem Buch behandeln. Das ist auch eines der wenigen Dinge, die Mama mir über das Leben beibrachte, was wahr ist, wie sich herausstellte!

„Wes“, sagte sie, „sage danke, wenn du etwas bekommst!“

Natürlich, es ist mehr daran als das, und Mama hatte nur halb recht, aber zumindest war sie auf dem richtigen Weg.

„Na, warte einen Augenblick“, könntest du sagen. „Ich leiste Knochen-Arbeit in meinem Beruf, und ich habe die ‚knochigen‘ Finger, um es zu beweisen! Wem oder für was soll ich ‚danke‘ sagen und warum?“

Zu dem „Wem“ kommen wir später, aber für das „Warum“ müssen wir auf die Art des Universums schauen, in dem wir leben. Wir leben nicht in einem Universum aufs Geratewohl von Zufall und Glück. Wir leben in einem Universum, das nach Gesetzen funktioniert – nach voraussagbaren, reproduzierbaren und verständlichen Gesetzen.

*„Erfolgreiche Leute haben Bibliotheken. Der Rest hat große Fernseh-Bildschirme.“  
Jim Rohn*

*„Viele Leute, die ihr Leben in allen anderen Bereichen richtig geordnet haben, bleiben durch ihren Mangel an Dankbarkeit in Armut.“  
Wallace Wattles*

Das beste Programm, das ich jemals über diese Gesetze gefunden habe, ist das Buch von Wallace Wattles, „*Die Wissenschaft des Reich-Werdens*.“ Darin sagt er:

*„Es gibt ein Gesetz der Dankbarkeit, und wenn du die Ergebnisse bekommen willst, die du suchst, ist es absolut notwendig, dieses Gesetz einzuhalten.“*

Nun, was ist das Gesetz der Dankbarkeit, und wie funktioniert es? Wattles fährt fort uns zu sagen, daß es eine Anwendung des Gesetzes von Ursache und Wirkung ist:

*„Das Gesetz der Dankbarkeit ist das natürliche Prinzip, daß Handlung und Reaktion immer gleich sind, aber in entgegengesetzter Richtung laufen.“*

Was er meint, ist Folgendes: Wir wissen, daß alles, worauf wir unsere Aufmerksamkeit und emotionale Energie richten – gut oder schlecht – schließlich in unserem Leben auftaucht. Das Universum und unser Unterbewußtsein unterscheiden nicht gut von schlecht, und sie behandeln Angst und Begeisterung genau gleich. Wenn wir Energie darauf geben, erteilen wir einen Auftrag dafür.

Dann ist es wichtig, positive Energie darauf zu richten, was wir wollen und nicht negative Energie (Angst, Sorge) auf das, was wir nicht wollen.

Dankbarkeit ist so wichtig, weil es eine sehr hohe Energie ist, eine positive Schwingung der Gedanken. Sie ist stark anziehend! Wattles sagt, daß sie uns mit der Quelle verbindet:

*„Du kannst nicht viel Macht ohne Dankbarkeit ausüben, weil es Dankbarkeit ist, die dich mit der Macht verbindet. Die kreative Macht in uns bringt uns in das Bild davon, worauf wir unsere Aufmerksamkeit lenken. Der dankbare Geist richtet sich ständig auf das Beste aus, deshalb wird er das Beste erhalten.“*

Siehst du, was er sagt? Wer für **alles** dankbar ist, richtet sich darauf aus, was er will. Es ist ein Weg, sicherzustellen, daß wir die höchstmögliche positive Energie auf unsere Wünsche lenken und Energie von Zweifeln und Angst fernhalten, die wir nicht wollen.

Das ist der Grund, daß fast jeder, der andere über Ziele unterrichtet, darauf besteht, dein Ziel als *bereits erreicht* zu sehen und – jetzt – dankbar zu sein! Die Anwendung von Dankbarkeit ist eine kraftvolle Art, um sicher zu sein, starke Energie auf das Ziel zu richten.

*„Laß den, der es will, dies lernen: Es läuft alles nach Gesetz ab, sogar Staub und Federn und nicht nach Zufall oder Glück.“*  
Ralph Waldo Emerson

*„Deine Gedanken sind Werkzeuge, mit denen du deine Lebens-Geschichte ins Wesen des Universums einmeißelst. So wie du deine Gedanken wählst, wählst du die Ergebnisse.“*  
Imelda Shanklin

Du denkst, das mit der Dankbarkeit sei so wichtig, daß sich jeder dessen bewußt sein würde. Aber was ich bemerkt habe, ist, daß viele Menschen den Erfolg wirklich *abstoßen*, den sie wollen, ohne es zu wissen, weil sie dieses Gesetz mißachten!

Es gibt fünf entscheidende Fehler, die Leute davon abhalten, dankbar zu sein. Sie alle haben mit Fehlern in unserem Denken und Glauben zu tun – sie sind es, die wir dir zeigen werden und wie man sie korrigiert.

Wir beginnen damit, indem wir auf die Frage schauen, die Einstein stellte, was das Wichtigste ist und was sich jede Person selbst beantworten muß.

## Einsteins Frage...

Einstein behauptete, daß die Antwort darauf sehr wichtig sei:

*„Ist das Universum unseren Wünschen freundlich gesinnt?“*

Es scheint ein wenig ungewöhnlich, wenn ein Wissenschaftler wie Einstein andeutet, daß das Universum eine Tendenz dafür haben könnte, ob wir erfolgreich sind oder nicht. Jedoch denke ich, daß er uns bat zu entscheiden, ob das Universum dafür vorgesehen ist, es uns leicht oder schwierig zu machen.

Mit anderen Worten: Gibt es genug für jeden?

Wie wir diese Frage beantworten, macht einen großen Unterschied aus! Immerhin, wenn es eine beschränkte Versorgung des „Zeugs“ gibt und viele Leute es wollen, dann ist das Leben schwierig. Viele Menschen glauben das. Wir nennen es ‚Knappheit‘ oder ‚Mangel‘-Denken. Es ist hart, dankbar zu sein, wenn es nicht genug gibt.

Dieser Glaube führt zum Konkurrenz-Denken – der Idee, daß du, um das zu kommen, was du willst, es jemand anderem wegnehmen muß. Das ist ein Glaubens-System, das Angst und Sorge fördert. Die meisten Verkaufs-Trainings basieren auf dieser Idee. So entstehen alle Kriege.

*„Leute, die für Dinge aufrichtig dankbar sein können, die sie nur in der Vorstellung besitzen, haben echten Glauben. Sie werden reich und werden die Schöpfung all dessen veranlassen, was immer sie wollen.“*  
Wallace Wattles

*„Das ist eine große Wahrheit: Das Universum, in dem wir leben, ist seltsam und wunderbar entgegenkommend.“*  
Eric Butterworth

Wie leicht ist es für jemanden, dankbar zu sein, wenn er denkt, daß das Universum dafür eingerichtet ist, Dinge schwierig für ihn zu machen? Besonders, wenn sein Denken fortfährt, Situationen zu schaffen, in denen er Recht bekommt, wie schwierig es ist?

Laß mich dir zeigen, wie reichlich vorhanden alles im Universum wirklich ist. Sowohl Wissenschaft als auch Spiritualität sagen uns, daß alles aus demselben ursprünglichen Stoff gemacht wird. Die Wissenschaft nennt es Energie. Gibt es genug, um mehr davon zu schaffen, was wir brauchen?

Ein neues wissenschaftliches Gutachten über den Kosmos zählte alles zusammen, was man finden konnte und ermittelte, daß nur ungefähr 4 % der vorhandenen Energie verwendet wurde, um das gesamte Universum zu bilden! Da sind 96 % übriggeblieben oder *noch genug für 25 Universen!* Das scheint mir ziemlich reichlich zu sein.

So wollen wir eine andere Denkart wählen. Wir können einen Überfluß an Vorrat erkennen, eher als Knappheit. Wir können vorziehen, unseren Erfolg zu schaffen, anstatt um einen beschränkten Vorrat zu konkurrieren. Wenn wir das tun, hören wir auf, Opfer der Umstände zu sein und beginnen, unsere Macht über unser Leben zurückzufordern! Wenn wir das Universum auf diese Art betrachten, ist das der erste Schritt vom Gesetz der Dankbarkeit.

## Kein Widerstand...

„Kein Widerstand“ ist eines der am meisten mißverstandenen Prinzipien des Erfolgs, und das Nicht-Praktizieren hält furchtbar viele Leute von der Dankbarkeit fern. „Kein Widerstand“ nimmt einfach die geistige Einstellung an, daß das, was auch immer gerade ist, **ist**, und wir nicht dagegen kämpfen.

Die meisten von uns gehen mit vielen Meinungen in ihrem Denken darüber durchs Leben, wie Dinge, die „sind“, auf eine andere bestimmte Weise „sein sollten“.

Versteh mich hier nicht falsch. Ich spreche nicht über das einfache Zeug, wenn das Auto in der Auffahrt steht und in der Garage sein sollte. Wenn es so ist, geh' raus und fahre es rein!

Worüber ich spreche, ist das übliche Verhalten von Leuten und bei Umständen, an denen wir nichts ändern können. Wir sagen zu uns selbst (und anderen): „Er hätte das nicht tun sollen!“, „Das Auto hätte hier nicht kaputtgehen dürfen!“, „Sie hätte nicht mich so behandeln sollen!“, „Wir hätten diesen Auftrag bekommen müssen!“

*„Dankbarkeit wird dich in naher Harmonie mit kreativem Denken halten und dich davor schützen, ins Konkurrenz-Denken zu fallen. Es wird dich vom Denk-Fehler abhalten, der Vorrat an Reichtümern sei begrenzt – und zu denken, daß es für deine Ziele verhängnisvoll sei!“*

*Wallace Wattles*

Klingt das bekannt? Das tut es vermutlich, wir haben es alle getan. Es gibt jedoch einige Dinge darüber zu bemerken.

Zuerst beachte, daß wir mit der Wirklichkeit streiten, mit der Art, wie es ist! Wie erfolgreich werden wir wahrscheinlich damit sein?

Beachte zweitens die Gedanken, die mit dieser Einstellung einhergehen. Jemand oder etwas hat unser „Zeug“ genommen (Geld, Erfolg, Liebe, Achtung), und wir sind Opfer. Das beruht alles auf dem „Nicht-genug“-Denken. Wie kannst du irgendwelche Dankbarkeit in einem Haufen geistiger Kacke wie diese finden?

Das ist das, wobei „Kein Widerstand“ so wichtig ist. Bedenke, daß „Kein Widerstand“ nicht bedeutet, ein Fußabtreter für jeden sein zu müssen. Es bedeutet nur, daß du mit der Wirklichkeit nicht streiten sollst. **Was ist, das ist!**

Statt des Argumentierens wende eines der universalen Gesetze an, das Gesetz der Gegensätze (oder Polarität). Dieses Gesetz stellt einfach fest, daß alles zwei gleichwertige und entgegengesetzte Seiten hat. Jede Situation, die schlecht aussieht, hat einen gleichen Umfang an Gutem, wenn du danach suchst.

Wenn du das wirklich verstehst, wird es dein Leben dramatisch ändern, so denke sorgfältig drüber nach! Alles, was gerade geschieht, „ist“. Wie zwei Seiten einer Münze hat es eine Seite, die „schlecht“ aussieht und es eine Seite, die „gut“ aussieht.

Du hast die Wahl. Was auch immer du rufst, wird für dich da sein!

Hier ist das, wie du „Kein Widerstand“ in jeder Situation anwendest. Zuerst erinnere dich, daß das Universum freundlich zu dir ist. Es gibt einen nahezu unbegrenzten Vorrat von allem, was du brauchst. Es gibt immer genug Geld, Kunden, Zeit, Liebe, Freunde usw., so daß dich keine Situation lange ohne jene Dinge zurücklassen kann. Du brauchst nicht wirklich „diesen einen“, du kannst zum nächsten weitergehen.

Als nächstes erinnere dich, daß du entscheiden kannst, wie du die Situation nennst – gut oder schlecht. Du weißt, daß das Gute da ist (und, ja, ich weiß, es ist manchmal schwer zu erkennen, wenn du mittendrin steckst), aber du weißt wirklich: **Es ist da.**

*„Die einzige Zeit, in der wir leiden, ist die, wenn wir dem Gedanken glauben, der damit streitet, was ist. Der ganze Streß, den wir fühlen, wird dadurch verursacht, daß wir damit argumentieren, was ist.“  
Byron Katie*

*„Und weil alle Dinge zu deinem Fortschritt beigetragen haben, solltest du alle Dinge in deine Dankbarkeit einbeziehen.“  
Wallace Wattles*

Die schlechtesten Erfahrungen, durch die ich in meinem Leben gegangen bin, haben sich ohne Ausnahme, letztendlich als die größten Geschenke erwiesen. Sie waren meine Lehrer, und jede enthielt den Samen von etwas erstaunlich Gutem für mich. Manchmal dauerte es eine Weile, um es zu finden, aber es war immer da.

Ich habe herausgefunden, daß Widerstand (als schlecht benannt), das Leiden vermehrt und die Erfahrung verlängert. Energie auf die „schlechten“ Erfahrungen zu geben, schafft nur mehr davon! Der Wert von „Kein Widerstand“ ist, daß es wirklich den Prozeß beschleunigt und dich schneller zum guten Teil bringt!

So finde das Gute in der Situation, und sei dankbar dafür! Das verändert die Energie von dem, was du willst und ist der zweite Schritt vom Gesetz der Dankbarkeit.

*„Nichts auf Erden kann einer Person ohne Widerstand wirklich widerstehen.“  
Florence Shinn*

## **Ich finde keine Zufriedenheit..**

Du kannst überall Erfolgs-Prinzipien finden, sogar im klassischen Rock'n Roll! Obwohl ich diese Auffassung von Bob Proctor lernte, und nicht von Mick Jagger, weist dieser Liedertitel auf eine wichtige Lektion über die Dankbarkeit hin.

Du siehst, es gibt einen grundsätzlichen Unterschied zwischen Glück und Zufriedenheit. Und wir wollen glücklich werden, aber wir wollen nicht zufrieden sein.

Der Unterschied zwischen jenen zwei Wörtern ist eine Idee, mit der viele Menschen zuerst kämpfen, weil die Wörter fast synonym verwendet werden, wenigstens hier in den USA. Aber es ist wesentlich, den Unterschied zu verstehen.

Zufriedenheit bezieht eine Akzeptanz des Status quo ein, mit der Art zufrieden zu sein, wie die Dinge sind. Leute können zufrieden sein, ohne dankbar zu sein, weil sie gerade Dinge auf die Weise akzeptiert haben, wie sie sind, wenn es auch nicht das ist, was sie wirklich wollen.

Glück im Gegensatz dazu, bezieht eine Qualität der Seele, einen Zustand der Freude und Dankbarkeit mit ein, für das was wir haben und was wir sind. Es ist per Definition eine sehr positive und anziehende geistige Energie.

Viele Menschen sind zufrieden, aber unglücklich. „Ich hasse diesen lausigen Job, aber es ist das Beste, was ich tun kann, so werde ich es bis zum Ruhestand durchstehen.“

Juhu! Was für eine schlechte Art zu leben!

Die Zufriedenheit\* mit dem Status quo setzt einen Deckel auf dieses Verlangen in dir, das immer wachsen, sich ausbreiten, mehr sein und mehr Erfahrung haben will. Wenn wir zufrieden sind, bleiben wir stecken, hören auf zu wachsen und fangen an zu rosten.

*„Der Geist in dir ist immer für die Expansion und volleren Ausdruck.“  
Thomas Troward*

Der Rang, den du haben willst, ist glücklich und unzufrieden! Mit anderen Worten, sich riesig freuen über das, was du hast, freudig und dankbar für deine Leistungen und Segnungen und gleichzeitig begeistert von deiner Fähigkeit zu sein, es noch besser zu machen.

So könnte unser Kerl im Beispiel oben besser sagen: „Ich bin mit diesem Job nicht zufrieden, weil ich weiß, daß ich’s besser machen kann. Ich bin glücklich und dankbar, daß ich ihn habe, weil er mir die Gelegenheit gibt zu verdienen, während ich lerne, und ich lerne, was ich wissen muß, um den besseren Arbeitsplatz zu schaffen, den ich wirklich haben will.“

*„Das Fliegen ist jetzt ebenso geläufig wie das Wandern.“  
„Aber warum?“  
„Weil jemand unzufrieden war, spazieren zu gehen.“  
James D. Freeman*

Siehst du den Unterschied? Unzufrieden, aber glücklich und dankbar!

Wenn Bob Proctor darüber spricht, bringt er das Argument, daß der ganze Fortschritt in der Gesellschaft und in unserem individuellen Leben aus der Unzufriedenheit entspringt, dem beständigen Streben nach einem besseren Weg.

Glück ist andererseits die Fähigkeit, auf die Gegenwart zu schauen und sie als gut anzusehen. Wenn wir entscheiden, daß unser Glück in der Zukunft kommt, dann haben wir nicht viel, um jetzt dankbar zu sein.

Wir alle hören Leute sagen: „Wenn ich den Job, die Gehalts-Erhö-  
hung, die Beziehung, das Haus, den Erfolg bekomme,..... dann werde ich glücklich sein.“

*„Wir sollten uns die Gewohnheit zulegen, alles zu segnen, was wir haben. Wir wissen, daß wir damit das Gesetz der Vermehrung auf allen Ebenen in Funktion setzen.“  
Charles Fillmore*

Hei, ich habe schlechte Nachrichten für dich, du Angeber! Jetzt ist die einzige Zeit, die du hast. Wenn du jetzt nicht glücklich sein kannst, wirst du es nie können.

Betrachte dein Leben und erkenne, was funktioniert. Konzentriere dich darauf und sieh zu, daß du dafür dankbar sein kannst! Jeder hat etwas, worüber er glücklich sein kann.

\*Anmerkung des Übersetzers:

„satisfaction“ wird meist mit „Befriedigung“ übersetzt. Um Mißverständnisse auszuschließen, wähle ich das Wort „Zufriedenheit“.

Wir wissen, daß **das** in unserem Leben wächst, worauf wir uns konzentrieren. So, worauf richtest du dich aus? Was du hast oder was du nicht hast? Lebst du in der Zukunft oder in der Gegenwart? Wenn du dankbar dafür bist, was du bereits hast, öffnest du den Kanal, um mehr zu kommen.

Wenn wir fähig sind, in der Gegenwart zu leben und dafür dankbar zu sein, was wir jetzt in diesem Augenblick haben – das zu segnen, was wir haben – haben wir den dritten Schritt vom Gesetz der Dankbarkeit gemeistert.

## **Alles andere als das!...**

Wir tun uns ziemlich gut mit diesem Gesetz der Dankbarkeit. Wir haben das freundliche Universum, das uns alles im Überfluß gibt, wir argumentieren nicht damit, was ist, sehen das Gute in allem und sind glücklich und dankbar, gerade da, wo wir sind.

Könnten wir möglicherweise noch mehr tun müssen?

Gut, es gibt da einige kleine Dinge.

Das nächste könntest du nicht mögen. Ich weiß, daß ich es nicht mag.

Um das zu verstehen, brauchte ich lange Zeit. Ich hoffe, daß du schneller durchkommen kannst als ich. Es ist nur ein Wort.....

Vergebung.

Vergebung für jeden, der dir jemals irgend etwas angetan tat, worüber du Groll mit dir herumgetragen hast.

Der Kerl, der dich in dem Geschäft betrog. Die Schwägerin, die nie die 50 € zurückgezahlt hat. Der Lehrer, der dir eine 6 gab, die du nicht verdient hast. Der Ex-Gatte, der dich durch die häßliche und teure Scheidung schleppte. Jedermann. Alles!

Und hier kannst du erzählen, ob du ihnen wirklich verziehen hast:

Kannst du ihnen echt Gutes wünschen? Bist du ihnen dankbar?

Tut mir leid, aber halbherzige, unechte Vergebung wird den Job nicht machen. Du mußt das vollkommen tun. Vergebung ist nicht etwas, was du für die andere Person tust, sondern etwas, das du für dich selbst tust!

*„Und weil alle Leute zu deinem Fortschritt beigetragen haben, solltest du alle Leute in deine Dankbarkeit einbeziehen.“  
Wallace Wattles*

Wir wissen, daß langfristige Ressentiments\* scheußliche physische Wirkungen auf deinen Körper haben. Sie können sich als Migräne, Herzinfälle oder Krebs zeigen. Warum willst du daran hängen?

*„Ein  
Ressentiment  
ist wie Gift  
einzunehmen und  
darauf zu warten,  
daß die andere  
Person stirbt.“  
Anonym*

Charles Fillmore weist darauf hin, daß es der erste Schritt ist, um frei von Schuld zu werden, jeden von Schuld gegen uns freizusprechen! Das schließt emotionale Schuld ein, die wir Ressentiments nennen. Wir können nicht bekommen, was wir nicht bereit sind zu geben.

In einem Universum mit Ursache und Wirkung kommt jeder Gedanke, den wir in die Welt setzen, multipliziert zu uns zurück. Und Ressentiments sind emotionale Bomben, die immer auf die eine oder andere Art wie ein Bumerang auf uns zurückkommen.

Aus diesem Grund gibt es in jedem Bereich deines Lebens, in dem du nicht verzeihen kannst oder willst, eine Blockierung im Fluß deines Erfolgs. Die einzige Art, sie zu lösen, ist, bereit zu sein, die Person oder Situation mit Dankbarkeit loszulassen, für das, was sie dir gebracht hat.

Erinnere dich, das Universum funktioniert gesetzmäßig und nicht zufällig. Es gibt keine Zufälle bei den Leuten, die in unseren Leben auftauchen. Und weil das Universum freundlich ist, erscheinen sie nicht, um uns zu bestrafen, aber häufig, um uns zu belehren.

Wir können das Gesetz der Gegensätze anwenden und *wissen*, daß es einen Vorteil, einen Lern-Prozeß, ein Geschenk, irgendwo in der Erfahrung mit dieser Person gibt. Wir können das Geschenk finden, wenn wir hinschauen, aber manchmal müssen wir etwas Abstand von den Ereignissen haben, um sie klar zu erkennen.

*„Nichts, was die  
Leute tun,  
geschieht  
deinetwegen.  
Sie tun es  
ihretwegen.“  
Don Miguel Ruiz*

Letzten Endes handelt sich das, was sie taten, jedenfalls nicht um uns. Es handelt sich um sie. Wenn wir den Punkt erreichen, daß wir ihnen aufrichtig dankbar sein können, wenn wir ihnen wirklich Gutes wünschen können, dann haben wir die Fesseln der Ressentiments abgeschnitten, die uns mit ihnen verbanden, und wir sind frei, weiterzugehen.

\*Anmerkung des Übersetzers:

Ressentiment = gefühlsbedingtes Vorurteil wie z.B. heimlicher, stiller Groll, ohnmächtiger Haß, Neid, Rachsucht

Der letzte Schritt in der Vergebung hat mit uns zu tun. Es gibt kein Entrinnen vor diesem Schritt, weil wir anderen keine Liebe oder Unterstützung geben können, ausgenommen, daß wir sie uns selbst zuerst geben können.

Wir müssen für alles dankbar sein. Das bedeutet, uns selbst zu verzeihen für alle angeblichen Fehler und Unvollkommenheiten in unserem Leben. Wir müssen imstande sein, diese Person im Spiegel zu lieben.

Don Miguel Ruiz drückt diese Idee viel besser aus, als ich es kann:

*„Wenn du in den Spiegel schaust und haßt das, was du da siehst, brauchst du den Willen zum Überleben. Wenn du die Haupt-Figur in deiner Geschichte nicht magst, dann wird alles und jeder darin ein Albtraum. Aber wenn du dich 100%ig akzeptierst, dann vertraust du dir. Und was immer du in der Welt manifestieren willst, wird geschehen.“*

*„Du kannst nicht geben, was du nicht hast.“  
Thomas Troward*

Ich kann dir von meiner eigenen Erfahrung erzählen, daß gerade den Prozeß des Verzeihens und Ausdrückens der Dankbarkeit zu beginnen, für jeden in seinem Leben und seiner Vergangenheit ein *unglaubliches Geschenk* für sich selbst ist. Und es ist die Erfüllung des vierten Schritts vom Gesetz der Dankbarkeit.

# Laß es fließen...

Alles, über das wir bis jetzt gesprochen haben, drehte sich um das Denken. Es gibt einen Grund dafür – alles in dieser Welt, was wir sehen, beginnt mit einem Gedanken! Jahrelang spielte ich das Spiel des Versuchs, die Ergebnisse meines Lebens zu ändern, ohne mich oder mein Denken zu ändern. Bob Proctor hat das den „Kreislauf des Schicksals“ genannt.

Der einzige Weg, wie wir irgendwelche echten Änderungen vornehmen können, ist, mit der Rolle des Denkens zu beginnen. Der Fehler ist, den einige Menschen machen, daß sie an diesem Punkt aufhören. Aber eine wirksame Änderung erscheint immer erst in unseren Handlungen.

So, wie handelt eine dankbare Person, die sich durch die ersten vier Schritte des Gesetzes der Dankbarkeit gearbeitet hat?

Das ist wirklich einfach – sie gibt!

Sie gibt Geld, Zeit, Unterstützung, Ermutigung, alles. Weil sie dankbar dafür ist, was sie hat, gibt sie es weg. Weil sie weiß, daß sie in einem freundlichen Weltall von Ursache und Wirkung lebt, das alles im Überfluß bereithält, weiß sie auch:

**Wer gibt, macht den Empfang möglich!**

Wenn du wirklich die Macht des Gebens verstehen willst, mußt du auf alles schauen, was du hast, nicht als „Zeug“, aber als Beweis eines fließenden Stroms, von einem Fluß des Überflusses. Wenn du gibst, demonstrierst du dein Vertrauen für diesen Überfluß und deine Dankbarkeit dafür. Du machst Platz, um mehr zu bekommen.

Weißt du, wie man einen See mit Wasser-Zulauf, aber ohne Abfluß nennt? Das Tote Meer...

Wenn du dankbar und unaufhörlich gibst, stellst du dich im Quadrat in den Fluß des Lebens und wirst sowohl einen Zufluß als auch einen Abfluß haben, durch den das Universum im Überfluß wirkt.

100 Seiten Geschichten darüber, wie das funktioniert, findest du in dem wunderbaren kleinen Buch von Dr Joe Vitale, „Das größte gewinnbringende Geheimnis der Geschichte.“ Du wirst diese persönlichen Geschichten von wohlbekannten Leuten lieben, wie sie die Macht des Gebens erlernten.

*„Durch den Gedanken wird das Ding, das du willst, zu dir gebracht. Durch die Handlung empfängst du es.“*

*Wallace Wattles*

*„Wohlstand liegt nicht im Besitz von Dingen, aber in Anerkennung der Versorgung und im Wissen des freien und offenen Zugangs zu einem unerschöpflichen Lagerhaus von allem, was gut ist.“*

*Charles Fillmore*

Ich mag besonders die Geschichte von Percy Ross, der Geld weg-gab. Er fing mit 2 Millionen \$ an und schrieb nicht weniger als 120 Schecks pro Woche. In 17 Jahren gab er 30 Millionen \$ weg! Aber warte einen Moment! Woher kamen die zusätzlichen 28 Millionen Dollar? Denk mal darüber nach. Er ließ es fließen!

Laß mich dir einige eigene Beispiele geben. Diese illustrieren das Prinzip, daß wir häufig das zurückgezahlt bekommen, was auch immer wir geben.

Seitdem ich in meinem Geschäft mit Informationen handele, ver-wende ich Bücher als Werbe-Geschenke. Ich habe Freunde in Phö-nix, die ein wunderbares kleines Buch über das Denken geschrie-ben haben, genannt „Wie du wünschst“. Ich verkaufe es auf meiner Website auf [www.HornCreek.com](http://www.HornCreek.com) , und ich habe auch nahezu 200 Exemplare weggegeben!

Ich liebe auch ein Buch mit dem Titel „Geistiges Marketing“, das Dr. Joe Vitale schrieb, und ich kaufte ebenfalls 100 Exemplare als Werbe-Geschenke.

Was ist daher das Ergebnis? Leute geben uns immer Bücher! Bevor wir Phönix verließen, gab uns ein Kollege meiner Frau drei große Kästen mit metaphysischen Büchern und Bändern, mehr als 150 Artikel.

Letzten Monat erwähnte ich bei einem bestimmten Autor, daß ich mich für einige Leute hier interessiere und wurde innerhalb einer Woche mit einem vollen Satz seiner Bücher überrascht! Es ist hart für mich, Bücher schneller wegzugeben, als sie zurückkommen.

Ein anderes Beispiel: In meinen Seminaren habe ich nie irgend je-manden ausgeschlossen, der das Geld nicht hatte, der aber wirklich motiviert war zu lernen. Ich habe das ohne jede Erwartung einer Rückzahlung getan – einige Menschen haben mich letzten Endes bezahlt, einige nicht. Das ist mir egal: Ich weiß, daß es auf die eine oder andere Art zu mir zurückkommen wird.

*„Wahres Geben  
ist nicht etwas,  
was wir für  
irgend jemanden  
tun, sondern es  
ist unsere  
Zustimmung, den  
Fluß Gottes  
durch uns zu  
dieser Person  
fließen zu  
lassen.“  
Eric Butterworth*

Stell dir meine Freude vor, als wir hier nach Kansas City kamen, wo meine Frau in die Schule geht und ich herausfand, daß ich sie als Gatte begleiten darf und an ihrer Kommunikations-(Gesprächs-) Klasse, mit allen speziellen Veranstaltungen und Gastprediger-Workshops, mit den Studenten zusammen teilnehmen konnte. Es ist freier Zugang zu Informationen, für die die Studenten Tausende von Dollar als Unterrichts-Gebühr bezahlen!

Ist das nicht erstaunlich? Wir werden wirklich zurückbezahlt in der Währung, in der wir geben. Also, wenn du Geld brauchst, gib Geld. Wenn du Zeit brauchst, gib Zeit. Wenn du Bücher brauchst, gib mir einige Bücher!

Indem du das Geben praktizierst, demonstrierst du deine Dankbarkeit dafür, was du hast, und das vollendet den fünften und letzten Schritt im Gesetz der Dankbarkeit.

*„Wenn wir Schwierigkeiten zu erfahren scheinen, ist es, weil wir es nicht fließen lassen. Und eine der wirksamsten Weisen, in den Fluß zurückzukommen, ist das Geben.“  
Eric Butterworth*

## Was kommt als nächstes?...

Bist du jetzt bereit, wo du das Buch gelesen hast, Dankbarkeit anzuwenden, daß sie für dich arbeitet? *Wenn es so ist, bedeutet es, daß du die fünf Schritte anwenden mußt und nicht dieses Buch in einer Datei ablegst oder es auf deiner Festplatte zurückläßt.*

Hier gibt es eine Übung für dich zu machen. Ich empfehle, daß du sie täglich für den nächsten Monat machst, um die neuen Gewohnheit in deinen Kopf zu kriegen.

Nimm ein Blatt Papier und fülle es aus mit Dingen, für die du dankbar bist. Sorge dafür, daß du mindestens 25-30 Positionen hast und einige Dinge aus jedem Lebensbereich. Schließe deine Finanzen, Gesundheit, Karriere, Beziehungen, „Spielsachen“, Erholung und alles beliebig andere mit ein, was dir gerade einfällt.

*„Je mehr du dein Leben lobpreist und feierst, desto mehr gibt es im Leben zu feiern.“  
Oprah Winfrey*

Halte genau hier an und tue das, bevor du weiter liest.

Wie war das? Hattest du irgendwelche Probleme, dir genug Sachen einfallen zu lassen? Eine kurze Liste bedeutet, da du viele Dinge in deinem Leben hast, bei denen du nicht das Gesetz der Gegensätze angewandt hast. Das sind die Dinge, die du nicht magst, so wie sie sind.

Hier ist Teil zwei dieser Übung. Egal wie viele oder wenige du auf deiner ersten Liste hattest, diese Übung ist dafür bestimmt, Bereiche aufzudecken, bei denen du die ersten vier Schritte des Gesetzes der Dankbarkeit anwenden mußt.

Nimm ein anderes Blatt Papier und mache noch eine Dankbarkeits-Liste mit Dingen aus allen Bereichen deines Lebens. Aber beginne diese Liste mit Dingen, die du nicht magst.

Betrachte deinen Chef mit der schlechten Einstellung, dein Auto, das nicht anspringt, deine feuerspeiende Teenager-Stieftochter, den Ex-Gatten, das Finanzamt, den Pickel auf deiner Nase, der nicht weggeht, die Rechnungen, die immer wieder kommen...

Zum Beispiel, wenn du meine Muster-Liste verwendest, könntest du dankbar sein, daß du einen Job und ein Auto hast, für deine neuen Kenntnisse in der Kinder-Erziehung, die neuen Einsichten in Beziehungen, das Einkommen und es versteuern zu können, einen gesunden Körper zu haben und die Vorteile der Waren und Dienstleistungen zu haben, die durch die Rechnungen repräsentiert werden. Kriegst du eine Idee?

Was auch immer es für dich ist, fange mit dieser Art Sachen an, finde etwas, wofür du dankbar bist und schreibe es nieder. Fülle das Papier mit diesen Dankbarkeits-Aussagen.

Stopp! Du kannst diese Übung nicht auslassen und weitergehen. Lies nicht weiter, bis du sie beendet hast.

Nun, wie war das? Bist du fertig? Du magst viel Widerstand gegen einige Leute oder Bedingungen auf dieser Liste gefühlt haben. Dieser Widerstand macht es schwierig für dich, das zu bekommen, was du im Leben willst.

Schau dir die Sachen an, die dich belästigten und entscheide, welcher der ersten vier Schritte auf sie angewandt werden muß. Und nun bearbeite sie.

Etwas anderes, was du tun kannst, ist im Auge zu behalten, was du gibst. Finde jeden Tag eine Möglichkeit, irgend jemandem irgend etwas zu geben, zu teilen, was du hast. Wenn es etwas gibt, bei dem du empfindest, nicht genug zu haben, gib das! Sei ein überzeugter, mutiger, fröhlicher und begeisterter Geber und beobachte, was geschieht!

Jetzt wollen wir den letzten Punkt behandeln. Am Anfang sagte ich dir, daß wir die Fragen beantworten würden, wem du auch und warum du dankbar sein solltest.

Ich denke, daß wir die Frage „Warum“ ziemlich gut behandelt haben. Dankbarkeit, wie wir aufzeigen konnten, ist einer der kraftvollsten Magnete für das, was wir wollen.

*„Eine Person der Macht umarmt Herausforderungen mit völliger Dankbarkeit. Egal was die Lebens-Situation bringen mag, Unzufriedenheit ist nie gerechtfertigt, sie wird vielmehr als Gelegenheit und ein Vorrecht zu Abenteuer und Wachstum erfahren.“  
James Ray*

In Bezug auf „wem“ auch dankbar zu sein, kannst du bereits deine eigene Antwort haben. Tatsächlich brauchst du „wem“ nicht wirklich. Aber wenn du gern etwas aus einer Liste auswählen möchtest, werde ich dir eine geben von Wallace Wattles, dem Autor von „Die Wissenschaft des Reich-Werdens.“ In seinem Buch verwendet er diese Namen und nennt sie synonym:

*Energie, Macht, Unendlichkeit, Kreative Macht, Intelligenz des Supreme, Stoff, Ur-Substanz, Formlose Intelligenz, Universum, Quelle, Intelligente Substanz, Natur, Eine Lebende Substanz, Vater und natürlich Gott.*

Es gibt viele andere Namen, die du auch verwenden kannst, so greife den heraus, mit dem du in Resonanz bist. Ich kann dir versichern, es ist egal, wie du es nennst. Sei einfach dankbar, daß wir in einem freundlichen Universum leben!

Wenn du gern deine Erfahrungen bei der Anwendung der Dankbarkeit teilen möchtest oder Fragen über einige dieser Ideen hast, kannst du das auf der Website tun: [www.DailyGratitude.com](http://www.DailyGratitude.com)

Wir werden die besten Geschichten dort bekanntgeben, so wie sie eingehen. Schicke deine Freunde dorthin, um die Kommentare zu lesen und ihre Kopie dieses ebooks zu bekommen.

Danke schön!

*„Es gibt einen Geist, der weiß alles, was es zu wissen gibt. Und wenn du tiefe Dankbarkeit empfindest, kannst du in vertraute Einheit mit diesem Geist kommen.“  
Wallace Wattles*

# Quellen

Butterworth, Eric – viele Bücher erhältlich bei Amazon

*Im Fluß des Lebens*

*Geistige Ökonomie*

Emerson, Ralph Waldo – Amazon

Fillmore, Charles – viele Bücher verfügbar auf [www.unityonline.org](http://www.unityonline.org)

*Das Gedeihen*

Freeman, James Dillet – viele Bücher verfügbar auf [www.unityonline.org](http://www.unityonline.org)

Katie, Byron – Buch verfügbar auf Amazon oder [www.thework.Org](http://www.thework.Org)

*Was Lieben ist* – hole dieses starke Buch der Vergebung!

Proctor, Bob – Bücher und Bänder verfügbar auf [www.HornCreek.com](http://www.HornCreek.com)

Ruiz, Don Miguel – Bücher verfügbar bei Amazon

*Die vier Übereinstimmungen*

*Die Stimme des Wissens*

Shinn, Florence Scovel – Bücher verfügbar von [www.devorss.com](http://www.devorss.com)

*Das Spiel des Lebens und wie man es spielt*

*Dein Wort ist dein Zauberstab*

Troward, Thomas – Bücher verfügbar auf [www.devorss.com](http://www.devorss.com)

*Die Verborgene Macht*

Vitale, Joe – viele Bücher und Bänder, alle ausgezeichnet! [www.mrfire.Com](http://www.mrfire.Com)

Wattles, Wallace – Paperback-Buch und Seminar [www.HornCreek.com](http://www.HornCreek.com)

Siehe auch die wunderbare Seite von Rebecca Fine [www.scienceofgettingrich.net](http://www.scienceofgettingrich.net)

für die eBuch-Version

Linde-Seminare

Am Mühlacker 1

D-35423 Lich

[info@linde-seminare.de](mailto:info@linde-seminare.de)

[www.linde-seminare.de](http://www.linde-seminare.de)