

Günther Dogan

# DIE MAGIE DES WUNSCHES

VERWIRKLICHEN MIT DEM  
VIERPOLIGEN SCHLÜSSEL DER ELEMENTE

Leseprobe



**BAND 1 & 2**

**Unterschiede & Grundlagen: Das Magische Weltbild**

Vorwort	9
Einführung	15



<b>TEIL 1 – VON WAHREN EINGEWEIFHTEN &amp; DEN ALTEN LEHREN</b>	<b>18</b>
Alles verläuft nach einem Plan – Misserfolg bedeutet Schicksalshilfe!	22
Die schöpferische Kraft Deines Geistes	27
Der Kern - Die grundlegende Einfachheit	29
Warum es eben oft nicht funktioniert	31
Der Schlüssel der Verwirklichung	33
Von Meistern und Pionieren	39
<i>Franz Bardon</i>	41
<i>Swami Sivananda Sarasvati</i>	47
<b>TEIL 2 - MAGIE ODER „NEO-ESOTERIK“? EIN KURZER ÜBERBLICK DER UNTERSCHIEDE</b>	<b>48</b>
Die vollkommene Einfachheit	51
Der zwei- und der vierpolige Schlüssel der Verwirklichung	52
<i>Ein uralter, brillanter Schlüssel</i>	53
<i>Die verdichtende Kraft des Erd-Elements</i>	55
Die Rolle des „magischen Gleichgewichts“ der Elementarkräfte in uns	56
Die schöpferischen Grundkräfte des Menschen anhand des vierpoligen Schlüssels	60
Die Rolle der universalen Lebenskraft	61
Eine kurze Betrachtung der wahren Bedeutung einer jeden schöpferischen Grundkraft	63
Die Funktionsweise der Ursachensphäre (Akasha)	67
Wie man richtig vergegenwärtigt	68
Falsch gedacht? Von wegen! - Die wahre Bedeutung von Hindernissen & Misserfolg	69
Die wahre Funktionsweise des Unterbewusstseins	71
Die drei Ebenen & die vier Aggregatzustände einer Verdichtung	76
Die Möglichkeiten und Grenzen der Wunschmanifestation	77
Karma & Schicksal – Die Rolle der Vorsehung	80
<i>Schicksalhafte Kontakte?</i>	83
Die Natur und die Wirkungsweise der Gedanken	84

<b>Kreatives Visualisieren 2.0</b>	<b>85</b>
<b>Selbstaktivität und Selbstveränderung</b>	<b>86</b>
<i>Wesenseigenschaften sind nichts anderes als Denk- und Gefühlsgewohnheiten</i>	86
<i>Bei sich selbst beginnen</i>	87
<i>„Selbstaktive“ Eigenschaften</i>	87
<i>„Erfolgeigenschaften“: Die Hebung der eigenen schöpferischen Grundkräfte</i>	88
<i>Die Harmonie der Schöpfung in das eigene Wesen bringen</i>	88
<i>Wert und Wichtigkeit des Handelns</i>	89
<i>Lebensveränderung durch Selbstveränderung</i>	89
<b>Zusammenfassung: Step by Step -Die richtige, systematische Vorgehensweise</b>	<b>99</b>

## **TEIL 3 – DIE VERSCHIEDENEN MÖGLICHKEITEN DER MANIFESTATION** **101**

<b>1. Manifestation: Durch „Abwärtsreflektion“</b>	<b>103</b>
<b>2. Anziehung durch eine (vor allem mentale) Vernetzung mit anderen</b>	<b>104</b>
<b>3. Direkte Erschaffung/Veränderung: Durch "echte magische" Manifestation außerhalb von uns</b>	<b>106</b>
<i>a.) Durch Verdichtung, Stauung und Projektion der Elementkräfte und der Fluide</i>	107
<i>b.) Über das Akasha-Prinzip</i>	107
<b>Die Schnittstellen: wie wir auf den feinstofflichen Ebenen miteinander vernetzt sind</b>	<b>112</b>

## **BAND 2**

## **TEIL 1 - DIE GRUNDLAGEN: DAS MAGISCHE WELTBILD** **117**

<b>Die Wirkungsweise der Gedanken</b>	<b>118</b>
<i>Qualität (Information) und Quantität (Energie)</i>	118
<i>Gedanken, Gefühle und Vorstellungen versetzen die Ursachensphäre (Akasha) in Schwingung</i>	120
<i>Gleichgeartete Gedanken und Gefühle verbinden sich miteinander</i>	121
<i>Gedanken und Gefühle sind (fein-)stofflich – und besitzen Form, Farbe, Schwingung</i>	121
<i>Elementale</i>	122
<i>Elementare</i>	123
<i>Wie man die Energie von Gedanken und Gefühlen verändert</i>	124
<b>Die drei Ebenen des Menschen &amp; des Universums</b>	<b>125</b>
<i>Der Geist</i>	126
<i>Die Seele</i>	126
<i>Der Körper</i>	127
<b>Spiegelung &amp; Manifestierung über die drei Ebenen</b>	<b>128</b>
<i>Wie sich etwas manifestiert</i>	132
<i>Die drei Aggregatzustände</i>	133
<i>Akasha - als der "Ursprung von Allem"</i>	133
<i>Die Mentalebene</i>	135
<i>Die Astralebene</i>	137
<i>Die materielle Ebene</i>	140
<i>Die 3 verschiedenen Menschen-Typen</i>	141
<i>Zusammenfassung - Der Vorgang einer Materialisation</i>	141
<i>Die Unterschiede zwischen den Ebenen</i>	144
<i>Gefühlzellen</i>	147
<i>Wie man einen Gedanken auf die Astralebene verdichtet</i>	148

**TEIL 2 – DIE SCHLÜSSEL DER VERWIRKLICHUNG UND DER HARMONIE 150**

<b>Der zweipolige Schlüssel</b>	<b>151</b>
<i>Der Zweipolige Schlüssel - Die zwei Grundkräfte der gesamten Schöpfung</i>	151
<i>Das elektrische- oder Yang-Prinzip</i>	154
<i>Das magnetische- oder Yin-Prinzip</i>	155
<i>Das Zusammenwirken der beiden Polkräfte</i>	156
<b>Der vierpolige Schlüssel</b>	<b>166</b>
<i>Feuer</i>	169
<i>Wasser</i>	169
<i>Luft</i>	170
<i>Erde</i>	170
<i>Die Prinzipien der einzelnen Elemente in Bezug auf die Verwirklichung</i>	173
<b>Wahre Harmonie - Die Magie der Mitte</b>	<b>175</b>
<i>Die Resultate eines Elemente-Gleichgewichts in uns und im äußeren Leben</i>	176
<i>Die Ausgleicheung der Elemente als Hilfe bei Vorstellungsschwierigkeiten</i>	177

**SCHLUSSWORT 181****ANHANG - GESAMTZUSAMMENFASSUNG DIESES BUCHES 185**

<b>Der einfachste Anziehungsschlüssel</b>	<b>185</b>
<b>Checkliste - Gehe ich auf die richtige Art und Weise (ausgewogen, vollständig) vor?</b>	<b>186</b>
<b>Die Natur der Hindernisse</b>	<b>186</b>
<b>Wie man die einzelnen Aspekte stärken und fördern kann</b>	<b>188</b>
<b>Wie man Elemente stärken und fördern kann</b>	<b>189</b>
<b>Der vierpolige Schlüssel &amp; die schöpferischen Kräfte des Menschen</b>	<b>190</b>
<b>Weitere Betrachtungen des vierpoligen Schlüssels</b>	<b>193</b>
<b>Kraft des Bewusstseins &amp; richtiges Vergegenwärtigen</b>	<b>196</b>
<b>Die Rolle des Schicksals</b>	<b>197</b>
<b>Das Unterbewusstsein</b>	<b>197</b>
<b>Möglichkeiten &amp; Grenzen der Wunschmanifestation</b>	<b>198</b>
<b>Die verschiedenen Arten oder Möglichkeiten der Manifestation</b>	<b>199</b>
<b>Selbstaktive Eigenschaften</b>	<b>201</b>
<b>Die Wirkungsweise der Gedanken</b>	<b>202</b>
<b>Geistige Hygiene</b>	<b>203</b>
<b>Die Lebenskraft &amp; die Fluide</b>	<b>204</b>
<b>Gedanken über die Möglichkeiten der Manifestation nach Bardon</b>	<b>204</b>
<i>Die Rolle des Akasha-Prinzips dabei</i>	205

**INHALT DER VERSCHIEDENEN BÄNDE 207**

<b>SAMMELBAND 1 &amp; 2</b>	<b>207</b>
<b>SAMMELBAND 3 &amp; 4</b>	<b>207</b>
<b>SAMMELBAND 5 &amp; 6</b>	<b>208</b>
<b>SONDERBAND</b>	<b>209</b>

# INHALT



<b>TEIL 1 - DIE SCHÖPFERISCHEN KRÄFTE DES MENSCHEN</b>	<b>9</b>
<b>Die Widerspiegelung der göttlichen schöpferischen Kräfte im Menschen</b>	<b>12</b>
Die Polaritäten	14
Akasha	18
Die schöpferische Kraft des WASSERS	21
Die schöpferische Kraft des FEUERS	24
Die schöpferische Kraft der LUFT	28
Die schöpferische Kraft der ERDE	29
Zusammenfassung	38
<b>Justieren und Verwenden des Vierpoligen Schlüssels</b>	<b>40</b>
Wie der Grad unseres inneren Elemente-Gleichgewichts unsere Verwirklichungskraft bestimmt	42
<b>ZUSAMMENFASSUNG - Der vierpolige Schlüssel der Elemente</b>	<b>47</b>
<b>TEIL 2 - DIE ELEMENTE &amp; POLARITÄTEN - Kompass der Lebensveränderung</b>	<b>51</b>
<b>Das Prinzip der Harmonie</b>	<b>52</b>
Tugend und Mäßigkeit	54
Was wichtig ist: Der Aufbau POSITIVER Eigenschaften	58
Die drei Gunas (Sattva, Rajas, Tamas)	59
Wie eine Ebene die anderen beeinflussen kann	61
<b>Wie man eine Polarität oder ein Element in sich stärkt</b>	<b>63</b>
Das Stärken einer Polarität	63
Die Pflege der Polaritäten auf den drei Ebenen	63
Das Stärken eines Elements	64
<b>Die Funktionsweise des Akasha</b>	<b>67</b>
Die Bedeutung wahrer Harmonie	68
<b>Selbstveränderung &amp; Harmonisierung</b>	<b>71</b>
Es gibt nur 2 Wege, wie man sich verändern kann	75
Wie man die Elemente in sich ausgleichen kann	77
Harmonische Eigenschaften sind die einzigen Kräfte in uns, über die wir wirkliche Kontrolle haben	86
Das Stärken der Fluide	87

<b>TEIL 1 - GRUNDLAGEN DES "KREATIVES VISUALISIERENS 2.0"</b>	<b>89</b>
<b>Die geistigen Gesetze</b>	<b>90</b>
Das Gesetz der Ausgleichung und der Entwicklung	90
Die verdichtende Kraft des Bewusstseins	90
Das Gesetz der Vergegenwärtigung	91
Das Gesetz der schrittweisen Verdichtung: Realisierung nach dem Geist-Seele-Körper-Prinzip	91
Das Gesetz der drei Ebenen (Konkret, Abstraktion)	92
Das Gesetz der Assoziation & der Verbindung	93
Das Gesetz der gegensätzlichen energetischen Qualitäten & der gegensätzlichen Stärkung oder Verdrängung	93
Das Gefühl als Hauptanzeiger unmittelbarer, innerer Wahrheit	93
Das Prinzip der Kraftvererbung	94
Das Positive beherrscht das Negative – das Bewusstsein beherrscht das Unterbewusstsein	94
<b>Die Grundgesetze des „Kreativen Visualisierens 2.0“</b>	<b>95</b>
Wir verändern zuerst und Selbst – und nicht die Umwelt	95
Es kommt nicht auf den Realismus an	95
Es kommt nicht auf die Qualität der Visualisierung an	96
Bewusste Vergegenwärtigung reicht aus	96
Einfachheit und Genuss	96
Imagination folgt der Gewohnheit	96
Erkunden anstatt dirigieren	97
Das Wechseln von Vorstellungen	97
<b>TEIL 2 – DIE FUNKTIONSWEISE DES UNTERBEWUSSTSEINS</b>	<b>98</b>
<b>"Erziehung" des Unterbewusstseins</b>	<b>99</b>
Wille und Gegenwille - Wie man das Unterbewusstsein beherrschen kann	99
Wille oder Anstrengungslosigkeit - Was meint die Hermetik hierzu?	106
Die Grenzen der Willenskraft - Wann das Prinzip der Suggestion eingesetzt wird	108
<b>Das Prinzip der Vergegenwärtigung</b>	<b>113</b>
Ein Trick des Bewusstseins – wie man sich etwas auch ohne Bild und Gefühl vergegenwärtigen kann	116
Vorteile bewusst machen - Verlangen wecken	117
<b>Die plastische Vorstellung: Worauf es wirklich ankommt - das Gefühl</b>	<b>118</b>
<b>TEIL 3 - MENTALE TECHNIKEN</b>	<b>120</b>
<b>Die Natur unseres Geistes</b>	<b>121</b>
Das perfekte Zielbild	122
Das "Systematische Vorgehen"	122
Nahziel & Endziel	123
<b>Die zwei wichtigen Faktoren für ein effektives Wunschbild / eine zugkräftige Suggestion</b>	<b>128</b>
Eine einzige Szene – oder abwechselnde Vorstellungen verwenden?	131
<b>Bewusstmachung bzw. das „Sichvergewissern“</b>	<b>133</b>
DIE BEWUSSTMACHUNG: DIE „LISTE DER ERKENNTNISSE“	135
DAS MEDITATIVE BEWUSSTMACHEN	135
DAS SICHERGEWISSERN	136
Anwendung und Beispiele der Bewusstmachung bzw. Sichvergewisserung	136
<b>Das freie Ausmalen / Das meditative Betrachten</b>	<b>139</b>
Der „Felt Sense“	141
Das Meditieren über eine Eigenschaft	141
<b>Die richtige Einstellung</b>	<b>142</b>

<b>Zusammenfassung des Bisherigen</b>	<b>143</b>
<b>Das "Reaching"</b>	<b>144</b>
<b>Bewusstseinsversetzung</b>	<b>146</b>
Die Umraum-Technik	147
<b>ANHANG – GESAMTZUSAMMENFASSUNG DIESES BUCHES</b>	<b>149</b>
<b>Die Werkzeuge - Die wichtigsten Methoden</b>	<b>150</b>
<b>Die Art und Weise, wie sich Dinge realisieren können</b>	<b>150</b>
Durch Reflektion bzw. "Abwärtsverdichtung"	150
Durch Anziehung und Verbindung über die "geistigen Schnittstellen"	151
<b>Die schöpferischen Kräfte</b>	<b>152</b>
Die Lebenskraft	155
Die Einbildungskraft des Menschen	157
Das Gefühl (Wasser)	157
Der Glaube (Feuer)	157
Wille und Entschlossenheit (Feuer)	158
Positivität (Luft)	158
Die verdichtende Kraft des Bewusstseins (Erde)	158
Handlung und Umsetzung (Erde)	160
<b>Harmonisierung des Charakters</b>	<b>161</b>
Das Stärken einer Polarität	165
Das Stärken eines Elements	166
<b>Die Funktionsweise des Akasha</b>	<b>167</b>
<b>Die geistigen Gesetze</b>	<b>168</b>
<b>Die drei Ebenen (Mentalebene, Astralebene, materielle Ebene)</b>	<b>169</b>
Die Mentalebene (Bewusstsein)	169
Die Astralebene (Verdichtung)	169
Die materielle Ebene (Handlung)	170
<b>Die Grundgesetze des „Kreativen Visualisierens 2.0“</b>	<b>170</b>
<b>Die Funktionsweise des Unterbewusstseins</b>	<b>171</b>
Der Wille als Kontrollfunktion des Unterbewusstseins	172
Die Grenzen der Willenskraft - Wann Suggestion statt dem Willen eingesetzt wird	173
<b>Vergegenwärtigung</b>	<b>174</b>
Systematisches Vorgehen & das richtige Zielbild	175
<b>Bewusstmachungen &amp; Das Sichvergewissern</b>	<b>177</b>
<b>Der „Felt Sense“</b>	<b>178</b>
<b>Die richtige Einstellung</b>	<b>179</b>

<b>INHALT DER VERSCHIEDENEN BÄNDE</b>	<b>180</b>
<b>SAMMELBAND 1 &amp; 2</b>	<b>180</b>
<i>UNTERSCHIEDE &amp; GRUNDLAGEN: DAS MAGISCHE WELTBILD</i>	180
<b>SAMMELBAND 3 &amp; 4</b>	<b>180</b>
<i>KREATIVES VISUALISIEREN 2.0 - DIE SCHÖPFERISCHEN KRÄFTE DES GEISTES UND     DER ELEMENTE - MENTALE TECHNIKEN</i>	180
<b>SAMMELBAND 5 &amp; 6</b>	<b>181</b>
<i>EFFEKTIVE AUTOSUGGESTION - KARMA &amp; SCHICKSAL - ASTRALE TECHNIKEN</i>	181
<b>SONDERBAND</b>	<b>182</b>





<b>Grundlagen der Gefühlsverdichtung</b>	<b>10</b>
<b>Mögliche Ziele der Autosuggestion</b>	<b>11</b>
1. Das Stärken selbstaktiver, persönlicher Wesenseigenschaften	11
2. Das Errichten einer bestimmten Stimmung oder einer neuen, inneren Wirklichkeit	14
Der Unterschied zwischen Eigenschaften und Stimmungen	15
<b>Grundlagen der Autosuggestion</b>	<b>16</b>
Das Unterbewusstsein als Gegenpol zum bewussten Willen	16
Autosuggestion nach Bardou	17
Die grundlegende, einfache Technik der Autosuggestion - Zusammenfassung der autosuggestiven Technik nach Bardou	22
<b>Die Natur des Unterbewusstseins</b>	<b>25</b>
Die feinstoffliche Anatomie des Unterbewusstseins	25
Das Unterbewusstsein für sich gewinnen	27
Die wichtigsten Grundsätze der Funktionsweise des Unterbewusstseins	28
<b>Weitere wichtige Elemente einer Suggestion</b>	<b>34</b>
Das Vergegenwärtigen	34
Genuss und Mühelosigkeit	36
Nutzung von Formel-Zusätzen	36
Lautes, halblautes oder gedankliches Wiederholen	37
Rhythmik & Periodizität	37
Die Knotenschnur	39
Trance	39
Lass den Schlaf für Dich arbeiten	40
Selbstaktivität	41
Neuralgische Schlüsselpunkte erkennen	42
Möglichst hohe emotionale Zugkraft – von Anfang an	42
Eine effektive Formel sollte möglichst kurz und knapp sein	43
<b>Die einfachste Entspannungsmethode der Welt</b>	<b>44</b>
<b>Die verschiedenen Stadien einer Suggestionsverdichtung</b>	<b>45</b>
Phase I: Abwehr	45
Phase II: Die Phase der "Eingängigkeit"	46
Phase III: Festigung und Konsolidierung	46
Das (hervorrufbare, entsprechende) Gefühl als Gradmesser	46
Was tun bei Zweifel und Gegenempfindungen?	47
Die energetische Natur der Gedanken – wie man Element und Polarität nutzen kann	48

<b>Verschiedene Suggestions-Methoden</b>	<b>50</b>
Universal-Suggestionen oder spezifische Suggestionen	50
Spezifische Eigenschaften	50
Suggestionen nach dem vierpoligen Schlüssel	51
Suggestionen nach ihrer energetischen Natur	52
Die Angelpunkt-Methode	53
Die „Ein-Wort“-Methode	53

## **TEIL 2 - HILFSTECHNIKEN ZUR GEFÜHLSVERSTÄRKUNG & AUTOSUGGESTION** **55**

<b>Wie man das Gefühl für eine Suggestion bastelt und verdichtet</b>	<b>56</b>
Die Verdichtung der Gedanken/Bilder zu einem Gefühl	56
Die verdichtende Kraft des Bewusstseins	56
„Gefühlzellen bilden“: Das „Grundgefühl“ eines Themas entwickeln	59
Kraftbilder	62
Ungeliebtes in Motivation verwandeln	64
Astrale Kraftreservoir nutzen	65
"Zustände" versus "selbstaktive Eigenschaften"	67
<b>Was, wenn sich kaum Gefühle erzeugen lassen?</b>	<b>78</b>
Was, wenn sich keine Gefühle und Vorstellungen einstellen wollen	78

## **TEIL 3 - INFLUENZIERUNG & IMPRÄGNIERUNG** **80**

<b>Die Methode des Atmens</b>	<b>81</b>
Die Durchführung der Methode des Atmens	83
Praktische Tipps	84
<b>Die Methode der Imprägnierung</b>	<b>85</b>
Die Durchführung der Methode des Imprägnierens	85
<b>Die Methode des Wassers</b>	<b>85</b>
Die Durchführung der Methode des Wassers	87

## **BAND 6**

## **TEIL 1 – KARMA: DIE ROLLE DES SCHICKSALS** **88**

<b>Charakter ist gleich Schicksal</b>	<b>89</b>
Mit der Selbstveränderung beginnt die Lebensveränderung	92
<b>Die Funktionsweise des Akasha</b>	<b>94</b>
<b>Karma - und welche Bedeutung es für uns haben muss</b>	<b>95</b>
Die Gemeinsamkeiten aller Lehren in dieser Frage	95
<b>Das Leben möchte vor allem immer eines: Uns ausgleichen!</b>	<b>96</b>
<b>Hindernisse und Misserfolge als "Zeichen" des Schicksals?</b>	<b>98</b>
<b>Hindernisse durch das Akasha - und wie man sie bewältigen und neutralisieren kann</b>	<b>100</b>
<b>Hindernisse durch das eigene Unterbewusstsein – und wie man diese eliminieren kann</b>	<b>103</b>
<b>Wie unterscheidet man Hindernisse durch das Unterbewusstsein von Hindernissen durch das Akasha?</b>	<b>107</b>

<b>Zusammenfassung des Bisherigen</b>	<b>113</b>
<b>Der Bauchladen der Träume und der honigsüßen Worte - Über die eigentliche Unsinnigkeit der meisten "Erfolgs-Ratgeber"</b>	<b>114</b>
Geliebter Feind - diese unfassbar große Befreiung!	117
<b>„Irdisches Wohlergehen – Geistiges Unglück?“</b>	<b>125</b>
<b>Die wahre Basis des Erfolgs</b>	<b>129</b>
<b>Die Sprache der Schöpfung - Was sagt uns das Leben?</b>	<b>132</b>
Und was sagen uns die Eingeweihten, die Meister und Magier?	132
Schicksalhaftigkeit	134
Funktionsweise des Akasha - Karma - Notwendigkeit von Stärke, Strenge	136
<b>TEIL 2 – ÜBER DEN WILLEN</b>	<b>139</b>
<b>Überwinde Dich einfach - mach keine große Sache daraus</b>	<b>140</b>
<b>Das Aufgeben des eigenen Willens</b>	<b>141</b>
Die wahre Schicksalsantwort finden, statt krampfhaftem "Gegenwünschen"	141
Der sanfte Wille - wie man Gegenkräfte abmildern kann	144
<b>ANHANG – GESAMTZUSAMMENFASSUNG DIESES BUCHES</b>	<b>150</b>
<b>DIE VORGEHENSWEISE INSGESAMT- KURZGEFASST</b>	<b>151</b>
A. BEWUSSTMACHUNG	152
B. AUTOSUGGESTION	152
C. FREIES AUSMALEN / GRUNDGEFÜHL AUFBAUEN	153
D. DAS OFTMALIGE SICHERVERGEWISSERN IM ALLTAG	153
E. HANDELN & UMSETZEN	154
F. DIE BETREFFENDE POLARITÄT/DAS ELEMENT STÄRKEN	154
G. BEI ALLEM: DIE WICHTIGKEIT VON SELBSTSTÄRKE, GLAUBE, ÜBERZEUGUNG, WILLE, ENTSCLOSSENHEIT	155
<b>Grundregeln der Gefühlsverdichtung</b>	<b>156</b>
<b>Die energetische Natur der Gefühle</b>	<b>157</b>
<b>Die Gesetzmäßigkeiten des Unterbewusstseins</b>	<b>159</b>
<b>Grundlagen der Autosuggestion</b>	<b>161</b>
Gegenwärtigkeit	161
Verneinungen	161
Plastisches Vergegenwärtigen des Wunsches	161
Anzahl der Wiederholungen	162
Die Knotenschnur	162
Ausführung ohne Wille und Anstrengung	162
Das Gegensätzliche stärken um das Unerwünschte loszuwerden	163
Die Elemente-Prinzipien auch bei der Autosuggestion nutzen	163
Zeitpunkte für die Autosuggestion	163
Bei inneren Ablenkungen und störenden, hartnäckigen Gedanken	164
<b>Die autosuggestive Technik nach Bardou</b>	<b>165</b>
<b>Wichtige Elemente einer Suggestion</b>	<b>167</b>
Das Vergegenwärtigen	167
Genuss und Mühelosigkeit	167
Rhythmik & Periodizität	167
Trance	168
Lass den Schlaf für Dich arbeiten	168

Selbstaktivität	169
Neuralgische Schlüsselpunkte erkennen	169
Möglichst hohe emotionale Zugkraft – von Anfang an	170
Eine effektive Formel sollte möglichst kurz und knapp sein	170
<b>Die verschiedenen Stadien einer Suggestionsverdichtung</b>	<b>171</b>
Phase I: Abwehr	171
Phase II: Die Phase der "Eingängigkeit"	171
Phase III: Festigung und Konsolidierung	171
Das (hervorrufbare, entsprechende) Gefühl als Gradmesser	172
Was tun bei Zweifel und Gegenempfindungen?	172
„Gefühlszellen bilden“: Das „Grundgefühl“ eines Themas entwickeln	174
<b>Selbstaktive Eigenschaften</b>	<b>175</b>
<b>Influenzierung &amp; Imprägnierung</b>	<b>176</b>
<b>Karma &amp; Schicksal</b>	<b>177</b>
Die Sprache des Lebens lernen	182
<b>Charakter</b>	<b>184</b>
<b>INHALT DER VERSCHIEDENEN BÄNDE</b>	<b>186</b>
<b>SAMMELBAND 1 &amp; 2</b>	<b>186</b>
Unterschiede & Grundlagen: Das Magische Weltbild	186
<b>SAMMELBAND 3 &amp; 4</b>	<b>186</b>
Kreatives Visualisieren 2.0 - Die schöpferischen Kräfte des Geistes und der Elemente - Mentale Techniken	186
<b>SAMMELBAND 5 &amp; 6</b>	<b>187</b>
Effektive Autosuggestion - Karma & Schicksal - Astrale Techniken	187
<b>SONDERBAND</b>	<b>188</b>

## FALSCH GEDACHT? VON WEGEN! - DIE WAHRE BEDEUTUNG VON HINDERNISSEN & MISSEFOLG

In der herkömmlichen „Wunschliteratur“ wird Misserfolg immer als etwas Unerwünschtes, als Fehler beim „Bestellen ans Universum“ gedeutet. Aber nichts könnte, nach den Aussagen der alten Lehren oft falscher sein! Die modernen Werke der Esoterik, die zumeist auf amerikanische Quellen zurückgehen (bzw. Adaptionen solcher sind) und die wiederum stark von der calvinistischen Weltanschauung geprägt sind („irdischer Erfolg als Zeichen der Belohnung“), welche in Amerika sehr weit verbreitet ist, verstehen die Funktionsweise der Ursachensphäre, des Schicksal und damit des Lebens nicht. Die Hermetik aber erklärt es uns ganz genau:

**U**nsere starke Absicht, unser tiefes Verlangen (etwas zu erreichen oder zu werden) bewirkt einen starken Eindruck in der Ursachensphäre, im Akasha. Dieser „Urgrund aller Dinge“, aus dem heraus alles entsteht, das sich irgendwann als Verwirklichung und Realisation auf der Welt zeigt, *kreiert daraufhin Umstände und Situationen für uns, die uns helfen sollen, die gewünschten Eigenschaften zu erwerben und zu stärken*, das Erwünschte zu erreichen, die zu seiner Verwirklichung und Umsetzung erforderlichen Fähigkeiten zu erwerben. Wie? *Natürlich durch Hindernisse!* Wie sonst? Immer wenn man eine bestimmte Energie (also auch Eigenschaften, wie etwa Glaube, Selbstvertrauen etc.) *verstärken* möchte – wird eine *Stauung* benötigt. Gerade so, wie Wasser mittels einer Düse gestaut und in eine enorme Kraft gebracht werden kann. Und eben diesen Sinn und Zweck sollen Hindernisse für uns haben! Hindernisse und Hürden sind sehr oft Hilfen des Schicksals – geradezu die **Antwort** auf unser Verlangen und unsere sehnlichen Wünsche hin. Sie sollen uns helfen, uns zu entwickeln und die für ihre Verwirklichung nötigen Kräfte zu erwerben. **Wenn** wir durch diese Hindernisse hindurch gehen und nicht dabei verzagen! Auf jeden intensiven Wunsch hin, den wir in das Akasha legen (durch unser *Wollen* und *Verlangen*) – erscheinen zuweilen eben gewisse Gegenkräfte. Durch deren bewältigen wir jedoch unserem Ziel näher kommen sollen.

Wie aber soll man mit Hürden und Hindernissen auf die richtige, nämlich eine stärkende Art und Weise umgehen, wenn man sie überhaupt nicht als solche Hilfen zu erkennen weiß? – Wenn man also jedes Mal wieder zurück weicht und umdreht, sobald Hindernisse auftauchen, in dem Glauben, man hätte etwas falsch gemacht? So kommt man nie ans Ziel.

Deshalb ist eben diese Kenntnis über das eigentliche und wahre Wesen vieler Hindernisse und Hürden in unserem Leben *als Hilfen, Trainings-Hilfen, positive Prüfungen*, enorm wichtig. Mit diesem Bewusstsein nämlich gehen wir mit solchen Hindernissen auf die richtige Art und Weise um, lassen uns nicht entmutigen, sondern erkennen sie als eben solche Trainings- und Entwicklungshilfen für die Entfaltung unserer Kräfte und die letztendliche Verwirklichung unserer Ziele. Wir erkennen durch Hindernisse, dass unsere Wünsche „im Akasha angekommen sind“. Die herkömmliche Esoterik geht zumeist davon aus, dass sich unsere Wünsche „auf dem Silbertablett“ servieren sollen. Dies aber ist naiv und unrealistisch. Das Leben, das Universum möchte uns immer entwickeln, selbst erstarken lassen, uns dahin bringen, dass *wir selber* die notwendigen Fähigkeiten und Eigenschaften entwickeln, die für die *handelnde* Umsetzung eines Wunsches gerade notwendig sind. Denn erst in der Handlung, also im Umgang mit der materiellen Ebene selbst (*Malkuth, das Reich*) errichtet, stärkt, beweist und prüft sich letztendlich die wahre *Fähigkeit*.

Das bedeutet auch: Wann immer wir, zu irgendeinem Zeitpunkt, einen bestimmten Menschen in unser Leben ziehen – wird er auch seine „Aufgabe“ für uns haben, wird dieser Kontakt, diese Situationen ihren ganz bestimmten Sinn für uns haben, wird dieser Mensch für uns wertvolle Lernsituationen und Erkenntnisse initiieren helfen können. In welcher Richtung das jeweils gehen soll, läßt sich anfangs

nicht immer sagen – aber man sollte dem Leben zuhören, erahnen versuchen, welche Lern- und Erfahrungsmöglichkeiten, welche Prüfungen (= ob wir bestimmte Kräfte, Eigenschaften und Fähigkeiten wirklich bereits besitzen, oder wir das bislang nur glaubten) er uns bietet. Man sollte Erfahrungen *annehmen*.

Ein solches Annehmen bedeutet nicht, dass man Situationen so akzeptiert, wie sie sind – sondern dass man sie zu verbessern sucht, dass man in die Erfahrungen hinein geht, dass man sich an Herausforderungen reibt, daraus lernt und daran wächst – anstatt alles immer nur zu vermeiden, was unangenehm sein könnte. Denn so... wächst man einfach nicht. Sondern bleibt ewig der Gleiche. Ich kenne so einige Menschen, die niemals viel wagen, die immer irgendwie in ihrem Elfenbeinturm leben – und wie leicht ist es unter solchen künstlichen Bedingungen, innerhalb einer solchen „Traumblase“ ein künstliches, wohlgefälliges Selbstbild zu entwickeln – das sich aber nur selten in der Realität beweisen muss. Diese Menschen erteilen dann jedem gerne ihren „weisen“ Ratschlag – aber sie sind doch nur Beifahrer des Lebens, Ruhegenießer unter der künstlichen Sonne ihres eigenen Terrariums, das sie sich errichtet haben und kaum mehr verlassen. Sie stürzen sich nicht ins Leben, vermeiden alles, das irgendwie das eigene Selbstbild gefährden – also zurück in die Realität holen könnte. Aber so wachsen sie nicht. Sie verbleiben unreif.

Wahres Wachstum bedeutet eben auch, dass man hin und wieder zerschmettert wird. Und sich dann neu aufbauen muss. Dazu gehört Mut. Das ist das Leben. Das ist zugleich aber auch der Prozess, durch welchen aus einem Stück Kohle schließlich ein Diamant wird. Dazu gehört Druck. Das ist Chemie.

Wenn Du viel im Leben erlebt und durchgemacht hast, weißt Du, wie sehr Du daran gewachsen bist. Wenn Du dann nach langer Zeit wieder einmal einen alten Freund oder Bekannten triffst, der die meiste Zeit ein einfaches, geruhames Leben ohne große Krisen oder Schwankungen hatte, wird Dir auffallen, wie groß der Reifeunterschied zwischen Dir und diesem Menschen geworden ist. Ein Leben ohne Krisen und Schwankungen, ohne Misserfolg und Hindernisse ist ein Wellness-Aufenthalt, eine Art Aus-Zeit. Aber keine intensive, spirituelle Schule, kein Fitness-Studio für Geist, Herz und Seele. Wir entwickeln uns nur in Reibung und Herausforderung *wirklich* weiter. Denn *alles*, mit Ausnahme von intellektuellem Bücherwissen, will und muss auch praktisch geschult, praktisch erworben, trainiert und schließlich geprüft werden. Der Pfad zur wahren Magie bedeutet nicht, sich nicht mehr die Hände schmutzig machen zu müssen. Sondern sich die Hände so oft schmutzig zu machen, dass es einem schließlich nichts mehr ausmacht, weil unsere Muskulatur sich schließlich neu angepasst hat.

Was bedeutet, in dieser Logik und Denkrichtung, ergo manch *angenehme* Lebenssituationen? Letztlich oft nichts anderes, als gerade das Ergebnis *negativer Charaktereigenschaften*, Situationen und Umstände, die uns oft genug unsere Bequemlichkeit, unsere Trägheit, unsere Entscheidungsschwäche errichten. Diese aber schwächen letztendlich den Charakter und die Persönlichkeit und verhindern eine Weiterentwicklung unseres Wesens. Zu jedem praktischen Werken und Wirken gehört *immer* auch der Misserfolg. Wer keine Misserfolge hat, der macht etwas falsch. Der geht nicht an seine Grenzen. Der handelt nicht. Lebt nicht.

Wir sehen: „Erfolge“ und „Misserfolge“ muss man viel, viel differenzierter betrachten! Es ist viel zu naiv, viel zu pauschal, hier alles über einen Kamm zu scheren. Das gilt selbstverständlich auch für meine eigenen Worte.

Weitere Ursachen für mögliche Misserfolge kann allerdings auch ein *Ungleichgewicht der Elemente-Verteilung* in unserem Wesen sein, also eine gestörte Harmonie des vierpoligen Schlüssels – wenn etwa eine oder mehrere Elemente-Harmonien nicht mehr ausreichend zum Zuge kommen. In einem solchen Fall kann das eigene Selbst, und letztlich das eigene Leben in Schiefelage oder Stagnation geraten bzw. sich die Kraft der verwirklichenden, schöpferischen Grundkräfte vermindern.

Über all diese Möglichkeiten, diese möglichen Ursachen und Hintergründe von Erfolg oder Misserfolg werden wir in den kommenden Bänden noch ausführlich sprechen.

# DIE WIRKUNGSWEISE DER GEDANKEN

Gemäß dem „Magischen Weltbild“, welches die alten Traditionen seit jeher lehren, stellt jeder Gedanke und auch jedes Gefühl eine tatsächliche, wirkende, feinstoffliche Kraft, eine wirkende Gedankenform, ja mitunter sogar ein *feinstoffliches Lebewesen* dar. Gedanken und Gefühle werden als konkrete feinstoffliche Formen und als real existierende Energien betrachtet. Deren Wirkungsstärke hängt von weiteren Faktoren ab, wie etwa der Ausbildung der Konzentrationskraft und der Imaginationskraft, des Willens und des Glaubens des Ausübenden.

In vielerlei Hinsicht werden Gedanken und Gefühle sogar als „lebendige Wesen“ betrachtet, die ab einem gewissen Stadium ihrer Belebung sogar einen ihnen innewohnenden Selbsterhaltungstrieb aufweisen.

An dieser Stelle wollen wir nun zuerst einmal die Natur, den Aufbau und die Funktionsweise von Gedanken und Gefühlen – *aus der Sichtweise des magischen Weltbildes, also den Lehren des Yoga und der Hermetik* – betrachten und verstehen lernen.

## QUALITÄT (INFORMATION) UND QUANTITÄT (ENERGIE)

Alles in der Schöpfung verfügt über zwei Eigenschaften: Nämlich *Qualität* und *Quantität*.

Mit *Qualität* ist an dieser Stelle übrigens nicht die allgemeine Bedeutung im Sinne von *gut* oder *schlecht* gemeint. Sondern schlichtweg die *Eigenschaften* einer Sache, die Art ihrer Wirkung, die zugrundeliegende Idee, ihre Beschaffenheit – also das, was eigentlich *ist*, *das*, um was es überhaupt geht. *Sonnenlicht* beispielsweise wärmt. Die Wärme als Zustand ist ein Teil der *Qualität*, also der Eigenschaft des Sonnenlichtes selbst.

Die *Quantität* wiederum bezeichnet die Menge, Anzahl, das Volumen, die Größe, damit auch die Intensität einer bestimmten Sache bzw. die Stärke, Dynamik, Energie, Nachdruck. Die Menge oder Intensität an Sonnenlicht bestimmt also den Grad bzw. die *Intensität* der Wärme.

Oder, am Beispiel einer Empfindung, einer Charaktereigenschaft, oder eines Temperaments betrachtet: Fast jeder Mensch kann mal wütend oder auch fröhlich werden – beides sind Qualitäten.

Wie *stark* diese Wut oder diese Fröhlichkeit aber werden und welche Ausprägung sie annehmen können, oder auch wie *häufig* sie dadurch auftreten – das sind alles Auswirkungen des *quantitativen* Aspekts, also wie *stark* jeweils in diesem Fall das cholerische oder lebhaftes Temperament, das ja die Grundenergie für diese Eigenschaften liefert, selbst jeweils im Charakter ausgeprägt ist. Über die Qualität "Wut" verfügen wir also fast alle. Irgendwie. Nur eben jeweils mehr oder weniger, also in einer ganz *verschiedenen Quantität*.

Anhand dieser vier Beispiele sollte nun ausreichend klar sein, was wir hier mit Qualität und Quantität meinen und bezeichnen.

Im Magischen Weltbild nehmen Qualität und Quantität eine wichtige Rolle ein. Jede mögliche Eigenschaft, jede mögliche Sache besitzt immer beides, sowohl eine Qualität als auch eine Quantität. Und beides sind Faktoren, welche man in seine Überlegungen oder seine Praxis immer miteinbeziehen muss. Die Qualität bezeichnet immer die Eigenschaften, um die es geht. Je *höher* die Qualität, desto reiner, feiner ist die Eigenschaft, das Gefühl oder die Kraft.

Zum Beispiel *Liebe*. Selbstlose, geschlechtsneutrale, bedingungslose und allumfassende Liebe weist von allen Arten der Liebe die höchste und reinste Qualität auf. Ihre *Quantität* bestimmt nun aber – wie bei jeder Eigenschaft – wie *stark* diese Liebe, oder eben jede beliebige Sache, überhaupt zum Ausdruck kommen kann.

Und hier liegt bereits ein sehr wichtiges Geheimnis, eine sehr wichtige Erkenntnis verborgen. Nämlich: Wir sind nicht der, der wir zu sein glauben. Sondern wir sind (potentiell) *alles*. Zumindest viel mehr, als wir glauben. Denn: Nahezu jeder Mensch verfügt über nahezu *jede mögliche*

*Charaktereigenschaft*, also über fast jede mögliche *Qualität*. Das bedeutet, wir können fast *jedes* Gefühl einmal empfinden – auch jede Art von Liebe. Wenn auch nur kurz oder selten und vielleicht auch nur sehr gering ausgeprägt. Zumindest als „kleines Samenkörnchen“ ist so gut wie alles irgendwie und irgendwo in uns vergraben. Es ist uns nur nicht bewusst. Es bedürfte manchmal Extremsituationen, dass uns die Existenz der einen oder anderen Eigenschaft in uns, bewusst wird. Jeder Mensch verfügt also über nahezu jede mögliche Charaktereigenschaft – nur die *Quantität*, die Ausprägung ist verschieden.

**Selbst wenn nur ein atomkleiner Funke einer bestimmten Eigenschaft in seinem Charakter schlummert, welcher, gleich einem inaktiven Samenkorn auf günstige Keimbedingungen wartet – so ist diese Eigenschaft doch in ihm. Sie muss also nicht neu erworben werden – sondern vielmehr einfach nur *verstärkt* werden.**

Und diese Sichtweise und Erkenntnis ist eine sehr wichtige. Denn sie macht uns klar, wie sehr wir uns eigentlich verändern können. Dass wir eben nicht festgelegt sind, auf diese eine bestimmte Person, die wir zu sein glauben, oder den jetzigen Charakter, den wir zu haben glauben. Wir sind nicht (wirklich) diese Person. Wir sind nicht ihr Name. Wir sind nicht dieser Körper. Alles ist in stetem Fluss und so auch wie als Person und Charakter. „Den“ unseren Charakter gibt es so gar nicht, zumindest nicht in jeder starren und fixen Form, wie wir es glauben. Das ist *Maya*, Täuschung und Illusion.

Wenn wir all die Extremerfahrungen betrachten, in welche manche Menschen oder Menschengruppen in ihrem Leben geraten sind, dann erfahren wir dadurch, wie sehr eine solche plötzliche und extreme Veränderung des Umfelds und der Lebenssituation auch einen Charakter verändern kann – entweder zum Positiven oder auch zum Negativen. Biedermänner mögen zu Bestien werden und scheinbare Feiglinge zu epischen Helden. Durch die extreme Erfahrung ist die Illusion des Alltags und der bisherigen Persona zerbrochen – und keimende Eigenschaften im Charakter konnten unter neuen und veränderten Bedingungen nun keimen. Auch jede Krise, jede schwierige Lebenserfahrung hat diesen Zweck.

Es gibt eine Methode, wie man umgekippte Gewässer wieder bereinigen kann: Durch regelmäßige Zugabe selbst kleinster Mengen von frischem und gesundem Wasser aus einem intakten Gewässer. Das gesunde Wasser wirkt hier nur in Form seiner *Qualität* – denn die Menge der Zugaben sind verhältnismäßig winzig. Auf dieselbe Weise können wir die Veränderung unseres Charakters betrachten: Wir besitzen alle Eigenschaften in uns, die wir gerne haben möchten. Sie sind als *Qualitäten* vorhanden! Wir müssen nichts neu erwerben. Wir sind bereits ein vollkommener Ausdruck der umfassenden Palette aller möglichen Eigenschaften der Schöpfung. Alles was wir tun müssen, wenn wir uns verändern wollen, ist, nur noch die *Quantität* eines Keimes in uns zu verändern, also zu stärken.

Auch Gedanken und Gefühle besitzen einen Bezug zu *Quantität* und *Qualität*. Die *Qualität* eines jeden Gedankens kennzeichnet seinen „Reinheitsgrad“, damit die Feinheit seiner Schwingungsfrequenz (z.B. begehrende Liebe oder selbstlose Liebe). Die *Quantität* wiederum bedeutet seine *Dynamik*, die Kraft und Stärke und Ausprägung, welche dieser Gedanke oder das entsprechende Gefühl besitzt, bzw. aufbringen und erzeugen kann.

Möchten wir uns eine bestimmte Eigenschaft, eine Wesensart oder eine Fähigkeit vorstellen, die wir in uns aufbauen möchten oder auch eine bestimmte Lebenssituation, ein Ziel realisieren, dann ist die Vorstellung dazu zuerst einmal vor allem ein qualitativer Faktor. Sobald uns diese Vorstellung, das gedankliche Konstrukt oder sogar das plastische Bild dazu gelingt, ist der qualitative Faktor, also die eigentliche Information damit bereits geliefert, komplett da und vorhanden. Was nun aber noch benötigt wird, das ist nur noch der quantitative Faktor – die *Dynamik*, der Nachdruck, die „Durchschlagskraft“ dieses Gedankens, der entsprechenden Gefühle oder Vorstellung. Alles was wir realisieren möchten benötigt stets *Qualität* (die Idee, das Bild, das Gefühl an sich) – und *Quantität*, also Verdichtung, Verstärkung, Nachdruck, *Dynamik*, Wiederholung usw.

Diese *Quantität*, Stärke oder „Durchschlagskraft“ einer Eigenschaft wird, im praktischen Leben, vor allem durch und mit Hilfe von Hürden und Hindernissen erhöht! Diese sorgen für die notwendige Stauung, Sammlung und Ballung der entsprechenden Energien in uns, beispielsweise von Wille, Entschlossenheit, auch Liebe etc. – Dies ist eines der großen Geheimnisse der „Funktionsweise des Schicksals und des Lebens“, welches die Hermetik ganz klar offenbart, das aber in der modernen Esoterik nahezu vergessen oder unbekannt bleibt.



Unser einfaches Lieblingsbeispiel: Furcht - Mut. Wenn wir uns den Mut allein in unserer Vorstellung zumindest vergegenwärtigen können - ist er vorhanden! Alles was wir jetzt nur noch tun müssen ist es, diese Gedanken und Gefühle des Mutes immer weiter zu verdichten, sie zu verstärken. Dies geschieht mittels der Methoden der *Bewusstmachung* und der *Autosuggestion* (siehe folgende Bände) - also durch oftmalige Wiederholung und Nachzeichnung auf der mentalen und der astralen Ebene.

Ein jeder Gedanke und ein jedes Gefühl besitzt auf den feinstofflichen Ebenen Realität, ist eine dort vorhandene Energie- und teilweise, je nach bereits erfolgter Verdichtung, sogar bereits eine richtige Gedankenform. Diese Gedankenform weist ihre individuelle Schwingungsfrequenz auf. Niedere, egoistische Gedanken (wobei nicht jeder egoistische Gedanke ein Gedanke niedriger Gesinnung sein muss) schwingen in einer niedrigeren, gröberen Qualität als beispielsweise reine, vor allem selbstlose Gedanken und Gefühle. Dies ist der *qualitative* Faktor.

Der *quantitative* Faktor hingegen bestimmt, wie viel Dynamik, Nachdruck ein Gedanke, ein Gefühl oder eine Vorstellung in Bezug auf seine Wirkungskraft und Realisierungstendenz erhält. Erhöht und Verstärkt wird diese quantitative Energie durch die Intensität des Denkens, Fühlens und der Imagination, sowie durch Nachzeichnung, häufige Belebung, und Wiederholung. All unsere Gewohnheiten, also unsere Charaktereigenschaften sind letztendlich nichts anderes, als lediglich über lange Zeit oftmals wiederholte, bestimmte Gedanken und Gefühle, die sich in uns bereits so stark verdichtet haben, das sie in hohem Maße unser Verhalten und unsere Wahrnehmung bestimmen. Aber es sind und bleiben Konstrukte, die auch wieder veränderbar sind, die ersetzbar sind, durch neue Eigenschaften, die wir gleichermaßen auf diese Weise verdichten und damit als neue Eigenschaften und Gewohnheiten in uns installieren können.

- Die *Qualität* bestimmt die Information und die Schwingungsfrequenz.
- Die *Quantität* bestimmt wiederum die Durchschlagkraft, die Dynamik, die Macht, Kraft und Stärke eines Gedankens, Gefühls oder Bildes.

## GEDANKEN, GEFÜHLE UND VORSTELLUNGEN VERTSETZEN DIE URSACHENSPHÄRE (AKASHA) IN SCHWINGUNG

Gemäß der Ansicht der alten Lehren ruht Akasha, die Ursachensphäre regungslos und völlig unmanifestiert in allem und allgegenwärtig - bis es in eine bestimmte Resonanz versetzt wird (vgl. „Superposition“ der Quantenphysik). Eine jede Absicht, ein jeder Gedanke, jedes Gefühl und jede Vorstellung, aber auch jede Tat und Handlung, erzeugen eine entsprechende Resonanz in der Ursachensphäre und aus dem unmanifestierten „Ur-See aller Möglichkeiten und Wahrscheinlichkeiten“ entsteht eine bestimmte und spezifische *Wahrscheinlichkeit* - ein bestimmter und entsprechender Manifestationsimpuls.

Und zuerst ist es tatsächlich nicht mehr als eine Wahrscheinlichkeit. Denn der Impuls erschafft das Gewollte zuerst auf den feinsten, feinstofflichen Ebenen der Schöpfung (siehe Kapitel „Die drei Ebenen oder Aggregatzustände“), ehe sich diese Schwingungsform schließlich über den Vorgang der Abwärtsreflektion sogar auf der grobmateriellen Ebene, der größten und letztmöglichen Ebene der Verdichtung, entweder in Bezug auf unseren Körper, etwa als psychosomatischer Ausdruck, oder sogar außerhalb von uns als eine sich ergebende Lebenssituation zeigen kann.

Einen solchen Verdichtungsprozess durchläuft - bei entsprechender Nachzeichnung, Belebung und Wiederholung, ein jeder Gedanke - jedoch nicht immer bis auf die physische Ebene. Nur wenn ein Gedanke, ein Gefühl oder eine Vorstellung über eine entsprechende Kraft und Dynamik verfügt (und/oder entsprechend oft nachgezeichnet wird) und auch bestimmte andere Faktoren eingehalten werden, kann auch eine Realisation auf der materiellen, körperlichen Ebene geschehen.

Die Stärke des im Akasha ausgelösten Impulses ist dabei abhängig von der Stärke des Verlangens, der Intensität des Wunsches, der Stärke der Absicht und des Willens, sowie der Intensität der Konzentration und der Imagination.

Dies ist *eine* Art, wie der Mensch Gedanken, Gefühle und Vorstellungen in die Wirklichkeit umsetzen kann. Gedanken verdichten sich irgendwann und immer mehr zu entsprechenden Gefühlen und Gedanke und Gefühl bilden die Grundlage und die tragende Welle zu entsprechenden Handlungen oder bilden einen psychosomatischen Ausdruck über den Körper. Oder aber sie lösen sogar direkte Wirkungen auf der grobstofflichen Ebene aus. Diese letztere Art der Gedankenmanifestation ist aber – zumindest für den Normalmenschen – die ineffizienteste. Viel effizienter materialisiert er „in sich“ – innerhalb der eigenen Seele bzw. psychosomatisch als Ausdruck über den eigenen Körper bzw. das eigene Verhalten und jede Art von Handlung. Denn auch dies sind, vor allem, direkte Materialisationen unserer Gedanken, Gefühle und Vorstellungen.

### *GLEICHGEARTETE GEDANKEN UND GEFÜHLE VERBINDEN SICH MITEINANDER*

Ähnliche Gedanken assoziieren sich einander im Bewusstsein, erzeugen sich also gegenseitig und *verbinden* sich leicht zu einem Gesamtkomplex von Gedanken mit ähnlichen Naturell. Dasselbe geschieht mit Gefühlen. Gleiche oder ähnliche Gedanken ballen sich zu Komplexen zusammen – und dieses Prinzip kann nicht nur problematisch werden, wenn es unbewusst, ungewollt oder unkontrolliert geschieht, sondern man kann es sogar bewusst für sich nutzen (siehe die nachfolgenden Bände bzw. „Die geistigen Gesetze“).

### *GEDANKEN UND GEFÜHLE SIND (FEIN-)STOFFLICH – UND BESITZEN FORM, FARBE, SCHWINGUNG*

Im Westen werden Gedanken und Gefühle oft als Erzeugnis der neuronalen Hirnaktivitäten betrachtet – ihnen wird keine eigenständige und schon gar nicht stoffliche Existenz zugestanden. Ganz anders aber sehen dies die alten Traditionen, etwa die fernöstlichen Geisteswissenschaften des Yoga oder des Daoismus, wie auch die Hermetik. Nach diesem alten Wissen sind Gedanken und Gefühle durchaus reale Schöpfungen – die sogar Stoff und Form, Farbe, Vibration und Klang besitzen. Allerdings eben nur nicht grobmateriell verdichtet, sondern gebildet durch den „Feinstoff“ der höheren Ebenen, deren Existenz sich erst jetzt bis in den nächsten Jahrzehnten durch die Quantenphysik erahnen, schließlich irgendwann beweisen lassen wird.

Nach den alten Lehren bildet jeder Gedanke nicht nur ein bestimmtes „Schwingungsfeld“, sondern tatsächlich eine konkrete Gedankenform, dessen *Gestalt und Form* auf der feinstofflichen Ebene seiner Qualität und Intention entspricht und diese in symbolischer Form ausdrückt.

Gedanken und Gefühle sind also durchaus „materiell“ – also stofflicher Natur – nur eben aus „Feinstoff“ bestehend. Sie sind *real* und wirken, auf ihrer Ebene, unmittelbar und direkt. Nur auf die materielle Ebene kann ein Gedanke nicht direkt einwirken, es bedarf hierzu einer „Abwärtsverdichtung“ – die Zeit benötigt. Manchmal viel Zeit.

Die magische Lehre macht sich die Natur der Gedanken und Gefühle, sowie die Beschaffenheit und die Gesetze der drei verschiedenen Ebenen und Aggregatzustände der Schöpfung und des Menschen (s. "Die drei Ebenen) zunutze, indem sie viele verschiedene Arten und damit auch Funktionsweisen von Gedanken- und Gefühlsenergien klassifiziert und verwendet:

## ELEMENTALE

"Elemental" ist ein Begriff aus den alten, traditionell orientierten Wegen und Überlieferungen der Esoterik, aus dem Okkultismus, der Magie und wird u.a. im System von Daskalos, der Antroposophie nach Rudolf Steiner, vor allem aber auch von Franz Bardon erwähnt und beschrieben.

Ein Elemental besteht aus einer Gedankenform. Durch starkes, intensives und durchdringendes Denken erschafft der Mensch Gedankenformen in der Mentalwelt (s. "Die drei Ebenen"). Nicht in der Astralwelt wohlgeordnet, wie mancherorts beschrieben steht, denn reine Gedanken sind dem mentalen Aggregatzustand, also der Mentalwelt zugehörig, die anderen Gesetzen unterliegt, als die astrale oder die materielle Ebene.

Ein solches Elemental hat dann seine eigene Dynamik. Es beinhaltet die energetische Idee und Schwingung (Qualität) seines Grundgedankens und kann - auf der Mentalebene - entsprechend wirken, beispielsweise helfen, günstige Ursachen und Wirkungen zu erzeugen, die seiner Idee entsprechen. Das Elemental ist mit Kraft aufgeladen, beeinflusst den Menschen, der es erschaffen hat - kann aber auch nach außen projiziert und in die Gedankensphäre eines anderen Menschen projiziert werden, wo es dann diesen Menschen geistig beeinflussen kann. Die Entstehung eines Elementals an sich ist ein sehr natürlicher Vorgang, er entsteht beim intensiven Denken eines Menschen oft und unbewusst. Jedes Gefühl, jeder Gedanke, den der einzelne aussendet ist ein Elemental. Da auf der Mentalebene ein jeder Gedanke die natürliche Tendenz besitzt, eigenständig eine bestimmte (symbolische) Form, Farbe, Klang, Vibration etc. anzunehmen, die seinen wahren Eigenschaften entspricht und weil ein stark verdichtetes, also mental oft nachgezeichnetes und dadurch umso stärker belebtes Elemental einen eigenen Selbsterhaltungstrieb besitzt, wird ein Elemental in der okkulten Lehre als ein quasi-eigenständiges Lebewesen betrachtet, es besitzt also Gestalt und eigenes Leben (auf der Mentalebene). Auch Swami Sivananda beschreibt in seinem Buch Gedankenkraft, (*Thoughtpower*) die Elementale als Gedanken, die ein eigenes Gewicht, eigene Farbe und Form haben, und auch ein eigenes Leben. Dieses "eigene Leben", diese Selbsterhaltungstendenz eines Elementals, also einer durch das intensive Denken eines Menschen erschaffenen Gedankenform, ist umso stärker ausgeprägt, je mehr ein solches Elemental, also ein entsprechender Gedanke genährt wird, was durch Stärke und Intensität des entsprechenden Denken und Fühlens, durch Glaube und Überzeugung und durch Wiederholung geschieht. Sehr stark verdichtete Gedanken-Elementale können ihrem Urheber zum Verhängnis werden, da sie durch ihre Selbsterhaltungstendenz den Menschen immer wieder zu Reaktivierung und Nachzeichnung der entsprechenden Gedankengänge animieren oder gar drängen wollen, was die wahre Herrschaft und Kontrolle über das eigene Denken natürlich negativ beeinflusst. Es "kann einem über den Kopf wachsen".

Der Mensch erlebt das selbst bei jedem Denken oder jeder Art von Denken, die sich einem selbst immer mehr bemächtigt - wie etwa Eifersuchtsgedanken, Gedanken des Grübelns, der Sorge etc. Man muss also achtsam sein, welche Gedanken man durch ständiges Nachzeichnen nährt und stärkt - denn diese Gedanken gewinnen wie gesagt an Macht und Selbsterhaltungstrieb.

Bewusst und beherrscht aber können Elementale auch zu Positiven und gewünschten Zwecken verwendet werden. Starke Gedankenformen entstehen beispielsweise auch bei der Autosuggestion, wo sie für uns einem gewollten und günstigen Zweck der permanenten Selbstbeeinflussung dienen. Der Magier verwendet Elementale vor allem dazu, sie schließlich in die Gedankensphäre eines anderen Menschen zu projizieren, wo sie beispielsweise Gedanken und Inspirationen von Mut, Hoffnung, Stärke oder jeder beliebigen anderen, hilfreichen Idee oder geistigen Eigenschaft hervorrufen und unterstützen sollen. In jedem Falle aber übernimmt in karmischer Hinsicht der Urheber eines Elementals immer die volle Verantwortung für alle Wirkungen, die ein solches Elemental schafft.

Elementale sind Gedanken- und Gefühlsformen, die eigene Wirklichkeit geworden sind. Der Mensch erschafft also selbst Elementale aus seinen Gedanken, durch intensive und wiederholte Beschäftigung mit den entsprechenden Gedanken laden sie sich mit der Lebensenergie (Prana) ihres Urhebers auf (Quantität), und auf diese Wesenheiten können dann selbst wieder tätig werden. Auf gewisse Weisen können auch sehr gefährliche Gruppen-Elementale entstehen, wenn beispielsweise in einer ganzen Region ein großer Hass besteht. Auf diese Weise wird ein starkes und destruktives Elemental geschaffen, an dessen Energetik sofort jeder teilnimmt und daran Zugang erhält, sobald er mental auch nur die Bereitschaft hat, an jenem entsprechenden Denken bzw. den entsprechenden Ansichten teilzunehmen. Solche destruktive Energien können viele Menschen beeinflussen und sogar Kriege auslösen.

Wir sehen also, wie wichtig es gemäß der magischen Lehre ist, dass wir selbst unser Denken kontrollieren und zu verhindern suchen, dass bestimmte, unerwünschte Gedanken in uns zu sehr ausufern.

Die Erkenntnis dieses Themas für die Wunschverwirklichung ist diese: Wenn wir uns ein bestimmtes Ziel, eine bestimmte Vorstellung vergegenwärtigen - dann erschaffen wir auch damit eine Gedankenform. Diese Gedankenformen (die etwa und beispielsweise uns selbst mit gewünschten Eigenschaften zeigen), teilen sich auf der Mentalebene, die ja weder Zeit noch Raum, also keine Entfernungen kennt (s. "Die drei Ebenen") auch der Mentalsphäre der anderen Menschen mit. Auf diese Weise kann man oft, durch eigentlich ganz natürliche Mechanismen, geeignete Helfer und Hilfen anziehen, deren Ursache und Erklärung eben auch, unter anderen, in der Wirkungsweise der Gedankenformen und der mentalen Vernetzung der Menschen untereinander begründet liegt.

Wenn zum Beispiel ein Verkäufer von der Qualität seiner Produkte sehr stark überzeugt ist, dann sendet er damit, unter gewissen weiteren Umständen, Elementale aus, welche andere Menschen ebenso von diesem Produkt - auf der Mentalsphäre - überzeugen können. Ein solches Elemental wirkt dann namentlich auf jene Menschen, potentielle Kunden, deren Willenskraft, also geistige Dynamik, schwächer entwickelt ist, als jene des Urhebers des Elementals. Wobei dem Urheber hier aber wiederum zugutekommt, dass er von seinem Produkt ja dementsprechend *überzeugt* ist - was die Dynamik des Elementals ohnehin im Sinne des Feuer-Elements verstärkt. Auf diese Art des Gebrauchs von Gedankenformen möchte ich aber nicht weiter eingehen, da die Missbrauchsmöglichkeiten groß sind - und ein solcher Gebrauch in magischer Hinsicht "unethisch", also auch karmisch ungünstig für den Urheber ist, da es hier letztendlich nicht mehr um positive Selbstbeeinflussung, sondern den Versuch der Beeinflussung anderer geht. Natürlich sind die Grenzen oft fließend - und wer einfach nur von seinem Produkt überzeugt ist, der begeht damit noch keinen unethischen Akt. Dieser begäbe aber dort, wo solche Gedankenformen bewusst und willentlich zum Zwecke der Beeinflussung anderer projiziert werden.

Der interessierte Leser kann im ersten Band Bardons ("Der Weg zum wahren Adepten") näheres über diese Methoden finden - inklusive der entsprechenden Warnungen.

## ELEMENTARE

Elementare stellen im Grunde genommen bis auf die astrale Ebene bzw. den astralen Aggregatzustand ("Die drei Ebenen") verdichtete Elementale dar. Auch sie werden als Wesenheiten betrachtet, besitzen also, ab einem gewissen Stadium, einen gewissen, jedoch immer stärker werdenden Selbsterhaltungstrieb, sowie auch eine rudimentäre Intelligenz.

Elementare sind also Wesenheiten der astralen Ebene, welche sich, auf der astralen Ebene, von den Gefühlen, vor allem von den Begierden und Leidenschaften ihrer Schöpfer ernähren. Auf Grund ihres zunehmenden Selbsterhaltungstriebes wollen sie ihren Schöpfer immer wieder zum Wiederempfinden derjenigen Emotionen inspirieren und anstacheln, welcher ihrer Grundschwingung entsprechen (z.B. Eifersucht, Angst, Hass etc.), wodurch sie, durch das mentale Nachzeichnen wie auch durch die entsprechende Färbung und Influenzierung der Lebenskraft, des persönlichen Biomagnetismus (Od) des Urhebers mit diesen Eigenschaften, wiederum gestärkt werden und damit auch die entsprechende Leidenschaft oder Wesenseigenschaft stärken und aktiv halten wollen.

Es gibt noch eine Reihe anderer Klassifizierungen von Gedanken und Gefühlen in der Magie, die wir hier aber nicht behandeln wollen, der Interessierte kann sie in Bardons erstem Werk nachlesen.

Wie wir also an dem bisher ausgeführten erkennen können, bezeichnet der islamische Ausdruck des „Djihad“ (Anstrengung, Kampf, Bemühung, Einsatz) ursprünglich und in Wahrheit, bevor dieser Begriff schließlich ab dem 19. Jahrhundert politisch missbraucht wurde, eigentlich genau dies - diese Art von Bemühung oder „Kampf auf dem Weg zu Gott“, der ausgeführt werden muss, wenn man sich seinen eigenen Elementalen und Elementaren, also seinen eigenen Leidenschaften und negativen Eigenschaften stellt - und diese zu überwinden versucht. Jeder, wirklich ausnahmslos jeder spirituelle Weg, sämtliche Weltreligionen, alle okkulten Überlieferungen dieser Welt kennen dieses Konzept. So auch die Hermetik, als die Wurzel und der Extrakt aller okkulten Wege. Auf dem hermetischen Weg

wird durch eine Beherrschung der eigenen Leidenschaften vor allem die eigene Willensspannkraft geschult, d.h. die Leidenschaften und negativen Eigenschaften werden als „nützliche Helferlein“ verwendet.

Wie wir also sehen betrachtet das magische Weltbild Gedanken und Gefühle als (potentielle) Wesenheiten, also potentiell eigenständige Wesen - je nach Grad ihrer Verdichtung. Dies unterstreicht in stärkstem Maße die Rolle des Menschen in der Schöpfung - nämlich seine Schöpferkraft als das "Spiegelbild Gottes" in der Schöpfung.

An dieser Stelle solch noch gesagt werden, welche Hilfsmittel und nötigen Kräfte gegen ein Überhandnehmen solcher Elementale und Elementare in uns helfen. Natürlich jene, welche generell gegen ein Überhandnehmen von störenden Gedanken und Gefühlen helfen, da ja Elementale und Elementare nichts anderes sind als die natürlichen Ergebnisse unseres Denkens und Fühlens.

Diese Hilfs- und Kontrollmittel sind: Gedankenbeherrschung - und Willenskraft. Fehlt es an beidem, sind wir unserem Denken, unseren Gefühlen und Vorstellungen hilflos ausgeliefert. Ein Training des Willens, also der eigenen Selbststärke, Selbstdisziplin etc. ist also weitaus wichtiger, als das Fitness-Training des Körpers im Fitnessstudio (wobei natürlich auch letzteres hilft, die eigene Willensspannkraft zu stärken). Je stärker unsere eigene Willensspannkraft ist, desto mehr werden wir auch Herr über unsere Gedanken und Gefühle, über unsere Affekte und Leidenschaften und desto mehr können wir dann unsere Gefühle und Gedanken und Vorstellungen auch ausschließlich für gewollte, gewünschte und positive Zwecke nutzen, die uns nutzen, anstatt uns zu schaden.

## *WIE MAN DIE ENERGIE VON GEDANKEN UND GEFÜHLEN VERÄNDERT*

Das Magische Weltbild betrachtet Gedanken und Gefühle ganz gegenständlich: Man kann bestimmte Gedanken aussenden, bestimmte Eigenschaften sogar in Gegenstände laden und damit auch in anderen wachrufen – man kann sie in sich stärken, indem man ihr energetisches Fundament, auf der Grundlage der vier Elemente und der zwei Polaritäten in sich stärkt oder andersherum, sie abschwächen, einfach indem man das energetische Gegenprinzip stärkt.

Wenn wir die energetische Natur eines Gedankens oder eines Gefühls erkennen (siehe Tabellen), dann können wir diese mit gleichartigen Gedanken und Gefühlen entweder verstärken, verbinden und unterstützen – oder mit Gedanken oder Gefühlen einer gegensätzlichen Natur auch abschwächen und neutralisieren:

- ❖ Gedanken, Ideen, Gefühle und Eigenschaften, die überwiegend dem Feuerelement entsprechen, sind überwiegend mit elektrischen Fluid geladen.
  - ❖ Beim Wasserelement geht es um magnetische Gedanken,
  - ❖ beim Luftelement um neutrale Gedanken
  - ❖ und beim Erdelement um Gedanken die auf dem elektromagnetischen Fluid basieren.
- 
- Im Mentalkörper gibt es aktive elementarische Gruppen, die Elemente Feuer und Luft. Diese Gruppen wirken induktiv, rhythmisch von innen nach außen.
  - Die elementarisch negativen Gruppen, das heißt, das Wasser und die Erde, wirken deduktiv, sie ziehen zusammen, verdichten gleichfalls durch den Rhythmus, aber von außen nach innen.

Wenn man hierüber Bescheid weiß, kann man es vermeiden, energetisch gegensätzliche Suggestionen zu verwenden, die sich, bei gleichzeitigem Gebrauch, dann in ihrer Wirkung abschwächen können oder gegenseitig stören.

# SPIEGELUNG & MANIFESTIERUNG ÜBER DIE DREI EBENEN

*Die antiken und fernöstlichen, hermetischen, also okkulten Traditionen und Lehrsysteme besitzen allesamt ein im Kern annähernd identisches Welt(en)modell.*

*Dieses erklärt die Schöpfung (und alles was wir materialisieren) als das Resultat von mehreren, verschiedenen aber ineinander arbeitenden Ebenen der Dichte, also der materiellen Stofflichkeit. Wann immer wir einen Gedanken, ein Gefühl, ein Ziel oder einen Wunsch materialisieren, also verwirklichen, haben wir uns, bewusst oder unbewusst, immer desselben Vorganges eine Verdichtung, also eines Ineinanderwirkens dieser verschiedenen Ebenen bedient.*

Eine jede Wirkung, deren Ursache sich schließlich auf der physischen oder materiellen Ebene ausdrücken soll, nimmt ihren Anfang zumeist auf der *geistigen, oder mentalen Ebene*.

## Ein kurzer Überblick:

### *Mentalebene:*

Man möchte etwas Bestimmtes realisieren, dies kann ein Projekt, eine Unternehmung, ein Vorhaben, oder auch nur die Bewegung eines Körperteiles sein. Als erstes entsteht hierzu *der geistige Impuls* - in Form einer *Idee* und in Form eines *dynamischen Willensdruckes* auf der geistigen Ebene.

### *Astralebene:*

Diese Idee oder der Gedanke, die Absicht umkleidet sich schließlich mit *analogen* (also *gleichartigen*) Empfindungen - *Gefühl* kommt zu jenen rein abstrakten, bisher geistigen Vorstellungen bzw. zum abstrakten Impuls hinzu, und aus der reinen geistigen Idee wird ein seelischer, emotional nachdrücklicher *Wunsch*. Dieser Vorgang entspricht vereinfacht gesehen einer „Verdichtung“, in Wahrheit aber viel mehr einer Reflektion auf die nächstgrößere feinstoffliche Ebene, der Astralebene. Zuerst verstärkt sich dabei der Gedanke weiterhin auf der Mentalebene und verdichtet sich dabei derart, dass er die größte Schwingungsform annimmt, welche auf der Mentalebene noch möglich ist. Die Schwingungen werden also größer/langsamer (denn nichts anderes ist Verdichtung unter dem Einfluss des Prinzips des Erd-Elements). Ist ein Eindruck auf der Mentalebene stark genug, dann überträgt sich diese Wirkung über die sogenannte „Mentalmatrix“, das ist die größte „Schicht“ der Mentalebene und zugleich die feinste der Astralebene, also der Verbindungsstoff zwischen zwei Ebenen, auf die Astralebene - und nun werden auch dort, initiiert durch diese Matrix, analoge Schwingungen durch und über die Fluide und Elemente dieser Ebene produziert. Derselbe Vorgang findet wieder statt, wenn sich schließlich etwas aus der astralen Ebene auf die materielle Ebene „verdichtet“. Wie wir sehen, finden solche „Verdichtungen“ eigentlich nur innerhalb einer Ebene und nicht darüber hinaus statt - sondern die Übertragung von einer Ebene zur anderen findet viel mehr über eine Reflektion, also dem Verursachen einer analogen Reaktion statt. Ein Spiegeleffekt also. Trotzdem werden wir, der Einfachheit halber, meist von einer „Verdichtung“ sprechen.

Reflektiert werden sowohl konkrete Bilder und Ideen, als auch *universelle Prinzipien*. Auf diese reflektorische Weise besitzt, nach dem magischen Weltbild, alles auf Erden, also alles auf der materiellen Ebene existierende, seine entsprechenden Analogien auf den höheren Ebenen bzw. ist selbst ein Ausdruck, eine Widerspiegelung solch höherer Prinzipien. So haben zum Beispiel eine Sonnenblume, die Farbe Goldgelb, das Metall Gold, oder auch die Stellung eines irdischen Herrschers allesamt gemein, dass sie ein Ausdruck, eine Analogie des *Sonnen-Prinzips* sein sollen, d.h. sie stehen mittels des Sonnen-Prinzips in einer gewissen, energetischen Verbindung miteinander. Aber eine weitere Vertiefung in das Wissen über diese magische Analogien würde an dieser Stelle zu weit führen.

Auf der rein mentalen Ebene, welche der feinstofflichsten aller Sphären entspricht, existieren Gefühle und Empfindungen lediglich als eine *Ahnung* oder ein „Wissen“ um etwas. Ein *plastisches Gefühl* jedoch kann nur auf der dichteren, gröberen Astralebene stattfinden. Bardon beschreibt dies recht

eindrücklich bei den Unterweisungen der Aussendung des Mentalkörpers (mentales Wandern): Würde dementsprechend ein entsprechend geschulter Schüler der Magie irgendwohin einen Besuch *nur im Mentalkörper* machen und dort einen Vorgang beobachten, der bei in ihm eine gute oder schlechte *Empfindung* psychisch hervorrufen würde, so könnte dies der Schüler nicht empfinden und wahrnehmen, solange er sich lediglich im Mentalkörper dort aufhält. Erlebt er dasselbe dagegen (auch) mit dem Astralleib, dann erst empfindet er es so intensiv, als wenn er direkt mit seinem physischen Körper dort zugegen wäre. Immer wenn wir etwas fühlen, immer wenn zu einem Gedanken auch eine Empfindung auftaucht, haben wir hier also bereits einen Gedanken, der sich bereits ein entsprechendes Gefühl auf der astralen Ebene geschaffen hat. Das kann unmittelbar geschehen, besonders wenn schon ausreichende *Gefühlszellen gleicher Art* in der Seele, also im Astralkörper existieren – oder aber, wenn das nicht der Fall ist, müssen diese astralen Gefühlszellen erst langsam entstehen und herangezüchtet werden. In einem solchen Fall ist eine Wiederholung und Nachzeichnung der entsprechenden Vorstellung über einen längeren Zeitraum nötig.

#### **Materielle Ebene:**

Idee (Geist) und Wunsch (Seele, Gefühl), also ein Gedanke, belebt von plastischem, intensivem Gefühl, führen schließlich zur *Handlung* (Körper, materielle Ebene) - und damit zur *materiellen Realisierung*. Alles was existiert, und alles was wir tun - hat stets und immer diesen dreifältigen Aspekt, existiert immer zugleich auf allen drei Ebenen und muss auch so betrachtet werden, sonst wird das Ergebnis der Betrachtung lückenhaft und unvollständig sein.

Hier sieht man bereits, welcher der Unterschied ist, zwischen dem Ausbilden einer selbstaktiven Eigenschaft bzw. der Realisierung eines Zieles oder Wunsches in unserem Innern, in unserer eigenen Persönlichkeit – oder im Außen. Es gelingt uns weitaus schneller und effizienter, etwas *in uns* zu realisieren (z.B. ein bestimmtes Gefühl und schließlich auch eine bestimmte Handlungsgrundlage), als etwas in der *Außenwelt* in Erscheinung zu lassen.

Wollen wir mutig und erfolgreich handeln, benötigen wir zuerst Gedanken und Gefühle des Mutes in uns. Die Gedanken geben die Richtung vor – und die Gefühle und Empfindungen, also der emotionale Gehalt, sorgen für die *Kraft, Intensität und den Nachdruck* dieser Gedanken. Je intensiver die Gefühle, desto stärker der Nachdruck. Empfinden wir nur das Gefühl des *Mutes* stark genug – **kann keinerlei Angst mehr bestehen**. Ist ein Gefühl intensiv genug, dann wird es uns automatisch zu entsprechendem, adäquatem und auch materiellem *Handeln drängen – und ebenso alle gegensätzlichen Energien, also Gedanken und Gefühle in uns, die seiner Qualität entgegenstehen, eliminieren und ganz von selbst auflösen*.

Einer der großen Schlüssel jeder Selbst- und Lebensveränderung liegt also nur darin, dass wir es schaffen, einfach nur entsprechend starke Gefühle (von etwas Erwünschtem oder einer beliebigen, gewünschten Eigenschaft) in uns zu erzeugen.

Eine Wirkung hat **immer** die Tendenz, sich durch alle anderen Ebenen fortzupflanzen – sich also auch auf den anderen Ebenen zu *spiegeln*. Entweder von der körperlichen Ebene über die seelische Ebene bis zur geistigen Ebene (Beispiel: Die physische Einnahme eines bestimmten Präparates, Hormonstoffe etc. wird *über den Körper als Mittler* ebenso geistige und seelische Wirkungen ergeben), oder anders herum: eine veränderte Gedankenlage bewirkt also auch eine veränderte Gemütslage und auf längere Sicht ein verändertes Körpergefühl oder bestimmt gar über körperliche Krankheit oder Gesundheit und sorgt auch ebenfalls dort wieder für die Ausschüttung bestimmter Hormone und Botenstoffe.

Wirkungen entstehen also jeweils auf einer dieser drei Ebenen und pflanzen sich durch die anderen Ebenen fort bzw. *widerspiegeln* sich in ihnen.

Ein *Gedanke* beispielsweise entsteht auf der mentalen Ebene, der Ebene und Welt der Gedanken. Wird ein Gedanke weiter verdichtet, etwa indem man ihn wiederholt und über einen längeren Zeitraum immer wieder denkt und damit nachzeichnet, wird er sich nach und nach mit einem *Gefühl* verbinden, welches der Qualität, der Schwingung des Gedankens entspricht (in der Psychologie, die aber gegenwärtig leider noch nichts von der tatsächlichen Natur der Gedanken und Gefühle als konkret existierende Schwingungsformen weiß, würde man sagen: „*Ein Gedankenkomplex verbindet sich mit entsprechenden Gefühlsassoziationen*“). Der Gedanke, der zuvor erst nur als eine Idee existierte und noch kaum einen emotionalen Gefühlsinhalt aufwies, wird sich also schließlich immer mehr in einen

*Gefühlkörper* kleiden, könnte man sagen – und dies kommt der eigentlichen Wahrheit noch viel näher. Oder, noch exakter ausgedrückt: Der Gedanke bleibt zwar weiterhin auf der Mentalebene und das Gefühl auf der Astralebene – beide aber stehen in direkter Verbindung zueinander durch ein Band der Resonanz und stärken sich gegenseitig – durch eine Kräfte-reflektion. Dies entspricht der nächsten Phase der Verdichtung. Je nach Intensität des Gedankens und unserer entsprechenden Prädisposition (ob wir also ähnlich geartete, also ähnlich schwingende Gedanken und Gefühle schon häufiger kreiern haben oder nicht, ob wir also bereits entsprechende „Gefühlzellen“ in unserem seelischen Organismus haben) kann die Bildung eines Gefühls auf der Astralebene länger dauern oder sogar sehr schnell, sogar nahezu augenblicklich geschehen. Denken wir z.B. einen Gedanken der Sorge, der Furcht etc. – dann kann sich ein solcher Gedanke fast augenblicklich mit einem solchen Gefühl verbinden, da wir in dieser Hinsicht vielleicht schon viel „Vorarbeit“ geleistet haben und bereits ein starkes, vorhandenes Reservoir an gleichgearteten Gedanken und Gefühlen von Sorge und Furcht in unserem Geist und in unserer Seele besteht. All diese gleichartigen Schwingungen und „Zellen“ verbinden sich blitzartig zu einem Gesamtkomplex und fördern und unterstützen sich gegenseitig. Dieses Wissen können wir uns aber ebenso positiv nutzbar machen – etwas im Zuge der freien Techniken des „Kreativen Visualisierens 2.0“, wie ich es nenne.

Gedankenenergien versuchen *immer*, sich mit gleichgearteten Energien in uns zu verbinden, etwa so, wie einzelne Öl- oder Wassertropfen die Verbindung zueinander suchen und fusionieren, sobald sie sich berühren.

Und jetzt können wir bereits sehr schön erkennen, dass wir genau diesen Prozess ständig betreiben bzw. er beständig in uns abläuft – entweder unbewusst, was meist schlecht für uns ist, da wir uns dann in der Regel unseren unbewussten Gedankenregungen überlassen, die zumeist eben doch jene der Sorge, des Grübelns etc. sind. Wir können diesen natürlichen Prozess aber auch bewusst für uns nutzen. Denn hiermit haben wir bereits das ganze Geheimnis der Autosuggestion erklärt. Mit Hilfe der Autosuggestion versuchen wir, in uns eine *neue Qualität* (neues Denken, neues Fühlen) zu erzeugen. Also eine Haltung und damit schließlich auch Verhaltensweisen aufzubauen, die wir zuvor noch nicht in uns hatten. Und das geschieht eben auf diese Art und Weise!

Nehmen wir wieder einmal wieder das einfache Lieblings-Beispiel dieses Buches über einen schüchternen, ängstlichen Menschen. Um die Schüchternheit oder Ängstlichkeit zu eliminieren muss er nur das eine tun: *Die dazu gegensätzliche (Gefühls-)Qualität in sich erzeugen*. Hier also die Eigenschaft und die Empfindung des *Mutes*. Je mehr er *nur diese gegensätzliche Energiequalität in sich erzeugt* und stärkt, quasi heranzüchtet, umso mehr wird diese Energieschwingung schließlich ihr Gegenteil, also die Ängstlichkeit oder Schüchternheit *ganz automatisch und ohne jedes weitere Zutun* aus dem Charakter verdrängen, gerade so, wie Hitze Kälte verdrängen muss und wird. Das ist schon das ganze Geheimnis der „magischen Charaktertransformation“.

Jede beliebige Eigenschaft kann man hierdurch in sich aufbauen. Auf diese Weise kann man jede Tugend erwerben bzw. jede unerwünschte Eigenschaft abschwächen oder auflösen. Dabei muss man jenen Eigenschaften, welche man loswerden möchte, gar keine Aufmerksamkeit mehr zollen. Nicht die geringste! Sondern man richtet seine ganze Aufmerksamkeit und sein ganzes Bestreben einfach auf die gegenteilige, *auf die gewünschte Qualität!* Diese wird das Alte, Unerwünschte, Gegensätzliche alleine mit ihrer sich schließlich verstärkenden Existenz ganz von selbst verdrängen. Denn zwei gegensätzliche Energien können logischerweise nicht im selben Raumgefüge bestehen, das eine verdrängt und ersetzt auf natürliche Weise das andere. Hitze/Kälte eben. Solange beide Energien in etwa gleicher Quantität vertreten sind, wird sich noch eine Mischform ergeben (hier: *Wärme*). Gibt man aber weiterhin stetig eine Energie hinzu, dann wird die jeweils andere Energie irgendwann *komplett verdrängt*.

Unser Charakter besteht nun im Wesentlichen meist aus solchen Mischformen, d.h. wir haben fast jede beliebige Eigenschaft irgendwo in uns – aber eben beide Gegensätze, die *abwechselnd* zum Zuge kommen, je nach Stärke ihrer jeweiligen Ausprägung. Nutzt man aber häufig genug eine dieser beiden Seiten – und hungert dabei die andere quasi aus – so verschwinden die entsprechenden Gefühlzellen (der unerwünschten Eigenschaft) nach und nach, werden schwächer und werden ersetzt durch ihr, sich immer mehr ausbreitendes Gegenteil.



Um dies zu erreichen, muss der schüchterne Mensch also die Eigenschaft des Mutes in sich stärken und heranzüchten – und der Ängstlichkeit einfach immer weniger Raum geben – auf allen Ebenen. Hierzu kann er sich, unter anderem, der Methodik der Autosuggestion und der anderen Methoden, die wir im praktischen Band eingehend ausführen werden, bedienen.

Im Alltag selbst wird dann auch die Willenskraft angewandt – mit ihrer Hilfe stoppt man unerwünschte Gedanken, Gefühle oder Verhaltensweise einfach (sofern man dazu bereits in der Lage ist) um ihnen keinen Raum zu geben und ein erneutes Nachzeichnen, Nachempfinden zu verhindern. Auf diese Weise „hungert“ man das Unerwünschte förmlich aus. Es ist also, wie auch Swami Sivananda sagt, „ein Zangenangriff von beiden Seiten“. – Dies ist das Grundprinzip der „magischen Transformation“.

Bei der autosuggestiven Methode wird zunächst der gewünschte Zustand rein formelhaft wiederholt, also *mental*, *gedanklich* immer wieder vergegenwärtigt, wobei diese Gedanken allerdings zunächst noch keinen plastischen, intensiven Gefühlsinhalt aufweisen. Vor allem dann nicht, wenn bislang wenig Empfindungen des Mutes, der Courage etc. im Charakter des Betreffenden als Reservoir an entsprechenden Gefühlszellen vorhanden sind. Die neuen Gedanken finden also noch keine solcher „Gefühlszellen“ vor, mit welchen sie sich verbinden könnten und die ihnen als Anker oder „Körper“ auf der astralen Ebene dienen können. Diese müssen erst nach und nach geschaffen und gebildet werden. Im Laufe der Zeit und durch ständige Wiederholung der entsprechenden Gedanken bzw. der Vergegenwärtigung und der Vergewisserung des Mutes wird dies aber mehr und mehr geschehen. Vor allem umso mehr noch, je mehr wir auch im praktischen und alltäglichen Leben „nachhelfen“, also Situationen, welche unseren Mut prüfen und mit ein wenig entsprechender Überwindung schließlich auch üben und fördern können, entsprechend wahrnehmen. Nichts großes, konstante Babyschritte reichen hierzu. Hauptsache, es geschieht oft, regelmäßig und kontinuierlich.

Der Schüler des hermetischen Weges wünscht sogar gerade solche Situationen herbei, die, in diesem Beispiel, seinen Mut herausfordern und prüfen und damit also letztendlich fördern und stärken. „Verrückt“, würde jetzt vielleicht der überzeugte Anhänger einer amerikanischen Positiv-Denk-Schule sagen, denn wie kann man sich freiwillig Hindernisse bestellen? Aber der hermetische Schüler weiß eben um den kostbaren Faktor der Erstarkung und des Wachstums durch Hindernisse.

Nebenbei bemerkt: Wir sehen hier übrigens auch, dass selbst der Mensch nach dem gleichen Prinzip aufgebaut ist („wie oben, so auch unten“): Sein Mental existiert auf der mentalen Ebene, ist jedoch durch die Mentalmatrize mit seinem Astralkörper verbunden, welcher auf der astralen Ebene existiert. Beide wiederum sind über die Astralmatrize mit dem materiellen Körper verbunden – und alle drei Ebenen reflektieren sich gegenseitig. Und dadurch wiederum wird ersichtlich, dass die Schaffung eines Gedankens oder eines Gefühls durch uns nichts anderes ist, als ein wahrer Schöpfungsakt, der die okkulte Natur des Menschen selbst nachahmt.

Allein also durch die gedankliche Wiederholung, ebenso regelmäßig, kontinuierlich und über einen längeren Zeitraum hinweg ausgeführt, werden sich diese Gedanken, die Suggestions-Formel, die *Vergegenwärtigung des Mutes* (auch wenn diese zuerst aus der Phantasie geboren wird), mehr und mehr zu verdichten trachten, nämlich auf die nächstgrößere Ebene hinab – der seelischen Ebene, der Gefühlsebene. Der Gedanke wird sich also immer mehr und mehr einen *Gefühlkörper* weben. Je mehr bzw. öfter schließlich diese Gedanken und Gefühle weiterhin gepflegt und nachgezeichnet werden, desto *plastischer und intensiver* werden auch diese Empfindungen.

Was aber tun intensive und plastische Empfindungen schließlich? Richtig – sie steuern unser Verhalten, sie wirken sich zu *Verhalten*, also zu körperlichen Handlungen und Aktionen aus. Womit wir schließlich die dritte und letzte und schließlich gröbste Manifestationsebene eines Gedanken erreicht hätten – er ist zur Handlung bzw. Verhaltensweise, er ist *materiell und körperlich* geworden. Auch Krankheit oder Gesundheit des Körpers gehen, wenn sie nicht von außen hervorgerufen wurden, immer diesen Weg. Deshalb ist eine geistige und seelische Harmonie so wichtig – ehe sich eventuelle Disharmonien schließlich gar, psychosomatisch, als Störung im physischen Körper reflektieren oder materialisieren.

Wie gesagt – ob wir wollen oder nicht, entweder bewusst oder unbewusst, nutzen wir diesen gesamten Prozess der Abwärtsreflektion oder –Verdichtung ständig. Solange wir aber diesen Prozess des Schaffens von Gedankeninhalten, von Gefühlen und damit letztendlich Charaktereigenschaften

(die schließlich nichts anderes als *Denk- und Gefühlsgewohnheiten* sind!) und damit wiederum Handlungsgrundlagen und -Befähigungen nicht bewusst vollziehen, also kontrolliert für uns nutzen, wird sich dieser Prozess meist zu unserem Nachteil abspielen, werden sich also allzu oft nur negative, destruktive Gedanken und Gefühle auf diese Weise in uns stärken und einnisten.