Über 1 Mio Leser

Der Bestseller der deutschen Erfolgsliteratur

Oscar Schellbach

Mein Erfolgs System

Das positive Leben in Theorie und Praxis

E-Book

Schellbach

Oscar Schellbach

Mein Erfolgs-System

Das positive Leben in Theorie und Praxis

Oscar Schellbach
Mein Erfolgs-System
Das positive Leben in Theorie und Praxis
33. überarbeitete Auflage
Copyright 2006, Oscar Schellbach Verlag, Husum
ISBN 3-921-58502-3
Dieses Buch erscheint auch als E-Book für den Adobe Reader
www.Schellbach-Verlag.de



Oscar Schellbach

Über 5 Millionen Menschen aus aller Welt haben seit 1921 in Seminaren, Vorträgen und Veranstaltungen die Gedanken von Oscar Schellbach kennen gelernt. Die Gesamtauflage aller Schellbach Publikationen, Bücher, Kassetten und Zeitschriften übersteigt viele Millionen. Woher kommt dieser Erfolg? Er steckt im Thema selbst: Im „positiven Denken": Das macht erfolgreich.

Erfolg bedeutet mehr als nur rein materieller Erfolg. Erfolg ist auch Gesundheit, Zufriedenheit, Harmonie in der Partnerschaft, in der Familie, mit den Mitarbeitern und im Umgang mit anderen Menschen. Oscar Schellbach hat in 5 Jahrzehnten das System des „positiven Denkens" entscheidend weiterentwickelt. Ein System, das Ihr Dasein in allen Lebenslagen erfolgreich und harmonisch zugleich macht.


BEWUSSTSEIN IST SCHÖPFUNG
GEDANKEN SIND KRÄFTE
M

Inhaltsübersicht

Inhaltsübersicht **7**

Zum Geleit **17**

Grundsätzliches und Entscheidendes **23**

Geistige Voraussetzungen zur besten Auswertung dieses Lebensbuches **37**

Bergaufwärts **47**
Richtigmachen = Erfolg! - Falschmachen = Misserfolg! 48
Oberste Forderung: Gedankenklarheit! 49
Praktische Anwendung: Mut fassen! 50

I. Teil - Die Grundlagen des Erfolges **51**
Die wichtigste Grundlage des Erfolges ist Ihre Gesundheit.
Keine Angst vor organischen Leiden! 52
Genügend schlafen und möglichst vor Mitternacht! 53
Den Körper gut pflegen! 54
Auf die Darmtätigkeit achten! 54
Früchte sind Lebensnotwendigkeiten! 55
Nichts übertreiben! 56
Gesundheit und Lebensmut durch Bewegung! 56
Genügend Sauerstoff in die Lungen pumpen! 57
Sorgen Sie für hochwertige Luft! 60
Gewöhnen Sie sich an gleichmäßige Tiefatmung! 61
Richtig ernähren! 61
Immer zur gleichen Zeit essen! 62
Wie Sie einen erholsamen Schlaf erzielen 63
So werden Sie quälende Gedanken los 64

II. Teil - Die geistigen Ursachen des Erfolges **70**
Der Erfolg muss zuerst in der Idee geboren werden, wie alles, was von Menschen je geschaffen wurde, erst in der Idee entstand.
Wie Sie ganz positiv werden 71
So entstehen seelische Hemmungen 73
Das Gefühl ist stärker als der Wille! 73
Bewusste Beseelung positiver Gedanken 74
Aufmerksamkeit beseelt die Gedanken 74
Eine Suggestion muss klar und eindeutig sein! 75
Bewusste Autosuggestion 76
Die sichtbare Wirkung des Glaubens 81
So werden Sie innerlich ruhig! 83
Wann und wie oft Selbstbeeinflussung? 84
Wirksame Spezial-Suggestionen 86

Entwicklung innerer Ruhe ... 90
Beseitigung seelischer Hemmungen ... 91
Förderung der körperlichen Gesundheit ... 93
Ausschaltung negativer Gewohnheiten ... 93
Beherrschtes Sprechen, sichere Stimme ... 94
Positives Auftreten ... 95
Steigerung des Erfolgswillens ... 96

III. Teil - Die höhere Erkenntnis und Lebenseinstellung des positiven Menschen ... 97
Die positive Einstellung zum Unabänderlichen ... 103
Es gibt ein großes und ein kleines Schicksal! ... 104
Angst und Furcht sind Vampire! ... 109

IV. Teil - Das Geheimnis der Erfolgskraft ... 111
Willenkraft ist Kraftfreiheit ... 115
Alles ist schon da und wartet nur darauf, von uns ins Leben gerufen zu werden! ... 117
Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei! ... 118
Bewusstsein ist alles! ... 120
Die seelisch-geistige Struktur ... 126
Sinnbild für unsere Entwicklungsmöglichkeiten ... 129

V. Teil - Die zielbewusste Gestaltung des Lebens ... 133
Selbstanalyse - Erfolgstagebuch - Täglicher Fortschritt.
Das Erfolgstagebuch ... 134
Charakterbildung beim Kinde ... 138
Tun Sie, was die Vernunft gebietet! ... 139
Jeden Morgen ein Vorsatz! ... 141
Grund zur Freude! ... 142
Technik der Selbsterinnerung ... 143
Charakterspiegel ... 146
Eigenschaften negativer Personen ... 146
Eigenschaften der positiven Persönlichkeit ... 147

VI. Teil - Bewusste Lebensführung ... 149
Zielklarheit und Tageslauf des positiven Menschen.
Ohne Überlegung aufstehen! ... 151
Immer rechtzeitig aufstehen! ... 152
Wie Sie bewusst erwachen! ... 153
Nie die Gymnastik auslassen! ... 154
Richtige Menschenbehandlung ... 155
Weiter im Tagesablauf ... 1159
Richtige Verwendung von Zeit und Kraft ... 161
Vorschau halten! ... 162

Der Weg zur Zielklarheit 163
Das Zielstreben muss dreifach sein! 164
Persönliche Entfaltung 164
Lebensfreude 164
Berufs- und Leistungsziel 165
Zum materiellen Erfolg, dem Berufs- und Leistungsziel 166
Voraussetzungen des materiellen Erfolges 168
Einstellung und Verhalten als Persönlichkeit 170
Ruhe, Ruhe, absolute innere Ruhe! 170
Konsequenz gegen Schlechtigkeit 171
Klugheit gegen Rechthaberei 172
Klugheit entscheidet! 173
Unsere Schuld bei einer Feindschaft 174
So ist der Alltagsmensch 175
Äußere Wirkung und erfolgreiches Auftreten 178
Lebensbemeisterung verlangt Lebensklugheit! 180
Alle Wirkungen vorher bedenken! 180
Den guten Kontakt schafft der äußere Mensch! 181
Das persönliche Fluidum! 181
Nochmals: Positive Körperhaltung! 181
Ruhiger, offener, sympathischer Blick! 182
Gewinnendes positives Lächeln! 182
Die Technik des erfolgreichen Verhaltens 183
1. Lebenssicherheit beweisen! 183
2. Kein aufgeschlagenes Buch sein! 186
3. Umgangsformen beachten! 194
4. Niemandem auf die Nerven fallen! 195
5. Verständnis zeigen! 199
Die positive Einstellung zur Arbeit 201
Jede Arbeit so gut wie möglich machen! 203
Überlegungen vor der Arbeit 204
Der Weg zur Arbeitsstätte: Augen und Ohren auf! 205
Der Tageslauf des positiven Menschen 213
Zusammenfassung der wichtigsten Erfolgspunkte 213

VII. Teil - Planmäßige Erfolgsgestaltung 217
Festlegung und konsequente Verfolgung des Zieles
Die planmäßige Erfolgsgestaltung 219
Der Lebensplan 221
1. Hauptfrage: Bist Du dir vollkommen klar über die Voraussetzungen des Erfolges und kennst du deine Grenzen? 221
2. Hauptfrage: Steht das, was Du vorhast und was du als Dein Leistungsziel anstrebst, mit dem Wohl der Allgemeinheit im Einklang? 222
Hast Du überhaupt schon ein genaues Ziel? 223

3. Hauptfrage: Welche Leistungen, Fähigkeiten, Fertigkeiten verlangt das erwünschte Ziel? ... 224

Theorie und Praxis einer positiven Erfolgsplanung

Die systematische Lebensplanung ... 229
Meine Wünsche erkennen? ... 229
Die drei Zielrichtungen im Leben ... 230
Persönliche Entfaltung ... 230
Lebensfreude ... 230
Berufs- und Leistungsziele ... 231
Lassen Sie sich Zeit! ... 231
Das Negative steht im Vordergrund! ... 231
Was will ich? ... 231
Die Situations-Analyse: Wo stehe ich – Wo will ich hin? ... 232
Der Idealzustand ... 232
Fähigkeiten ... 232
Notwendige Fähigkeiten ... 233
Sofort-Maßnahmen ... 233
Schwächen und Fehler ... 233
Ein Beispiel: Nervenkraft ... 234
Ziele entscheiden! ... 234
Besondere Fähigkeiten ... 234
Wann was tun? ... 234
Mit dem Leichtesten beginnen! ... 235
Jahres-Ziele ... 235
Kontrolle am Jahresende ... 235
Monats-Planung ... 236
Wochen und Tages-Vorplanung ... 236
Jeden Tag einen kleinen Schritt weiter! ... 236
Auch kleine Ziele helfen auf dem Weg nach oben ... 237
Ziele bestimmen die Planung ... 238
Was geschieht, wenn ...? ... 239

Beispiele und Arbeitsblätter für eine planmäßige Erfolgsgestaltung ... 241
Meine ganz persönlichen Wünsche und Träume ... 244
Meine Wünsche und Ziele in den Bereichen:
Persönliche Entfaltung ... 246
Lebensfreude ... 248
Beruf– und Leistungsziel ... 250
Was will ich? — Was will ich nicht? ... 252
Situations-Analyse zum Berufs– und Leistungsziel ... 254
Durchführungs-Analyse zum Berufs– und Leistungsziel ... 258
Jahres-Zielplanung ... 260
Kontrolle der Jahres-Zielplanung ... 262
Analyse der Probleme und Störfaktoren ... 264

Monats-Zielplanung 266
Analyse der Monats-Zielplanung 268
Wochen-Vorplanung 270
Tagesplanung 272

VIII. Teil - Die geistige Arbeit des positiven Menschen 275
Entwicklung starker Konzentrations- und Gedächtniskraft.
Die Geheimnisse der Erinnerungstätigkeit 277
Das Wesen der Konzentration 279
Die Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit 280
Wirkungsvolle Konzentrationsübungen 281
Übungen für Fortgeschrittene 282
Die Ruheübung - Totalentspannung von Nerven und Geist 284
Die Ausbildung des Gedächtnisse 285
Behalten ist leicht! 285
Beweis: das Kind! 286
Die Leistungsfähigkeit des Gedächtnisses ist phänomenal! 286
Die Beseelung der Dinge 287
Täglich das Gedächtnis üben! 289
Eine eminent wichtige Aufgabe! 289
Training der Beobachtungsgabe 289
Maßgebender Lehrsatz für sicheres Behalten 290
Vorgänge bei der Erinnerung 290
Das Assoziationsgesetz 291
Oberfläche und Tiefe des Gedächtnisses 292
Die Erinnerung ist vom „Vergessen" abhängig! 293
Die Erinnerung arbeitet automatisch 294
Planmäßige Ordnung der Erinnerungsvorgänge 295
Anwendung des Erinnerungsbuches 295
Der sichere Weg zum großen Wissen 296
Die Kartei des Wissens 297
Jeden Sonntagvormittag ½ Stunde für den Geist 298
Produktives Schaffen 298
Auch Sie sind hochbegabt! 299
Der Weg zur geistigen Höhe 300
Das Zettelsystem 303

Ergänzungen: Die geistige Arbeit des positiven Menschen
Die Geheimnisse der Erinnerungstätigkeit 304
Das Wesen der Konzentration 305
Training der Beobachtungsgabe 306

IX. Teil - Die Kartei des Wissens 307
Der Weg zur Mobilisierung und Steigerung des Wissens und der Schöpferkräfte des Denkens.
Unbewusste, automatische Tätigkeit des Geistes 308
Neues Leben in alles „vergessene" Wissen 309
Erste Bedingung: Ordnung im Geistesleben 310
Die Kartei als Mittel zum Zweck 311
Der Geist wacht auf! 313
Die Macht der Aufmerksamkeit 313
Die Arbeit des inneren Mechanismus 315
Die praktische Ausnutzung der Kartei 321
Immer zuerst einen freien Kopf! 324
Und nun, auf zur Praxis! 326

X. Teil - Richtlinien zur geistigen Selbstständigkeit 329
Schärfung der Sinne und der Urteilskraft, Entwicklung von Logik und Initiative.
1. Schärfen Sie Ihre Sinne! 330
2. Seien Sie wach! 330
3. Seien Sie kritisch! 331
4. Denken Sie logisch! 332
5. Treiben Sie Philosophie! 333
6. Steigern Sie ihre Urteilskraft! 334
7. Erproben Sie Ihre geistigen Kräfte! 336
Elihu Burrit 338

XI. Teil - Der Denkschlüssel 339
Denkdisziplin zur Folgerung der unbekannten Ursachen und Gründe eines Erfolges.
Unsere Erfolgsformel: Richtigmachen = Erfolg; Falschmachen = Misserfolg 342
Der Schlüssel zur logischen Folgerung 342
Was ist „richtig"? 342
Der Denkschlüssel 344
Ergänzende Überlegungen 345
Die Macht der Kleinigkeiten 347
Das Fragen nach dem Warum? 349

XII. Teil - Die geistigen Ursachen der Ausdauer 351
Überwindung der Unlust - Ring der Leistungssteigerung.
Was der Mensch vermag 358

XIII. Teil - Der Weg zum „ICH“ 363
Zwiesprache mit sich selbst.
Das Tagebuch des Lebens 367
Beispiele von Tagesaufzeichnungen 369
Was ist eigentlich “positiv”?
Zwiegespräch über die Grunderkenntnisse positiver Lebensgestaltung 371
Glückssuche und Selbsterkenntnis
Das „Dennoch“ und „Trotzdem“ aus schöpferischer Einsicht 380
Unerlässliches 383

XIV. Teil - Suggestiv-Repetitorium 385
Die leicht fassliche Methode zur Aneignung der geistigen Grundhaltung des positiven Menschen.
Übungstexte des Suggestiv-Repetitoriums
1. Übung: *„So stehe ich über den Dingen“* 390
2. Übung: *„So meistere ich alle Hemmungen“* 391
3. Übung: *„So erlange ich Mut und Tatkraft“* 393
4. Übung: *„So meistere ich meine Nerven“* 394
5. Übung: *„So bin ich erfolgreich im Umgang“* 396
6. Übung: *„So erlange ich Sympathie und Vertrauen“* 397
7. Übung: *„So lerne ich mich gut zu konzentrieren“* 398
8. Übung: *„So lerne ich erfolgreich reden“* 400
Meditation 403

XV. Teil - Der M-Schlüssel 408
Einführung in die Erkenntnislehre des Mental-Positivismus.
Wortlaut des M-Schlüssels 408

Drei Gespräche über die Gesetze des Denkens und den M-Schlüssel
Erstes Gespräch 413
Wie man in sich die Überzeugung entwickelt, dass es Gesetzmäßigkeiten der Lebensbemeisterung gibt und dass durch ihre Beachtung das eigene Schicksal tatsächlich weitgehend zu beeinflussen ist.
Denkfehler verhindern entschlossenes Wollen 414
Ursachenwissen eine Lebensnotwendigkeit 415
Schöpferisch wirkende zentrale Erkenntnis 416
Zwei Arten Erfolgswissen notwendig 417
Erfolgswissen und Erfolgscharakter 418
Wahrheit im Sinne gesetzlicher Richtigkeit 420
Freiheit muss gegenwärtig sein 421
Das 16. Denkgesetz im Beispiel 422
Ursache seelischer Fehlleistungen 423
Probleme unkompliziert sehen 424
Weitung der Grenzen des Erkennens 426
Vom Wachsen der Vernunft 427
Erschließung des Seelengedächtnisses 428
Entscheidende Lehre für den Umgang 429

Zweites Gespräch 431
Einführung in das Verstehen der Gesetze des Denkens und wie man sich aus negativen Zwangsabläufen im Unterbewusstsein befreit und ein Richtigdenker aus guter Gewohnheit wird.
Richtig-Denker aus Gewohnheit 431
Richtiges Verstehen des ersten Denkgesetzes 433
Menschen unter Zwang 436
Selbstbewusstsein des Diesseitsmenschen 436

Die Gesetze des Denkens
16 Kernsätze zur Erschließung der großen Möglichkeiten des schöpferischen Neudenkens nach der Methode des M-Schlüssels 439
Das geistige Band zum Verstehen der Denkgesetze 440
Die Zusammenwirkung der Denkgesetze 440
Bewusste und unbewusste Sammlung der Aufmerksamkeit 442
8. Denkgesetz: Mächtiger Hebel des Erfolges! 443
Die Illusion des „ALS OB" 445
Gewohnheit und Übung bei bewusster Konzentration 447
Die „Seele" muss mitmachen 447
Die Übung als Erfolgsfaktor 448

Drittes Gespräch 449
„Elefanten im Porzellanladen" - Der Wille am falschen Hebelarm - Wesen Mensch und der „Ich will" Gedanke - Die Macht der Bejahung – Das 13. Denkgesetz in der Kindererziehung - Die Magie der Behauptung - Konsequenzen für die Lebensführung.
„Elefanten im Porzellanladen" 451
Beispiel zur positiven Erziehung 451
Der Wille am falschen Hebelarm 453
Wesen „Mensch" und der „Ich-will" Gedanke 455
Die Macht der Bejahung 456
Wirkungsweise des 13. Denkgesetzes 458
Richtige und falsche Methode der Energiesteuerung 458
Der „Ich-bin" und „Ich-kann" Gedanke 459
Das 13. Denkgesetz in der Kindererziehung 460
Die Bejahung muss Glücksgefühle auslösen! 460
Die „Magie" der Behauptung 462
Emile Coués Suggestionsmethode 463
Art des Verhaltens gegenüber Urbildern 464
Selbstbefreiung vom „Stehlzwang" 465
Der „Bogen" bei Zwangseinflüssen 466
Bewusste Erzeugung einer guten Gewohnheit 467
Über dem Mechanismus der Natur stets die lebendige Seele sehen 468
Konsequenzen - Es gibt immer eine negative und eine positive Methode 469
Etwas Einsicht und guter Wille, und alles sähe anders aus! 470

Das Zusammenwirken der Denkgesetze
Die Denkgesetze mit Beispielen für den Einsatz im täglichen Leben 471

XVI. Teil - Grundregeln positiver Kindererziehung 483
Charakterformung als psychologische Aufgabe.
Erste Regel positiver Erziehung 488
Zweite Regel positiver Erziehung 489
Dritte Regel positiver Erziehung 490
Vierte Regel positiver Erziehung 493
Fünfte Regel positiver Erziehung 494
Kinder richtig verstehen, heißt die ganze Welt verstehen! 494

XVII. Teil - Die Harmonisierung des Alltags 507
Vom positiven Erleben des Daseins durch den richtigen geistigen Standort.
Verstehen 512
Wohlwollen 513
Genießen 513
Gelassen sein 513

XVIII. Teil - Die goldene Brücke 519
Überwindung der Gegensätze und Spannungen durch schöpferisches Neudenken.
Überwindung der Gegensätze und Spannungen 521

XIX. Teil - Das „M" in unserer Hand 529
Richtigmachen = Erfolg! 531
Wissen ist Macht und gibt Macht! 532
Nutze die Zeit 533

Mitteilungen aus dem Oscar Schellbach Verlag 535

Zum Geleit

PROF. BALDUR PREIML ZUR XXIV, AUFLAGE

Alles, was ín der Natur, auf unserer Erde und im Kosmos vor sich geht, vollzieht sich nach ganz bestimmten Gesetzmäßigkeiten, die vom Menschen zwar gefunden und entdeckt werden, jedoch niemals von ihm gemacht oder manipuliert werden können. Der Mensch ist selbst ein Teil der Natur und unterliegt deshalb auch in allen Lebensäußerungen, ob körperlich, seelisch oder geistig, diesen Gesetzen. Lebt er unbewusst oder bewusst danach, dann lebt er in Harmonie mit sich selbst, seinen Mitmenschen und seinem Schöpfer. Verstößt er dagegen, erntet er Disharmonie, Unglück, Not und Elend.
Zu allen Zeiten haben die Großen der Menschheit gewusst, geahnt und gefühlt, dass der Mensch zielbewusst leben und wie ein Steuermann sein Schiff steuern muss, um nicht durch die unzähligen negativen Einflüsse aus dem eigenen Innern oder von außen im Leben zu scheitern.
Mehr als ein halbes Jahrhundert hat Oscar SCHELLBACH den ehernen Gesetzen im menschlichen Seelen- und Geistesleben nachgespürt und sie in seinem „Mein Erfolgs-System“ niedergelegt. Den Lebenserfolg hat er mit seinen mental positiven Lehren und Denkgesetzen lehr- und somit auch erlernbar gemacht. Fünf Jahrzehnte hat er als genialer Praktiker und Lebensphilosoph dem suchenden Menschen einen Weg aus Hemmungen, Komplexen, Angst, Stress und Vermassung in die Freiheit der positiven Persönlichkeit gewiesen.
Immer spricht SCHELLBACH von Entfaltung. Wir alle haben von der Natur her, von unserem Schöpfer, großartige Talente, Begabungen, Fähigkeiten (zum erfolgreich sein) auf allen Lebensgebieten mitbekommen. In unserem Sinne des Erfolges, der uns die Freude am Dasein immer mehr erhöhen soll, müssen wir diese Kräfte aktivieren, trainieren und für das Gute in unserer Welt einsetzen.
Viele von uns glauben, nicht begabt und zu großen Aufgaben befähigt zu sein. SCHELLBACH belehrt uns eines Besseren. Uns ist nur nicht bewusst, welche Schätze in unserem unterbewussten Sein, in der Tiefe unseres Wesens, in der „Werkstatt Seele“ verborgen sind und darauf warten, durch Übung gehoben zu werden.
Der große Menschenfreund und -kenner hilft uns, den Glauben an unsere inneren Kraftquellen zu entfalten, der für unsere Gesundheit im weitesten Sinne und für unsere Lebensfreude so wichtig ist wie die Luft zum Atmen. Mit der Wissenschaft zielbewusster Lebensführung öffnet SCHELLBACH jedem Menschen Tore zu ungeahnten Erfolgschancen.
Den Weg in diese Welt der ungeahnten Möglichkeiten muss jeder selbst gehen - einzige Voraussetzung: Guter Wille und höheres Erkenntnisstreben.
Nichts rührt sich, nichts entwickelt sich ohne ständige Investition an Zeit, Kraft, Intelligenz. Oscar SCHELLBACH macht uns in seinem zeitlos gültigen Werk „Mein Erfolgs- -System“ mit tausendfach in der Praxis bewährten Methoden vertraut, wie wir uns im Rahmen der Gesetze des organischen Wachstums, also des beeinflussbaren Schicksals, zu einer zielstrebigen, lebensbejahenden und selbst verantwortlichen Persönlichkeit hinauftrainieren können.
Wer die Lehren des ERFOLGS-SYSTEMS so in sich aufgenommen hat, dass er sie im Gefühl hat, der geht bei allem Erfolgsstreben nicht „über Leichen“, sondern ist von

einem tiefen Verantwortungsgefühl sich selbst und anderen gegenüber durchdrungen. Er sucht die Schuld für ein Misslingen zuerst bei sich selber und gibt sich immer Rechenschaft ab über sein Denken, Fühlen und Handeln.
Wer dieses großartige Buch studiert, wird feststellen, auf welch hohem Niveau, hoher Ethik und Zukunftsgläubigkeit dieses Werk ruht. Wie ein roter Faden zieht sich die Idee vom positiven Menschen durch dieses Lebensbuch. Dieses geistige Urbild der positiven Persönlichkeit als Programm zur Lebensbemeisterung erweist sich in der Lebenspraxis als „Weg der Natur", der über den materiellen Wohlstand hinaus zu geistig-seelischem Glück führt.
Faszinierend an der mental positiven Lebenslehre ist ihr universaler Charakter. In allen Lebensbereichen können die Menschen besser und erfolgreicher sein, sogar im Sport, der sich immer mehr zu einem „Schlüsselphänomen" und einer gesellschaftlichen Macht zu entwickeln scheint.
Sportliche Spitzenleistungen zeigen uns, was der Mensch zu leisten imstande ist, wenn er seine angeborenen Kräfte in eine bestimmte Richtung trainiert. Kondition und Bewegungstechnik sind ohne Zweifel auch in Zukunft wesentliche Komponenten der Höchstleistung.
Die Anwendung seelisch-geistiger Trainingsmethoden nach den Lehren und Gesetzen von Oscar SCHELLBACH werden noch gigantischere Perspektiven eröffnen. Dies haben zum Beispiel Österreichs Skispringer bei den olympischen Winterspielen 1976 in Innsbruck angedeutet, als sie bereits nach kurzer Praxis der in diesem Buch dargelegten Grundsätze Gold, Silber und Bronze erzielten.
Wir sehen in dieser Lebenslehre einen Segen für die ganze zukünftige Sportentwicklung. Sie verhilft dem Sportler zu starkem Selbstvertrauen, Entspannungs- und Konzentrationsfähigkeit, Mut, Zielstrebigkeit und Ausdauer. Wenn es ihm gelingt, diese trainierbaren Eigenschaften sozusagen zur zweiten Natur zu entwickeln, verfügt er über das, was man erfolgsgenial nennt.
Mit Hilfe mentaler Trainingsmethoden werden Kräfte freigelegt, die zu Höchstleistungen führen, aber im Gegensatz zur Leistungssteigerung durch Dopingmittel in den Grenzen sportidealer Humanität bleiben.
Darüber hinaus kann bei Ausbildung der Sportpädagogen, Trainer und Funktionäre nach den Lehren SCHELLBACHs dem Problem zunehmender Rohheit und Brutalität sowie den Auswüchsen im Spitzensport mit ideellen Mitteln begegnet werden. Auch im Sport kommt es auf die Idee an, mit der er betrieben wird. Und im Leben wie im Sport hat die „Idee vom positiven Menschen" die gleiche Gültigkeit.
Nicht die Egozentrik und Gewinnsucht dürfen im zukünftigen Sportgeschehen herrschen, sondern eine ideal sportliche Einstellung zur aufbauenden Macht des Guten. Die ethischen Ziele, verankert in der olympischen Idee und auch in den Lehren SCHELLBACHs dürfen nie aus den Augen verloren werden.
Verblüffend neue Möglichkeiten für die Verwirklichung humaner Sportideale ergeben sich für alle Verantwortlichen des Sports durch das Studium der geistig-seelischen Zusammenhänge beim Leistungsstreben, die im Mittelpunkt dieses Hauptwerkes von Oscar SCHELLBACH „Mein Erfolgs-System" stehen. Sportpädagogen, die sich in ihrem Bildungsauftrag in erster Linie als Mittler von sportlichen Leistungsidealen gefordert sehen, die ja ihrem Wesen nach immer schon wegwei-

sende Funktion für das allgemeine Glücksstreben der Menschen haben, finden in dem Lehrgebäude für positive Lebensführung von Oscar SCHELLBACH neue Grundlagen für einen ganzheitlichen sportpädagogischen Ansatz.
Mental positiv orientierte Sportpädagogen vermitteln mit den angestrebten Leistungszielen stets auch ein Stück „höhere Erkenntnis" und somit indirekte Antworten auf die Sinnfragen des Lebens. So erweist sich der sportliche Geist als eine führende Kraft aus positivem Wollen und als wichtige Voraussetzung für eine neue aufbauende Mentalität in unserem Denken, Wünschen und Handeln.

„Mein Erfolgs-System" stellt die geistigen Grundlagen für erfolgreiche und glückhafte Lebensführung in einer für jedermann verständlichen Form bereit, so dass es für viele die Bedeutung einer unbezahlbaren Lebenshilfe im weitesten Sinne erlangt hat. Alle Lebensaufgaben verlangen, dass wir uns organisch und nervlich, körperlich und geistig optimal „fit" halten und mit unseren geistigen und seelischen Kräften immer noch konzentrierter, ideenreicher und schöpferischer umzugehen lernen, und dass wir vor allem aber im seelischen Bereich immer fähiger werden, durch richtige Selbst- und Umweltbehandlung harmonische zwischenmenschliche Beziehungen zu gestalten. Dieses stetige Bemühen führt letztlich zu einer Gesinnung, die im Glauben an die Macht des Guten und im Vertrauen in die göttliche Ordnung des Lebens verankert ist. In diesem unermüdlichen Streben nach menschlicher Reife und Entfaltung der Persönlichkeit liegt der Schlüssel für ein schöneres und glückliches Leben, das für den Einzelnen viel zu kurz ist, um all die wunderbaren Möglichkeiten auszuschöpfen, die in der geistig-seelischen Natur des Menschen angelegt sind.

Das Studium der Lebensgesetze, das der große Psychologe SCHELLBACH jedem zugänglich gemacht hat, der lesen kann, ist der Weg zur Selbstbefreiung aus seelischen Zwängen und inneren Verschaltungen aller Art, aber nicht etwa nur das Angebot plausibel klingender Theorie, sondern durch ihre unmittelbare Umsetzung in die Lebenspraxis.
„Mein Erfolgs-System" bietet jedem einsichtfähigen Menschen mit gutem Willen wertvollste Lebenshilfe auf allen Daseinsebenen. Dass es zeitlos gültig ist, beweist die erfreuliche Tatsache, dass innerhalb eines Jahres eine neue Auflage notwendig wurde und nun bereits in der 33. Auflage vorliegt.

PROF. BALDUR PREIML
(Sportlicher Leiter der österreichischen Nationalmannschaften)

PROF. DR. ALFRED STELTER ZUR XXIII. AUFLAGE

Fünf Jahrzehnte nach seinem Ersterscheinen im Jahre 1928 liegt nun Oscar Schellbachs „Mein Erfolgs-System" in der 23. Auflage vor - ein Buch, dem unzählige Leser ein erfolgreiches und glückliches Leben verdanken, das sogar vielen verzweifelten Menschen zeigte, wie ein leer und sinnlos erscheinendes Leben wieder mit Sinn und Zielstrebigkeit erfüllt werden kann, und unzählige Menschen befähigte, schwerste Lebenskrisen durchzustehen und den Glauben zu bewahren, bis tatsächlich doch noch eine Rettung kam, ein Buch, das in ausweglos erscheinenden Situationen und für unlösbar erscheinende Lebensprobleme dennoch eine Lösung zu finden half.

Schellbachs These aus den 20er Jahren, der Mensch nutze die in ihm vorhandenen Kräfte und Möglichkeiten zu weniger als zehn Prozent aus, ist heute längst keine Übertreibung mehr und Forscher in fast allen Ländern der zivilisierten Welt arbeiten intensiv an der Erschließung der weitestgehend ungenutzten Potentiale im Menschen.

Praktische Lebenskunst, Erfolgssystematik und Erfolgspsychologie werden heute nicht mehr belächelt, sondern in Artikelserien und Kursen von den verschiedensten Seiten in den Massenmedien, in Volkshochschulen, von freien Psychologen usw. einem möglichst großen Publikum zugänglich zu machen.
„Positives Denken“ und die „Macht der Gedanken“ sind heute jedermann ein Begriff. Oscar Schellbach war der Begründer der Lehre vom positiven Denken und vom positiven Leben und wurde im Laufe seines Lebens einer der erfahrensten Erfolgspsychologen und Lebensphilosophen unseres Jahrhunderts.
Seine Erfolgslehre, die sich auf alle Ebenen des menschlichen und zwischenmenschlichen Seins bezieht und nicht etwa nur auf materiellen Erfolg, ist an Vielseitigkeit in ihren Anwendungsmöglichkeiten und ihrer Tiefe einmalig.

Wer die Werke Schellbachs in ihrer alten und neuen Fassung gründlich studiert hat, wird in stärkster Weise dadurch beeindruckt sein, wie viele allerneueste Erkenntnisse moderner Psychologie, Verhaltensforschung und Kybernetik Schellbach bereits vor Jahrzehnten - lange vor ihrer offiziellen Entdeckung - intuitiv erkannt und in seinem Erfolgs-System dem Leser bereits zur Nutzanwendung angeboten hat - und zwar in verblüffend einfacher, jedermann verständlicher Weise, in Form eines leicht zu handhabenden Vademecums für die Praxis des Lebens, für tatsächlich alle Situationen und Probleme des Lebens.

Viele Aussagen und Thesen Schellbachs - nicht selten nur bei sehr gründlichem Lesen zwischen den Zeilen zu erkennen - können ihre wissenschaftliche Bestätigung in den nächsten Jahren und Jahrzehnten erwarten.

Der aufmerksame Leser hat jedoch bereits heute die Möglichkeit, für sich selbst und seinen Einflusskreis die praktische Nutzanwendung daraus zu ziehen.

Selten ist ein Buch in seinen Grundzügen so zeitlos und allgemein gültig wie Schellbachs MEIN ERFOLGS-SYSTEM, das in seiner neuesten Form - ebenso wie bei seinem ersten Erscheinen 1928 - als das grundlegende Standardwerk zur Erschließung der in jedem Menschen ruhenden Möglichkeiten und des Erfolges im weitesten Sinne jedermann uneingeschränkt zu empfehlen ist, und das heute noch aktueller denn je von unschätzbarem Werte sowohl für den Einzelmenschen als auch für die Gruppe und menschliche Gemeinschaften ist.

PROF. DR. RER. NAT. ALFRED STELTER

Grundsätzliches und Entscheidendes

„Dass wir aus Gottes Liebe die Freiheit der Entscheidung haben,
ist der Schlüssel aller Geheimnisse.“
(Oscar Schellbach)

Dieses Buch ist kein Roman. Es will nicht unterhalten, sondern Kräfte wecken und Ansporn sein! Wenn die für sein Studium aufgewendete Zeit gewinnbringend sein soll, müssen Konsequenzen gezogen werden. Dazu wird es nur kommen, wenn der Leser die Gewissheit hat, dass sich der Einsatz lohnt. Die nachstehenden Fragen und Antworten ebnen den Weg zu dieser Gewissheit.
Es ist möglich, dass die eine oder andere Fragenbeantwortung für einen Teil der Leser etwas schwierig ist. Man lasse sich dadurch nicht beirren: Was man nicht gleich erfasst, wird später selbstverständlich sein.

Frage: Das Erfolgs-System will dem Menschen helfen, das eigene Leben fruchtbar zu gestalten. Gibt es Beweismaterial darüber, ob dieses Ziel befriedigend zu erreichen ist?

Antwort: Der Erfolg der Leser findet seinen Niederschlag in mehr als 30 000 Zuschriften und Erfolgsberichten in über fünf Jahrzehnten.

Frage: Was sind das für Erfolge, von denen die Leser berichten?

Antwort: Vor allem die seelische Reife, Charakterfestigkeit und Lebenssicherheit, die erlangt wurden, dazu der Lebensmut, der selbst schwersten Schicksalsprüfungen standhielt, und dann die Erfolge durch die Steigerung der geistigen und beruflichen Leistungskraft, sowie die Erfolge in geschäftlicher, gesellschaftlicher und vor allem natürlich auch in privater Hinsicht, z. B. in der Ehe und der Kindererziehung usw. Es sind jetzt schon viele Leser da, die schon im Elternhause nach den Grundsätzen der positiven Lebensführung erzogen wurden und die nun schon wieder ihre eigenen Kinder im gleichen Sinne charakterlich und seelisch bilden. Es müssten viele Bände mit Erfolgsberichten gefüllt werden, wollte man alles zusammenfassen, was die begeisterten Freunde des Erfolgs-Systems über die gute Wirkung dieses Lebensbuches berichten.

Frage: Dann versteht man beim Erfolgs-System unter Erfolg auch keineswegs nur materiellen Erfolg?

Antwort: Richtig und vor allem kein materialistisches Strebertum, sondern die Anleitung zu einer durch und durch positiven Lebensführung. Der Begriff positiv ist die geistige Basis, von der alle Überlegungen um die Meisterung des Lebens ausgehen. Positiv, als Ausdruck der Bejahung, im Gegensatz zu negativ.

Frage: Dann brauchte man aber doch nur von bejahender Lebensführung zu sprechen?

Antwort: Das würde nicht genügen, denn hier ist nicht Bejahung schlechthin gemeint, sondern eine systematische Bejahung im Sinne ganz bestimmter Einsichten in die Bewusstseinsvorgänge und das Seelenleben des Menschen. Alles baut sich hierbei auf der Macht der Erkenntnis auf, nicht etwa auf einer nur optimistischen Einstellung zum Leben. Dies beweist der Hauptlehrsatz des ErfolgsSystems: Nicht der Wille, sondern Erkenntnis macht uns frei!

Frage: Soll das heißen, dass man frei wird im Handeln, sobald man die richtigen Einsichten in bestimmte Zusammenhänge hat?

Antwort: Genau das ist gemeint, und das ist auch das Hauptproblem

zielbewusster positiver Lebensgestaltung: Es ist alles nur eine Frage des Könnens! Und dass die meisten Menschen ihrem Leben gegenüber so machtlos sind, liegt allein daran, dass sie nicht anders zu handeln vermögen, als sie es tun.

Frage: Auch dann nicht, wenn sie es wollten?

Antwort: Auch dann nicht! Sie leben negativ und machen Fehler über Fehler in ihrer Lebensführung, weil sie diese Fehler machen müssen.

Frage: Ist das nicht eine Frage der Willenskraft?

Antwort: Zuerst eine Frage des richtigen Erkennens. Aber das Erkennen bezieht sich hier nicht nur auf die Einsicht für das Notwendige, was zu tun ist, wenn man z. B. gesunder, erfolgreicher und glücklicher leben will, sondern vor allem auf die Möglichkeiten, sich selbst fähig zu machen, damit man auch tatsächlich tun kann, was notwendig ist.

Mit anderen Worten: dass man die innere Kraft und den Charakter hat, um den Voraussetzungen eines Erfolges entsprechen zu können.

Es sind stets zwei Seiten für einen Erfolg entscheidend, einerlei, ob wir unter Erfolg die Befreiung von einer Hemmung verstehen, ein gutes Erziehungsresultat bei unseren Kindern, die Entwicklung körperlicher oder geistiger Fähigkeiten oder die Erlangung von beruflichen oder geschäftlichen Erfolgen usw. Eine Seite ist immer die, dass wir wissen, wie man es anzustellen hat, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen. Es ist also davon auszugehen, dass jeder Erfolg eine Ursache hat, und dass ein Mangel an Wissen um die Ursachen des Erfolges immer gleich bedeutend ist mit Machtlosigkeit.

Die andere Seite ist genau so wichtig: Wir müssen imstande sein, dass, was den Erfolg hervorruft, also bewirkt, auch wirklich tun zu können, im Besonderen, wo es sich um Leistungen unseres persönlichen Könnens, Charakters oder Willens handelt. Beispiel: Wir wollen, dass ein Acker mehr Ertrag bringt. Die Ursachenerkenntnis sagt, dass dazu der Boden sehr tief umgegraben werden muss. Nun kommt es darauf an, ob wir das auch tun. Wir tun es, wenn wir den Willen und die Kraft dazu haben, aber erst dann können wir es auch!

Frage: Dass die Erkenntnis der Ursachen eines Erfolges von ausschlaggebender Bedeutung ist, bedarf keiner Unterstreichung, denn keinerlei Ernte ist möglich ohne Saat, wenn man nicht auf einen Zufall bauen will. Aber in welchem Zusammenhang steht das mit dem Willen und der Kraft zum Handeln, was hat das mit Erkenntnis zu tun?

Antwort: Sehr viel, denn auch unser Wille und unser Charakter sind Folgen von Ursachen. Wissen wir, wie ein starker Wille und ein Charakter mit positiven Eigenschaften zu entwickeln sind, dann haben wir die Möglichkeit, diese Erfolgskräfte bewusst hervorzurufen. Und wie es damit steht, so ist es auch mit der Entfaltung unseres Geistes.

Das Erfolgs-System wendet also die Ursachen – Erkenntnis nicht nur auf Vorgänge in der Außenwelt an, sondern unmittelbar auch auf uns selber.

Frage: Das würde bedeuten, dass man sich wandeln kann, wenn man einen negativen Charakter hat oder der nur über schwache Erfolgskräfte verfügt?

Antwort: Ja, und das ist überhaupt das Wichtigste bei den Methoden des Erfolgs-Systems: die Wandlung vom negativen zum positiven Menschen, von der einfachen Person zur Persönlichkeit, ausgehend von der Tatsache, dass Charakter und Können des Menschen Schicksal sind! Wie man handelt, so gestaltet sich das Leben. Ein erfolgreiches Leben ist eine fortlaufende Kette von positiven Einzelleistungen und Einzelreaktionen in körperlicher, geistiger und seelischer Hinsicht.

Frage: Und, wer nun so gut wie gar keinen festen Willen hat?

Antwort: Auch dem ist zu helfen, sofern er sich nur helfen lassen will. Das ist allerdings Voraussetzung, jedenfalls im Normalfall des erwachsenen Menschen.

Frage: Soll das heißen, dass man auch ohne große Anfangsenergie gute Erfolgseigenschaften entwickeln kann?

Antwort: Ja, genau das heißt es, und zwar deshalb, weil der Wille eine Kraft ist, die man weniger zu entwickeln als zu wecken, also wachzurufen braucht. Wer willensschwach ist, hat keine Freiheit im richtigen Gebrauch seiner Kräfte, und gerade deshalb sagt auch das Erfolgs-System, dass uns nicht der Wille, sondern Erkenntnis frei macht. Gelingt es, jemandem die richtige Erkenntnis von seinen Möglichkeiten zu vermitteln, ihm dadurch den Glauben, die Überzeugung beizubringen, dass auch er über große seelische Energien verfügt, dann ist schon der halbe Weg zur persönlichen Ertüchtigung geschafft.

Frage: Und das würde dann besagen, dass die Kräfte, die man zur bewussten Gestaltung des Lebens braucht, schon gleich im Menschen drinliegen?

Antwort: Richtig, und dass deshalb das Problem der Entwicklung zum positiven Menschen ein Entfaltungsproblem ist, das am Besten, Einfachsten und Sichersten von der Erkenntnisseite ausgelöst werden kann.

Frage: Wie steht es dabei aber um den einfachen Menschen, der von diesen Zusammenhängen überhaupt keine Ahnung hat und so gut wie gar nicht an seiner geistigen und seelischen Entfaltung bisher gearbeitet hat?

Antwort: Für ihn ist das Studium des Erfolgs-Systems einer der besten und gangbarsten Wege, um sich aus eigener Kraft aus der geistigen Gefangenschaft herauszuarbeiten, in der sich sein Selbst befindet.

Und wenn dieses Buch so leicht verständlich abgefasst wurde, so gerade aus diesem Grunde und das nicht nur im Interesse des einfachen Menschen selbst, sondern auch in unser aller Interesse.

Die schlimmste Gefahr für die Weiterentwicklung der Menschheit droht aus der immer mehr um sich greifenden Vermassung.

Die Hauptschuld hieran trägt die schwierige wirtschaftliche Situation breiter Volkskreise, die weder Zeit noch Gedanken lässt, um sich ein Dasein mit eigener Note zurechtzuzimmern. Die meisten sind von morgens bis abends nur dahinterher, sich und ihre Familie durchs Leben zu bringen. Das ist ihnen

Lebensinhalt und Kultur zugleich, und sie sind froh, wenn ihnen das einigermaßen gelingt und keine Krankheiten und Schicksalsschläge dazwischenkommen.

Hinzu kommt für Millionen die Entfremdung von der eigenen Familie. Das lähmt nicht nur jedes individuelle Glücksstreben, das sich nur in behaglicher Häuslichkeit richtig entwickeln kann, sondern auch jeden Mut zu rationeller und ökonomischer Lebensführung.

Nicht zu vergessen die bei jedem Menschen irgendwie in der Seele lauernde Angst, dass es plötzlich über Nacht aus sein kann mit aller Herrlichkeit, wenn es der Unvernunft gelingt, die Welt in das längst an die Wand gemalte Inferno hineinzujagen.

Was sich zwangsläufig ergeben muss aus dieser Situation ist bereits überall offenbar: Es klappt nichts mehr richtig! Daher die Gleichgültigkeit und Wurstigkeit in so vielen, sonst so wichtig genommenen Dingen und die schleppende Müdigkeit und Unlust, wenn es gilt, guten Willen zu zeigen. Alles aber nicht als eine Abkehr vom Übereifer, was ganz in der Ordnung wäre, sondern als das bedrohliche Symptom eines geistigen Hängenlassens, verbunden mit der Zurückschraubung der individuellen Lebensansprüche auf ein Mindestmaß, weil man gefühlsmäßig der Überzeugung ist, dass alles andere angesichts der Hoffnungslosigkeit der Gesamtsituation nur Kraftverschwendung ist.

Die große Seelenkrankheit unserer schicksalsgeprüften Zeit ist der Mangel an Vertrauen! Überall ist das die Generalursache für menschliches Versagen und auch der Grund, wenn wir am Schicksal zerbrechen.

Aber es muss nicht sein, wenn wir es nicht wollen. Es gibt eine Wehr hiergegen, eine Heilung aus dem Geiste durch die Macht der Erkenntnis: Indem wir beginnen, uns selber für die Freudlosigkeit und Erfolgslosigkeit unseres Daseins verantwortlich zu machen, und entschlossen sind, aus eigener Kraft in den Ablauf unseres Lebens einzugreifen, legen wir Kräfte frei, an deren Vorhandensein wir vordem überhaupt nicht zu glauben wagten. Da eine Wende zum Guten im großen Geschehen zur Bedingung macht, dass nicht nur einzelne, sondern möglichst viele Menschen in solchem Sinne wieder zu arbeiten beginnen, geht das auch den einfachsten Menschen an.

Doch dazu genügt es nicht, dass man Forderungen stellt, man muss ihm Helfer werden, sich selbst zu entdecken, den Einfluss der Vermassung aus eigener Kraft zu überwinden.

Frage: Ist das nicht abhängig von angeborener Intelligenz?

Antwort: Für den einfachen Menschen scheint das ein aussichtsloses Unterfangen zu sein, das ist jedoch ein Trugschluss: Es liegt in der Natur des Menschen, dass er seine geistigen Kräfte am ehesten durch Nachahmung auf den Plan rufen kann. Die Intelligenz ist etwas, was sich selbst entdecken muss. Es muss aber etwas sein, was zuerst den Anstoß gibt. Fehlt dieser Anstoß, so ist es fraglich, ob überhaupt jemals eine bestimmte Anlage erwacht. Es ist so, als ob der Motor erst angeworfen werden muss, bevor er arbeiten kann.

Seit Jahrtausenden schon bearbeiten einzelne Völker immer noch auf die gleiche primitive Weise ihre Felder wie ehedem. Sie scheinen nichts, aber auch gar nichts dazugelernt zu haben. Würde es auch dann so bleiben, wenn man ihnen zeigt, wie es besser zu machen ist?

Aber wir brauchen nicht erst in die Ferne zu schweifen, um Beispiele zu haben. Auch bei uns im Lande, ja, in allen Berufen und Lebensgebieten wimmelt es nur so von Rückständigkeit. Sollte das alles nur ein Mangel an Intelligenz sein?

Ja, es ist ein Mangel, aber nicht an geistiger Befähigung an sich, sondern an selbschöpferischer Kraft.

Es fehlt der Anstoß, es fehlt die treibende Kraft, die anleitet, es war noch keiner da, der es gezeigt hat, wie man es besser machen kann. Wenn man sieht, wie es gemacht wird, dann kann man es nachmachen, und, wenn man erst den richtigen Gedanken hat, dann auch noch besser machen.

Wenn dem so ist, dann braucht man sich auch nicht zu wundern, dass große Teile der Allgemeinheit geistig so unbeholfen sind. Das ist ganz natürlich in Anbetracht der entscheidenden Vorgänge. Selbstverständlich ist die Begabung der Menschen sehr unterschiedlich, insbesondere für abstraktes Denken. Doch das fällt nur deshalb so ins Gewicht, weil vielen von Hause aus keine Möglichkeit gegeben war, über den Rahmen des Alltäglichen hinaus, geistig angespannt zu werden. Also konnten sich die Kräfte auch nicht entfalten, oder jedenfalls nicht viel weiter, als es der Beruf und die Lebensverhältnisse notwendig machten.

Wie viele sprechen davon, dass sie erst in späteren Jahren erkannt haben, was sie in ihrer Jugend versäumten, wie sie aufgepasst hätten in der Schule, wenn sie damals schon etwas vom Lernen verstanden hätten. Man weiß nie, was in einem Menschen wirklich drinsteckt, solange man es nicht darauf ankommen lässt.

Menschen mit ererbter organischer Unfähigkeit sind selbstverständlich in diese Entwicklungsmöglichkeiten nicht einbezogen. Aber man muss auch bei der Beurteilung solcher Fälle sehr vorsichtig sein, denn man kann mit den besten Testmethoden irren, weil organische Unfähigkeit auch die Auswirkung einer seelischen Behinderung sein kann, und das gilt nicht nur für Erwachsene, sondern auch schon für Kinder.

Frage: Aber es gibt doch bedeutende Männer und Frauen auf allen Gebieten, die Kinder einfachster Eltern waren und die sich ganz aus eigener Kraft emporgearbeitet haben. Beweist das nicht, dass es doch nur auf die Begabung ankommt und allein die angeborene Intelligenz für den Lebenserfolg entscheidend ist?

Antwort: Nein! Das beweist nur, dass es die Betreffenden trotzdem, also trotz der Behinderung der geistigen Entfaltung, fertig gebracht haben, sich zu entwickeln und durchzusetzen. Selbstverständlich kennzeichnet das ein besonders hohes Maß an bereits freier geistiger Kraft. Es wäre aber falsch, darin einen Maßstab zu sehen für die Beurteilung latenter Möglichkeiten, ganz abgesehen von der Frage, was die Hauptstärke im Wesen war, wodurch sich die Betreffenden aus eigener Kraft erheben konnten. Thomas Alva Edison galt in der Schule als nicht ganz "da". Trotzdem wurde er der große Edison.

Frage: Wie weit kann hier aus eigener Erfahrung gesprochen werden?

Antwort: Der Verfasser hat hierfür in seiner Praxis, die sich auf fünf Jahrzehnte erstreckt, ein umfassendes Lehrbeispiel erlebt: Seine Kurse für Lebenstüchtigung wurden in diesen vielen Jahren von über vierzigtausend vorwärtsstrebenden Männern und Frauen besucht. Der weitaus größte Teil davon waren Menschen in kleinen und kleinsten Positionen, und in der Mehrzahl noch dazu solche mit Hemmungen und Minderwertigkeitskomplexen. Und immer wieder wurde erlebt, wie diese Menschen aufblühten, sobald sie erst einmal dahinter gekommen waren, was der Mensch aus sich machen kann, wenn er es richtig anfängt.

Frage: Wie lernt denn der einfache Mensch verstehen, worauf es ankommt bei der geistigen Entwicklung, wenn er gar keine Vorbildung hat?

Antwort: Man muss die Sprache sprechen, durch die man sich verständlich machen kann. Besser: Man muss die gelehrte Theorie in Sätze formen, die sich ganz leicht fassen lassen. Es gibt wissenschaftliche Erkenntnisse genug, um dem Menschen ein gutes Rüstzeug für den Lebenskampf zu geben, aber der Mensch ist nicht heranzubringen an ihre Erarbeitung.

Ein Kind würde auch nie schwierige Rechenarten beherrschen lernen, würde man gleich bei Beginn der Schulzeit versuchen, ihm Mathematik einzutrichtern. Gewiss, es gibt auch da besondere Begabungen, aber auf die Ausnahmen kommt es nicht allein an, sondern auch dabei auf die Allgemeinheit. Und dann kommt noch hinzu, dass das Wissen um die Gesetzmäßigkeiten der geistigen und seelischen Entfaltung ohnehin Neuland ist, auch für einen großen Teil sonst vielseitig gebildeter Menschen.

Frage: Lebenskunst und richtige Einstellung zum Leben wurden schon vor viertausend Jahren und länger gelehrt, und doch hat sich immer nur ein kleiner Teil der Menschen ernsthaft danach gerichtet. Jeder lebte seinen Stiefel weg, wie er es von Vorfahren und Eltern gelernt hatte und wie es gerade im Leben kam, und so wird es wohl auch bleiben. Die Kultur ist in dieser Hinsicht eher rückläufig, als vorwärts strebend, jedenfalls was die Allgemeinheit anbelangt.

Antwort: Das ist im Sinne des Erfolgs-Systems negativ. Man muss glauben, dass es nicht so ist oder doch zumindest anders werden kann. Die positive Lebenseinstellung gründet ihre Erfolge auf geistige Ursachen, die aus dem Denken geboren werden, und je stärker der Glaube eine Idee beseelt, um so sicherer ist ihre Verwirklichung zu erwarten.

Frage: Glaube ..., das klingt nach naiver Einstellung. Ist es nicht allein die Vernunft, die Wandel schaffen kann?

Antwort: Damit wird ein neuer Punkt der Erfolgs-Systematik berührt, der unmittelbar mit dem Problem der Willenskraft zusammenhängt: Das Werden der menschlichen Vernunft ist zweifellos eine großartige Entfaltungsleistung der Menschwerdung, aber noch stärker sind vorläufig die unbewussten Triebkräfte im Menschen. Wenn es nach der Vernunft ginge, wäre alles in der Welt und im Leben des Menschen in schönster Ordnung.

Aber die Vernunft kann sich erst dann behaupten, wenn der Mensch frei geworden ist vom inneren Zwang. Seine Gewohnheiten und seine triebbeeinflusste und von Angst und Furcht gesteuerte innere Schaltzentrale der körperlichen, geistigen und seelischen Funktionen haben mehr Einfluss als die Vernunft auf sein Denken, Fühlen, Wollen und Handeln. Der Mensch wird dadurch in unzähligen Richtungen zu einem getriebenen Wesen.

Frage: Dann ist also das Grundproblem das Ringen um Freiheit vom Zwang?

Antwort: Ja, das ist das Grundproblem. Es wurde schon gesagt, dass es auf das Können, nicht nur auf das Wollen ankommt: Man muss können können, was man will! Und damit das möglich wird, muss man vor allem lernen, mit sich selbst richtig umgehen zu können. Und die Macht dazu wächst aus dem Glauben, der hier aber kein blinder, sondern ein sehender, ein wissender Glaube ist.

Frage: Was ist der Glaube, wenn er stärker sein kann als Vernunft und Wille?

Antwort: Er ist das Mittel zur Wachrufung einer Kraft, die weit freier und darum mächtiger ist gegenüber der Materie, als unser an die Grenzen des Verstandes gebundenes Wollen, gleichzusetzen mit der Energie, die das Leben zeugt. Sozusagen ein höherer Befehlshaber im Menschen, dem alle Organe und Vorgänge gehorchen müssen, wenn er in Erscheinung tritt.

Es ist eine überpersönliche Kraft, die anderen Gesetzen und Grenzen untersteht als der aus den Körperfunktionen und dem Körperdenken entstehende Wille. Es ist unmöglich, mit dem bloßen Verstande dieses Geheimnis zu erfassen. Wir können nur feststellen, dass diese Kraft da ist, weil wir ihre Wirkungen erleben. Die Intuition sagt, dass es sich dabei um den Schöpferwillen handeln muss, der überall in der Natur wirksam ist und der durch den Glauben zu Leistungen aufgerufen werden kann, die durch Vernunft geleitete Willensanstrengung allein nicht möglich sind. Und das ist der Weg zur Aktivierung dieser Kraft, der zum Entstehen des Glaubens führt.

Frage: Also nach dem Leitsatz: „Glaube, dann wird dir geholfen", oder „Glaube, dann wirst du Berge versetzen können".

Antwort: Nicht im oberflächlichen Sinne, sondern im Sinne einer aus der Erkenntnis entwickelten Überzeugung. Es wurde schon gesagt, dass es sich um einen wissenden Glauben handelt.

Frage: Warum nicht einfach „blind" glauben, wenn der Glaube eine so große Macht ist?

Antwort: Weil der Mensch nicht glauben kann, weil ihm der Zweifel im Wege steht, sein Verstand. Glücklich, wer einfach zu glauben vermag, doch ist das den meisten Menschen unmöglich und die Folge der Frucht, die man vom Baume der Erkenntnis nahm.

Frage: Es wurde doch gesagt, dass „Erkenntnis" frei macht?

Antwort: Immer wenn der Mensch den Zusammenhang einer Sache, das Gesetz, die Ursache usw. erkennt, und hier ist die befreiende Erkenntnis außerdem ein Wissen der Seele.

Frage: Was ist da der Unterschied? Wissen ist Wissen und Erkennen ist Erkennen.

Antwort: Der Verstand wird die Kräfte nie erkennen, die der Seele offenbar sind, und das ist das Entscheidende. Der Verstand kann nur fassen, was irgendwie mathematisch oder auch logisch beweisbar ist, mag der Gedankenflug auch in höchste Potenzen und Schwingungszahlen gehen. Er muss sehen, hören oder sonstwie den Dingen sinnlich nahe sein und sie messen können. Anders die Seele, sie vermag auch das Irrationale zu erfassen.

Frage: Was versteht man unter Seele? Ist das nicht eine bloße Funktion des Gehirns, ebenso wie man Verstand hat durch das Gehirn bzw. durch die Tätigkeit der Gehirnzellen?

Antwort: Das ist der materialistische Standpunkt, der alles Werden mehr oder weniger auf die Gesetze des Zufalls zurückführt. Wäre es so und wäre das menschliche Wesen nur das Ergebnis der Gehirntätigkeit, dann könnte man natürlich auch nicht von der Macht des Glaubens sprechen, jedenfalls nicht im Sinne einer dem Stofflichen übergeordneten Macht.

Wo aber bliebe dann die Würde der menschlichen Person, die ja nur aus einer geistig-religiösen Schau abgeleitet werden kann? Der Mensch ist nicht die vom Wirken der schöpferischen Kräfte entwickelte körperliche Form, sondern gerade das, was man unter Seele versteht.

Frage: Ist der Mensch nicht ein Geschöpf der Natur wie alle Lebewesen?

Antwort: Doch, ja, aber im Menschen erlangt die Schöpfung Selbstbewusstsein, und was dieses Wissen um sich selbst ausmacht, das macht den Menschen zum Menschen und erhebt ihn über alle anderen Geschöpfe.

Frage: Wie ist das Wesen der Natur anzunehmen, wenn es Selbstbewusstsein zu entfalten vermag?

Antwort: Nicht als eine aus dem Zufall entstandene Triebkraft, sondern als der Wille einer höheren Ordnung, der in der Gesamtentwicklung ein Ziel anstrebt. Ein schöpferischer Vorgang, der schon Milliarden Jahre auf der Erde andauert und der im letzten Zeitabschnitt dabei ist, durch die Schaffung eines Wesens mit Gewissen das Schöpfungswerk zu krönen.

Frage: Dann würde also das menschliche Gehirn als ein Mittel zu betrachten sein, durch das die göttliche Natur in uns sich als Seele, oder noch weitergehend, als Teil des Schöpferwillens bewusst wird?

Antwort: Ja, und darum ist auch die Kraft der Seele, die durch den Glauben aktiv wird dem Stofflichen überlegen, eben, weil in ihr der Schöpferwille wirkt, dem die Form ihr Dasein verdankt.

Frage: Führt das nicht zu einer ganz und gar geistigen Schau des ganzen Daseins?

Antwort: So ist es! Und das ist auch die einzige Möglichkeit, ohne Umweg zu den Kräften zu gelangen, die eine weitgehende Meisterung des Daseins erlauben: Es müssen die Grenzen gesprengt werden, die uns unter mechanische Abläufe des Denk- und Seelenlebens zwingen und die verhindern, dass wir freie, das heißt selbstentscheidende Wesen werden.

Frage: Was versteht man unter diesen mechanischen Abläufen?

Antwort: Immanuel Kant und vor ihm viele andere erkannten die Freiheit des Menschen darin, dass er sich löst vom Mechanismus der Natur, d. h. von der Diktatur der Organe, Triebe und Instinkte, die sein Verhalten und Reagieren zwangsläufig machen und ihn auf der Stufe des Tieres halten.

Es kommt darauf an, dass der Mensch durch sein Denken beginnt, die Herrschaft über sich selbst anzutreten, was dazu führt, dass die Antriebe unter seine Kontrolle kommen. Es ist der Kampf des Menschen gegen das „Müssen" aus dem Fleische und aus dem Unbewussten.

Indem wir nachdenken, schaffen wir in uns Klarheit. Dabei finden wir den Weg, der uns über den Glauben die Kraft der Seele erschließt, durch die wir über uns selbst bestimmen lernen.

Es erweist sich damit das Denken als eine Hebelkraft, durch die unser Wille stärker wird als der Zwangsablauf, nach dem sich unser Denken bis zu dieser Stunde richten musste. Und damit wird auch erkannt, dass Willenskraft, jetzt im höheren Sinne erfasst, nicht eigentlich Kraft ist an sich, sondern Kraftfreiheit und Willensschwäche nicht Mangel an Kraft, sondern Krafthemmung.

Frage: Wie aber wird das Denken zu dieser Hebelkraft?

Antwort: Damit kommen wir zum Ausgangspunkt zurück: Indem wir erkennen und begreifen lernen, dass wir nicht schwach, sondern stark sind in unserem Willen und die Kraft dazu entsteht in uns durch den Glauben.

Wird dieser durch wirkliches Erkennen zur Überzeugung, so entsteht in uns die Initialzündung, die die Macht des Könnens wach ruft!

Frage: Und dass man zum Glauben kommt, ist allein eine Sache des richtigen Erkennens?

Antwort: Ja, aber nun ist entscheidend, auf welchem Wege man sich selbst oder einen anderen Menschen zum Erkennen bringt.

Es gibt verschiedene Wege, die zu einem Ziele führen. Grundsätzlich ist es immer der Weg der praktischen Selbsterfahrung: Indem wir üben und immer wieder üben, erlangen wir schließlich das Bewusstsein, dass etwas geht, was wir wollen.

Aber es ist ein Unterschied, ob dieser Weg der Selbsterfahrung leicht oder schwer gangbar ist, und ob der Wille zum Üben bzw. zum Lernen und Erkennen vorhanden ist.

In allgemeinen Leistungen, die zur Erhaltung des Lebens unerlässlich sind, wächst der Wille aus der Notwendigkeit. Es gibt dabei gar keine Überlegung, ob man sich entwickeln bzw. entfalten soll oder nicht, es geschieht einfach. Zudem steuert dieses Wollen die aus dem unbewussten unseres Wesens antreibenden Triebe und Instinkte. Wo diese Antriebe schwach sind, hilft die Umwelt nach, wie z. B. bei der Erziehung des Kindes.

Ganz anders liegt der Fall, wenn man sich auf neue Bahnen begibt, wenn es sich also um die Entwicklung von Kräften und Fähigkeiten handelt, die dem inneren Selbst, unserer Natur, unserer Seele noch Neuland sind. Dann muss der Antrieb völlig aus dem Oberbewussten Wollen kommen und der Wille zum Üben muss dazu erst wachgerufen werden.

In der Mehrzahl der Fälle stößt das so lange auf unüberwindliche Hindernisse, wie es nicht gelingt, das Bewusstsein des Könnens im Vorhinein sicherzustellen, also im Vorhinein den Glauben an das eigene Können hervorzubringen. Das ist deshalb notwendig, weil man sonst gegen Hemmungen und Kurzschlüsse arbeitet, die das mit der Entwicklung verbundene Üben bis zur Unmöglichkeit verstärken. Diese Hemmungen und Kurzschlüsse sind jedoch leicht auszuschalten, wenn man mit der besprochenen Zentralkraft arbeitet, die dann vom Unbewussten her die Bahn frei macht.

Doch solange diese Kraft nicht durch den Glauben zur Tätigkeit aufgerufen ist, was einer Selbstbewusstwerdung der Seele auf einem bestimmten Leistungssektor entspricht, wird der Kampf gegen die Widerstände immer nur durch Gegenarbeit am falschen Hebelende geführt. Da hierzu ein großer Krafteinsatz aus den Nerven erforderlich ist, gelingt das Durchsetzen gegen die Hemmungen und Kurzschlüsse nur in Ausnahmefällen.

Und wo es gelingt, wird dann stets von Menschen gesprochen, die einen besonderen starken Willen haben und die sich darum besonders gut konzentrieren können. Hieraus und aus noch anderen Komplikationen ergibt sich für die meisten Menschen die Unmöglichkeit, aus eigener Kraft den gegenwärtigen Entwicklungsstand merklich zu ändern. *„Man muss bleiben, was und wie man ist“. „Man kommt aus seiner Haut nicht heraus, man ist, wie der Volksmund sagt, dumm geboren und muss dumm bleiben.“* Und was sich auf die Dummheit bezieht, das bezieht sich auch auf den Charakter und das ganze Wesen des Menschen.

Trotzdem ist das aber eine ganz und gar irrige Annahme, jedenfalls für alle gesunden, normalen Menschen, und sie kann sich nur deshalb behaupten, weil man die hier angedeuteten Entwicklungsgesetzmäßigkeiten und die Kräfte der Seele außer Acht lässt. Und das alles bezieht sich auch, und sogar in erster Linie, auf den Weg zur Schaffung des zur Leistung erforderlichen Glaubens über die Macht der Erkenntnis. Auch hierbei treten so große Hemmungen auf, dass der Geist bzw. das Erkenntnisvermögen einfach nicht auf das kommt, worauf er kommen muss, soll es in ihm aufblitzen und helle werden.

Denn das ist ja Erkenntnis, dass es innerlich hell wird, dass man ganz klar sieht, dass es zu einer Erleuchtung kommt. Geht man hierbei den üblichen Weg der Selbsterfahrung, so versagt fast immer die Kraft, bevor man am Ziele ist.

Man darf also nicht ***„wider den Stachel löcken“,*** gegen die Kräfte arbeiten, sondern muss einen Weg gehen, der mit einem Minimum an Nervenkraft und Willensanstrengung zum Ziele führt. Und dieser Weg ist der Weg der positiven Erfolgs-Systematik, wie er im Erfolgs-System gezeigt und beschritten wird.

Frage: Und ist es sicher, dass auch der einfache Mensch diesen Weg mit Erfolg beschreiten kann?

Antwort: Das ist, wie einleitend schon angesprochen, völlig selbstverständlich! Man hat nur nötig, die Grundsätze des Erfolgs-Systems sich zu eigen zu machen, um Schritt für Schritt zu erleben, wie die eigenen Kräfte zur Meisterung des Lebens immer mehr wachsen und sich entfalten.

Dieses Werk wurde aufgebaut auf einer Praxis, die aus vielseitigsten Einzelerfahrungen entwickelt wurde. Und weil die Praxis darin spricht, darum ist es auch jedermann verständlich. Und weil es verständlich ist, darum kann auch jeder danach handeln. Es ist überhaupt ein Buch zum Handeln, das ist sein alleiniger Zweck.

Nochmals sei klar gesagt: Was wir brauchen, ist die Rettung vor der Vermassung, die wie eine Seuche unsere ganze Kultur und Zivilisation bedroht. Dazu muss jedem das psychologische Rüstzeug gegeben werden. Man muss ihm die Möglichkeit geben, sich selbst zu befreien. Dieses Phänomen bringen keine gelehrten Bücher zustande, dazu ist die Gefangenschaft des Geistes zu groß. Das ist nur möglich mit einer Methode, die ohne Schwierigkeit verstanden, begriffen und gelebt werden kann und bei der sich die Erfolge einstellen wie die Gesundheit des Körpers durch eine gute Arznei.

Wer will daran zweifeln, dass sich die ganze Welt in einer Neuformierung aller Kräfte befindet? Es gibt aus der Sackgasse, in der die Welt hineingeraten ist, nur zwei Wege, um das Weiterleben der zivilisierten Menschheit für die nächsten Jahrzehnte zu sichern: den Weg der Unfreiheit und den der Erkenntnis.

Der Weg der Unfreiheit ist der Weg in die Vermassung, die Auslöschung der Individualität und der Einbau der verbleibenden Kreatur in die Schablone eines genormten und standardisierten Erdenbürgers.

Beim Wege der Erkenntnis steht allein die Würde der menschlichen Person im Mittelpunkt aller Überlegungen.

Und die Frage dazu heißt: Wie helfen wir dem Menschen, dass er so wird, wie er sein könnte? Wie schaffen wir ihm die Möglichkeit, dass er zu sich selbst findet, dass er sich selbst entdecken lernt?

Man muss die Dinge nicht sehen, wie man sie sehen möchte, sondern wie man sie sehen muss. Auf das Erkennen der Ursachen kommt es an! Man muss den Menschen befähigen, nicht nur seine äußeren, sondern vor allem die ihm völlig unbewussten Hemmungen loszuwerden.

Nicht zuletzt ist das auch eine Frage der Verbesserung seiner wirtschaftlichen Situation. Es ist aber nicht möglich, das nur von Maßnahmen zu erwarten, die den Kuchen besser verteilen, wenn der Mensch nicht gleichzeitig befähigt wird, besser mitbacken zu können. Dazu muss er Einsicht, Lust, Liebe und Verantwortung entwickeln, was nur aus einer Hebung seines geistigen Niveaus hervorgehen kann. Man muss ihm bessere Lebenserfolge möglich machen, die ihm aber nicht ohne persönliches Zutun in den Schoß fallen dürfen. Die ganze persönliche Leistung im Hinblick auf seine geistige Entfaltung muss damit im Zusammenhang stehen.

Heraus aus der Masse, d. h.: hin zum Menschen, zur Individualität, zur Persönlichkeit! Neue Begriffe müssen geformt werden, die Brücken sind zum geistig erwachten Menschen der Zukunft: Wenn im Erfolgs-System von positiver Lebensführung und vom positiven Menschen gesprochen wird, so ist das ein Beginnen in diesem Geiste. Diese Idee, dieses geistige Urbild bedarf der Ausprägung auf allen Lebensgebieten. Hier sind unerschöpfliche Möglichkeiten gegeben für alle, die Mitarbeiter sind im Weinberg einer kommenden Zeit.

Aber es ist unmöglich, diesen Schritt nach vorn zu wagen ohne tragfähiges Fundament. Es ist gegeben in den Einsichten der großen Philosophen und Naturforscher unserer Zeit. Sie alle bekunden einhellig: Es muss ein Schöpferwille da sein, der mit der Entwicklung der Menschheit ein klares Ziel verfolgt. **Und es kann nur heißen: Evolution! Aufwärtsentwicklung der Menschheit in Richtung auf den wahren Menschen, ein Wesen, das aus freiem Willen lebt und wirksam ist!**

Frage: Also ist die Grundlage der positiven Lebensführung eine bejahende Einstellung zur Religion?

Antwort: Wie alle Wissenschaft sich zuletzt als Weg zu Gott erweisen wird, so ist Religion zugleich der Weg zum höchsten Wissen. Und beider Ziel: Im Sinne des ewigen Willens, den Menschen zu schaffen, der die Krone der Schöpfung ist. Und dazu ist Freiheit unerlässlich, dazu muss der Mensch die Herrschaft über sich selbst antreten, denn nur in der Freiheit der Entscheidung wird der Mensch zum Menschen.

Auf der ersten Teilstrecke zur Menschwerdung wurde diese Freiheit eingeleitet durch seine Befähigung zum Denken und Erkennen. Das entwickelte den Verstand und mit dem Verstand die Wissenschaft. Damit machte er sich die Erde untertan und lernte, die Atome zu zertrümmern. Doch die Atome werden ihn vernichten, wenn die erlangte Freiheit missbraucht wird!

Das macht zur Bedingung, dass er sich in der Freiheit der Entscheidung, in die er damit eingetreten ist, für das Gute entscheidet. Wie aber soll das möglich werden, ohne dass er noch einen Schritt weitergeht in seiner Menschwerdung und auch vom Irrationalen erfasst und durchdrungen wird? Ohne zum Willen zu finden, der ihn trägt und dem er Dasein und Macht verdankt?

Das moralische Gesetz des Himmels ruht im Gewissen des Menschen. Es ist der Gottesfunke, der den Menschen zum seelischen Wesen erhebt. Dass sich dieser Gottesfunke in seinem Innern in Reinheit darstellt, ist Sinn religiösen Bemühens. Das Gewissen allein bietet die Gewähr, dass Freiheit nicht zum Fluch wird.

Danach ist auch Erfolgs-Systematik, gleich welcher Art, zuerst eine Sache rationaler Einsicht. Doch die dadurch mögliche Macht über die Gestaltung des Daseins bleibt ohne Blick auf den Willen des Ewigen ebenso Stückwerk wie alle Vernunft ohne Gott. Es bleibt immer noch etwas nach, was nicht in Formeln zu zwingen ist. Es fehlt die Seele, und mit ihr der Kontakt zur letzten Weisheit.

Der Einleitung des Erfolgs-Systems wurde dieses Wort vorangestellt:

„Dass wir aus Gottes Liebe die Freiheit der Entscheidung haben, ist der Schlüssel aller Geheimnisse."

Damit ist ausgedrückt, dass diese Freiheit gottgewollt und auch erreichbar ist. Den Weg dahin in leicht verständlicher und wirklich gangbarer Weise für jeden Menschen zu ebnen, ist die Aufgabe des Werkes.

Frage: Und wie wird diese Freiheit für die Freunde der positiven Lebensführung spürbar und erlebbar?

Antwort: In dem großen Glück, das Freiheit vom Zwang bedeutet, sobald man

erst einmal davon gekostet hat! In der Entwicklung von der Person zur Persönlichkeit, ganz im Sinne unseres großen deutschen Dichter-Philosophen Johann Wolfgang von Goethe:

„Volk und Knecht und Überwinder, sie gesteh'n zu jeder Zeit: Höchstes Glück der Erdenkinder ist nur die Persönlichkeit."

Frage: Und was ist der praktische Wert des Erfolgs-Systems für die Meisterung des Lebens und damit auch für den Alltag, so wie ihn jeder Tag für Tag durchlebt?

Antwort: Uns selbst und allen zur Freude und zum Segen zu wirken, denen wir auf der Bahn dieses Lebens als Mensch verpflichtet sind: **Dass sich das Leben lohnt, für uns und für alle, die wir lieben!**

Geistige Voraussetzungen zur besten Auswertung dieses Lebensbuches

„Was ist das Schwerste von allem?
Was Dir das Leichteste dünkt, mit den Augen zu sehn,
was vor den Augen Dir liegt.“
(Johann Wolfgang von Goethe)

Es ist eine psychologische **Tatsache** dass wir eine Sache oder die näheren Umstände, die mit einer Sache zusammenhängen, aus ganz bestimmten fest liegenden Gründen nicht begreifen können, wenn wir Schwierigkeiten mit dem geistigen Erfassen haben. Und weil wir die Sache oder die Umstände einer Sache oder auch deren Wichtigkeit nicht begreifen bzw. nicht erfassen, wir demzufolge dann auch nicht in der Lage sind, die sich daraus ergebenden Konsequenzen zu ziehen, oder das zu tun, was wir im Interesse unseres Erfolges oder Lebensglückes usw. tun müssten.

Wie man sieht, lieber Leser, eine hoch wichtige Angelegenheit und ernsthaftester Sammlung wert, um Licht in sie hineinzubringen. Überhaupt ist es das Hauptproblem menschlichen Versagens und geistiger Kurzsichtigkeit und Beschränktheit und darum auch die eigentliche Ursache dafür, weshalb es immer nur einigen Menschen gelingt, das Leben wirklich zu meistern und sich und anderen zur Freude zu gestalten. Und das gilt nicht nur für den Lebenserfolg und den Fortschritt des Einzelnen, sondern in gleicher Weise auch für den Erfolg der Allgemeinheit. Wiederholen wir: Es ist die Tatsache, dass wir eine Sache oder die Umstände einer Sache oder deren Wichtigkeit aus ganz bestimmten festliegenden Gründen nicht begreifen können.

Bitte verweilen Sie einen Augenblick bei dem Wort **können**. Sie bemerken, dass es fett gedruckt ist. Es kommt also nicht auf den Willen, **die Bereitschaft zum Begreifen** an, sondern auf eine vorhandene **Unfähigkeit**. Und es wird weiter gesagt, dass diese Unfähigkeit ganz bestimmte und zwar festliegende Ursachen habe.

Wer hier den Dingen nicht auf den Grund geht, wird annehmen, dass es sich um gehirnorganische Ursachen handelt, z. B. mangelnde Befähigung zum logischen Denken oder einfach um einen Intelligenzmangel auf Grund eines schwachen Kopfes.

Es hat den Anschein, als ob es so wäre, besonders deshalb, weil der Großteil der Menschen während seines ganzen Lebens in dieser Schwäche verharrt. Aus dieser Annahme resultiert auch die Auffassung von der „Dummheit" der Masse. Aber der Schein trügt auch hier, von Ausnahmen abgesehen.

Wo aber liegen dann die Ursachen für das geistige Versagen so vieler Menschen? Zunächst einmal in der mangelnden Übung derjenigen Gehirnorgane, die für die Intelligenzleistungen des Geistes entscheidend sind. Die Anlagen zur Befähigung sind da, aber nur wenige kümmern sich bewusst um ihre Erweckung und sorgfältige Ausbildung. Zumeist versagen hier schon die Kinderstube und die Schule. Aber das ist keineswegs das Wichtigste, weil die Entwicklung im Allgemeinen doch so verläuft, dass es zumindest zu einer schwachen Betätigung der Kräfte der Logik und des Erkennens kommt. Und wenn das Elternhaus und die Schulerziehung sehr versagt haben, so sorgt später der Existenzkampf dafür, dass man wenigstens so klug wird, um sich in den praktischen Fragen des Lebens aus eigener Kraft zurechtzufinden. **Man lernt dann aus der Erfahrung**, die unentwegt Anschauungsbeispiele dafür gibt, wie man es machen muss, um existieren zu können.

Allerdings, was als Gesamtprodukt dabei herauskommt, das ist ja gerade das, was wir vom Standpunkte unserer Lehren aus als unzulänglich erkennen. **Es ist der Alltagsmensch, der Mensch der Masse, der Mensch mit einseitiger Intelligenz, der wohl überall dort zu gebrauchen ist, wo er Gelegenheit hatte, sich in eine Sache einzuarbeiten, dort jedoch versagt, wo ein größerer Horizont und eine größere**

geistige Selbständigkeit erforderlich sind, ganz zu schweigen von den Mängeln im eigenen Urteil, in größerer Logik und höherer Vernunft.
Aber wie gesagt, das ist zunächst auf eine mangelnde Übung derjenigen Gehirnorgane zurückzuführen, die für die Intelligenzleistungen des Geistes entscheidend sind. Es wurden an diese Organe von früh auf keine Anforderungen gestellt, deshalb mussten sie schwach bleiben, ebenso wie die Beine und Arme schwach bleiben, wenn diese nur wenig gebraucht werden. Zumeist ist das außerdem weniger eigene Schuld als vielmehr die Schuld des ganzen Umwelteinflusses von Jugend auf, der bei der Mehrzahl der Menschen so ist, dass er wohl die allgemeinen Fähigkeiten zum Bestehen im Daseinskampf fördert und entfaltet, nicht aber die höheren Funktionen des Geistes.
Noch klarer: Man wurde einfach nur zum Durchschnittsmenschen erzogen und eine Ausnahme von dieser Regel bildet nur, wer später aus eigener Kraft darangeht, diese Vernachlässigung der Erziehung zu überwinden. Der weitaus größte Teil der Menschen tut das aber nicht, vor allem deshalb nicht, weil sich nie eine Anregung findet, die so stark ist, dass die in vielen Jahren eingelaufenen Denkbahnen wirklich verlassen werden. Es tritt hier die ganze Summe der Hemmungen und Komplexe in Erscheinung, die dem Durchschnittsmenschen das Höherstreben so verbauen und so unmöglich machen und wodurch man erst gar nicht einmal versucht, dem Leben eine Wende zum Aufstieg zu geben, ganz davon abgesehen, dass schon hierfür die Fähigkeit zur **Einsicht** fehlt, denn jedes Vorwärtsstreben setzt ja voraus, dass man dazu ernsthaft den guten Willen hat.

Doch nun zur Hauptsache: Selbst wenn man den besten Willen hat, seine geistige Verfassung zu ändern und deshalb auch die klare Einsicht, dass man nur mit einem intelligenteren Geiste größere Erfolge im Leben haben kann, so kommt man doch nicht vorwärts, wenn man dabei versucht, ohne die Kenntnis der dabei obwaltenden Gesetze des geistigen Lebens auszukommen. Und hier nun zeigen sich die eingangs erwähnten bestimmten und festliegenden Gründe, warum man eine Sache oder die Umstände einer Sache oder deren Wichtigkeit nicht begreifen kann.
Wer diese Gesetzmäßigkeiten des geistigen Lebens nicht kennt, der bemüht sich vergebens, den Totpunkt zu überwinden, der in den höheren Intelligenzleistungen besteht, der kommt selbst bei bestem Willen nicht vorwärts im Erkennen, denn es entsteht in ihm nicht die Initialzündung im Bereiche des inneren Sehens, die kommen muss, wenn es in einer Sache oder beim Begreifen eines Zusammenhanges zum wirklichen Verstehen und Erfassen kommen soll.
Wir kommen uns näher, wenn wir hierbei an eine Alterserkenntnis Goethes erinnern und diese in ihrer ganzen Tiefe und Tragweite zu durchdringen versuchen. Goethe sagt: ***„Ich habe siebzig Jahre dazu gebraucht, um lesen zu lernen."***
Wir fragen uns, wie ist das möglich bei so einem Titanen des Geistes, wie er es war? Und wenn das dieses Genie an Erkenntniskraft und hoher innerer Schau von sich behauptet, wie viel mehr müssen dann erst wir den Geheimnissen des Lesens nachspüren, um auch einmal zum richtigen Erfassen dessen zu kommen, was an Weisheit und Erkenntnis im geschriebenen Wort bzw. in der Sprache liegt.
Hier nun zeigen sich entscheidende Gesetze der menschlichen Intelligenz: Ohne

das Wissen um diese Geheimnisse sind wir selbst bei bestem Willen unfähig, das aus einem Satz, gleich ob dieser gehört oder gelesen wird, herauszuheben und in unserem Erkenntnisringen zum Leben zu erwecken, was tatsächlich darin enthalten ist.
Darauf aber kommt es an, wenn wir eine Sache oder deren Umstände wirklich ihrem Grunde und ihrem ganzen Gehalte nach erfassen wollen. ***„Wir haben Augen zu sehen und sehen doch nicht! Wir haben Ohren zu hören und hören doch nicht!"***
Und das bezieht sich auf alles, was sich der bisherigen Erfahrung entzog, in Sonderheit auch auf alle Gesetze und Lehren zur Meisterung des Lebens. Man hört und sieht nur Wörter, nichts als Wörter, und wenn man ihre Bedeutung ermisst, so geschieht das zumeist unbewusst und allein nach den bisherigen Meinungen und Gedankengängen, die man in einer Sache bisher hatte.
Das beweist, dass der Geist nicht frei ist in der Entwicklung seiner Denkprodukte und dass das Denken Abläufen untersteht, die sich ganz nach den bisherigen Einsichten richten.
Alles, was diesen Einsichten nicht gemäß ist, wird entweder nicht erfasst oder falsch erfasst und bleibt deshalb seiner wahren Natur nach vor unserem Erkenntnisvermögen im Dunklen.

Machen wir uns die **Mühe**, eine Sache immer und immer wieder unserem Geiste vorzustellen, unsere Aufmerksamkeit immer wieder von Neuem auf die gleiche Sache hinzulenken, dann entdecken wir nach und nach auch ihren **Kern**.
Aber das tun wir nicht. Einmal, weil wir dessen sehr schnell müde werden, zum andern, weil wir glauben, wir wären dem Kern schon längst nahe. Hieraus erklärt sich auch das Phänomen, warum die Teilnehmer meiner Einführungskurse in die Kunst der positiven Lebensführung nach einigen Tagen meiner persönlichen Unterweisung plötzlich wie geblendet sind von der Fülle der neuen Lichtblicke für einen erfolgreichen Lebensaufbau, die sie vor dem, während sie für sich allein unsere Lehren studierten, überhaupt nicht hatten.
Man sah buchstäblich den Wald vor lauter Bäumen nicht, aber nicht deshalb, weil man nicht befähigt war zum richtigen Erkennen, sondern allein, weil man es falsch machte.
Das **innere Licht** ging nicht auf, das immer aufgehen muss, wenn ein neues Begreifen über uns kommen soll. Aber so geht es uns nicht nur beim Studium der Lebenskunst, sondern grundsätzlich bei allem, was wir hören und lesen: Man bleibt dumm und unwissend, wenn der Groschen nicht fällt!
Nur wenige wissen, dass hier der Volksmund etwas sagt, was eines der größten **Geheimnisse des Könnens** enthält. **Es kann einfach keine Erleuchtung in einer Sache kommen, wenn die Voraussetzungen dazu nicht erfüllt sind!**

Folgerung: Einsicht in einer Sache ist davon abhängig, ob wir wirklich klar sehen! Aber Klarheit besteht nicht dann, wenn wir logisch, richtig, gesetzmäßig, einer Sache restlos entsprechend, den ganzen Zusammenhang eines Denkprozesses lückenlos überschauen.
Es ist erforderlich, dazu nicht nur von jeder **Selbsttäuschung** frei zu werden, sondern vor allem zu **wissen,** wie sehr wir bei allen Erkenntnisprozessen von der Selbst-

täuschung gelenkt und beeinflusst werden. Aber nicht, weil wir es wollen, wir, die wir uns vielleicht für nicht genügend begabt halten, sondern allein, weil die Gesetzmäßigkeiten im Geistesleben es so wollen. Hier liegt der Schwerpunkt! Einfach im Walten geistiger Gesetze, keineswegs in unserer mangelnden Begabung!

Kehren wir zum besseren Verständnis zu Goethe zurück: Wenn er sagt, dass er siebzig Jahre seines Lebens dazu gebraucht habe, um lesen zu lernen, so sagt er das nicht ohne ganz zwingenden Grund.
Ganz bewusst stellt Goethe damit die riesenhaften Schwierigkeiten heraus, die unser Geist hat, wenn er einen Gedankengang wirklich so erfassen will, wie dieser tatsächlich und ursprünglich gemeint ist. Was für andere Schwierigkeiten aber könnten das sein, als eben die Tatsache, dass die Voraussetzungen zum richtigen Erfassen einer Sache unbedingt erfüllt werden müssen, um unserem Geiste das Begreifen zu ermöglichen.
Man muss sich hüten, die Feststellung dieses so genannten Zwangsablaufes oberflächlich hinzunehmen, vielmehr muss man hierauf seine ganze geistige Arbeit einstellen, denn nur dann gelingt es uns, diese Voraussetzungen zu vollwertiger und damit bestmöglicher Arbeit des Geistes zu erfüllen.

Nun, und was sind das für Voraussetzungen? Zunächst die Erkenntnis, dass unser Geist nicht wir sind, sondern dass er ein Werkzeug unserer Seele ist, ein Mechanismus, eine Apparatur, ein Betrieb, dennoch aber selbsttätig in seiner Funktion – zumindestens in den meisten Fällen.
Diese Apparatur kann wunderbar arbeiten, wenn wir sie klug zu handhaben wissen, sie arbeitet stümperhaft, wenn wir stümperhafte Bediener dieser Anlage sind. **Leider ist es der Mensch zumeist, daher sein Versagen!**
Wann ist man nun ein kluger **„Bediener"? Wenn man die Anlage, diesen inneren Betrieb bis in alle Einzelheiten kennt und daher weiß, wie er funktioniert und wie viel er zu leisten vermag.** Also einwandfreie Betriebs- und Sachkenntnis als Oberstes und natürlich eingeschlossen alles Wissen um die Mitarbeiter und deren richtigen Einsatz und richtige Behandlung.
Oh, wie kläglich steht es in allen diesen Punkten bei der „Werkstatt der Seele", dem Betriebe unserer geistigen Arbeit! Alles kann hier unmöglich auf einmal gesagt werden, darum nur das ganz Entscheidende:
Erkennen ist das Ergebnis eines geistigen Bauprozesses. Gebaut wird in der **Werkstatt der Seele**, dort waltet der Geist richtig wie ein Baumeister. Dieser Baumeister, das Unterbewusstsein - Werkstatt der Gedanken und Gefühle und Baumeister in einem - handelt in mehrfachem Auftrag, im Auftrag der Natur, die ein Wesen aus uns machen will, das immer besser und vollkommener ein lebensfähiges, kluges und intelligentes Geschöpf wird; im Auftrag unserer Umwelt, die eine bestimmte Artung mit schicksalhafter Wirkung erzeugt; im Auftrag bestimmter **Ideen**, die in uns Macht gewonnen haben - positive wie negative - und schließlich in unserem **eigenen Auftrag,** sofern wir schon soweit sind, dass wir unserem Geiste bzw. unserem inneren Baumeister Aufträge erteilen können, und ganz einerlei, ob dies bewusst oder unbewusst geschieht.

Nun die Frage: Wie arbeitet der innere Baumeister bzw. wie werden die Erkenntnisgebäude erzeugt? Antwort: Ganz genau so, wie man gebaute Dinge aller Art aus Holz, Stein, Metall usw. entstehen lässt.
Also aus Bausteinen! Bei Erkenntnisgebäuden, gleich, ob klein oder groß, bestehen diese Bausteine aus den Einzelheiten unseres **Wissens**. Diese Einzelheiten sind Teilerkenntnisse der jeweils größeren Erkenntnisse bzw. Einsichten.

Nun das Grundsätzliche: Genauso, wie ein Baumeister nichts fertig bringen kann, solange er keine Ahnung hat, was die einzelnen Teile bedeuten oder wo sie hingehören, genau so ist auch der **Baumeister unserer Ideen und Erkenntnisse** nicht in der Lage, mit irgendeinem Wissen etwas anzufangen, solange er über die Einzelheiten dieses Wissens nicht ganz genau im **Bilde** ist.
Für die Geistestechnik ist das gleich bedeutend mit **Begriffsklarheit!** Entscheidend ist dabei aber die Tatsache, dass die Erkenntnisvorgänge unter der Schwelle unseres Bewusstseins, richtiger unseres Oberbewusstseins ablaufen. Dadurch wissen wir gar nicht, wann Begriffsklarheit besteht oder nicht!
Wir erleben immer nur das Ergebnis der inneren Prozesse, ähnlich wie wir Gesundheit oder Krankheit immer nur im Resultat empfinden, also als Wohlbefinden oder als Unbehagen bzw. Schmerz.
Und hierin gerade besteht die Riesengefahr, dass wir eine Sache nicht erfassen und uns eine wichtige Angelegenheit nicht bewusst wird. Es kommt hinzu, dass Begriffsklarheit im Einzelnen auch noch nicht ausreicht, um durch einen neuartigen Gedankengang hindurchzufinden. Dazu muss noch **Zielklarheit** kommen bis ins letzte Detail einer Sache, die als Bauplan einer neuen Erkenntnis für den inneren Baumeister dient.
Wir verstehen darunter den ersten schöpferischen Erkenntnisvorgang, die erste Stufe der Klarsicht zum logischen Erfassen eines Gedankens. Und wenn das erreicht ist, dann die Klarsicht auch für die weiteren Stufen. Und das nicht für unser oberbewusstes Denken, sondern in erster Linie für das Arbeiten der inneren Kräfte. Also erst, wenn dem Unterbewusstsein die Details einer neuen Sache völlig klar sind, und sowohl hinsichtlich der Begriffs- wie der Zielklarheit, vermag der innere Baumeister daraus das wirkliche Erkennen, das tatsächliche Verstehen einer Sachlage, die wahre Bedeutung einer Sache usw. sichtbar zu machen.

Und was ergibt sich hieraus? Dass wir wirklich erst lernen müssen, geistig richtig zu arbeiten und das unter voller Berücksichtigung dieser Gesetzmäßigkeiten. Und die **Praxis**? Dass wir diese Voraussetzungen erfolgreicher Arbeit des Unterbewusstseins bzw. der Erkenntnisapparatur streng beachten müssen! Das bedeutet eine ganz beträchtliche Verlangsamung unserer geistigen Arbeit, und die allein dadurch möglich werdende Vertiefung und Verstärkung der Bemühungen, die auf oberbewusstem Wege zur Begriffs- und Zielklarheit führen.

Beim Lesen heißt das z. B: Verweilen bei jedem Wort, das uns in seiner Bedeutung nicht völlig klar ist. Dem geht aber voraus, dass wir jedes einzelne Wort überhaupt **bemerken!**

Worauf unsere Augen gerichtet sind, das muss uns tatsächlich bewusst werden. Das geht nicht ohne **gründliche Betrachtung** und **Verweilen** bei einer Sache. Wie wir im Auto und Flugzeug an allen Feinheiten und besonderen Einzelheiten einer Landschaft vorbeirasen und dadurch nur das Wichtigste in uns aufnehmen und überhaupt bemerken, so ist es auch in den Bezirken des Erkennens. Hier sitzt die Wurzel allen Übels im geistigen Versagen: **Die Ursache unserer Dummheit und unseres Versagens ist oft nur unsere Oberflächlichkeit!**
Wir arbeiten dadurch nicht nach den Gesetzen des geistigen Lebens. Wir nehmen wohl geistiges Baumaterial aller Art in uns auf, aber es wird nicht beseelt, nicht zum Leben erweckt. **Totes Wissen aber ist zu nichts nütze,** und weil es so ist, kommt es, dass wir glauben, wir seien unbegabt und unfähig für höhere geistige Leistungen, während in Wahrheit unser Können nur klein bleibt, weil wir mit der Apparatur unseres Geistes nicht erfolgreich umzugehen wissen.

Machen Sie eine Probe aufs Exempel, lieber Leser, mit diesem Abschnitt unseres Buches. Machen Sie sich die Mühe, diese Arbeit ganz und gar geistig zu verdauen! **Lesen Sie ganz langsam Satz für Satz und immer wieder von Neuem auch die vorangehenden Sätze und geben Sie nicht früher Ruhe, bis Sie in jedem Punkt wirklich ganz klar sehen.** Tun Sie das, so erzielen Sie ein ganz erstaunliches Resultat, und das wird Ihnen dann eine Wegweisung sein für das gesamte Studium dieses wichtigen Lebensbuches.
Denken Sie immer wieder dabei an Goethe und seine Aussage über das Lesen. Lassen Sie sich nicht verführen vom Schein! Es ist anders als wir glauben, wir unterliegen der **Selbsttäuschung**! Und es ist die reine Wahrheit, was ich hier schreibe, gewonnen aus langer, langer Erfahrung mit abertausenden von Menschen!

Friedrich Rückert prägte in seiner „Weisheit des Brahmanen" eine Erfolgslehre ganz besonderer Art, an die wir uns gar nicht oft genug erinnern können. Diese Lehre heißt: ***„Wer da sitzet in dem Röhricht und sich nicht da eine Pfeife schneidet, der ist töricht."***
Also auf zum „Pfeifenschneiden", auch jetzt beim Studium der Wissenschaft von der Lebensbemeisterung. Lassen Sie uns schon hierbei gleich so vorgehen, wie es später immer der Fall sein wird, sobald Sie erst das Kapitel über die „geistige Arbeit des positiven Menschen" durchgearbeitet haben. Das entspricht den Konsequenzen, die sich aus den vorstehenden Ausführungen ergeben und führt zur Erfüllung der geistigen Voraussetzungen zur besten Auswertung unseres Lebensbuches.
Hier ist die Praxis dazu: Lesen Sie jeden Satz **sprechdenkend** und arbeiten Sie dabei mit Farbstiften!
Sprechdenkend lesen, das heißt, die Wörter eines Satzes so genau zu erfassen, als wenn wir sie Wort für Wort langsam vorlesen und einem Zuhörer erklären müssten, der sehr schwer begreift, was gemeint ist.

Achtung! Nur in der Umsetzung eines fremden Satzgefüges in die eigene geläufige Ausdrucksweise, den eigenen Stil, die eigene Darstellungsart ruht die Gewähr, dass neue Begriffe bzw. der Inhalt neuer Gedankengänge tatsächlich so erfasst werden,

wie sie tatsächlich gemeint sind. Die Sprache ist nur ein Hilfsmittel der Bewusstmachung unserer eigenen Gedanken in der Seele eines anderen Menschen. Ob wir uns wirklich mit ihm verständigen können, hängt davon ab, ob eine **Übereinstimmung** in der Begriffs- und Zielklarheit durch unser Sprechen erzielt wird. Deshalb nochmals: **sprechdenkend** lesen und zur Herausarbeitung aller wichtigen Lehren, Gedanken und Betonungen mit farbigen Unterstreichungen arbeiten.

- **Rot** unterstreicht man am besten, was für die charakterliche und geistige Ertüchtigung wichtig ist, also alles, was mit dem positiven Denken, der Steigerung der Intelligenz und der geistigen Leistungsfähigkeit im Zusammenhang steht.
- **Grün** wäre dagegen alles zu unterstreichen, was durch rein körperliche Vorgänge für den Lebenserfolg entscheidend ist, z. B. Lehren für die Gesundheit, die Nervenkraft usw.
- **Blau**, die Farbe der Harmonie, ist gut für alles zu verwenden, wo es um seelische Dinge geht, um das Glück unseres Daseins, um das Verstehen mit unserer Umwelt, um den inneren Frieden, das Vertrauen zum Schöpfer usw.
- Auch **Doppelunterstreichungen** können sehr gut der Herausarbeitung von Maximen dienen.

Wichtig ist, dass Sie bei dieser Arbeit sauber vorgehen. Ein solches Studium verlangt viel Liebe zur Sache, aber das kommt nicht nur dem Erfassen des Stoffes, sondern auch seiner Verankerung im Gedächtnis zugute, weil es unbewusst zu stärkerer geistiger Sammlung führt.
Sie müssen so arbeiten, dass Sie nach der ersten allgemeinen Durcharbeit des Werkes, die zunächst einmal erfolgen muss, später an Hand Ihrer Unterstreichungen sofort wissen, was in einem bestimmten Abschnitt des Buches über eine bestimmte Lehre oder Erfolgseinstellung gesagt ist.
Das Erfolgs-System, das ja Ihr Erfolgs-System ist, entfaltet nur dann seine volle Wirksamkeit, wenn es in Ihnen, meine verehrten Leser und Leserinnen, zu leben beginnt. Das ist nur möglich, wenn Sie sich den vielseitigen Stoff mit wissenschaftlicher Gründlichkeit erarbeiten.
Wie selten sonst sitzen Sie hierbei wahrhaftig mitten im Röhricht, denn was kann es Klügeres und Schöneres geben, als aus dem eigenen Leben durch bewusste positive Lebensführung ein ganzes und rechtes **Meisterwerk zu machen.**

Jetzt zum Abschluss dieser Wegweisung noch einmal Goethe, der wie kaum ein anderer uns Mut macht, den Bau eines glückhaften Lebens ganz aus der eigenen Kraft anzupacken: Meine besten Wünsche begleiten Sie hierbei, mein verehrter Leser und meine verehrten Leserinnen und Leser. **Der Erfolg ist sicher!**

„Des Menschen größtes Verdienst bleibt wohl,
wenn er die Umstände so viel als möglich bestimmt
und sich so wenig als möglich von ihnen bestimmen lässt.

Das ganze Weltwesen liegt vor uns
wie ein großer Steinbruch vor dem Baumeister,
der aber nur dann den Namen verdient,
wenn er aus diesen zufälligen Naturmassen
ein in seinem Geiste entsprungenes Urbild
mit der größten Ökonomie, Zweckmäßigkeit und Festigkeit zusammenstellt.

Alles außer uns ist nur Element,
ja, ich darf wohl sagen, auch alles an uns;
aber tief in uns liegt diese schöpferische Kraft,
die das zu schaffen vermag, was sein soll,
und uns nicht ruhen und rasten lässt,
bis wir es außer uns oder an uns auf eine oder die andere Weise
dargestellt haben.“

(Goethe in Wilhelm Meister)

Bergaufwärts

„Wie komm ich am besten den Berg hinan?
Steig nur hinauf - und denk nicht dran!
Drum hurtig auf den Weg gemacht; eh du's versiehst,
hast schon das Größte du vollbracht!“

Jeder, der sein Leben bewusst gestalten will, hat sich zuerst die Frage vorzulegen, ob denn überhaupt der Erfolg, richtiger das **Erfolggestalten,** erlernbar ist. Diese Frage ist unter allen Umständen **bejahend** zu beantworten.

Der Erfolg ist unbedingt erlernbar, aber man muss den richtigen Weg gehen!

Beweis: Jeder persönliche Erfolg, d. h. jeder Erfolg, der durch unsere eigene, also persönliche Wirkung entsteht, gründet sich auf ein ganz bestimmtes Verhalten unseres geistigen, seelischen und körperlichen Menschen. Ist dieses Verhalten **richtig**, also den Forderungen des Erfolges entsprechend, so **muss** einfach der Erfolg in Erscheinung treten. Demzufolge gibt es eine ganz einfache Formel für den Erfolg, die man sich ganz fest einprägen muss und die den Ablauf des ganzen weiteren Lebens zu bestimmen hat.

Diese Erfolgsformel muss in Ihnen lebendig werden, dass sie immer vor Augen steht!

Diese Formel heißt:
Richtigmachen = Erfolg!
Falschmachen = Misserfolg!

Auch dem einfachsten Menschen wird es einleuchten, dass diese Formel das oberste und zugleich eisernste Gesetz des Erfolges darstellt und dass man einfach um so erfolgreicher sein muss, je mehr man sein ganzes Leben und Streben darauf aufbaut.

Wieweit das geschehen kann, entscheiden die nächsten Fragen. Zunächst gilt es noch folgendes ganz klar zu erkennen: **Wenn der Erfolg davon abhängig ist, ob wir irgendetwas richtig oder falsch machen, so muss der Erfolg die Wirkung einer Ursache sein.** Und was beweist das? Dass der Erfolg dem Gesetz von Ursache und Wirkung untersteht.

Jede Wirkung hat seine Ursache!

Diesem Gesetz gilt es sich zu beugen, und zwar bedingungslos und soweit wir überhaupt dazu in der Lage sind. Bitte, halten Sie fest: Dieses Gesetz heißt das Gesetz der Kausalität, bzw. das Kausalitätsgesetz. Der Name kommt vom lateinischen **„Causa“,** d. h. ursächlich, begründend. Kausalität heißt Ursächlichkeit, das Verhältnis der Ursache zur Wirkung, das zwischen zwei im Kausalverhältnis stehenden Objekten oder Erscheinungen besteht.

Der Erfolg ist etwas ganz Gesetzmäßiges.

Der Erfolg ist also etwas Gesetzmäßiges, und das oberste aller Erfolgsgesetze, dem jedes andere sich einzufügen und unterzuordnen hat, ist das Kausalitätsgesetz. Hierzu sei jedoch gleich gesagt, dass dieses Gesetz keineswegs das oberste Ordnungsprinzip der Schöpfung ist, sondern vielmehr dessen Diener.

Es gibt Umstände, wo die allgemein gültige Kausalität durch höhere Kraftwirkungen plötzlich durchbrochen wird und allen Bedingungen der materiellen Welt zum Trotz das Wunder in Erscheinung treten kann. Dieser Fall ist jedoch die Ausnahme; die Regel ist die Kausalität.

Doch weiter zu unserer Beweisführung: Wenn also die Formel gilt: Richtigmachen = Erfolg; Falschmachen = Misserfolg, so müssen sich notwendigerweise zwei weitere Fragen ergeben:

- **Erste Frage: Was ist richtig und was ist falsch?**
- **Zweite: Wie kann ich das ausführen, was richtig ist?**

Die Beantwortung stellt zwei klare Erfolgsbegriffe in den Vordergrund: Wissen und Können! Folgerung: Weiß ich und kann ich das, was man zu tun hat, um Erfolg zu haben, so steht seiner bewussten Gestaltung nichts mehr im Wege.

Wissen und Können entscheidet!

Hier nun, mein verehrter Leser, beginnt unsere Entwicklung: Die Erlangung eines möglichst umfassenden Erfolgswissens ist der Anfang. Der Weg zur Verwirklichung: **Die Entfaltung des persönlichen Könnens.**

Oberste Forderung: Gedankenklarheit!

Was wir beginnen, wollen wir richtig machen. Darum muss auch unser Weg zum Erfolg mit der Ordnung unserer Gedanken beginnen. Der Lebenskünstler und Lebensformer gleicht einem Baumeister: Zuerst sorgfältige Sichtung des Baumaterials. Und dann ein Aufbau, der allen Belastungsanforderungen standhält unter Zugrundelegung eines wohlüberlegten und genau berechneten Bauplanes, so hat die Erfolgsgestaltung vor sich zu gehen.

Um unsere Ziele sicher, gleichzeitig aber auch so leicht wie möglich zu erreichen, handeln wir gleich zu Beginn unserer Entwicklung nach folgendem Grundsatz der Erfolgs-Praxis:

Dieser Grundsatz der Erfolgspraxis muss in allen Überlegungen zur Anwendung kommen!

Versuche alles zu tun, was den Erfolg erleichtert und vermeide alles, was ihn unnötig erschwert!

Dies besagt, dass wir in jedem entscheidenden Falle die Voraussetzungen eines Erfolges untersuchen, und zwar von allen Seiten. Je gründlicher und gewissenhafter wir dabei vorgehen, um so schneller kommen wir zum Ziele. Es ist wahr, dass der Großteil aller Misserfolge nur auf Fehler zurückzuführen ist, die wir aus mangelnder Überlegung machen. Richtig überlegen zu können, ist daher eine der wichtigsten Erfolgsfähigkeiten, und deshalb fordern wir als erstes auch Gedankenklarheit. Wir müssen genau wissen, was wir wollen, sonst kommen wir nicht zur Konzentration unserer Erfolgskräfte, die zwar in uns vorhanden sind, sich jedoch nur betätigen, wenn die genaue Richtung ihrer Betätigung festliegt.

In allem, was wir vorhaben, müssen wir uns vor Beginn restlos über das jeweilige Ziel klar sein!

Der Konzentrationsmangel vieler Menschen ist weder Nerven- noch Willensschwäche, sondern einfach nur **Ziellosigkeit**. Dies bezieht sich jedoch nicht nur auf die großen Ziele des Lebens, sondern genau so und erst recht auf alle kleinen. Das wird verständlich, wenn wir bedenken, dass selbst das größte Ziel nur erreicht werden kann, wenn nacheinander tausend, ja zehntausend kleiner und allerkleinster Ziele angestrebt und erreicht werden.

Konzentration fällt um so leichter, je klarer das Ziel ist.

Hier kommen wir gleich zu einer wichtigen Erkenntnis über den Kraftverbrauch bei der Konzentration, der stets um so höher sein wird, je größer die Zielunsicherheit Unsicherheit ist, in der wir uns befinden.
Zielklarheit vermeidet also unnötigen Kraftverlust. Deshalb überdenken Sie stets doppelt genau, was Sie wollen!

Praktische Anwendung: Mut fassen!

Mein verehrter Leser! Bevor ich Sie mit den Grundlagen des Erfolges bekannt mache, wollen wir gleich den ersten praktischen Schritt zur Gedankenklarheit unternehmen. Dieser Schritt heißt:
Schluss mit allem Grübeln und Resignieren durch einen dicken roten Strich hinter die ganze unfruchtbare Vergangenheit!

Vor heute an nur vorwärts schauen! Strich hinter die ganze unfruchtbare Vergangenheit!

Sie müssen Ihren Blick geradeaus richten lernen und dürfen nicht mehr auf Fehlschläge und Enttäuschungen zurückblicken, wenn Sie vorwärts wollen. Mut gefasst! Ein neuer Lebensabschnitt ist da, der viel, viel glücklicher verlaufen wird, als der hinter Ihnen liegende. Was gewesen ist, muss ein für alle Mal vorbei sein. Ab heute beginnt für Sie ein neues Leben, ab heute sind Sie ein positiver Mensch, der sich fest von dem Gedanken leiten lässt, seines Glückes Schmied zu sein!
Es liegt ganz in Ihrer Macht, Ihre Zukunft erfolgreich zu gestalten, deshalb heben Sie den Kopf hoch und wenden Sie den Blick nach vorn, rechnen Sie mit Ihrer Vergangenheit ab!

Das Kontrollbuch des Erfolges ist von größter Wichtigkeit!

Damit Sie diesen Strich hinter Ihre Vergangenheit immer vor Augen haben, ziehen Sie ihn nicht nur in Gedanken, sondern, und zwar in leuchtend roter Farbe, auch auf die erste Seite eines **Tagebuches.** Dieses Tagebuch wird das Kontrollbuch Ihres Erfolges. Genau wie ein Kassenbuch dem Geschäftsmann den Stand seiner Unternehmungen verrät und ihm ein Führer zum Geschäftserfolg ist, wird Ihnen dieses Tagebuch ein Führer zum persönlichen Erfolg sein. Näheres erkläre ich Ihnen später. Jetzt ist es mir nur darum zu tun, dass Sie sich einen freien Kopf schaffen, denn nur dann werden Sie meine nachfolgenden Ausführungen voll verstehen. **Freien Kopf also durch die Abrechnung mit der Vergangenheit!**

Sie werden bestimmt glücklich und erfolgreich, nur richtig handeln müssen Sie!

Dass Sie zu Ihrer Zukunft Vertrauen haben können, versteht sich von selbst. Ich bürge Ihnen dafür, dass Sie Ihr Leben in wunderbare, glückliche Bahnen lenken, wenn Sie nur tun, was mein Buch Ihnen sagt.
Stellen Sie sich vor, lieber Leser, ich hätte das Erfolgs-System nur für Sie allein geschaffen, hören Sie, für Sie ganz allein!
So will dieses Lebensbuch aufgefasst sein: als ein guter Freund, der aus reicher Erfahrung zu Ihnen spricht und es wirklich gut meint mit Ihnen.
Also nochmals: Vertrauen zur Zukunft!
Mut fassen! Es geht bergaufwärts, einem glückhaften, positiven Leben zu.

I. Teil
Die Grundlagen des Erfolges

Die wichtigste Grundlage des Erfolges ist Ihre Gesundheit.
Alles, was Sie zur Gesunderhaltung Ihres Körpers
tun könnten, sollten Sie unter allen Umständen tun.

„Erfahrung ist eine teure Schule, aber Narren wollen nur in dieser, und auch in ihr kaum etwas lernen, denn wir können den Menschen wohl guten Rat geben, aber wir können ihr Tun nicht leiten.
Wem nicht zu raten ist, dem ist auch nicht zu helfen, und wer der Vernunft nicht Gehör schenken will,
dem schlägt sie sicherlich mit dem Stock auf die Finger.“
(Benjamin Franklin)

Wir sagten: Richtigmachen = Erfolg! Falschmachen = Mißerfolg! Diese einfache und doch so wichtige Erfolgsformel leite auch unsere Einstellung zur Gesundheit. Ein gesunder Mensch wird nicht nur große Erfolge erzielen, sondern sich auch seiner Erfolge erfreuen dürfen.

Wenn Sie sich geistig nicht aufgelegt fühlen müssen Sie doppelt auf Ihre Gesundheit achten! Volle Spannkraft ist abhängig von körperlicher Gesundheit.

Deshalb muss es Ihr Bestreben sein, nicht nur gesund zu werden, sondern auch beim Ringen um den Erfolg gesund zu bleiben. Gesundheit soll und muss die Krone Ihres Strebens ein; denn was nützen alle äußeren Erfolge, wenn wir am Ende dabei krank werden. Erfolg soll Zufriedenheit bringen, und dazu ist Gesundheit unerlässlich. Gesundheit ist der größte Reichtum! Leider beachten das nur wenige Menschen, solange sie nicht krank waren.

Zu mir sind viele Leute gekommen, die mit materiellen Gütern reich gesegnet waren, nur eines fehlte ihnen: die Gesundheit! Alle sagten mir, dass sie gern den größten Teil ihres Vermögens hergeben möchten, wenn sie nur wieder gesund werden könnten.

Keine Angst vor organischen Leiden!

Sind Sie organisch krank, so suchen Sie, ohne erst lange zu zögern, einen tüchtigen Arzt auf; er wird Ihnen sagen, was Sie am besten zur Behebung Ihres Leidens tun können. Das kommt besonders dann in Frage, wenn es sich um innere Leiden handelt, die schon längere Zeit bestehen, ohne dass Sie etwas zu ihrer Beseitigung getan haben! Viele warten bis auf den letzten Augenblick und verschlimmern dadurch eine bestehende Krankheit. So manches Leiden, das den Tod im Gefolge führt, hätte beseitigt werden können, wenn es früh genug beachtet worden wäre.

Sind Sie **Nerven leidend** oder **seelisch** krank, so haben Sie Vertrauen zu diesem, meinem Werk. Es zeigt Ihnen den Weg zur Gesundung Ihrer Nerven und gibt Ihnen Ihre innere Ruhe wieder. Wenn ich beim Aufbau einer erfolgreichen Zukunft die Gesundheit in den Vordergrund stelle, so geschieht das, weil ich aus der Erfahrung weiß, dass der persönliche Erfolg nicht von außen, sondern von innen heraus erzielt werden muss. Die äußeren Mittel des Erfolges kommen erst an zweiter Stelle.

Der Erfolg muss zunächst und zuerst in der Idee geboren werden wie alles, was von Menschenhand bewusst geschaffen wurde, erst in der Idee entstand.

Vollkommene Ideen sind der Ausfluss eines folgerichtigen und tiefen Denkens!

Blicken Sie um sich: Alles was Sie sehen, entstand erst geistig, der Stuhl, auf dem Sie sitzen, wie auch das Haus, in dem Sie wohnen. So ist es mit allen Dingen, und so ist es auch mit Ihrem Erfolg, der letzten Endes nur die Verwirklichung Ihrer Gedanken ist.

Je vollkommener eine Sache werden soll, um so vollkommener muss auch die Idee sein. Vollkommene Ideen sind der Ausfluss eines folgerichtigen und tiefen Denkens! Folgerichtiges und tiefes Denken jedoch ist eine Folge von Konzentration.

Hieraus ergibt sich, dass die Konzentrationsfähigkeit - d. h. die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit willkürlich und ganz ohne Ablenkung auf eine einzige Sache zu lenken - auf die höchste Höhe gebracht werden muss. Hierzu führen ein bewusstes Leben, bestimmte Übungen und vor allem ein leistungsfähiges, starkes Nervensystem. Letzteres macht zur Bedingung, dass wir die Gesundheit der Nerven in Zukunft ganz besonders pflegen müssen.

Überanstrengung der Nerventätigkeit ist immer gleich bedeutend mit zu starker Verausgabung von Nervenkraft, deren Folge Konzentrationsmangel ist.

Der konzentrierte Mensch ist Herr seiner Gedanken, der zerstreute und nervöse ein Sklave seines Denkens.

Nervenkraft ist ein Produkt der biologischen Prozesse im Körper. Es ist alles zu beachten, was ihre Entwicklung notwendig macht. Dazu gehört die Pflege der körperlichen Gesundheit. Unser Körper ist eine Maschine. Wenn er auch die beste und widerstandsfähigste ist, so dürfen wir doch nicht vergessen, dass ihr gutes Funktionieren an Bedingungen gebunden ist.

Unser Körper ist eine Maschine. Je mehr wir ihn sorgsam pflegen, je größer ist seine Leistungsfähigkeit und seine Lebensdauer.

Von einer Maschine, die wir mit unserer Hand schaffen, verlangen wir nur dann eine gute Arbeit, wenn wir ihr eine gute Bedienung zukommen lassen. Das Gleiche gilt auch von unserer Körpermaschine.

Die Steigerung der Nervenkraft beginnt daher mit der Herstellung einer guten Allgemeingesundheit.

Wie sie wissen, setzt sich unser Organismus aus vielen Billionen kleinster Organismen, den Zellen, zusammen, die neben ihrer Nahrung, die aus dem Blute gezogen wird, in erster Linie Sauerstoff benötigen, um Abfallprodukte und Schlacken loszuwerden. Diesen biologischen Vorgängen haben wir neben anderen unsere Aufmerksamkeit zu schenken.

Genügend schlafen und möglichst vor Mitternacht!

Schlaf ist das beste Mittel zur Stärkung der Nerven.

Von besonderer Wichtigkeit ist der Schlaf. Die Zelle, vor allem die Nervenzelle, braucht genügend Zeit, um sich von der angestrengten Tätigkeit des Tages zu erholen. Diese Erholung und Neukräftigung schafft der Schlaf, aber nur tiefer und ausreichender Schlaf.

Schon vor vielen Jahren hat Professor von Krafft-Ebing festgestellt, dass das Existenzminimum des geistig Arbeitenden 7 Stunden Schlaf ist. Meine eigenen Erfahrungen sprechen für 8 Stunden. An dieser Erkenntnis müssen Sie festhalten und darum Ihren Tageslauf so einrichten, dass Ihnen wenigstens 7 Stunden Schlaf unter allen Umständen verbleiben.

Betrachten Sie Ihre Nervenkraft als etwas absolut Wichtiges und Wertvolles. Gehen Sie nicht mehr leichtsinnig darüber hinweg und

berücksichtigen Sie stets, dass von ihr der Erfolg und die Gesundheit abhängen.

Wuchern Sie mit Ihrer Nervenkraft.

Unter allen Umständen müssen Sie vermeiden, den Erfolg auf Kosten Ihrer Gesundheit zu erringen. Schlafen Sie nur 5 Stunden, so sammeln Sie beispielsweise für einen Euro Nervenkraft während des Schlafes, müssten aber, da Sie nicht genügend geschlafen haben, bei Ihrer Arbeit dafür einen Euro und einen Cent ausgeben. Sie wären ein schlechter Geschäftsmann, wenn Sie mit Ihrem Gelde so rechnen würden. Das Grundkapital kann noch so groß sein, durch diese Art Geschäftsführung muss es mit der Zeit aufgebraucht werden, was den Ruin des Geschäfts bedeutet. Im Blick auf die Nerven bedeutet das Erschöpfung der Nerven-kraft. **Leider ist der Mensch im Allgemeinen geneigt, nur mit seinem Gelde zu wuchern; hier aber sei gezeigt, dass Sie mit Ihrer Nervenkraft zu wuchern haben. Nervenkraft ist kostbarer als Geld, denn durch Nervenkraft können Sie Geld schaffen, nicht aber durch Geld – Nervenkraft!**

Den Körper gut pflegen!

Genau so wichtig wie ausreichender Schlaf ist richtige Körperpflege. Viele meinen, wenn sie sich morgens nach dem Aufstehen duschen, genüge das für den ganzen Tag. Andere, dass äußerliche Schönheitspflege ausschlaggebend sei. Unsinn natürlich, obwohl auch Äußerlichkeiten nicht vernachlässigt werden dürfen.

Zur richtigen Gesunderhaltung gehört aber noch mehr: Gymnastik, Atemübungen und, wenn möglich, auch hin und wieder der Besuch einer Sauna, sofern es das Herz verträgt, und selbstverständlich gehört dazu auch die Pflege des Magens und der Verdauungsvorgänge.

Auf die Darmtätigkeit achten!

Gesundheit kommt auch durch richtige Darmtätigkeit!

Störungen im Verdauungskanal sind von weit tragender Bedeutung. Unlust, gereiztes Wesen, Dumpfheit im Kopf, mangelnde Frische, schleichende Krankheiten und frühes Altern sind in vielen Fällen nur eine Folge schlechter Darmfunktion. Um diese Störung aufzuheben und zu vermeiden, muss für regelmäßigen Stuhl Sorge getragen werden.

Ein erprobtes Mittel ist frisches Wasser. Morgens nüchtern und abends kurz vor dem Schlafengehen ein Glas voll, schluckweise getrunken, hat sich vorzüglich bewährt.

Wenn es möglich ist, sollte man täglich eine Schale saure Milch genießen, wodurch nicht nur die Darmtätigkeit gefördert wird, sondern auch die im Darm in großer Menge vorhandenen Fäulnisbakterien durch die in der Milch enthaltenen Milchsäurebakterien bekämpft werden.

Fäulnisbakterien sind mit die schlimmsten Feinde des Körpers, da sie

durch ihre Stoffwechselprodukte den ganzen Körper vergiften können. Aus diesem Grunde ist auch der Genuss von Kefirmilch oder Yoghurt, erstere kann man sich selbst herstellen, sehr zu empfehlen, weil durch deren Genuss dem Darm Milchsäurebakterien in großen Mengen zugeführt werden. Wer durch längeren Genuss den günstigen Einfluss der Sauermilch auf die Gesundheit erkannt hat, wird sie als tägliches Nahrungsmittel immer beibehalten.

Viele Darmstörungen sind nervöser Art. Wie mancher andere Vorgang im Organis-mus unterliegt auch die Darmtätigkeit den Gesetzen der Gewohnheit. Vernachlässigt man bei Stuhldrang öfter den Darm, so ist es leicht möglich, dass sich dadurch Unregelmäßigkeiten einstellen.

Selbstverständlich ist auch die Ernährung von entschiedener Einwirkung. Richtige Auswahl der Speisen, heute etwas Schweres, morgen etwas Leichteres, trägt viel zur geregelten Funktion des Darmes bei. Nicht zu vergessen: frische Früchte! Nach der Mahlzeit ein Apfel hat schon manche Darmstörung beseitigt.

Früchte sind Lebensnotwendigkeiten!

Aber nicht nur für den Darm, sondern auch für alle anderen Organe ist regelmäßiger Genuss von Früchten von großer gesundheitlicher Bedeutung, so zum Beispiel für das Herz, dessen lebenswichtige Arbeit durch Herabminderung des Blutdruckes durch regelmäßigen Obstgenuss wesentlich erleichtert wird.

Schonen Sie Ihr Herz! Wenn es schwach wird, schwindet jede Lebenskraft.

Seinem Herzen muss man überhaupt besondere Aufmerksamkeit schenken, denn es ist nicht nur das edelste, sondern auch das meist beanspruchte Organ des Körpers.

Man bedenke einmal, welche ungeheure Arbeit das Herz während eines Menschenalters zu leisten hat. Tagaus, tagein pumpt es bei 60-70 Schlägen in der Minute jedesmal etwa 200 ccm Blut durch die Adern. Das macht in der Minute 13000 ccm, in der Stunde 780000 ccm und in einem Tage ...? in einem Jahr?

Um sich ein Bild von dieser enormen Kraftleistung des Herzens zu machen, braucht man sich nur einmal vorzustellen, dass durch die Arbeit des Herzens ein erwachsener Mensch innerhalb 8 Stunden hundert Meter hoch, also bis zur Spitze eines Kirchturms gehoben werden könnte. Dabei wiegt das Herz eines Erwachsenen kaum mehr als 300 Gramm.

Wenn man das weiß, wird es von selbst klar, dass man alles tun muss, um die Arbeit des Herzens möglichst zu erleichtern, da doch von ihm unser ganzes Dasein abhängt. Und deshalb muss man auch regelmäßig Obst essen, um den Blutdruck niedrig zu halten, denn erhöhter Blutdruck ist gleich bedeutend mit zu starker Inanspruchnahme der Herztätigkeit.

Nichts übertreiben!

Übertreibungen sind immer schädlich! Der positive Mensch ist nicht ängstlich, aber vorsorgend.

Ebenso muss im Interesse des Herzens vor Alkohol, Koffein und Nikotin gewarnt werden. Alle drei sind Feinde des Herzens, die seine Leistungsfähigkeit frühzeitig herabsetzen. Wenn es auch nicht notwendig ist, Abstinenzler zu werden, so soll man doch auf Mäßigkeit achten, und natürlich vor allem, wenn regelmäßig geraucht und getrunken wird. Ein großer Teil aller Herz- und Nervenleiden und manche andere Störung des Organismus kommt auf das Konto dieser Gifte. Deshalb sage man nicht: Ich fühle mich gesund und kann rauchen und trinken, soviel ich will und ohne Schaden für meinen Körper. Das ist eine überaus leichtfertige Einstellung, denn die dem Körper durch übermäßiges Rauchen oder Trinken zugeführten Stoffe wirken selten unmittelbar und gleich auffällig. Es sind schleichende Gifte, die ganz allmählich die Gesundheit untergraben und deren Wirkungen sich mitunter erst nach Jahren zeigen. Vorbeugen ist auch hier besser als heilen! Sind erst einmal Herz und Nerven geschädigt, so fällt es schwer, die alte Gesundheit wieder ganz herzustellen.

Von Schaden für das Herz sind auch wiederholte körperliche Überanstrengungen, z. B. forcierte sportliche Übungen oder ähnliches.

Wesentliche Faktoren, die das Herz in seiner gleichmäßigen und harmonischen Tätigkeit störend beeinflussen, sind außerdem Aufregung und Hast. Denken Sie an das lustige Wort: ***„Raste nie, doch haste nie, sonst haste die Neurasthenie!“***

Darum: Immer mit der Ruhe in allen Dingen, wenn Sie sich Herz und Nerven gesund erhalten wollen!

Aufregung ist immer unnötig und Ärgern ist Unfug!

Wer sich über jede Kleinigkeit aufregt, nicht in Ruhe seine Mahlzeiten einnimmt, braucht sich nicht zu wundern, wenn der Arzt eines Tages ein Herzleiden konstatiert. Wie man innerlich ruhig wird und sich seine Ruhe trotz Nerven aufpeitschender Umstände erhält, werde ich Ihnen später genauer zeigen.

Gesundheit und Lebensmut durch Bewegung!

Körper und Seele stehen in Wechselbeziehung. Durch körperliche Aktivitäten entwickeln Sie gleichzeitig Tatkraft und Selbstvertrauen.

Der Mensch braucht Bewegung, besonders wenn er den ganzen Tag am Schreibtisch oder mit einseitiger Arbeit zubringen muss. Es ist von unschätzbarem Wert, dass sich immer mehr Menschen für körperliche Aktivitäten interessieren. Um die Ansprüche des Körpers auf Kraftbetätigung zu erfüllen, ist es nicht notwendig, Mitglied eines Turn- oder Sportvereins zu sein, man kann auch ganz für sich allein genügend tun, um sich die Leistungs- und Widerstandsfähigkeit des Körpers zu erhalten. Aber Bewegung muss sein, denn im Organismus kommt es sonst zu Stauungen von schlechten Stoffen vieler Art, was nicht zuletzt durch genügende und regelmäßige Bewegung verhütet wird. Außerdem wird der Muskelapparat nur dann leistungsfähig bleiben, wenn er dauernd und kräftig genug gebraucht wird.

Von hervorragendem Einfluss auf die Gesundheit und auch auf die Gemütsverfassung ist die Gewöhnung an eine aufrechte, also gerade Körperhaltung. Das ist eine der besten Übungen, deren Wirkung niemals ausbleibt. Achten Sie darauf, dass Sie sich nie gehen lassen, weder beim Sitzen noch beim Gehen! Erinnern Sie sich bei jeder Gelegenheit daran, wie unvorteilhaft der Mensch aussieht, der keine gute Körperhaltung hat.

Gute Körperhaltung gibt Selbstvertrauen.

Wenn Sie auf der Straße die Vorübergehenden beobachten, werden Sie feststellen, dass aufrecht gehenden Leuten mit festem Schritt und gerader Körperhaltung von den anderen Passanten unwillkürlich Platz gemacht wird. Warum? Weil sich durch die korrekte Haltung und den sicheren Tritt ein starkes Selbstbewusstsein offenbart, dem sich der Schwächere, bestimmten Gesetzen zufolge, unbewusst unterordnet.

Genügend Sauerstoff in die Lungen pumpen!

Atemübungen regen, wie kaum etwas anderes, die Denktätigkeit an. Wie wichtig die Sauerstoffzufuhr für den Körper ist, weiß der am besten, der aus der Zimmerluft der Großstadt für längere Zeit in die freie Natur hinausgekommen ist.

Tiefatmung schafft Gesundheit. Tiefatmung schafft konzentriertes Denken. Darum. Tief atmen, tief atmen!

Bei Atemübungen ist besonders darauf zu achten, dass die Luft in alle Teile der Lunge gelangt. Das ermöglicht die Tiefatmung. Hierbei arbeitet das Zwerchfell! **Es wird so eingeatmet, als ob man den Duft einer Rose in sich einsaugt, wobei die Luft zuerst den Leib ausdehnt und dann die oberen Lungenflügel füllt.** Dieser Vorgang ist stets zu beachten und auch bei allen Atemübungen zur Anwendung zu bringen.

Eine leicht durchführbare, gute Atemübung ist die folgende:

- Sie stellen sich zunächst aufrecht hin und lassen alle Muskeln erschlaffen. Dann atmen Sie ganz ruhig 5 bis 10 Sekunden lang durch die Nase ein, halten darauf die Luft 5 bis 10 Sekunden an, und stoßen sie dann während 5 bis 10 Sekunden durch den Mund langsam wieder aus. Achtung! Zeiten nur langsam steigern. Gesundes Herz Voraussetzung!
- Außerordentlich wichtig ist bei dieser Übung, dass sie bewusst, d. h. mit Gedankenkonzentration ausgeführt wird.
- Denken Sie daran, dass Atem Leben ist, wie schon die alten Philosophen sagten. In der Luft ist Lebenskraft, die Sie Ihrem Körper bei der Einatmung zuführen. Stellen Sie sich das recht plastisch, also bildlich vor.
- Beim Anhalten der Luft müssen Sie denken, wie die eingeatmete Luft in Ihrem Körper alle Lebensvorgänge anregt.
- Bei der Ausatmung stellen Sie sich vor, wie alles Kranke und Schlechte Ihren Körper verlässt. Machen Sie diese Übungen im Anfang etwa 4-5mal hintereinander und wiederholen Sie die ganze Übung mittags und abends in der gleichen Weise.

Da dies jedesmal nur wenige Minuten in Anspruch nimmt, werden Sie auch die Zeit finden, um die Übung regelmäßig durchzuführen. Über den günstigen Einfluss dieser bewussten Tiefatmung auf Ihr Denkvermögen und Ihr Wohlbefinden werden Sie erstaunt sein.

Achtung! Vokalatmung! Diese Übung ist sehr wertvoll!

Eine andere, unerhört wichtige Atemübung ist die Vokal-Atmung, die ich Ihnen nachstehend beschreibe. Diese Übung wirkt gleichzeitig nach drei Seiten.
Einmal führt sie unserm Körper große Mengen Sauerstoff zu, dann beeinflusst sie alle organischen Funktionen zu erhöhter Tätigkeit, und schließlich entwickelt sie unsere Stimme, was vor allem für die Entwicklung zur Persönlichkeit von großer Bedeutung ist.

Die Vokalatmung besteht wie die vorangehende Atemübung aus drei Phasen: Einatmung, Anhalten des Atems und Ausatmung.
Von Wichtigkeit ist auch hierbei, dass wir bei der Einatmung uns vorstellen, wie die wunderbare Kraft, die wir in unsere Lungen hineinsaugen, bewirkt, dass unser Körper gesund wird und alle organischen Funktionen herrlich angeregt werden.

Einatmen als wenn man den Duft einer Rose in sich einsaugt. Die richtige geistige Einstellung dabei beachten.

- Indem wir uns diesen Prozess so bildlich wie nur möglich machen, atmen wir langsam und ruhig durch die Nase ein, und zwar, wie bereits gesagt, in der Weise, als wenn wir einen wunderbaren Duft in uns einsaugen.
- Auf die richtige geistige Einstellung bei der Einatmung ist großer Wert zu legen. Abgesehen von der belebenden Wirkung wird dadurch auch die Entwicklung von Konzentrationsfähigkeit gefördert.
- Nun kommt die Ausatmung: Hierbei ist entscheidend, dass wir nicht einfach die Luft durch den Mund wieder ausstoßen, wie das bei anderen Übungen der Fall ist, sondern mit dem Ausstoßen der Luft einen Vokal ertönen lassen: Wie man weiß, gibt es die Vokale a, e, i, o, u. Die Ausatmung auf einen Vokal ist deswegen wichtig, weil die Schwingungen eines Vokals einen belebenden Einfluss auf ganz bestimmte Zentren unseres Organismus ausüben. So wirkt z. B. der Vokal „a“ auf die Brust und das gesamte Atmungssystem, der Vokal „e“ auf den Hals und die Ohren, „i“ auf den Kopf, „o“ auf die Gegend des Herzens und „u“ auf den Magen und den Unterleib.

Die Wirkung der Vokale.

- Die Schwingungen der Vokale sind außerordentlich anregend für alle Organfunktionen. Eine Hauptwirkung macht sich u. a. bei der Entwicklung der Stimmbänder bemerkbar. Die Stimme bekommt Kraft und wird sehr modulationsfähig.

Da jeder Vorwärtsstrebende Wert darauf legen muss, auch durch sein Sprechen zur Geltung zu kommen, ist die Entwicklung der Stimme durch die Vokalatmung von größter Bedeutung.

Vokalatmung hat einen großen Einfluss auf die Stimme.

Aber auch sonst ist die Vokalatmung von unbezahlbarem Wert. So ist es bei regelmäßiger Durchführung der Übung z. B. beinahe unmöglich, Erkältungskrankheiten und vor allem Atmungsbeschwerden, Husten und dergleichen zu bekommen.

Nun aber noch etwas Wichtiges: Wenn wir die Ausatmung vornehmen, erheben wir gleichzeitig unsere Unterarme, ballen leicht die Hände und schlagen uns damit leicht, aber sehr schnell, auf die Brust. So muss das geschehen, dass damit deutlich eine erhöhte Vibration bei der Ausatmung des jeweiligen Vokals eintritt. Zur Zeit wird immer nur ein Vokal ausgeatmet. Die Übung würde also sein:

Den Ablauf der Übung ganz genau beobachten. Nur Richtigmachen bringt den Erfolg!

- **Langsam einatmen (Zwerchfell!!), dabei sich geistig vorstellen, wie die wunderbare lebenerhaltende Kraft in den Körper einströmt, und**
- **dann kräftig ausatmen auf den jeweiligen Vokal, z. B. „a a a a" so lange, bis die ganze Luft ausgeatmet ist.**
- Auch bei der Ausatmung muss die Wirkung der Übung vor Augen stehen: So denkt man sich z. B. beim Ausatmen des Vokals „a", wie in diesem Augenblick eine wunderbare Wirkung auf das ganze Atmungssystem und die Brust vor sich geht, oder wenn der Vokal „e" ausgeatmet wird, wie eine wunderbare Wirkung auf den Hals und die Ohren erfolgt, usw.
- **Die Wirkung der Übung ganz deutlich innerlich erleben. Hierbei muss die Einbildungskraft kräftig mitwirken.**
- In der Regel ist jeder Vokal zweimal nacheinander auszuatmen, also demnach zweimal a, zweimal e, zweimal i und zweimal o und u, also jede Vokalübung zweimal machen. Die Ausatmung geschieht aber nicht etwa leise, sondern so laut wie möglich.
- Während der Übung stellt man sich aufrecht hin, ohne aber die Schultern oder sonstige Muskeln des Körpers in Spannung zu bringen. Die Haltung muss ganz zwanglos sein, und bei der Einatmung darf der Brustkorb sich nur durch die eingesaugte Luft erheben, nicht etwa durch eine Hebung der Schultern.

Bei regelmäßiger Durchführung der Übung wird erreicht, dass schon nach kurzer Zeit der Brustumfang zunimmt. Es empfiehlt sich, diese Entwicklung zu verfolgen, indem man den Brustumfang von Zeit zu Zeit mit einem Bandmaß nachmisst.

Es versteht sich von selbst, dass wir bei dem außerordentlichen Wert dieser Übung keinen Tag vorübergehen lassen, ohne nicht mindestens einmal positiv und kräftig die Vokale auszuatmen. Und ebenso

selbstverständlich ist es wohl, dass wir die Übung bei geöffnetem Fenster oder zumindest im frisch gelüfteten Raum durchführen.
Sollten Sie Bedenken haben, dass die Übung Ihre Nachbarn stört, so denken Sie bitte daran, dass dies eine falsche Rücksichtnahme ist. Kein Mensch kann etwas dagegen haben, wenn Sie Ihre Gesundheit fördern, und wer es dennoch tut, darf nicht auf der Rechnung sein.
Wunderbar lässt sich diese Übung auch im Freien durchführen, bei Spaziergängen und auf Wanderungen. Unaufhörlich speisen Sie damit Ihren Akkumulator, die Nervenbatterie, und andauernd wird gearbeitet an der Kräftigung und Bildung Ihrer Stimme.

Sorgen Sie für hochwertige Luft!

Was die Luft für unser Leben so wertvoll macht und überhaupt zum Lebenselement, das ist der Sauerstoff. Er ist einem Feuer gleichzusetzen, das alles Unreine im Organismus verbrennt, alle Schlacken aus dem unaufhörlichen Stoffwechselprozess der Zellen fortlaufend beseitigt.
Der Träger des Sauerstofffes, der ihn zu allen Zellen bringt, ist das Hämoglobin, der Farbstoff des Blutes. Ohne Sauerstoff erlischt das Leben im Körper wie ein Licht unter der Glocke. Und wie große Mengen dieses Lebenselementes die Flamme heller zum Leuchten bringen, so steigert sich auch die Lebenstätigkeit im Körper durch größere Sauerstoffzufuhr. Es bedarf keiner langen Erklärung, um zu erfassen, dass ein großer Teil aller Störungen im Körper nur auf einen erschwerten Stoffwechsel zurückzuführen ist. Das **„Licht“** in der Zelle will atmen, die Asche, die Schlacken sollen heraus, die sich durch den Lebensprozess in der Zelle gebildet haben.
Der Mittler für die Auffüllung des Blutes mit Sauerstoff ist die Lunge. Aber selbst die beste Lungentätigkeit nützt nicht viel, so unerhört wichtig sie auch ist, wenn die Luft schlecht ist, die wir einatmen. Sorgen Sie darum stets für wertvolle, für frische Luft also, wenn Sie Ihrer Gesundheit dienen wollen. Das gilt Ihren Arbeitsräumen wie Ihren Wohnräumen und besonders auch Ihrem Schlafzimmer. Bedenken Sie, welche gesundheitlichen Schäden Sie erleiden, wenn Sie in den sieben bis acht Stunden der Nacht immer nur halb verbrauchte Luft einatmen. Deshalb das Fenster auf; und keine Angst vor Erkältungen! Durch frische Luft können Sie sich selbst im Winter nicht erkälten, sofern Sie nicht im Zug liegen. Empfänglichkeit für Erkältungen ist übrigens oft ein Beweis dafür, dass die Stoffwechselvorgänge im Körper nicht ganz in Ordnung sind.

Besserer Appetit, größere Arbeitslust und Arbeits-fähigkeit.

Der Schlaf wird gleich viel besser, wenn Sie in reiner frischer Luft schlafen. Und auf die günstigen Wirkungen erhöhter Sauerstoffzufuhr können Sie buchstäblich warten: Besserer Appetit, größere Arbeitslust und Arbeitsfähigkeit und noch viele andere gute Wirkungen. Das ist alles ja auch ganz klar, wenn Sie bedenken, welche lebenswichtigen Aufgaben der Atmung zufallen.

Die Menschen haben sich fast alle eine sehr oberflächliche Atmungsweise angewöhnt, insonderheit die Schreibtischarbeiter. Viele so genannte „Kulturkrankheiten" sind die böse Frucht dieser dauernden Versündigungen an der Gesundheit.
Hören Sie, wie tief schon Goethe die Lebensbedeutung guter Atmung erkannte, obwohl man zu seiner Zeit noch nichts vom Hämoglobin und seiner Aufgabe wusste:
„Im Atemholen sind zweierlei Gnaden: die Luft einziehen, sich ihrer entladen. Du danke Gott, wenn er dich presst, und dank ihm, wenn er dich wieder entlässt."

Gewöhnen Sie sich an gleichmäßige Tiefatmung!

Richtige Tiefatmung brauchen Sie auch, um ein guter Redner zu werden.

Bei der Atmung während des Tages ist zu berücksichtigen, dass Sie möglichst gleichmäßig ein- und ausatmen.
Je ruhiger und langsamer Sie ein- und ausatmen, um so ruhiger werden Sie auch innerlich, um so gleichmäßiger wird die Tätigkeit Ihres Herzens wie aller anderen Organe.

Durch ruhiges Atmen werden Sie auch seelisch ruhig.

Bei Störungen des seelischen Gleichgewichtes atmet man einige Male besonders tief und lenkt dabei seine Gedanken ganz fest auf Selbstbemeisterung und innere Ruhe.
Die schon besprochene aufrechte Körperhaltung ist auch für die Lungentätigkeit von Bedeutung, worauf Sie besonders bei geistiger Arbeit achten sollten, keinesfalls dürfen Sie so geneigt sitzen, dass die Atmung unfrei wird.
Wie wichtig die Sauerstoffzufuhr für die Tätigkeit des Gehirns ist, beweist, dass konzentriertes Arbeiten Gähnen auslöst. Dieses Gähnen ist das natürliche Verlangen des Körpers, die Atmung zu vertiefen, um durch erhöhte Zufuhr von Sauerstoff die Kohlensäurehäufung im Blute zu beseitigen.

Richtig ernähren!

Der Aufbau des Körpers ist ein chemischer Prozess! Bedenken Sie, was das für Ihre Ernährung bedeutet.

Die Ernährungsfrage ist für den Erfolg von so großer Bedeutung, dass wir sie gar nicht wichtig genug nehmen können. Auf diesem Gebiet werden Tag für Tag die größten Sünden begangen und nur deshalb, weil man nicht bedenkt, dass der Aufbau des Körpers ein chemischer Prozess ist. Wie überall im Leben, handelt man auch auf diesem lebenswichtigen Gebiet mit größter Gedankenlosigkeit und wundert sich dann außerdem, dass man trotz „bestem" Essen und Trinken ewig krank ist und sich dauernd elend und matt fühlt.
Es ist hier nicht der Platz, um eine lange Vorlesung über die Grundgesetze der Biologie zu halten; dennoch kann nicht umgangen werden, darauf hinzuweisen, dass sich die Zellen, die den Organismus bilden, nur gut entwickeln können, wenn man ihnen durch die Nahrung

die von der Natur geforderten Aufbaustoffe zuführt. Es muss eine Nahrung sein, die allen Forderungen eines gesunden Aufbaues entspricht. Daraus ergibt sich, dass Essen und Trinken nicht nur eine Angelegenheit des Gaumens, sondern in erster Linie eine solche des chemischen Haushaltes unseres Körpers ist.

Die Natur hat unseren Körper so gut konstruiert und mit so wunderbaren Widerstandskräften gegen Krankheitseinflüsse ausgestattet, dass wir nur in seltenen Fällen ein Opfer tückischer Leiden zu werden brauchen. Und wenn wir trotzdem so häufig krank und für alle möglichen Erreger empfindlich sind, so nur, weil durch eine falsche Ernährungsweise die Widerstandskräfte der Natur sich nicht entfalten können.

Der Mensch ist hier durchaus nicht anders zu werten als der tierische Organismus. Jeder Bauer ist sich klar darüber, wie er durch zweckmäßige und richtige Ernährung die Gesundheit und Lebenskraft seines Viehs sichert. Durch Beigaben ins Futter wie überhaupt durch das richtige Futter erzwingt er einfach eine tadellose Gesundheit.

Beschäftigen Sie sich mit den Grundgedanken einer gesunden Ernährung.

Und was tun wir? ... Anstatt uns in unserem eigenen Interesse erst recht nach diesen Forderungen der Natur zu richten, stürzen wir uns durch eine naturwidrige Ernährung ins größte Elend.

Sind wir nicht die größten Dummköpfe, die es auf der Welt gibt, wenn wir so handeln? Sind wir nicht wert, jeden Tag durchgeprügelt zu werden, wenn wir in dieser wichtigen Frage keine Vernunft annehmen wollen? Und warum? Nur, weil wir so nachlässig und faul in diesen Dingen sind!

Beschäftigen Sie sich also mit den Grundgedanken einer gesunden Ernährung. Es gibt heute mehr als genug Literatur dazu. Aber bedenken Sie auch hier. Nichts übertreiben, sondern wieder auf die Ausgeglichenheit achten!

Mein verehrter Leser, hier zeigt sich, wie sehr wir unser Leben in der Hand haben, wenn wir klug genug sind, nach den Gesetzen des Lebens vorzugehen.

Nur Richtigmachen bringt Erfolg, Falschmachen auf jeden Fall Misserfolg!

Immer zur gleichen Zeit essen!

Beim Essen muss man ferner beachten, dass man die Hauptmahlzeiten möglichst immer zur gleichen Zeit einnimmt. Das sich stets dann einstellende Hungergefühl ist das Signal des Körpers, dass er die Nahrungsaufnahme wünscht und ganz auf den Verdauungsprozess eingestellt ist.

Ärgern ist Unfug!

Wenn Sie essen, müssen Sie alle Gedanken an ärgerliche Dinge ausschalten. Ihre Aufmerksamkeit muss ganz bei dem Essen sein.

Wie bei den Atemübungen müssen Sie sich auch beim Essen vorstellen,

wie Sie jetzt Ihrem Körper Nahrung zuführen, um damit im Organismus Kraft und Lebensenergie zu entwickeln.
Nicht ohne Grund kennt man die Gewohnheit, vor dem Einnehmen der Speisen zu beten. Das Gebet ist eine Ausschaltung des Alltags mit seinem Hasten und Jagen und seinem aufregenden Kampf ums Dasein. Haben Sie mit einem Ihrer Familienangehörigen Streit gehabt, so suchen Sie sich vor dem Essen wieder auszusöhnen. Damit dienen Sie sich selbst am besten, denn es ist eine Tatsache, dass man durch Ärger eine schlechte Verdauung hat. Speisen, die im verärgerten Zustand genossen werden, liegen wie Blei im Magen, ein Beweis, dass ärgerliche Gedanken von ungünstigem Einfluss auf die Magennerven und die Verdauungssäfte sind.
In meinem Kreise habe ich seit 40 Jahren die Gewohnheit eingeführt, vor dem Essen mit allen Tischgenossen durch gegenseitiges Reichen der Hände einen Ring zu bilden. Durch diese angenehme Gewohnheit wird regelmäßig vor dem Essen die Harmonie hergestellt. Hat man sich vor dem Essen ein ärgerliches Wort gesagt, so kann man nicht umhin, sich beim Essen wieder auszusöhnen, wenn man sich beim Handgeben und Mahlzeitsagen in die Augen sieht.

Harmonie überall!

Die Ausschaltung quälender und unangenehmer Gedanken sollten Sie nicht nur vor dem Essen, sondern auch vor dem Zubettgehen vornehmen.
Während der Nachtruhe soll man nicht nur schlafen, sondern sich ausruhen und kräftigen. Das ist nur dann möglich, wenn der geistige Mensch zur Ruhe gelangt. Aufregende Gedanken beeinflussen den Schlaf außerordentlich ungünstig. Durch sie entstehen anstrengende Träume, die die Nerven beanspruchen können wie geistige Schwerarbeit, ganz abgesehen davon, dass mancher vor lauter Gedanken überhaupt nicht zur Ruhe kommen kann.

Wie Sie einen erholsamen Schlaf erzielen

Um einen guten, ruhigen und tiefen Schlaf zu erzielen, müssen Sie sich vor dem Zubettgehen darüber klar werden, dass Sie sich zur Ruhe, das heißt zur Erholung Ihres Körpers begeben.
Was auch am Tage an Widerwärtigkeiten geschehen sein mag, vor dem Schlafengehen müssen Sie es zu vergessen suchen, wenn Sie ruhig schlafen und Ihrer Gesundheit dienen wollen.
Haben Sie am Tage irgendeine Arbeit nicht ganz geschafft, so machen Sie sich darüber nicht unnötige Gedanken, sondern lassen Sie den nächsten Tag für sich selber sorgen.

Nicht zu viel grübeln, Vertrauen Sie sich.

Sagen Sie sich in einem solchen Falle ganz eindringlich, dass Sie die Arbeit morgen fortsetzen und beenden werden. Jetzt können Sie an der Sache doch nichts ändern, es hat darum auch keinen Zweck, sich

unnötig darüber Gedanken zu machen. **Nicht grübeln, es bringt nichts ein!** Quält Sie irgendeine Ungewissheit, so sagen Sie sich, dass morgen oder übermorgen oder in nächster Zeit die Gewissheit ganz von selbst kommen wird; dass es so ist, beweist Ihre Vergangenheit.

Es hat noch keinen Augenblick in Ihrem Leben gegeben, wo sich nicht zuletzt doch noch ein Ausweg aus einer schwierigen Situation fand. Genau so ist es auch in Ihrer jetzigen Lage. Darum nicht grübeln, sondern der Zukunft vertrauen.

Wozu sich unnötig das Leben schwerer machen, als es ist?

Ist etwas Verdrießliches am Tage vorgekommen, machen Sie sich nichts daraus, es ist vorbei, Sie haben es überstanden, Sie haben es überwunden. Morgen oder übermorgen denken Sie ganz anders über die Angelegenheit. Wozu sich unnötig das Leben schwerer machen, als es ist? Stellen Sie sich richtig zum Leben ein und betrachten Sie es mit positiven Augen. Sehen Sie nicht nur das Gegenwärtige Ihrer Lage, die vielleicht trüb aussehen mag, blicken Sie weiter, blicken Sie in die Zukunft, die Ihnen ein besseres, freudigeres Leben bringt.

Hoffen und bauen Sie auf Ihre geistige Kraft, Ihren Arbeitswillen, Ihre Fähigkeiten und Talente, Ihren festen Willen zum Erfolg.

Seien Sie Regisseur der Bühne des Lebens! Handeln Sie bewusst und lassen Sie sich nicht treiben!

Der Alltagsmensch ist ein Schauspieler der Bühne des Lebens, der sich gehen und treiben lässt in seiner Rolle, der nicht an Zukünftiges, sondern nur an Gegenwärtiges denkt, beim Gegenwärtigen jedoch meist nur an das Trübe und Widerwärtige.

Lachen Sie über die Unebenheiten der Vergangenheit und der Gegenwart, in der festen Überzeugung, dass morgen alles besser wird und viel besser, als Sie es sich ausgemalt haben.

Ärgern ist Unfug!

Sie dürfen fest glauben, dass es so kommen wird. Wenn Sie die ganze Lehre vom positiven Leben erst vollständig erfasst haben, werden Sie staunen, wie sehr der Mensch sein Schicksal zu beeinflussen vermag.

Bevor Sie zu Bett gehen, stellen Sie sich aufrecht hin und sagen im Brustton vollster Überzeugung: ***„Jetzt ist der Tag vorbei, jetzt gehe ich schlafen, um neue Energie zu sammeln, damit ich morgen meine Aufgaben und Pflichten mit doppelter Kraft und noch besser als heute erfüllen kann.“***

So werden Sie quälende Gedanken los

Versuchen Sie es!

Wollen Gedanken an unliebsame Ereignisse des Tages nicht weichen, so bannen Sie diese Gedanken beim Ausziehen an Ihren Anzug.

Sagen Sie in ganz bestimmter Form: ***„So, diese Angelegenheit ist jetzt erledigt, jetzt hänge ich sie auf den Stuhl, nun belästigt sie mich nicht mehr.“*** Lachen Sie über das Ärgernis, von dem Sie sich nun frei gemacht haben und das Ihnen nun nichts mehr anhaben kann.

Haben Sie verschiedene unangenehme Dinge während des Tages erlebt, so bannen sie diese nicht alle nur an das Jackett, sondern eins an die Weste und eins an die Hose usw. Den Anzug denken Sie sich fest als Ihren Alltagsmenschen und nur er hat das Unangenehme des Tages erlebt. Hängt er auf dem Stuhl, sind Sie frei von ihm und damit auch frei von niederdrückenden Gedanken. - Sie glauben gar nicht, welchen guten Erfolg Sie mit dieser klugen, positiven Einstellung erzielen, abgesehen, dass diese Einstellung zu ihrem „Anzug" auch eine sehr tiefe erkenntnis-philosophische Seite hat.

Warum deprimiert sein? Warum sich unnötig Sorgen machen? Das meiste von dem, was der Mensch in schwachen Stunden fürchtet, tritt niemals ein!

Denken Sie nur an die Vorteile, die Sie während des Tages erzielt haben, das andere, das Böse und Widerwärtige ist eine Nebenerscheinung, die sein muss, um Freude am Erfolg zu haben!

Würde jeden Tag die Sonne scheinen, wüssten wir nicht die Sonne zu schätzen. So aber kommen Regentage, und nur dadurch kommt es uns zum Bewusstsein, dass der Sonnenschein etwas besonders Gutes ist. Genau so denken Sie in Zukunft auch bei den trübseligen Ereignissen des täglichen Lebens.

Klug sein und die Augen auf! Es wird nichts so heiß gegessen, wie es gekocht wird, selten ist etwas so schlimm, wie es sich der Mensch in einer schwachen Stunde ausmalt. Sie sind der Schmied Ihres Schicksals, in Ihrer Hand ruht der Hammer - in diesem Falle Ihre frohe, zuversichtliche Lebenseinstellung - mit dem Sie Ihr Schicksal ganz nach Ihren Wünschen schmieden können!

Mit dem Ausziehen der Kleider müssen wir gleichzeitig mit unserem ganzen seelischen Wesen aus uns heraustreten und all unser Denken, Überlegen, Grübeln und Nachsinnen auf eine höhere Warte stellen.

Es lohnt sich nicht, traurigen, unangenehmen, sorgenvollen Gedanken nachzuhängen!

Und immer wieder muss leuchtend vor unseren Augen stehen, dass es sich nicht lohnt, traurigen, unangenehmen, sorgenvollen Gedanken nachzuhängen, weil ja doch alles zum Besten geschieht und schließlich auch das Unabänderliche durch die Macht des Schöpfers zum Besten wird.

Hier soll sich auch erweisen, ob wir einen Glauben an die Unsterblichkeit der Seele haben und unser Glaube an die Macht Gottes rein, tief und echt ist; denn nur dieser Glaube lässt uns wirklich und ganz zu wahrem Seelenfrieden kommen.

Immer an die Seele denken!

Auf zwei Ebenen des Daseins muss ständig unser Denken eingestellt sein: auf die Ebene des körperlichen Daseins und auf die andere des seelischen Wesens.

In der körperlichen Welt heißt es kräftig zupacken und mit voller Energie Fortschritt auf Fortschritt und Erfolg auf Erfolg erzielen, während wir aber gleichzeitig über den Dingen zu stehen haben und stets bedenken, dass alles, was geschieht, gleichzeitig auch zum Heile der Seele ausschlagen muss, und dass selbst ein vollständiger Zusammensturz der materiellen Welt nichts bedeutet, wenn wir nur das Bewusstsein unseres höheren Menschen bewahren!

Ist es nicht klar, dass von einer solchen Warte aus alle Dinge des Alltags eine ganz andere Färbung bekommen? Dass der Streit und das Hadern, die vielen Menschen so wichtig erscheinen und sie hasserfüllt, griesgrämig und mutlos machen, für uns zu einer lächerlichen Sache werden müssen?

Es ist so vieles lächerlich!

Ja, so ist es auch, und grundsätzlich müssen wir über alles Negative so denken. Es lohnt sich ja auch gar nicht, anders zu denken. Eben, weil wir in uns ewig sind und diesem Ewigen alles Vergängliche nur ein Gleichnis ist.

Mit solcher Betrachtung der Dinge, mein verehrter Leser, kommen Sie bestimmt in einen ruhigen und tiefen Schlaf. Und sollte es der Alltagsmensch dennoch versuchen, Ihr Denken in seinen Dunstkreis zu ziehen, so genügt ein Blick zum Kleiderhaken, um durch die Kraft der Erkenntnis seine Wichtigtuerei zu unterbinden.

Wer bisher sehr stark im Banne des Negativen stand und sich vielleicht jahrelang mit einer falschen Einstellung zum Leben herumgequält hat, dem wird es so gehen, dass ganz gegen seinen Willen immer wieder Gedanken der Sorge und des Unmutes sein Bewusstsein durchziehen. Ist das bei Ihnen der Fall, so hilft mit Bestimmtheit „passive Resistenz".

Passive Resistenz gegen alles Negative im Denken!

Lassen Sie diese negativen Gedanken toben soviel sie wollen, lassen Sie sie herumspuken in allen Kammern Ihres Geistes, was schert Sie das, Sie zeigen völlige Interessenlosigkeit und alle mögen sie Ihnen gefälligst den Buckel herunterrutschen.

Was wird die Folge sein? Dass diese Gedanken ganz von selbst verschwinden, weil sie ja nur von Ihrem Interesse und Ihrer Aufmerksamkeit leben und existieren.

Damit erkläre ich Ihnen auch gleichzeitig, **dass Sie den Schlaf nicht mit Gewalt erzwingen sollen**, wenn er sich nicht von selbst und sofort einstellt.

Über diesen Berg müssen Sie hinweg kommen!

Sicherlich werden Sie ruhig, wenn Sie sich ganz fest sagen: ***„Ich will ruhig sein!"*** Sicherlich kommen Sie mit diesem Willen auch bis zu einem ganz bestimmten Punkt vor dem Einschlafen.

Aber dann kommt die letzte Spitze eines Berges, über die Sie einfach nicht hinwegkommen, und wo Sie bei dem Versuch, diesen Gipfel mit Gewalt zu nehmen, immer wieder nach unten zurückfallen.

Einschlafen heißt, ohne Bewusstsein, völlig ohne Einstellung der Aufmerksamkeit sein. Schlafen ist das Erlöschen der Geisteslampe in uns. Solange wir denken, brennt diese Lampe, und zwar ganz gleich, was wir denken.

Erst dann kommt der Schlaf über uns, wenn ein dicker, schwerer Vorhang sich ganz von selbst vor unser Bewusstsein zieht und wir alles vergessen, was zu denken ist und auch ... das Einschlafen!

Solange wir denken, wir wollen einschlafen, können wir das Einschlafen jedoch nicht vergessen, ergo bleiben wir wach! Dass das Eintreten des

Schlafzustandes vom absoluten Vergessen des Einschlafenwollens abhängt, beweist, dass keiner von uns weiß, wann er vorher oder gestern Abend eigentlich eingeschlafen ist.

Die Erkenntnis dieser Bewusstseinsvorgänge zeigt uns übrigens, wie wir am leichtesten zum Einschlafen kommen:
Abfinden mit dem vergangenen Tag durch höhere Erkenntnis, uns vollständig einschalten auf Ruhe und innere Zufriedenheit und dann ganz ruhig etwas Schönes, Nettes, Beruhigendes, Positives denken, aber gänzlich ohne Anstrengung und mit der inneren Gewissheit, dass wir gleich in einen wunderbaren, herrlich tiefen, erquickenden Schlaf hinüberdämmern.

Nicht mit Gewalt gegen Gedanken vorgehen!

Ich spreche so ausführlich über die Herbeiführung eines guten Schlafes, weil ja davon die Leistungsfähigkeit der Nerven und damit der Erfolg des neuen Tages abhängen.
Tiefer, fester Schlaf ist der dauernde Jungborn Ihrer Nervenkraft. Wenn Sie nicht dafür sorgen, dass Ihre Nerven ganz intakt sind, sind Ihnen enge Grenzen im Vorwärtskommen gesetzt. Es liegt an Ihnen, durch konsequente Beachtung unserer Erfolgsformel diese Grenzen immer mehr zu erweitern.

Zum Abschluss dieses Kapitels sei für die Herstellung eines guten Schlafes noch an die körperlichen Bedingungen erinnert: Laute Geräusche, grelles Licht, zu große Kälte und Wärme, Hunger und Durst, schlechte Luft u. a. sind selbstverständlich fernzuhalten. Beachten Sie auch diese Punkte, dann wird der tiefe und traumlose Schlaf bald Selbstverständlichkeit sein.

So, hiermit ist alles Wichtige zur Erzeugung einer guten Allgemeingesundheit gesagt. **In Ihrem eigenen Interesse bitte ich Sie, alle Punkte wohl zu beachten, denn nur dann schaffen Sie einen festen Baugrund des Erfolges.**

Ergebnis der richtigen Ursachen! Richtig machen = Erfolg!

- Ø **Diese Selbstverständlichkeiten der positiven Lebensführung muss man sich fest in sein Gehirn einspeichern!**
- Ø **Kontrollieren Sie sich täglich, ob Sie schon etwas mehr nach der Gesundheit leben.**
- Ø **Seien Sie klug! Verschaffen Sie sich das wohlige Gefühl eines gesunden Körpers!**

II. Teil
Die geistigen Ursachen des Erfolges

Der Erfolg muss zuerst in der Idee geboren werden,
wie alles, was von Menschen je geschaffen wurde,
erst in der Idee entstand.

„Es gibt keine Kraft unter dem Himmel,
welche der Menschenseele gleichkäme."
(Paul de Lagarde)

Wenn Sie meinen bisherigen Ausführungen aufmerksam gefolgt sind, werden Sie gefunden haben, dass ich großen Wert auf eine zuversichtliche Lebenseinstellung lege. Das ist nicht nur nötig, um stets bei guter Laune zu sein, ärgerliche und unangenehme Dinge schnell zu überwinden, sondern vor allem, um den Gesetzen des Denkens Rechnung zu tragen. Die Gedanken sind nämlich die eigentliche geistige Ursache des Erfolges.

Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen! (5. Denkgesetz!)

Gedanken sind mit lebendigen Wesen zu vergleichen.

Mit Gedanken sind hier **Vorstellungen**, also geistige Bilder gemeint, die entweder durch einen äußeren Einfluss oder durch unser Denken ins Leben gerufen werden. Diese Vorstellungen sind mit Wesen zu vergleichen, die wir durch unsere Hingabe und Aufmerksamkeit beseelen, und die, ihrer Eigenart gemäß, die sich im Gehirn bzw. im Ober- und Unterbewusstsein abspielenden Vorgänge entweder fördernd oder hindernd beeinflussen.

Wille und Gedanken.

Im Allgemeinen ist der Herr dieser Vorstellungen der **Wille**. Solange er aufmerksam über seine Untergebenen wacht, kann sich ohne seine Erlaubnis keine Vorstellung verwirklichen. Ist er jedoch unachtsam, oder macht er von seiner Kraft keinen Gebrauch, tritt leicht das Gegenteil ein.

Das Gefühl ist stärker als der Wille!

Wie schon gesagt, lenkt und beeinflusst eine Vorstellung dann, wenn sie das **Gefühl** beherrscht. Ist dieser Fall eingetreten, so wird der Wille seiner Macht beraubt und die Vorstellung, sofern sie im Bereich des Möglichen liegt, verwirklicht sich.

Es sind zwei Arten von Vorstellungen zu unterscheiden und zwar positive und negative. Während die positiven Erfolg, Glück und Gesundheit schaffen, bringen die negativen Krankheit, Not und Fehlschläge.

Nur positive Gedanken bringen den Erfolg!

Wann denkt man nun positiv? Wenn man über Widerstände und unangenehme Dinge nicht, wie die meisten Alltagsmenschen klagt und stöhnt; wenn man alle Angst und Furcht vor Krankheit und Misserfolg aus seinem Herzen bannt und sich immer wieder sagt, dass alles gut werden wird, und dass alles, was man sich wünscht, unbedingt in Erfüllung geht.

Und wann denkt man negativ? Wenn man in jedem Fehlschlag den Anfang seines Unterganges sieht; wenn man fortwährend meint, dass nur andere Erfolg haben und sich selbst als einen Pechvogel betrachtet; wenn man den ganzen Tag nichts anderes zu tun weiß, als über seine Leiden nachzudenken.

Verstehen Sie jetzt, warum ich so großen Wert auf eine positive Lebenseinstellung lege? **Jeder ist seines Glückes Schmied; was der Mensch denkt, wird er unfehlbar ernten!**

Erfüllen Sie sich mit Vorstellungen der Gesundheit, werden Sie gesunden; erfüllen Sie sich mit Vorstellungen von Kraft und Mut, werden Sie kraftvoll und mutig sein; erfüllen Sie sich mit Vorstellungen des Selbstvertrauens, werden Sie überlegen, ruhig und sicher handeln!
Jetzt wissen Sie, warum ich sagte, dass Sie an sich glauben sollen. Weil Sie nur dadurch groß werden können.

Was Sie denken, werden Sie sein, nichts anderes! Denken Sie, dass Sie nie etwas erreichen werden, werden Sie es auch nie zu etwas bringen; denken Sie, dass Sie unbedingt schaffen werden, was Sie wollen, werden Sie es bestimmt erreichen. **Schaffen Sie darum die geistigen Ursachen des Erfolges; denken Sie nur noch positiv!**

Positive Gedanken sind die wahre Ursache Ihres Erfolges!

Wie Sie ganz positiv werden

Ich gebe zu, dass dies leichter gesagt als getan ist, denn gewöhnlich ist es so: Je mehr man versucht, positiv zu denken, um so mehr fühlt man, wie negative Gedanken sich bemerkbar machen.
Woher kommt das? Nun, das vorhin Gesagte ist der Fall: **Längst haben negative Gedanken das Gefühl in der Gewalt, wodurch jede Anstrengung des Willens, nur positive Gedanken zu dulden, zunichte wird.** Und wodurch kam das? **Ganz einfach deshalb, weil durch Erziehung und Beeinflussung sowie durch die bisherigen Lebenserfahrungen Angst und Sorge in uns wachgerufen worden sind.**

Die Wandlung zum positiv denkenden Menschen beginnt mit der Erkenntnis vom Wesen und der Macht der Gedanken.

Der Mensch hat von Natur aus das Bestreben, möglichst alles Unangenehme und Störende von sich abzuhalten. Hat er eine schlechte Erfahrung gemacht, so bleibt sie in der Erinnerung haften, wodurch sich Angst vor einem gleichen oder ähnlichen Erleben einstellt. **Angst aber ist der Nährboden für negative Vorstellungen!**
Wesentlich und eigentümlich ist, dass die uns beherrschenden Vorstellungen durchaus nicht immer zum Bewusstsein zu kommen brauchen; sie wirken und verwirklichen sich oft, ohne dass man von ihrer Existenz überhaupt eine Ahnung hat. Wenn wir uns nach ihrem Tätigkeitsfeld umsehen, kommen wir zum Unterbewusstsein, wohin die Vorstellungen gelangt sind.

Je mehr man sich Mühe gibt, alle Zusammenhänge richtig zu erfassen, um so leichter kommt man zur Bemeisterung des Denkens.

Das **Unterbewusstsein**, von dem wir noch öfter sprechen werden, **ist der im Verborgenen wirkende Teil unseres Selbst,** dessen Vorhandensein an seinen Äußerungen durch das Körperliche festzustellen ist. Dort vollziehen sich alle Prozesse, die die Verwirklichung der Vorstellungen verlangt; dort werden alle unbewussten körperlichen, geistigen und seelischen Regungen geboren; dort ist der Sitz der die Gesamtfunktion regelnden Kraft, die das Leben im Körper erhält.
Obwohl dieses Unterbewusstsein vollkommen selbständig arbeitet, ist

es dennoch dem Oberbewusstsein in mancher Hinsicht unterstellt und wirkt unter gewissen Umständen nach dem eigenen oder auch nach fremdem Willen. Es ist also in seiner Tätigkeit zu beeinflussen. Das Mittel dazu sind die besprochenen Vorstellungen, die mit oder ohne unser Einverständnis in das Unterbewusstsein gelangen können.

Hier kommt es ganz besonders darauf an, die Grundgedanken des Erfolgs-Systems zu erfassen. Nicht mit Gewalt erreichen wir das, was wir erreichen wollen, sondern nur durch richtiges Verhalten nach den gesetzten des Erfolges. Ganz besonders gilt das für die Macht über die Gedanken. Wer glaubt, nur durch die Kraft seines Willens etwas erreichen zu können, der wird scheitern!

Wie Sie schon wissen, entstehen Vorstellungen durch das Denken oder durch äußeren Einfluss. Im ersten Falle sind die Vorstellungen meist Erinnerungsbilder und ohne wesentliche Bedeutung. **Erst wenn sie von der Aufmerksamkeit im Bewusstsein festgehalten werden und das Gefühl für sich gewinnen, dringen sie, in diesem Falle mit unserem Einverständnis, in das Unterbewusstsein ein.**
Dabei ist von Wichtigkeit, dass die Vorstellungen beim Denken gewöhnlich ganz von selbst entstehen, in besonderen Fällen aber auch willkürlich durch Konzentration ins Bewusstsein gerufen werden können. Entstehen Vorstellungen durch äußere Einflüsse, so geschieht das durch die **Sinnestätigkeit** (sehen, hören usw.).
Tritt das ein und ist der Wille auf dem Posten, so lassen sich die Vorstellungen ziemlich leicht aus dem Bewusstsein weisen, vorausgesetzt, dass es sich dabei nicht um solche Vorstellungen handelt, die schon längst, ehe sie durch die Sinnestätigkeit neu hervorgerufen wurden, das Gefühl beherrschten; dann ist natürlich durch den Willen schwerlich mit ihnen fertig zu werden.
Nimmt der Wille zu den durch äußere Einflüsse hervorgerufenen Vorstellungen keine abweisende Haltung ein, so treten sie, da sie unbehindert sind, sofort ins Unterbewusstsein, um dort, wenn sie stark genug sind, ihre Wirkungen auszulösen.
In diesem Falle spricht man von Suggestion (Beeinflussung). Die Beeinflussung des Unterbewusstseins findet dabei, mit Ausnahme der bewussten Suggestion, ohne unser Einverständnis statt.

Im Kampf gegen das Gefühl ist der Wille machtlos!

Da auch hier das Beispiel der beste Lehrmeister ist, wollen wir uns die Vorgänge bei der Verwirklichung von Vorstellungen einmal bildlich vor Augen führen:
Zu den letzten Betrachtungen kamen wir durch die Feststellung, dass positives Denken durch das Vorherrschen negativer Vorstellungen nicht oder nur schwer möglich ist, und zwar obwohl der Wille sich die größte Mühe gibt. Als Hauptursache war **Angst** angegeben, die einer negativen Vorstellung Macht über den Körper verleiht.
Der Klarheit halber will ich nochmals daran erinnern, dass jede vorherrschende, im Bereich des Möglichen liegende Vorstellung sich verwirklicht, also dem Organismus durch die Beeinflussung des Unterbewusstseins ihren Willen aufzwingt. Dieser Wille der Vorstellung gestaltet den Körper genau nach dem, was die Vorstellung geistig darstellt, einerlei, ob es nun positiv oder negativ ist.

Ist also der Inhalt der Vorstellung eine Lähmung des Armes, um etwas leicht Verständliches zu nennen, so wird die Lähmung des Armes in Erscheinung treten, d. h. der Betreffende, welcher von dieser Vorstellung beherrscht wird, kann den Arm nicht mehr bewegen.
Solange es sich um nervöse Erscheinungen handelt, ist das leicht begreiflich, aber auch organische Veränderungen können durch Vorstellungen entstehen, wie Sie noch sehen werden.

So entstehen seelische Hemmungen

So entsteht Platzangst.

Wir wollen feststellen, ob die Lähmung des Armes durch eine **Vorstellung** praktisch möglich ist. Ein treffendes Beispiel hierfür ist **Platzangst**. Wer daran leidet, ist organisch meist vollkommen gesund, kann gehen und stehen wie er will ohne Behinderung, bis er über eine Straße oder einen Platz schreiten muss.
Da versagt plötzlich die Herrschaft über die Nerven, das Herz schlägt heftig, die Knie fangen an zu zittern, Schweiß bricht aus allen Poren, und die Lähmung, dass heißt, die Unfähigkeit zu gehen ist da!
Wodurch? Vom Unterbewusstsein aus wirkt der Einfluss einer negativen Vorstellung: das geistige Urbild der Platzangst.

Angst und Furch sind der Nährboden negativer Vorstellungen.

Irgendwo erlebte der Leidende, meist durch äußere Umstände und vielfach durch Nervenüberreizung bedingt, einen Zusammenbruch seiner Kräfte. Dieser Umstand erzeugte die Angst vor der Wiederholung und fixierte im Unterbewusstsein getreulich diesen Zusammenbruch als eine Vorstellung, die immer dann wirkend in Erscheinung tritt, wenn der damit Behaftete in eine ähnliche Lage wie beim ersten Versagen der Kräfte kommt.
Obwohl fast alle Platzangstkranken genau wissen, dass ihr Körper gesund ist, obgleich sie immer wieder beteuern, dass es Unfug ist, Angst vor dem Überqueren eines Platzes zu haben, stellt sich doch der Zustand regelmäßig wieder ein.
Sagt man diesen Leuten: ***„Gehen Sie doch, Sie sind doch gesund"***, so fangen sie an zu klagen wie ein hilfloses Kind und sagen mit ringenden Händen: ***„Ich will wohl, aber ich kann nicht!"***

Das Gefühl ist stärker als der Wille!

Immer sind Hemmungen die Ursache, wenn wir über persönliche Schwächen klagen.

Die Äußerung der Platzangstkranken ist der beste Beweis für die Ohnmacht des Willens, wenn das Gefühl von einer Vorstellung beherrscht wird, denn die Betreffenden sagen nicht nur, dass sie nicht können, sondern sie fühlen es, und nur, weil sie es fühlen, kann sich die negative Vorstellung Einfluss auf den Körper verschaffen.
Genau wie die Erscheinungen der Platzangst zustande kommen, entstehen im Prinzip fast alle seelischen Hemmungen. Seelische Hemmungen deshalb genannt, weil der normale Verlauf der geistigen

Die Bewusstmachung der eigenen Hemmungen ist eine wichtige Aufgabe der Analyse der eigenen schwächen.

Vorgänge, im Falle von Platzangst die willkürliche Beherrschung der Nerven, gestört bzw. gehemmt ist.
So entstehen: krankhaftes Erröten, Lampenfieber, nervöses Stottern, nervöse Sexualstörungen, körperliche und geistige Arbeitsunfähigkeit, nervöser Schreibkrampf, viele Lähmungen und das große Heer der Zwangsvorstellungen und Gemütsleiden, zum Teil auch direkte organische Leiden und vieles andere mehr.
Man macht sich gar keinen Begriff von all dem, was einzig und allein nur durch die Macht der Vorstellungen ins Leben gerufen wird. Mit Recht kann man behaupten, dass ein enormer Teil menschlicher Gebrechen und damit allen Unglücks, wie ich schon zu Beginn dieses Abschnittes sagte, allein auf gedankliche Ursachen zurückgreift.

Positive Gedanken schaffen Gesundheit, Glück und Erfolg!

Wie aber der negative Gedanke Hemmungen, Krankheiten und Not schafft, so schafft umgekehrt der positive Gedanke Gesundheit, Glück und Erfolg, wenn es gelingt, ihm an Stelle des hemmenden, störenden und negativen Gedankens die Herrschaft über den Körper zu verschaffen.

Bewusste Beseelung positiver Gedanken

Jedem Gedanken gegenüber Stellung nehmen.
Das Positive bejahen, das Negative verneinen!

Was tun …?, wie es machen …?, dass das Negative in uns weicht und das Gefühl von positiven Kräften durchdrungen wird?
Es gibt nur einen Weg: Dem Willen wieder Oberherrschaft über die Vorstellungen (Gedanken) zu verschaffen!
Zu diesem Zweck ist es notwendig, dass viel mehr als bisher bewusst gedacht wird. Das bedeutet, dass zu jeder gefühlsbetonten Vorstellung, die im Bewusstsein auftaucht, sofort Stellung genommen wird. Sofort muss festgestellt werden, ob sie nützlich oder schädlich ist.
Ist sie schädlich, also negativ, lenken wir sofort die Aufmerksamkeit auf das Gegenteil. Dadurch schaffen wir eine positive Gegenvorstellung, die dann von sich aus die negative Vorstellung verblassen lässt.
Wenn wir die Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Vorstellung lenken, diese bewusst in den Vordergrund des Interesses schieben, so sprechen wir von Gedankenkonzentration. Um sich klar zu machen, wie dadurch die Vorstellung von gegenteiligem Charakter verschwindet, muss man sich unter Konzentration einen Beseelungsprozess vorstellen.
So wie in der realen Welt, der Stärkere über den Schwächeren siegt, so ist es auch in der Welt der Gedanken. Auch hier siegt der stärkere Gedanke über den Schwächeren.

Aufmerksamkeit beseelt die Gedanken

Bei der Gedankenkonzentration ist der Schöpfer der Vorstellungen der **Wille**. Er lenkt die Aufmerksamkeit auf eine gewünschte Vorstellung,

wodurch er sie zum Leben erweckt, d. h. stark und kräftig in Erscheinung ruft.

Je mehr er die Aufmerksamkeit (Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen) einer bestimmten Vorstellung zuwendet, um so mehr zieht er sie von allen anderen Vorstellungen ab.

Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen! (6. Genkgesetz)

Notwendigerweise werden dadurch alle anderen Vorstellungen, somit auch die einer Vorstellung entgegengesetzte, klein und schwach und verschwinden schließlich ganz, weil sie ja keine Seelensubstanz mehr erhalten.

Wie Sie eben gesehen haben, ist bei der Konzentration die Aufmerksamkeit in der Hand des Willens; jedoch nur in den Bezirken unseres organischen und geistigen Lebens, wo der Wille noch etwas zu sagen hat.

Ist seine Herrschaft gänzlich zunichte, z. B. wenn das Gefühl vollkommen von negativen Vorstellungen beherrscht wird, oder ist er ausgeschaltet, wie z. B. bei einer von außen kommenden starken Beeinflussung (Fremdsuggestion), dann gelingt es natürlich nicht, starke Gegenvorstellungen zu schaffen, weil dann die Aufmerksamkeit im Dienste einer anderen Macht steht (**z. B. Angst, Furcht, Leidenschaft)**. Trotzdem gelingt es auch dann dem Willen, sich wieder die Oberhand zu verschaffen, aber nicht durch eine direkte, sondern nur durch eine **indirekte Aktion**.

Wenn Sie die Technik der Autosuggestion richtig Stück um Stück durchdenken, werden Sie entdecken, wie wir alle diesem System der Beeinflussung täglich ausgesetzt sind.

Wie ich schon sagte, entstehen Vorstellungen auch durch äußere Einflüsse. Verhält sich der Wille den Einflüssen der Außenwelt gegenüber neutral oder billigt er sie gar, so strömen die dadurch geschaffenen Vorstellungen unverzüglich ins Unterbewusstsein.

Findet die Beeindruckung der Sinne längere Zeit statt und ist diese genügend kräftig, so entstehen dadurch derartig starke Vorstellungen, die mit Leichtigkeit jede Gegenvorstellung beseitigen und sich zum Herrscher über den Körper machen können.

Das ist dann das Ergebnis einer Suggestion (Beeinflussung). Findet die Beeindruckung der Sinne durch gesprochene Worte statt, dann spricht man auch von Einflüsterung.

Eine Suggestion muss klar und eindeutig sein!

Wenn Sie meine bisherigen Ausführungen genügend durchdacht haben, wissen Sie bereits, dass eine Suggestion sich nur dann realisieren, also den Körper beeinflussen wird, wenn die dadurch geschaffenen Vorstellungen das Gefühl in die Hand bekommen.

Es versteht sich von selbst, dass, um dies zu erreichen, die Suggestion absolut klar und eindeutig sein muss. Sofern es sich dabei um die oben genannten Einflüsterungen handelt, demnach also um eine

Beeinflussung durch die Sprache, so muss sie alle diejenigen Worte in sich vereinen, die in ihrer Zusammenwirkung und in ihrer Betonung nur ein, und zwar das gewünschte Bewusstseinsbild (Vorstellung) erzeugen.

Handelt es sich also darum, durch Suggestion eine Vorstellung zu schaffen, die einer negativen entgegentreten soll, so muss sie so beschaffen sein, dass sie ein **absolut positives Bild**, also genau das Gegenteil, im Bewusstsein hervorbringt. **Aber nicht nur eine mögliche Doppeldeutung, sondern auch jeder Zweifel muss einer Suggestion fehlen. Die Vorstellung, die durch eine richtig gegebene Suggestion entsteht, stellt irgend etwas, das, was geschehen wird, als Tatsache - nicht als nur möglich - hin.**

Darauf kommt es an!

Besteht irgendein Zweifel, wenn auch nur der Geringste, so ist auch schon die Verwirklichung in Frage gestellt, mindestens aber sehr erschwert. Die wichtigste Suggestionsart, die wir beherrschen lernen müssen, ist die **bewusste Autosuggestion**, die **bewusste Selbstbeeinflussung**.

Im Grunde ist jede Art Suggestion, also auch die Fremdsuggestion, auf Autosuggestion gegründet. Der einzige Unterschied ist der, dass die Autosuggestion von uns selbst ausgeführt wird, während die Fremdsuggestion von einer außen stehenden Person, dem Suggestor, vorgenommen wird.

Bewusste Autosuggestion

Es muss eine ganz bestimmte Vorstellung durch das Denken geschaffen werden, ein geistiges Bild dessen, was man wünscht.

Bei der bewussten Selbstbeeinflussung wird die Aufmerksamkeit solange auf ein inneres Bild gelenkt, bis eine feste Überzeugung, ein Glaube an das, was eintreten soll, empfunden wird.

Dieser Glaube kommt ganz von selbst, und zwar in dem Maße mehr, wie durch richtige Gedankeneinstellung die Vorstellung kräftiger wird.

Es muss also eine ganz bestimmte Vorstellung durch das Denken geschaffen werden, ein absolut naturgetreues, geistiges Bild dessen, was man wünscht.

Um das zu erreichen, bedient man sich der Phantasie, die durch die Imagination (Einbildungskraft) schöpferisch aktiv wird. Man muss sich also das, was man wünscht, einbilden!

Man muss sich das, was man wünscht, einbilden!

Je intensiver das geschieht, um so stärker wird die Vorstellung, die dann um so mehr das Gefühl beherrscht und dadurch sich verwirklicht.

Wir müssen uns vorstellen, dass das, was wir mit Phantasie bezeichnen, das Gestaltungsmaterial eines Künstlers ist. Mit Hilfe der Imagination können wir aus diesem Material alles hervorbringen, was wir wollen, das Positive ebenso gut wie das Negative.

Man muss also innerlich formen und modellieren und ganz bewusst die Idee, das Urbild dessen schaffen, was werden soll.

Wichtig ist dabei, dass wir dieses Urbild nicht oberflächlich erdenken, sondern in allen überhaupt ausdenkbaren Einzelheiten. **Je genauer und gewissenhafter wir vorgehen, um so sicherer ist der Erfolg der Selbstbeeinflussung**.
Im Effekt muss erreicht werden, dass unsere ganze Aufmerksamkeit, also unser ganzes Interesse, sich mit dem beschäftigt, was wir uns suggerieren.
Gemeint ist also nicht nur ein bloßes Denken: ich bin positiv, ich bin selbstbewusst, ich bin innerlich vollständig ruhig und der Meister über alles Negative usw., sondern ein - in Einzelheiten - Erleben dessen, was wir wollen.
Malen Sie also das, was Sie wollen, ganz bildhaft in sich hinein und geben Sie sich dabei Mühe, auch die Feinheiten und Einzelheiten so plastisch wie möglich auszugestalten.

Möglichst viele Sinne beteiligen!

Eine Verstärkung dieses Bewusstseinsvorganges wird erreicht, wenn wir das, was wir denken bzw. uns schöpferisch einbilden, **gleichzeitig auch aussprechen**. Das verstärkt immens die Konzentration und schützt vor Ablenkungen während der Selbstsuggestion.
Besonders wenn man in der bewussten Zusammendrängung geistiger Energie auf einen einzigen Brennpunkt noch keine Übung hat, was ja unter Konzentration hier verstanden wird und wodurch gerade die bewusste Beseelung eines Gedankens bzw. einer Vorstellung erreicht wird, ist das gleichzeitige Formen der Suggestion auch mit dem Munde und den Lippen ein wertvolles Hilfsmittel.
Sprechen wir gleichzeitig aus, was wir konzentriert denken, dann schwingt auch unser Körper im Rhythmus der Selbstbeeinflussung mit. Ein Gedankenbild, das unsere Nerven erregt, wird dadurch Fleisch und Blut.

Zweck: Verstärkung der Konzentration.

Durch die Klarlegung dieser Zusammenhänge verstehen wir jetzt auch die wirkenden Faktoren bei einer von außen kommenden Beeinflussung, also bei der Fremdsuggestion.
Dabei wird durch die Sprache (Verbal-Suggestion) oder durch das, was jemand (das Medium) zu sehen bekommt (Optische Suggestion), so auf das Vorstellungsleben eingewirkt, bis genau wie bei der Selbstsuggestion eine totale Durchdringung mit einer bestimmten Idee erreicht ist. Der Beeinflusste bzw. das Medium glaubt dann felsenfest daran, dass das, was ihm geistig vor Augen steht, unbedingt geschieht oder eintritt.
Die Hauptkunst der Fremdsuggestion besteht darin, das, was suggeriert wird, so glaubwürdig zu machen, dass es tatsächlich geglaubt wird.

Fremdsuggestionen: täglich sind wir ihnen ausgesetzt!

Die Methoden, die dabei zur Anwendung kommen, sind äußerst vielseitig. Grundsätzlich ist zu sagen, dass jeder Mensch suggestive

Einflüsse ausstrahlt und zwar im guten wie im schlechten Sinn, sei es durch sein Sprechen, durch sein Verhalten oder seine Handlungen. Schon die Abfassung einer geschickten Zeitungsannonce kommt einer Suggestion gleich.

Werbung: Ausnutzung dieser Erkenntnisse!

Man spricht darum auch ganz allgemein von vielen Dingen, dass sie suggestiv wirken. Suggestiv kann z. B. die Aufmachung und Verpackung einer Ware, die Dekoration eines Schaufensters sein, die geschickt aufgebauten Werbespots im Radio und im Fernsehen, aber auch die Abfassung eines Aufrufes, die Gestaltung einer Rede usw.

Immer, was zur Bejahung und zum Glauben zwingt, ohne dass der Verstand erst überzeugt zu werden braucht, ist die Wirkung von Suggestion.

Und sie ist um so stärker als Suggestion, je mehr sie es fertig bringt, die freie Entschlusskraft auszuschalten, und meist auch, je weniger sie als Suggestion erkannt wird.

Wünsche, Neigungen, Interessen, Ängste, Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften lenken unbewusst die Aufmerksamkeit. (8. Denkgesetz)

Die Suggestion tarnt sich deshalb auch auf vielfache Weise und schleicht sich meist über ein **Hintertürchen** der Seele in die Bewusstseinsvorgänge ein, dergestalt, dass sie unter einem Vorwand auftritt, der mit den guten oder schlechten Neigungen des Menschen, seinen ethischen oder egozentrischen Gefühlen Verbindung hat, bzw. sympathisiert.

Das ist dann unbewusste Fremdsuggestion, im Gegensatz zu bewusster, die sofort als Beeinflussung erkennbar ist.

Die Kunst der Beeinflussung.

Wenn ein Magazin z. B., das auf die erotischen Komplexe und sinnlichen Gelüste seiner Leserschaft spekuliert, auf der Umschlagseite eines Heftes in Fettdruck bringt:

„Das geheime Doppelleben von Herrn X ... Sensationelle Enthüllungen unseres Reporters …“, dann haben wir einen ganz klaren Fall von getarnter Suggestion vor uns. Das Ziel der Suggestion ist **nicht die Unterrichtung** oder Unterhaltung des Publikums, **sondern ausschließlich der Verkaufserfolg**. (Vgl. 8. Denkgesetz!)

Wiederholung, bewusst oder unbewusst, verstärkt die Antriebe bis zum Automatismus der Vorgänge, begünstigt und bewirkt so Zwangsabläufe körperlicher, geistiger und seelischer Art und zwar ebenso in positiver wie in negativer Hinsicht. (16. Denkgesetz)

Das Wissen um die Gesetze der Fremdsuggestion ist vor allem notwendig, damit wir uns gegen negative Einflüsse und Überrumpelungen unserer freien Entscheidung schützen lernen.

Wenn wir wissen wie eine Beeinflussung zustande kommt, werden wir gegen alles, was in entscheidenden Dingen auf uns einströmt, kritisch sein und nur die Einflüsse zulassen, von denen wir wissen, dass sie tatsächlich positiv sind.

Hierbei müssen wir besonders auf die **„Kunst der feinen Beeinflussungen“** achten, die sich über seelische und intellektuelle Reaktionen einschleicht, die sich nur bei äußerster Aufmerksamkeit unseres Geistes als beabsichtigte Suggestion erkennen lässt. Daraus wird ersichtlich, dass die Art der Suggestion und ihre Tarnung immer auch der Psyche dessen entspricht, auf den sie angewandt wird.

Die größte Bedeutung kommt in unserer Zeit der politischen Suggestion zu, denn der freie Wille der Massen ist zunächst nur ein demokratisches Wunschbild.
Und er wird es auch solange bleiben, solange man nicht durch eine entschlossene Aufklärung dafür gesorgt hat, dass man in allen Kreisen, die für die politische Willensbildung entscheidend sind, um diese Gesetze wissende Männer und Frauen genug hat, die ein vollwertiges Gegengewicht zu den politischen Massensuggestoren aller Art bilden.
Die politische Ertüchtigung der Massen steht und fällt mit der Kenntnis der Gesetze vom Denken!
Und solange ist wirkliche Demokratie gänzlich unmöglich, solange den Massen durch Suggestiv-Einwirkungen das eigene Nachdenken vernebelt, erschwert oder gänzlich unmöglich gemacht wird!
Das ist jedem Psychologen eine Tatsache und das liegt nicht an ererbter Dummheit, sondern an der Unwissenheit, der falschen Anfangserziehung der Menschen und an negativen Umwelteinflüssen. Die Massen müssen solange dumm bleiben, solange sie für dumm verkauft werden! Hier könnte sich vieles sehr kurzfristig ändern, wenn es einflussreiche Politiker nur ernsthaft wollten!

Willensfreiheit der Masse ist nur ein demokratisches Wunschbild!

Bewerten Sie das, was Sie lesen, hören und sehen nach den Denkgesetzen.

Fortdauernde Behauptung einer Möglichkeit wird zum Glauben und aktiviert dadurch die Kräfte zur Verwirklichung der Behauptung. (14. Denkgesetz)

Wer das alles weiß und richtig erkennt, dem wird es einleuchten, dass viele Ursachen von Hemmungen und Mißerfolgen nur in einem negativen Umwelteinfluss zu suchen sind.
Natürlich muss man immer der Mensch sein, der einem Einfluss zugänglich ist. Doch das ist nicht nur eine Frage der Intelligenz, vielmehr einer ganz bestimmten seelischen Struktur, und in der Regel sind gute Menschen leichter zu beeinflussen als schlechte. Es lässt sich daraus ableiten, dass das Wesensgefüge der Massen im Durchschnitt viel besser ist, als es der allgemeinen Annahme entspricht.
Hier werden ungeheure Denkfehler gemacht, und ein gut Teil des politischen Unvermögens der Massen wurde durch diese Fehler künstlich gezüchtet.
Andererseits geht durch unser Nachdenken auf, wie fördernd für unsere Entwicklung positive Umwelteinflüsse sind. Man kann viel aus eigener Kraft dazu tun, dass sich diese Einflüsse zu einer Quelle der Gesundung und Erstarkung unseres ganzen körperlichen, geistigen und seelischen Menschen entwickeln.
Näheres hierüber im **„Tageslauf des positiven Menschen“** und wenn wir später über die „**Vergoldung des Alltags“** sprechen.

Gute Menschen sind leichter zu beeinflussen als schlechte!

Positive Umwelteinflüsse schaffen!

Nun noch einiges über die Einbildung: Sagen Sie nicht, dass es Unsinn sei, sich z. B. Gesundheit einzubilden, wenn gar kein Grund dafür vorhanden ist oder sich Schmerzlosigkeit einzubilden, wenn Schmerz da ist. Gewiss scheint es unsinnig, und doch wird der Gedanke bzw. die

Vorstellung: „Es ist kein Schmerz da“ den Schmerz unbedingt weichen lassen, wenn sie kräftig genug ist.

Unempfindlichkeit gegenüber Schmerz durch Autosuggestion.

Sicher haben Sie schon von Fakiren gehört. Nun, viele davon bringen es durch ihre Imaginationskraft (Einbildungskraft) fertig, sich vollkommen gefühllos zu machen. Sieht man als Uneingeweihter ein derartiges Experiment, z. B. Durchstechen des Armes mit einem Dolch, so glaubt man ein Wunder zu erleben.

Der Vorgang ist höchst einfach: Einen Schmerz haben wir nur dann, wenn er uns zum Bewusstsein kommt. Das kann nur der Fall sein, wenn das Nervensignal und die von ihm ausgelöste Vorstellung unsere Aufmerksamkeit finden. Ist das nicht der Fall, so fühlen wir keinen Schmerz.

Bilden wir uns nun überzeugend ein, dass wir keinen Schmerz haben, so steht dieses Bild (von der Schmerzlosigkeit) im Vordergrunde unseres Denkens, und die durch die Durchbohrung des Körpers entstandene Beeindruckung der Sinne (Schmerzgefühl) findet durch die Ablenkung der Aufmerksamkeit keine Kraft, um sich im Bewusstsein durchzusetzen.

Dass es wirklich so ist, haben Sie selbst schon oft genug erlebt. Oder haben Sie sich noch nie verletzt, ohne dass Sie es gemerkt haben? Und wie oft haben Sie es sogar erst Stunden oder sogar Tage später festgestellt.

Das ist im Grunde genau dasselbe wie beim Fakirexperiment, nur, dass bei Ihnen die Aufmerksamkeit nicht durch die „Vorstellung der Schmerzlosigkeit“, sondern durch andere Dinge abgelenkt wurde. Die Kunst des Fakirs besteht darin, dass er nur zu denken braucht, was er will, jedenfalls im Zustand seiner Konzentration.

Alles lässt sich durch die Gedanken beeinflussen.

Verstehen Sie jetzt, warum die Zahnschmerzen, die erst so heftig waren, plötzlich vor der Tür des Zahnarztes wie weggeblasen sind und sich, wenn man aus „Angst“ auf die Hilfe des Zahnarztes verzichtet, im Hause mit alter Kraft wieder einstellen?

So lässt sich durch die Einbildung nicht nur der Nervenapparat beeinflussen, sondern auch der übrige Organismus.

Man denke dabei an die vielen durch „Glauben“ ermöglichten Krankenheilungen. Hiermit meine ich jedoch keineswegs nur die Beseitigung nervöser Leiden, sondern auch die Befreiung von organischen Erkrankungen.

Wichtig ist das richtige Begreifen der Wirkungsweise der Suggestion.

Ich persönlich habe Fälle erlebt, die ich unbedingt als Wunder ansprechen müsste, wenn mir nicht bekannt wäre, dass dabei alles auf natürlichem Wege zugegangen ist. **Und was ist der „Glaube“? Die innere Überzeugung von der eintretenden Heilung! Also eine mächtige, positive Vorstellung!**

Auch Ihnen wird sicher manche durch den Glauben bewirkte Heilung bekannt sein. Einerlei, ob es sich dabei um die „Besprechung“ der

Gürtelrose handelt, um das „Büßen oder Besprechen“ von Warzen oder um die Wirkung der Placebos, der Scheinmedikamente, immer ist die heilende Kraft eine **entsprechende Vorstellung, die die inneren Heilvorgänge anregt.**
Heilen kann in jedem Fall nur eine Kraft, die Kraft des inneren „Selbst“, die Seele. Alle äußeren Mittel sind nur dazu notwendig, um das geistige Bild der Gesundheit zu schaffen, das die seelische Heilkraft anregt und die Hindernisse beseitigt, die den inneren „Baumeister" in der Ausübung seines Berufes hemmen. ***1)**
Versagt die seelische Heilkraft, dann kann auch ärztliche Kunst nicht helfen. Wer könnte wohl eine Wunde heilen, wenn nicht die innere Heilkraft sie vernarben würde? Wie aber diese Kraft heilen kann, so kann sie auch krank machen, ja, den Tod des Körpers herbeiführen, wenn negative Einflüsse sie beherrschen. Oder ist noch niemand durch Gedankenkraft gestorben?

Wir müssen begreifen lernen, warum Autosuggestion wirkt und wie weit der Mensch dadurch beeinflussbar ist. Dann können wir diese Technik für unseren Erfolg einsetzen!

Lassen Sie mich hier Ihnen noch einige aktuelle Fälle von der Heilkraft unserer Gedanken aufzeigen.

Mit dem Genesungsverlauf nach einem Unfall befassten sich die Kieler Wissenschaftler **Frey, Rogner und Havemann**. Ergebnis:
"Wer glaubt, er könne zu einem positiven Heilungsverlauf wenig oder garnichts beitragen, der bleibt länger in der Klinik. Das Gleiche gilt für die, die sich nach dem Unfall selbst anklagen oder, statt Geschehenes anzunehmen, an der "Vermeidbarkeit" des Unfalls festhalten.
Der Einfluss der inneren Einstellung für die Verweildauer in der Klinik ist dabei von noch größerer Bedeutung als die Schwere der Verletzung. Und erst recht gilt das für die Genesungszeit insgesamt, innerhalb und außerhalb der Klinik: Hier spielt die Schwere der Verletzung praktisch gar keine, die innere Einstellung des Patienten aber jede Rolle!“
Prof. Dr. Freys berechtigte Forderung an die Krankenhauspraxis: In der Behandlung von Unfallpatienten muss die innere Einstellung, die Psyche des Patienten, berücksichtigt werden.

Gesundheit durch richtiges denken.

Die sichtbare Wirkung des Glaubens
Forscher beobachten Placebo-Effekt im Hirn von Parkinson-Patienten.
Eine einfache Salzlösung kann bei Parkinson-Patienten die gleiche Wirkung hervorrufen wie die Injektion eines hochwirksamen Medikaments: Sie vermindert die Aktivität eines bestimmten Gehirnbereichs und löst so die für die Nervenkrankheit typische Muskelstarre – wenn der Patient von der Wirkung überzeugt ist. Italienischen Wissenschaftlern ist es gelungen, diesen Placebo-Effekt mit Hilfe winziger Elektroden direkt im Gehirn von Parkinson-Patienten zu beobachten. Das berichten Fabrizio Benedetti von der Universität Turin und seine Kollegen in der Fachzeitschrift Nature Neurosicience.
Bereits frühere Studien hatten darauf hingedeutet, dass die Symptome bei vielen Parkinson-Patienten nach der Gabe von Scheinmedikamenten ohne Wirkstoffe

Überall wirkt die Macht der Gedanken!

nachlassen. Diese Berichte basieren offensichtlich nicht auf reiner Einbildung, stellten Benedetti und seine Kollegen nun fest. Die Forscher implantierten einigen Parkinson-Patienten winzige Elektroden ins Gehirn, mit denen sie die Aktivität einzelner Nervenzellen im STN messen konnten.
Bekamen die Testteilnehmer anschließend eine Spritze mit einfacher Salzlösung, von der sie annahmen, sie enthielte ein hochwirksames Medikament, nahm die Aktivität im STN ab – genauso wie bei der tatsächlichen Gabe eines Wirkstoffs. Gleichzeitig verbesserte sich das Befinden der Probanden und die Starre ihrer Armmuskeln ließ deutlich nach. Dies sei der erste direkte Nachweis der Wirkung eines Placebos auf die Gehirnaktivität bei Parkinson, schreiben die Forscher. Ähnliche Effekte sind bereits von Schmerzmittelplacebos bekannt, die ebenfalls messbare körperliche Reaktionen hervorrufen können. (Nature Neurosicience, 2005)

Überall wirkt die Macht der Gedanken!

Diese Beispiele sind von größter Beweiskraft. Aber sie stehen nicht einzeln da, viele tausend ähnlicher Fälle wurden beobachtet und aus allen geht hervor:
Die Gedankenmacht ist die Mächtigste, über die ein Mensch verfügen kann. Ganz Großes ist möglich dem, der sich dieser Macht zu bedienen weiß, der sie diszipliniert und seinem Willen unterordnet. "Mens agitat molem", „Geist bewegt die Materie". So ist es tatsächlich!

Auch die Wunder Jesu, die Heilung der Lahmen, Blinden, Tauben und Aussätzigen, ja, die Auferweckung des Toten zu Nain erscheinen dann nicht mehr als Legende oder als Phänomene gewöhnlicher Suggestion oder Hypnose, sondern tatsächlich als das, als was sie aufgefasst sein wollen: als die Einwirkung einer göttlichen Geisteskraft auf die Gesetzesebenen der materiellen Welt.
Kein Ding ist unmöglich durch die Macht des Glaubens. Der Glaube in seiner Wirkung aber wird geleitet und wachgerufen durch die Macht des Denkens!
Wie die Macht der Gedanken im Reiche der organischen Funktionen wirkt, hemmt oder fördert sie auch im Reiche des Geistigen.
Werde ich von der Vorstellung verfolgt, dass ich ein schlechtes Gedächtnis habe, so werde ich schwerlich etwas behalten können. Denke ich, dass ich eine geistige Arbeit nicht zuwege bringe, so wird das geschehen, umgekehrt erzeugen die entgegengesetzten Vorstellungen erhöhte Leistungsfähigkeit und besseres Können.
Wie Selbstbeeinflussung grundsätzlich betrieben wird, wissen Sie schon. Falls es sich um eine in Gedanken gesprochene Beeinflussung handelt, bedienen Sie sich der Phantasie und bilden sich ganz fest ein, dass das, was Sie sich wünschen, unbedingt eintreten wird. Vergessen Sie nicht: Es darf kein Zweifel in der Suggestion liegen, und sie muss ganz eindeutig sein.

So werden Sie innerlich ruhig!

Wollen Sie innerlich ruhig werden, so denken Sie, indem Sie vor Ihrem geistigen Auge das Bild vollkommener Ruhe haben:

„Ich werde ruhig!"

Diesem Gedanken geben Sie sich vollkommen hin, wobei Sie den Eintritt der Ruhe als selbstverständlich erwarten.

Sich immer auf den Standpunkt der Selbstverständlichkeit stellen!

Ja, so kommt es, ich werde ruhig, ganz selbstverständlich „ruhig". Dieser **Selbstverständlichkeit** müssen Sie sich hingeben, darauf kommt es an. Nicht sagen, indem Sie sich gewaltsam bezwingen wollen: „Ich will ruhig sein." Das ist dann Selbstbeherrschung, aber keine Selbstbeeinflussung. Ohne Zweifel ist Selbstbeherrschung gut, aber weil dabei nicht die Gedanken, sondern die Nerven zur Ruhe gezwungen werden, ist sie viel schwerer und anstrengender als Selbstbeeinflussung. Übrigens ist mit der Selbstbeherrschung viel weniger anzufangen als mit der Autosuggestion, vor allem, wenn es sich um die Beeinflussung unwillkürlicher Vorgänge handelt. **Autosuggestion darf keine Anstrengung der Nerven verursachen; wenn sie es dennoch tut, wird sie falsch ausgeführt.**

Autosuggestion wirkt durch die Macht des Gefühls.

Je öfter man sich selbst beeinflusst und je mehr man sich in die Denkvorgänge der Selbstbeeinflussung einlebt, um so vollkommener tritt ihre Wirkung in Erscheinung. **Das ganze Denken muss positiv werden, und vor allem muss alle Angst, die ja der Nährboden negativer Vorstellungen ist, heraus aus dem Bewusstsein.**

Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen!

Wozu auch Angst? Fragen Sie sich, was Ihnen schlimmstenfalls passieren kann: Als Redner durch das Lampenfieber den Faden verlieren? Gut, so werde ich mich höchstens blamieren. Denken Sie: Jeder blamiert sich, so gut er kann! Habe ich den Faden schon einmal verloren? Nein! Also warum sollte es ausgerechnet jetzt passieren, wo ich keine Angst mehr davor habe? Weg mit dem letzten Rest der Angst!

So müssen wir uns in jedem Falle fragen, und indem wir uns die Ursachen der Angst klar machen, was natürlich manchmal gar nicht leicht ist, sind wir schon auf dem besten Wege, uns von der Angst zu befreien.

Deshalb keine Angst haben. Lassen Sie kommen, was da will!

Wir werden später noch viel darüber hören, wie wir die Angst aus uns herausbekommen, denn das ist eine Hauptursache unseres persönlichen Versagens. Einstweilen soll nur der grundsätzliche Weg zu einer positiven Denkrichtung gezeigt werden und im Besonderen im Hinblick auf die Technik der Selbstbeeinflussung.

Als wirklich positiv denkender Mensch darf man auch Gedanken nicht aufkommen lassen wie: Das werde ich wohl nicht können, das werde ich wohl nicht überwinden usw. Alles, was möglich ist, geht, ist leicht, wird gemacht!

Auch die Gedanken: **„Ich kann nicht!"** und **„Ich will nicht!"** gehören auf den Friedhof. Einerlei, ob es sich um die Beseitigung einer Hemmung, die Erzielung einer Leistung, die Entwicklung einer Anlage

handelt: Immer geht es, wenn nur die Gedanken richtig eingestellt werden. **Das ganze Denken muss klar, zweifelsfrei und bejahend sein, so wie auch die Einstellung zur Umwelt absolut bejahend sein soll. Erst wenn das der Fall ist, ist man positiv!**

Wann und wie oft Selbstbeeinflussung?

Durch bewusstes Aussprechen eines Gedankens können wir ihn beliebig lange im Bewusstsein festhalten. Wichtig ist dabei, dass man diesen Gedanken auch bejaht! Ist die Überzeugung noch nicht da, muss man einfach so tun, als wäre sie schon da!

Eine Selbstbeeinflussung realisiert sich um so schneller, je **eindringlicher** und **öfter** sie durchgeführt wird. Das heißt aber nicht, dass wir uns einen bestimmten Gedanken unausgesetzt hintereinander einreden müssen. Damit würden wir den Wachstumsvorgängen des Seelenlebens nicht gerecht.

Stellen Sie sich vor, die Selbstbeeinflussung sei ein Same, den wir tief in unser inneres Wesen einzupflanzen haben. Von Zeit zu Zeit heißt es, diesen Keim mit seelischer Nahrung zu versehen, dadurch wird er größer und wächst schließlich zu einer starken, kräftigen Pflanze heran.

Praktisch bedeutet das, dass wir uns während des Tages wiederholt dieses Keimes bewusst werden müssen, wozu wir uns die Suggestion lebhaft in die Erinnerung zurückzurufen haben bzw. erneut erteilen müssen. **Wichtig ist dabei die Stimmung**, in der wir uns befinden, die immer diktiert sein muss von dem Glauben an die selbstverständliche Verwirklichung des bewusst erzeugten Gedankenbildes.

Da das Beispiel der beste Lehrmeister ist, wollen wir uns diese Bedingungen an einer Selbstsuggestion verdeutlichen, die sich ganz auf die Entwicklung zur positiven Persönlichkeit bezieht. Das Wichtigste ist dazu ein eindringlicher, beeinflussender Wortlaut. Er muss so sein, dass er das, was werden soll, genau ausmalt. Außerdem muss er von dem selbstverständlichen Glauben an die Verwirklichung der Autosuggestion geformt sein.

Der Wortlaut eines Suggestion muss immer positiv sein!

Hier das Beispiel:

„In meinem inneren Wesen wachse ich immer mehr zu einer selbstbewussten, positiven Persönlichkeit heran!
Ich fühle deutlich, wie ich immer mehr Macht über mich gewinne, wie ich immer beherrschter, immer ausgeglichener, immer harmonischer werde.
Meine Nerven gehorchen mir - mein Denken löst sich von allen Hemmungen - mein Geist wird frei und entfaltet sich.
Ich fühle, dass ich innerlich wachse - Tag für Tag fühle ich mehr, wie ich wachse!
Ein großes Selbstvertrauen kommt über mich.
Ich glaube an mich und an meine seelische Kraft!
Ich meistere immer mehr jede Schwäche, nichts kann mich klein und schwach machen, nichts zu Boden zwingen.
Ich fühle, dass ich meine Ziele erreichen werde, ganz deutlich fühle ich das!“

Wenn Sie den Wortlaut dieser Selbsteinrede mit voller Hingabe und bedingungsloser innerer Bereitschaft auf sich einwirken lassen, werden Sie schon beim erstmaligen Durchlesen spüren, dass aus der Vertiefung auf diese Gedanken unbedingt ein Einfluss erwächst. Dieser Einfluss wird um so stärker, je mehr Sie dabei Ihre Phantasie und Einbildungskraft spielen lassen.

Steigerung der Wirkung.

Eine weitere Steigerung ist möglich, wenn Sie den Suggestionstext nicht nur lesen, sondern gleichzeitig mit den Lippen formen, also aussprechen und dann obendrein noch mit den Augen unterstützend arbeiten. Hierzu ist erforderlich, dass Sie den Suggestionstext aus dem Gedächtnis sprechen, während sie vor einem Spiegel stehen.

Der ganze Mensch muss dabei sein!

Beim Sprechen müssen Sie dann sichtbar verkörpern, was Sie sagen. Der ganze Körper muss beteiligt werden und mit allen Nerven im Rhythmus des positiven Wollens schwingen. Das Ganze muss geschehen mit voller Einstellung auf die Selbstverständlichkeit und im tiefen Glauben an alles, was Sie zu sich sprechen. Je gründlicher und gewissenhafter Sie vorgehen, und je mehr Sie durch Ihre vollkommene Hingabe an die Wirkung dieser aufbauenden Beeinflussung schon im Voraus fühlen, wie Sie innerlich wachsen, stark und positiv werden, um so intensiver gestalten Sie das innere Erlebnis und um so machtvoller und nachhaltiger ist die Wirkung auf Ihre seelische Struktur.

Volle Hingabe. Schon im voraus erleben, was kommt!

Ich habe schon über die Macht des Gefühls gesprochen und Ihnen erklärt, dass sich unbedingt der Gedanke in uns durchsetzen wird, dem es gelingt, unser Gefühl zu erfassen. Jetzt werden Sie wissen, was ich damit sagen wollte und diese Erkenntnisse auch in der Praxis zur Anwendung bringen können.

Was die Wiederholung der Suggestion betrifft, so empfehle ich Ihnen, diese täglich dreimal vorzunehmen. Aber immer nur dann, wenn Sie wirklich 5 Minuten Zeit dafür übrig haben. Bedenken Sie bitte, dass diese positive geistig-seelische Gestaltungsarbeit ein Schöpfungsprozess ist und danach auch behandelt werden will.

Den ganzen Tag über im Sinn der Selbstbeeinflussung handeln! Rückschläge sind nebensächlich und natürlich.

Von besonders starkem Einfluss ist diese Selbsteinrede morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem Einschlafen. Es versteht sich von selbst, dass Sie auch während des ganzen Tages unter dem Eindruck der Suggestion stehen müssen, was durch die gewissenhafte Durchführung Ihrer Vorsätze zum Ausdruck kommen muss. Man muss sich also während des ganzen Tages bemühen, soweit wie möglich im Sinne der Suggestion zu handeln.

Rückschläge in der ersten Zeit, die unbedingt kommen werden, dürfen Sie nicht irritieren!

Sie werden sehen, dass mit dem Wachsen Ihrer Persönlichkeit dieses Versagen immer seltener wird und dann ganz von selbst aufhört, weil durch die fortdauernde Selbstbeeinflussung zum Positiven die Beachtung der erfolgreichen Lebensrichtung immer selbstverständlicher

und damit immer leichter wird. Wenn Sie sich zu sehr mit Rückschlägen beschäftigen, wird jedesmal der Glaube an das eigene Können untergraben, das aber erschwert ihren Kampf um die Bemeisterung des Lebens. Passive Resistenz gegenüber allem Negativen, das gilt auch hier.

Wirksame Spezial-Suggestionen

Immer auf den „Selbstverständlichkeitsstandpunkt" stellen.

Zum Abschluss dieses Kapitels über die geistigen Ursachen des Erfolges finden Sie eine Reihe wertvoller Spezialsuggestionen, die Ihnen zeigen, wie der Wortlaut einer guten Selbstbeeinflussung aufgebaut sein muss.

Grundsätzlich ist zu bedenken, dass man sich immer auf den „Selbstverständlichkeitsstandpunkt" stellt.

Also: Alles das, was man sich wünscht, bzw. was durch die Selbstbeeinflussung eintreten soll, wird ganz bestimmt und ganz selbstverständlich eintreten! Jeder Zweifel muss von vornherein schon durch die positive Gestaltung des Wortlautes ausgeschaltet sein: Ganz selbstverständlich ist es so, ganz selbstverständlich kommt es so, wie es mir die Suggestion sagt!

Bildhaft denken!

Hierbei sei nochmals daran erinnert, dass man stets mit der Phantasie und Einbildungskraft zu arbeiten hat. **Es muss also innerlich immer ein genaues Bild von dem geformt werden, was Wirklichkeit werden soll. Je intensiver wir dieses Bild gestalten und je mehr wir uns in seine Ausmalung mit unserem ganzen Gefühl hineinleben, um so schneller setzt sich die Selbstbeeinflussung in die Tat um.**

Achtung! Bitte genau durchlesen und darüber nachdenken.

Es wurde schon gesagt, dass zur wirksamen Durchführung der Autosuggestion einige Übung gehört. Wenn man sich jedoch eine Zeit lang bemüht, genau nach Vorschrift zu handeln, also die Regeln zur Erteilung wirksamer Selbstsuggestionen genauestens zu beachten, dann stellt sich unser Konzentrationsvermögen so tadellos ein, dass wir uns später völlig mühelos und sogar im Schlaf beeinflussen lernen.

Wie jede anfangs noch so schwierige Kunst schließlich ganz leicht fällt, so ist es auch hierbei. Zudem ist es so, dass ein einmal kräftig geformter Bewusstseinsinhalt eine feste Erinnerungseinheit darstellt, die sofort wieder mit allen Einzelheiten in Erscheinung tritt, wenn wir nur mit einem leisen Impuls daran rühren.

Die Suggestion arbeitet in uns ganz selbstständig.

Daraus ergibt sich auch, dass die Suggestionen in uns vollkommen selbständig zu arbeiten beginnen. Bewusste positive Autosuggestion schafft uns buchstäblich Mitarbeiter des Erfolges, die je nach ihrer Seelenkraft **(Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen)** unser Streben immer leichter machen.

Wir können einfach, was wir wollen, weil das wirksame Gedankenbild als unser Bevollmächtigter es unserem Nervensystem befiehlt!

Angenommen, Sie sind heute noch ein unruhiger Mensch, der bei jeder Gelegenheit aus dem Häuschen gerät und keine fünf Minuten stillsitzen kann. Wenn Sie nun mit ernstem, festem Wollen zielbewusste Selbstbeeinflussung treiben, werden Sie schon nach kurzer Zeit spüren, wie Ihnen plötzlich mitten in einer Unruheanwandlung die Vorstellung der Ruhe ganz von selbst ins Bewusstsein kommt und entsprechende Wirkungen auslöst.

So ist es auf jedem Gebiet, auf dem Sie Autosuggestion treiben. Gedanken sind eben Kräfte, und die Gedanken, die wir durch die Selbstbeeinflussung planmäßig in uns großziehen, sind eines Tages die Herren über uns und verwirklichen sich unbedingt.

Der Selbstverständlichkeitsstandpunkt. Ja, das kommt ganz von selbst!

***1) Glaube und Wunderheilungen:**

Eine Sonderstellung unter den „Glaubensheilungen" nehmen die Fälle ein, wo ein Wunder angenommen werden muss, wie es z. B. bei mancher Heilung in Lourdes, dem Pilgerort der „Heiligen Bernadette", der Fall ist.

Wenn ein kleines, krankes, krüppeliges Kind, das noch gar nicht denken kann und darum auch nicht über sein Vorstellungsleben zu beeinflussen ist, plötzlich von einem Tage zum andern gesund wird, dann ist das ein Gnadenakt des Himmels, eine unmittelbare Einwirkung von Kräften über aller Materie.

Dieser Fall wurde schon eingangs berücksichtigt, als wir hörten: **Es gibt Umstände, dass die allgemein gültige Kausalität durch höhere Kräftewirkungen plötzlich durchbrochen wird und allen Bedingungen der materiellen Welt zum Trotz das Wunder in Erscheinung treten kann.**

Wirksame Spezial-Suggestionen

Entwicklung innerer Ruhe

Ich atme ganz langsam, ruhig und tief und fühle dabei,
wie ich innerlich immer ruhiger und ruhiger werde.

Diese Ruhe ist eine Wohltat für mein Gemüt und meine Nerven.
Ich fühle es an meinem Herzen: Es schlägt immer gleichmäßiger, immer gelassener,
immer entspannter, - immer gleichmäßiger, immer gelassener,
immer entspannter.

Es ist ein wunderbares Gefühl, innerlich ganz ruhig und ganz entspannt zu sein, -
ganz ruhig und ganz entspannt.

Das kräftigt die Nerven, - das macht seelisch stark, - das gibt Kraft
und macht innerlich ausgeglichen und harmonisch.

So friedlich und ruhig wie ich atme, so ruhig und friedlich pulst das Blut in mir, - so
ruhig und friedlich schwingt mein Gemüt.

Ich bin in allen Fasern meines Körpers völlig entspannt.

Es ist so, als wäre der Körper überhaupt nicht da.
Keine Verkrampfung, keinerlei erzwungene Entspannung,
alles nur Gelassenheit und Harmonie.

Es ist wunderbar, in allen Nerven so gelassen und so entspannt zu sein.
Das gibt Harmonie in allen Gedanken,
das macht frei von Hast und aller Unruhe und aller Disharmonie.

Ich fühle, wie ich innerlich immer ruhiger und ruhiger werde,
ganz ruhig, so, wie mein Atem, - so, wie mein Atem
Ganz ruhig - - ganz ruhig - - ganz ruhig.

Beseitigung seelischer Hemmungen

Die Macht froher positiver Gedanken erfasst mein Inneres.
Alles Ängstliche meines Wesens, alles Drückende verschwindet und macht einer zuversichtlichen Stimmung Platz.

Alle Hemmungen und Störungen der Nerven weichen von mir,
alle Hemmungen, alle Störungen.

Ich fühle, ich werde frei, frei von jeder Angst, von jeder Furcht,
von jeder Hemmung.

Meine Brust weitet sich,
und mein ganzer Mensch wird mit froher Zuversicht erfüllt.
Ich freue mich, dass alle Hemmungen weichen
und alle Störungen der Nerven verschwinden.

Alles Beengende wird verdrängt durch eine starke Lebensbejahung.
Ein Gefühl großer Sicherheit erwacht und durchpulst mit wunderbarer Wirkung meinen ganzen Körper.
(Tief atmen)
Ich freue mich und gebe mich ganz dem Gefühl hin,
dass ich Herr bin über alle Hemmungen.

Ich habe keinen Grund zu Angst oder Furcht, denn ich meistere jede Situation,
jede Situation durch meine seelische Kraft.
Und jeden Tag besser, jeden Tag besser.

Ich habe nur Gedanken der geistigen Freiheit.
Es gibt nichts, was mich niederdrücken könnte.

Angst und Furcht verlassen mich.
Ich dulde nur frohe Gedanken in meinem Bewusstsein.
Jeden Tag fühle ich mich freier von Hemmungen.

Ich fühle deutlich, dass ich frei werde, ganz frei,
ganz frei von allen Störungen meines seelischen Lebens.

Ich kenne keine Furcht und Angst mehr.
Ich freue mich, dass ich frei werde, ganz frei von allen Hemmungen
und jeden Tag mehr, jeden Tag mehr.

Jeden Tag werde ich freier, ich fühle das ganz deutlich.
Alle Hemmungen verschwinden,
ganz frei werde ich, ganz frei, ganz frei!

Förderung der körperlichen Gesundheit

Ich weiß, dass Gedanken Kräfte sind und nutze diese Macht aus zur Förderung meiner körperlichen Gesundheit.

Wenn ich mich ganz konzentriert auf einen harmonischen Ablauf meiner Organtätigkeit einstelle, dann tritt diese Harmonie immer deutlicher in Erscheinung, je öfter ich mich so konzentriere.

Das ist so, weil Gedanken Kräfte sind, und diese Macht nutze ich aus, diese Macht nutze ich aus.

Ich bilde und erlebe in mir
das geistige Urbild des ganz und gar gesunden Menschen.
Dieses Urbild ist der Anfang meiner Gesundheit.

Ich denke es immer deutlicher, immer klarer, immer beseelter, -
und was ich denke, wird Wirklichkeit, wird ganz bestimmt Wirklichkeit.
Alles Schwache und Kranke verlässt mich, weil jetzt in meinem Innern Gesundheit und Lebenskraft schwingen.
In meinem Urbild gibt es keine kranke Stelle, allein Gesundheit, nur Gesundheit.

Ich lebe auf und fühle mich immer wohler.

Ein herrlicher Kraftstrom durchpulst mich und erfüllt alle Nerven und Organe.
Das Urbild der Gesundheit verdichtet sich in mir
und wird immer mehr Fleisch und Blut.

Aus dem Gedankenbild wird Wirklichkeit, greifbare Wirklichkeit.

Es ist wie ein Wunder, was sich vollzieht, und doch ist alles ganz natürlich.
Gedanken sind Kräfte: ich denke Gesundheit, und darum werde ich gesund!

Das muss so sein, das ist so, eben, weil starke Gedanken
Macht haben auf alle Nerven und Organe.

Was ich konzentriert denke, wird Wirklichkeit!
Ich denke Gesundheit,
und darum werde ich gesund, ja, ganz gesund, ganz gesund.

Mein starkes Denken hält das Urbild der Gesundheit fest.
Dieses Urbild zeigt, wie alle Organe in mir ganz wunderbar harmonisch arbeiten.
Indem ich diese Harmonie immer deutlicher ausdenke
und immer lebendiger erlebe,
tritt eine Beeinflussung aller Nerven und Zellen ein.

Darum werde ich gesund, ganz gesund, ganz gesund!

Ausschaltung negativer Gewohnheiten

Ich bin ein positiver Mensch
und dulde nur positive Gewohnheiten an mir.

Eine Gewohnheit ist gut und daher positiv,
wenn sie mir und meiner Umgebung Harmonie und Vorteile bringt.

Es kommt alles darauf an,
was ich selber von mir denke und innerlich von mir halte,
wie das geistige Bild ist, das ich von mir in meinem Innern trage.
Dieses Bild soll mich stark und frei von allen Schwächen zeigen.

Ist das so, dann bin ich auch körperlich von allen Schwächen frei.
Ich prüfe mich und sehe noch dunkle Stellen in diesem Bilde, negative Gewohnheiten,
die immer mehr verblassen und verschwinden müssen.

Allen Handlungen und Reaktionen voraus geht der Gedanke.
Wenn ich mich frei denke von allen Charakterschwächen,
dann kommt es so, wie ich denke, dann weichen alle Schwächen.
Ich wünsche von ganzem Herzen, dass ich frei werde.
Ich sehe und erlebe,
wie sich mein geistiges Urbild in diesem positiven Sinne wandelt.

Die dunklen Stellen weichen,
alles wird klar in mir, alles edel und stark.
Die Augen meines inneren Bildes beginnen zu leuchten, ein neuer Mensch ersteht,
wird immer deutlicher, immer sichtbarer.

So werde ich sein, wie es dieses Urbild zeigt,
frei von allen Schwächen, frei von allen schlechten Gewohnheiten.

Ich weiß, dass es so kommt,
denn ich erlebe meine Wandlung im Voraus in der Wandlung meines Urbildes.
Ich erlebe,
wie ich innerlich geistig auferstehe und charakterlich gesunde.

Und weil ich das erlebe, darum geschieht es auch wirklich und tatsächlich,
denn was ich suggestiv denke, wird Wirklichkeit, wird greifbare Wirklichkeit.

Eine völlige Veränderung meines Wesens tritt ein.
Ich dulde keine negativen Gewohnheiten mehr an mir,
ich gewinne Macht über sie aus der Kraft meines positiven Denkens.

Tag für Tag erlebe ich das mehr und mehr,
und der Sieg über mich selber ist absolut gewiss.
Ganz bestimmt kommt es so, ganz bestimmt, ganz bestimmt.

Ich werde frei von allen Schwächen , ganz frei, ganz frei, ganz frei!

Beherrschtes Sprechen, sichere Stimme

Wer erfolgreich sein will,
muss im Sprechen beherrscht und im Tonfall seiner Stimme absolut sicher sein.

Ich weiß,
dass für die Macht der Sprache die innere Sicherheit ausschlaggebend ist.
Das ist eine Frage des Vertrauens zur eigenen Kraft.

Ich kann im Sprechen nur dann sicher sein,
wenn ich innerlich sicher bin.

Ich bin innerlich sicher, vollkommen sicher und frei von allen Hemmungen.

Jedes Wort, das aus meinem Munde kommt, klingt beherrscht und fest,
jedes Wort ist kraftgeladen
und erfüllt von dem ganzen Wesen meiner Persönlichkeit.

Jede Sprechangst verlässt mich, alles ist bedeutungslos,
was mit Hemmungen zusammenhängt.

Ich fühle immer mehr das Wachsen meines inneren positiven Urbildes,
und das allein ist entscheidend.

Ich spreche ruhig und fest, ich bin absolut sicher
und habe meine Stimme und meine Sprache
vollkommen in der Gewalt.

Was ich sage, hat Hand und Fuß,
kein unüberlegtes Wort kommt aus meinem Munde,
und jedes Wort ist kraftgeladen und durchdrungen vom Fluidum
des positiven Menschen.

Ich fühle,
wie ich innerlich wachse und meine Sprache
immer sicherer und einflussreicher wird,
ganz deutlich fühle ich das, ganz deutlich.

Absolut sicher wird meine Sprache.

Meine Sprache habe ich vollkommen in der Hand.

Ich bin sicher, ganz sicher.
Jedes Wort beweist diese Sicherheit, jedes einzelne Wort.

Es gibt für mich keine innere Erregung mehr beim Sprechen,
sondern nur noch Ruhe und Festigkeit,
Ruhe und Festigkeit, Ruhe und Festigkeit, Ruhe und Festigkeit.

Positives Auftreten

Alle Minderwertigkeitsgefühle sind Unsinn und meiner unwürdig.

Ich bin ein ehrlicher, aufrichtiger Mensch, d
er jedermann frei ins Gesicht blickt und keine Hintergedanken kennt.

Diese guten Seiten meines Wesens sind ausschlaggebend für mein Auftreten,
das in jeder Hinsicht vollkommen frei, gänzlich ungezwungen und sicher ist.

Schüchternheit, Ängstlichkeit und Unfreiheit
beweisen mangelndes Selbstvertrauen und gehemmtes Denken.
Das gibt es nicht bei mir, weil ich stets geistesgegenwärtig bin
und meine Gedanken nie mit mir durchgehen lasse.

Ich denke vollkommen logisch und positiv und bin stets bemüht,
die hieraus sich ergebende innere Sicherheit zu verstärken.

Unausgesetzt arbeite ich an der Steigerung meines Selbstvertrauens,
indem ich mir immer stärker beweise,
dass ich meine Vorsätze durchführe,
dadurch, dass ich mich in allen Lagen bewähre,
wo es auf den positiven Charakter ankommt.

Es gibt überhaupt keine Veranlassung für mich,
im Auftreten unsicher und gehemmt zu sein.
Ich glaube an mich und darum kann ich mich auch behaupten.

Wer mit mir nicht zufrieden ist, der soll es sagen,
aber beunruhigen, verängstigen oder unsicher machen lasse ich mich dadurch nicht.

Ich bin völlig sicher aus klarem, ruhigem, überlegenem Denken.

Jedem Menschen, dem ich die Hand entgegenstrecke,
teile ich schon durch das Gefühl diese innere Sicherheit mit.

Jede Zaghaftigkeit ist mir fremd.

Ich weiß ganz genau, dass ich volles Vertrauen zu mir haben kann,
ganz genau so, wie es jeder sichere Mensch hat.
Es gibt keinen Grund für mich, unsicher zu sein.

Niemand kann mich beeinflussen und aus dieser Sicherheit herausbringen.

Es gibt keinen Grund, unsicher zu sein,
und darum bin ich frei,
ganz frei und ganz ohne Hemmungen, ganz frei und völlig sicher,
ganz frei und völlig sicher.

Steigerung des Erfolgswillens

Wer große Ziele erreichen will,
muss felsenfest an sich glauben und sich höchste Leistungen zutrauen.
Dieser Glaube geht voran, er ebnet den Weg für die Leistungen.

Das ist so, weil die Leistungen aus der Seele kommen,
aus dem Unbewussten, das die Quelle der großen Leistungen ist.
Die Schöpferkraft der Seele muss wachgerufen werden,
und das bewirkt der Glaube an das eigene Können.

Willenskraft, Tatkraft, Fleiß, Ausdauer und Zähigkeit in allen Unternehmungen
sind Früchte des Vertrauens zur eigenen Kraft.
Alle diese positiven Kräfte und Fähigkeiten rufe ich in mir wach,
wenn ich felsenfest an mich glaube und in diesem Glauben
an meiner Entwicklung und an meinen Zielen arbeite.

Ich glaube an mich, ganz fest glaube ich an mich, ganz fest, ganz fest.

Ich glaube daran, dass auch in mir Kräfte und Fähigkeiten ruhen,
die mich große Ziele erreichen lassen.

Ich glaube an meine Tatkraft, an meinen Fleiß, an meine Ausdauer
und meine Zähigkeit in allem, was ich erstrebe und mir zum Ziele gesetzt habe.

Ich weiß, dass ich mich auf mich verlassen kann.
Was der Erfolg verlangt, führe ich gewissenhaft durch!
Ich halte jeden Vorsatz ein wie einen Eid!
Es gibt keine Schwäche, die mich daran hindern kann!
Ich glaube an mich, - ganz fest glaube ich an mich.

Mein Wesen, mein Charakter sind zuverlässig wie ein Gesetz.

Ich weiß, dass mir höchste Leistungen möglich werden d
urch diese Festigkeit und Zuverlässigkeit.
Was ich mir vornehme, führe ich durch.

Ich bin standhaft, ich bin zäh,
ich bin erfüllt von höchstem Vertrauen zu meiner eigenen Kraft.

Ich weiß, dass ich mich gegen alle Hindernisse durchsetzen werde,
die mir den Erfolg unmöglich machen könnten.

Andere haben in meiner Lage sich behauptet und durchgesetzt,
ich kann es ebenfalls.

Ich erreiche, was ich will,
mein Vertrauen zu mir selber ist felsenfest und unbeirrbar,
unbeirrbar und felsenfest, unbeirrbar, felsenfest!

III. Teil
Die höhere Erkenntnis und Lebenseinstellung des positiven Menschen

„Furcht ist eine Geisteskrankheit, die die innere Geschiedenheit des Menschen von Gott anzeigt. Die Kleinheit der Ursache von Furcht ist ein Maß für die Größe der Entfernung von Gott."
(Heinrich Lhotzky)

Fest einprägen: Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen!

Über die höhere Einstellung zum Leben haben wir schon im ersten Teil unseres Werkes kurz gesprochen. Damit kommen wir jedoch nicht aus, denn es gilt die Forderung der geistigen Ursachen der Lebensbemeisterung, die wir im vorigen Kapitel kennen lernten, restlos zu erfüllen. Diese Forderung bezieht sich auf die vollkommene Ausschaltung von **Angst und Furcht aus unserem Denken**, denn, so hörten wir: **Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen.**

In allem kommt es darauf an, dass wir frei werden vom Zwang.

In der vorigen Lektion hörten wir ferner davon, dass die Aufmerksamkeit eine große Rolle spielt. Sie ist es, die bestimmte Gedanken in Erscheinung treten lässt und ihnen auch die Herrschaft über unser Inneres ermöglicht. Daraus ergibt sich, dass eine Vorstellung aus dem Bewusstsein verschwindet, wenn wir ihr unser Interesse entziehen.

Hier nun aber, mein verehrter Leser, liegt das eigentliche Problem: Meist ist es nicht so, dass wir die Aufmerksamkeit in der Gewalt haben, sondern, dass sie uns im Banne hat, bzw. irgendeine Macht, die außerhalb unseres oberbewussten Willens liegt.

Daher kommt es auch, dass im Allgemeinen nicht unser oberbewusstes **Ich** die Gedanken und Vorstellungen erzeugt, sondern das **Es** in uns, das Unterbewusstsein bzw. der innere Mensch. Das ist der höchste Zustand der Selbst- und Lebensbemeisterung, wenn wir es erreicht haben, die Kräfte in uns ganz willkürlich arbeiten zu lassen.

Diesem Gedankengang folgend muss alles unterbunden werden, was der Bildung negativer Einflüsse irgendwie Vorschub leistet. Und gerade diese Erkenntnis ist es, die uns zwingt, radikal jede Angst und Furcht aus unserm Denken zu bannen.

Können Sie jetzt schon voll begreifen, warum? Deshalb nämlich, weil gerade Angst und Furcht es sind, die fortwährend gegen unser Wollen, also gegen unseren Willen die Aufmerksamkeit auf das Negative lenken. Mit Recht sagt einer unserer großen Dichter, der dieses Lebensgeheimnis intuitiv durchschaut:

Friedrich von Schiller über Angst und Furcht.

„Wenn wir den Menschen die Angst und Furcht nehmen könnten, könnten wir sie zu halben Göttern machen."

Wer Angst und Furcht überwindet, wird frei von den negativen Einflüssen aus dem eigenen Innern, das ist der tiefe Sinn dieses Schillerwortes.

Lebensbemeisterung ist undenkbar ohne Selbstbemeisterung!

Nur wer sich selbst bezwingt, bezwingt auch das Leben. Für den positiven Menschen gibt es nur die freie Selbstbestimmung, und nur dadurch sind wir ja überhaupt erst in der Lage, nach den Gesetzen des Erfolges zu handeln.

Entscheidend wichtig sind diese Erkenntnisse auch zur erfolgreichen Handhabung der Autosuggestion. Wenn die Selbstbeeinflussung will, dass wir einen ganz bestimmten Gedanken durch bewusste Hinlenkung unserer Aufmerksamkeit in uns immer stärker und stärker machen, so muss andererseits alles getan werden, um jeden Einfluss abzubiegen, der dieses Bestreben durchkreuzen will.

Das aber heißt: **Ausschaltung jeder Angst und Furcht!** Was hat es für einen Sinn, zu bestimmten Zeiten eine Selbstbeeinflussung vorzunehmen, in der übrigen Zeit aber durch Angst und Furcht gezwungen zu sein, sich immer wieder mit dem Negativen zu beschäftigen?
Übrigens gibt es eine Unzahl Fälle, wo eine vollkommene Autosuggestion überhaupt nicht möglich sein wird, weil dauernd negative Einflüsse die Aufmerksamkeit ablenken. Es ist daran zu denken, dass während einer Autosuggestion durch die Geistes- und Seelenkraft ein möglichst vollkommenes Bild, eine möglichst vollkommene Vorstellung eines gewünschten Zustandes in uns erzeugt werden muss.

Wer krank ist, hat für alles Interesse, was mit seiner Krankheit zusammen hängt.

Um zu verstehen, warum eigentlich Angst und Furcht der Nährboden negativer Vorstellungen sind, müssen wir uns in das Gedankenleben eines kranken Menschen hineinversetzen.
Ist es nicht so, dass er für alles, was mit seiner Krankheit in Beziehung steht, das größte Interesse zeigt und viel eher geneigt ist, an eine weitere Erkrankung als an eine Gesundung zu glauben? Aber das liegt nun mal in der Natur des Menschen, wie ja überhaupt die Gesamteinstellung, insbesondere der Menschen unserer Kulturzone, eher negativ als positiv ist.
Die Ursache dafür finden wir in dem grenzenlosen Materialismus unserer Tage. Fast jeder hat Angst, dass er im Leben zu kurz kommen könnte, weil er meint, dass nur das zeitliche, das gegenwärtige Leben ausschlaggebend sei. An ein ewiges Leben glauben nur wenige, der Körper ist alles und immer wieder der Körper. Die kurzsichtige Auffassung vom Wesen des Menschen, die sich aus dem Materialismus ergibt, hat geradezu eine Seuche des Negativismus erzeugt und all die vielen Komplexe, seelischen Leiden und nervösen Störungen, an denen der heutige Mensch leidet, sind nichts anderes als nur eine Frucht dieser total falschen Einstellung zu sich selbst und zum Leben.

Pessimismus und Materialismus.

Es liegt in der Natur des Materialismus, dass er jedem Glauben an eine Harmonie des Daseins zweifelnd gegenübersteht. Denn, so spricht das negativ infizierte Denken: **Alles, was du siehst, trägt ja heute schon den Keim des Todes in sich, und der Mensch wird nicht geboren zu einem herrlichen, gesunden und glücklichen Leben, sondern um bei erstbester Gelegenheit einem Todfeinde seines Daseins zum Opfer zu fallen.**

Pessimismus und Materialismus wurzeln auf verwandtem Boden. Daher auch die verneinende Einstellung Schopenhauers zum Dasein, die darin gipfelt, dass er meint, das Beste wäre es, der Mensch würde überhaupt nicht geboren und das Zweitbeste, so schnell wie möglich aus der Welt wieder zu verschwinden.
Wer nichts weiter vom Leben bisher kannte, als die Bedürfnisse seines Leibes und dazu vielleicht Krankheit und Not um die nackte Existenz, den wird man verstehen können, wenn er dieser Ansicht beipflichtet, zumal ja die Wissenschaft durch Seziermesser, Mikroskop und Retorte

exakt zu beweisen scheint, wie wenig doch eigentlich daran ist an so einem Menschlein. Und trotzdem ist aber diese Einstellung falsch und in keiner Weise vereinbar mit den Gesetzen des Erfolges und erst recht nicht mit der Würde des Menschen.

Das der Glaube aufbaut und der Zweifel lähmt, entspricht dem Wollen seelischer Gesetzmäßigkeiten.

Alles Große, das Menschen zeugten, ist Ausdruck stärkster Lebensbejahung. Nur durch den unbedingten Glauben an einen höheren Zweck des Daseins wurden die gigantischen Leistungen möglich, die die Träger von Kultur und Zivilisation für den Fortschritt vollbrachten.

Unglaube zerstört und reißt ein, Glaube dagegen baut auf, entwickelt und vervollkommnet. Das ist eine eiserne Wahrheit, aber nicht nur deshalb, weil der Unglaube die schöpferischen Kräfte des Menschen lähmt und der Glaube sie anregt, sondern deshalb, weil damit den großmächtigen Gesetzen des Alls und des großen wie kleinen Erfolges entsprochen wird! Dessen ungeachtet krankt aber dennoch der größte Teil aller Menschen am Negativismus.

Die Probe aufs Exempel: Mann ist hell wach, wenn es um Furchtkomplexe geht.

Machen Sie die Probe aufs Exempel mit Ihrer nächsten Umgebung: Wenn Sie jemandem sagen, wie gut er heute aussieht, wie schön, wie gesund, so wird er zwar lachen und für kurze Zeit ein freundliches Gesicht zeigen, aber nach fünf Minuten schon wieder der alte Griesgram sein.

Genau das Gegenteil, wenn Sie sich mit ihm von seinem schlechten Aussehen und einer Krankheit unterhalten, die möglicherweise im Anzuge sei. Flugs hört er auf und ist ganz Ohr. Hell wach ist er dabei, wie Sie ihn biologisch zerlegen und hineinführen in jene Komplexe, die ihn schon immer mit größter Sorge erfüllten. Ja, ja, wird er Ihnen sagen, ich fühle mich schon lange gar nicht gut, und bald lässt er seine Schultern sinken in völliger Hingabe an seinen **bedauernswerten** Zustand.

Aber glauben Sie ja nicht, dass er dieses negative Gerede auch so schnell vergisst, wie vorher die positiven Worte. Ganz im Gegenteil, jetzt beginnt eine ängstliche Selbstbeobachtung, die schließlich darin endet, dass ihm vor lauter Angst der Appetit vergeht und er durch schlechte Ernährung schwach und kraftlos und schließlich tatsächlich krank wird.

Erfolgsmenschen haben meist keine Zeit, um krank zu sein!

Ungezählte Menschen, weit mehr als wir ahnen, leiden an Hypochondrie, der ständigen Furcht, krank zu werden. Viele gibt es, die sich in die Krankheitsfurcht so weit hineingewühlt (oder gegrübelt) haben, dass sie beständig ein Fieberthermometer mit sich herumschleppen, um ja nicht den Augenblick zu verpassen, in dem eine Erhöhung der Temperatur eintritt. Ist es nicht klar, dass diese Menschen einfach krank werden müssen, weil sie doch buchstäblich darauf warten?

Wir sagten: Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen. Wer darauf wartet, ob er krank wird, bei dem befindet sich die Aufmerksamkeit dauernd im Banne der Angst, und darum muss es ja zwangsläufig zu einer Beseelung krank machender Vorstellungen kommen.

Bezeichnend ist hier eine Beobachtung, die ich im Verlaufe meiner Praxis immer wieder gemacht habe, dass nämlich Erfolgsmenschen, die von morgens bis abends tätig sind, so gut wie überhaupt nicht krank werden, und oft auch dann nicht, wenn jeder andere bestimmt krank wird. Immer wieder hörte ich die treffende Antwort: *„Ich habe keine Zeit, krank zu sein, ich kann mir das nicht leisten.“* Unbewusst wurde damit ausgedrückt, was für uns als eisernes Grundgesetz des Erfolges gelten muss: **Keine Zeit haben für negative Vorstellungen, kein Interesse, keine Aufmerksamkeit!**

Jawohl! Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Gedanken und Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen. Das ist der gute Rat, den man allen Vorwärtsstrebenden geben muss: **Lasst nichts Krankes in euch hinein und ihr bleibt gesund! Hütet euch nicht nur vor den krank machenden Bakterien des körperlichen Lebens, sondern genau so und noch mehr vor den Pestbazillen des Geistes!**
Und wenn ihr spürt, dass schon heute geistiges Gift in euch wirksam ist, so gibt es nur eins: **Alle negativen Vorstellungen regelrecht verhungern lassen!**

Verstehen Sie, mein verehrter Leser, was das heißt? Wenn wir sagen, Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen, so müssen wir eben aufhören, das Negative zu ernähren, und das sagt: Raus mit jeder Spur von Angst und Furcht aus unserem Bewusstsein! Hieraus ergibt sich eine grundsätzliche Einstellung, die von heute ab unsere genaueste Beachtung finden muss: **passive Resistenz gegenüber allem Negativen!**

Nicht mit Gewalt gegen das Negative vorgehen!

Es ist vollkommen falsch, gegen irgend etwas Negatives, das in uns wirkt und uns die freie Willensbestimmung nimmt, **mit Gewalt vorzugehen**, wo wir doch ganz genau wissen, dass das Negative nur herrschen kann, weil es uns durch die Aufmerksamkeit in der Gewalt hat. Ganz besonders bezieht sich das auf die Fälle, wo wir fühlen, dass wir gegen den uns beherrschenden Einfluss machtlos sind, oder wo wir eine negative Verwirklichung erleben, ohne eine Ursache zu kennen.
Passive Resistenz heißt hier: Absolute Interesselosigkeit am Negativen beweisen! Also, ruhig alle störenden Vorstellungen in uns rumoren lassen, so, wie es ihnen passt, und uns überhaupt nicht darum kümmern.
Wie wir wissen, tauchen Gedanken, Vorstellungen und Ideen aller Art plötzlich in unserem Bewusstsein auf und zwingen uns zur Stellungnahme. Sofern es sich um unbekannte Bilder handelt, werden wir uns natürlich zuerst mit ihnen beschäftigen, um sie aber sofort links liegen zu lassen, wenn sich herausstellt, dass sie ohne Bedeutung und nur das Resultat von Angst und Furcht sind. Wir müssen lernen, uns selbst gegenüber kritisch zu sein! Bewusste positive Lebensführung findet unmittelbar darin ihren Ausdruck.

Immer kommt es auf das Gefühl an, wenn uns ein negativer Einfluss beherrschen will.

Bei allen Gedanken, die als Zwangsvorstellung auftreten oder als die Folge irgendeiner Furcht vor etwas, was kommen oder eintreten könnte, machen wir meist den Fehler, sie mit Gewalt unterdrücken zu wollen.

Wir eröffnen einen regelrechten Kampf gegen sie, und **gerade dadurch** erst werden sie vollends stark und setzen sich in uns durch, sobald sie auch nur etwas das Gefühl beeinflussen können; denn auf das Gefühl kommt es ja an, wenn sich ein bestimmter Gedanke unserer bemächtigen will.

Handeln wir nach dem Grundsatz der passiven Resistenz, so werden wir allen Einflüssen auf unser Denkvermögen so gegenüberstehen wie ein kritischer Mann, der in seinem Hause auf Ordnung sieht: Erst hat der störende Gast schön anzuklopfen und sich vorzustellen, und gefällt er uns nicht, so denken wir nicht daran, ihm die Hand zu reichen und zu Tisch zu bitten.

Alles Negative gleich im Keim des Entstehens ausschalten!

Hat sich erst einmal der fremde Besucher in unserem Haus eingenistet, so ist es schwer, ihn wieder loszuwerden. So weit darf es also gar nicht erst kommen.

Darum bezwingen wir den negativen Gedanken immer schon im Keim seines Entstehens und nicht erst, wenn er sich durch unsere **liebevolle Ernährung** zu einem schönen, wohlgemästeten Gedankenwesen ausgewachsen hat.

Deshalb heißt es, auf dem Posten sein, und mit kritischen Augen jede Vorstellung beleuchten, die negativen Charakter zeigt.

Aber, mein verehrter Leser und Leserinnen, um das auch zu können, ist es unerlässlich, zunächst von Angst und Furcht frei zu sein, denn solange diese beiden in uns herrschen, bestimmen nicht wir, sind nicht wir der Hausherr, sondern eben diese Feinde unseres Lebens. Die Anerkennung der passiven Resistenz als der wirksamsten Waffe gegen alles Negative im Vorstellungsleben kennzeichnet übrigens die ganze Geisteshaltung des positiven Menschen. Und diese positive Haltung wird zwangsläufig in dem Maße stärker, wie wir uns von Angst und Furcht erlösen.

Es ist notwendig, dass Sie sich einmal in einen derartig angstfreien und darum restlos entspannten Seelenzustand hineinleben, vollständig hineinleben. Eine wunderbare Ruhe ist in uns, eine Erhabenheit gegenüber allem, was den Alltagsmenschen aus der Fassung bringt. Man kennt keine Aufregung, und wenn man wirklich einmal davon erfasst wird, so dauert es nur Augenblicke und schon denkt man wieder harmonisch und entspannt.

Er ist wirklich ein halber Gott, der von Angst und Furcht erlöste Mensch, und auch schon ein kleines Erfasstsein von dieser Seelenhaltung gibt uns einen mächtigen Einfluss auf das Leben. Um diesen wunderbaren Zustand zu erlangen, müssen wir frei werden von jeder mate-

rialistischen Auffassung des Lebens und ganz fest an eine alle irdischen Erscheinungen überdauernde Seele glauben lernen: **Ein neues Gottvertrauen müssen wir entwickeln, das Gottvertrauen des aus seelischer Blindheit erlösten und zur höheren Erkenntnis gekommenen Menschen.**

Christus gebietet Petrus, ihm auf dem Wasser entgegenzukommen. Der erste Schritt gelingt, aber dann überkommt Petrus die Angst um sein Leben. ***„Oh, ihr Kleingläubigen! Warum seid ihr so furchtsam?"*** Braucht es einer langen Erklärung, um zu verstehen, was uns Christus damit sagt?

„Oh, ihr Kleingläubigen, warum seit ihr so furchtsam"

Furcht allein ist es, was uns schwach und hilflos werden lässt, wo wir stark sein können und frei!
Aber nicht äußere Freiheit ist gemeint, sondern die Freiheit des Menschen in sich selbst, das Losgelöst sein unseres geistigen Ichs von den Fesseln, Schlingen und Fangarmen der Materie.

Wer Angst hat, muss immer versagen, weil die Angst die Aufmerksamkeit bannt und dadurch die Kräfte lähmt!

Was müssen wir nun aber tun, um zu dieser Freiheit zu gelangen? Es gibt nur eines: **Die Augen öffnen und die Welt von der Warte des höheren Menschen sehen!**

Mag doch geschehen, was will, was kann uns denn passieren, dass uns so hart träfe, als dass wir nicht fähig wären, es zu verwinden? Nur der fürchtet sich vor dem Leben, der es nicht kennt.
Wir können nichts, aber auch gar nichts verlieren, wenn wir ohne Angst und Furcht leben, aber unendlich viel gewinnen. Und wenn wir auch noch so viel Angst vor Unglück und Vergänglichkeit haben, nichts können wir verhindern, und eines Tages vergehen wir selbst.

Wir können nichts, aber auch gar nichts Verlieren, wenn wir ohne Angst und Furcht leben, aber unendlich viel gewinnen!

Die positive Einstellung zum Unabänderlichen

Wir können uns gar nicht oft genug die Frage vorlegen, was der Mensch seiner wahren Natur nach eigentlich ist. Wir müssen loskommen von dem unsinnigen Glauben, dass wir nur ein Fleischklumpen sind und unsere Seele gewissermaßen der Extrakt bestimmter, chemischer oder sonstiger Vorgänge im fleischlichen Leib.
Mit unserem ganzen Fühlen und Empfinden müssen wir uns herausheben aus dem Reich der vergänglichen Materie und uns klar und offen bekennen zu der Auffassung, dass eine lebendige, unsterbliche Seele das eigentliche Wesen in uns ist. Gewiss ist der Körper wichtig, denn in ihm lebt und offenbart sich ja die Seele; aber ist es mit ihm nicht genau so, wie mit einem Musikinstrument?
Welche Kraft, meinen Sie wohl, ist es, die sich im Klavier, in der Geige, in der Harfe, in der Orgel oder auch in einem ganzen Orchester offenbart? Muss nicht jedes Instrument seinen Sinn verlieren, wenn die seelische Kraft des Künstlers fehlt? Das Instrument mag noch so wertvoll sein, es verliert dennoch jede Bedeutung, wenn keiner da ist, der es spielen kann.

Die Kraft, die den Künstler beseelt. Immer ist es die Seele, die Genialität bewirkt.

So steht es auch mit unserem Körper. Nichts anderes ist er als ein wundervoll gebautes Instrument, ein Offenbarungswerkzeug der genialen Kräfte in uns. Aber erst diese Kräfte geben ihm seine Bedeutung, entfliehen sie dem Körper, so ist er genau so wertlos wie jedes Instrument, das durch die Kunstfertigkeit unserer Hand entstand. Erkennen wir aber an, dass das Primäre, also das Ausschlaggebende, unsere Seele und unser Geist ihr Werkzeug ist, so muss sich grundsätzlich auch unsere ganze Einstellung zur Welt ändern.
Das markante Merkmal einer höheren Einstellung zur vergänglichen Welt gipfelt also in der richtigen Bewertung des Körpers im Verhältnis zur seelischen und geistigen Kraft.

Dass wir auf den Körper keine großen Stücke bauen können und dass er nicht für die Ewigkeit gemacht wurde, ergibt sich übrigens von selbst, wenn wir an die Fülle seiner Mängel und an die hunderttausend Gefahren denken, denen er in jedem Augenblick ausgesetzt ist und die ihn ganz bestimmt eines Tages zur Strecke bringen.

Es kommt darauf an, Welt, Leben und Materie richtig einzuschätzen, ihnen gegenüber kritisch und vorsichtig, aber in keiner Weise ängstlich und furchtsam zu sein.

Aus diesem Gesichtspunkt ergibt sich eine wichtige Erkenntnis, die nämlich, dass uns niemals Angst und Furcht vor dem Ende oder einem schweren Schicksalsschlag bewahren können. Und wenn wir auch hunderttausend Dinge fürchteten, plötzlich kommt dann etwas und zerschmettert uns, mit dem wir überhaupt nicht gerechnet haben.
Angst und Furcht können also niemals ein Schutz gegen etwas Negatives sein, andererseits haben wir aber durch Erfahrungen den Beweis, dass wir durch Angst und Furcht ein Unglück, und zwar in großen wie in kleinen Dingen, geradezu heraufbeschwören.
Warum, wissen wir sofort, wenn wir an den Einfluss negativer Vorstellungen denken. Wenn wir damit kategorisch jede Angst und Furcht ablehnen, so geschieht das aber nicht, um etwa unvorsichtig zu werden, vielmehr sollen uns nüchterne Vorsicht beherrschen und vernunftgemäßes Handeln. Das aber hat mit Angst und Furcht nichts zu tun.
Ein positiver Mensch, der in jedem Augenblick die Gesetzmäßigkeit der Abläufe vor Augen hat und demzufolge mit Überlegung handelt, im Übrigen aber aus der richtigen Einschätzung der Materie, also aus seiner höheren Einstellung heraus, jeden Augenblick bereit ist, sich in alles Unvermeidliche zu fügen, in dessen Bewusstsein haben Angst und Furcht keinen Platz. **Furchtlos sein, heißt im Grunde überhaupt nichts anderes, als sich fügen, wenn es sein muss.**

Es gibt ein großes und ein kleines Schicksal!

Es gibt unabänderliche Dinge und solche, die zu ändern sind.

Bei der Betrachtung des Schicksals müssen wir stets unterscheiden zwischen einem großen und einem kleinen Schicksal. Das große Schicksal ist das unabänderliche Geschehen innerhalb unseres Lebens. Sein Verstehen und seine Anerkennung verpflichtet uns auch zur Anerkennung

einer Reihe von Ereignissen, denen wir nicht zu entrinnen vermögen.
Ebenso wenig, wie wir einen Einfluss auf unsere Geburt hatten, haben wir einen Einfluss auf den unbedingt einmal eintretenden Tod, das zeigt unsere Abhängigkeit. Zum großen Schicksal gehört es auch, wie der Körper beschaffen ist, in dem unsere Seele lebt. Wer ein Krüppel ist, muss sich damit abfinden, genau, wie es mit unheilbarem Siechtum geschehen muss.
Außerdem gehört zum großen Schicksal alles, was uns in Abhängigkeit zwingt von Geschehnissen, denen wir keinen Widerstand entgegensetzen können, sowie alle Einflüsse und Ereignisse, die trotz besten Wollens nicht zu verhüten sind.
Hierzu zählen Ansteckung mit bestimmten Krankheiten und Unglücksfälle, in die wir urplötzlich und unerwartet hineingezogen werden. Wenn der Zug entgleist, in dem Sie gerade sitzen und Sie dabei zu Tode kommen, so ist das also das große Schicksal. Welche sonstigen Vorkommnisse des Lebens noch zu unserem großen, unabänderlichen Geschick zählen, werden Sie sich nun selbst sagen können.
Machen Sie aber dabei bitte nicht den Fehler, die Grenzen Ihrer Freiheit zu eng zu ziehen, und denken Sie vor allem daran, dass der Grad der Lebens- und Schicksalsbemeisterung für jeden Menschen verschieden ist.

Hierbei zeigt sich, wie weit man selber schon frei ist im Wollen und Handeln. Äußere Kritik ist wichtig, damit man die eigenen Grenzen richtig absteckt.

Wir, die wir die Gesetze des Lebens planmäßig studieren, haben einen ganz anderen Einfluss auf die Gestaltung des Daseins als ein unwissender Mensch, der sich angesichts vermeidbarer Gefahren nicht zu helfen weiß oder dem diese Gefahren gar nicht bewusst sind.
Außer dem großen unvermeidlichen Geschick gibt es nun das kleine Schicksal. Hier ist unser eigentliches Aktionsfeld, denn dieses kleine Schicksal können wir nach unserem eigenen Wollen lenken und gestalten.
Zum kleinen Schicksal gehört alles, was außerhalb der großen Ereignisse unseres Lebens unmittelbar durch uns selbst, also durch unseren persönlichen Einfluss hervorgerufen wird. Das kann ebenso wohl schlecht wie gut sein, je nach unserem Verhalten.
Die großen Ereignisse unseres Lebens lassen uns einen ganz bestimmten Spielraum, eine bestimmte Bahn, in der wir uns ungezwungen und frei betätigen können**. Jetzt kommt es darauf an, dass wir uns in dieser Bahn so verhalten, dass sich daraus ein Höchstmaß an Erfolg, Glück und Zufriedenheit ergibt.**

Der Mangel an Erkenntnis wiegt viel schwerer als jeder andere Mangel.

Wer das Leben und seine Gesetzmäßigkeiten bewusst studiert, hat **eines** allen Mitmenschen voraus: Er lernt seine Grenzen erkennen, und gerade darum ist auch der Ablauf seines Lebens innerhalb des kleinen Schicksals kein Vabanque-Spiel, wie leider bei so vielen Menschen.
Der eigentliche Grund für Angst und Furcht ergibt sich fast immer nur aus der Unwissenheit über den Ablauf eines Geschehnisses, also Mangel

Der Ablauf des Lebens soll in weiten Grenzen aufhören, ein Spiel des Zufalls zu sein.

an Erkenntnis! In dem Maße, wie wir diese Unsicherheit reduzieren, verlieren sich Angst und Furcht von selbst.

Größtmögliche Lebenssicherheit schaffen durch das Studium der Gesetze des Lebens.

Innerhalb des kleinen Schicksals verlieren wir die Unsicherheit durch das Studium der Lebensgesetze. Denn wenn wir wissen, wie wir etwas anzupacken haben, um es zum Erfolg zu führen, einerlei, ob sich das auf die Erhaltung unserer Existenz bezieht oder auf die tausend anderen Fragen des Erfolges, so handeln wir mit großer Sicherheit, weil wir ja das Ergebnis im Voraus kennen.

Ganz anders steht es um die unlösbaren Fragen des Lebens, um das Geheimnis des Todes und um die Ereignisse des großen Schicksals. In diesen Fragen wird uns die Unsicherheit nie verlassen und uns darum stets Angst und Furcht umlauern, wenn wir uns nicht auf den Standpunkt stellen, jeden Augenblick für das Unabänderliche bereit zu sein. Anders ist dieses Problem überhaupt nicht zu lösen.

Und hier nun tritt auch die richtige Einschätzung der vergänglichen Welt, des Körpers und der Seele in Kraft, von der wir sprachen, und damit kommen wir auch zu dem großen und starken **Gottglauben**, von dem der positive Mensch beseelt sein muss.

Ja, es ist so, wie ich vorhin sagte: „Ein neues Gottvertrauen müssen wir entwickeln, das Gottvertrauen des aus seelischer Blindheit erlösten und zur höheren Erkenntnis gekommenen Menschen."

Der Schlusspunkt hinter das Unvermeidliche und Unabänderliche macht die Bahn frei für das Mögliche!

Das ist der Weisheit letzter Schluss und die einzige Macht, die uns überhaupt aus den Klammern der Angst und Furcht zu befreien vermag.

Das muss unser Ziel sein: Durch eine eindeutig klare Einstellung zum Schicksal uns so mit allem Unvermeidbaren und Unabänderlichen abzufinden, dass wir einfach bereit sind, uns zu fügen, wenn die Stunde kommt. Und das muss so eindeutig und so kraftvoll, mutig und beherzt geschehen, dass wir ohne die geringste innere Unruhe hinter diesem Punkt unseres Lebens ebenso, wie bei der Abrechnung mit unserer Vergangenheit, einen dicken, roten Strich machen können!

So, das ist als Angstkomplex aus unserem Denken ausgeschaltet! Was nun übrig bleibt von den kleinen Ängsten des Lebens, ist so lächerlich und so banal, dass negative Wirkungen überhaupt nicht zu befürchten sind, wenn wir nur beginnen, unser Leben nach den Gesetzmäßigkeiten des Erfolges einzurichten.

Was ergibt sich daraus, wenn wir diesen dicken roten Strich ziehen, diesen Schlussstrich nach dieser Generalüberlegung? **Dass wir aufatmen, wirklich aufatmen, weil unsere Seele und unser Denken nunmehr alle Kraft freibekommen zur positiven Betätigung innerhalb der, vom großen Schicksal gesteckten Grenzen!**

Wenn man schon siebzig Jahre alt ist: Trotzdem Freude und Sonnenschein!

Für manchen von uns heißt das zwar bescheiden und anspruchslos werden, aber es ist besser, sich dieser Anspruchslosigkeit bewusst hinzugeben und sich damit abzufinden, als dauernd mit dem Schicksal zu hadern und sich das Hirn zu zermartern, weil es in vielen Punkten nicht so ist, wie wir es nun mal gerade wollen.

Man sagt: ***„In der Beschränkung zeigt sich der Meister!"*** Dieses Wort hat gerade hier volle Gültigkeit, denn es ist nicht gesagt, dass man, wenn man klar erkennt, dass einem das große Schicksal eine enge Grenze gesteckt hat, nun darum ein unglücklicher und unzufriedener Mensch sein muss. Jetzt heißt es, alle Klugheit, alle Intelligenz, alle Erfolgstechnik und Lebenskunst aufbieten, um sich in diesen engen Grenzen so häuslich und gemütlich wie überhaupt nur möglich einzurichten! Und das gelingt auch, und viel besser, als man es vorher annimmt.

Angenommen sie, verehrter Leser und verehrte Leserin, die sie diese Worte lesen, sind in diesem Augenblick schon 70 Jahre alt. Wäre es da nicht unsinnig, die paar Lebensjahre, die Ihnen noch verbleiben, damit zu vertrödeln, dass sie ständig darüber nachdenken, warum sie nicht erst 50 Jahre alt sind? Vorbei ist vorbei, und nur eins gibt es: sich zu fügen und den verbleibenden Rest an Jahren nun so gründlich wie überhaupt möglich auszunutzen!

Es gibt keinen Grund, auch nur einen Augenblick ohne Mut zu sein, sobald wir glauben, dass der Mensch eine Seele und eine höhere Bestimmung hat.

Anstatt Regen, Nebel und düstere Wolken, Sonnenschein tief hinein in die Seele und aufgeatmet im Bewusstsein des Augenblicks, der vergoldet wird durch den Glauben an die über alles Materielle erhabene Seele und durch die feste Überzeugung, dass der physische Tod keineswegs das Ende, sondern den Übergang zu einem neuen Leben bedeutet.

Denn die Kraft, die in uns lebt und die wir als den göttlichen Funken ansprechen, als Kind Gottes, ist ja nicht erst da, seitdem wir menschliches Antlitz tragen, sondern längst bevor überhaupt an unsere Menschwerdung zu denken war.

Vertrauen! Vertrauen! Wir existieren nicht in einem leeren Raum, sondern in der wunderbaren Schöpfung Gottes.

Wie können wir, eingedenk dieser Erhabenheit denn überhaupt auch nur einen einzigen Augenblick trüben Mutes sein? Glaubt man, dass uns die großen Religionen der Welt, insbesondere die christliche, eine Unwahrheit sagen, wenn sie uns zurufen: ***„Wisset Ihr denn nicht, dass Ihr der Tempel Gottes seid?"*** Und man fühlt es doch, dass es so ist, wenn man nur ein wenig ernstlich über den Grund seines Wesens nachdenkt.

Nun aber, wenn wir das wissen, ist da nicht jede Angst um sich selbst vollkommen verfehlt? Jawohl, meine Freunde, so ist es, und prägt euch diese Erkenntnis ganz fest ein, damit sie immer bei der Hand ist, wenn trotz aller guten Vorsätze und trotz des dicken roten Striches doch wieder mal eine schwache Stunde kommt.

Dass solche haltlosen, und man kann ruhig sagen, von Gott verlassenen Stunden kommen, wissen wir ja alle aus der Erfahrung. Aber es ist nicht notwendig, dass sie dauernd kommen und schließlich unser ganzes Leben nur noch aus Zweifel und Schwachheit besteht.

Allein Vertrauen gibt Mut und Seelenstärke und die Kraft zum Können und Gelingen!

Damit haben wir nun wohl den richtigen Grund zu einer wahrhaft positiven Einstellung gefunden: Vertrauen auf Gott, Vertrauen auf die Gerechtigkeit des Himmels, Vertrauen auf die weise Führung aller Welten! Das ist das starke Fundament, der granitene Fels, auf dem der positive Mensch steht.

Und mag auch alles um ihn herum zusammenbrechen, alles schwach und elend werden angesichts trauriger Verhältnisse: Der positive Mensch, der auf diesem Lebensgrund baut, der steht fest.

In Wahrheit ist es nur ein ganz erbärmlicher, engstirniger Egoismus, der uns verzagen und ängstlich werden lässt, weil er nur den Körper, weil er nur den Leib und nichts anderes als nur den Leib behüten und schützen will. Kann man sich vorstellen, dass ein erbärmlicher kleiner Wicht, der man bei solcher Engstirnigkeit sein muss, jemals fähig wird zur Meisterung des Lebens?

Hier zeigt sich die ungeheure Bedeutung der Freiheit von Angst und Furcht in ihrer ganzen Tragweite: Wer hat wohl die Kraft, etwas Mutiges und Positives im Leben zu unternehmen? Etwa der Ängstliche, der Furchtsame, der bei jedem ernsthaften Einsatz glaubt, sich in Gefahr zu bringen?

Alles Entscheidende gelingt nur durch den Einsatz unserer ganzen Persönlichkeit, durch den restlosen Einsatz aller verfügbaren seelischen Kraft.

Wo aber soll denn diese Stärke herkommen, wenn sie dauernd durch Angst und Furcht zersplittert und zermahlen wird? **Wir hörten: Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen!**

Nur der Gedanke, nur die Idee wächst und wächst und wird groß und stark und mächtig, und damit der gestaltende Faktor, der jede, aber auch jede Aufmerksamkeit unseres seelischen Ichs zur Verfügung hat.

Wenn so der Gedanke, die Idee, der Uranfang jedes erfolgreichen Geschehens ist, wie kann man da überhaupt Erfolge erwarten, wenn die "Seelen" der Erfolgsgedanken, die wir unter dem Einfluss von Angst und Furcht zeugen, kleine, jämmerliche, mickrige Wesen sind?

Es ist geradezu lächerlich, wie sehr sich der Einfluss von Angst und Furcht selbst auf die banalsten und alltäglichsten Dinge auswirkt, und nahezu jedes Versagen ist nur darauf zurückzuführen.

Beispiele für das Versagen durch Angstkomplexe. Das alles ist überflüssig und braucht nicht zu sein!

Machen wir einmal eine kleine Aufzählung der vielen Ängste und ihrer Begleiterscheinungen, an denen so viele von uns leiden: Da versagt man z. B. in der Unterhaltung und beim Reden aus Angst, man könnte sich blamieren. Plötzlich reißt der Faden ab, und kein Wort will einem mehr einfallen.

Oder man will mit einem seiner Vorgesetzten sprechen und druckst herum und bringt es nicht fertig, weil man Angst hat, eine Bitte könnte abgeschlagen werden.

Oder sorgfältig und pedantisch schreibt man sich jede Kleinigkeit auf, weil man fürchtet, sie zu vergessen.

Und noch schlimmer: Plötzlich bekommt man einen roten Kopf, weil man fürchtet, ein anderer könnte gesehen haben, wie einem die Hose rutschte.

So geht es fort und fort, eine lange, endlose Kette von Ängsten, die unzählige seelische Hemmungen schafft und die Auswirkung der Erfolgskraft verhindert.

Aber im Grunde genommen ist es immer wieder nur die Angst, man könnte sich schaden, etwas Unangenehmes erleben oder dem geheiligten Korpus ein Unheil widerfahren. Nein, damit bezwingt man das Leben bestimmt nicht, und wer gedenkt, als eine derartige Jammergestalt auch in der Zukunft weiterzuleben, der soll nur gleich heute sein Testament machen.

Den Mut aufbringen lernen, auch alles Unangenehme zu ertragen. Sich in Gedanken sich damit beschäftigen und damit abfinden.

Solange wir nicht von dieser völlig negativen Einstellung abkommen, solange wir nicht den Mut aufbringen, auch Unangenehmes zu ertragen, wenn es sein muss, werden wir nie ein richtiger vollwertiger Mensch sein.

Wie wir uns durch unser Gottvertrauen zu den Fragen des großen Schicksals einstellen, so muss es auch in den kleinsten und allerkleinsten Dingen des Lebens sein.

Angst und Furcht sind Vampire!

Haben wir nötig, dass sie uns das Blut aus den Adern saugen? Haben wir nötig, dass wir sie auf dem Rücken durch unser Leben schleppen?

Ja, richtig, so ist es, auf dem Rücken hocken diese Untiere, ganz deutlich kann man es sehen, wenn man sich so einen verängstigten und furchtsamen Menschen richtig anguckt.

Ganz anders zeigt sich uns der positive Mensch. Schon an seinem Gesicht sieht man es, dass er positiv ist, am Leuchten seiner Augen, an seinem klaren, freien Blick, und jeder, der in seine Nähe kommt, spürt ein Fluidum, das von ihm ausgeht.

Das ist persönlicher Magnetismus, die Strahlkraft innerer Gelassenheit, frei gewordene Seelenkraft, die sonst von Angst und Furcht verzehrt wird.

Die Strahlkraft der positiven Persönlichkeit als wunderbares Ergebnis der Freiheit von Angst und Furcht!

Sind diese Erkenntnisse die Grundlage unserer Lebenseinstellung, mein verehrter Leser, dann sind wir schon Herr über unser Denken und dann ist es auch selbstverständlich, dass jeder aufbauende und befreiende Gedanke in uns stark und mächtig werden muss.

Das aber ist unser Ziel, denn nur durch positive Gedanken werden wir Sieger im Daseinskampf!

IV. Teil
Das Geheimnis der Erfolgskraft
Jeder Mensch ist zu großem Erfolg befähigt!

„Man soll nicht bloß handeln, sondern es auch mit der Zuversicht tun, als hänge der Erfolg lediglich von einem selbst ab."
(Wilhelm von Humboldt)

Mein verehrter Leser! Eigentlich könnten wir schon zufrieden sein mit den bisherigen Ausführungen über die Erfolgskräfte in uns. Wir erkannten die große Macht des Denkens auf die Gestaltung unseres inneren Menschen und den mächtigen Einfluss, den wir auf das Leben gewinnen, wenn wir uns von Angst und Furcht frei machen. Und dennoch, es fehlt noch das Wichtigste: die Darlegung von der entscheidenden Macht der Erkenntnis auf das Erwachen unserer Erfolgskräfte.

Glaube ist felsenfeste Überzeugung!

Wir haben gesagt, dass ein Gedanke um so leichter sich verwirklicht, je stärker der Glaube ist, den wir an seine Verwirklichung haben. Glaube in diesem Sinne ist felsenfeste Überzeugung, ist ein inneres Erfülltsein von einer Erscheinung, entstanden durch die Macht suggestiver Einflüsse oder durch klare Erkenntnis von der Tatsächlichkeit eines Geschehens.

Genau so wie der Glaube, so vermag darum auch die Erkenntnis Berge zu versetzen. Es ist wunderbar, welche herrlichen Kräfte in uns wirken und zu welch gewaltigen Leistungen wir befähigt sind, wenn wir nur anfangen, nicht mehr gegen, sondern mit den Gesetzmäßigkeiten des Lebens und der Natur zu leben. Ihnen dies zu beweisen ist der Sinn der nachfolgenden Ausführungen, mein verehrter Leser. **Wir beginnen unsere Überlegungen mit zwei wichtigen Fragen:**

1. Frage:
Wodurch wird eine bewusste Meisterung des Lebens und Erfolgsgestaltung möglich?

Antwort:

Wir wissen, dass jeder Erfolg das Resultat von Gesetzmäßigkeiten ist und als Wirkung ganz bestimmter Ursachen in Erscheinung tritt.

Richtig machen =Erfolg! Denken Sie an die Gesetzmäßigkeiten des Erfolges.

Diese Ursachen werden dadurch geschaffen, dass wir uns zu den Verhältnissen, zu den Menschen und zu den Dingen, mit denen das Leben und der Erfolg in Beziehung stehen, richtig verhalten. Mit anderen Worten: Wir müssen in allen maßgebenden Lebensumständen richtig handeln. Nur die richtige Erfolgshandlung bzw. die richtige Erfolgstat gestaltet also den Erfolg.

Tausendmal auch in den allerkleinsten Teilen richtig gehandelt, muss ganz gesetzmäßig den Erfolg ergeben.

Ist das klar? Ja, es ist klar! Denn überall im Leben können wir beobachten, dass nur durch die Wirkung dieser Gesetzmäßigkeit, die auf das Kausalitätsgesetz zurückzuführen ist, alle durch Menschenmacht entstehenden Erscheinungen und Verhältnisse hervorgerufen werden.

2. Frage:
Es kommt also auf die richtigen Erfolgstaten an. Wodurch werden wir nun befähigt, diese Erfolgstaten auch zu vollbringen?

Antwort:

Wissen und Können.

Hierzu ist als Erstes zu bedenken, dass man nur dann etwas richtig machen kann, also eine positive Erfolgshandlung vollbringen kann, wenn man auch weiß, was für eine Erfolgshandlung oder Erfolgstat auszuführen ist.

Und als Zweites, dass man nicht nur das Wissen, sondern auch die Kraft hat, diese Handlung oder Tat auch wirklich vollbringen zu können. Über das Erfolgswissen brauchen wir vorläufig keine weiteren Überlegungen anzustellen. Hierzu kommen wir später.

Besitzen wir also die Kraft, auch wirklich so handeln zu können, wie es der Erfolg verlangt?

Diese Ausführungen sind von großer Bedeutung!

Jetzt befinden wir uns an einer Klippe, um die wir unter allen Umständen herumkommen müssen, wenn wir zur richtigen und einwandfreien Beantwortung dieser Kardinalfrage kommen wollen. Denn von ihrer richtigen Beantwortung hängt ungeheuer viel, ja überhaupt alles ab. Wir dürfen hierbei auf keinen Fall in den Fehler der meisten Menschen verfallen, die diese Frage aus „gutem Glauben" einfach bejahen oder auch verneinen, ohne ihre letzten und tiefsten Zusammenhänge mit unserem geistigen und seelischen Leben zu untersuchen.

Zur Klärung ist es notwendig, zunächst eine Reihe von Unterfragen zu stellen. Also beginnen wir:

Welche Kraft wirkt in uns?

Was verstehen wir eigentlich unter der Kraft, die uns zu bestimmten Erfolgshandlungen befähigt? Denn um die Frage nach der Erfolgskraft richtig zu beantworten, müssen wir doch erst einmal die Natur dieser Kraft genau kennen!

Der allgemeine Nenner heißt: Willenskraft! Ist uns mit dieser Antwort gedient? Nein! Also müssen wir weiterfragen. Was ist der Wille und wie äußert sich die Kraft des Willens?

Wenn wir jetzt nicht in eine lange philosophische und psychologische Auseinandersetzung hineingeraten wollen, müssen wir uns einmal die Vorgänge vor Augen führen, die in uns eintreten, wenn irgendeine Willenswirkung in Erscheinung treten soll. Hierzu denken wir nochmals an die „Platzangst", von der wir bereits sprachen.

Erklärung der Platzangst.

Es gibt eine ganze Reihe Menschen, die an diesem Übel leiden. Wie wir schon wissen, können sich diese Menschen im Zimmer und im Hause vollkommen frei und ungehindert bewegen, nur in dem Augenblick, wo sie eine Straße oder einen Platz überqueren wollen, sind sie unfähig, auch nur ein Bein vor das andere zu setzen, und zwar obwohl sie den festen Willen dazu haben.

Seelische Hemmungen sind die Ursache, die sich in dem Augenblick einstellen, wo es die Straße oder den Platz zu überqueren gilt!

Um den Vorgang zu verstehen, fragen wir uns selbst: Bereitet es uns als gesunde Menschen Schwierigkeiten, über die Straße zu kommen und ist dazu eine besondere Anstrengung des Willens nötig?

Der Wunsch genügt und schön laufen die Beine selbst über die Strasse.

Nein, im Gegenteil, nichts ist leichter als das, und niemals würde es uns einfallen, diesen Vorgang mit einer Willensleistung in Beziehung zu bringen. Wir denken dabei gar nicht an den Willen, sondern gehen einfach über die Straße, so wie es unseren Wünschen entspricht.

Dennoch genügt der Wunsch, über die Straße zu gehen, nicht, wenn nicht auch gleichzeitig der Wille in Aktion tritt, denn er ist es, der erst die Vorwärtsbewegung des Körpers ermöglicht im Bewusstsein des Platzangstkranken ist der Wunsch zum Überqueren der Straße oder des Platzes ebenfalls vorhanden.

In dem Augenblick jedoch, wo er die Überquerung will, macht sich ein **innerer Widerstand** bemerkbar, der so stark sein kann, dass es trotz stärkster Konzentration unmöglich ist, den Körper zur Fortbewegung zu veranlassen.

Es liegt nicht an der Kraft des Willens!

Wir fragen uns: Soll etwa der Wille trotz der starken Konzentration immer noch zu schwach sein, oder liegt es wirklich nur an dem inneren Widerstand, an der seelischen Hemmung?

Ja, so ist es**, es liegt nicht an der Willenskraft**, sondern einzig und allein am **inneren Widerstand**, denn gleichzeitig machen wir die Beobachtung, dass der Kranke auf **anderen Gebieten** der Willensbetätigung keine Schwäche zeigt.

Sehr wichtig!

Wenn dem so ist, so ergibt sich daraus, dass das, was wir als Willenskraft bezeichnen, nicht nur eine Kraft an sich sein kann, sondern das Ergebnis von ganz bestimmten inneren, geistigen Vorgängen sein muss.

Für unsere Erfolgstechnik ergibt sich daraus: Willenskraft ist nicht Kraft im allgemeinen Sinne, sondern richtiger eine seelische Funktion, deren Eintritt, sowie stärkere oder geringere Wirkung, an ganz bestimmte Voraussetzungen gebunden ist.

Die Kraft ist die Schöpferkraft der Natur!

Selbstverständlich kommt bei der Äußerung dieser Funktion auch eine Kraft zur Wirkung: Es ist die unmittelbar in der Natur wirkende Schöpferkraft, die immer und in jedem Falle im unbeschränkten und vollendeten Maße in allen Geschöpfen und Wesen vorhanden ist. Bei einer Willensleistung kommt es aber darauf an, wieweit die Bedingungen erfüllt sind, um diese Kraft zur Äußerung gelangen zu lassen.

Es gibt nur eine einzige Kraft!

Wir müssen uns jetzt schon an den Gedanken gewöhnen, dass immer nur eine einzige Kraft es ist, die hinter allem Geschehen steht und diese einzige und alleinige Kraft ist es auch, die hinter den menschlichen Willensleistungen gesucht werden muss.

Ziehen wir eine Parallele zur Elektrizität.

Wenn sich diese einzige Kraft in so unendlich verschiedenartigen Auswirkungen zeigt, so ist es immer nur die bestimmte Konstruktion der seelischen und körperlichen Form, die dafür maßgebend ist.

Ziehen wir eine Parallele zur Elektrizität: Genau so, wie bei ihr die Wirkungsweise abhängig ist von dem Hilfsmittel, nämlich dem Motor,

der Glühlampe, der Röntgenröhre oder dem Radiosender, in dem sie zurzeit tätig ist, so steht es auch mit der Wirkungsweise der Kraft in allen lebendigen Wesen und im Menschen.
Die gleiche Kraft also, die dem Leben unseres Körpers zugrunde liegt und die wir überhaupt im Vorhandensein des Lebens an sich erkennen, ist gleichzeitig auch die tatsächliche und wirkliche Kraft, die sich bei jeglicher auch immer wie gearteter Tätigkeit unseres geistigen, seelischen und körperlichen Menschen auswirkt.

Es gibt keinen Mangel an Willenskraft!

Und was ergibt sich daraus? Dass es der größte Unsinn ist, in irgendeinem Falle von einem Mangel an Willenskraft zu reden! Und gleichzeitig, dass selbst im schwächsten Menschen die größte Willenskraft einfach vorhanden sein muss! Die Wahrheit ist vielmehr, dass es sich in jedem Falle, wo wir von einem Kraftmangel sprechen, immer nur um eine Krafthemmung handelt.

Hier baut die große positive Kraftwirkung auf!

Willenskraft ist also Kraftfreiheit, Willensschwäche dagegen ist Krafthemmung!

Um nun gleich für unsere Erfolgstechnik ganz klar zu sehen, machen wir uns folgenden Lehrsatz zu eigen:

Eine Erkenntnis von großer Bedeutung: Je größer der innere Widerstand bzw. die seelische Hemmung, um so kleiner und schwächer der Wille!

Je größer der innere Widerstand bzw. die seelische Hemmung, um so kleiner und schwächer der Wille! Je geringer der innere Widerstand bzw. die seelische Hemmung, um so mächtiger und stärker der Wille!

Um keine Irrtümer aufkommen zu lassen, sei gleich hinzugefügt, dass selbstverständlich nicht nur die seelischen Bedingungen, sondern auch die rein organischen, also körperlichen entscheidend sind.
Die Kraft kann sich immer nur dann betätigen, wenn in der Richtung der Betätigung die Bahn frei ist. Hierzu ist erstens notwendig, dass unsere körperliche Form leistungsfähig entwickelt und gesund ist, und zweitens, dass die innere, geistig-seelische Struktur sich in der richtigen Verfassung befindet.

In der Form lebt der Geist!

Die erste Bedingung ist bei dem größten Teil aller Kulturmenschen erfüllt. Dieser Punkt ist unter Berücksichtigung des Erbgutes zu betrachten: Die Seele wirkt und entfaltet den Geist in den Möglichkeiten der Form, d.h. innerhalb der Grenzen, die der Seele durch die bisher erreichte Entwicklung geboten sind.
Es gibt nur wenige unter uns, die nicht mit voller Gewissheit von sich behaupten könnten, Erbanlagen zu besitzen, die zu außergewöhnlichen Willensleistungen befähigen.

Die seelisch-geistige Struktur.

Wer es dennoch tut, tut es aus einer völligen Verkennung der Voraussetzungen des Erfolges. Und wer trotzdem bis heute im Leben versagte, versagte nicht aus Gründen mangelhafter und schlechter Anlagen, sondern vielmehr, weil seine seelisch-geistige Struktur nicht in der geeigneten Verfassung war. Wir verstehen darunter alle Vorgänge

innerhalb unseres seelischen und geistigen Organismus, die gewohnheitsmäßig bzw. zwangsläufig eintreten.
Bevor wir uns jedoch mit diesen Vorgängen näher beschäftigen, wollen wir erst noch gründlicher mit der irrsinnigen Ansicht brechen, dass wir aus Gründen einer mangelnden organischen Entwicklung nicht zum Erfolge befähigt seien.

Der Fluch einer total verkehrten Ansicht über die eigene Leistungsfähigkeit.

Über Millionen von Menschen lastet seit undenklichen Zeiten wie ein Fluch eine total verkehrte Ansicht über die eigene Leistungsfähigkeit, weil ganz falsche Vorstellungen über das eigene Wesen und die eigene Kraft sie beherrschen.
Und das alles, obwohl vor zweitausend Jahren der Menschheit ein erhabener Lehrer geboren wurde, der vollkommen eindeutig und zweifelsfrei die Wahrheit über die wunderbare Macht des Menschen über sein Leben offenbarte**: Jesus Christus**!
In totaler Verkennung seiner gewaltigen, die ganze Menschheit erlösenden Heilslehre, erniedrigten einseitige materialistische Auffassungen den Menschen noch unter das Tier.
In jedem Menschen wirkt und gestaltet die Schöpfung Gottes, die die Ursache aller Erscheinungen wie überhaupt des ganzen Daseins ist. Ob wir dieses Wirkungswunder „göttlich" nennen, oder einfach sagen, e**s ist die Natur**, ist hier ohne Bedeutung. Die Hauptsache ist, dass wir eine solche Kraft als im Menschen vorhanden annehmen, und dass wir in ihr die einzige und alleinige Ursache aller Lebensäußerungen sehen!

Die Natur ist die einzige und alleinige Ursache unseres Lebens!

Es gibt keinen vernünftigen Menschen, dem das nicht einleuchtend wäre, denn so viel Verstand, in sich selbst das Wirken der Natur zu konstatieren, besitzt jeder. Bejahen wir jedoch ihr Vorhandensein in uns, so müssen wir auch zugeben, dass sie nicht nur die Ursache unseres organischen, sondern auch unseres geistigen und seelischen Lebens ist und damit auch die alleinige Ursache jedweder Leistung sein muss, zu der wir befähigt sind.
Was soll es denn sein, das außer der Natur noch in uns wirkt und schafft, wo wir uns doch selbst als Äußerung der Natur fühlen und erkennen müssen?

Hier muss man sich ganz eindeutig zur höheren Erkenntnis durchringen!

Gewiss, im Allgemeinen sind wir nur geneigt, die Tätigkeit unserer Organe auf die Natur zurückzuführen. Aber glaubt man denn, dass die riesige Intelligenz, die die vielen Billionen Zellen unseres Körpers mit unvorstellbarer Befähigung und Genauigkeit beherrscht und in allen Funktionen leitet und kontrolliert, eine andere Kraft sei, als die, die in unserem Denken und Handeln zum Ausdruck kommt? ***1)**

Nichts anderes ist unser Denken, Fühlen, Empfinden, Wollen und Handeln als ebenfalls nur der Ausdruck der gleichen, dort nur in den unbewussten Zonen unseres Daseins wirkenden Kraft! Und wenn jemals eine große Leistung durch uns möglich wird, die wir dann als Leistung des

Willens oder der Persönlichkeit bezeichnen, so nur, wenn dieses in uns wirkende Schöpfungswunder wiederum einen neuen Ausdruck für die in ihm liegenden unendlichen Möglichkeiten findet.
Darum sagen wir auch, dass alles Große und Bedeutende, das wir innerhalb unseres Lebens jemals leisten können, schon heute in vollkommenster Weise in uns ruht.

Alles ist schon da und wartet nur darauf, von uns ins Leben gerufen zu werden!

Und wenn wir irgendeine in uns ruhende Möglichkeit nicht verwirklichen können, so liegt das lediglich daran, dass uns diese Möglichkeit infolge mangelnder Arbeit an uns selbst oder infolge noch nicht erreichter Entwicklungshöhe nicht bewusst wird. Was wir aber nicht wissen, das kann sich auch nicht durch uns gestalten.

Bewusstsein ist alles! Nur, was der Natur in uns bewusst wird von ihrer eigenen Kraft, tritt sichtbar in Erscheinung, und nur deshalb versagen Millionen von Menschen im Daseinskampf, weil sie keine Ahnung haben, kein Bewusstsein von dem unermesslichen Reichtum ihres inneren Wesens. **Wenn ich darum behaupte, dass in jedem Menschen schon von Anbeginn an alle Kräfte zur Erlangung des Erfolges ruhen, so wird man mich jetzt verstehen.**

Gleichzeitig wird man nun aber auch wissen, dass die eigenen Kräfte erst dann in Erscheinung treten können, wenn wir sie in uns selbst begreifen und erkennen. Aus diesen Darlegungen ergibt sich für uns der wichtigste Lehrsatz erfolgreicher Lebensgestaltung: **Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei!**

Betrachten wir den Entwicklungsweg der Menschheit, so kann ihr ununterbrochenes Ringen um den Fortschritt und die Emporentwicklung doch nur einen Zweck haben: Immer klarer und eindeutiger zu begreifen, dass die im Menschen wirkende Natur durch Erkenntnis ihrer Gesetze buchstäblich Wunder zu wirken vermag.
Denken wir uns in den Bewusstseinszustand eines Menschen vor 50 000 Jahren hinein. Was war dieses Wesen? War es wirklich schon Mensch in unserem heutigen Sinne?
Es war ohnmächtig und schwach im Kampf mit den Elementen und ein dauernder Spielball verschiedenster Kräfte und Einflüsse.
Und dagegen der heutige Mensch mit seinem großen Wissen über die Gesetze der Biologie, der Physik, der Mathematik, der Astronomie usw.? Ein mächtiger Herrscher über unzählige Gesetzmäßigkeiten des Lebens und der Erscheinungen!
Und was gab ihm diese Macht, was befähigt ihn, oft nur durch einen Fingerdruck die unglaublichsten Wirkungen auszulösen? Etwa seine Körperkraft? **Doch nur und immer nur sein Wissen, sein Erkennen!**

Bewusstsein ist alles! Unermesslicher Reichtum ist in uns!

Erkenntnis ist die größte Macht!

Dieser Leitsatz muss das ganze zukünftige Leben beherrschen!

Alles ist leicht. Alles ist einfach durch richtiges Erkennen!

Nicht umsonst sagen wir im Sinne einer lebendigen Erfolgstechnik: **Alles ist leicht, alles ist einfach, wenn man weiß, wie es gemacht wird! Oder stimmt das etwa nicht? Berge können wir versetzen im wahrsten Sinne des Wortes, wenn wir erst erkannt haben, dass in uns selbst die Macht dazu liegt.**

Es muss einmal ganz offen und klar ausgesprochen werden, was uns diese Erkenntnis laut ins Bewusstsein ruft: Fast alle, die vorwärts streben, strengen sich viel zu viel an bei ihrem Vorwärtsstreben, und das ist wahr, so seltsam und widersinnig das auch klingen mag.

Jawohl, viel zu viel strengen sie sich an und warum? Nur deshalb, weil sie es nicht verstehen, ihre Kraft richtig anzuwenden. Es gibt eine Lehre von der verkehrten Anstrengung, diese Lehre kommt hier zur Geltung.

Hierzu ein Beispiel:

Verkehrt angewendete Kraft! Dieses Beispiel zeigt, worauf es ankommt!

„Ich bitte hundert verschiedene Menschen, einen 20 Zentner schweren Block von der Stelle zu bewegen, und zwar nur durch die Ausnutzung der ihnen zur Verfügung stehenden Kraft.

Einer nach dem andern probiert und versucht mit Gewalt gegen den Widerstand vorzugehen. Vermag einer den Block von der Stelle zu bewegen? Nein!

Einer nach dem andern versagt, und immer Neue kommen an die Reihe, immer wieder versucht man's, mit dem gleichen Misserfolg.

Nur einer steht abseits von den hundert. Er denkt nicht daran, seine Kräfte nutzlos zu verschwenden, denn die Erfahrung der anderen zeigt ihm ja mit aller Deutlichkeit, dass es so, wie die andern es machen, unmöglich geht.

Die Kraft des Einzelnen steht in einem totalen Missverhältnis zum Widerstand, der zu überwinden ist; und trotzdem muss aber die Leistung vollbracht werden.

Anstatt aber durch einen ebenfalls doch nur nutzlos verlaufenden Versuch seine Kräfte auch noch aufs Spiel zu setzen, beginnt dieser Eine logisch zu überlegen, wie man es dennoch schaffen könnte.

Und was sagt ihm die Logik? Dass der Erfolg nur eintreten kann, wenn es ihm gelingt, die eigene Kraft durch die Anwendung eines Gesetzes zu vervielfachen. Und was entdeckt er? Das Gesetz der Hebelkraft!

Nun, sie alle kennen die Lösung des Problems! Und jetzt, ein Einzelner, Schwacher meistert eine zwanzigfache Last!“

Erkenntnis zwingt die Materie!

Bitte, mein verehrter Leser, wurde diese Tat nun durch Willenskraft oder Erkenntnis möglich?

Dieses Beispiel vermag uns unendlich viel zu sagen, und deutlich demonstriert es uns die Lehre von der verkehrt angewandten Kraft. Es ist schon so, und darauf müssen wir uns in allen Dingen einstellen:

Richtig machen, darauf allein kommt es an!

Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei!

Genau so, wie es nun aber im stofflichen Geschehen möglich ist, die

Macht des Menschen durch die Beachtung der Gesetze der Materie ungeheuer zu steigern, steht es auch auf allen Gebieten des seelischen und geistigen Lebens und auch auf dem Gebiet des persönlichen Erfolges.

Es ist einfach unsinnig, immer wieder von der großen Willenskraft zu sprechen, die nötig sei, um das Leben zu bezwingen. Schon ein Bruchteil der uns von der Natur aus zur Verfügung stehenden Schöpferenergie genügt vollkommen, um nach jeder Richtung das Leben zu meistern. Aber wie gesagt, die Energie muss richtig angewandt werden.

Wozu denn die rohe Kraft?

Vergegenwärtigen wir uns doch einmal, welcher Natur denn eigentlich die Hindernisse des Erfolges sind, die es zu beherrschen gilt. Sind das etwa lauter schwere eiserne Blöcke, die mit physischer Anstrengung bewältigt werden müssen?

Ausgeschlossen! Bitte, erkennen Sie das ganz klar. Fast nur lauter seelische und geistige Widerstände sind es, Dinge, die viel zu subtil, also zu fein sind, um mit grober Energie angepackt werden zu müssen.

Wenn dem so ist, wie kann man dann aber von einer großen Kraft sprechen, die man zu ihrer Bemeisterung nötig habe? Ist es nicht einleuchtend, dass hier die meisten Erfolgsuchenden einem katastrophalen Denkirrtum unterliegen, und dass nur daraus sich der große Misserfolg erklärt, der trotz der größten Anstrengungen immer wieder eintritt?

Man muss richtig wollen können!

Fragen Sie einmal einen Erfolgreichen, ob er sich wirklich anstrengt bei der willkürlichen Gestaltung seines Erfolges? Lebt er wirklich nach den Gesetzen der Lebensbemeisterung, so wird er Ihnen sagen, dass er alles spielend macht und den Erfolg buchstäblich aus der Hand schüttelt!

Und wie kommt es, dass dies möglich ist, und dass er seinen Willen spielend gegen sich selbst und gegen andere durchsetzt? Nur deshalb, weil er genau weiß, dass er einfach nur nötig hat, richtig zu wollen, und weil er fähig ist, auch richtig wollen zu können.

Und wie kommt es, dass der Mensch des Misserfolges sich so wahnsinnig anstrengt und trotzdem nichts zuwege bringt? Hier ist die klare Antwort: Nur deshalb, weil der Mensch des Misserfolges **infolge innerer Hemmungen** nicht richtig wollen kann, und der ganze furchtbare Kampf, den er mit den Widerständen des Erfolges führt, in Wirklichkeit nicht ein **Kampf gegen die äußeren Widerstände ist**, also die tatsächlichen, wirklichen, realen, sondern lediglich ein verzweifelter gegen sich selbst und die inneren Widerstände.

Das Erfolgsgeheimnis des mächtigen Willens!

Der Erfolgsmensch ist ein Richtigdenker aus Gewohnheit und höherer Erkenntnis, während der Misserfolgsmensch ein Falschdenker, aus Gewohnheit und aus mangelnder Erkenntnis ist.

In dieser Feststellung, verehrte Leserin, verehrter Leser, ruht das ganze Geheimnis unüberwindlicher, starker Willenskraft; denn das Leben, die Verhältnisse und überhaupt der Erfolg werden nicht mit den Kräften der Fäuste, sondern mit feinen Gedankenenergien regiert.

Bewusstsein ist alles!

Die einzige Meisterschaft, die wir zur bewussten Gestaltung des Lebens erlangen müssen, ist die Meisterschaft im richtigen Denken. Alles andere ergibt sich dann von selbst. Steht erst der richtige Gedanke zweifelsfrei in unserem Bewusstsein fest und ist er der alleinige Herrscher über Phantasie und Einbildungskraft, so ist die unmittelbare Folge auch die positive Tat, die erfolgreiche, aufbauende Handlung! Haben wir das erkannt, so müssen wir nun die Zusammenhänge untersuchen, welche die Gedankenkraft als die hinter der Erkenntnis stehenden Macht erkennen lassen. Wir sagen:

Bewusstsein ist alles!

Die in uns ruhende, schöpferisch wirkende Naturkraft kann sich also nur offenbaren, wenn sie Bewusstsein erlangt. Auf uns selbst angewandt heißt das: **Wir müssen in uns die Überzeugung entwickeln, dass wir zu irgendeiner Kraftleistung tatsächlich befähigt sind.**

Das Wissen um die wirklichen Ursachen des Erfolges.

Wie aber, so frage ich Sie, meine verehrten Leser, soll diese Überzeugung jemals entstehen, wenn nicht aus dem Wissen um die wirklichen Ursachen des Erfolges?

Wir hörten, dass die Macht des Menschen über die Natur entstanden ist aus der wissenschaftlichen Forschung und Einsicht.

Ganz genau so, haargenau so, ist es auf sämtlichen Gebieten des Erfolges und der Lebensbemeisterung und speziell auch in Bezug auf die Geheimnisse unserer Willenskraft. Die Wege, die bisher zur Entwicklung eines starken Willens gewiesen wurden, sind darum, wenn auch nicht falsch, so doch große Umwege.

Zwei Wege zum starken Willen!

Bisher sagte man immer nur: ***„Wenn du einen starken Willen haben willst, so musst du dich täglich üben, Dinge auszuführen, die dir unmöglich scheinen. Langsam und allmählich wirst du dann erkennen, dass alles geht, was du willst."***

Gewiss schult dieser Weg die Kraft, aber viele können sich nicht aufraffen zu diesem Training. Sie galten bisher als unverbesserlich willensschwach und mussten ihr Los einfach hinnehmen. In Wirklichkeit sind aber auch diese Schwachen zu großen Willensleistungen befähigt, sobald man ihnen den Weg zeigt, ohne dauernde und starke Konzentration das gleiche Ergebnis wie durch das bisher übliche Willenstraining zu erreichen.

Der Weg der Erkenntnis!

Und um welches Ergebnis handelt es sich dabei? Um die Entwicklung der Überzeugung von der schon von Natur aus im Menschen vorhandenen Kraft; denn nur diese Überzeugung ist es ja, welche die schöpferische Energie bzw. die Willenskraft in Erscheinung treten lässt.

Ist diese Überzeugung erst vorhanden, wir können auch sagen, der **Glaube an sich selbst**, so ist bald alles möglich, was durch einen starken Willen erreicht werden kann, denn eben durch diese Überzeugung

lenken wir das feine Räderwerk des Denkens und damit zwangsläufig alles, was durch unseren Geist, unsere Seele oder unseren Körper in Erscheinung treten soll.

Wichtig!

Nur so ist es überhaupt erklärlich, dass oft ganz schwache und kränkliche Geschöpfe, die wahrhaftig nicht den Eindruck eines Willensriesen machen, die wunderbare Beweise stärkster Willenskraft liefern. Es ist notwendig, sich in diese Zusammenhänge tief hineinzufühlen, damit man auch wirklich erfasst, was hiermit gesagt sein will.

Denken wir dabei nochmals an die christliche Heilslehre und die Wundertaten Jesu: Was lehrte er die Menschen? Den Glauben an die Kraft Gottes, die in jedem Menschen vorhanden ist. Und alles, was Jesus an Wundern vollbrachte, führte er nur auf diese Kraft zurück.

Der Glaube versetzt Berge!

Was ist aber Glaube anderes als das Bewusstsein dieser göttlichen Kraft? Wahrlich, der Glaube vermag Berge zu versetzen! Aber nur der wirkliche Glaube, der frei ist von jedem Zweifel! **Das aber ist die Überzeugung.** Aus dem Glauben und der Überzeugung entstehen das bewusste und unbewusste positive Handeln. Das aber ist die Ursache für die gesamte Meisterung des Lebens.

Was wäre demnach zur Entfaltung der in uns ruhenden höchsten schöpferischen Kräfte die unerlässliche Voraussetzung? **Dass wir alles tun, um in uns diesen starken Glauben zu entwickeln!**

Wohlverstanden, also nicht die Kraft, sondern den Glauben an die Kraft! Die Kraft selbst ist schon vorhanden; sie offenbart sich in dem gleichen Augenblick, in dem wir ganz innerlich von ihrem Vorhandensein überzeugt sind.

Glaube ist Kraft!

Ist der Glaube erst wirksam, dann geht alles von selbst und ganz leicht und ganz einfach. Deshalb, weil es für die Wirkung der schöpferischen Kräfte einfach kein Hindernis gibt, das groß genug wäre, um es nicht dennoch zu überwinden.

Unser ganzes Streben muss sich darum auf die Entfaltung dieses Glaubens, dieses Wissens um die innere Kraft konzentrieren. Schritt für Schritt müssen wir dabei vorgehen, damit es immer lichter und heller in uns wird, denn nur aus dem immer mehr zunehmenden Wissen kann sich die Überzeugung bilden.

Das muss uns klar werden!

Dieses Streben führt uns auch zu der seelisch-geistigen Struktur in uns, die wir gut studieren müssen. Wie notwendig dieses Studium ist, führt uns der nachfolgende Erkenntnissatz vor Augen, der die bisherigen Darlegungen über die Wirkung der Kraft im Menschen in wenigen Worten kurz zusammenfasst: **Nur in den Grenzen seines Erkennens ist das Wesen frei!**

Bevor wir nun in das Wesen unserer inneren Struktur eindringen, mein verehrter Leser, wollen wir uns die wichtigsten Gedanken der vorstehenden Ausführungen nochmals vor Augen führen, und zwar in recht verständlicher Weise.

Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei!

Der wichtigste Lehrsatz lautete: **Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei!**

Wissen Sie jetzt genau, was damit gemeint ist? Dieser Lehrsatz wurde ausdrücklich als der wichtigste Lehrsatz erfolgreicher Lebensgestaltung bezeichnet.

Willenskraft ist Kraftfreiheit, Willensschwäche dagegen Krafthemmung!

Denken Sie hierbei bitte an die Darlegungen über den verkehrten Krafteinsatz. Ihr ganzes Streben bleibt erfolglos, wenn Sie die Wichtigkeit dieses Satzes nicht voll erfassen würden. Zur Klärung wollen wir einen anderen wichtigen Lehrsatz heranziehen. Über den Willen hieß es: **Willenskraft ist Kraftfreiheit, Willensschwäche dagegen Krafthemmung!**

Wenn wir darum sagen, dass uns die Erkenntnis frei macht, so meinen wir damit, **dass der Wille frei wird**, frei nämlich zur Betätigung, zur erfolgreichen Tat, zum erfolgreichen Handeln. **Wir können alles, was wir wollen und was überhaupt menschenmöglich ist, wenn wir erst begriffen haben, dass wir es können!**

Das verstehen wir unter Erkenntnis!

Selbstverständlich kommt es hierbei darauf an, dass wir auch richtig erfassen, was mit Erkenntnis gemeint ist. Auch das wurde dargelegt: Erkenntnis ist das richtige Wissen um die Ursachen des Erfolges! Nur wenn wir wissen, wie irgendetwas gemacht wird, können wir irgendeine Sache mit Erfolg anfassen und durchführen. Das Wichtigste dabei ist aber, dass sich diese Darlegungen nicht nur auf die allgemeinen Erfolgshandlungen beziehen, sondern unmittelbar auch auf das Erwachen unserer inneren Kräfte. Denn erst dann können wir ja überhaupt erst zum erfolgreichen, positiven Handeln kommen: Willenskraft brauchen wir, mächtig starke Willenskraft! Alle Erfolgsüberlegungen sind solange bedeutungslos, solange wir nicht über die Kräfte verfügen, durch die wir unsere Entschlüsse und Absichten in die Tat umsetzen können.

Ausschaltung der Krafthemmung!

Wenn wir nun dazu hörten, dass Willenskraft nichts anderes ist als Kraftfreiheit und Willensschwäche nichts anderes als Krafthemmung, so ist uns klar, dass es nun die wichtigste Aufgabe sein muss, alle Hemmungen auszuschalten und zu beseitigen. Zur Erfüllung dieser Aufgabe wurden die Grenzen aufgezeigt, von denen unser Bemühen abhängig ist. Wir hörten: **Nur in den Grenzen seines Wesens ist das Wesen frei!**

Bei der Freilegung der Kraft in uns kommt es also darauf an, die Betätigungsgrenzen dieser Kraft frei zu machen. Immer müssen wir von der Grunderkenntnis ausgehen, dass tatsächlich alles schon da ist, was wir in uns entwickeln wollen, und dass die Kräfte und Fähigkeiten nur darauf warten, von uns aus ihrem Schlafzustand gerufen zu werden.
Um die Überzeugung von den in uns ruhenden Kräften und Fähigkeiten zu stärken, wurde auf die einzige Kraft hingewiesen, die allem

Geschehen zugrunde liegt: auf die Kraft der Natur, das göttliche Schöpfungswunder. Die Natur besitzt alle Fähigkeiten, die wir zur bewussten Meisterung des Lebens brauchen. Die Betätigung der Natur auf den Gebieten des persönlichen Erfolges ist damit nichts anderes als eine erweiterte Fortsetzung ihrer Tätigkeit.

Die Natur kann alles!

Hierbei sei daran erinnert, dass unser gesamtes Denken, Fühlen, Wollen und Handeln ohnehin auf die Natur zurückgeht. Wenn wir auf uns bauen, so bauen wir damit also auf absolut festem und granitenem Grunde. Und wenn wir sagen, nur die **Erkenntnis** macht uns frei, so heißt das, dass durch das richtige Begreifen und Verstehen unseres eigenen Wesens die Natur im Rahmen unserer individuellen Möglichkeiten (**Grenzen des kleinen Schicksals**) von ihren Hemmungen erlöst wird und zur Betätigung kommt! Sind unsere grundlegenden Gedanken jetzt klar?

Wenn wir auf uns bauen, dann bauen wir auf die Kraft der Natur und damit zugleich auf Gott!

Ein Erfolgloser fragt:
„Ganz habe ich noch nicht verstanden. Meinen Sie, dass auch ich schon die Kraft zum Erfolge in mir habe, wo ich doch schon seit Jahren vergeblich danach strebe, meine Erfolglosigkeit zu überwinden?
Ich meine vielmehr, dass ich die Kraft nicht habe, denn ich bin inzwischen so mürbe geworden, dass ich morgens noch nicht einmal zur rechten Zeit aufstehen und aus dem Bett kommen kann; selbst dazu fehlt mir der Wille."

Der denkende Leser antwortet:
„Lieber Freund, Sie haben nicht verstanden, was hier gemeint ist, sondern beweisen vielmehr, dass die Unfähigkeit zum Erfolg und die vermeintliche Willensschwäche tatsächlich nur eine Krafthemmung ist.
Was meinen Sie, wenn plötzlich nachts um 2 Uhr in Ihrem Zimmer Feuer ausbricht? Würden Sie da auch nicht aus Ihrem Bett kommen?"

Wenn plötzlich ein Feuer ausbricht!

„Ja, dann würde ich natürlich sofort aus dem Bett springen, und zwar ohne überhaupt daran zu denken, ob ich aufstehen will oder nicht."

„Sehen Sie, jetzt haben Sie ganz klar ausgesprochen, woran es liegt, wenn Sie nicht aus dem Bett kommen. An einer Hemmung der „Aufstehkraft" liegt es, die eintritt, wenn nicht der richtige Gedanke Ihr Bewusstsein erfüllt. Klar und deutlich sagt doch unser Buch: **„Der Erfolgsmensch ist ein Richtigdenker, während der Misserfolgsmensch ein Falschdenker ist!"**

Ja, mein verehrter Leser, daran liegt es tatsächlich, und dass es beim Richtig- wie beim Falschdenken auf die Erkenntnis und auf die Gewohnheit ankommt. Sobald das Denken beim Aufstehen gewohnheitsmäßig **richtig** ist, bereitet es nicht die geringste Schwierigkeit. Bitte, mein erfolgloser Freund, denken Sie einmal an Ihre Frau: **„Kommt sie auch nicht rechtzeitig aus dem Bett?"**

Die Bedeutung der Gewohnheit!

„Doch, meine Frau steht jeden Morgen pünktlich auf die Minute auf, um

unsere Kinder zu besorgen. Sie braucht dazu noch nicht einmal einen Wecker, und über Schwierigkeiten beim Aufstehen hat sie noch niemals geklagt. Sie steht einfach auf, und damit hat sich das Ganze schon erledigt."

Der Denker: „Damit, lieber Freund, haben Sie sich selbst bewiesen, dass es beim sofortigen Aufstehen tatsächlich nur auf das **richtige Denken** und die Gewohnheit ankommt, nicht aber, und das bitte ich gründlich zu merken, auf eine große Kraft, die man zum Aufstehen braucht.
Und darum sagten Sie auch, dass die Willenskraft in ihrer Äußerung immer nur vom **inneren Widerstand** abhängt!"

„Je stärker die seelischen Hemmungen oder die falschen Gewohnheiten sind, um so kraftloser wird stets der Wille sein. Und daraus ergibt sich dann auch, dass der Wille nur dadurch mächtiger und stärker in Erscheinung treten kann, wenn es uns gelingt, diese Hemmungen und falschen Gewohnheiten zu überwinden."

Nicht überwinden, sondern ausschalten!

„Richtig! Nur bitte ich Sie, **nicht von einer Überwindung**, sondern immer nur **von einer Ausschaltung** der inneren Widerstände zu sprechen. **Überwinden,** dieser Begriff ruft spontan die Vorstellung eines großen Kraftaufwandes wach, den wir zum „Überwinden" nötig haben.
Wenn alles nur eine Frage richtiger Erkenntnis ist und wir nur durch Erkenntnis frei werden, so genügt schon ein Bruchteil an Kraft, um gute Ergebnisse in der Selbstbemeisterung zu erzielen."

Mit den bisherigen Ansichten über die Willenskraft brechen!

Es wurde bereits gesagt, dass wir mit den bisherigen Ansichten über die Willenskraft brechen müssen. **Nochmals sei wiederholt: Beim Erfolg kommt es viel weniger darauf an, mit äußeren materiellen Widerständen fertig zu werden, als vielmehr in uns selbst die feinen Gedankenströme richtig zu regulieren.**
Hierbei aber ist die Anwendung großer Gewalt nichts anderes als Kraftverschwenung! Selbst die stärkste Konzentration versagt, sofern sie nicht an der richtigen Stelle angesetzt wird. Denken Sie hierbei an das Beispiel von der verkehrt angewandten Kraft: **Der größte Feind des Erfolges ist der Mensch sich selbst, weil er mit sich selbst nicht richtig umgehen kann!**

Mit aller Gewalt — und doch geht es nicht!

Bitte, stellen Sie sich hierzu nochmals das Beispiel von der **Platzangst** vor Augen: Dieser Platzangstkranke will doch mit aller Gewalt über die Straße, das ist doch selbstverständlich, und trotzdem schafft er es nicht, und zwar deshalb, weil seine ganze Willenskraft sich in einer vollkommen falschen Bahn betätigt. Er dreht die Anwendung des Hebelgesetzes buchstäblich um, und damit ist natürlich nichts zu erreichen.
Es ist bekannt, dass man einen Platzangstkranken sehr schnell durch einen hypnotischen Befehl heilen kann. Nun, und warum? Nur weil

dieser Befehl das Denken und damit das Wollen des Kranken zwangsläufig in die richtige Bahn lenkt. Oder meinen Sie, dass durch die Hypnose die Willenskraft des Hypnotiseurs auf den Kranken übertragen wird? Wer so etwas glaubt, verkennt die Wirkungsweise des Hypnotismus, bei der es sich nicht um eine Kraftübertragung, sondern um eine Beeinflussung der Bewusstseinsvorgänge handelt.

Beeinflussung der Bewusstseinsvorgänge durch Hypnose.

Daraus ergibt sich übrigens, dass man zum Hypnotisieren durchaus keinen besonders starken Willen braucht, wie das oft angenommen wird. Nur Technik und nichts anderes. Die Technik, mit deren Hilfe eine Einflussnahme auf bestimmte Bewusstseinsvorgänge ermöglicht wird. Es liegt außerdem weniger daran, dass jemand hypnotisieren kann, als dass man für Beeinflussungen zugänglich ist.

Im Falle der Platzkrankheit wird im Kranken im hypnotischen Schlaf durch die Einflüsterung des Hypnotiseurs bewusst und planmäßig der Gedanke entwickelt, dass er nach dem Erwachen aus dem Schlafzustand ganz leicht und ohne Anstrengung über die Straße gehen kann.

Diese Beeinflussung wird so oft und so lange wiederholt, bis der innere Mensch - der übrigens mit der seelisch-geistigen Struktur in uns identisch ist - vollkommen nur noch im Rhythmus dieser Einflüsterung, also der Suggestion, zu denken vermag.

Innerer Mensch und geistig – seelische Struktur.

Erwacht dann der Hypnotisierte aus seinem Schlaf, so denkt er überhaupt nicht weiter darüber nach, ob er nun jetzt über die Straße gehen kann oder nicht, sondern er geht einfach, wenn es ihm passt und der Körper gehorcht.

Dass der Körper gehorcht, ist der Beweis, dass sich jetzt sein Wollen bzw. sein Wille wieder ungehemmt durchsetzen und betätigen kann. **Das ganze Versagen lag also lediglich in einem ungeordneten, erfolgswidrigen Ablauf der inneren Vorgänge**.

Begreift man jetzt, dass es bei der Platzkrankheit vollkommen verkehrt wäre, von einer Schwäche des Willens zu reden? Das muss ja ein sonderbarer Wille sein, der durch die einfache Suggestion des Hypnotiseurs plötzlich riesengroß wird, während er vordem ganz klein und kraftlos war.

Nein, mein verehrter Leser, mit der Willenskraft haben diese Dinge überhaupt nichts zu tun, oder jedenfalls nur im Zusammenhang mit der Bedeutung der Hemmungen für die Auswirkung des Willens.

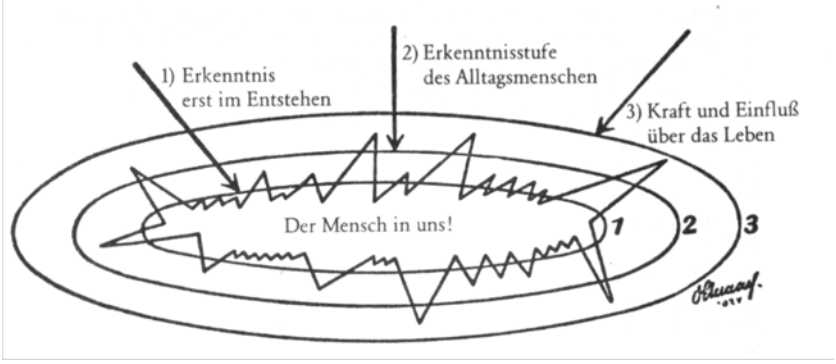
Der Wille ist immer da und in gleich starker, mächtiger Kraft, doch stets kommt es darauf an, wieweit er gehemmt und wieweit er frei ist, um sich überhaupt betätigen zu können.

Und nur deshalb sagten wir: **Willenskraft ist Kraftfreiheit, Willensschwäche – Krafthemmung!**

Wir können wirklich alles, was wir wollen, sofern wir in der Lage sind, die der freien Betätigung des Willens entgegenstehenden inneren Widerstände und Hemmungen auszuschalten und zu beseitigen!

Die seelisch-geistige Struktur

Das nachstehende Schema soll veranschaulichen, wie wir unser inneres Selbst, das Wirken und Arbeiten der verschiedensten Gewohnheiten und Zwangs-Abläufe aufzufassen haben, und wie wir durch die Steigerung unserer Erkenntniskraft immer mehr uns selbst meistem und in die Hand bekommen können.



Schematische Darstellung der seelisch-geistigen Struktur

- **Zacken-Figur:** Die gegenwärtige Verfassung der Struktur auf Grund der Einflüsse aus Erbanlagen, Leben und Umwelt
- **Ellipsen 1, 2 und 3:** Wirkungsbereich der erlangten Erkenntnisstufen

Das Gebilde in der Mitte der Figur mit den vielen Zacken, Kanten und Ecken ist die gegenwärtige Verfassung und Beschaffenheit unseres inneren Menschen, gewissermassen die Schablone, nach der sich unser Fühlen, Denken, Wollen und Handeln vollzieht, und zwar zwangsläufig vollzieht, sofern nicht die Erkenntnis darauf Einfluss nimmt.

Viele Menschen sagen, meist als Entschuldigung für ihr falsches und verkehrtes Handeln: „Ich bin nun mal so, und du musst mich verbrauchen, wie ich bin." Auch damit wird die bestimmte Beschaffenheit der inneren Struktur gekennzeichnet. Diese Menschen sind eben so, d. h. ihre innere Natur ist nun mal so bzw. wirkt sich so aus.

Zwei Einflussregionen.

Für uns ist wichtig, dass diese Struktur das Ergebnis von **zwei Einflussregionen** ist. **Die erste Einflussregion** entspricht den Einflüssen aus dem bei der Geburt übernommenen Erbgut. Der Mensch kommt mit ganz bestimmten Charakter- und Fähigkeitsanlagen zur Welt. **In dieser angeborenen Eigenart ist die erste Grundform der geistigen Struktur zu erkennen (Zackenfigur).**

Die zweite Region entspricht den Einflüssen des Lebens, unserer Umwelt und der Arbeit an uns selbst. Hierdurch unterliegt die Struktur einer dauernden Veränderung: Je nachdem, wie stark diese Einflüsse sind, werden sich bestimmte Eigenarten stärker ausprägen oder durch

die Ausbildung und Entwicklung anderer zurückgedrängt werden.
Die geistige Struktur vollkommen zu erfassen, ist unmöglich, denn der innere Mensch ist aus genau so vielen Einzelheiten und Feinheiten zusammengesetzt, wie der Körper aus Zellen besteht. Jeder Gedanke, jede Vorstellung, jedes auch noch so geringste Empfinden und Fühlen ist ein Glied bzw. ein Baustein und Bestandteil der inneren Struktur, die sich in einer dauernden, gewissermassen fluktuierenden Bewegung befindet. Es ist ein dauerndes Schwingen, das sich aber dennoch nach einer ganz bestimmten Gesetzmäßigkeit vollzieht, wobei immer die Summe der stärksten Einflüsse den jeweiligen Rhythmus bestimmt. Nun aber kommt das Wichtigste, nämlich die Frage nach dem Einfluss der Erkenntnis auf das Verhalten des inneren Menschen.

Jeder Gedanke, jede Vorstellung ist eine Zelle des seelischen Menschen.

In unserer Zeichnung wird der Wirkungsgrad der Erkenntnis durch die drei Ellipsen charakterisiert.

Wirkungsgrad der Erkenntnis .

Die erste (1) Ellipse kennzeichnet einen sehr geringen Erkenntnisgrad. Die Folge ist, dass der betreffende Mensch so gut wie gar keinen Einfluss auf seinen inneren Menschen hat.
Die Veranlagung zuzüglich der Summe der äußeren Einflüsse setzt sich einfach durch, und zwar ohne nach seinem persönlichen Wollen zu fragen. Ein solcher Mensch ist stets der Spielball seiner inneren Beschaffenheit bzw. seiner angeborenen Eigenart.

Erste Ellipse.

Bei der zweiten (2) Ellipse beobachten wir, dass die Grenze der Macht auf sich selbst schon wesentlich erweitert ist. Nur die stärksten Eigenarten und Einflüsse unterstehen noch nicht dem eigenen Wollen. Für eine große Belastungsprobe reicht dieser Entwicklungsstand also noch nicht aus.

Zweite Ellipse.

Ganz anders bei der Erkenntnisstufe, die durch die dritte (3) Ellipse dargestellt ist. Dieser Mensch beherrscht jede Situation und mag auch der innere oder äußere Einfluss noch so stark sein, immer wird er sich selbst in der Gewalt haben und seinen Willen durchsetzen.
Der Erkenntnisbereich, Ellipse 3, schließt die ganze Struktur mit allen Eigenarten (Zacken) ein. Die drei Ellipsen zeigen uns auch, wie weit dem Menschen die bewusste Bildung seiner inneren Struktur untersteht.

Dritte Ellipse.

Der Mensch der ersten Erkenntnisstufe, der eigentlich erst anfängt, Mensch zu werden, vermag nur wenig die innere Disharmonie auszugleichen. Dieser Selbsteinfluss, denn darauf kommt es ja an, wird erst dann möglich, wenn er durch planmäßige Arbeit an der Erweiterung seines Erkennens in den Wirkungsbereich der zweiten Erkenntnisstufe hineinwächst. Und erst mit dem Eindringen in die dritte Stufe gelingt der völlige Umbau des inneren Wesens nach dem eigenen Willen.
Wenn wir nun sagen: **Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis**

Selbsteinfluss und Fremdeinfluss.

macht uns frei, so zeigt uns unsere Figur sehr anschaulich, von welcher Tragweite diese wichtige Erkenntnis ist. Bei unserer ganzen Entwicklung kommt es darauf an, ob wir uns mehr selbst bilden und entwickeln oder uns mehr durch die Einflüsse der Außenwelt bilden und entwickeln lassen.

Würde der Gesamteinfluss der Außenwelt nur positiver Natur sein, so wäre diese Frage nicht so bedeutungsvoll. Das ist aber keineswegs der Fall. Den Beweis hierfür bringt uns das Denk- und Erkenntnisniveau der Allgemeinheit.

Notwendigkeit der Arbeit an sich selbst!

Da wir nicht in dieser Mittelmäßigkeit und diesem Negativismus stecken bleiben wollen, bleibt uns nichts anderes übrig, als eben **bewusst** an uns selbst zu arbeiten. Die Möglichkeit der Entwicklung bis zur höchsten Vollkommenheit ruht von Anbeginn an in jedem Seelenwesen, da ja die Entwicklung an sich nichts anderes ist als ein immer größeres Offenbarwerden der höchsten Vollkommenheit des Schöpfungswunders, das in der Natur wirkt, und wir selbst gehören auch dazu.

Immer wieder muss jedoch ganz klar erkannt werden, dass diese Selbstentwicklung in strengster Abhängigkeit steht von der Macht der Erkenntnis, was immer einem Bewusstwerden der in der Natur ruhenden Möglichkeiten entspricht.

Wer behauptet, nicht aus seiner Haut herauszukommen, stellt damit lediglich fest, dass seine Erkenntnis an Verkalkung leidet, nicht aber, dass er zu einer Höherentwicklung nicht befähigt sei.

Selbstredend bejahen wir, dass uns von der Entwicklung der Form, also der Entwicklung unseres Gehirns z. B., feste Grenzen gesetzt sind. Aber wir erwarten ja auch gar nicht, dass sich ein Gorilla zum Homo Sapiens entfaltet.

Nur wir, wir ganz allein, stehen hier unter Betrachtung, und bei dem Entwicklungszustande unseres **Gehirns**, dem Gehirn des Kulturmenschen im 21. Jahrhundert, ist es durchaus möglich, eine wesentlich höhere Erkenntnis- und Einflussstufe zu erreichen, als es bis jetzt der Fall war, und darauf allein kommt es hier an.

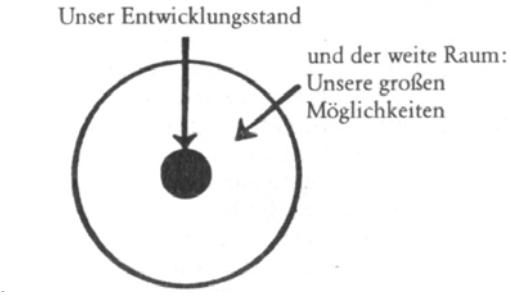
Millionen Menschen haben erst einen Bruchteil der Vervollkommnung erreicht, zu der sie ihre Erbmasse befähigt. Die Skizze auf der nächsten Seite macht das anschaulich:

Die Entwicklungsmöglichkeiten des Menschen.

Der kleine Kreis in der Mitte, das ist der bis heute erreichte Entwicklungszustand der Allgemeinheit, während der freie Raum zwischen dem kleinen und dem äußeren großen Kreis die Entwicklungsmöglichkeiten darstellt.

Wenn im Verhältnis zu diesen Entwicklungsmöglichkeiten die große Mehrzahl der Menschen erst so wenig erreicht hat, so liegt das einfach und allein nur an der mangelnden Erkenntnis über sich selbst.

Was zu erreichen ist bei voller und bewusster Einstellung zu den Entwicklungsmöglichkeiten, das zeigen uns die Spitzenleistungen der



Sinnbild für unsere Entwicklungsmöglichkeiten
Prägen Sie sich diese Figur fest ein! Soviel haben Sie bis heute erreicht, wie der kleine Kreis anzeigt. Der freie Raum bis zum inneren Rand des großen Kreises zeigt die großen Möglichkeiten, die Ihnen bei dem jetzigen Stand Ihrer Entwicklung noch offen stehen! Nutzen Sie sich selbst aus! Gehen Sie unter allen Umständen bis an die Grenze aller Möglichkeiten und geben Sie sich auf keinen Fall mit Halbheiten zufrieden.

Die Spitzenleistungen der großen Menschen zeigen unsere Möglichkeiten.

großen Männer und Frauen in der Welt. Wenn auch nicht jeder eine solche Genialität erreicht, so ist es aber doch feststehend, dass jeder Einzelne viel mehr zu leisten vermag, als er bisher zuwege brachte. Bedingung ist aber, dass man zu den Vorgängen innerhalb seiner geistigen Struktur **ganz bewusst** Stellung nimmt und die Wirkungsweise der seelischen und geistigen Kräfte nicht mehr nur von den äußeren Einflüssen abhängig macht.

Immer entscheidet nur die richtige Erkenntnis!

Hier zeigt sich übrigens ganz klar der Unterschied zwischen der **positiven Persönlichkeit** und dem **Alltagsmenschen**. **Der Alltagsmensch** lässt sich treiben, wie ein Kahn auf den Wellen des Ozeans. Den Kräften und Einflüssen, die gerade auf ihn einwirken, denen ist er ausgeliefert. **Umgekehrt der positive Mensch:** Bei ihm entscheidet immer nur die richtige Erkenntnis, ob er einen Einfluss auf sich wirken lassen will oder nicht. Dafür lebt er eben bewusst. Ganz fest und mit starken Armen steht er am Steuer seines Lebensschiffes, dessen Kurs er selbst bestimmt!

Natürlich wird auch das seelische und geistige Leben des positiven Menschen von ganz bestimmten Gewohnheiten und Gesetzmäßigkeiten beherrscht. Aber darauf kommt es ja gerade an, dass die in seinem unbewussten Leben wirkenden Gewohnheiten positiv sind und voll und ganz den Gesetzmäßigkeiten und Voraussetzungen des Erfolges entsprechen! Es wurde schon darauf hingewiesen, dass der Ablauf unseres Denkens und Empfindens wie auch unseres geistigen Lebens automatischen Abläufen untersteht. Hierfür gibt es viele Beispiele. So z. B. die Gewohnheit der Art des Schreibens oder des Sprechens einer bestimmten Mundart. Dieser Mechanismus ist für das Verstehen der Vorgänge in der geistigen Struktur übrigens besonders aufschlussreich.

Angenommen, Sie wären in Sachsen geboren und in Sachsen erzogen. Was wäre die Folge? Dass Sie infolge des Einflusses Ihrer Umgebung die charakteristische Aussprache der sächsischen Mundart hätten.

Die Wirkung der seelisch - geistigen Struktur.

Jetzt frage ich Sie: Sprechen Sie nun diese Mundart, weil Sie es selbst wollen, oder spricht diese Mundart nicht vielmehr Ihre innere Struktur, also Ihr innerer Mensch? Zweifellos ist das letztere der Fall.

Nun aber frage ich weiter: Mussten Sie unter allen Umständen diese Mundart sprechen, etwa deshalb, weil Sie von sächsischen Eltern

abstammen, oder ist diese besondere Eigenart beim Sprechen tatsächlich auf den Einfluss Ihrer **Umwelt** zurückzuführen?

Der innere Rhythmus.

Was würde geschehen sein, wenn Sie zwar als Kind sächsischer Eltern in Leipzig geboren, jedoch kurz nach Ihrer Geburt zu Pflegeeltern nach München gekommen und dort erzogen wären? Hätten Sie dort und ohne **jeden** sächsischen **Einfluss** auch und von sich aus die Mundart Ihrer Eltern entwickelt? Nein, sondern ganz sicher ist es, dass Sie dann die in Bayern übliche Eigenart angenommen hätten.

Aber ganz klar ist es auch, dass nicht Sie es sind, der diese besondere Mundart sich aneignet, sondern allein die ohne Ihr bewusstes Zutun wirksame innere, geistig-seelische Struktur.

Ist die in Frage stehende Mundart erst einmal fest in Ihnen verankert, was soviel bedeutet, dass die innere Struktur vollkommen im Rhythmus dieser Mundart schwingt, so werden Sie voraussichtlich Ihr ganzes Leben lang darin sprechen, sofern es Ihnen nicht möglich ist, zu erkennen, dass Sie aller Verankerung zum Trotz dennoch den inneren Rhythmus umstellen können. Solange ist das unmöglich, wie Sie fest daran glauben, aus Ihrer so genannten Haut nicht herauszukommen. Erst, wenn Sie einsehen, dass diese Haut durchaus dehnbar und veränderlich ist, und dann durch Erkenntnis und guten Willen an eine bewusste Umformung herangehen, gelingt es, eine unter Umständen totale Veränderung der Sprechgewohnheiten, auf die ja die Mundart zurückzuführen ist, zu erreichen.

Ich glaube, mein verehrter Leser, jetzt verstehen Sie schon, was mit der inneren Struktur gemeint ist, denn genau so wie bei dem eben geschilderten Beispiel ist es auf der ganzen Linie der inneren Abläufe und geistig-seelischen Gesetzmäßigkeiten.

Nicht der Wille, allein die Erkenntnis macht uns frei.

Und immer mehr wird es auch einleuchten, dass wirklich nur Erkenntnis der Schlüssel zur Lebensbemeisterung ist. Solange wir keine Ahnung haben von den Gesetzmäßigkeiten, denen unser Leben unterstellt ist, sind wir ja tatsächlich nicht in der Lage, den Hebel unserer Kraft an der richtigen Stelle anzusetzen.

Erfolg zu erzielen, ist tatsächlich keine schwere Sache, jedoch nur dann, wenn man weiß, **wie** es gemacht wird. Es ist ausgeschlossen, jemals die Kraft zum Erfolge zu haben, solange sich die Kraft infolge unserer Unwissenheit wie unter einer Tarnkappe verbirgt.

Es ist fürwahr ein tragisches Geschick für unzählige Millionen lieber, braver Menschen, dass sie zwar mit bestem Willen nach Erfolg streben, dennoch aber alles am verkehrten Ende anpacken und durch die dadurch eintretenden dauernden Misserfolge schließlich am Sinne des Daseins verzweifeln.

Wer dies klar erkennt, für den müsste es Pflicht sein, die hier niedergelegten Erkenntnisse nicht nur für sich selbst auszunutzen, sondern sie auch anderen zu vermitteln.

*1) Die Anerkennung des Wirkens der Natur darf natürlich nicht dazu führen, das Vorhandensein einer unabhängig vom Körper in uns vorhandenen Seele in Abrede zu stellen.
Die Kraft der „Natur" ist vielmehr die Kraft der Seele. „Natur" ist insofern nur ein Hilfsbegriff. Und auch das ist mit „Natur" nicht gemeint, was die Vorgänge in der unbelebten Materie, in den Elementen betrifft, ungeachtet der Tatsache, dass die Natur, also das Wirkungswunder der göttlichen Schöpfung, höchsten Einfluss auch auf die unbelebte Materie hat.

Natur, so gesehen, ist die Herrin aller lebendigen Kreatur, und eine Einheit wohl vom Willen Gottes aus, dennoch aber eine unendliche Vielheit, die auf ebenso vielen Wegen zur Bewusstwerdung strebt.

Diese Bewusstwerdung ist der Weg zur Vollkommenheit im Sinne des Schöpfungsplanes.

Jedes Wesen, das sie hervorbringt, ist ein Versuch, diesem Ziele näher zu kommen. Und auf diesem Wege entstand auch der Mensch, der die bisher höchste Ausdrucksform ihrer Möglichkeiten ist.

Im Menschen, richtiger in seiner Seele, erwacht die Natur aus ihrem unbewussten Wollen zum Bewusstsein und damit zu Ihrer göttlichen Abkunft. Das Bewusstsein entwickelt sich über den schöpferisch gestaltenden Versuch, der durch die Erfahrung solange vorangetrieben wird, bis Wesen entstehen, die sich selbst erkennen.
Diese Selbsterkenntnis macht den Menschen zum Menschen und in der Folge zu einem Wesen mit einem immer universalen Erkennen und schließlich, durch die Überwindung der fleischlichen Form, zum Ebenbilde Gottes.

Da die Seele unabhängig vom Körper existiert, ist die Bindung an den Organismus nur als eine weitere Erfahrungsstation auf dem Wege zum Licht zu werten.

Der Wille Gottes war es, erkennende Seelen zu schaffen. Bis zur Menschenhöhe des dazu nötigen Schöpfungsweges war ER es, der über das Wirkungswunder "Natur" den Weg zur Bewusstwerdung ebnete.

Dann aber kam es darauf an, dass diese Wesen aus eigener Kraft handeln konnten. Dazu gab Gott den Seelen die Freiheit der Entscheidung und zugleich die Möglichkeit, die Grenzen der eigenen Freiheit immer mehr zu erweitern.

Daraus wurde der Menschen Werk und die Welt der Menschen und daraus soll und muss weiter werden die Erlösung vom Bann durch das Stoffliche, die Erlösung vom Fleische, die reine Form der sich selbst und ihren Schöpfer erkennenden Seele in einer vergeistigten Daseinsform, in einer Neugeburt im Geiste.

Für manchen scheint ein Widerspruch darin zu bestehen, dass einerseits die Natur in uns, also die Seele, in den Bezirken der organischen Wirksamkeit, z. B. in der Organisation des körperlichen Lebens so unerhörte Intelligenzleistungen vollbringt, während gleichzeitig die Leistungen des Menschen bzw. der jeweiligen Individualität, welcher der Körper dient, so nichts sagend sind.
Das ist aber kein Widerspruch, sondern nur die Äußerung der Tatsache, dass die Seele wohl in den biologischen Prozessen Erfahrung hat, und damit Wissen und Bewusstsein, in der selbständigen Äußerung, in der Freiheit vom Zwang jedoch noch wie ein Kind ist und noch gar nichts mit sich anzufangen weiß.

Der menschliche Geist ist eine Sache, die sich erst entwickeln muss und die ganz und gar von der Bewusstwerdung der eigenen Möglichkeiten abhängt.

Hinzu kommt außerdem, dass auch die gehirnorganischen Bedingungen erfüllt sein müssen, um selbständige Geisteskraft zu entwickeln.

Wer blind geboren wird, lernt die Erfahrungswelt nie so kennen, wie ein Sehender.

Wer blind, taubstumm und vielleicht auch noch ohne Arme geboren würde, könnte überhaupt kein richtiger Mensch werden. Das ist aber nicht eine Frage der Fähigkeiten der Seele - der Natur in uns -, sondern allein eine solche **organischer Behinderung**. Die Seele befindet sich

dann in einem Gefängnis.

Anmerkung: Alle Leser, die in diese Zusammenhänge tiefer hineinschauen möchten, finden Ausführliches in den Werken über die Erkenntnisphilosophie des Mental-Positivismus, in den Werken „Erkennen - Schaffen – Vollenden" und in der „Werkstatt der Seele" von Oscar Schellbach.

V. Teil
Die zielbewusste Gestaltung des Lebens
Selbstanalyse - Erfolgstagebuch - Täglicher Fortschritt

„Versuche alles zu tun, was den Erfolg erleichtert und vermeide alles, was ihn unnötig erschwert."

„Wir werden nur dann wirklich leistungsfähig, wenn wir versuchen, alles beständig einfacher und zugleich besser und vollkommener zu machen."

Jetzt kommen wir zur zielbewussten Gestaltung des Lebens, mein verehrter Leser. Ein wichtiges Mittel hierzu lernten wir schon in der bewussten Selbstbeeinflussung kennen. Neben dem allgemeinen positiven Denken, das sich in der Lebensbejahung äußert, müssen wir jetzt ganz bestimmte Erfolgseigenschaften entwickeln.

Die Kunst des Schweigens z. B. beherrschen lernen, gleichzeitig aber auch die Fähigkeit, im rechten Augenblick ohne Hemmungen das zu sagen, worauf es ankommt. Selbstverständlich gehört hierzu auch die Meisterung aller negativen Charaktereigenschaften und persönlichen Mängel.

Nur durch Planmäßigkeit geht es vorwärts!

Wir haben schon von der Notwendigkeit einer planmäßigen Lebensführung gesprochen. Nachdem wir nun über unser Innenleben genügend informiert sind und mit unseren Kräften schon gut Bescheid wissen, wollen wir jetzt unsere Kenntnisse für die erforderliche Planmäßigkeit praktisch auswerten.

Einen Plan entwickeln, heißt zuerst, sich einen Überblick zu verschaffen über das, was wir erreichen wollen. Da wir wissen, dass in allen Erfolgsangelegenheiten nur wir selbst, also unsere eigene Person ausschlaggebend und entscheidend sind, bezieht sich die erste Überlegung auf uns selbst. Wir müssen feststellen, was und wo bei uns etwas faul ist, was mit den Bedingungen des Erfolges nicht übereinstimmt.

Völlige Klarheit ist immer die erste und wichtigste Grundbedingung zur Überlegung. Wir wollen uns diese Klarheit über uns selbst aber nicht nur in Gedanken schaffen, sondern auch auf dem Papier. **Bitte schaffen Sie sich zu diesem Zweck das schon früher erwähnte Erfolgstagebuch an.**

Das Erfolgstagebuch

Den roten Strich unbedingt ziehen!

Auf die erste Seite dieses Tagebuches ziehen Sie den berühmten roten Strich hinter die Vergangenheit.

Nur der Zukunft gehört das Leben!

Er versinnbildlicht den endgültigen Bruch mit allem Negativen und das endgültige Ende jeder nutzlosen Grübelei, die jetzt einem zielbewussten Erfolgsstreben Platz zu machen hat. Hängen Sie nicht mehr dem Vergangenen nach, noch ist Zeit, noch leben Sie, noch bieten sich tausend Erfolgschancen! Und auch dann, wenn Sie schon bejahrt sind und nur noch über geringe Möglichkeiten verfügen, werden Sie sich Ihr Leben noch positiv einrichten. Denken Sie daran, was ich Ihnen über die Einstellung zum Unabänderlichen gesagt habe. ***„In der Beschränkung zeigt sich der Meister."*** Nun liegt es an Ihnen, diese Meisterschaft unter Beweis zu stellen.

Also: Schluss mit aller Grübelei, Schluss mit allem Traurigen der Vergangenheit, und endgültig Schluss auch mit aller Hoffnungslosigkeit und jedem Negativismus!

Das also versinnbildlicht uns der dicke rote Strich! Ziehen Sie diesen



Der rote Strich hinter die ganze unfruchtbare Vergangenheit

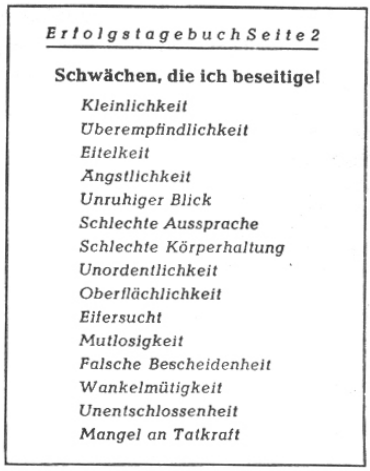
Strich aber auch wirklich in ein Tagebuch und begnügen Sie sich nicht mit dem Lesen dieser Worte: **Nur die Praxis ist maßgebend!** Einzig und allein die Praxis, und wenn Sie schon dieses Buch studieren, so machen Sie sich auch die Freude, den durch eine Befolgung der Anweisungen eintretenden Erfolg gründlich zu erzeugen!

Nur die Praxis ist maßgebend!

Nun kommt die 2. und die 3. Seite unseres Tagebuches: Hier kommen wir nun zu der vorhin erwähnten Klarheit über uns selbst. Jetzt heißt es, sich bewusst zu machen, was an guten und schlechten Seiten an uns dran ist.

Schreiben Sie alles säuberlich untereinander, was Sie quält, was Sie beunruhigt

Schreiben Sie alles säuberlich untereinander, was Sie quält, was Sie beunruhigt, was Sie ängstlich und mutlos macht, was Ihre Umwelt an Ihnen nicht leiden mag, was Ihnen selbst zur Qual ist, alles, alles schreiben Sie auf und auch alle schlechten Angewohnheiten, wie überhaupt die ganze Sammlung von erfolgswidrigen und disharmonischen Eigenschaften. Analysieren Sie Ihren körperlichen und seelischen Menschen, bis Sie auch das letzte Haar gefunden haben.



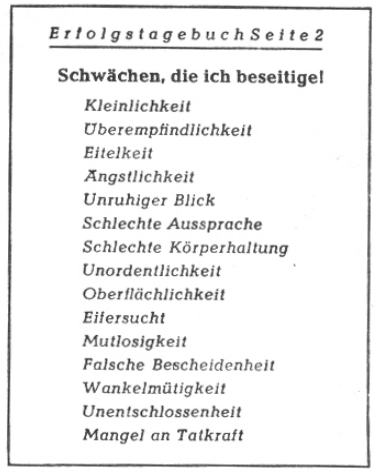
Das ehrliche Eingeständnis der erfolgshindernden Schwächen

Ich brauche Sie wohl nicht daran zu erinnern, bei dieser Selbstanalyse ganz, ganz ehrlich zu sein! Es ist ja nicht notwendig, dass Sie dieses Erfolgstagebuch irgendeinem zur Zensur vorlegen, nur vor sich selbst müssen Sie einmal gründlich klar sein, ganz klar und darum wirklich mit rücksichtsloser Offenheit vorgehen. Es kann sein, dass Ihnen eine ganze Menge negativer Eigenschaften gar nicht bewusst sind. Dann beobachten Sie bitte Ihre Umgebung und gestehen Sie sich selbst jede Schwäche ein, die man bei Ihnen findet.

Ehrlich, ganz ehrlich sein!

Wir wollen aus uns einen wirklich lebensstarken, positiven und erfolgreichen Menschen machen. Nie wird uns das möglich sein, solange wir nicht gewillt sind, uns vorhandene Schwächen einzugestehen.

Selbstverständlich haben wir alle auch eine ganze Reihe von guten Eigenschaften. Das kommt auf Seite 3 unseres Tagebuches. Auch das Gute müssen wir von uns wissen, doch kommen Sie bei der Aufstellung Ihrer guten Eigenschaften bitte nicht zu Verwechslungen, denn es kann sein, dass eine Eigenart, die Sie selbst für gut halten, geradezu erfolgswidrig ist.


Erfolgstagebuch Seite 2

Schwächen, die ich beseitige!

Kleinlichkeit
Überempfindlichkeit
Eitelkeit
Ängstlichkeit
Unruhiger Blick
Schlechte Aussprache
Schlechte Körperhaltung
Unordentlichkeit
Oberflächlichkeit
Eifersucht
Mutlosigkeit
Falsche Bescheidenheit
Wankelmütigkeit
Unentschlossenheit
Mangel an Tatkraft

Das ehrliche Eingeständnis der erfolgshindernden Schwächen

Gutmütigkeit ist eine Schwäche!

Gutmütigkeit ist z. B. keine Erfolgseigenschaft, sondern eine Schwäche. Die positive Eigenschaft dafür ist Herzensgüte mit Gerechtigkeit. Dass Gutmütigkeit in vielen Fällen nicht aus edlem Wollen geboren wird, beweist schon die Tatsache, dass man seine Gutmütigkeit bereuen kann. Sie müssen ein von Herzen guter Mensch sein, das besagt aber nicht, dass Sie sich deshalb ausnutzen lassen. Hier den rechten Wesenszug zu konstatieren, muss ich Ihnen selbst überlassen.

Der strenge Vater ist höher zu werten als der gutmütige!

Ein Vater, der zu seinem Jungen streng ist, weil er will, dass er im Leben etwas Tüchtiges erreicht, ist trotz seiner harten Worte, die er manchmal gebraucht, seinem Wesen nach viel höher zu werten als der Gutmütige, der seinem „lieben Jungen" jeden Wunsch erfüllt.

Es bedeutet Feigheit eigene Fehler und Schwächen nicht einzugestehen und es bedeutet Unverstand sie nicht auszumerzen!

Wie gesagt, Sie selbst müssen Ihre Eigenschaften bewerten. Aber seien Sie wirklich kritisch, und machen Sie nicht den Fehler, eine Schwäche, die unter Umständen für Ihr ganzes Leben entscheidend sein kann, als besonders gute Eigenschaft auszulegen.

Damit Sie sich über Ihr eigenes Wesen richtig klar werden können, finden Sie auf den nächsten Seiten einen Charakterspiegel. Mit seiner Hilfe - indem Sie alle Eigenschaften objektiv durchgehen - werden Sie bald zur richtigen Meinung über sich selbst kommen und für sich selbst, auf Seite 2 und 3 Ihres Tagebuches, ein entsprechendes Spiegelbild Ihres Wesens entwerfen können.

Haben Sie das getan, dann wird mit ganzer Kraft an den Aufbau herangegangen. Das ist der nächste Schritt zur Planmäßigkeit. Nun heißt es: **Keinen Abend schlafen gehen, bevor nicht ein Fortschritt erzielt worden ist!**

Nach der Selbstanalyse vorwärts mit ganzer Kraft!

Jetzt muss mit Energie und Klugheit der lebensstarke, einflussreiche Charakter des positiven Tatmenschen entwickelt und herangebildet werden! Sagen Sie nicht, dass das schwer oder gar unmöglich sei:

Seinen Charakter kann jeder beeinflussen, der es ernstlich will, vor allem aber jeder bewusst lebende Mensch, der sich über die innere und äußere

Notwendigkeit der Umgestaltung seines Charakters vollkommen im Klaren ist.

Selbstverständlich spielt, besonders bei der Bezwingung des Trieblebens, die Vererbung eine Rolle. Man lasse sich aber nicht von der Ansicht beherrschen, dass der denkende Mensch bedingungslos an seine Veranlagung gebunden sei.

Wenn das der Fall wäre, stände es schlecht um die Evolution, wären Veredelung und Vergeistigung des Wesens ein Ding der Unmöglichkeit. Im Übrigen wissen wir ja schon, dass man doch aus seiner Haut heraus kann, wenn man es nur richtig anstellt. Die Unmöglichkeit der Selbstbemeisterung wird jeder solange annehmen, wie er nicht die Erkenntnis der Möglichkeit durch den Beweis eines gelungenen Sieges über sich selbst erhalten hat. Deshalb muss man auch bei Beginn der bewussten Gestaltung des Charakters zunächst darauf achten, sich erst mal in irgendeiner Weise in die Gewalt zu bekommen. Dass dies nur wenigen gelingt, liegt daran, dass die meisten die Beherrschung etwa einer Leidenschaft durch den Kampf gegen die Erregung der Nerven einleiten.

Erst das Streben nach Veredelung des Charakters macht uns zu wahren Menschen!

Dieses Vorgehen ist falsch, denn mit einer Leidenschaft ist es genau so wie mit dem Feuer: Im Keim lässt es sich spielend leicht beherrschen, und, wenn es sein muss, unterdrücken; hat es jedoch schon zu große Dimensionen angenommen, trotzt es jeder Bändigung und zerstört Häuser und Städte. **Im Kern muss die Leidenschaft gepackt werden, nicht an ihren Außenseiten!**

Vernünftige Menschen halten die Wandlung des Charakters für selbstverständlich!

Der eigentliche Angriffspunkt jeder Leidenschaft, wie überhaupt jeder Schwäche, ist im Gedankenleben zu suchen. Wenn wir nicht an eine Leidenschaft denken, das heißt, wenn wir unser Gedankenleben frei von den Vorstellungen einer Begierde halten, dann kann sich auch keine Leidenschaft des Körpers bemächtigen. **Wahre Selbstbemeisterung ist nicht Beherrschung der Nerven, sondern Beherrschung der Gedanken!**

Wichtig!

Mit der Ausschaltung unangenehmer Charaktereigenschaften ist es genau so. Auch hier gilt es, die Eigenschaften schon im Keim, also beim Auftauchen im Bewusstsein zu ersticken. Charaktereigenschaften, einerlei, ob diese gut oder schlecht sind, unterstehen nicht nur der Veranlagung, sondern, wie fast alle sich ständig wiederholenden, unbewussten und ungewollten Äußerungen unseres Wesens, auch den Gesetzen der Gewohnheit.

Jede Reaktion, wie überhaupt jeder Vorgang im Körper hat das Bestreben, sich stets unter gleichen Bedingungen zu wiederholen, und wiederholt sich gewohnheitsgemäß bestimmt, wenn er eine gewisse Zeit lang in gleicher Weise eingetreten ist.

Das Gesetz der Gewohnheit gilt für jeden Fall!

Bewirkt wird diese gesetzmäßige Wiederholung durch Impulse, die der Nervenapparat von im Unterbewusstsein wirkenden Vorstellungen (Mechanismen) erhält. Diese Vorstellungen sind die leitenden Ideen, die geistigen Urbilder und Träger der Gewohnheit, die um so stärker und damit um so wirksamer werden, je öfter, länger und widerstandsloser sie ihre äußere Erscheinung ins Leben rufen können.

Man gewöhnt sich an gute Charaktereigenschaften genau so wie an schlechte.

Charakterbildung beim Kinde

Über seine Kinder klagen , heißt über sich selber klagen!

Um diese Vorgänge mit der Entwicklung des Charakters in Zusammenhang zu bringen, braucht man nur an die Erziehung des Kindes zu denken.

Dabei handelt es sich im Wesentlichen immer um gleich bleibende Einwirkungen auf das Vorstellungsleben des Kindes, die den Charakter nach bestimmten Richtungen drängen. Nur wenn es sich um ein Kind handelt, das geistig besonders regsam ist, wird es willkürlicher Charakterbildung Widerstand entgegensetzen.

Die Neigung, sowohl Gutes wie Böses zu tun, schlummert mehr oder weniger in jedem Menschen. Erst die Erziehung, sowie das Beispiel und die Gesinnung von Eltern und Umgebung lassen das eine oder andere mehr in Erscheinung treten.

Der Charakter unserer Kinder ist zu einem sehr großen Teil das Produkt unseres eigenen Verhaltens.

Bei der Bildung des Charakters kommt es nicht darauf an, wie gut man es im Augenblick mit dem Kinde meint, sondern immer nur auf die Vorstellung, die man durch sein Verhalten im Bewusstsein des Kindes erzeugt.

Beschützt und behütet man das Kind sorgsam vor jedem Schmerz und jeder Unannehmlichkeit, so ist die unvermeidliche Folge, dass das Kind verweichlicht wird.

Am Charakter unserer Kinder erkennen wir klipp und klar die Fehler und Vorzüge unserer Lebensführung und Lebenseinstellung in der Vergangenheit!

Selbstverständlich will die Mutter keinen verweichlichten Jungen, sie behütet und beschützt ihn ja nur aus Angst, weil sie ihn lieb hat. Das aber ist gerade der Fehler, denn die gleiche Vorstellung von Angst erzeugt sie durch ihr Verhalten auch im Bewusstsein des Kindes, was bei dauernder Wiederholung dann einen ängstlichen und zimperlichen Charakter bewirkt. Dieses Ängstliche des Charakters wird um so stärker in Erscheinung treten, je mehr das Kind das Besorgte und Ängstliche im Wesen der Mutter merkt.

Was beim Erwachsenen besonders hemmend wirkt, ist der Mangel an Selbstvertrauen. Auch das ist meist die Folge falscher Erziehung. Wenn dem Kinde beim Versuch, die selbständigen Handlungen der Erwachsenen nachzuahmen, stets gesagt wird: „Lass das, dazu bist du zu klein, dass darfst du nicht, sei ruhig, frag nicht so dumm usw ...“, dann muss eben, als Folge falscher Vorstellungen, die durch dieses Verhalten dem Kinde suggeriert werden, das Selbstvertrauen des Kindes leiden.

Das Gleiche haben wir auch beim Fleiß und Ordnungssinn. Wird das Kind von frühester Zeit an angehalten, alle Arbeiten ausdauernd und korrekt auszuführen, so kann es später als Erwachsener mit Leichtigkeit ein ordentlicher Mensch sein, während ein Muttersöhnchen, das man von jeder Arbeit fernhält, auch im ferneren Leben keine Lust und Ausdauer zu ordentlicher Arbeit hat, wenn nicht durch Selbsterkenntnis und Selbsterziehung die negativen Eigenschaften beseitigt werden. Ist erst einmal irgendeine Eigenschaft, gleich ob diese gut oder schlecht ist, durch Erziehung fest im Menschen verankert, so ist sie bestimmend für seine Handlungen, die dann häufig nicht mehr freier Überlegung, son-

dern einem unterbewussten Zwang entspringen, der vielen unerbittlich ihr Verhalten und damit ihr Geschick diktiert. Ohne Erkenntnis dieser Zusammenhänge ist fast jeder Kampf gegen schlechte Eigenschaften in Frage gestellt, jedes Aufbäumen des Willens ein Tropfen auf einen heißen Stein.

Wenn es nicht gelingt, die geistigen Ursachen der Schwächen, also die wirkenden Mechanismen im Unterbewusstsein unwirksam zu machen, wird man gegen schlechte Seiten des Charakters fast immer machtlos sein.

Wenn Sie meinen Ausführungen aufmerksam gefolgt sind, mein verehrter Leser, wissen Sie jetzt, dass man die bewusste Gestaltung seines Charakters mit der Reinigung seines Gedankenlebens von allen Vorstellungen zu beginnen hat, die mit irgendeiner Schwäche in Verbindung stehen. Diese Vorstellungen werden Sie dadurch los, dass Sie ihnen einfach keinerlei Beachtung mehr schenken.

So werden Sie alle schädlichen Gedanken los!

Sobald Sie fühlen, dass durch irgendeine äußere Anregung zum Beispiel eine bestimmte Angst in Ihnen wach werden will, richten Sie sofort konsequent Ihre Aufmerksamkeit auf irgendeine Ihrer Erfolgsangelegenheiten. Sagen Sie sich ganz energisch: **Diese Vorstellung schadet meinem Erfolg, deshalb dulde ich sie nicht in meinem Bewusstsein.** Wenn Sie das jedes mal tun, haben Sie binnen kurzem eine große Herrschaft über sich erlangt.

Bevor Sie jedoch an die Beseitigung Ihrer unangenehmen Seiten praktisch herangehen, müssen Sie mit diesen gründlich abrechnen. Sie müssen sich vollkommen darüber klar sein, dass Sie vorwärts wollen und darum Schwächen nicht mehr haben dürfen!

Sie müssen den entschlossenen Willen haben, die Schwächen ein für alle Mal los zu werden, denn sonst hat das Ganze keinen Zweck, weil es ja darauf ankommt, den erfolgshinderlichen Vorstellungen, die sich in Ihrem Bewusstsein zu Hause fühlen, keine geistige Nahrung mehr zu geben.

Tun Sie, was die Vernunft gebietet!

Selbsterkenntnis bedingt Einsicht! Einsicht haben ist unmittelbarer Ausdruck der Vernunft. Das Höchste aber ist, nach der Einsicht zu handeln!

Angenommen, Sie wären ein Mensch, der eingebildet und angeberisch ist. Wie Sie aus dem Charakterspiegel ersehen, dürfen diese Eigenschaften nicht geduldet werden, also müssen sie verschwinden. Von nun an müssten Sie deshalb darauf verzichten, sich gerne reden zu hören und müssten darum auch die Bewunderung Ihrer Umgebung entbehren.

Können Sie das? Im Interesse der Ausschaltung dieser unangenehmen Eigenschaften müssen Sie das, aber wollen Sie das auch?

Wenn Sie ein rechter Angeber sind, wird das sicher schwer fallen und nur möglich sein, wenn, nun, wenn Sie dadurch einen anderen, besonderen Vorteil haben würden. Diesen Vorteil haben Sie zweifellos, und er wird Ihnen auch sofort klar, wenn Sie sich einmal die **Erfolge** betrachten, die durch das Angeben und das eingebildete Wesen entstanden

sind. Sie lebten in einer Welt der Illusionen, denn die Leute, die Sie vermeintlich gerne reden hörten, waren gar nicht so sehr von Ihnen eingenommen, wie Sie sich einbildeten.

Selbsterkenntnis ist unerlässlich! Je größer die Selbsterkenntnis, um so schneller werden die wahren Ursachen aller bisherigen Misserfolge erkannt.

Sie wollen Erfolg, dazu gehört die Persönlichkeit, die Vertrauen, Achtung, Ansehen und Zuneigung besitzt!

Wünschen Sie das? Oder ist Ihnen damit gedient, wenn Sie nur, solange Sie anwesend sind, die Aufmerksamkeit der Leute finden? Wenn Sie eine Persönlichkeit sein wollen, müssen Sie schweigen lernen und darum auch die geschilderten Eigenschaften beseitigen.

Oder Sie wären beispielsweise ein rechthaberischer Mensch, der den Meinungen anderer stets widerspricht und nur seine eigenen Ansichten gelten lassen will: Wollen Sie wirklich und ernstlich von dieser üblen Eigenschaft lassen, die Ihnen wohl im Augenblick eine gewisse Befriedigung verschafft, Ihnen aber dafür Feinde und Antipathien einträgt?

Oder aber Sie wären ein großer Egoist, der sich selbst alles, anderen aber nur ein Existenzminimum zubilligt: Könnten Sie sich dann ernstlich entschließen, in Zukunft anders zu sein? Wissen Sie, dass das heißt, manchen materiellen Vorteil zu entbehren? Ist Ihnen die Liebe Ihrer Umgebung, die Sie dafür ernten und die treue Mitarbeiterschaft, die Sie dadurch gewinnen, Vorteil genug, um in Zukunft der Selbstsucht zu entsagen? Wenn Sie so über Ihre Schwächen nachdenken, wie ich das eben gezeigt habe, und in jedem Falle ein positives, aus dem Innersten kommendes: Ja, ich will es! aussprechen können, dann haben Sie die Vorbedingungen erfüllt, um sich zur Freiheit des Geistes und zur Persönlichkeit zu erheben.

Sagen Sie nicht, dass Sie dadurch vom Leben etwas entbehren müssen, durchaus nicht, der positive Mensch darf alles tun, was das Leben lebenswert macht, nur soll er **Herr** und nicht **Sklave** seiner Triebe, Neigungen und Sinne sein!

Frei sein vom Müssen, das kann man nur, wenn man HERR über sich ist!

Frei sein vom Müssen, alles tun aus freier Überlegung heraus, das ist das Ziel, das Ihnen vorschweben muss, wenn Sie Ihr Geschick meistern und lenken wollen!

Wenn auch die Beseitigung mancher Schwäche wie die Entbehrung eines Genusses aussieht, vergessen Sie nicht, dass ihre Beseitigung nur der Einsatz für die große innere Zufriedenheit ist, die Sie für die Ausschaltung alles Niederen und Schwachen einheimsen. Umsonst ist nichts in der Welt, ohne Arbeit soll auch nie ein Lohn empfangen werden.

Wer jedoch die Arbeit der Selbstbemeisterung leistet, erhält den größten Lohn, der je erhalten werden kann: Das Bewusstsein starker Seelenkraft und wirklicher entscheidender Bedeutung als Mensch und Persönlichkeit.

Ihr Charakter ist Ihr Schicksal, vergessen Sie das nie!

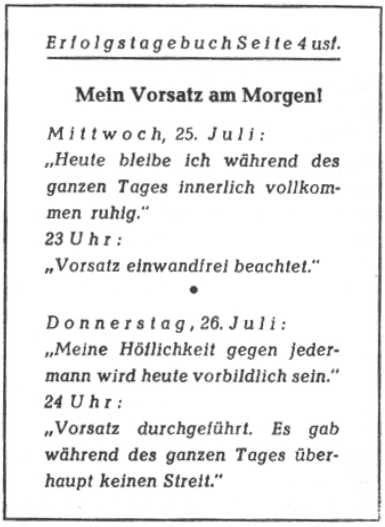
Deshalb weg mit allen Eigenschaften, die nicht zum Wesen der harmonischen Persönlichkeit gehören! Weg mit allen Schwächen, die die freie Überlegung hemmen und den Willen von seinem Platze als Herr über den Körper verdrängen wollen! Weg mit allem, was den Weg zum Erfolg und Aufstieg mit Hindernissen besät! Nur dann kann ge-

leistet werden, was zu leisten ist, um großen Zielen näher zu kommen. Wer allen Ernstes dabei ist, sein Schicksal aus eigener Kraft zu steuern, sagt mit Goethe: ***„Ich will Herr über mich sein!"*** Von außen kommt der Erfolg nicht, sondern nur von innen.

Alles ausschalten, was die Selbstachtung untergräbt!

Ihr Charakter ist es, der Ihnen Sieg oder Untergang bringt! Darum zögern Sie nicht mit dem Entschluss, jetzt alles zu tun, um zur Selbstbemeisterung zu kommen. Alles einzusetzen, um alles, was zu gewinnen ist, zu erringen.

Lernen Sie an Ihre eigene Person zu glauben und beseitigen Sie alles, was die Selbstachtung untergräbt, was schlapp, unbeherrscht, mutlos, kleinlich, zaghaft und unentschlossen macht.



Erfolgstagebuch Seite 4 usf.

Mein Vorsatz am Morgen!

Mittwoch, 25. Juli:
„Heute bleibe ich während des ganzen Tages innerlich vollkommen ruhig."
23 Uhr:
„Vorsatz einwandfrei beachtet."

•

Donnerstag, 26. Juli:
„Meine Höflichkeit gegen jedermann wird heute vorbildlich sein."
24 Uhr:
„Vorsatz durchgeführt. Es gab während des ganzen Tages überhaupt keinen Streit."

Jeden Morgen ein Vorsatz!

Jeden Morgen ein Vorsatz!

Wir sagten: Keinen Abend schlafen gehen, bevor nicht ein Fortschritt erzielt worden ist! Das ist nur möglich, wenn wir uns an dieses Vorwärtsstreben durch einen ganz entschlossenen Vorsatz binden, durch den wir während des Tages unseren Schwächen wirksam begegnen und durch den wir außerdem eine Erfolgseigenschaft nach der anderen zielbewusst fördern und in ihrer Entwicklung vorantreiben.

Wir bauen diesen Vorsatz ein in einen Erfolgsplan, den wir für jeden Tag aufstellen. Näheres hierüber lesen Sie im **Tageslauf** des positiven Menschen und im Kapitel **Erfolgsplanung.**

Der Vorsatz leitet stets den Tageslauf ein. Wir fassen den Vorsatz, nachdem wir uns durch unsere Gesundheitsübungen nach der Nachtruhe richtig wach und entschlussfreudig gemacht haben.

Nehmen Sie sich dabei **nicht zu viel auf einmal vor**, nur soviel, wie Sie Ihrer Kraft vorläufig zutrauen. Es hat keinen Sinn, heute Bäume aus der Erde zu reißen, und morgen dafür die Flügel hängen zu lassen. Ruhig und sicher müssen Sie sich in die Höhe heben, einer Schraube gleich, für die es kein Zurück, sondern nur ein Vorwärts gibt.

Was Sie sich morgens vornehmen, müssen Sie während des Tages auch unbedingt durchführen. **Jeden Tag muss es vorangehen, kein Tag darf ungenützt bleiben!** Zur Kontrolle Ihrer Fortschritte benutzen Sie Ihr Erfolgstagebuch, in das Sie jeden Morgen Ihren Vorsatz hineinschreiben. Am Abend eines jeden Tages halten Sie Abrechnung, wobei Sie regelmäßig feststellen müssen, dass Sie Ihren Entschluss verwirklicht und Wort gehalten haben. Treue sich selbst gegenüber ist eine der wichtigsten Forderungen, die ein starkes Selbstvertrauen stellt!

Das Erfolgstagebuch ist unerlässlich!

Der tägliche Fortschritt ist für den Erfolgsmenschen unerlässlich!

Sie müssen völlig davon überzeugt sein, dass Sie unbedingt tun werden, was Sie sich vornehmen! Damit beweisen Sie, dass Sie Achtung vor sich haben, was den Berge versetzenden Glauben an das eigene Können ungeahnt fördert. Es ist Pflicht und Selbstverständlichkeit, anderen gegenüber sein Wort zu halten, doch genau so notwendig ist die **Treue sich selbst gegenüber**!

Bei der abendlichen Kontrolle Ihrer Fortschritte müssen Sie Ihre Angelegenheiten wie ein Außenstehender beurteilen. Gehen Sie kritisch und scharf gegen sich vor, wenn Sie feststellen, dass Sie während des Tages Ihrem Vorsatz untreu geworden sind. Bedenken Sie genau, welcher Schaden Ihnen dadurch entstanden ist, und nehmen Sie sich dabei ernstlich vor, dass das in Zukunft anders wird.

Ihr Wort, Ihr Gedanke soll in der Zukunft Macht gewinnen über die Gestaltung Ihres ganzen persönlichen Lebens, deshalb lernen Sie es achten! Es darf keine Schwäche geben, die es antasten könnte.

Schaden haben Sie immer, wenn er auch nicht sichtbar ist, so haben Sie doch einen Teil Ihrer Selbstachtung eingebüßt. Damit in Zukunft ein Wortbruch nicht mehr vorkommt, müssen Sie sich vor Augen führen, wie klein und wie niedrig Sie sich machen, wenn Sie um einer Schwäche willen Verrat an sich begehen. Sie sollen ein anderer als der Alltagsmensch sein, der tausendmal schwört, etwas nie wieder zu tun und doch bei der ersten besten Gelegenheit in seinen alten Schlendrian zurückfällt.

Ihr Wort, Ihr Gedanke soll in der Zukunft Macht gewinnen über die Gestaltung Ihres ganzen persönlichen Lebens, deshalb lernen Sie es achten! Es darf keine Schwäche geben, die es antasten könnte.

Grund zur Freude!

Stellen Sie bei der Rückschau auf den verflossenen Tag fest, dass Sie Ihr Wort gehalten, Ihren Vorsatz durchgeführt haben, so ist aller Grund vorhanden, freudig zu sein, denn Sie haben gesiegt, der Materie Ihren Willen aufgedrückt und damit bewiesen, dass Sie wert und fähig sind, Größeres zu leisten.

Sie werden siegen, wenn Sie es nur ernsthaft wollen!

Unser Dasein bereitet uns immer einen besonderen Genuss, wenn wir siegen und erfolgreich sind: Kennen Sie das erhebende Gefühl, das uns erfasst, wenn wir im Kampfe mit einer Schwäche Sieger bleiben? Wissen Sie, dass dieses Gefühl ungemein nachhaltig ist und uns für den Lebenskampf Mut und Stärke verleiht? Widerstehen wir einem niederen Triebe, so fühlen wir uns als Mensch, groß, frei, erhaben, unterliegen wir, so folgt ein Gefühl der Schwäche und der Versklavung. **Freuen Sie sich aus vollstem Herzen über jeden Sieg, über jeden Fortschritt, den Sie erzielen!**

Es ist der eindeutige, der klarste Beweis für das Erwachen großer, jedes Hindernis überwindender Seelenkraft, die allein imstande ist, Ihr Leben, Ihr Geschick zu wandeln, Sie aus der Finsternis zum Licht, zur Freiheit und zum Erfolg, zum Sieger im Kampf ums Dasein zu erheben. Deshalb sollen Sie sich Ihr Wort halten und Ihre Vorsätze durchführen!

Wort halten, Treue gegen sich selbst, was die Treue gegen andere einschließt, ist ein echtes Kennzeichen des positiven, erfolgreichen Menschen.

Das soll in Zukunft auch Ihr Vorsatz sein!

Also jeden Abend, wenn wir zu Bett gehen und durch das Ausziehen unserer Kleidung den alten Adam auf den Kleiderbügel gehängt haben, müssen wir das Bewusstsein haben: **Du hast es geschafft, du hast erreicht, was du wolltest und bist wieder einen Schritt vorwärts gekommen!** Von nun an muss überhaupt unser ganzes Leben im Zeichen unseres glückhaften Strebens stehen. In allen Handlungen, in allem, was wir denken und sprechen müssen wir unsere positive Einstellung beweisen. Was den Vorsatz betrifft, so werden wir uns zuerst mit unseren kleineren Schwächen beschäftigen. Wir tun das deshalb, um uns zunächst einmal das Gefühl, den Glauben, die Überzeugung zu verschaffen, dass wir bei ernstem Wollen wirklich erreichen können, was wir uns zum Ziel gesetzt haben.

Der ganze Tagesablauf muss positiv werden!

Also nicht etwa meinen, wir müssten mit der uns plötzlich überkommenden Erfolgskraft nun gleich Berge versetzen. Es kann zwar sein, dass Sie gleich einen größeren Erfolg erzielen, aber es besteht die Gefahr, dass durch ein allzu schnelles und allzu kräftiges Vorgehen Rückschläge eintreten. Wenn Sie nach unseren Erkenntnislehren vorgehen, kann ein Rückschlag allerdings kaum kommen, denn dann arbeiten Sie ja mit der Kraft der Überzeugung.

Hier zeigt sich übrigens, wie weit Sie die Voraussetzungen des Erfolges schon studiert haben und durch die dadurch erlangte höhere Erkenntnis die Erfolgskräfte schon frei gemacht haben oder nicht. Aber wir wollen sagen, „besser ist besser" und uns darum für die erste Zeit nicht gleich alles, sondern erst einen Teil der Umwandlung unserer Persönlichkeit vornehmen.

Technik der Selbsterinnerung

Wichtig!

Für jeden Vorsatz ist Bedingung, dass wir uns während des Tages immer wieder und immer wieder an ihn erinnern. Denn die Hauptschwierigkeit bei der Durchführung des Vorsatzes besteht darin, dass wir ihn glatt vergessen.

Hierzu bedienen wir uns eines einfachen technischen Hilfsmittels: Zunächst schreiben wir den täglichen Vorsatz in unser Tagebuch und zwar beginnen wir damit auf Seite 4.

Oben darüber kommt das Datum des jeweiligen Tages. Darunter, in positiver Formulierung, was wir im Verlauf des Tages beachten wollen. Zum Beispiel:

Erfolgstagebuch Seite 4.

„Heute bleibe ich während des ganzen Tages in allen Situationen vollkommen ruhig!"

Damit aber nicht genug, nun kommt die Hauptsache: Damit wir den Vorsatz nicht vergessen, stecken wir uns in jede Tasche ein kleines,

hartes Kärtchen, und zwar ausnahmslos in jede Tasche, auf das wir in kräftiger Schrift z. B. schreiben:
„Ich denke positiv und führe meine Vorsätze unter allen Umständen durch!"

Sehr wichtig! Unbedingt durchführen!

Können Sie sich denken, was wir mit diesen Kärtchen bewirken? Immer wieder, wenn wir während des Tages auf ihr Vorhandensein stoßen, werden wir zwangsläufig an das erinnert, was wir auf das Kärtchen geschrieben haben und natürlich auch an unseren jeweiligen Tagesvorsatz. Das ist der Sinn und Zweck dieser Karten.

Nur die Tat entscheidet! Ein Erfolg muss dem anderen folgen!

Nur darf es allerdings nicht nur beim Erinnern bleiben, sondern unverzüglich muss damit eine Kontrolle unseres Verhaltens vorgenommen werden und nötigenfalls muss sofort eine Korrektur folgen. Wir geben uns dadurch am Tage sehr oft einen inneren Ruck. Und wenn wir uns dadurch immer wieder in unsere positive Geisteshaltung versetzen, stellt sich schließlich unser **innerer** Mensch darauf ein, mit dem Ergebnis, dass schließlich das gewollte und bewusst herbeigeführte Verhalten zur **Gewohnheit** wird. **Das genau ist unser Ziel!**

Aus der Entwicklung unseres Tagebuches werden Sie sehen, dass es sich dabei um eine ernste und weitgehende Erfolgskontrolle handelt. Bitte, glauben Sie darum auch ja nicht, dass Sie ohne das Tagebuch, diesem Planungssystem auskommen könnten. Die Erfahrung hat bewiesen, dass nur bei regelmäßiger Durchführung dieser Erfolgskontrolle eine befriedigende Entwicklung gewährleistet ist.

Wer schreibt, der bleibt! Das gilt auch im Computerzeitalter!

Wer schreibt, der bleibt! Das gilt für uns alle zusammen und für das ganze Erfolgsstreben, denn auch wir müssen ja aus bestimmten Werten Gewinne herausholen. Welche Werte das sind, ist nicht schwer zu erraten: **Zeit und Nervenkraft!** Das sind Pfunde, mit denen wir wuchern müssen, **insonderheit mit der Zeit, die unersetzlich ist.**
Aber nur durch eine planmäßige Lebensführung können wir einen höheren Ertrag aus Zeit und Nervenkraft herausholen und Verluste vermeiden. Wie gesagt, jeden Tag muss ein Fortschritt erzielt werden und ist er auch noch so klein, so ist es dennoch ein Fortschritt und ein Erfolg.
Auch in Bezug auf die Entwicklung unseres Charakters unterstehen wir den Gesetzen des Wachstums. Indem wir eine kleine Schwäche ausschalten, werden wir fähig, eine noch Größere zu meistern; eins ergibt sich aus dem anderen.

Wer schreibt, der bleibt! Auch bei der Persönlichkeitsentfaltung ist das so!

Mit der Führung des Erfolgstagebuches ziehen Sie den großen Trennungsstrich zwischen sich und den Alltagsmenschen.
Wer etwas machen wollte aus sich, und dann im Leben vorankam, hat schon immer ein Tagebuch geführt, weil nur durch Selbstkontrolle und ständige Überwachung des eigenen Denkens und Tuns wirkliche Fortschritte gewährleistet sind.

Wir müssen uns andauernd an der Strippe halten, sonst gehen die uns bisher beherrschenden negativen Gewohnheiten wieder mit uns durch. Sonst siegt, trotz aller guten Vorsätze, doch wieder der andauernd auf uns einstürmende negative Einfluss unserer Umgebung.

Ihre Kraft wächst mit Ihren Leistungen!

Wer zielbewusst und ausdauernd sein Tagebuch führt, hat aber nicht nur die Kontrolle über seine Fortschritte in der Hand, sondern zugleich auch das beste Mittel zur Entwicklung des Selbstvertrauens: Wenn wir Tag für Tag erleben, dass es immer besser wird in uns, dass wir uns immer mehr auf uns selbst verlassen können, dann hebt sich zwangsläufig das Selbstvertrauen.

Nur durch ständige Selbstkontrolle geht es vorwärts!

Und wenn eine Stunde der Schwäche kommt, dann brauchen wir nur ein bisschen über uns selbst im Erfolgstagebuch nachzulesen, um sofort zu wissen, dass alle trüben Gedanken überflüssig sind.

Durch das Tagebuch = Steigerung des Selbstvertrauens!

Grundsätzlich sei zum Tagebuch noch bemerkt, dass dieses Buch ausschließlich die Aufgabe hat, ein **Kontrollbuch des Erfolges** zu sein. Aufzeichnungen über die Erlebnisse des Tages werden darin nicht gemacht. Hierzu führen wir ein gesondertes Buch. Näheres hierüber finden Sie im Kapitel: „Der Weg zum Ich“.

Charakterspiegel
Eigenschaften negativer Personen

Egoismus

Sich selbst alles, anderen nur das Notdürftigste zuerkennen. Angelegenheiten anderer sind unwichtig, Hauptsache, dass man selbst nicht zur kurz kommt. Rechthaberei und Anmaßung: Nur was man selbst macht, ist richtig. Bekämpfung von Gegenmeinungen und Widerspruch durch Wortklauberei, Verdrehung von Tatsachen, Heuchelei und Lüge.
Misstrauen: Alle wollen nur schaden oder suchen nur ihren Vorteil. Alle Menschen sind schlecht, sobald sie nicht so wollen, wie man es selbst will.
Missachtung und Geringschätzung fremder Ehre, fremden Ansehens, fremder Leistung und fremden Besitzes.

Eitelkeiten

Sucht immer gelobt zu werden.
Sucht immer der erste zu sein, prahlerisches, eingebildetes, gespreiztes, großspuriges, dünkelhaftes, gefallsüchtiges oder renommiersüchtiges Wesen.

Mangel an Selbstkontrolle

Überschwänglichkeit, Launen und Stimmungen unterworfen sein, leicht beleidigt, verärgert oder gekränkt sein. Überempfindlichkeit, Ungeduld, keinen Widerspruch ertragen können. Starrköpfigkeit, aufbrausendes, jähzorniges, streitsüchtiges oder bissiges Wesen.
Eifersucht, Schwatzsucht, Klatschsucht, Indiskretion, Taktlosigkeit. Mangel an weiser Selbstbeschränkung, Mangel an Zurückhaltung, Mangel an Klarheit im Sprechen, mangelnde Selbstkontrolle beim Denken, leichte Beeinflussbarkeit, Abhängigkeit von der Stimmung und der Meinung anderer.
Kleinmut, Verzagtheit, Schüchternheit, Unsicherheit aus Hemmungen und Minderwertigkeitsgefühlen, Unentschlossenheit, Wankelmut, Angstkomplexe, kriechendes Wesen, falsche Bescheidenheit.

Seelische Grundhaltung

Mangelnde Ehrfurcht vor Gott, dem Tode und menschlichem Leid.
Spott, Bosheit, Falschheit, Scheinheiligkeit, Gehässigkeit, Schadenfreude, Mangel an Pflichttreue, Mangel an Lebenszuversicht und echter Herzlichkeit.

Wir müssen uns erfragen, wenn wir uns selbst erkennen wollen. Was also ist an uns schlecht, faul, krank? Wir prüfen uns ganz ehrlich und ohne Vorbehalt!
Das Ergebnis kommt auf Seite 2 des Erfolgstagebuches unter die Überschrift:
Schwächen, die ich beseitige!

Charakterspiegel
Eigenschaften der positiven Persönlichkeit

Gottvertrauen
Vertrauen zur Gerechtigkeit der göttlichen Ordnung.
Achtung vor der Würde der menschlichen Person.

Selbstvertrauen
Frei von Furcht und Grübelei durch die Erkenntnis, dass noch immer alles gut gegangen ist. Dadurch gleich bleibende heitere und zuversichtliche Grundstimmung.
Erhabenheit über kleinliche und alltägliche Dinge. Mutig und standhaft: Hindernisse werden als selbstverständlich betrachtet und durch Beharrlichkeit überwunden. Treue den eigenen Vorsätzen gegenüber; sich selbst gegebenes Wort ist gegenüber Charakterschwächen „Tabu".
Zielbewusst; Ablenkungen haben keinen Einfluss. Ehrlich innen und außen gegen sich selbst und andere; dadurch Achtung vor sich selbst.
Bei der Arbeit: Fleißig, gründlich, zuverlässig und gewissenhaft.

Selbstbemeisterung
Keine Hast, keine Unruhe, keine Aufregung durch Streit und Ärger. Nichts wird übertrieben, weder die Arbeit noch der Genuss.
Herrschaft über Gaumen, Zunge, Triebe und Leidenschaften. Freiheit von Hemmungen und Minderwertigkeitskomplexen aller Art.
Freiheit von seelischer Blindheit durch Zügelung der Selbstsucht.
Im Denken: Konzentration, Logik, Freiheit von Ängsten, bewusstes Denken nach den Lehren der positiven Denkweise. In der Rede: Klarheit, Wahrheit, Festigkeit und Bestimmtheit.
Im Auftreten: Sicherheit, Sympathie, Takt und Klugheit. Im Handeln: Weises Abwägen nach dem Gesetz von Ursache und Wirkung, Initiative, Mut, Entschlossenheit, Tatkraft und Zähigkeit.
Im Verhalten: aufmerksam als Zuhörer. Zurückhaltend und verschwiegen am rechten Platze. Entgegenkommend und gewinnend bei Verhandlungen, Festigkeit und Unnachgiebigkeit bei der Sicherung der eigenen Rechte.
In allen Lagen: Einsicht, Objektivität und guter Wille; keine Überstürzung.

Einstellung zum Nächsten
Achtung vor dem Mitmenschen wie vor sich selbst, unbedingt treu und dankbar, erwiesene Wohltaten werden nicht vergessen.
Menschen und Dinge werden nicht nach dem Schein, sondern nach ihrem inneren und tatsächlichen Werte eingeschätzt. Fehler der Mitmenschen werden nachsichtig beurteilt und unter steter Berücksichtigung der Erkenntnis- und Entwicklungsgesetze. Hilfsbereit, wo es immer geht, dazu höflich und zuvorkommend im Umgang. Behandlung der Menschen nach den Lehren der positiven Einstellung, also als wären sie bereits so, wie wir sie sehen möchten. Von anderen wird nicht mehr verlangt, als von sich selbst.
Ehre und Anerkennung dem, der sie verdient, und zwar uneingeschränkt und ohne Hintergedanken; also auch Gegnern gegenüber.

Und wie stehen wir zu diesen positiven Seiten? Was trifft auf uns zu und wo fehlt es noch? Wir prüfen uns auch hier ganz offen und ehrlich! Das Ergebnis kommt auf Seite 3 des Erfolgstagebuches unter die Überschrift:

Eigenschaften, die ich mir aneigne!

VI. Teil
Bewusste Lebensführung
Zielklarheit und Tageslauf des positiven Menschen

„Der Menschen Wissen und Macht fällt in eins zusammen,
weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt."
(Francis Bacon)

Mein verehrter Leser! Schon manches haben wir über die positive Lebensführung gehört, doch es erweist sich, dass der Alltagsmensch immer wieder die Notwendigkeiten des persönlichen Aufstieges zu umgehen versucht. Deshalb wollen wir uns als erstes nochmals ganz gehörig an unsere Erfolgsformel erinnern, die als leuchtender Wegweiser im Tageslauf die Richtung zu zeigen hat.

Immer daran denken!

Also: Nur Richtigmachen schafft Erfolg, jedes, aber auch <u>jedes Falschmachen</u> Misserfolg!

Wenn manches nicht gleich so klappt, wie wir uns das wünschen, macht es nichts. Dennoch darf uns das nicht zu einer Inkonsequenz verleiten. Was irgendwie für den Aufstieg getan werden kann, hat zu geschehen und damit basta! Wir stellen uns damit ganz positiv auf den so genannten Selbstverständlichkeitsstandpunkt und befleißigen uns einer sportlichen Einstellung zum Erfolg.

Nicht negativ, nicht pessimistisch, sondern mit offenem, freien Sinn und nur auf den Erfolg gerichteten Gedanken wollen wir den Tageslauf des erfolgreichen Menschen verwirklichen!

Was wir tun, muss selbstverständlich sein!

Alles, was uns während des Tageslaufes die Voraussetzungen des Erfolges gebieten, wollen wir als ganz selbstverständlich empfinden und mit allergrößter Selbstverständlichkeit zur Durchführung bringen. Unser innerer und äußerer Mensch hat einfach mitzumachen. Jeder Opposition entziehen wir durch Nichtbeachtung von vornherein den Boden!

Nun zunächst eine Frage: Wann beginnt der Tageslauf, morgens oder abends? Für den Alltagsmenschen erst am Morgen, nachdem er sich nach einigem Herumdösen in seine Kleider gefunden hat. Für uns und damit für den positiven Menschen schon am Abend vorher, und zwar unter Zugrundelegung der Erfolgsforderung nach Planmäßigkeit und Zielklarheit.

Stets alles im voraus bedenken!

Jeder Tag hat unter allen Umständen einen Fortschritt zu bringen und immer müssen wir an Hand unseres Erfolgstagebuches feststellen, welchen neuen Erfolg der abgelaufene Tag uns wieder gebracht hat.

Für den kommenden, erfolgreichen Tag heißt es dann richtig disponieren, genau überlegen, was mit der verfügbaren Zeit und Kraft am besten anzufangen ist. Dabei gedenken wir der Wechselbeziehungen zwischen Körper und Seele und halten es für selbstverständlich, den neuen Tag gut ausgeschlafen und gut gekräftigt zu beginnen. Das heißt, frühzeitig genug schlafen zu gehen, denn nur durch guten und ausreichenden Schlaf hat die Nervenbatterie soviel Spannung wie es der Erfolg verlangt.

Zeit gewinnen durch Planmäßigkeit!

Wie wir schon im I. Teil hörten, genügt es im Allgemeinen, wenn wir 7 Stunden schlafen. Wenn Sie es einrichten können, sehen Sie zu, dass Sie auf 8 Stunden kommen. Viel länger zu schlafen ist jedoch unnütz; zu viel Schlaf macht den Körper unter Umständen sogar schlapp und matt. Wenn Sie ganz besondere Erfolgsleistungen zuwege bringen wollen, so

gehen Sie recht früh vor Mitternacht schlafen und stehen dann so früh wie möglich auf.

Eine Überarbeitung durch eine zu lange Ausdehnung der Arbeitszeit während des Tages ist nicht zu erwarten, wenn man wiederholt einen Wechsel der Arbeit vornimmt. Dadurch werden verschiedene Zentren des Gehirns in Tätigkeit gesetzt, was eine einseitige Überlastung verhindert. Wo die Grenze der eigenen Leistungsfähigkeit liegt, muss das Gefühl entscheiden. Tatsache ist, dass die meisten Menschen, die sich zu überarbeiten glauben, sich nur durch ihre negative Einstellung begrenzen. Wer sich mit Freude und Ausgelassenheit acht Stunden hintereinander unterhalten kann, dessen Organismus ist in der Mehrzahl der Fälle auch zu lang andauernder Arbeit befähigt. Spürt er dabei eine vorzeitige Ermüdung, so zumeist nur, weil sein Wollen durch Lustlosigkeit und seelische Widerstände beeinträchtigt wird. Darum heißt es: Bei jeder Arbeit vor allem die Seele interessieren. Und stets ist daran zu denken, dass Willenskraft Kraftfreiheit ist.

Ausreichender Schlaf muss selbstverständlich sein. Und auch tief und ruhig muss er sein. Unruhiges Schlafen stärkt nicht. Die Schlaftiefe ist der Gradmesser für seine Kraft. Wie der positive Mensch einen ausgezeichneten, kräftigenden Schlaf erzielt, und insbesondere wie er mit ruhiger Seele schläft, wissen wir bereits.

Wenn die Seele mitmacht, fällt alles leichter!

Davon sei wiederholt: Abfinden mit dem vergangenen Tag durch höhere Erkenntnis. Vollständig umschalten auf Ruhe und innere Zufriedenheit! Dann ganz ruhig etwas Liebes, Nettes, Beruhigendes, Positives denken, aber ohne Anstrengung, und mit der inneren Gewissheit, dass man gleich in einen wunderbaren, herrlich tiefen, erquickenden Schlaf fällt.

Jetzt noch einige Worte zur **Planmäßigkeit**: Wir überlegen uns also schon am Abend vor dem nächsten Tag, was wir mit den uns zur Verfügung stehenden Stunden beginnen wollen. Damit legen wir auch die Zeit unseres Erwachens fest.

Zielklarheit ist schon der halbe Erfolg und gleich morgens beim Aufstehen fangen wir damit an. Immer müssen wir ganz genau wissen, was wir wollen. Im Übrigen kann ja überhaupt nur dann rationell über die Zeit verfügt werden, wenn wir durch Zielklarheit zum richtigen und schnellen Entscheiden befähigt werden: **Der Erfolg verlangt, dass während des Tages blitzschnell eine Entscheidung nach der andern zielsicher gefällt wird, und ganz besonders mit Kleinigkeiten, unbedeutenden Dingen und Banalitäten darf es kein Aufhalten geben.**

Nur wer in tausend Kleinigkeiten sicher und schnell entscheidet, kommt vom Fleck!

Ohne Überlegung aufstehen!

Und nun, mein verehrter Leser, zum positiven Erwachen am Morgen. Jawohl, positives Erwachen und auch positives Aufstehen! Ich betone das ganz besonders, weil es daran bei den meisten hapert. Hier heißt es,

sich die Frage zu stellen, wie komme ich am leichtesten aus dem Bett. Muss ich wollen, muss ich mich anstrengen, muss ich laut herausschreien: Ich will aufstehen? Bewahre, lächerliches Gebaren des Alltagsmenschen! Nur richtig denken und schon ist man draußen, denn richtig denken ist ja die Voraussetzung zu positiver Tat.

So kommen Sie am schnellsten aus dem Bett!

Sie kommen am schnellsten aus dem Bett, wenn Sie nach dem Erwachen einige Male tief atmen und dann zu sich selber sagen: ***„So, jetzt stehe ich auf!"*** Bedingung dazu ist, dass Sie nicht eine einzige Sekunde darüber nachdenken, ob es nicht schöner wäre, wenigstens noch fünf Minuten im mollig warmen Nest liegen zu bleiben. Ich habe nichts dagegen, wenn Sie sich behaglich aalen, dehnen und strecken. Stundenlang mögen Sie das tun, wenn es Ihnen Spaß macht, aber nur dann, wenn es nicht mit Ihrem Erfolgsplan kollidiert.

Nicht aufstehen wollen - sondern einfach aufstehen! Das ist das Geheimnis!

Wenn es heißt, um 6 Uhr aufstehen, steht man ganz selbstverständlich auf! Wie schon der Wortlaut des Entschlusses sagt, ist das Geheimnis des sofortigen Aufstehens nur auf positives Denken zurückzuführen. Vor allem muss man sich dabei hüten, mit **Willensbetonung** zu arbeiten. Mancher will ja so gern aufstehen, aber er denkt das unter Umständen eine volle Stunde lang und bleibt trotzdem liegen. Hier spielen wieder die Gesetzmäßigkeiten des seelischen Lebens eine Rolle. **Der Gedankengang, der uns zum Aufstehen veranlasst, muss so geformt sein, dass die Tat des Aufstehens die sofortige Folge ist.**

Wir sagen uns darum nicht: Ich will aufstehen, sondern: **Ich stehe auf**, oder: Jetzt **stehe ich auf!** Und so, wie wir denken, ganz ruhig, ganz nüchtern und vollkommen leicht und ohne jeden Zwang, so stellen wir auch das Verhalten unseres Körpers ein, d. h., bei den Worten, jetzt stehe ich auf, fassen wir gleichzeitig mit einer Hand die Bettdecke und springen aus dem Bett! Von einem Leidtun, dass man schon raus musste, ist keine Spur in uns vorhanden. Im Gegenteil, wir freuen uns, dass wir nun von Neuem einen positiven Tag verleben dürfen und von Neuem unter Beweis stellen können, wie herrlich es ist, ein erfolgreiches Dasein zu führen.

Immer daran denken: Richtig machen = Erfolg!

Bewusst wollen wir leben, ganz bewusst und jeden Tag unter allen Umständen einen Fortschritt erzielen! Dazu aber gehört, dass wir schon gleich morgens beim Aufstehen ganz positiv sind und getreulich nach den Gesetzen des Erfolges handeln.

Immer rechtzeitig aufstehen!

Morgens müssen Sie rechtzeitig aufstehen, nicht erst auf die letzte Minute. Jede Hast beim Anziehen, Kaffeetrinken usw. muss vermieden werden. Was nützt es, wenn Sie wirklich morgens eine Viertelstunde länger schlafen und sich dann mit D-Zug-Geschwindigkeit in die Kleider werfen müssen? Diese Hast braucht mehr Energie und Nervenkraft, als Sie in längerer Zeit guten Schlafes sammeln können.

Müssen Sie beispielsweise um 8 Uhr im Geschäft sein und haben eine halbe Stunde Weg, so rechnen Sie eine halbe Stunde für Anziehen und Körperpflege dazu und mindestens eine Viertelstunde zum gemütlichen und ruhigen Kaffeetrinken. Um all diese Zeiten zur Verfügung zu haben, müssten Sie also Viertel vor Sieben aufstehen.

Wie Sie bewusst erwachen!

Ganz bewusst leben! Sich nicht mehr treiben lassen!

Um ein bewusstes Erwachen am Morgen zu bewirken, muss man sich am Abend vorher auf die erwünschte Zeit gedanklich einstellen. Die Landbevölkerung machte das häufig in der Weise, dass sie mit der großen Zehe so oft an das Bettbein klopfte, wie die Uhr am anderen Morgen zeigt, wenn man aufstehen will. Durch dieses Vorgehen entsteht eine starke Vorstellung, die ganz selbständig, vermittelst des Unterbewusstseins, das Erwachen herbeiführt.
Das bewusste Wachwerden ist die Wirkung einer Autosuggestion. Zur Einstellung auf das Erwachen können Sie z. B. ihre Aufwachzeit auf ein Blatt Papier schreiben und auf den Nachttisch legen.
Wesentlich ist dabei, dass Sie das automatische Wachwerden nicht als ein Kunststück, sondern als selbstverständlich betrachten. ***„Ganz selbstverständlich werde ich morgen früh um 6.45 Uhr erwachen!"*** müssen Sie denken, indem Sie die Uhrzeit aufschreiben. Haben Sie das getan, denken Sie nicht weiter über das Erwachen nach, sondern geben sich ganz ruhig dem Gedanken hin, dass Sie nun morgen ganz bestimmt um die gewünschte Zeit aufwachen.
Wenn Sie das Bett verlassen haben, stellen Sie sich aufrecht und gerade hin, erheben sich auf die Zehenspitzen, wobei Sie das Gleichgewicht des Körpers herstellen müssen, strecken die Arme zur Decke des Schlafzimmers, ballen die Hände und spannen dann langsam nacheinander alle Muskeln Ihres Körpers straff an, wobei Sie in absolut selbstverständlicher und überzeugender Weise zu sich selbst sprechen:
„Nun habe ich ausgeschlafen und neue Kraft gesammelt, jetzt fühle ich mich frisch und munter und bin freudig und mutig gestimmt!" Dabei geben Sie sich mit Ihrem ganzen Gefühl der Vorstellung hin, dass Sie der Herr Ihres Körpers sind und von keiner Schwäche unterjocht werden.

Alles entsteht erst als Idee, auch Ihre Gesundheit und Ihr Befinden am Morgen.

Sollten Sie sich bei dieser Übung nicht ganz so munter und freudig aufgelegt fühlen, wie Sie das zu sich sagen sollen, so macht das nichts, denken Sie nicht weiter darüber nach. Fast jeder, der zu einer früheren und anderen Stunde als sonst aufsteht, fühlt sich zuerst unbehaglich. Ist man erst eine zeitlang auf den Beinen, verliert sich dieses Gefühl ganz von selbst, am schnellsten verliert es sich, wenn man es überhaupt nicht beachtet. **Wie alles, ist auch das Aufstehen eine Sache der Gewohnheit.** Wie man weiß, kommt während des Schlafes die Organtätigkeit teilweise zur Ruhe. Ist man gewohnt, regelmäßig um 8 Uhr aufzustehen, so ist die Volltätigkeit des Körpers durch Einfluss der Gewohnheit bis zu dieser Zeit wieder hergestellt.

Früh aufstehen, aber nie auf Kosten des notwendigen Schlafes. Ausnahmen sind zulässig, sie dürfen aber nicht zur Regel werden.

Um 7 Uhr noch nicht, was dann das Gefühl des *„nicht ausgeschlafen habens“* zeigt, falls man bereits um diese Zeit aufsteht. Steht man jedoch immer um 7 Uhr auf, so gewöhnt sich nach einiger Zeit der Organismus daran und schaltet den Kreislauf schon um sieben Uhr zur vollen Tätigkeit ein, wodurch dann von selbst das Gefühl der Unbehaglichkeit verschwindet. Diese Erkenntnis ist wichtig, weil sie zeigt, dass das mit dem Frühaufstehen verbundene unangenehme Gefühl lediglich der Gewohnheit des Spätaufstehens zu verdanken ist. Darum also immer tapfer morgens früh aus dem Bett, nach längstens 14 Tagen fühlt man sich dann genau so wohl, als wenn man länger geschlafen hätte.
Selbstverständlich muss man ausreichend geschlafen haben, denn wenn das zeitigere Aufstehen mit Schlafeinbuße erkauft werden soll, ist es doch besser, länger zu schlafen. Um genügend Schlaf trotzdem zu haben, bleibt nichts weiter übrig, als eben früher ins Bett zu gehen als bisher; übrigens ist das am besten.

Nie die Gymnastik auslassen!

Bewusste Lebensführung heißt:: günstige Umstände schaffen und sie gründlich ausnutzen!

Doch nun weiter im Tageslauf: Die erste Viertelstunde nach dem Erwachen gehört der zielbewussten Pflege der körperlichen Gesundheit. Viel Theater wird nicht gemacht, das ist auch nicht nötig, aber was wir machen und Gutes für unseren Körper tun, wollen wir mit ganzer Hingabe und voller Konzentration ausführen.
Nach der morgendlichen Dusche wird der Körper in Schwung gebracht. Einige Minuten Arme rollen, Beine heben, Knie beugen und strecken und noch einige andere wirksame Übungen.

Immer eine sportliche Einstellung zum Erfolg!

Das Ganze gewürzt durch eine flotte Weise aus dem Radio wirkt noch besser. Übrigens kommt dadurch auch am besten unsere Einstellung zum Erfolg zum Ausdruck. Nur Trauerklöße lieben keine Musik!
Und noch mehr Gesundheit und Vitalität – das erreichen Sie durch unsere außerordentlich heilwirkende, die Stimme bildende und die Konzentration fördernde Vokal-Atmung. Diese Übung darf niemals ausgelassen werden. Wie wichtig dieses positive Atmen ist, habe ich Ihnen schon erklärt. Nun ist es so weit, dass Sie sich danach richten.
Also Tag für Tag und jeden Morgen: A-E-I-O-U. Alle Einzelheiten, insbesondere die positive Gedankeneinstellung bei der Vokal-Atmung kennen Sie ja schon aus unserem 1. Teil. Bitte ganz genau danach handeln.
Sie wissen: Nur durch Richtigmachen kommt der Erfolg!
Sie fühlen sich jetzt wie von Neuem geboren und sind jetzt in der richtigen Verfassung, sich einer ganz positiven Selbstsuggestion hinzugeben. Stellen sie sich aufrecht vor den Spiegel und blicken sich fest in die Augen. Sagen sie sich dann ganz bewusst z. B.:
„Ich bin ein positiver Mensch und werde diese Haltung heute den ganzen Tag unter Beweis stellen! Ich glaube an mich. Ich weiß, ich werde heute meine Ziele erreichen.

Alles, was ich mir vornehme, führe ich durch und keine Schwäche wird mich hindern, meinen Willen durchzusetzen. Ich kann, was ich will, ich kann, was ich will ...“

Der tägliche Vorsatz!

Ist das Anziehen beendet, holen Sie Ihr Tagebuch, um für den laufenden Tag einen speziellen Erfolgsvorsatz zu fassen. Aus Ihrer täglichen Selbstkontrolle wissen Sie ja, welche besonderen Schwächen Sie haben und wo eine zielbewusste Entwicklung Not tut. Unter dem jeweiligen Tagesdatum tragen Sie also ein, was Sie wollen. Zum Beispiel, sofern Sie an innerer Unruhe leiden:
„Heute werde ich in jeder Situation großer Ruhe beweisen. Nichts wird mich aufregen und aus der Fassung bringen, es mag kommen was will!“
Beim Eintragen dieses Vorsatzes haben Sie selbstverständlich ganz bei der Sache zu sein. Es muss Ihnen ganz ernst sein um die Durchführung des Vorsatzes, der wie ein heiliges Versprechen behandelt werden muss, das auf jeden Fall zu halten ist. Es ist notwendig, dass Sie sich hierbei ganz streng an die Ausführungen über den Vorsatz halten. Das Wort, das Sie sich selbst geben, ist heilig!

Immer in fröhlicher, positiver Stimmung!

Ist die Eintragung beendet, so geht's mit froher Laune und größter innerer Ruhe an den Frühstückstisch. Dort setzen Sie sich gemütlich hin, um mit Behagen Ihr Frühstück zu verzehren. Um in Ruhe zu frühstücken, ist Bedingung, dass Sie am Morgen rechtzeitig genug aufgestanden sind. Überhaupt müssen Sie so früh aufstehen, dass jegliche Hast am Morgen unbedingt vermieden wird. Hast macht nervös und schädigt die Nervenbatterie, weil sich der hastende Mensch in einer dauernden Verkrampfung befindet. Was damit zum Ausdruck kommen soll, geht klar hervor. **Langweilige Menschen, die bei jeder Gelegenheit eine Pause machen, kommen nur schwer vom Fleck!**
Nur, wer sich dreht und fortdauernd arbeitet und strebt, kommt vorwärts! Dennoch aber muss das Streben ohne Hast geschehen. Wir sollen wohl eilen, uns aber nicht übereilen. Bitte, bedenken Sie das grundsätzlich für den ganzen Tageslauf und lassen Sie sich durch unsere Erfolgsformel immer wieder daran erinnern.
Es gibt überhaupt eine Hand voll Grundregeln des Erfolges, nach denen wir ständig leben sollen. Es sind gar nicht viele, aber sie sind außerordentlich wirksam und sie werden unser Lebensschiff unbedingt erfolgreich lenken, wenn wir sie beachten. Sie sind aufzufassen als Wegweiser, die niemals irreführen und denen man blind folgen kann.

Richtige Menschenbehandlung

Den Morgenzank vermeiden!

Beim Frühstückstisch können Sie auch gleich beweisen, dass Sie im Umgang mit Ihren Mitmenschen absolut positiv sind. Sie werden darum auch den so genannten **Morgenzank** vermeiden, der leider in vielen Fa-

milien zur Tagesordnung gehört. Was kann Ihre Umgebung dafür, wenn Sie nicht richtig ausgeschlafen haben und darum übler Laune sind?

„Immer hübsch ruhig, meine verehrten Herrschaften und ein freudiges Gesicht! Das ist nicht nur notwendig aus Gründen der Harmonie, sondern auch im Interesse des persönlichen Vorwärtskommens."

Kein Erfolg ist möglich ohne die Hilfe des anderen, des Nächsten. Dazu aber brauchen wir Achtung, Vertrauen und Zuneigung! Jeder Mensch muss Sie gern haben und Sie als liebenswürdigen und sympathischen Menschen schätzen.

Sie selbst geben dafür die Ursache. Einzig und allein in Ihrer Hand liegt es, wie Ihre Umgebung und Ihre Mitmenschen sich zu Ihnen verhalten und sich zu Ihnen einstellen. Wie man in den Wald hineinruft, so schallt es zurück. Deshalb zeigen Sie ein freundliches Gesicht und auch dann, wenn es Ihnen innerlich mal nicht so zu Mute ist.

Ein liebes Wort findet stets den rechten Ort!

Es ist schade, sehr schade, dass nur wenige Menschen einsehen können, wie sehr doch gerade die Umgebung von uns bewusst zu lenken und zu beeinflussen ist, wenn wir nur ein klein wenig vernünftig vorgehen.

„Ein liebes Wort findet stets den rechten Ort", sagt der Volksmund. Sagen Sie dieses liebe Wort Ihrem Gegenüber am Kaffeetisch und Sie werden ein Wunder erleben. Strahlende Augen leuchten Ihnen entgegen und schnell verschwinden die Sorgenfalten und die mürrische Miene.

Mancher bringt es nicht fertig, ein liebes Wort zu sagen. Ich kann das nicht, meint er, aber ich meine es trotzdem gut. Zugegeben, dass er es gut meint, aber warum denn nicht diesem inneren Wollen auch äußerlich Ausdruck geben, noch dazu, wo unsere Umwelt es braucht, um in Freude für uns schaffen und arbeiten zu können? Runter von diesem Schemel verkehrter Einstellung und klug sein!

Man muss zeigen und sagen, dass man es gut meint!

Unsere Mitmenschen sind keine Gedankenleser, und wenn wir ihnen wohlwollen, so muss das auch durch einen warmen Druck unserer Hand, ein liebes Wort und einen freundlichen Blick zum Ausdruck kommen!

Der ist kein positiver Mensch, der mit diesen Gaben der Liebe spart! Wir brauchen einen recht innigen Kontakt mit unseren Mitmenschen, dazu aber führt diese richtige und erfolgreiche Einstellung. **Man muss fühlen, dass Sie es so meinen, wie Sie sprechen und dass es aus ehrlichem Herzen kommt!**

Die Worte richtig beseelen!

Wenn man z. B. 20 Jahre verheiratet ist, so ist das noch lange kein Grund, nun mit Liebenswürdigkeiten zu geizen. Was hindert Sie daran, auch nach langer Ehe noch ein lieber, freundlicher, netter Mensch zu sein, und noch dazu, wo es doch nur einer ganz geringen Mühe bedarf, so zu sein? Auch für Sie gilt deshalb das Sprichwort vom „Echo" des Waldes. Deshalb, ebenfalls klug sein, und ja nicht etwa meinen, wenn Krach und Spektakel im Hause herrschen, liegt es immer nur am "Anderen".

An dieser Stelle gleich etwas Grundsätzliches über die gegenseitige Ein-

stellung. In der Regel meint man, man müsse den Menschen so behandeln, wie er ist. Kein Wunder, wenn es dann hart auf hart geht und Disharmonie die Folge ist. Wer sich so einstellt, handelt grundfalsch und den Gesetzen des Erfolges vollkommen entgegengesetzt! Schließlich soll doch unser Verhalten bezwecken, dass negative Eigenschaften unserer Nächsten verschwinden. Nun ist es aber so, dass man einen Charakter nicht haben will, sondern dass man ihn hat, und dass eine Änderung des Charakters nur möglich wird, wenn wir auf die seelisch-geistige Struktur einen Einfluss ausüben und im Besonderen, wenn wir das Gefühl für die Änderung interessieren. Gesetzt den Fall, wir stellen uns nun nach der vorgenannten Art zu unseren Nächsten ein, so ist die Folge, dass wir damit das Negative erst recht beseelen, wo wir es doch im Interesse einer Charakteränderung entseelen müssen.

Einen Charakter will man nicht, sondern man hat ihn!

Was haben wir also zu tun? Genau umgekehrt müssen wir uns einstellen! Genau so, wie wir unseren eigenen Charakter nur dadurch ändern, dass wir das Negative überhaupt nicht beachten, sondern unsere Aufmerksamkeit grundsätzlich nur auf das Positive konzentrieren und immer wieder nur das Positive in den Vordergrund stellen, so muss es auch bei der Einstellung zu unseren Nächsten sein.

Auch Goethe hat diese Gesetzmäßigkeit erkannt. Der nachfolgende Ausspruch beweist es:

Sehr wichtiger Gedanke!

„Wenn wir die Menschen behandeln, wie sie sind, so machen wir sie schlechter. Wenn wir sie dagegen behandeln, als wären sie bereits das, was sie sein sollen, so bringen wir sie dahin, wohin sie zu bringen sind."

Bitte, mein verehrter Leser, lassen Sie sich diesen Satz so oft durch den Kopf gehen, bis Sie ihn ganz fest in sich verankert haben, denn er erschließt uns ein ganzes Ideengebäude für die richtige Einstellung zur Umwelt.

Menschenbehandlung ist ja überhaupt ein Kapitel für sich, und daran fehlt es ja bei den meisten. Das kommt aber lediglich daher, weil man auch sich selber nicht richtig behandeln kann, denn all das Negative in uns, all die Schlacken, die uns den Weg zum Erfolg oft so schwer machen, sind zur Hauptsache nur das Resultat einer fehlerhaften Selbstbehandlung.

Und dieselben Lehren, die uns Befreiung bringen, also das richtige, positive Verhalten, gelten auch für die Einstellung zum Nächsten.

Richtigmachen schafft Erfolg, Falschmachen Misserfolg

„Richtigmachen schafft Erfolg, Falschmachen Misserfolg!" Aber was ist richtig? Nun, immer das, was die Aufmerksamkeit und das Gefühl auf die eigenen positiven Eigenschaften lenkt, das ist richtig!

Es soll zugegeben werden, dass in der ersten Zeit einer derartigen Umstellung in der Menschenbehandlung einige seelische Komplikationen auftreten. Aber treten diese Schwierigkeiten nicht nur deshalb auf, weil wir unser Herz nicht ganz auf dem rechten Fleck haben? Sicherlich und auch dann, wenn man das nicht frei zugeben will. Aber schließlich ist

doch der Erfolg entscheidend, und wenn wir in seinem Interesse unser Gefühl auch einmal übergehen müssen, so lohnt es sich doch, dass wir es tun. Dass sich diese kluge Einstellung grundsätzlich auf alle Eigenarten des Wesens bezieht, versteht sich von selbst.

Das ist das Prinzip einer erfolgreichen Menschenbehandlung!

Also: Immer ganz bewusst das Gefühl und die Aufmerksamkeit des Nächsten auf seine guten und positiven Eigenschaften lenken und ihm nicht immer mit Vorwürfen und Erniedrigungen in den Ohren liegen!

Der Mensch ist unbewusst negativ!

Denken wir stets daran, dass der Mensch zum größten Teil unbewusst handelt! Unbewusst ist er deshalb schlapp, schwach, träge, faul, ärgerlich, zornig usw. Sollen diese negativen Eigenschaften verschwinden, so muss sich sein Bewusstsein und sein Gefühl mit Vorstellungen der Kraft, des Glaubens, des Erfolges, der Harmonie, der Tatkraft und des Vorwärtsstrebens erfüllen. Da er unbewusst negativ ist, vermag er das nicht aus eigener Kraft. Also müssen wir ihm der Wegweiser zu seinem Erfolg sein. Das aber heißt dann, ganz bewusst und planmäßig seine Aufmerksamkeit auf das Positive und Aufbauende lenken.

Wie wunderbar eine solche wahrhaft positive Menschenbehandlung wirkt, können wir bei jeder Gelegenheit feststellen und besonders schnell eintretende Resultate zeigen sich in der Kindererziehung. Sieht man denn nicht selbst ein, dass es total unvernünftig ist, wenn man ein Kind immer wieder nur auf seine schlechten und negativen Charaktereigenschaften aufmerksam macht, wo es doch bestimmt auch gute hat? Man muss einmal beobachten, wie so mancher negative Vater und so manche negative Mutter ihr Kind behandeln: Du Taugenichts, du schlechter Junge, du Lügner, du Faulenzer, scher dich weg, ich will dich nicht sehen, du kannst deinen Eltern nur Ärger machen, das ganze Schulgeld bezahlt man umsonst, immer siehst du dreckig und schmierig aus ...

Auch die Kindererziehung muss positiv sein!

Ja, mein verehrter Leser, wo soll denn da so ein armseliger Wurm die Möglichkeit hernehmen, um aus diesem Negativismus herauszuwachsen, wenn ihm nicht die geringste Handhabe geboten wird, sondern im Gegenteil, ein dauernder Hagel von Vorwürfen auf ihn niedergeht?

Immer nur das Positive beseelen, das Negative nicht beachten!

Mit Überlegung leben und es richtig machen, verehrte Eltern! Stellen Sie negative Eigenschaften bei Ihren Kindern fest, so konzentrieren Sie sich bewusst auf die Beseelung des Gegenteils, auf die Hervorhebung des Guten und Positiven.

In jedem Menschen sind Anlagen für Gutes und Böses vorhanden. Ist das Negative zur Zeit stärker, so ist damit bewiesen, dass die Keime des Positiven schwach und klein sind. Damit ist Ihnen zugleich der Weg gezeigt, wie Sie sich zu verhalten haben. Die Aufmerksamkeit und das Gefühl des Kindes grundsätzlich ablenken vom Negativen und bewusst einstellen auf das Wachsen und Gedeihen des Positiven.

So ist es!

In dem Maße, wie wir den Glauben des Kindes an die eigene Kraft und das Gute in der eigenen Brust pflegen und großziehen, ändert sich auch zum Besten der Charakter.

Auch schwer erziehbare Kinder sind mit dieser positiven Einstellung leichter zu lenken, eben deshalb, weil man damit vollkommen den Entwicklungsgesetzen gerecht wird.

Man muss sich bemühen, für den im Kinde erstrebten Positivismus selbst ein gutes Beispiel zu geben!

So muss das Denken und Sprechen des erfolgreichen Erziehers, des positiven Vaters und der positiven Mutter sein. Man braucht nur den Versuch zu machen, um sich sofort von der Tatsache zu überzeugen, dass auch dort ein guter Einfluss auf ein Kind möglich ist, wo jede andere Methode bisher versagte.

Eins allerdings ist Voraussetzung: Man muss sich bemühen, für den im Kinde erstrebten Positivismus selbst ein gutes Beispiel zu geben! Insofern ist unsere ganze positive Lebensführung schon ein guter Teil der pädagogischen Leistung. Wir werden zwangsläufig zu erfolgreichen Erziehern, wenn wir die Lehren des Erfolgssystems beachten.

Weiter im Tagesablauf

Doch nun, mein verehrter Leser, wieder weiter in unserem Tagesablauf. Nach dem Frühstück geht es froh in den Tag. Wird er positiv sein? Selbstverständlich wird er positiv sein, denn alles, was auch geschieht, werten wir ja positiv aus.

Die Generallosung für den Tageslauf des erfolgreichen Menschen heißt: Bewusst leben! Also nicht trotteln, nicht trödeln und sich nicht treiben lassen.

Bewusst leben!

Unser positives Wollen, jeden Tag ein Fortschritt, muss jetzt voll zur Geltung kommen, damit wir abends in unserem Erfolgstagebuch unbedingt davon berichten können. Der positive Mensch hat den Willen, möglichst jeden Tag zu einem ertragreichen zu machen. Das geht gar nicht anders als durch bewusste Lebensführung.

Da wir ständig Gefahr laufen, negativen Gewohnheiten zum Opfer zu fallen, müssen wir uns immer wieder unsere Erfolgsformel zum Bewusstsein bringen, denn wir wissen ja: **Die meisten Fehler werden nur gemacht, weil wir nicht daran denken.**

Wenn wir während des Tages ordentlich etwas schaffen wollen, geht das nicht ohne einen Tagesplan, in dem alle wichtigen Punkte, die erledigt werden sollen, zeitlich erfasst sind.

Bedingung ist, dass man diesen Plan nicht nur aufstellt, sondern auch einhält. Wer richtig strebt, für den ist das eisern. Grundsätzlich will das heißen, dass man sich von seinen Dispositionen auf keinen Fall durch Nebensächlichkeiten ablenken lässt. Hierzu gehören alle wertlosen Schwätzereien und vermeidbaren Umwege.

Es gibt eine Sorte Leute, die nichts anderes zu tun zu haben scheinen, als fleißige und strebsame Menschen von ihrer Arbeit abzuhalten. Natürlich ist man selbst schuld, wenn man sich das gefallen lässt.

Hier heißt es ganz konsequent sein: Der Tag hat nur eine begrenzte Stundenzahl und die gilt es restlos auszunutzen. Wenn der positive

Mensch, gemäß seinem Tagesplan, um 14 Uhr eine bestimmte Arbeit beginnen will, dann ist er auf jeden Fall zur Stelle! Wer glaubt, eine solche Korrektheit in der Führung seines Lebens nicht entwickeln zu können, der beweist, dass es ihm um den Erfolg noch lange nicht ernst genug ist.

Stets mit Überlegung arbeiten! Richtiges nachdenken spart Zeit und Kraft!

Der positive Mensch ist ein Vielarbeiter, ein Vielschaffer, und stets ist er bemüht, sich selbst, wie ein Sportler, immer wieder zu übertreffen! Stets versucht er, Spitzenleistungen zu erzielen, aber nicht nur dadurch, dass er sich mehr anstrengt als der Alltagsmensch, sondern indem er ständig dabei ist, rationeller zu arbeiten. Ratio, das ist die Vernunft! Mit Vernunft arbeitet er also, was soviel besagt, dass er mit Überlegung arbeitet, und gerade dadurch wird er auch befähigt, Umwege und Reibungen auszuschalten. Man muss hierzu eine regelrechte Arbeitstechnik entwickeln, die aber nur durch Nachdenken und Überlegen kommen kann. Wir kommen hierbei zu unserem Grundsatz der Erfolgspraxis zurück. **Dieser heißt: Versuche alles zu tun, was den Erfolg erleichtert und vermeide alles, was ihn unnötig erschwert.**

Wir müssen immer genau wissen, was wir wollen! Das wird erreicht durch richtige Erfolgsplanung.

Was uns zur Beachtung dieses Grundsatzes führt, ist die **Zielklarheit.** Wir müssen stets genau wissen, was wir wollen, und das betrifft auch die Einzelheiten einer Aufgabe. Dass diese Klarheit bei der Aufstellung des Tagesplanes schon vorhanden sein muss, versteht sich von selbst. Darum muss man auch an die Aufstellung des Tagesplanes wie an eine regelrechte Arbeit herangehen.

Je sorgfältiger und gewissenhafter überlegt wird, je mehr jedes Für und Wider in Erwägung gezogen wird, um so besser wird aus diesem Plan ein regelrechter Führer zum Erfolg, was ja auch sein Sinn ist.

Siehe Kapitel VII – Positive Erfolgsgestaltung.

Bedingung zur Aufstellung des Tagesplanes ist, dass dieser sich aus einer Erfolgsplanung ergeben muss, die für einen größeren Zeitabschnitt Gültigkeit hat. Die bewusste Gestaltung des Lebens und des Erfolges ähnelt dem Bau eines Hauses: Ganz genau wird nach dem wohlberechneten Gesamtplan gearbeitet. Umstellungen und Änderungen sind selbstverständlich möglich, sie werden jedoch nur vorgenommen, wenn es die Vernunft gebietet oder besondere Umstände es verlangen. Da die Erfolgsplanung von größter Wichtigkeit ist, werden wir darüber noch ausführlich zu sprechen haben.

Neben der Positivität als Mensch und Persönlichkeit steht also die unerlässliche Forderung, auch in der Arbeit und im Handeln ganz positiv zu sein! Es ist so, wie der Dichter sagt**: *„Vor den Erfolg haben die Götter den Schweiß gesetzt.“*** Und das ist gut so, denn nur, wenn man sich um seinen Erfolg wirklich bemüht hat, weiß man ihn zu schätzen und wird glücklich durch ihn. Aber und darauf kommt es an, es muss vernunftgemäß gehandelt werden. Jede unnütze Arbeit hat man sich zu ersparen, jede Notwendige dagegen unbedingt zu tun!

Zeit und Kraft müssen also klug eingesetzt werden. Henry Ford sagte

hierzu treffend: ***„Was du mit einer Hand tun kannst, sollst du nicht mit zweien tun! Was hat es für einen Sinn, einen stumpfen Meißel mit ungeheurer Kraft in ein Stück Metall schlagen zu wollen, wenn ein leichter Schlag auf einen spitz gemachten Meißel genügt?"***

Die Erfolgslehre von Henry Ford.

Man muss erreichen, aus 24 Stunden 48 zu machen, ein Doppeltes und Vielfaches zu leisten! Was, das geht nicht? O ja, mein verehrter Leser, das geht ganz bestimmt! Aber wollen muss man, und zwar ganz positiv wollen und - überlegen!

Richtige Verwendung von Zeit und Kraft

Wie oft stand ich schon in meinem Leben vor einer totalen Arbeitsüberlastung. Selbst bei schärfster Ausnutzung der Zeit schien keine Mehrarbeit mehr möglich. Dennoch musste ich aber mehr leisten, weil davon der weitere Erfolg abhängig war.

WOLLEN muss man, ehrlich und eisern wollen!

Was also anfangen? Schneller arbeiten? Weniger schlafen? Nein! Beides nicht! Sondern hinsetzen und gründlich nachdenken und einen Plan aufstellen, in dem, so weit es überhaupt anging, alle Vorkommnisse und Handlungen während des Tages erfasst waren.

Und was stellte sich da mit einem Male heraus? Dass man, ohne es zu wissen und ganz gegen die eigene Meinung, dennoch Minuten um Minuten, ja ganze Stunden vertrödelte! Und wodurch? Durch Nebensächlichkeiten und Banalitäten, über die man in der Regel überhaupt nicht nachdenkt, ja, die einem gar nicht zum Bewusstsein kommen und dann durch unzulängliche Arbeitsmethoden!

Wenn das Leben große Aufgaben an mich stellte, denen ich wegen Zeit- oder Kraftmangel nicht gewachsen schien, so habe ich mich stets gefragt: Was würde sein, wenn du jetzt mit einem Male der verantwortliche Leiter eines großen technischen Werkes wärest? Was würdest du da machen, wo doch die Arbeitsfülle eines solchen Mannes viel größer ist als die Deinige? Nur eine Antwort kann es darauf geben: noch rationeller arbeiten, noch rationeller! So, und dann dachte ich wieder an meine augenblickliche Lage und schon war es selbstverständlich, dass die Leistungen gesteigert wurden.

Was würden Sie tun?

Zeit und Kraft sind reale Werte!

Verehrter Leser, da wir ohne die gründliche Ausnutzung von Zeit und Kraft an ein Vorwärtskommen nicht denken können, müssen wir uns ganz fest auf den Standpunkt eines Geschäftsmannes stellen und uns einbilden, als ob Zeit und Kraft Werte wären, die es so vorteilhaft wie möglich zu verkaufen gilt. Ein Höchstmaß an Erfolg muss dabei herausspringen, verstanden?! Tatsächlich ist es ja so, denn Zeit und Kraft sind ja die wertvollsten Güter, über die wir verfügen. Das erklärt sich schon daraus, dass sie unersetzlich und unwiederbringlich sind.

Jeder Augenblick, den wir unnütz vertun, ist ein für alle Mal verloren und wird von unserem Leben abgezogen!

Es ist der Sinn positiver Lebensführung, aus dem eigenen Leben etwas

zu machen, einen möglichst hohen Ertrag herauszuholen an Freude und Sonnenschein! Wie aber steht zu diesen doch absolut vernünftigen Forderungen der Tageslauf des Alltagsmenschen?
Will man seine eigenen Mängel studieren, so braucht man nur einmal Mäuschen bei anderen zu spielen. Es ist geradezu jämmerlich, wie die kostbare und wertvolle Zeit des Lebens verplempert und verschlampert wird.
Ich würde mich entsetzlich langweilig in der Welt fühlen, müsste ich meine Zeit mit solchen lächerlichen und dummen Dingen ausfüllen, wie es so viele Alltagsmenschen andauernd tun! Doch Schwamm darüber, jeder von uns weiß ja, worauf es ankommt, und darum wollen wir uns lieber den positiven Seiten des Lebens zuwenden.

Vorschau halten!

Wenn Sie sich ganz auf den Erfolg einstellen, dann schwingt im gleichen Rhythmus auch Ihr Unterbewusstsein mit!

Verlangte das Erfolgsstreben eine Rückschau auf den vergangenen Tag, so zum Beginn des Tages auch eine kurze Vorschau: Sie brauchen gute Einfälle und immer neue Ideen. In der Nacht hat sich Ihr Unterbewusstsein mit Ihrem heutigen Tagesplan befasst. Wenn Sie jetzt kurz an den Ablauf des vor Ihnen liegenden Tages denken, kommt Ihnen vielleicht mancher gute Gedanke, der erst über Nacht reif geworden ist. Vielleicht ist es Ihnen auch jetzt erst möglich, bestimmte Umstände zu erkennen, die Sie von den Zielsetzungen des heutigen Tages ablenken könnten. Im Übrigen wird die Vorschau dazu beitragen, noch einmal zu bekräftigen, dass Sie sich in jeder nur erdenklichen Hinsicht als positiver Tatmensch erweisen werden.

Bedingung ist zu all diesen Überlegungen, dass Sie sich selbst ernst genug nehmen, dass Sie also von Ihrem inneren Wert vollkommen durchdrungen sind!

Ihren Wert geben Sie sich durch die Absichten, die Sie verfolgen und vor allem durch ein würdiges Lebensziel. Haben Sie ein solches Ziel und ist es ein wertvolles? Bitte, denken Sie daran, was ich Ihnen früher schon über den Lebenszweck sagte:

**Entscheiden Sie, welchen Wert Sie für sich selber haben!
Nur Ihre Ziele geben Ihrem Leben den Wert.**

„Die großen Kräfte der Seele kommen nur zur Entfaltung und betätigen sich nur, wenn die Seele einen Sinn darin sieht. Und alle seelischen Hemmungen und Gemütsdepressionen und jede Mutlosigkeit sind zuletzt nur darauf zurückzuführen, dass das Leben keinen richtigen Inhalt hat."

Nur um etwas Wertvolles verlohnt es sich zu kämpfen! Und wenn Sie selbst das auch noch nicht klar erkannt haben, eben, weil Sie sich vielleicht bisher zu wenig mit diesen Grundproblemen der Lebensbemeisterung beschäftigt haben, so weiß das dennoch instinktiv die in Ihnen wirkende Natur. Die Natur will Fortschritt, Veredelung und Vervollkommnung des Ganzen. Dienen Sie diesem Streben durch ein würdiges Ziel, so stellt sie Ihnen willig alle dazu notwendigen Kräfte zur Verfügung.

Sie müssen wissen, und zwar ganz genau, was Sie mit sich selbst und Ihren Kräften in diesem Leben anzufangen haben.
Nur zu leben, um zu essen und zu trinken, heißt auf den Tod warten. Erst das Werk, das einer vollbringt, legt einen Sinn in das Dasein.

Der Weg zur Zielklarheit

„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen!"

Ihr eigenes Lebensziel finden Sie am besten, wenn Sie ein bekanntes Wort Goethes zur Grundlage Ihrer Überlegung machen. Goethe sagte:
„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen!"
Wünsche hat jeder, viele sogar und auch Sie!

Wünsche hat jeder, viele sogar und auch Sie!

Diese Wünsche zeigen Ihnen also den Weg! Bedingung zur Zielsetzung ist aber, dass Sie nur das Ziel als erstrebenswert ansehen, das mit der Würde des Menschen im Einklang steht: Wie man es auch deuten mag, immer wird der gute Mensch ein Arbeiter im Weinberge Gottes sein.
Und noch etwas: Es wurde früher gezeigt, wie die Schicksalsbetrachtung des positiven Menschen beschaffen sein muss. Besonders wurde vor Augen geführt, dass man sich mit Unabänderlichkeiten abzufinden hat. Es versteht sich von selbst, dass Sie bei der Zielsetzung diese Unabänderlichkeiten sorgsam überdenken und genau berücksichtigen, wo Ihre Grenzen liegen.

Die eigenen Grenzen berücksichtigen!

Mit anderen Worten: Sie sollen sich ein vernünftiges und auch tatsächlich erreichbares Ziel stecken! Vernünftig und erreichbar ganz speziell für Sie! Ihrer ganzen Persönlichkeit entsprechend und den in Ihnen ruhenden Fähigkeiten. Von Luftschlössern und Phantastereien haben Sie nichts, sondern nur von tatsächlichen Möglichkeiten.
Allerdings darf mit dieser Feststellung nicht ein Minderwertigkeitskomplex entstehen, denn Sie wissen ja, der Mensch kann viel, viel mehr als er sich zutraut. Und gerade um die Grenzen unseres persönlichen Könnens sicher abzustecken, studieren wir ja auch die Probleme der Persönlichkeitsentwicklung und Lebensbemeisterung.

Körper und Geist müssen im harmonischen Einklang zum Ziel stehen!

Wer eine kleine, zierliche Hand hat, darf keinen Beruf wählen, der eine große und starke Hand verlangt. Wer farbenblind ist, bemüht sich vergebens, ein guter Maler zu werden. Grundsätzlich steht es so auf allen Gebieten der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit. Nur der rechte Mensch am rechten Platz wird Großes leisten.
Lassen Sie das nicht nur den Erfolgsspruch positiver Unternehmer sein, sondern auch Geltung haben für das eigene Leben. Sie sind immer der rechte Mann oder die rechte Frau, wenn Sie sich auf Ihren rechten Platz stellen.
Kein Mensch ist umsonst in der Welt. Wer gerufen ist, muss da sein und erfüllt seinen Zweck. Ihn zu erkennen und bewusst unser Leben danach zu gestalten, ist der Sinn richtiger Zielsetzung.

Das Zielstreben muss dreifach sein!

3 Ziele: Persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Berufs- und Leistungsziele.

Das Hochziel des Lebens können wir entsprechend unserem seelischen, geistigen und körperlichen Menschen in **persönliche Entfaltung**, **Lebensfreude** und **Berufs- und Leistungsziele** gliedern. Alle drei sind für uns maßgebend, denn sie entsprechen dem positiven Menschen.
Die Ziele im Bereich der **persönlichen Entfaltung** beziehen sich auf die Werte des inneren Menschen, also auf den Charakter und das Gemüt und auf die Entwicklung des Geistes.
Die Ziele im Bereich der **Lebensfreude** schaffen den Ausgleich zum Berufs- und Leistungsziel, geben Kraft und Energie und dem täglichen Streben nach Erfolg einen vordergründigen Sinn.
Das **Berufs- und Leistungsziel** dagegen umfasst alles, was als Erfolg des Strebens gewertet wird, also den Erfolg im Beruf, im Geschäft oder in sonst einer Position oder bei sonst einer Tätigkeit. Es ist dadurch auch das Fundament für Lebensfreude und persönliche Entfaltung.

Persönliche Entfaltung

Vervollkommnung des inneren Menschen .

Vervollkommnung des inneren Menschen bis zum wahren Diener an seinem Schöpfer, seinem Nächsten und dem Fortschritt der Kultur. Man muss ein ausgeglichener, harmonischer Mensch werden, der allen Mitmenschen wohlwollend und mit edler, aufrichtiger Gesinnung gegenübersteht und den höchsten Lebenszweck nicht darin sieht, nur seinem persönlichen Ich zu leben, sondern Diener am Ganzen, an der Gemeinschaft zu sein. Persönlich wirkt sich dieses Ziel aus durch innere Ruhe und große seelische Zufriedenheit.
Man muss bestrebt sein, einen möglichst tiefen Einblick in alle Zusammenhänge des Geschehens zu erhalten, um dadurch immer mehr zu einem erkennenden Menschen zu werden.
Je mehr man von dem Ganzen weiß, worunter alles in der Welt und im All zu verstehen ist, um so sicherer vermag man einen seelischen Tiefstand zu überwinden und auch ein großes materielles Ziel zu erreichen.
Nur durch ein möglichst tiefes Erkennen aller Zusammenhänge lernt man sich auch mit seinem großen Schicksal auszusöhnen, sich in das Unabänderliche zu fügen und trotz aller Widersprüche an einen höheren Sinn des Daseins zu glauben.

Lebensfreude

In diesen Bereich fällt all das, was Ihnen Freude macht, was Ihnen zusätzlich Kraft und Energie gibt.

In diesen Bereich fällt all das, was Ihnen Freude macht, was Ihnen zusätzlich Kraft und Energie gibt. Aber auch das, was Sie gemeinsam mit Ihrem Partner, mit Ihrer Familie, mit Ihren Freunden erleben wollen. In diesen Bereich fallen all Ihre Hobbies, Neigungen und Interessen.

Berufs- und Leistungsziel

Hier geht es um die bewusste Selbstformung zur tatkräftigen, einflussreichen Persönlichkeit, die auf einem Spezialgebiet des sozialen, wirtschaftlichen oder kulturellen Lebens, z. B. in der Industrie, im Handel, in der Landwirtschaft, im Handwerk, oder aber in der Kunst, Wissenschaft, Erziehung, Sport etwas Hervorragendes leistet.
Hierzu hat man sich ganz bewusst und, wenn erforderlich, lange Zeit hindurch planmäßig vorzubereiten. Bedingung ist, dass sich das gesteckte Ziel der persönlichen Entfaltung unterordnet. Durch die konsequente Verfolgung des Leistungszieles ist auch die Sicherung des materiellen Daseins gegeben.

Berufs- und Leistungsziel: Hier schaffen Sie die wichtigen materiellen Grundlagen!

Mein verehrter Leser, wenn wir von **Zielklarheit** sprechen, so werden Sie jetzt wissen, warum diese Forderung für ein glücklich und segensreich zu lebendes Dasein einfach unerlässlich ist. Das ganze Handeln muss eine gerade Richtung bekommen, alle Kräfte müssen sich in einer Richtung betätigen und jedes, aber auch jedes Hin- und Herschwanken muss aufhören. Natürlich wird das dem „Alltagsmenschen" in uns nicht passen, aber danach geht es ja nicht!

Zum materiellen Erfolg, dem Berufs- und Leistungsziel

Kein Gewinn ohne entsprechende Leistung! Verdienen kommt von Dienen!

Irgendwelche Unklarheiten werden über das ideelle Ziel und das Bildungsziel wohl kaum bestehen, anders steht es mit dem Leistungsziel, soweit es sich auf die Erlangung materieller Erfolge bezieht.
Hier wird es viele geben, die sich noch nicht schlüssig sind, was sie nun für eine Sonderleistung anstreben sollen. Aber gerade hierzu muss uns maßgebend sein, was wir vordem über unsere Wünsche und Fähigkeiten hörten.

Kein Gewinn ohne entsprechende Leistung! Verdienen kommt von Dienen!

Ganz ehrlich gesprochen, kommen die meisten leider deshalb zu keinem rechten Entschluss, weil sie die Mühe scheuen, die mit einer besonderen Ausbildung für ein spezielles Ziel verbunden ist. Am liebsten möchte man Erfolge ohne irgendeinen Einsatz haben. Das geht nun aber nicht, und wenn wirklich mal ein Ergebnis erzielt wird, das so aussieht wie ein Erfolg, so ist es bei Lichte betrachtet doch keiner.

Nur der persönliche Einsatz garantiert den Erfolg!

Hier heißt es endgültig, mit allen Illusionen zu brechen und aus dem Erfolgspfuscher zum wirklichen Erfolgsmenschen zu werden. Verdienen, und darunter versteht man ja den materiellen Erfolg, kommt von Dienen! Also, wer dient, dem Andern, dem Nächsten dient, ihm eine Leistung, einen Vorteil bietet, nur der hat die Chance zu verdienen. Diese Erkenntnis legt auch eindeutig fest, in welcher Richtung sich unser Denken um den materiellen Erfolg zu bewegen hat: Wollen wir vorwärts, so dürfen wir darum nicht fragen, wie verdiene ich am meisten, sondern wie diene ich am besten.

Schluss mit jeder Pfuscherei!

Verdienen kommt von Denen!

Hören Sie den Rat eines amerikanischen Großunternehmers, der dem Gedanken des „Dienens" sein riesiges Vermögen verdankt: ***„Die Gier nach Geld ist das sicherste Mittel, nicht zu Geld zu kommen!"***

Warum das so ist, wird uns jetzt verständlich sein, und sicher auch, warum so viele, die gern vorwärts möchten, immer wieder scheitern. Die Betreffenden denken falsch und machen den größten Fehler, den man machen kann - **sie rechnen nicht damit, dass auch beim Streben nach materiellem Erfolg Gesetzmäßigkeiten im Spiele sind.**

Wieso? Nun, indem die Menschen gezwungen sind, sich gegenseitig zu fördern und zu helfen, und zwar durch das, was man Selbsterhaltungstrieb und Egoismus nennt. Bieten Sie Ihrem Nächsten nicht in irgendeiner Form eine Leistung, durch die er Vorteile, Freude oder sonst eine Befriedigung findet, so stehen Sie allein auf weiter Flur und können zugrunde gehen.

Der Selbsterhaltungstrieb zwingt zur gegenseitigen Hilfe!

Der Selbsterhaltungstrieb zwingt Sie also zur Aktivität, wobei Sie natürlich wählen können zwischen Gut und Böse. Entschließen Sie sich zum Dienen, so verdienen Sie, weil Sie ja zur Sicherung Ihrer Existenz diese Gegenforderung stellen. Also werden Sie und der andere, der Ihre Dienste braucht oder gerne haben möchte, gezwungen, sich gegenseitig zu helfen und zu nützen.

Den Weg des Bösen gehen Sie, wenn Sie den anderen wissentlich übertölpeln, arglistig täuschen oder betrügen, um eine Leistung aus ihm herauszuholen, wenn Sie ihm also keine echten Gegenwerte bieten.

Dass der andere aus **Egoismus** oder getrieben von niederen Absichten auf Ihre Täuschung, Ihren Betrug hereinfällt, entbindet Sie nicht von der Verantwortung für Ihr eigenes Tun.

Höhere Einsicht ist alles! Nur auf das rechte Begreifen kommt es an. Es liegt ein tieferer Sinn in allem Geschehen.

Der andere, der ein **Opfer** seiner niedrigen Absichten oder Wünsche geworden ist, muss unabhängig von Ihnen seine Rechnung bezahlen. Das zeigt sich in seinem direkten Schaden, den er durch den Täuscher oder Betrüger hat und dann durch die negative Beeinflussung seines ganzen Lebens durch dieses umnebelte niedrige Verhalten.

Es ist sicher, dass der Mensch durch dauernde Nackenschläge dieser Art eines Tages klug wird, und er wurde es ja schon zu einem guten Teil, denn er war ja unendlich primitiver als heute. Dann hat der **Egoismus** seine Schuldigkeit getan und sich als Kraft erwiesen, die zwar das Böse will, dabei aber doch das Gute schafft. Aber wäre es nicht so, dass einstweilen alles, was Fortschritt und Entwicklung heißt, aus dem egozentrischen Streben quillt - Ausnahmen kennzeichnen die Vorläufer einer bereits ganz oder teilweise vollzogenen Überwindung des gegenwärtigen Durchschnittsmenschen - dann wäre es unmöglich, dass die Menschheit überhaupt existieren könnte. Einfach deshalb, weil der einzelne Mensch noch nicht so weit ist, um alles freiwillig zu tun, was erforderlich ist, um das gemeinschaftliche Leben, in Sonderheit auch das der Hilflosen und Kranken, zu sichern.

Es ist alles Utopie, wer anders denkt! Er verkennt, dass der Kampf ge-

gen die Triebe, den der Mensch siegreich bestehen muss, um ein freies Wesen zu sein, erst seit kurzem angebrochen ist. Dass es sich dabei schon um Jahrtausende handelt, spielt keine Rolle in Anbetracht der Tatsache, dass die Erbschaft vom Tier, die jeder in seinen Trieben mit zur Welt bringt, seit Hunderttausenden von Jahren in der Menschheit steckt. Darum ist auch jeder **Idealstaat** eine Utopie, in dem die Bürger so vollkommen sind, dass es weder Geld noch Strafgesetze zu geben braucht. Es wäre wunderschön, wenn das möglich wäre, und einmal wird es einen Gottesstaat geben, der das Zusammenleben der Menschen paradiesisch macht. Doch das sind dann keine Menschen mehr, die Bürger dieses Staates, sondern **Engel!**

Zweifellos ist es möglich, schon einen größeren Teil der Menschheit für einen vernünftigen Gebrauch der uns von der Schöpfung eingeräumten Freiheit zu gewinnen, und das ist ja auch das Ziel aller Bemühungen um den Fortschritt. Aber damit bleibt der **Zwang** aus dem Selbsterhaltungstrieb und dem Egoismus dennoch bestehen, wenngleich die Gesetzgebung befähigt würde, viel sozialere Maßnahmen für das Zusammenarbeiten der Menschen und das gemeinsame Auskommen einzuführen als dies möglich ist, wenn alle nur um des eigenen Lebens willen ihre **Pflicht** tun.
Die Tatsache, dass die Mehrzahl der Menschen entweder gezwungen werden muss, unter **Prügel** zur Weide zu gehen - daher der Zwang in allen totalitären Staatssystemen - oder aber nur aus Egoismus zu einem erträglichen Verhalten zur Umwelt zu bringen ist, macht es so unendlich schwierig, auf der allein der Würde des Menschen entsprechenden demokratischen Basis zu einer vernünftigen Regelung der gegenseitigen Beziehungen der Menschen zu kommen.
Jeder Schritt nach vorwärts wird verbaut durch das **Tier** im Menschen. Jeder denkt nur an sich selbst, bestenfalls noch an seine Familie. Er möchte gerne alles haben, ist aber nicht bereit, hierfür persönliche Opfer zu bringen. Und wenn es nicht gewöhnlicher Egoismus ist, der den Einsatz verhindert, dann ist es die Angst, dass auch noch das Letzte verloren gehen könnte, woran er hängt, oder der Unglaube, dass es ja doch nicht besser wird, auch wenn er alles opfern würde. **Wo die Selbstsucht herrscht, kann auch keine Liebe sein, daher das Misstrauen aller gegen alle.**
Es bleibt tatsächlich nur der eine Weg, den einzelnen schon fähigen Menschen immer mehr dahin zu bringen, dass er aus Einsicht für die Naturnotwendigkeiten des gemeinsamen Lebens handeln lernt und nicht mehr nur aus seiner Lebenssicherung heraus. Das hebt aber nicht auf, dass dieser Einzelne die egozentrische Einstellung seiner Umwelt stets in Rechnung stellen muss, will er überhaupt existieren.
Handelt er aber aus dieser Einsicht, und zugleich in der Erkenntnis, dass es immer auch für ihn das Beste ist, wenn er sich bemüht, das **Gute** und

Die hier geäußerten Gedanken berühren das Kernproblem alle Fortschritte im Zusammenleben der Menschen. Überall steht das „Brett vorm Kopf" im Wege, die seelische Blindheit, in der sich der Großteil der Menschen befindet.

Es ist ein ganz und gar verrückter Zustand, weil wir uns einerseits auf technischem und wissenschaftlichem Gebieten so weit sind, andererseits und durch dummes egozentrisches Denken das gemeinsame Leben unerträglich erschweren!

Jeder denkt nur an sich selbst. Er möchte gerne alles haben, ist aber nicht bereit, hierfür persönliche Opfer zu bringen.

Wo die Selbstsucht herrscht, kann auch keine Liebe sein.

Jeder denkt nur an sich selbst. Er möchte gerne alles haben, ist aber nicht bereit, hierfür persönliche Opfer zu bringen.

nicht das Böse zu tun, so ist das zugleich für ihn das eiserne Gebot, niemals aus dieser egozentrischen Einstellung seiner Mitmenschen eine Veranlassung zu finden, diese Einstellung in negativer Absicht auszunutzen. Er wird stets wissen, der andere handelt zwar aus reiner Eigenliebe, wenn man etwas von ihm haben will, aber er selbst wird sich dadurch nicht verleiten lassen, eine Handlung zu begehen, die nicht im Sinne eines wahren Dienstes an seinem Nächsten liegt.

Voraussetzungen des materiellen Erfolges

Die vorstehenden Überlegungen waren notwendig, um uns zu zeigen, dass wir uns beim Vorwärtsstreben nicht darauf verlassen sollen, dass uns jemand aus purer Nächstenliebe weiter hilft, sondern allein, wenn wir ihm eine positive Leistung bieten. Selbstverständlich schließt das nicht aus, dass es trotzdem eine Menge Menschen mit uneigennütziger Liebe gibt. Aber auf sie dürfen wir uns nicht verlassen, und wir dürfen ja trotzdem nur durch Leistung zum Erfolg streben.

Man muss wissen, was man WOLLEN muss!

Beachten wir grundsätzlich diesen Standpunkt, so wird uns ein für alle Mal klar, in welcher Richtung sich unsere Erfolgsüberlegungen zu bewegen haben, und wir hören auf, stundenlang sinn- und zwecklos darüber nachzudenken, wie man vorwärts kommen und Erfolg haben könnte. Wissen wir, dass wir nur durch Leistungen weiterkommen, durch die unsere Mitmenschen Vorteile haben, so erhalten alle unsere Überlegungen gleich die erfolgreiche Richtung und wir wissen, was wir wollen müssen.

Stets das Prinzip der gegenseitigen Leistung berücksichtigen!

Wenn es heißt: ***„Die Gier nach Geld ist das sicherste Mittel, nicht zu Geld zu kommen“***, so ist das damit ebenfalls klar. Auf die Leistung, auf den Dienst müssen wir uns konzentrieren, nicht auf den Gewinn, den Verdienst. Der ist eine zwangsläufige, ganz selbstverständliche Folge des Dienens und der Leistung. Dass wir beim Erstreben des Erfolges auf unsere Mitmenschen angewiesen sind, bedarf keiner Überlegung. Keiner kann allein, d. h. ohne die Mitwirkung seiner Nächsten, einen Schritt vorwärts tun. Je klarer uns vor Augen steht, wie sehr es sogar auf den Nächsten, die anderen und die so genannten „Leute“ ankommt, um so besser für uns.

Je klarer uns vor Augen steht, wie sehr es sogar auf den Nächsten, die anderen und die so genannten „Leute“ ankommt, um so besser für uns.

Leider wird von den meisten Vorwärtsstrebenden diese Tatsache viel zu wenig berücksichtigt und darum ist auch zumeist die ganze Einstellung zur Umwelt falsch und das Prinzip der gegenseitigen Leistung viel zu wenig berücksichtigt. Hier heißt es, sich ganz gehörig umstellen.

So dürfen wir nicht fragen: Was dient uns - sondern was dient den anderen. Und dann: Was können wir für Forderungen stellen, wenn wir diese Dienste leisten?

Wir setzen also bei allen Überlegungen grundsätzlich das Dienen voraus und sind unentwegt darauf bedacht, wie wir dem anderen, dem Nächs-

ten Vorteile schaffen können. Wir müssen ganz fest darauf bauen, dass auch beim Erfolg sich die großen Gesetzmäßigkeiten des Lebens auswirken und allein danach unser Handeln einrichten.
Das ist ein ganz verkehrter Egoismus, der nur auf sich selbst bedacht ist, so komisch das klingt, denn ohne Voranstellung der Leistung kann immer nur ein ganz schmählicher Erfolg herauskommen, wenn überhaupt, und dann ist es bestimmt keiner von Dauer.
Was sagt doch Goethe hierzu: ***„Mann, mit zugeknöpften Taschen tut dir keiner was zulieb! Hand wird nur von Hand gewaschen, wenn du nehmen willst, so gib!***" Es ist eine ganz schwierige und äußerst unangenehme Sache und eine Riesenarbeit dazu, wenn man z. B. als Geizhals durch die Welt zu kommen versucht. Jawohl, das ist gar nicht zum Lachen, denn ein solcher Mensch strebt doch dauernd wider die Natur, und das ist immer schwer und auch immer gefährlich.
Wie ganz anders lebt es sich dagegen, wie vergnügt, wie schön, wie leicht mit der hier dargelegten positiven Einstellung. Welche Lebensklugheit liegt darum auch in dem Bibelwort***: „Was du willst, das dir die Leute tun sollen, das tue zuerst ihnen!"***
Es ist doch barer Unsinn, sich das Leben unnütz schwerer zu machen, als es ist und darum nur Klugheit, sich nach diesen Erkenntnissen zu richten. Wenn wir wollen, dass sich unser ganzer Tagesverlauf glücklich, harmonisch und erfolgreich gestaltet, so wird dazu diese Einstellung ganz besonders beitragen. Dies um so mehr, als wir ja wirklich auf unsere Mitmenschen angewiesen sind und überhaupt ja nur durch sie glücklich und zufrieden werden können. Schon einmal haben wir hiervon gesprochen, und wenn wir hörten, dass wir dazu beitragen sollen, die Menge der seelischen Wärme zu vermehren, die erst das Leben lebenswert macht, so geschah das schon unter Berücksichtigung der jetzigen Darlegungen.

Der Egoist betrügt sich immer um das eigene Glück!

Diese früheren Ausführungen zeigen uns auch, dass das Motiv unserer Einstellung niemals Selbstsucht, sondern nur Klugheit sein darf. Über allem muss stets die Liebe zum Nächsten stehen, die aber durchaus nicht ausgeschlossen wird, wenn wir uns seinem Entwicklungsstand entsprechend zu ihm einstellen. So ist auch keineswegs die Feststellung seines aus dem Selbsterhaltungstrieb gefolgerten Egoismus ein Grund zur geringschätzigen Beurteilung. Durchaus nicht und darin besteht ja gerade die Größe des positiven Menschen, dass er die Schwächen seiner Mitmenschen versteht und so wertet, wie sie gewertet werden müssen: als notwendige Ergebnisse mangelhafter Entwicklung und mangelhafter Erkenntnis.

Über allem muss die Liebe zum Nächsten stehen!

Darum wird es ihm auch niemals einfallen, diese Schwächen selbstisch auszunutzen. Obenan wird dem positiven Menschen immer der kategorische Imperativ des großen Immanuel Kant stehen. Immer werden seine Handlungen in Übereinstimmung stehen mit den Forderungen für

Der gute Mensch wird niemals die Schwächen der anderen ausnutzen!

das Wohl des Ganzen. Da die kluge Einstellung zur Umwelt noch ganz wesentlich erweitert wird, und auch dabei immer wieder die geringe Entwicklungshöhe des Alltagsmenschen berücksichtigt werden muss, ist es gut, wenn wir diese Einstellung nach dem kategorischen Imperativ schon jetzt klar herausstellen. Positiv sein, heißt gut sein!
Man kann aber gut sein, auch ohne dass man zeitlebens ein Mauerblümchen ist, sich an die Wand drücken oder sich ausnutzen lässt. Hierzu aber heißt es, seine Umwelt richtig erkennen und sich entsprechend verhalten.

Einstellung und Verhalten als Persönlichkeit

Die „Leute" spielen eine große Rolle, doch die Klugheit wird mit ihnen fertig!

Meine verehrten Leserinnen und verehrte Leser! Wenn ich Ihnen die Punkte über den Egoismus und den Erfolg durch Leistung so ausführlich klar gelegt habe, so deshalb, um damit die richtige Einstellung zu den Menschen zu zeigen, mit denen wir während unseres Tageslaufs zusammentreffen. Denn da wir wissen, dass wir Fortschritte und Erfolge nur durch unsere Umwelt erzielen, heißt es, sich auch richtig verhalten und richtig einstellen. Überhaupt spielt ja die Fähigkeit, mit den so genannten **Leuten** fertig zu werden, im Leben jedes Menschen eine entscheidende Rolle.
Was nützen alle schönen Erfolgsvorsätze am Morgen und der noch so fest entschlossene Wille, vorwärts zu kommen, wenn uns bei der ersten besten Gelegenheit die **Leute** einen Strich durch die Rechnung machen?
Damit wir für viele Fälle gleich das richtige Mittel zur Hand haben, wollen wir eine Reihe von Verhaltungsmaßregeln kennen lernen, durch die wir unangenehmen Situationen gleich richtig begegnen können.

Ruhe, Ruhe, absolute innere Ruhe!

Ruhe, Ruhe und nochmals Ruhe und auch bei Streitfällen und im Umgang mit Nervösen, und dann erst recht, wenn plötzlich eine neue Situation eintritt.

Die Hauptsache ist, dass wir während des ganzen Tages vor allem unsere Ruhe bewahren, wie wir das ja schon besprochen haben.
Ruhe, Ruhe und nochmals Ruhe und auch bei Streitfällen und im Umgang mit Nervösen, und dann erst recht, wenn plötzlich eine neue Situation eintritt.
Dass in Streitfällen die Ruhe eines besonnenen Menschen das allerbeste Mittel ist, um Schwierigkeiten vorzubeugen, werden Sie schon selbst erkannt haben. Aber wie die Ruhe bewahren?
Sehr einfach: Indem wir uns stets vor Augen halten, dass jeder Mensch, und vor allem der, der gerade mit uns Streit sucht, nur zu leicht ein Opfer seiner Phantasie, seiner Einbildungskraft, kurz seines falschen Denkens wird und gerade deshalb nicht in der Lage ist, zu uns die richtige Einstellung zu finden.
Er beurteilt uns nach dem Schein, und nur die falsche Auffassung von uns bringt sein Blut in Wallung und ermöglicht die harten Worte, die er

zu uns spricht. Seien Sie klug, arbeiten Sie auch hierbei mit passiver Resistenz! Beachten Sie niemals, was ein erregter Mensch zu Ihnen sagt, oder richtiger, legen Sie jedes seiner Worte auf die Waage und ziehen Sie gleich davon ab, was auf das Konto der Erregung kommt.

Arbeiten Sie mit passiver Resistenz!

Also, nüchtern sehen, nüchtern hören, nüchtern empfinden. Im Zorn, in der Wut ist der Mensch unberechenbar und auch dann, wenn es ihm so scheint, als gehe es um seinen Vorteil.

Da wir als positive Menschen genau wissen, was aus Streitigkeiten herauskommt, werden wir stets klug genug sein, uns davor zu hüten. Und werden wir schon darin verwickelt, so wollen wir jedenfalls nicht die Ursache sein, durch die sie noch verstärkt werden.

Beleidigt uns jemand, so fahren wir also nicht aus der Haut, sondern prüfen ganz ruhig und sachlich, wieweit Verblendung und mangelnde Erkenntnis die Ursache der Beleidigungen sind.

Richtige Einstellung in allen Streitfällen. Durch Ihre Ruhe siegen Sie!

Eigentlich gibt es doch gar keine Beleidigungen, sondern nur Irrtümer, Unwahrheiten und Gemeinheiten. Sagt uns jemand etwas nach, was nicht stimmt, so wird sich der Betreffende demnach entweder irren, oder aber er sagt es aus Gemeinheit.

Irrt er sich, so kann dieses Gerede uns niemals treffen. Unsere Aufgabe ist es dann, richtig zu stellen und aufzuklären, aber nicht dadurch aus der Ruhe zu geraten. Gelingt uns das nicht sofort, so fassen wir uns in Geduld, wir dürfen sicher sein, dass dann die Zeit für uns arbeitet. Denke immer an unsere wunderbare Erfolgsformel und wende sie bei jeder Gelegenheit an!

<u>Richtigmachen = Erfolg! Falschmachen = Misserfolg!</u>

Konsequenz gegen Schlechtigkeit

Fehlschläge und Feinde sind, richtig betrachtet, doch nur die Würze des Erfolges!

Und beleidigt uns jemand aus Gemeinheit, aus Charakterschlechtigkeit, so darf uns das ebenfalls nicht treffen! **Wir bleiben immer der, der wir vor uns selber sind, mag jemand auch hundertmal das Gegenteil behaupten!**

In solchen Fällen müssen Sie hart wie Granit sein!

Mit niederen Charakteren macht der Erfolgsmensch kurzen Prozess. Wenn es irgend geht, kehrt er ihnen den Rücken. Kein Mensch kann uns zwingen, mit solchen Menschen zusammenzuleben. Und geht das nicht, so bleibt eben nichts anderes übrig, als eine so harte Konsequenz im positiven Verhalten, dass der schlechte Kerl entweder weich wird und sich ändert oder aber dann von sich aus abzieht, weil er mit seinen Gemeinheiten bei uns nichts erreichen kann.

Nicht aufreiben lassen durch schlechte Menschen! Klug sein, die Nerven und das Herz schonen!

Kampf lässt sich ja niemals im Leben ganz vermeiden, aber das macht ja auch nichts, wenn wir nur klug genug sind, unsere Kräfte nicht an wertlosen Objekten zu verbrauchen. Und um das zu vermeiden, heißt es auch beim Kampf mit niederen Charakteren niemals seelisch leiden. Ein **Aufreiben** durch schlechte Menschen ist immer nur die Folge einer unklugen seelischen Einstellung.

Werten wir uns als das, was wir in Wahrheit sind, als aufrechten, ehrlichen, anständigen Charakter, dann blitzt alles an uns ab und keine noch so große Gemeinheit kann uns treffen!

Hier hören die „Leute" auf!

Wer schon etwas von den Geheimnissen des Erfolges erfasst hat, der weiß auch, dass es zum Glück und zur inneren Zufriedenheit weniger darauf ankommt, was andere von einem halten, als darauf, was man selbst von sich hält. Es laufen so viele feine, hoch vornehme Menschen um uns herum, die erstaunlich hoch angesehen werden und im Grunde ihres **Herzens** doch niedrig und ekelhaft sind.

Schließlich ist allein entscheidend, wie wir vor unserem Gewissen bestehen, nicht, was andere von uns meinen. Deshalb lieber groß vor sich selbst und vor der Welt klein, als umgekehrt. Selbstverständlich darf uns diese Einstellung nicht zur Schwäche verführen. Im Gegenteil, mutig und stark sollen wir uns trotzdem mit allen Widerständen auseinander setzen, ohne aber darunter zu leiden.

Immer über der Situation stehen!

Der positive Mensch steht immer über der Situation, ganz gleich, was um ihn herum vorgeht. Er kennt die Menschen und weiß, warum sie so sind, wie sie sind. Schlechtigkeit ist für ihn immer wieder nur ein Beweis, wie viel noch fehlt, damit der Mensch endlich Mensch werde.

Klugheit gegen Rechthaberei

In dieser Situation = SCHWEIGEN!

Eine besondere Klugheit ist angebracht, wenn wir es mit rechthaberischen Menschen zu tun haben. Auch dabei gilt es, die Ruhe zu wahren und Streit zu vermeiden, was sich gut erreichen lässt, wenn wir im rechten Augenblick verstehen, ein **Lebenskünstler zu sein!**

Leben wir mit Menschen zusammen, deren Charakter uns unsympathisch ist so gehen wir darüber hinweg. Es kann nicht jeder nach unserem Willen geschaffen sein. Vollkommen ist niemand, und schlechte Eigenschaften unsere Nächsten sind nicht selten der Ausfluss unserer eigenen Schwächen. Will jemand aus unserer Umgebung immer recht haben, so müssen wir, um Streit zu vermeiden, **Lebenskünstler sein**, darum schweigen und vorläufig auf unser Recht verzichten.

Wir sollen nicht immer gleich meinen, dass die Menschen nur aus Bosheit recht haben wollen; viele können ihr Unrecht nur nicht einsehen. Häufig ist die Rechthaberei unserer Mitmenschen die Auswirkung nervöser Schwächen, die die klare Urteilskraft völlig außer Kraft setzen können.

Um das zu verstehen, muss man sich darüber klar sein, dass objektive Beurteilung einer Sachlage von beherrschter Sinnes- und Denktätigkeit abhängt. Da der Nervöse und Aufgeregte nicht konzentriert ist, stellen sich ihm die Dinge nicht so dar, wie sie in Wirklichkeit sind, sondern so, wie sie ihm durch unbewussten Einfluss subjektiver Momente scheinen.

Da es außerdem bei Streitfällen häufig auf die Auffassung einer Sache ankommt, die im Hinblick auf die gedankliche Einstellung der Beteilig-

ten jeweils eine andere sein kann, glaubt sich der Nervöse meist von vornherein im Recht, weil er, als Folge seiner nervösen Zustände die Frage des Rechts erst gar nicht kritisch beleuchtet.

In dieser Situation = SCHWEIGEN!

Deshalb ist es verkehrt, bei nervösen Personen auf sein Recht zu pochen. Die Betreffenden, die, wie gesagt, im Recht zu sein glauben, würden dadurch nur noch nervöser als sie es schon sind, weil sie sich nur zu leicht zurückgesetzt und gekränkt fühlen. Die Folge der durch einen Streit gesteigerten Erregung der Nerven macht es gänzlich unmöglich, die klare Urteilskraft der Erregten herbeizuführen, was leicht zu einem Bruch oder Zerwürfnis führt.

Mit Nervösen jeden Streit vermeiden!

Darum schweigen wir und lassen vorläufig den anderen bei seinem Glauben. Wenn wir nicht wiedersprechen, werden sich seine überreizten Nerven bald beruhigen und kräftigen, wodurch dann ganz von selbst eine klare Beurteilung des Streitfalles möglich wird.

Klugheit entscheidet!

Was hat es auch für einen Zweck, sich mit einem sonst lieben Menschen wegen einer Rechthaberei - meist sind es ja nur Lappalien, um die man sich streitet - zu erzürnen? Recht haben wir ja auch dann, wenn es der andere nicht einsieht. Im Grunde streitet man sich in den meisten Fällen ja sowieso nur aus herrschsüchtigen Motiven. **Darum klug sein, Streit vermeiden, wenn wir unsere und unseres Nächsten Nervenkraft schonen wollen!**

Sie haben immer recht, wenn Sie recht haben!

Verweigert man uns böswillig unser Recht, auch dann müssen wir schweigen, wenn ruhige Darlegung unserer Ansichten nicht fruchtet. Schweigen ist besser und bei weitem wirksamer, als wenn wir mit der Faust auf den Tisch schlagen und mit Gewalt unser Recht zu erzwingen suchen.

Schweigen ist immer besser!

Wenn der andere mir mein Recht abzustreiten sucht, obwohl er genau weiß, dass ich Recht habe, und ich antworte ihm mit Schweigen, so rufe ich in ihm das unangenehme Gefühl einer moralischen Schlappe hervor, das mit jedem gleichen Fall größer wird und dem er sich schließlich nur dadurch entziehen kann, dass er in Zukunft mein Recht nicht mehr angreift. Nützt dieses Mittel bei regelmäßiger Anwendung nichts, muss man erst recht schweigen, denn dann ist entweder der Charakter des andern nicht zu bessern oder es liegt geistige Minderwertigkeit vor.

Darum Lebenskünstler sein und nicht mit dem Kopf durch die Wand rennen!

Das gilt um so mehr, wenn es für die Durchsetzung des Rechts keine entscheidende Instanz gibt, und im Besonderen, wenn es sich bei den rechthaberischen Menschen um solche handelt, bei denen ein gewaltsames Vorgehen gleich bedeutend wäre mit der Zerstörung unseres Lebensglückes.

Klug sein! Klug handeln!

Also, wie gesagt, Lebenskünstler sein! Klug handeln! Und auch stets bedenken, dass kein Mensch vollkommen ist und schlechte Eigen-

schaften unserer Mitmenschen weit öfter als man glaubt, die Folge unserer eigenen Schwächen sind.

Wir haben schon davon gesprochen, dass der positive Mensch eine starke Persönlichkeit ist. Beweisen wir das in unserem ganzen Verhalten, so ist das auch ein starker Wall gegen Rechthaberei. Nicht gegen jedermann lässt der rechthaberische Mensch seinen Schwächen freien Lauf.
Wird ihm keine Gelegenheit gegeben, so kann er vielleicht sogar lieb sein und sich sogar unterordnen. Hierbei sei an die Ausführungen erinnert, die ich über das gleiche Thema schon gemacht habe. Dort hörten wir: **„Wenn wir die Menschen behandeln, wie sie sind, so machen wir sie schlechter. Wenn wir sie dagegen behandeln, als wären sie bereits das, was sie sein sollen, so bringen wir sie dahin, wohin sie zu bringen sind."**

Aufmerksamkeit ist das Mittel ... Nun, wissen Sie diesen Erkenntnissatz zu Ende?

Dies bezieht sich in Sonderheit auch auf die Rechthaberei. Also auch in diesem Falle ganz bewusst das Gefühl und die Aufmerksamkeit des Mitmenschen auf seine guten und positiven Eigenschaften lenken. Immer wieder daran denken, dass der Mensch nicht frei ist und die innere Struktur, die so genannte „Veranlagung" ihre Hand im Spiele hat.

Unsere Schuld bei einer Feindschaft

Nachdenken. Sehr wichtig!

Grundfalsch ist es, uns in eine dauernde Abwehrstellung zu begeben und uns in den Gedanken zu verbeißen, dass bestimmte Menschen unsere dauernden Feinde sein müssen. Zugegeben, dass es Feindschaften auf Lebenszeit gibt, so ist dennoch nur selten eine Ursache vorhanden, denn die Fälle, wo wir es mit wirklich ganz schlechten Menschen zu tun haben, sind zu zählen. Das erhellt schon die Tatsache, dass diese Menschen, die wir hassen oder die uns hassen, von anderen geliebt und geachtet werden.
Man wird überrascht sein, wenn man einmal ganz ehrlich und unvoreingenommen alle Umstände untersucht, die zu einer Feindschaft geführt haben. Dabei kommt man oft zu der Erkenntnis, dass der Grund nicht nur beim anderen, sondern ebenso in eigener Unzulänglichkeit ruht. Erkennen wir das klar und sind wir ehrlich genug, uns das einzugestehen, so ist unsere Abwehrstellung nicht gerechtfertigt. Statt dessen müssen wir unser Verhalten ändern und, wenn es die Harmonie erfordert, stark genug sein, uns so zum andern einzustellen, wie es seiner Eigenart entspricht. Und da zeigt sich dann mit einmal, dass unser **Feind** gar nicht so schlimm ist, wie wir es erst glaubten. **Positiv sein, heißt mit möglichst vielen Menschen in Frieden auszukommen!**
Das ist leichter möglich, als wir glauben, wenn wir uns nach diesen Erkenntnissen richten. Allerdings müssen wir uns dann schon bequemen, die Individualität des anderen, seine persönliche Eigenart als eine Größe anzusehen, die unbedingt zu berücksichtigen ist.

Wir können ruhig sagen: Wer mit anderen nicht fertig wird, ist entweder ein großer Schwächling oder ein Egoist, der nur sich selbst kennt und alles nur nach seinen Wünschen haben möchte, ohne zu bedenken, dass auch jeder andere ein Recht an das Leben und die Dinge hat!

So ist der Alltagsmensch

Der Alltagsmensch will nicht so ein, wie er ist, sondern er MUSS so sein!

Während unseres Tageslaufes kommen wir mit den verschiedensten Menschen zusammen. Eine Hauptgruppe besteht aus den schon wiederholt erwähnten so genannten Alltagsmenschen. Das sind solche Menschen, die zwar intelligent genug sind, um ihrem Pflichtenkreis gerecht zu werden, jedoch nicht imstande sind, sich von Beeinflussungen frei zu halten. Es sind geistig unselbständige Naturen ohne objektives Urteil und mit Ansichten und Meinungen, die die Suggestionen des täglichen Lebens geformt haben. Soweit es sich nicht um die ganz persönlichen Dinge des eigenen Daseins handelt, ist ihr Denken eine Reflexion der Umwelteinflüsse.

Das ist ein Entwicklungsmangel, der vielerlei Ursachen hat. Das Gehirn arbeitet nur in einer Reihe lebenswichtiger Abteilungen, wie das Gehirn des Kindes, während entscheidende Zentren, die für die Schärfe des Verstandes ausschlaggebend sind, entweder völlig oder teilweise brachliegen.

Ursachen der mangelhaften Entwicklung des Alltagsmenschen.

Der Alltagsmensch wird deshalb auch mehr von den Instinkten und Trieben geleitet, als von der Vernunft. Schuld daran ist neben physiologischen Entwicklungsmängeln zur Hauptsache die Jugenderziehung, das Elternhaus ebenso wie die Schule und die Umwelt, und dann der Kampf ums tägliche Brot und die bedauerlichen sozialen Verhältnisse.

Man lernte wohl lesen und schreiben, seinen Beruf auszuüben, aber nicht seinen Geist auszubilden und richtig zu gebrauchen, in Sonderheit was das höhere Denken und die Logik betrifft.

Man ist darum auch keine Persönlichkeit, sondern nur erst eine Person. Und als solche weniger ein ausgeprägtes Einzelwesen als ein Kollektivgeschöpf, das in einer Reihe entscheidender Bewusstseinsvorgänge dem Willen der Masse unterworfen ist. Von Freiheit im eigentlichen Sinne, die den eigenen Willen und das eigene Urteil maßgebend in die Entscheidungen eingreifen lassen, kann nur mit großer Einschränkung gesprochen werden.

Es ist eine seelische Dunkelheit vorhanden, ohne dass es aber die Betreffenden selbst wissen. Und sie wissen darum auch nicht, warum sie so handeln, wie sie handeln. Sie sind Kinder im Geiste, wenn auch manchmal recht ungezogene und sogar bösartige Kinder. Aber wie Kinder lassen sie sich darum auch leiten und weiterbringen, wenn man es versteht, sich diesen Bewusstseinsvorgängen gemäß zu verhalten.

Es ist im Rahmen dieses Buches leider nicht möglich, diese entwicklungsgesetzlichen Vorgänge, die den allgemeinen Menschen so geformt

Es kommt darauf an, dem Menschen das eigene Selbst bewusst zu machen, wenn eine Änderung dieses Zustandes eintreten soll.

haben, wie er ist, auch nur annähernd erschöpfend darzustellen, denn hierzu ist der ganze Komplex der Menschwerdung, einschließlich der Geschichte der Kultur und Zivilisation, und möglichst von der Steinzeit an, aufzurollen.
Es genügt aber zu wissen, dass der allgemeine Mensch gegenwärtig nicht anders sein kann, wie er ist, und dass sein oft so total falsches Handeln und Reagieren nicht aus freiem Willen kommen. Und weiter, dass eine Änderung dieses Zustandes davon abhängt, ob es möglich wird, ihm sein eigenes Selbst bewusst zu machen.
Jeder auch noch so geringe Fortschritt auf diesem Wege ist ein Meilenstein gleichzeitig zur Verbesserung der allgemeinen menschlichen Verhältnisse, denn so wenig der Durchschnittsmensch zur Zeit an höherer Geisteskraft aufweist, so sehr wird andererseits die allgemeine Gesamtsituation der Menschheit von ihm bestimmt.

Er ist das größere Gewicht auf der Waage, wogegen der Geist nur Sieger wird bei einer durchgreifenden Änderung aller jetzt bestehenden Erziehungs- und Bildungsverhältnisse, die ganz anders als bisher die Allgemeinheit in ein großes geistiges Aufbauprogramm einbeziehen müssen.

Weg und Ziel der Menschheit: Vom Kollektivwesen zur freien, verantwortungsvollen Persönlichkeit.

Der Weg der Menschheit ist der Weg vom Kollektivwesen zur Individualität, und das Ziel ist ein Höchstmaß an verantwortlicher persönlicher Freiheit. Ein Leben in Unabhängigkeit von allen blinden Trieben, eine Meisterschaft über das eigene Dasein, in voller Wahrung der Rechte des Nächsten. Ein Leben in Gleichberechtigung innerhalb Gleichberechtigter, und dies ebenso in materieller wie in geistiger und seelischer Hinsicht. Ein großes Programm und doch das einzig Mögliche, das der Würde des Menschen entspricht. **Anders gesagt: Mensch zu sein unter Menschen, in des Wortes höchster Bedeutung!**

Ohne Selbsterkenntnis kein Erwachen des Bewusstseins der eignen Würde als menschliche Person.

Wie aber könnte das erreicht werden, ohne dass der einzelne Mensch zum Bewusstsein seiner Würde gebracht wird?
Andererseits: Wie soll diese Würde bewusst werden ohne wirkliche und umfassende Selbsterkenntnis? Und wie soll Selbsterkenntnis möglich werden, ohne zuvor die Fähigkeit des Nachdenkens über sich, die Welt und die Umwelt entwickelt zu haben? Und wie soll der Wille dazu lebendig werden, wenn nicht schon das Elternhaus und die Schule die Impulse dazu einpflanzen? Viel ist zu tun, viel muss geschehen, um das Rad zum Drehen zu bringen. Aber es wird geschehen, denn die Zeit ist reif dazu:
Wie die sozialen Verhältnisse nach einer ganze Erdteile umfassenden Neuordnung drängen, die Völker dazu immer näher rücken, so ist auch ein geistiger Wandel größten Ausmaßes im Anbruch. Demokratie ist nur brauchbar, wenn es Demokraten gibt. Das aber sind freie Menschen!

Wie aber soll Freiheit werden, wenn nicht zuvor der Mensch im Denken vom Zwang, von der Unfreiheit erlöst wird? Von jener Unfreiheit, die

aus mangelnder Erkenntnis fließt, die, um es krass zu sagen, aus der Dummheit kommt? Es ist aber nicht so, dass Dummheit immer eine Sache ist, gegen die selbst Götter vergeblich kämpfen und gegen die kein Kraut gewachsen scheint.

Nur ein kleinerer Teil der Menschen ist erblich dumm, bei den anderen ist die stiefmütterliche Behandlung des Geistes von Kindesbeinen an die Ursache. Mangel an Wissen, Mangel an Bildung, Mangel an richtiger Anleitung zum richtigen Denken, Mangel an richtigem Gebrauch der geistigen Kräfte, das sind die Quellen der Dummheit.

Dumme Massen lassen sich leichter regieren als Intelligente! Der Herdentrieb hält sie beieinander, und was sonst noch fehlt, das machen der Aberglaube, die Angst, der Spieltrieb, der Hunger und die Liebe.

Das wussten die Alleinherrscher und Tyrannen aller Zeiten, und danach haben sie sich gerichtet. Darum war ihnen jede Aufklärung verhasst und jedes Bemühen um Verstand beim Volke ein Gräuel. Und es wird so lange weitergehen, so lange nicht der Mensch diesen Alltagsmenschen, diesen Durchschnittsmenschen überwindet.

Es ist das negative Denken in ihm, das die Ursache seiner Minderwertigkeitskomplexe ist! Sein Urteil nach dem äußeren Schein, und sein Mangel an eigener Urteilskraft und Objektivität und seine große Empfänglichkeit für Beeinflussungen aller Art, die ihn zum Spielball von Suggestionen machen.

In einer fortgeschrittenen Zeit menschlicher Reife wird man anders miteinander umgehen, werden andere Werte im Vordergrund stehen. Doch solange der Geldbeutel noch Eindruck macht und Ergebenheit bewirkt, der Titel wichtiger ist als der Mensch und die Eigenliebe über die Nächstenliebe entscheidet, sind wir ohne entsprechende Hilfe ein toter Mann und nicht in der Lage, uns zu behaupten und durchzusetzen, und wenn, dann nur mit größten Kämpfen und unter größten Schwierigkeiten.

Wenn wir nun nachfolgend eine Reihe von praktischen Regeln kennen lernen, die diesen Zusammenhängen entsprechen, so immer nur für den Fall, wo wir es mit der geschilderten Art von Alltagsmenschen zu tun haben und stets mit der Maßgabe, sofort auf alle Äußerlichkeiten zu verzichten, wenn es uns gelungen ist, den Kontakt zu finden und das Eis zu brechen, das eine materialistische Entwicklungsrichtung und mangelnde geistige Reife zwischen den Menschen zum Frieren brachte.

Diplomatie jeder Art ist wahrem Menschentum zuwider. Der positive Mensch will in seinem Charakter nicht fest und zuverlässig scheinen, sondern er ist es.

Aber der Alltagsmensch ist in erster Linie ein Seh- und Hörtier! Wenn er glauben soll, so muss er das, was er glauben soll, augenscheinlich und hörbar bewiesen haben. Das aber ganz so, wie er es fassen, verarbeiten und verstehen kann. Darum gehört, wie Goethe meint, ein grober Keil auf einen groben Klotz.

Freiheit ist nur möglich durch Erlösung vom Zwang aus dem Unbewussten.

Nur ein kleinerer Teil der Menschen ist erblich dumm, bei den anderen ist die stiefmütterliche Behandlung des Geistes von Kindesbeinen an die Ursache.

In einer fortgeschrittenen Zeit menschlicher Reife wird man anders miteinander umgehen, werden andere Werte im Vordergrund stehen.

Der Alltagsmensch ist ein Seh- und Hörtier!

Wissen und Bildung allein sind keine Garantie für geistige Schärfe!

Das Kind glaubt nicht an die Autorität des Vaters, wenn er nicht auch einmal bestrafen kann. Das kann sein kleiner Verstand verarbeiten, nicht aber bloße Theorie. Und wer nach der herrschenden Ansicht eine Persönlichkeit ist, dem muss man das schon von außen ansehen können. Dass das oft nur Bluff ist, das macht dem Alltagsmenschen so lange nichts, solange sich die allgemeine Stimmung darin nicht geändert hat und seine Menschenkenntnis sich nicht soweit entwickelte und verfeinerte, um das Echte vom Unechten unterscheiden zu können.
Wichtig ist dazu noch, dass Alltagsmenschen oft, ja sehr oft sogar, gerade den Schichten angehören, die gediegenes Menschentum in Erbpacht zu haben glauben. Bildung und Wissen allein machen es nicht, um geistige Schärfe zu besitzen.
Wer Gelegenheit hatte, mit offenen Augen hinter die Kulissen der **höheren Kreise** zu sehen, der ist immer wieder von Neuem erschlagen von der Tatsache, wie viel geistige Engstirnigkeit, Unverstand und Blödheit sich unter erwählten Allüren, eleganter Garderobe und äußerem Pomp verbergen. Man tut so, als ob, und im Grunde rieselt an Stelle eines kristallreinen Bergquells nur ein ganz kleines trübes Wässerchen.

Zusammenfassend ergeben sich vor allem drei wesentliche Gesichtspunkte zur Charakterisierung des Alltagsmenschen:

- 1. Mangel an Objektivität (Urteil nach dem äußeren Schein).
- 2. Vorherrschen negativer Gedankenrichtung (Minderwertigkeitsgefühl, Angst- und Furchtkomplexe).
- 3. Abneigung gegen alles, was den eigenen Interessen und Wünschen zu schaden scheint; Empfänglichkeit für alles, was die eigenen Angelegenheiten zu fördern scheint. (Egozentrische Einstellung.)

Wollen wir Achtung, Vertrauen und Zuneigung unserer Mitmenschen gewinnen, so sind diese drei Punkte von größter Bedeutung, denn sowohl unser Handeln wie unser Auftreten und unsere ganze äußere Wirkung müssen diesen Punkten voll und ganz entsprechen.

Äußere Wirkung und erfolgreiches Auftreten

Richtig machen = Erfolg!

Mein verehrter Leser! Wir wissen nun zur Genüge, warum wir uns so ausführlich mit dem Studium unserer Mitmenschen befassen: Wir müssen wissen, wie wir uns ihnen gegenüber zu verhalten und einzustellen haben, damit wir mit möglichst vielen Menschen ein gutes Auskommen und Zusammenarbeiten erzielen.
Mit was für Menschen haben wir es denn eigentlich zu tun? Es sind vier Hauptgruppen, die wir so festlegen können:

- 1. Familienangehörige und Freunde;
- 2. Vorgesetzte aller Art;
- 3. Mitarbeiter, Unterstellte und Arbeitskameraden;
- 4. **Leute** aller Art.

Unsere Aufmerksamkeit gilt jetzt vor allem der letzten Gruppe, also den **Leuten**. Zu ihnen gehören grundsätzlich alle, mit denen wir nicht in eine engere seelische Fühlung kommen, die aber doch für unser Leben und erst recht für unser Vorwärtskommen von größter Wichtigkeit sind. Diese **Außenstehenden** beurteilen uns vor allem nach den allgemein herrschenden Ansichten und Meinungen, also nach dem äußeren Schein und der Eigenart des Alltagsmenschen.

Bemerkt sei aber, dass auch die übrigen drei Gruppen unter Umständen zu den **Leuten** zählen können, denn nicht selten kommt es vor, dass sogar unsere nächsten Angehörigen eine total falsche Einstellung zu uns haben und infolge mangelnder Erkenntnis regelrecht an unserem inneren Menschen vorbeilaufen.

Unsere Mitmenschen sind keine Gedankenleser.

Viele Fälle gibt es, wo jemand noch nicht einmal von seinen Eltern oder von seinem Ehepartner verstanden wird. Und in allen diesen Fällen kommt es eben darauf an, durch ein ganz bestimmtes positives Verhalten sich allen Widerständen zum Trotz dennoch zu behaupten und sich durchzusetzen.

Dieser Gedankengang muss uns leiten: Unsere Mitmenschen sind keine Gedankenleser und wenn wir so erkannt werden wollen, wie wir es wünschen, so liegt es an uns, uns so zu verhalten, damit das unserer Umwelt auch möglich wird.

Keine Wirkung ohne Ursache! Alles hat seinen Grund.

Niemand darf zu uns sagen: Ich verstehe dich nicht! Jeder muss uns verstehen und ganz eindeutig sogar, aber gerade darum sind diese Erkenntnisse sorgsam zu beachten. Und immer wieder müssen wir bedenken, was wir über die besondere Eigenart des allgemeinen Menschen gehört haben: den Mangel an Objektivität und demzufolge sein Urteil nach dem äußeren Schein. Dann weiter seinen Negativismus, d. h. seine Eigenart, alles hauptsächlich von der trüben und schlechten Seite aufzufassen, und schließlich seinen Egoismus, durch den er grundsätzlich für alles empfänglich ist, was ihm als Vorteil dünkt bzw. scheint, während er aber ebenso abgeneigt ist gegen alles, was den Schein des Nachteils trägt.

Wem es gelingt, diese Punkte richtig zu erfassen und in seinem Tun und Verhalten zu beachten, dem ist die Kunst des erfolgreichen Umganges mit der Umwelt kein Problem mehr.

Auch wir selber unterliegen nur zu oft dem äußeren Schein.

Um das richtig zu verstehen, wollen wir folgendes bedenken: Jeder, der ein zufriedenes und erfolgreiches Leben führen will, braucht dazu die Hilfe seiner Mitmenschen. Darüber haben wir bereits gesprochen, und das weiß ja jeder aus seiner eigenen Erfahrung. Um aber nun diese Hilfe zu erhalten, brauchen wir nicht nur volles Verständnis von unserer Umwelt, sondern auch ein Höchstmaß an Achtung, Vertrauen und Zuneigung. Und um das zu erreichen, dreht es sich.

Unser Verhalten und auch unser äußerer Mensch müssen so sein, dass Achtung, Vertrauen und Zuneigung zwangsläufig in Erscheinung treten!

Lebensbemeisterung verlangt Lebensklugheit!

In der Menschenbehandlung gipfelt sie darin, die Eigenart jedes Menschen zu verstehen und zu berücksichtigen. Wer darauf keinen Wert legt und immer nur mit dem Kopf durch die Wand will, erschwert sich nicht nur den Daseinskampf, sondern läuft überhaupt Gefahr, niemals ein großes Ziel zu erreichen.

Der Irrtum vieler großer Menschen.

Das ist auch der Grund, weshalb sich viele, sonst tüchtige Menschen nicht durchzusetzen vermögen. Sie werden mit ihren Mitmenschen einfach nicht fertig und scheitern schließlich an ihnen.

Gehen wir den Dingen auf den Grund, so stellen wir immer wieder dasselbe fest: Der Mensch, der große Leistungen bringt und von seiner Umwelt Verständnis und Anerkennung verlangt, kann sich überhaupt nicht mit dem Gedanken vertraut machen, dass es jemand geben könnte, der sein Streben nicht genau so begreift wie er selbst.

In dieser Ursache, die genau betrachtet eine Frucht des Egoismus ist, ruht dann auch die Quelle der falschen Einstellung zur Umwelt. Wer hierfür eine Bestätigung wünscht, braucht nur einen flüchtigen Blick in das Lebensbuch der genialen Menschen zu werfen, um das tausendfach bestätigt zu finden. **Und nur dort, wo die Genialität der Leistung sich verband mit Lebensklugheit, zeigt sich ein harmonischer und erfolgreicher Ablauf des Lebens.**

Genialität muss sich verbinden mit Lebensklugheit und Lebensweisheit.

Aber man braucht gar nicht einmal ein Genie zu betrachten, um die Richtigkeit dieser Erkenntnisse zu prüfen, denn fast jeder gibt hierfür ein Beispiel, der irgend etwas kann. Immer läuft er Gefahr, auf seine Leistung zu pochen, und damit schon fängt der Konflikt mit den Mitmenschen an.

Ehre, wem Ehre gebührt!

Auf keinen Fall heißt das nun aber **unten bleiben** und auf Anerkennung verzichten, oh, durchaus nicht, und Ehre, wem Ehre gebührt, aber klug sein heißt nicht im Banne der eigenen guten Leistung die Eigenarten der Umwelt einfach wegdenken oder übergehen.

Die harten Gesetzmäßigkeiten des Erfolges bestimmen!

Immer wieder müssen wir uns darüber klar sein, dass alles Erfolgsgeschehen Gesetzmäßigkeiten untersteht, und wir nur siegen, wenn wir diesen Gesetzmäßigkeiten Rechnung tragen. Denken wir daran, mein verehrter Leser und verlangen wir daher auch in puncto Anerkennung keine Wunder.

Alle Wirkungen vorher bedenken!

Wie müssen wir uns nun verhalten und wie müssen wir wirken, um Achtung, Vertrauen und Zuneigung zu erzielen, sofern wir den Eigenarten der „Leute" entsprechen wollen?

Bevor ein Wort gesprochen, eine Handlung ausgeführt wird, muss genau überlegt werden, wie das Wort, wie die Handlung auf den Alltagsmenschen wirken, ob sie uns von seinem Gesichtspunkt aus Ansehen und Zuneigung einbringen oder nicht.

Dass dies besonders für die Fälle gilt, in welchen die Umgebung direkt bestimmend ist, versteht sich von selbst. Damit ist natürlich keineswegs gesagt, dass wir nicht tun und sagen dürfen, was wir wollen. Durchaus nicht! Aber man kann irgend etwas sagen, auch ohne die Achtung und das Vertrauen zu verlieren und irgend etwas tun, ohne damit unsympathisch zu wirken.

Es kommt darauf an, wie man etwas macht oder etwas sagt.

Wer persönliche Wertschätzung erlangen will, muss mit den Eigenarten der Menschen rechnen, sonst erreicht er nichts!

Besonders die Zuneigung verlangt eine kluge Beobachtung der Umgebung. **Alles, was auf sie einen unangenehmen Eindruck macht, was sie in ihrem Gefühls- und Empfindungsleben irgendwie unsympathisch berührt und was ihr unliebsame Vorstellungen ins Bewusstsein ruft, muss vermieden werden!**

Alles, was auf sie einen unangenehmen Eindruck macht muss vermieden werden!

Den guten Kontakt schafft der äußere Mensch!

Da wir wissen, dass der allgemeine Mensch auf den äußeren Schein eingestellt ist, wird der kluge Mensch gut auf seine Kleidung achten. Man soll kein Modenarr sein, denn einem Modenarren begegnet die Umgebung mit einem Gefühl der Geringschätzung. Die Kleidung soll erwählt und geschmackvoll, der Umgebung und der Situation angepasst, aber nicht aufdringlich sein.

Gute Kleidung hebt das Selbstvertrauen!

Gute, gepflegte Kleidung macht außerdem sicher und gibt ein freies Auftreten!

Verfallen Sie jedoch nicht in den Fehler der Alltagsmenschen, die Mitmenschen ebenfalls nach der Kleidung zu beurteilen. Vergessen Sie nie, dass dies nur die Einstellung anderer sein darf.

Aber urteilen Sie nicht nach dem äußeren Schein!

Das persönliche Fluidum!

Die Kleidung allein will noch nicht viel sagen, besonders ist auch auf die Pflege des Körpers zu achten. **Wir müssen darauf achten, dass wir auf unsere Umgebung körperlich sympathisch wirken, denn dafür ist sie in den meisten Fällen viel empfänglicher als wir uns das vorstellen.**

Nochmals: Positive Körperhaltung!

Zum äußeren Menschen gehören auch die Bewegungen und die Haltung des Körpers. Aufrecht und gerade steht der positive Mensch da, nicht steif wie ein Bock, doch beherrscht und ganz der Ausdruck seiner inneren Einstellung. Diese positive Haltung ist, wie wir schon wissen, nicht nur für den persönlichen Einfluss von größter Wichtigkeit, sondern auch für die Gesundheit. Man gewöhne sich also unbedingt daran, wenn man sie nicht schon hat.

Ruhe und Sicherheit im ganzen Menschen!

Bei den Bewegungen des Körpers muss alles Fahrige und Unruhige feh-

len. Besonders beim Warten muss unruhiges Hin- und Herlaufen, Trommeln mit den Fingern und Schlenkern mit den Beinen vermieden werden.

Ruhiger, offener, sympathischer Blick!

In den Augen liegt Kraft! In den Augen liegt Macht!

Es ist wahr: Das Auge ist der Spiegel der Seele! Die innere Ruhe, die durch das große Selbstvertrauen und durch das positive Denken in uns ist, muss sich durch die Augen auf unsere Umgebung übertragen.
Wie die Bewegungen, muss auch der Blick ruhig und sicher sein. Dem Auge ist schon von Alters her eine magische Bedeutung zugesprochen worden. Nicht umsonst spricht man vom beruhigenden, stechenden und bösen Blick. Unser Blick soll beruhigend, offen und damit sympathisch sein! Wenn wir mit jemandem sprechen, so blicken wir ihm ganz frei und offen in die Augen.
Das Auge ist ein ganz großes Mittel zur Beeinflussung. Aus ihm strahlt eine Kraft, die ebenso vernichtend wie erlösend wirken kann. Wie diese Magie des Auges am stärksten wirkt, verstehen Sie, wenn Sie daran denken, dass der Gedanke, der Sie bewegt, den Einfluss erzeugt.

Gewinnendes positives Lächeln!

Jeder liebt den sympathischen, freundlichen Menschen.

In Verbindung mit dem Blick ist das Mienenspiel wichtig. Im Umgang mit unserer Umgebung sollen wir immer ein gewinnendes Lächeln spielen lassen. Man muss uns ansehen, dass wir positive Menschen und ganz und gar wohlwollend eingestellt sind.
Unsere bejahende Lebenseinstellung soll anstecken! Einen Menschen, der freudig und harmonisch gestimmt ist, hat jeder gern, während man einen anderen, der mit einem Gesicht herumläuft, als gäbe es vierzehn Tage Regenwetter, lieber gehen als kommen sieht. Es ist falsch, Achtung und Vertrauen, besonders bei Vorgesetzten oder Untergebenen, nur mit ernster Miene erlangen zu wollen. Diese gekünstelte Würde schadet oft mehr, als dass sie nützt! Deshalb: Freundliches Gesicht, wo es immer nur geht und angebracht ist!

Fünf Punkte des erfolgreichen Verhaltens

Nach der Besprechung der Wirkungsmöglichkeiten des äußeren Menschen kommen wir nun zum Verhalten des positiven Menschen. Hierzu beachten wir die folgenden fünf Punkte. Sie sind die psychologische Schlussfolgerung aus unseren Überlegungen über die Bewusstseinsvorgänge im Alltagsmenschen. Es wird gut sein, wenn Sie sich diese Punkte als Leitbegriffe fest einprägen.

- **1. Lebenssicherheit beweisen!**
- **2. Kein aufgeschlagenes Buch sein!**

- **3. Umgangsformen beachten!**
- **4. Niemand auf die Nerven fallen!**
- **5. Verständnis zeigen!**

In diesen fünf Punkten liegt ein Programm: das Programm positiver Lebensklugheit. Hierbei zeigt es sich, mein verehrter Leser, ob Sie diese Schule der Lebensmeisterung nur lesen oder studieren, ob Sie an der Wandlung Ihrer Person tatsächlich arbeiten.

Mann kann einen positiven Charakter nur beweisen, wenn man ihn hat!

Man kann einen lebenssicheren Charakter nur beweisen, wenn man ihn tatsächlich auch hat. Besonders kommt bei diesen fünf Punkten zur Geltung, was wir über die „Macht über sich selbst" gehört haben.
Die Regeln des persönlichen Erfolges nützen nur, wenn sie konsequent beachtet werden. Jeder Punkt des erfolgreichen Verhaltens ist eine Erfolgs-Ursache, der mit Gesetzmäßigkeit das positive Ergebnis folgt, wenn, ja eben, wenn man sie beachtet. Außerdem zeigt sich auch hier wieder, wie wichtig unsere Erfolgsformel ist. Aber beachtet muss sie werden, und gerade dazu brauchen wir den Positivismus des Erfolgsmenschen, seine Tatkraft, seine Konsequenz im Handeln. Nicht ohne Grund haben wir die tägliche Erfolgskontrolle durch unser Erfolgstagebuch geschaffen und uns von allen guten und schwachen Seiten unseres Charakters eine Aufstellung gemacht, nicht ohne Grund jeden Tag einen guten Vorsatz gefasst und gesagt**: „Kein Tag mehr ohne Fortschritt!"**

Die Technik des erfolgreichen Verhaltens

Mit der bloßen Aufzählung der fünf Punkte des erfolgreichen Verhaltens ist uns wenig gedient. Wir brauchen die Verhaltungsmaßregeln, die sich daraus ergeben, damit wir uns selbst ein Bild machen können von den Grundgedanken, die zu beachten sind. Wir sprechen dabei von der Technik des erfolgreichen Verhaltens.
Einiges vom richtigen Verhalten des positiven Menschen haben wir schon kennen gelernt, als wir über die Voraussetzungen des materiellen Erfolges und über die Einstellung als Persönlichkeit sprachen. Doch damit kommen wir nicht aus. Also lassen Sie uns weiter sehen, verehrter Leser, was es noch zu beachten gibt, damit wir lernen, möglichst vollkommen unseren fünf Punkten zu entsprechen.

1. Lebenssicherheit beweisen!

Innere Ruhe strahlt ein Fluidum der Sicherheit aus!

Wir haben schon ausführlich darüber gesprochen, dass wir während des ganzen Tages vor allem unsere Ruhe bewahren müssen. Ruhe, Ruhe und nochmals Ruhe, vor allem bei Meinungsverschiedenheiten, ärgerlichen Vorkommnissen, Streitfällen usw. merken wir uns: **Jedes mal, wenn wir unsere Selbstbeherrschung verlieren, hat unser Gegenüber gesiegt!**
Es gehört zur Eigenart des Alltagsmenschen, sich von **seinesgleichen**

nichts sagen zu lassen und von seinesgleichen keine Lehre, Ermahnung oder dgl. anzunehmen. Wir sind sofort seinesgleichen, wenn wir uns in einem Streitfalle aus der Hand verlieren und uns zu groben Worten oder gar zu noch Schlimmerem hinreißen lassen! Goethe, der auch in diesem Punkt das Rechte sagt, meint hierzu: ***„Wer recht wirken will, darf niemals schelten."***

Wir beißen also die Zähne zusammen und bleiben unter allen Umständen ruhig und beherrscht!

Wenn der andere irgend etwas Hässliches sagt, denken wir, dass dies für uns eine Probe der Selbstbeherrschung ist, die wir als positiver Mensch natürlich mit Leichtigkeit bestehen. Sagt man uns etwas Unangenehmes, weil wir einen Fehler gemacht haben, so ist das keine Beleidigung, sondern eine Wahrheit. Auch dann dürfen wir kein Wort erwidern, sondern müssen den Fehler einsehen. Fehler macht jeder Mensch, und Irren ist menschlich.

Kein Mensch ist ohne Fehler. Aber es ist eine Dummheit, wenn man seine Fehler nicht einsehen will!

Wenn wir einen Fehler einsehen und zugeben, wird man ihn viel schneller vergessen, als wenn wir alles Erdenkliche versuchen, um ihn zu vertuschen oder zu bemänteln. Wir suchen darum auch nie faule Ausreden, wenn wir uns etwas zuschulden kommen ließen, sondern bekennen ohne Furcht unser Versehen.

Wir brauchen keine Sorge zu haben, dass wir uns dadurch in den Augen der „Leute" herabsetzen, im Gegenteil, man erkennt dadurch die Geradheit unseres Wesens und hat vor uns Achtung.

Nur kleine Existenzen bleiben unbehelligt!

Wie wir uns bei Beleidigungen zu verhalten haben, wissen wir bereits. Auch da gibt es immer nur eins: Ruhe, Ruhe und nochmals Ruhe! Und dann, wenn wir es mit niederen Charakteren zu tun haben: Konsequenzen ziehen. Im Übrigen sei in Bezug auf Beleidigungen und Anfeindungen noch erwähnt, was Napoleon darüber dachte: ***„Nur kleine Existenzen bleiben unbehelligt!"***

Wer in seinem Leben Außergewöhnliches erstrebt, muss mit Widersachern genau so rechnen wie mit Fehlschlägen. Man wird am besten mit Ihnen fertig, wenn man Ihr Vorhandensein als notwendig zum Erfolg betrachtet.

Um unseren positiven Charakter zu beweisen, dürfen wir in Zukunft auch niemandem mehr unser **Ehrenwort** geben. Für uns gibt es nur noch **JA** oder **NEIN!** Jedes Wort ist für uns ein Ehrenwort! Was wir versprechen, halten wir, selbst wenn es uns Nachteile bringen sollte.

Um unnützen Schaden zu vermeiden, versprechen wir so wenig wie möglich! Durch Versprechungen rauben wir uns unsere Freiheit, die uns sehr hoch im Preis stehen soll.

Sehr wichtig! Die Nichtbeachtung dieses Punktes bringt viele ins Elend!

Übrigens zwingt uns ja kein Mensch, etwas zu versprechen, wenn wir nicht wollen. Halten wir uns fest in der Hand, damit wir nichts aus Gutmütigkeit versprechen. Das kommt öfter vor, als man denkt: Der schwache Charakter glaubt immer dem andern verpflichtet zu sein und macht dadurch die größten Dummheiten.

Wir müssen stets bedenken, dass ein anderer von uns gar nichts verlangt, wenn wir ihn nicht erst selbst darauf bringen. Versprechungen machen uns zum Sklaven! Wahren wir uns also unsere Freiheit. Und denken wir vor allem dann an diese Erkenntnisse, wenn wir mit Menschen zu tun haben, denen wir Versprechungen machen könnten. Das ist wichtig, denn sonst geht unser Unterbewusstsein mit uns durch, und dann ist es zu spät. Es ist Einbildung, wenn man meint, man muss irgend etwas mitmachen, nur, weil es die anderen tun. Selbstverständlich soll man niemand ohne zwingenden Grund vor den Kopf stoßen, doch immer dort, wo uns die Verwendung von Zeit und Geld unnütz erscheint, haben **wir** das Wort und nicht die Leute!

Kein dummes Zeug reden und nicht über andere Leute aufhalten!

Und nun eine ebenso wichtige Forderung: **Kein dummes Zeug reden und nicht über andere Leute aufhalten!** Was andere Menschen in ihrem Privatleben machen, darf uns ebenso wenig interessieren, wie es andere interessieren darf, was wir machen!

Will man uns Tratsch anbringen, so geben wir höflich, aber ganz klar zu verstehen, dass wir hierfür kein Interesse haben. Dadurch halten wir uns nicht nur Tratschweiber, sondern auch alle Schmeichler vom Leibe, insbesondere solche, die leicht jemand anders in den Schmutz ziehen, nur um sich bei uns Liebkind zu machen.

Auf meinem Schreibtisch steht ein kleiner Bock, auf dem drei Affen sitzen: Der erste hält sich das Maul, der zweite die Ohren und der dritte die Augen zu. Darunter steht: ***„Sprich, hör, sieh keinen Quatsch!"***

Konsequent sein!

Daran erkennt man die Persönlichkeit, dass sie Nichtigkeiten und Albernheiten keine Zeit opfert!

Man muss uns als einen seriösen Menschen kennen, denn nur dem bringt man Vertrauen entgegen. Wir können lustig und fröhlich sein, müssen dabei jedoch stets gewisse Grenzen wahren. Wer z. B. in Gegenwart seiner Unterstellten Zoten erzählt, braucht sich nicht zu wundern, wenn die Achtung schwindet.

Einen anderen Beweis für unseren festen Charakter erbringen wir, wenn wir stets die Wahrheit sagen. Nie dürfen wir lügen, vor allem nicht aus Schwäche.

Wer aus Schwäche lügt ist ein Trottel!

Wenn uns unsere Vernunft gebietet, etwas für uns zu behalten, so sagen wir gar nichts! Wer aus Schwäche lügt, ist ein Trottel!

Um bei der reinen Wahrheit bleiben zu können, müssen wir **nein** sagen lernen! Ein höfliches, aber bestimmtes **Nein** lässt jede weitere Frage verstummen, eine Ausrede, ein umschriebenes **Nein** oder **vielleicht** gibt nur Veranlassung zu weiteren Fragen. **Der positive Mensch gibt seine Antworten so, dass daraus ganz eindeutig sein Wille hervorgeht!**

Konsequent sein!

Es ist für uns und unsere Umgebung viel besser, wenn wir ein vielleicht hart klingendes **Nein** aussprechen, als wenn wir sie im **guten Glauben** lassen, wodurch wir uns und unseren Nächsten viele Enttäuschungen schaffen können. Mit dem **Neinsagen** ist es wie mit einem kranken Zahn: Wenn an dem Zahn nichts zu retten ist, ist es besser, wenn er gleich ausgezogen wird, dann haben wir nur einmal einen Schmerz.

Konsequent sein!

Warten wir jedoch aus Schwäche mit dem Ziehen, so haben wir dauernden und durch die Verzögerung am Ende einen noch größeren Schmerz. Darum lassen wir unsere Umgebung nie im Zweifel, sondern geben stets klar und eindeutig unseren Willen zu verstehen.
Und auch dann, wenn wir durch dieses Vorgehen einen **lieben** Freund verlieren. Besser er geht schon heute mit dem Bewusstsein, einen aufrechten und geraden Menschen verlassen zu haben, als erst später und dann mit dem Gedanken, durch uns nur hingehalten worden zu sein. **Dieses Eindeutige und Gerade unseres Wesens müssen wir selbst bei den kleinsten Anlässen beweisen!**

Niemand aus Schwäche im Unklaren lassen!

Es gibt viele, die sich veranlasst fühlen, immer haarklein auseinander zu setzen, warum sie so oder so handeln oder gehandelt haben. Diese **Offenheit** ist an sich nicht nur eine Schwäche, sondern die Auswirkung eines Minderwertigkeitskomplexes. Und natürlich fast immer ein Verstoß gegen die Voraussetzungen des persönlichen Erfolges.

Klugheit entscheidet! Immer die Zügel fest in der Hand behalten. Der Mund darf nur das aussprechen, was vordem die Vernunft für gut befunden hat!

Abgesehen davon, dass man durch dieses Verhalten manchen unmittelbaren Schaden hat, stellt man sich damit, ohne es im Augenblick zu merken, unter die Kontrolle anderer Menschen. Außer ganz bestimmten Menschen ist man niemandem verpflichtet, die Gründe seines Handelns anzugeben. Ausgenommen natürlich solche Fälle, wo die Angabe von Gründen einer wohlüberlegten Zweckmäßigkeit entspricht.

2. Kein aufgeschlagenes Buch sein!

Wir müssen lernen, dass **Schweigen** in vielen Fällen der erfolgreichere Weg sein kann. Es ist schon etwas daran, wenn der Volksmund sagt: ***„Reden ist Silber, Schweigen ist Gold!"*** Man kann eine ganze Menge über uns wissen, aber man soll und darf nicht alles wissen.

Reden ist Silber, Schweigen ist Gold!
Man kann eine ganze Menge über uns wissen, aber man soll und darf nicht alles wissen.

Schweigen müssen wir z. B. über alles, was unsere Pläne und Absichten betrifft, soweit es sich nicht um Dinge handelt, die wir aus praktischen Gründen mit jemandem besprechen müssen.
Es gibt manches, was nur in der Stille wachsen und Wirklichkeit werden kann, z. B. geistige Kräfte, Talente und Fähigkeiten. **Wen geht es etwas an, dass wir im Stillen üben und trainieren?** Worauf wir uns im Geheimen vorbereiten usw. Wenn wir ausposaunen, was wir machen, so wird man uns vielleicht überhaupt nicht verstehen. Es geht uns dann geistige Kraft verloren, weil wir nicht nur unsere eigenen Widerstände, sondern auch noch den Zweifel der anderen mit überwinden müssen, um unsere Ziele zu erreichen. Und dann sinken wir selbstverständlich auch in den Augen der Umgebung, wenn es uns nicht restlos gelingen sollte, was wir vorher an die große Glocke hängten.

Schweigen! Aber nie wortkarg sein!

Man darf nie genau wissen, woran man mit uns ist! Die Leute sollen über uns nachdenken, aber nichts wissen!
Wenn wir uns in allen unseren Gedanken und Möglichkeiten der Umgebung offenbaren und keine neuen Seiten mehr enthüllen können, sind

wir uninteressant, und man wendet sich von uns ab. Das ist nun mal so, und selbst in der Liebe und Ehe spielt sich dieser Vorgang so ab. Man muss sich als einen Skatspieler betrachten, der bei Gelegenheit immer wieder mit einem Trumpf herauskommt.

Schweigen über sich selbst! Andere reden lassen!

Auch in Gesprächen und Unterhaltungen muss dieser Erfolgspunkt volle Berücksichtigung finden. Nie die eigenen Interessen und Angelegenheiten in den Vordergrund stellen und möglichst gar nicht berühren. Es ist immer besser, den Gesprächspartner reden zu lassen, sofern es sich nicht um eine Diskussion handelt, um ein Streitgespräch also, zu dem Sie einen wichtigen Beitrag geben können.

Geben wir dem Partner Gelegenheit über seine eigenen Angelegenheiten zu sprechen, über seine Interessen, seine Erfolge, Erlebnisse und Steckenpferde, so werden wir ihm höchst sympathisch, während wir im umgekehrten Falle oft Mühe haben, dass er interessiert zuhört. Ganz davon abgesehen, dass wir bei Berichten über unsere Erfolge und Fortschritte dem **Neid und der Missgunst** Nahrung geben.

Man muss also klug abwägen, wenn man redet, und überhaupt nur dann von sich sprechen und erzählen, wenn man sicher ist, dass man damit niemanden langweilt und auch niemand Grund findet, etwa eine Äußerung falsch auszulegen oder gar einen Strick daraus zu drehen. Das passiert oft schneller als man denkt, denn nur zu gern macht man aus einer Mücke einen Elefanten oder verdreht einfach die Tatsachen.

Klug sein! Hier werden immer wieder die größten Fehler gemacht!

Die Menschen sind manchmal wie vom Teufel besessen, um jemandem etwas einzubrocken, und nur, weil ihnen vielleicht die Nase nicht gefällt, oder weil man irgendeine Eigenschaft oder Fähigkeit hat, auf die sie im Geheimen neidisch sind. Sie können sich oft selbst keine Rechenschaft darüber geben, warum sie jemanden nicht leiden können und ihm rundweg alles verkehrt auslegen, was er sagt. Es braucht nur jemand etwas mehr Erfolg zu haben in der gleichen Branche oder im gleichen Fach und schon ist die Missgunst da. Es gibt nur wenige Menschen, die einem anderen von ganzem Herzen Erfolg gönnen, wenn sie selbst keinen haben. Und da man die Ursachen für die eigene Erfolglosigkeit meist nicht bei sich selbst sucht, und den Erfolg des anderen am allerwenigsten in seiner größeren Tüchtigkeit, heißt es sofort, dass er nur durch seine Beziehungen oder durch Raffinement irgendeiner Art mehr Erfolg hat.

Das **Schlechtmachen** gehört dann zur Selbstverständlichkeit, ohne dass man sich aber der schlechten Charaktereigenschaften dabei richtig bewusst ist, weil man im Grunde damit nur seinen Ärger über die eigene Erfolglosigkeit abreagiert. **Auf keinen Fall darf man von sich auf andere schließen.** Weil man selbst eine Sache für gut und harmlos hält, muss es die andere Seite noch längst nicht tun. Es kommt hinzu, dass es keine allgemein gültige Objektivität in vielen Dingen gibt.

Alle Dinge sind erst da durch unsere Verarbeitung der Eindrücke der Außenwelt zu Vorstellungen in unserem Bewusstsein. Je nach dem

Nicht nur bedenken, was man spricht, sondern auch zu wem man etwas sagt!

Rhythmus, in dem wir innerlich schwingen, haben Worte, die wir hören, Klang und Farbe, bekommen Bilder, die wir wahrnehmen, Sein und Bedeutung. Schwingt der andere in einem anderen Niveau als wir, dürfen wir sicher sein, dass wir uns in vielen Punkten überhaupt nicht verstehen. **Man muss also nicht nur bedenken, was man spricht, sondern auch zu wem man etwas sagt!**

Milieueinfluss und das dadurch bedingte Verhalten und Gebaren des Alltagsmenschen.

Wer die Menschen kennt, der weiß, wie sehr ihr Denken und Urteilen auch dem Milieueinfluss unterliegt. Davon zeugen Wendungen wie: ***„Ein ganz unmöglicher Mensch"*** oder ***„Eine ganz unmögliche Person"*** usw.

Manchem platzt bald der Kragen vor Einbildung und Blasiertheit! Man kann sich gar nicht genug tun, um nur ja ganz **Würde** zu sein, und alle andern sind einfach Luft, die nicht die gleiche Art in ihren Allüren und Äußerlichkeiten offenbaren. Man wäre versucht, dieser Aufgeblasenheit rundweg den Kampf anzusagen, wenn man nicht bedächte, dass diese Menschen nur zu oft **arme Irre** sind und nur Produkte eines Fremdeinflusses, der schon in der Wiege und im Mutterleib auf sie einwirkte.

Man handelt so, wie man durch Zwangseinflüsse aus dem Unterbewusstsein handeln muss!

Diese Menschen leiden viel stärker an Hemmungen und Komplexen als der einfache Mensch, weil alles, was dieser Anmaßung an Gedanken und Gefühlen entspringt, im Gegensatz steht zu den Harmoniegesetzen der Natur. Und ihr Gehabe und Getue ist meist nichts weiter als die Tarnung dieser seelischen Verkrampfungen. Zudem kann man solche Menschen mit Gewalt am allerwenigsten umstimmen, und wenn überhaupt, dann nur durch die Methoden einer klugen Menschenbehandlung.

Wir finden leichter Gehör, erschließen leichter ihr Inneres, das ja ein Gefangener von Zwangsabläufen ist, wenn wir an ihre Tür pochen, wie sie es gewohnt sind und für richtig halten. Sind sie dann warm geworden, weil wir es verstanden haben ihre Achillesferse zu entdecken, dann kann man beginnen, den Nebel aufzulockern, der ihnen vor dem geistigen Auge hängt. Allein aus diesem Grunde legen wir auch Wert darauf, dass unsere positive Einstellung Grenzen zieht und Regeln beachtet, die uns in den Augen der Menschen so charakterisieren, wie wir es in unserer ganzen Haltung tatsächlich sind.

Wir wissen, dass die Alltagsmenschen in ihrem Urteil vom äußeren Schein abhängig sind, und es wäre grundfalsch, dieser zwangsbedingten Unfähigkeit nicht zu entsprechen.

Erst durch weise Verwaltung wird Besitz zum Segen!

Wenn es z. B. so scheint, als wären wir unbedeutende, arme Hascherln, was übrigens alle zunächst sind, ohne dass man ihnen daraus einen Vorwurf machen kann, dann will die Mehrzahl der Leute, denen es gut geht, nur ungern einen persönlichen Kontakt mit uns haben. Scheint es aber, als ob wir in guten Verhältnissen leben, als ob auch an uns etwas Besonderes ist, dann dreht sich die Situation sofort um 180 Grad!

Doch dies ist ein ganz bestimmter Bewusstseinszustand der Masse, den wir genau erfassen müssen, wollen wir uns ihm gegenüber behaupten

und durchsetzen. Außerdem ist außer geistigem auch materieller Besitz eine unbedingt erstrebenswerte und erfreuliche Sache. Doch es muss gesagt werden, dass er den Menschen wider den eigenen Willen die Köpfe und die Herzen verdreht, wenn dazu nicht Weisheit kommt. Allein deshalb wurde auch das Geld zu einem solchen Machtfaktor in der Welt und zum Wertmesser aller Daseinswerte schlechthin.

„Hast du Geld, dann bist du was. Bist du arm, so ist nichts los mit dir!" Man kann das beschönigen und bemänteln wie man will, das ist allein die Sprache, die den Tatsachen entspricht.

Und weil wirklich das Geld und nicht das Herz die Welt regiert, richtet sich auch das ganze Denken des Menschen danach.

Immer spielt bei allen Betrachtungen das Geld irgendwie eine Rolle, und natürlich auch beim kleinen Mann, weil er ja restlos davon abhängig ist, weil sein Leben und das Leben seiner Familie nur dann eine Sicherung finden, wenn er sich in diesem Tanz ums „Goldene Kalb" nicht ausschließt.

Die Mentalität unserer Zeit ist ganz und gar die Mentalität des Geldes. Das liegt aber nicht am Geld oder am Reichtum an sich, sondern an der seelischen Haltung dem Gelde gegenüber.

Weil wirklich das Geld und nicht das Herz die Welt regiert, richtet sich auch das ganze Denken des Menschen danach.

Allein aus diesem Grunde vertreten wir auch den Standpunkt, dass nur aus dem Dienen das Verdienen kommen darf. Damit ändert sich diese Haltung automatisch, denn dann hört das Geld auf, nur ein erstrebenswertes Gut zu sein. Damit wird es eine Leistung, die wir für eine gerechte Gegenleistung erhalten. Schon wenn dieser Standpunkt grundsätzlich vertreten und eingehalten würde, bekämen alle Verhältnisse gleich ein anderes Gesicht. Dann ist der arme Mann nämlich nicht mehr arm, weil man dann ja die Arbeitskraft sieht, die in seinen Armen und in seinem Kopfe steckt.

Die Mentalität unserer Zeit ist ganz und gar die Mentalität des Geldes. Das liegt aber nicht am Geld oder am Reichtum an sich, sondern an der seelischen Haltung dem Gelde gegenüber.

Das ist natürlich auch heute schon so, denn auch der Besitz lebt ja nur vom Ertrag der Arbeitskraft. Aber da man Arbeitskraft ungefragt kaufen kann, ganz gleich auf welchem Wege man das Geld, das man dafür bezahlt, verdient hat, steht die Arbeitskraft nie zuerst auf der Rechnung. Die hat man ja in jedem Falle sowieso zur Verfügung, wenn man nur Geld hat.

Allgemein nennt man diese Denkart **materialistisch**. Wie groß die Unmoral dieser Einstellung ist, ist uns heutigen Menschen nur allzu deutlich und nur allzu gegenwärtig; und auch die große Sünde dieser Haltung, deren Fluch darin besteht, dass sie fortwährend neue Sünde zeugt. Weil das Gelddenken den Menschen zur Ware macht, ist er gänzlich ausgeschaltet aus dem Denken, zwangsläufig und automatisch, und Kurs hat er nur, wenn er irgendwie mit Geldwert ausgepolstert ist. Das ist das Gesetz, das den Existenzkampf regiert, nicht viel unterschieden vom Kampf des Raubtiers, nur, dass man die Kranken, Schwachen und Hilflosen nicht tot beißt, sondern verkommen und verhungern lässt.

Und der Widersinn dabei: Dass alle mitmachen und dass trotzdem jeder

weiß, dass dieser Zustand in keiner Weise mit der Würde des Menschen vereinbar ist! Und weiter: Dass jeder froh wäre, wenn dieser Zustand sich ändern würde und doch keiner den Anfang machen kann, weil er sonst zugrunde gehen muss.
Wir wissen, dass diese irrsinnige Situation mit der geistigen Verstrickung und Gefangenschaft des Menschen zusammenhängt, über die an anderer Stelle schon Näheres gesagt wurde. Nochmals sei nur betont, dass es anders werden kann, wenn führende Staatsmänner es nur wollten.

Die geistige Kurzsichtigkeit und der Schein der Dinge sind entscheidend! Auf Mitleid lässt sich kein Erfolg aufbauen!

Doch zurück zu unserer Technik des erfolgreichen Verhaltens. Mit all diesen Zusammenhängen müssen wir also rechnen, wenn wir mit Alltagsmenschen ins Gespräch kommen. Die geistige Kurzsichtigkeit und der Schein der Dinge sind entscheidend! Aus diesem Grunde hütet sich auch z. B. der kluge Geschäftsmann davor, seinen Kunden etwas vorzujammern, wenn der Geschäftsgang schlecht ist. Er weiß genau, dass er auf Mitleid nicht aufbauen kann, wenn er Erfolg haben will. Die Erfahrung lehrt, dass die Kunden dorthin strömen, wo der Laden voll ist, wo das Geschäft floriert. Ganz einfach, weil man meint, dort wegen des großen Umsatzes besser zu kaufen.
Eine alte Hamburger Kaufmannsweisheit sagt deshalb: ***„Wenn es dir schlecht geht, ziehe deinen besten Rock an und setze den Zylinder auf."***
Mit anderen Worten: Verschweige den **Leuten** deine misslichen Verhältnisse, damit du dir nicht ihre Gunst entziehst. Im Übrigen ist es bestimmt kurz vor dem Ende, wenn man erst wirklich nichts mehr auf sich gibt. Deshalb auch aus diesem Grunde den besten Rock anziehen und selbstverständlich die beste positive Geisteshaltung dazu.
Dass wir unserer Umgebung nichts vorstöhnen dürfen, wenn es uns schlecht geht, war schon immer ein guter Rat erfolgreicher Lebensführung, weil nichts dabei herauskommt, es sei denn, dass wir dieses Ventil zu unserer Erleichterung von seelischen Spannungen nötig haben, was aber dann ganz und gar nicht positiv wäre.
Nur wenige interessiert fremdes Leid und Schicksal. Jeder hat erstens selbst genug durchgemacht, und dann sitzt fast jedem das Hemd immer näher als der Rock. Das betrifft Krankheiten ebenso wie Familiensorgen und nicht zuletzt die finanziellen Verhältnisse.
Außerdem ist es so, man findet immer wieder ein Haar in der Suppe, wenn man über seine eigenen Nöte klagt, und Ausnahmen bestätigen auch diese Regel. Ein Sonderfall wäre allerdings gegeben, wenn man mit den Leuten in ein gemeinsames Stöhnen kommt, z. B. über die schlechten Verhältnisse, die Ämter, die Steuern usw. Es bedarf keiner Unterstreichung, dass sich hier der positive Mensch grundsätzlich vom Alltagsmenschen unterscheidet.
Kritik ist notwendig und in hundert Dingen dringend erforderlich, aber sie muss sich freihalten von Kurzsichtigkeit und Gehässigkeit.

Das Schweigen bzw. kluge Zurückhaltung muss man auch in Versammlungen beachten. Es ist ganz verkehrt, bei allen Gelegenheiten das große Wort führen zu wollen. Leute, die nicht ruhen, bevor sie nicht ihren Senf zu einer Sache gegeben haben, haben wenig Geltung. Nur bei wichtigen Anlässen soll man hervortreten und dann ohne großen Wortschwall und ohne Phrasendrescherei. Auch hier kommt ein Wort Goethes zur Geltung:

Es ist verkehrt, bei allen Gelegenheiten das große Wort führen zu wollen.

„Sei Er kein schellenlauter Tor! Es trägt Verstand und rechter Sinn mit wenig Kunst sich selber vor; und wenn's Euch ernst ist, was zu sagen, ist's nötig, Worten nachzujagen?"

Jedermann, der es mit uns zu tun hat, muss den Eindruck gewinnen, dass er einen klar sehenden und durchaus objektiv eingestellten Menschen vor sich hat, dessen Zeugnis und Urteil unbedingt von Wert sind.

Um diesen Eindruck noch zu vertiefen, dürfen wir nie über eine Angelegenheit urteilen, die wir nicht gründlich verstehen. Trotzdem sollen wir über jede Sache, die uns unsere Mitmenschen unterbreiten, nachdenken. Das kann man, auch ohne gleich seine Meinung zu äußern.

Wenn wir etwas sagen, muss es Hand und Fuß haben, muss es das Ergebnis reiflicher Überlegung sein!

Vorsichtig sein beim Ratgeben!

Dieser Umstand ist besonders dann zu beachten, wenn wir um Rat gefragt werden. Das Ratgeben ist übrigens eine Sache, die wir besonders kritisch betrachten müssen. Nur zu leicht ernten wir dadurch Undank und nicht selten von den liebsten Menschen. Gewöhnlich kommt man außerdem nicht zu uns, um einen Rat zu holen, sondern vielmehr will man nur unsere Zustimmung zu seinen eigenen Entschlüssen. Wenn man einen Rat gibt, so sagt man am besten stets:

„Ich persönlich würde in Ihrer Lage so handeln, doch Sie müssen ja selbst wissen, was für Sie das Beste ist."

Wenn auch das Ratgeben zur Nächstenliebe gehört, so tut man in vielen Fällen doch gut, den Ratsuchenden auf sich selbst zu verweisen. Es gibt nur wenig Lagen, aus denen der Mensch durch eigenes Nachsinnen nicht selbst einen Ausweg findet.

Es ist für Ihren Erfolg viel besser, Sie machen mal etwas falsch, als dass Sie sich von den Überlegungen anderer abhängig machen! Wer sich ganz auf sich selbst stellt, kommt am weitesten!

Was für den anderen gilt, gilt natürlich auch für uns! **Viel Ratholen macht unselbständig, deshalb ist es besser, man kommt durch eigenes Nachdenken zu einer Lösung.** Im Übrigen wachsen unsere Geisteskräfte nur durch intensiven selbständigen Gebrauch. Wirkliche Erfolgsmenschen wissen sich immer selbst zu helfen. Und gerade darin besteht ja sogar ihre Überlegenheit, dass sie aus jeder noch so verfahrenen Lage schließlich doch einen Ausweg finden. Natürlich schließt das nicht aus, dass man ausgiebig davon Gebrauch macht, wenn man eine wissenschaftliche Beratung braucht. In solchen Fällen kann man sich gar nicht sorgfältig genug mit der Klugheit anderer Köpfe verbinden. Wohlverstanden, aber wirklich nur in fachlichen Dingen.

Was die allgemeine Lebensklugheit anbelangt, so kommt diese nur zur Wirkung, soweit sie sich aus eigenen Überlegungen entwickelt. Wie man sich Verstand nicht mit dem Löffel eintrichtern kann, eben aus diesem Grunde, so kann kluges Verhalten in den Dingen der persönlichen Lebensbemeisterung auch nur dann von uns Besitz ergreifen, wenn sie unsere eigene Intelligenz, unsere eigene Verstandes- und Erkenntniskraft produziert. Insofern will auch unser Erfolgssystem immer nur anregen. Das Ziel ist in jedem Falle der Anstoß zu geistiger Selbständigkeit.

Klug sein! Das Herz und das Gefühl stets unter dem Einfluss der Vernunft halten!

Die kluge Zurückhaltung im Umgang verlangt auch die Beachtung einer individuellen Distanzierung. Man kann sich mit einem anderen tadellos verstehen, auch ohne ihn gleich zu umarmen. Auch mit dem „**Du**" muss man sparsam umgehen. Anstatt dass die Harmonie dadurch gefördert wird, wird sie nicht selten zerstört. Solange man „**Sie**" zueinander sagt, besteht eine Achtungsdistanz, die dem Verstehen und dem beiderseitigen Entgegenkommen in zahllosen Fällen recht dienlich ist.
Durch das **Sie** werden Eigenschaften in Schach gehalten, die beim **Du** leicht der Kontrolle entgleiten und Zwietracht unter die Menschen säen. Wozu unnötig das Hässliche im Menschen wachrufen? Dass es in ihm ist, wissen wir, warum Veranlassung geben, dass es die Verhältnisse und Beziehungen trübt?
Sicher ist das **Du** ein Beweis großer Offenheit und Zuneigung und unter großen Menschen die Sprache des Herzens. Doch kleine Gemüter glauben leicht, dadurch ein Anrecht auf den anderen zu besitzen.

Bewahren Sie sich in jedem Fall Ihre volle Unabhängigkeit!

Brüderschaft entsteht weder durch Zechgemeinschaft noch durch Kollegialität, sondern allein durch die Bande des Herzens. Deshalb prüfe man sorgfältig, ob man einem Würdigen das Du bietet.
Wir sollen unseren Nächsten lieben, aber tun wir das mehr, wenn wir zu ihm Du sagen? Gerade aus Liebe zum Nächsten sagen wir Sie, um zu vermeiden, dass er die Gesetze der Harmonie aus Schwäche verletzt.
Wie wir durch das **Du** einen Teil unserer Freiheit weggeben können, so auch, wenn wir Leistungen unserer Umgebung ohne Gegendienst annehmen. Trachten wir deshalb danach, so wenig wie möglich geschenkt zu erhalten, besonders nicht von Leuten, mit denen wir einmal auseinander kommen.

Nichts geschenkt nehmen, ohne es verdient zu haben.

Das gilt besonders den **Gefälligkeiten**, die wir später mit übler Nachrede bezahlen müssen, falls wir nicht so klug sind, sie durch Gegendienste gleich wieder auszugleichen. Nicht zuletzt ist das eine Sache des Gefühls von Freiheit, das wir brauchen, und das uns immer irgendwie geschmälert wird, wenn wir dem Entgegenkommen unserer Umwelt den Dank schuldig bleiben. Ganz davon abgesehen, dass Dankbarkeit eine Eigenschaft des positiven Menschen ist.
Trotzdem: Die Dankbarkeit ist hier nicht allein das Motiv unseres Handelns, sondern ebenso sehr die Klugheit des richtigen Verhaltens. Es ist

in jedem Falle besser, dass andere uns verpflichtet sind, als wir den andern. Die Menschen sind so, dass sie uns heute Gutes tun und es morgen schon wieder bereuen, und dies oft sogar aus dem guten Glauben, dass sie ihre Hilfe an uns lieber unterlassen haben sollten.
Das Bewusstsein ist ein reines Narrenhaus und Kasperletheater: Immer wieder kommt dem Menschen plötzlich etwas Neues in den Sinn, das die Meinung von gestern oder von kurz vorher völlig auf den Kopf stellen kann.

Man muss immer damit rechnen, dass sich die Meinung ins Gegenteil wandelt!

Wohlverstanden, immer denken wir dabei an die Bewusstseinsvorgänge im Denken des Alltagsmenschen, aber meist sind es ja Alltagsmenschen, mit denen wir zu tun haben. Wenn man krass vor Augen haben will, wie sich dieser triebbeeinflusste Ablauf im Denken auswirkt, muss man öfter mal auf einen Bahnsteig gehen und dort die Menschen beim Einsteigen in einen überfüllten Zug beobachten. Das sind keine Menschen mehr, die man da vor sich hat, sondern egoistische Bestien. Alles stößt und knufft und schimpft und randaliert, als hätte es nie eine gute Kinderstube oder so etwas wie Rücksichtnahme auf Kinder und Greise gegeben.
Jeder sieht im andern nur den Gegner, der ihm sein Recht streitig machen will, ohne dass man aber daran denkt, dass man ganz genau so handelt. Es ist immer wieder nur klug, wenn man sich solcher Szenen erinnert, um stets vor Augen zu haben, wozu der Mensch fähig ist, wenn aus irgendeinem Grunde sein Denken auf ein falsches Gleis gerät oder wenn unerwartet eine Vorstellung in sein Bewusstsein tritt, die uns in einem falschen Lichte zeigt.
Aber rechnen wir das dem Menschen nicht übel an, sondern finden wir uns vielmehr mit der Tatsache ab, dass er vorläufig so sein muss, wie er ist, und denken wir bei jeder Gelegenheit immer wieder an die drei wichtigen Punkte, die wir als Haupteigentümlichkeiten seines gegenwärtigen Entwicklungsstandes kennen gelernt haben: Mangel an Objektivität, Vorherrschen negativer Gedankenrichtung, Abneigung gegen alles, was den eigenen Interessen zu schaden scheint, Empfänglichkeit für alles, was die eigenen Angelegenheiten zu fördern scheint.

Ein Beispiel dafür, wozu der Mensch fähig ist, wenn es um seine eigenen Interessen geht und die eigenen Vorteile auf dem Spiel stehen!

Von hervorragender Bedeutung für das erfolgreiche Verhalten ist auch die Sprache. **Die Beherrschung einer gepflegten Ausdrucksweise ist ein beredtes Zeugnis von Kultur und Geist.**
Man muss danach streben, alles aus dem Sprechen auszumerzen, was auf Erziehungs- und Bildungsmängel schließen lässt. Die Wertschätzung unserer Person wird um so größer sein, je mehr unser Sprechen der Beweis gepflegter Lebensart ist. Wer gute Bücher liest, gute Theaterstücke hört und gute Filme sieht, wird angefüllt mit guten Eindrücken, die ihm hierbei helfen. Selbstverständlich muss trotz der Wahl kultivierter Wendungen die Sprache **flüssig** bleiben.
Außer der Wahl des richtigen Ausdruckes kommt es auf den Wohlklang

Die Beherrschung einer gepflegten Ausdrucksweise ist ein beredtes Zeugnis von Kultur und Geist.

Auf den Wohlklang der Stimme und auf eine saubere Aussprache kommt es an.

der Stimme und auf eine saubere Aussprache an. Wer hier etwas für sich tut, kann seinen Wert als Persönlichkeit in sehr gediegener Weise steigern. Von Bedeutung für die Sprache und die Umgangsformen sind die Menschen, mit denen wir freundschaftlich und gesellschaftlich verkehren.

Das Sprichwort: ***„Sage mir, mit wem du umgehst, so will ich dir sagen, wer du bist"***, trifft jedoch nicht nur auf die Menschen, sondern auch auf die Dinge unserer Umgebung zu. Bücher, Theater, Film, alles zählt zu unserer Umgebung. In jedem Falle müssen wir die richtige Wahl treffen, denn alles färbt auf uns ab und kann der persönlichen Entwicklung dienlich oder schädlich sein.

3. Umgangsformen beachten!

Um die dritte Erfolgsvoraussetzung zu erfüllen, müssen wir im Umgang unbedingt Wert auf Höflichkeit legen. Hier kommt ein leider von Vorwärtsstrebenden viel zu wenig beachtetes Sprichwort zur Geltung:

„Mit dem Hute in der Hand kommt man durch das ganze Land."

Dem Grobian bleiben alle Herzen verschlossen, während sich dem Höflichen alle Türen öffnen. Höflich sind aber nicht nur schwache, sondern vor allem starke und beherrschte Naturen! Prüfen Sie einmal selbst nach, ob das stimmt. Solange alles nach Wunsch geht, bleiben die meisten Menschen höflich, wehe aber, wenn irgend etwas nicht klappt; dann beginnt das Schimpfen und Poltern.

Man muss den besten Eindruck machen!

Der positive Mensch sieht stets darauf, auf seine Umgebung den denkbar besten Eindruck zu machen, deshalb ist er auch in schwierigen Situationen und im Verkehr mit unangenehmen Menschen höflich.

Zur Höflichkeit gehört das „Danke" und „Bitte", das man stets deutlich und überzeugt aussprechen soll.

Manche glauben diese Gebote des Anstandes und gepflegter Umgangsformen nicht nötig zu haben, besonders nahe stehenden Personen und Untergebenen gegenüber, und wundern sich natürlich, wenn sie von ihrer Umgebung fortwährend Enttäuschungen erleben.

Wie kann es denn anders sein, da die Betreffenden selbst mit schlechtem Beispiel vorangehen? **Danke** und **Bitte** sowie jede andere Höflichkeit gehören nicht nur zum guten Ton, sondern sind eine Notwendigkeit zum gegenseitigen Verstehen und die Voraussetzung einer gewinnbringenden Zusammenarbeit.

Höflichkeit muss aus dem Innern kommen!

Mancher sagt, Höflichkeit sei **Heuchelei**. Gewiss, wenn man zu den Alltagsmenschen gehört, denen das Empfinden höherer Dinge als der des Verstandes nicht möglich ist, dann kann es vorkommen, dass man lediglich aus Gründen des guten Tons höflich ist.

Wer jedoch an das Walten höherer Kräfte glaubt, wessen Gemüt ahnt, dass auch im Nächsten ein Art „Gottesfunke" wirkt, auch wenn es äußerlich nicht erkennbar ist, der wird aus inneren Gründen höflich sein,

ohne Rücksicht auf materielle Vorteile. Wenn wir auch eine Einstellung zu unserem Mitmenschen haben, die dessen Schwächen gerecht wird, so wollen wir doch stets vor Augen haben, dass wir dadurch nicht nur uns, sondern auch ihm selbst am besten dienen.
Wir wollen mit unserer Umgebung in Frieden leben und alle, die in unseren Wirkungskreis treten, so zufrieden wie möglich machen; wenigstens wollen wir nicht die Veranlassung sein, dass jemand durch unser Wirken wissentlich geschädigt wird. Über allem muss die Liebe zum Nächsten stehen.
Von diesen Gedanken ausgehend, müssen wir auch bestrebt sein, unsere Umgebung immer irgendwie höher zu bringen und dazu immer die guten Seiten unter Betrachtung stellen. **Es ist wahr, irgendeine gute Seite hat jeder Mensch, man muss sie nur zu sehen wissen!**

Durch das eigene Verhalten ein gutes Beispiel geben! Es erzieht EINER den ANDEREN unbewusst!

Nicht nur das Kind, auch der Erwachsene wird erzogen. Jeder von uns erzieht den anderen unbewusst. Und genau so, wie wir beim Kinde durch die Betonung und Hervorkehrung seiner besten Seiten einen Einfluss auf das Niedere in ihm gewinnen, ist es auch beim Erwachsenen. Bei der Beurteilung des Charakters unserer Nächsten ist es gut, an Sokrates zu denken, nach dessen Erkenntnis sich **Tugend** auf **Wissen** gründet:
„Je unwissender ein Mensch ist, je weniger Erkenntnis er von höheren Dingen besitzt, um so weniger können wir von Ihm verlangen, dass er uns Enttäuschungen erspart."
In dem Maße, wie wir ihm selbst jedoch ein gutes Vorbild sind, in dem Maße wird sich sein Charakter im Laufe der Zeit zum Besten wandeln. Was schon früher gesagt wurde, muss noch einmal hervorgehoben werden: Vollkommen ist keiner, und schlechte Eigenschaften unserer Nächsten sind nicht selten der Ausfluss unserer eigenen Schwächen!
Wünschen wir also Harmonie, Achtung, Vertrauen und Zuneigung unserer Umgebung, so geben wir durch Höflichkeit und gute Umgangsformen die Ursache dazu.

Tugendhaft sein ist um so leichter, je mehr man erkennt, dass die Folgen der Tugend besser und angenehmer sind, als die der Untugenden. In jedem Menschen wirken gleichzeitig edle und unedle Einflüsse.

4. Niemandem auf die Nerven fallen!

Wenn wir uns auch in diesem Erfolgspunkt richtig verhalten, dann muss man von unserer Person so gefesselt sein, dass man darüber erfreut ist, wenn man sich mit uns unterhalten oder unsere Meinung über eine Sache hören kann. Wenn Sie jemandem Ihre besondere Zuneigung schenken, muss man sich innerlich zufrieden schätzen und darf überhaupt nicht auf den Gedanken kommen, diese Zuneigung zu missbrauchen. Auch hierbei sei zunächst nochmals erklärt, dass unser ganzes Verhalten im Umgang sich zur Hauptsache nur ergibt auf Grund der Eigentümlichkeiten der Alltagsmenschen. Es wäre überhaupt kein Wort über Umgangstechnik zu verlieren, wenn alle, mit denen wir zu tun ha-

ben, objektiv denken könnten und gefeit wären gegen den äußeren Schein.

Erkenntnis, höhere Erkenntnis in allem!

Das ist aber leider nicht der Fall und nur aus dieser Tatsache ergibt sich unsere bewusst positive Einstellung. Wer meint, ohne sie auskommen zu können, der versuche es ruhig, bitte, es steht ihm ja frei. Aber er beklage sich nicht, wenn er immer mehr die Entdeckung macht, dass sogar seine allernächsten Verwandten möglicherweise Alltagsmenschen sind. Eine Erlösung aus diesem Dilemma, in das man beim tieferen Nachdenken über dieses Thema leicht kommen kann, findet man, wenn man sich die Einstellung der Erwachsenen zum Kinde vergegenwärtigt: Ist es nicht so, dass das kindliche Gemüt über vieles ganz anders denkt als wir, und dass wir aus diesem Grunde es vorziehen, das sonst naseweis werdende und sich falsch gebärdende Kind nicht alles wissen zu lassen? Natürlich, nur zu verständlich scheint uns das; aber keinem von uns würde es deshalb einfallen, über den Erwachsenen und sein Verhalten zum Kinde negativ zu denken. Sehen Sie, mein verehrter Leser, genau den gleichen Fall haben wir auch bei der Einstellung zum Alltagsmenschen. Wir verachten ihn nicht, wir hassen ihn nicht, sondern ganz im Gegenteil, wir lieben ihn sogar. Nicht das, was wir an Negativem an ihm bemängeln, sondern seinen Kern, der ja nur noch nicht genügend entwickelt ist. Aber gerade deshalb müssen wir uns auch zu ihm richtig verhalten. Andernfalls wird er uns bestimmt enttäuschen, und nicht nur das, denn das wäre ja noch nicht einmal das Schlimmste, sondern uns sogar daran hindern, ihm zu einer höheren Entwicklung zu verhelfen.
Doch nun weiter in unserem Thema: Wann ist man von uns gefesselt? Wann freut man sich, dass man sich mit uns unterhalten und unsere Meinung hören kann? Wann schätzt man unsere Zuneigung und denkt überhaupt nicht daran, sie zu missbrauchen? Machen wir es kurz: **Alles das tritt nur ein, wenn wir als Persönlichkeit geschätzt und geachtet werden.**

Bitte, bringen Sie diese Erkenntnis in eine Beziehung zu unseren Fragen, und Sie werden augenblicklich feststellen, dass es so ist! Und gleichzeitig erkennen wir damit, dass alles bisher Gesagte schon zur Erfüllung dieses vierten Punktes gehörte. Ja, so ist es auch, denn die Beachtung und Pflege des äußeren Menschen, wie das Schweigen und die kluge Zurückhaltung, das Vermeiden von Streit, das Unterlassen von Schimpfworten, die klare Entschiedenheit unseres Wesens, die Höflichkeit des positiven Menschen und all das andere des richtigen Verhaltens dient ja dazu, uns als Persönlichkeit ganz klar in Erscheinung treten zu lassen.

Man schätz überhaupt nur das Seltene!

Hierzu nun noch einige wichtige Ergänzungen.
Ein bekanntes Sprichwort sagt: ***„Willst du was gelten, dann komme selten!"*** Man sagt auch, du musst dich rar machen, wenn man dich schätzen soll. Richtig! Denn was man alle Tage sieht und alle Tage um sich hat, empfindet man schließlich überhaupt nicht mehr.

Der Mensch ist nun mal ein Gewohnheitstier und darauf gründet sich auch diese Erfolgslehre. Selbst das Glück kann uns auf die Dauer nicht glücklich machen, wenn es nicht von Zeit zu Zeit mal wie die Sonne hinter den Wolken verschwindet, und es macht uns um so glücklicher, je länger und sehnsüchtiger wir darauf gewartet haben. Wir stellen überhaupt fest, dass alle Einflüsse auf unsere Sinne, sobald sie längere Zeit hindurch in gleicher Weise andauern, sämtlich einer Wirkung entgegensteuern: **der Ermüdung**.

Der Mensch stumpft ab, darum müssen Sonnenschein und Regen abwechselnd sein.

Die Ursache mag verschieden sein, doch das Resultat bleibt sich gleich. **Ermüdung aber ist gleich bedeutend mit Interesselosigkeit und - Tod.** Daher wächst sich auch jede Sache, die sich immer gleich bleibt, mag sie am Anfang noch so interessant sein, zur tödlichen Langweiligkeit aus, ganz gleich, ob es sich dabei um ein Spiel, einen technischen Vorgang, eine Arbeit oder die Wirkung eines Menschen handelt. Wohlverstanden, wenn keine Abwechslung eintritt, wenn nicht eine neue Phase kommt, die wir noch nicht erlebt haben.

Nur nicht langweilig sein und etwa dem Mitmenschen durch Einseitigkeit auf die Nerven fallen.

Darum: nur nicht langweilig sein und etwa dem Mitmenschen durch Einseitigkeit auf die Nerven fallen oder andauernd mit der gleichen Sache und in der gleichen Art in den Ohren liegen!

Mehr braucht es nicht, um ihm schnellstens höchst unsympathisch zu werden. Oder mögen Sie den Mann, der dauernd dasselbe sagt, immer dasselbe, ohne Veränderung seines Mienenspiels, seiner Gesten, seiner Sprache?

Zum Hals hängt er uns heraus, diese Karikatur eines wirklichen Menschen, und noch stärker und noch widerlicher, je mehr er, sei es im positiven oder negativen Sinne, aufdringlich wirkt.

Ein Erfolgsmensch in unserem positiven Sinne ist immer interessant, beständig wird sein Wesen neue Seiten enthüllen. Dessen ungeachtet bleibt er sich in der großen Linie gleich, aber wie er sich gibt, das macht ihn fesselnd und anziehend.

Ein Erfolgsmensch in unserem positiven Sinne ist immer interessant, den man gerne kommen sieht und mit dem man sich gerne unterhält. Das macht aber nicht vieles Reden, sondern WIE er etwas sagt.

Nehmen wir uns zum Verständnis des Gesagten einmal die Malerei eines großen Meisters vor: Ist es nicht so, als wenn ein solches Kunstwerk lebt, ja, lebt es nicht überhaupt? Viele hundert Jahre sind diese Frauen- und Männerbildnisse oft alt, und doch ist es noch immer so, als wären sie eben erst auf das Leinen gebannt. Wie magnetisch wirkt z. B. Leonardos *„Mona Lisa"*? Und warum fesselt dieses Kunstwerk? Weil man nie richtig fertig wird mit seiner Ausdeutung, weil es unentwegt interessant bleibt.

Ich glaube, mein verehrter Leser, dass wir uns jetzt auch in diesem Punkt verstanden haben. Dem fein empfindenden Menschen braucht man diese Zusammenhänge nicht lange auseinander zu setzen, denn er wird selbst so viel Fingerspitzengefühl haben, um zu wissen, wie er sich bei dieser Voraussetzung des persönlichen Erfolges zu verhalten hat, und dann wird es ihm selbstverständlich sein, dass er sich nicht aufdrängt!

Fingerspitzengefühl haben, nicht lästig werden! Immer wissen, wie weit man zu gehen hat!

Hierauf aber wollen wir jetzt hinaus: **Wenn jemand unsere Zuneigung schätzen soll, müssen wir beachten, dass wir uns ihm nie aufdrängen!** Für die meisten Menschen ist nur das wertvoll, was sie sich erringen müssen. **Deshalb ist es klug, im Umgang stets eine gewisse Zurückhaltung zu beachten**. Allzu große Bereitwilligkeit und Zuvorkommenheit haben nichts mehr mit Höflichkeit zu tun und schaden mehr als sie nützen. Man fällt damit lästig, man empfindet das als Kriecherei und vermutet Absichten. Ganz instinktiv nimmt man eine Abwehrstellung ein.

Wenn wir wollen, dass man während einer Unterhaltung aufmerksam unseren Worten lauscht, dürfen wir nicht den Fehler machen, unaufgefordert einen Satz zu wiederholen, den man bei aufmerksamem Zuhören richtig verstanden hätte.

Nicht in den „leeren" Raum reden! Nicht nur sprechen, um sich selbst zu hören. Nicht gekränkt sein bei Unaufmerksamkeit.

Finden wir für ein Thema kein Interesse, oder lässt man sich durch Nebensächlichkeiten vom Thema ablenken, so verlangt der persönliche Einfluss, dass wir unserer Rede schnellstens ein Ende setzen. Dabei darf jedoch keinerlei Verstimmung im Schlusssatz liegen, wie man uns übrigens auch nie anmerken darf, wenn wir durch ein gleichgültiges Verhalten unserer Umwelt unangenehm berührt sind, besonders, wenn Stupidität die Ursache ist.

Falls es jemand an unseren Worten liegen sollte, wird man uns dann ganz von selbst auffordern, noch mehr über einen bestimmten Gegenstand zu sagen. Es ist überhaupt gut, nicht mehr als unbedingt nötig über Angelegenheiten zu sprechen, die den Interessenkreis des andern berühren. **Hier ist es wie mit einer guten Speise: Stillt man nur den Hunger, so hat man immer Appetit. Wenn man Menschen fesseln will, muss man auf ihre Wünsche achten, doch diese nie im Übermaß erfüllen!**

Wichtig: Stille nur den Hunger, nie den Appetit. Die Klugheit gebietet deshalb stets die konsequente Wahrung bestimmter Grenzen!

Merken Sie sich: Jedesmal, wenn jemand darüber klagt, dass man seine Gutmütigkeit ausgenutzt habe, und das tut der Alltagsmensch sehr gerne, hat man diese wichtige Lehre des persönlichen Erfolges nicht beachtet. Es wird immer so sein, dass man von uns alles will, was immer nur in uns drin steckt und was immer wir nur bieten können, wenn wir aus Gutmütigkeit und ohne Distanz und Bestimmtheit dem Alltagsmenschen die Hand reichen. Sofort wird er maßlos anspruchsvoll und glaubt sich uns gegenüber alles herausnehmen zu können. Die Menschen tun das, ohne weiter darüber nachzudenken. An sich ist das aber noch nicht das Schlimmste, wichtiger ist, dass wir durch Gutmütigkeit und Unachtsamkeit in diesem Punkt jeden persönlichen Einfluss verlieren. Im Nu ist man uns über den Kopf gewachsen und denkt überhaupt nicht mehr daran, positiv zu reagieren. Sagen wir dann etwas, wenn es uns zu bunt wird, ernten wir sofort schärfste Opposition, und ehe wir uns versehen, sind die vordem besten Freunde zu ärgsten Widersachern geworden. **Die Klugheit gebietet deshalb stets die konsequente Wahrung bestimmter Grenzen!**

Also: Wohl die Wünsche beachten, doch sie niemals im Obermaß erfüllen. Zügeln Sie sich in Ihrer Zuneigung und halten Sie Ihr gutes Herz fest, wenn es mit Ihnen durchgehen will!
Gutmütigkeit schadet fast ausnahmslos, und wenn wir durch sie Enttäuschungen erleben, so geschieht es uns ganz recht! Nicht die andern, die uns ausnutzten, haben wir dann anzuklagen, sondern immer nur uns selbst. Unser Verhalten war falsch und entspricht nicht der Eigenart der Menschen.

Immer daran denken: Nur das Richtigmachen schafft den Erfolg!

Dass dem so ist, beweist die Tatsache, dass immer nur wirklich gutmütige Menschen von ihrer Umgebung enttäuscht sind. Die klar sehende, konsequente Persönlichkeit klagt selten. Es ist eben so, dass der Gutmütige auf Grund seiner inneren Einstellung von allen Menschen seines Kreises stets das Beste erwartet und sich dem einfältigen Glauben hingibt, dass es schlechte oder minderwertige Charaktere darunter gar nicht geben könne. Das ist ein arger Trugschluss und nur aus ihm ergeben sich die Enttäuschungen.
Man kann wohl das Beste von seinen Mitmenschen erwarten, aber nur, wenn man sie ihren Eigenarten entsprechend behandelt! Andernfalls werden stets ihre negativen Seiten in Erscheinung treten. Deshalb klug sein und stets die notwendigen Grenzen wahren! Nicht gedankenlos gutmütig, sondern gut sein und mit Bedacht!

Wichtig bei der Kindererziehung!

Haben Sie schon einmal beobachtet, welche Folgen die Gutmütigkeit bei der Erziehung eines Kindes hat? Es denkt nicht daran zu gehorchen und wird bei jeder Gelegenheit bockig. Nun, und wer ist wohl daran schuld? Will man etwa dem Kinde einen Vorwurf machen? Nur die mangelnde Konsequenz ist die Ursache, die versäumt hat, den Seelenkräften des Kindes die richtigen Bahnen zu weisen. Das Kind hat überhaupt keine Schuld, sondern einzig der Erzieher!
Wer anders denkt, muss umlernen, denn er versteht nichts von der Seelen- und Charakterbildung. Je weniger man mit einem Kinde fertig wird, je weniger es gehorcht und Lehre annehmen will, um so erkennbarer wird damit, dass die Erziehungs- und Beeinflussungsmethoden falsch sind. Mit Ausnahme krankhafter Fälle wird der erfolgreiche Erzieher mit jedem Kinde fertig, und gerade dadurch stellt er seine Fähigkeiten unter Beweis.

5. Verständnis zeigen!

Der Mensch will etwas von Leben haben.

Der Mensch strebt von Natur aus nach Befriedigung. Er will etwas vom Leben haben und so glücklich und zufrieden wie möglich werden. Es wäre unsinnig, ihm das verdenken zu wollen. Wie er sich sein Glück vorstellt, entspricht seiner jeweiligen Entwicklungs- und Erkenntnisstufe. Der eine sieht es in der Befriedigung materieller Wünsche, während andere ihren Blick auf seelische und geistige Dinge richten.

Was nun zu unserem 5. Erfolgspunkt wichtig ist, das ist die Tatsache, dass wir einen um so besseren Kontakt mit unserer Umwelt finden, je mehr sie von uns weiß und fühlt, dass wir ihrem Streben nach Glück und Zufriedenheit irgendwie dienen können.

Immer daran denken: Nur das Richtigmachen schafft den Erfolg!

Jedermann, der mit uns in nähere Beziehungen tritt, muss das ganz klare Gefühl gewinnen, dass er durch uns Vorteile hat und durch die Verbindung mit uns gewinnt.

Grundsätzlich ist es so, dass jeder seinen eigenen Erfolg nur durch den Erfolg bzw. Nutzen eines anderen schaffen kann. Wie schon ausgeführt wurde, kommt Verdienen nur vom Dienen. Der positive Mensch denkt nicht daran, für sich einen Gewinn zu buchen, ohne nicht gleichzeitig auch seinen Mitmenschen einen Erfolg zu schaffen. Aber es kommt doch sehr darauf an, ob diese positive Absicht den Menschen unseres Kreises zum Bewusstsein kommt oder nicht. Und vor allem ist das wesentlich, weil ja der äußere Schein und damit die Möglichkeit des falschen Denkens von so großer Bedeutung sind.

Verdienen kommt von dienen!

Der „Schein" ist wichtig. Wir müssen unmissverständlich Klarheit schaffen, dass wir Chancen und Vorteile bieten. Und selbstverständlich muss diese Einstellung auch unserem innersten Wollen entsprechen.

Zu den Eigenschaften des Alltagsmenschen gehört, wie wir wissen, die Abneigung gegen alles, was den eigenen Interessen und Wünschen zu schaden scheint, desgleichen die Empfänglichkeit für alles, was die eigenen Angelegenheiten zu fördern scheint. Wohlverstanden, nicht die Tatsache allein, sondern auch der **Schein** von Tatsachen ist gemeint. Wenn es also so scheint, als ob es so ist! Und hierauf nun hat unser Verhalten bei der Beachtung des 5. Erfolgspunktes Rücksicht zu nehmen. Das bedeutet, dass die Chancen und Vorteile, die wir unseren Mitmenschen zu bieten haben, in unmissverständlicher Klarheit zutage treten müssen. Hemmungen und „nicht aus sich herauskommen" sind also gänzlich fehl am Platze.

Die Vorteile müssen so deutlich herausgestellt werden, dass man unbedingt an sie glauben muss.

Bedingung ist selbstverständlich, dass man dem anderen auch wirklich etwas bieten will, aber das versteht sich ja nach unserer ganzen Einstellung zum Dienst am Nächsten von selbst. Und wie macht man das? **Indem man ganz individuell auf den Menschen eingeht, ganz offen mit ihm über seine Interessen und Wünsche spricht, für sie volles Verständnis zeigt, sie voll und ganz anerkennt und klar erklärt, dass man sich freut, wenn man ihm dienlich sein kann!** Bitte beachten Sie diesen Erfolgspunkt recht genau, Sie werden staunen, was Sie damit erreichen!

Ist es nicht meistens so, dass die lieben Mitmenschen uns unsere Wünsche und Erfolge kaum gönnen, geschweige Verständnis dafür zeigen? Freuen wir uns nicht selbst, wenn jemand ganz persönlich auf uns eingeht und nicht nur immer von sich und immer wieder nur von sich redet?

Ja, so ist es, ganz bestimmt ist es so, obwohl wir als positive Menschen über diesen Punkt ja erhaben sein sollen. Sehen Sie, und in noch viel stärkerem Maße empfindet das unsere Umwelt, und darum ist es gar

kein Wunder, wenn Sie bei dieser Einstellung ihre Zuneigung und ihr Entgegenkommen finden.
Oh, wie verbittern sich doch die Menschen oft gegenseitig das Leben, wo man sich durch ein klein wenig Vernunft so herrlich gut vertragen und verstehen könnte. Und so erschweren wir uns auch den Erfolg und werfen uns selbst Knüppel um Knüppel zwischen die Beine. Es ist schon so: Der größte Feind des Erfolges ist der Mensch sich selbst! Man sieht es immer wieder und gerade auch beim Verhalten zur Umgebung.
Zum Schluss dieser Ausführungen über den fünften Erfolgspunkt sei noch erwähnt, dass damit die Ausführungen über Punkt vier in die richtige Beziehung zu setzen sind.
Zusammengefasst heißt das:

- Das Entgegenkommen und die Wunscherfüllung müssen wohlabgewogen sein! Niemals darf man sich dabei aus der Hand verlieren, und stets sind die Schwächen und Eigenarten des Menschen zu beachten!

Dass alle diese Überlegungen grundsätzlich nur für die Alltagsmenschen gelten, geht aus den Vorerklärungen hervor. Jedoch ist zu bedenken, dass recht oft auch solche Menschen Alltagsmenschen sind, die wir längst über alles Kleinliche erhaben denken und nicht selten auch unsere nächsten Angehörigen, vielleicht auch wir selbst noch. Denn dass wir uns mit diesen Überlegungen befassen, schließt ja nicht aus, dass uns dennoch von Zeit zu Zeit der alte Adam überkommt.

Die positive Einstellung zur Arbeit

Der Erfolg kommt nur durch positive Arbeit.

Mein verehrter Leser! Nachdem wir nun das Verhalten des erfolgreichen Menschen gegenüber seiner Umwelt genügend kennen gelernt haben, ist es erforderlich, einige grundsätzliche Ausführungen über die Einstellung zur Arbeit zu hören.
Dies ist um so wichtiger, als ja der Erfolg und der Aufstieg nur durch Arbeit und immer wieder nur durch Arbeit kommen. Ob es sich dabei um eine selbständige Tätigkeit handelt, die wir in unserem eigenen Geschäft oder Gewerbe verrichten, oder um die, die wir als Mitarbeiter eines anderen ausführen, ist völlig gleich. Immer müssen wir wissen, wie wir die Arbeit an sich zu werten haben, denn nur dann werden wir sie im rechten Geiste und mit Erfolg tun.
Jede Arbeit, sofern es eine ehrliche und anständige ist, hat eine ethische, also sittliche und eine praktische Seite. Die sittliche Seite fassen wir am besten, wenn wir uns vor Augen halten, dass die Welt nur durch Arbeit bestehen kann.

Arbeit ist auch eine sittliche Pflicht!

Daraus ergibt sich die unbedingte Pflicht zur Arbeit für jeden gesunden Menschen. Wer versucht, ohne Arbeit durchs Leben zu kommen, ist asozial und versündigt sich an der Allgemeinheit und der göttlichen Ordnung.

Natürlich regelt sich die eigene Beteiligung an der Gesamtarbeit durch die Wirkung der Gesetze von der Selbsterhaltung und vom Leistungserfolg. Dennoch aber ist es gut, auch hier vollkommen klar zu sehen: **Man lebt ganz anders, wenn man den höheren Sinn jeder Arbeit erfasst hat, als wenn man nach seiner Meinung nur schuftet und weiß nicht wofür!**

Verdienen kommt von dienen: Den größten Erfolg im Leben, und zwar ideell wie materiell, wird immer der Mensch haben, der sich ganz konsequent hiernach richtet, also den höheren Sinn jeder Arbeit ganz für sich gelten lässt.

Aber es ist notwendig, meine verehrtesten Leserinnen und Leser, dass man sich diesem höheren Sinn der Arbeit auch wirklich hingibt. Zudem gibt ja nur die Arbeit dem Menschen seinen Wert! **Was wir selbst beitragen zum Leben und zum Glück der Allgemeinheit und unseres Nächsten ist entscheidend!**

Wir haben gesagt, dass Verdienen von Dienen kommt. Das ist die Folgerung aus diesen Erkenntnissen. Den größten Erfolg im Leben, und zwar ideell wie materiell, wird immer der Mensch haben, der sich ganz konsequent hiernach richtet, also den höheren Sinn jeder Arbeit ganz für sich gelten lässt. Der also aus den Notwendigkeiten zur Erhaltung und Förderung des Ganzen den Grund und die Richtung zu seiner eigenen Betätigung ableitet.

Grundsätzlich ist folgendes zu sagen: Wohl leben wir keineswegs um zu arbeiten, vielmehr ist es umgekehrt, wir müssen arbeiten, um leben zu können. Es kommt aber darauf an, wie man das auffasst. Man kann daraus ebenso eine Last wie ein Mittel zur Lebensfreude machen. Ersteres dann, wenn wir tatsächlich nur arbeiten, um nicht sterben zu müssen.

Wer so denkt, der ist eigentlich kein Mensch, der lebt, sondern mehr ein **Etwas**, das vegetiert. Außerdem hat er nicht begriffen, dass Schaffen allein dem Leben Sinn und Inhalt gibt.

Wer wahrhaft lebt, hat ein Ziel, dessen Erreichen ihm höchstes Glück bedeutet. Er dankt Gott für jeden Tag, der ihm geschenkt ist, um durch Fleiß und Tatkraft auf dem Wege zu diesem Ziel wieder ein Stück voranzukommen.

Dieses Bewusstsein macht die Arbeit zu einer immerwährenden Quelle starker Lebenslust und Lebensfreude, durch die der Mensch erst wirklich zum Menschen wird. Arbeit ist darum der Schlüssel zum irdischen wie zum himmlischen Paradies, das allen Nichtstuern verschlossen bleibt. Die großen Kräfte in uns wollen nicht ausgelebt, sondern ausgearbeitet werden, wenn sie unserer Bestimmung gemäß unser Glück schaffen sollen.

Durch unser Schaffen werden wir uns erst bewusst, WER wir sind und was wir können!

Arbeit adelt, doch nur die, die einem höheren Zwecke dient: Schaffen und Streben für die Allgemeinheit und den Fortschritt der Menschheit sollen es sein, für das wir unsere Kraft einsetzen. Es ist herrlich, nach Herzenslust arbeiten zu können! Arbeit ist das Mittel, unsere innere Natur nach außen sichtbar zu machen, denn in unserem Wirken liegt unsere Wesenheit. Durch unsere Arbeit werden wir unseres eigenen Selbst erst voll bewusst, wissen wir erst, dass wir sind!

Arbeit ist der Erlöser aus innerer Zerrissenheit, macht uns einig mit unserer inneren Natur, macht uns gesund, befreit uns von Spannun-

gen, Minderwertigkeitskomplexen und Hemmungen, heilt alle Depressionen, gibt uns ein langes Leben und unserem ganzen Dasein Kraft, Glanz und Würde!

Jede Arbeit so gut wie möglich machen!

Aber nicht nur arbeiten soll der Mensch, sondern er soll auch jede Arbeit so gut wie möglich machen. Im Allgemeinen hat der Mensch wohl das größte Interesse für seine eigenen Arbeiten, weniger aber für Arbeiten, die er aus beruflichen Gründen machen muss. Das ist von Übel und verhindert, dass man sein bestes Können einsetzt. So ist hier die positive Einstellung: Wenn wir eine berufliche Tätigkeit verrichten, arbeiten wir nicht nur für einen Vorgesetzten, sondern zugleich für uns alle und alle übrigen Mitmenschen, weil ein Rad in der Welt immer in das andere greift.

Jeder, der für seinen eigenen Unterhalt und für seinen eigenen Erfolg schafft, arbeitet zugleich für den anderen mit. Diese Gesetzmäßigkeit macht jede auch noch so geringe Arbeit lebendig und wertvoll.

Ist man unwillig über seine Berufstätigkeit und empfindet man sie als drückende Last, so frage man sich: Kann ich es mit gutem Gewissen zulassen, dass andere für mich arbeiten, während ich die Hände in den Schoß lege?

Der Bauer schafft im Schweiße seines Angesichts, was ich zum Leben brauche, der Schneider meine Kleidung, der Maurer mein Haus und - ich? Bin ich nicht auch verpflichtet, für den Bauern, Schneider, Maurer und alle anderen zu schaffen, die sich um meine Bedürfnisse bemühen?

Der Alltagsmensch wird natürlich sagen:

„Diese ganzen Leute arbeiten doch nicht für mich, sondern für sich, weil sie sich erhalten wollen!"

Gewiss! Aber das ist ja gerade die wunderbare Gesetzmäßigkeit in der Welt, dass alle, jedem Egoismus zum Trotze, füreinander schaffen!

Das Geld, das wir als Lohn für unsere Arbeit erhalten, ist umgewertete Arbeit unserer Nächsten, für das auch wir, als Gegenleistung Arbeit, zu geben haben. Dieses Gesetz wirkt in jeder Arbeit, die wir für andere tun. Deshalb sollen wir unsere besten Kräfte und unser höchstes Können bei unserer Berufstätigkeit einsetzen und jede Arbeit so tun, wie wir das von dem wünschen, der für uns arbeitet. Einerlei, was für eine Arbeit wir im Augenblick auch machen, immer dient sie, wenn sie ehrlich ist, dem Ganzen und ist ein Baustein unseres eigenen Glückes, besonders dann, wenn wir sie bewusst tun.

Deshalb müssen wir die Arbeit beseelen, unser ganzes Ich, unser ganzes Denken in sie hineinlegen, dann macht sie nicht nur Freude, sondern bringt vor allem auch den echten Erfolg!

Wir denken zu wenig nach, nur dadurch kommen der gegenseitige Hass und das viele Elend in der Welt. Einer schafft für den anderen unbewusst, ist das nicht Grund zum gegenseitigen Lieben? Diese Einstellung zur Arbeit ist die Voraussetzung zur wahren Nächstenliebe!

Überlegungen vor der Arbeit

Nach diesen Gedanken über den Sinn der Arbeit nun eine Reihe von Überlegungen, die unsere Arbeit gewinnbringend und erfolgreich machen. Wir haben bereits über die Ausnutzung von Zeit und Kraft gesprochen. Diese Ausführungen sollen hier erweitert werden.

Halten wir uns nochmals die Worte von Henry Ford vor Augen:

„Was du mit einer Hand tun kannst, das sollst du nicht mit zweien tun! Und hat es Sinn, einen stumpfen Meißel mit ungeheurer Kraft in ein Stück Metall schlagen zu wollen, wenn ein leichter Schlag auf einen spitz gemachten Meißel genügt?"

Alles vermeiden, was den Erfolg erschwert! Die Arbeit einfach und unkompliziert machen.

Ja, das ist wahr und muss darum in unserem Tageslauf Berücksichtigung finden. Alles einfacher machen und dadurch zur Mehrleistung kommen, muss fortgesetzt unser Bemühen sein. Beobachten wir unsere alten Bekannten, die lieben Alltagsmenschen, wie unsagbar schwer sie sich das Leben durch verkehrtes und kompliziertes Arbeiten machen und lernen wir daraus!

Die Situation ist doch ganz klar: **Wenn wir nicht erreichen, auf irgendeine Art mit unseren Arbeiten schneller und leichter vom Flecke zu kommen, gibt es einfach kein Vorwärts, denn nur durch erhöhte Arbeit kommt ja der Erfolg.**

Nachdenken! Nachdenken! Nur Richtigmachen schafft den Erfolg!

Das Klagen über den ewigen Zeitmangel muss unbedingt aufhören und jede Ausrede muss als Schwäche aufgefasst werden. Die Zeit, die der Erfolg von uns verlangt, ist ihm unbedingt zu verschaffen, koste es, was es wolle! Ja, was kostet's denn? Nachdenken! - über die rationelle Ausnutzung von Zeit und Kraft und das ganz gründlich!

Der wesentlichste Faktor ist die Eignung zu einer bestimmten Tätigkeit. Trotz rationeller Arbeitsmethoden wird man nur dort das Beste leisten, wo die Anforderungen der Arbeit an Körper und Geist auch erfüllt werden können. Ohne den richtigen Beruf z. B. wird es beim besten Willen nicht zu guten Erfolgen zu bringen sein.

Um das rechte Maß für die eigene Leistungsfähigkeit zu finden, ist zunächst festzustellen, ob die richtigen Anlagen für den Beruf vorhanden sind.

Damit ist nicht die Lust, sondern die Befähigung zu einem bestimmten Beruf gemeint. Die Arbeitslust kann man willkürlich entwickeln, sie entspricht der geistigen Bereitschaft zur Arbeit, die stark von der Gewohnheit abhängig ist. Hierzu ist die Wahl des richtigen **Leistungs-Zieles** wichtig. Es muss durch und durch der persönlichen Veranlagung entsprechen. Wenn auch viele Kräfte und Fähigkeiten in uns schlummern und entfaltet werden können, so haben wir doch alle eine ganz bestimmte Eignung für eine Reihe spezieller Berufe.

Um das rechte Maß für die eigene Leistungsfähigkeit zu finden, ist zunächst festzustellen, ob die richtigen Anlagen für den Beruf vorhanden sind.

Ist das der Fall, erkundigt man sich nach den Leistungen derer, die im gleichen Berufe führend sind. Von ihnen wird ein Vorbild erwählt, dem man mit ganzem Wollen nachstrebt, wobei es heißt: *„Was der Andere kann, das kann auch ich!"*

Man darf dabei aber nicht mit dem Kopf durch die Wand wollen. Wenn wir bisher nur zwei Stunden konzentriert arbeiten konnten, dürfen wir nicht aus Übereifer morgen gleich sechs Stunden arbeiten; wenn es auch wirklich geht, übermorgen können wir um so weniger leisten.

Überanstrengung vermeiden! Nicht alles auf einmal wollen!

Bei der Steigerung der Leistungen muss stets die organische Entwicklung in Rechnung gestellt werden. Ein Muskel, der heute fünfzig Pfund hebt, ist morgen unmöglich in der Lage, hundert zu heben; wenn das überhaupt geht, dann nur durch allmähliche Erhöhung des Gewichts.

Steigerung der Leistungsfähigkeit daher nur allmählich, immer etwas mehr, bis die individuelle Grenze erreicht worden ist.

Geht man langsam vor, wird man eines Tages bestimmt Bedeutendes in seinem Fach leisten, während man durch forciertes und plötzliches Vorgehen nicht nur ohnmächtig gegen Widerstände wird, sondern sogar seine augenblickliche Leistungsfähigkeit in Gefahr bringt. Um die zur Erhöhung seiner Leistungen notwendige Ausdauer zu stärken und zu erhalten, muss man seine Vorbilder als die Verkörperung seiner persönlichen Möglichkeiten betrachten lernen, was Minderwertigkeitsgefühle und Zweifel am eigenen Können zum Schwinden bringt.

Unsere Vorbilder zeigen uns, wie es sein wird, wenn wir erreicht haben, was wir wollen.

Hiermit, mein verehrter Leser, wollen wir die Überlegungen zur Arbeit beenden und uns einer Reihe anderer wichtiger Punkte im Tageslauf des erfolgreichen Menschen zuwenden. Jetzt interessiert uns das Verhalten des positiven Menschen auf der Straße, und besonders der Weg, den er jeden Morgen vom Heim aus zum Geschäft oder zur Arbeitsstätte zurücklegt. Die bewusste Lebensführung wird selbstverständlich auch auf diesen Weg übertragen, der uns dienlich ist, um unsere Sinne zu schärfen und unsere Persönlichkeit weiter zu entwickeln.

Der Weg zur Arbeitsstätte: Augen und Ohren auf!

Wir müssen jede Gelegenheit ausnutzen, um unsere geistigen Fähigkeiten zu trainieren.

Wir kommen jetzt zu wichtigen Erkenntnissen, die die Selbsterziehung zur Aufmerksamkeit behandeln. Wir müssen jede Gelegenheit ausnutzen, um unsere geistigen Fähigkeiten zu trainieren. Dazu bietet sich dauernd Gelegenheit und besonders auch auf dem Wege zu und von unserer Arbeitsstätte, sogar für den, der immer wieder in dem täglichen Stau hängen bleibt. Immer können wir für uns irgendwelche Vorteile schaffen, sofern wir nur dauernd auf dem Sprung sind. Ich habe hier nicht nur das materielle Streben vor Augen, sondern genau so Geist und Seele.

Denken wir auch hierbei wieder an den Umgang mit unseren Mitmenschen. Immer kommt es auf uns an, ob wir uns durch richtiges Verhalten einen Freund oder durch falsches Verhalten einen Gegner schaffen. Wie oft haben wir z. B. die Wahl, durch das Aussprechen oder Nichtaus-

sprechen eines einzigen Wortes Disharmonie oder Harmonie zu schaffen.

Liegt uns ein Schimpfwort auf der Zunge und unterdrücken wir es, weil uns diese Erfolgslehre noch rechtzeitig zum Bewusstsein kam, so haben wir für uns sofort ein Plus erzielt. Gesagt soll damit sein, dass nicht nur aus dem Angenehmen, sondern auch aus dem Unangenehmen ein Erfolg zu schaffen ist. Und der positive Mensch ist so eingestellt, dass er grundsätzlich aus allen Situationen einen Gewinn herausholt.

Augen und Ohren auf! Nicht dösen, wie der Alltagsmensch und nicht planlos in der Weltgeschichte herumlaufen!

Was das für die Schulung unseres Geistes bedeutet, so versteht sich das grundsätzlich für alle Gelegenheiten des Tages, wo es möglich ist, irgend etwas Neues aufzunehmen oder kennen zu lernen, das uns irgendwie einmal dienlich sein könnte.

Für die Praxis heißt das: Augen und Ohren auf! Nicht dösen, wie der Alltagsmensch und nicht planlos in der Weltgeschichte herumlaufen!

Alle Erfolgseinflüsse der Umwelt richtig ausnutzen!

Man muss geistig aufgeweckt sein, was bedeutet, dass wir mit lebendiger Anteilnahme das Leben und Geschehen um uns herum beobachten. Der aufgeweckte Mensch ist der interessierte Mensch, denn Interesse ist das A und O aller geistigen Lebendigkeit. Wer nur für sich selbst und seine eigenen Angelegenheiten aufgeschlossen ist, läuft nicht nur Gefahr, einseitig zu werden und den Kontakt mit seiner Umwelt zu verlieren, sondern schaltet sich auch von den Erfolgseinflüssen seiner Umwelt aus.

Wir alle beeinflussen uns gegenseitig.

Dass wir den Erfolg nicht vollständig aus uns selbst zu schaffen imstande sind, ist uns schon aufgegangen. Wir brauchen dazu unbedingt die Hilfe unserer Mitmenschen. Sei es, dass sie unsere Mitarbeiter werden oder sonstwie.

Kein Geschäftsmann könnte einen Erfolg erzielen, wenn er nicht seine Kunden hätte, kein Techniker ein großes Werk aufbauen, ohne die Mithilfe der arbeitenden Hand. Genau so sind wir aber auch geistig von unserer Umwelt abhängig, und zwar von ihrem Ideen- und Gedankenstrom, der uns alle regelrecht trägt, es fragt sich nur, wohin und ob zu unserem Besten oder zum Schlechten.

Wichtig!

Für den Erfolgsmenschen kommt es darauf an, in diesem Strome schwimmen zu lernen, alle negativen Strömungen und verderblichen Strudel von sich abzuhalten, dagegen aber alles auf sich wirken zu lassen, was am eigenen Erfolg mithelfen kann.

Mitmachen, mitgehen, die eigene Zeit denkend durchleben!

Versteht man jetzt, dass dies ohne lebendigste Anteilnahme am Leben um uns herum gar nicht möglich ist, und dass man an den Vorgängen in seiner Zeit, und zwar auf allen Gebieten, unbedingt geistig beteiligt sein muss, wenn man darin bestehen und sich behaupten will?

Das Alter muss darum auch mit der Jugend gehen!

Vielfach wird darüber geklagt, dass ältere Menschen in ihrer Gesinnung und Einstellung verkalken, und dass das Alter kein Verständnis für die Jugend habe. Das trifft zu, aber nur für die Fälle, wo mit der Zunahme der Lebensjahre eine Isolation vom Fluss der Zeit eintrat. Das können wir aber nicht nur in der Einstellung des Alters zur Jugend beobachten,

sondern grundsätzlich auf allen Gebieten des Lebens. Man geht einfach mit der Zeit nicht mit, weil man glaubt, es nicht nötig zu haben. Gut, wenn man keinen Wert auf Erfolge legt und sich selbst zum alten Eisen rechnet, mag das recht sein; jedes Menschen Wille ist schließlich sein Himmelreich.

Wer jedoch vorwärts will, auch in Zukunft ein Wort mitreden und zumindest seine bisher erzielten Erfolge erhalten will, muss sich von dieser Einstellung lossagen. **Jeder, der am Leben aktiv beteiligt ist, muss darum unausgesetzt weiterlernen.** Das aber ist es gerade, was hier mit der Anteilnahme am Leben um uns herum gemeint ist.

Jeder, der am Leben aktiv beteiligt ist, muss darum unausgesetzt weiterlernen.

Wenn Goethe sagt, dass wir ewig Schüler bleiben, obwohl wir Lehrer sein können, so hat er vollständig recht und jeder tut gut, sich danach zu richten. Wie notwendig es ist, immer mit der Zeit zu gehen und an allen Geschehnissen beteiligt zu sein, erkennen wir, wenn wir uns einmal vorstellen, wie die Welt jetzt aussieht und wie sie uns überraschen würde, wenn wir einmal ein paar Jahre nicht aus dem Hause kämen.

Wie komisch wirkt doch ein Film, der vor 50 Jahren gedreht wurde. Beinahe können wir es gar nicht glauben, dass wir uns solchen Kitsch einmal angesehen haben. Und doch - waren wir zu jener Zeit nicht begeistert, lebten wir in diesem Kitsch nicht genau so mit, wie bei einem Blockbuster von heute?

Und das Sonderbarste: Haben wir von dieser Entwicklung eigentlich etwas gemerkt? Nein, jedenfalls nicht soviel, wie der Unterschied zwischen den Filmen erwarten lässt. Und warum eigentlich? Weil sich diese Entwicklung nicht sprunghaft, sondern allmählich vollzog, und weil wir durch unsere Verbundenheit mit der Zeit auf jeden Schritt nach vorn zwangsläufig eingestellt waren.

Wenn wir nicht aufpassen, schaltet uns die Zeit glatt aus!

Sehen Sie, mein verehrter Leser, genau so, wie sich das äußere Leben wandelt und unausgesetzt wandelt, verändern sich dauernd auch alle anderen Verhältnisse. Und können Sie verstehen, dass man deshalb unmöglich bei seiner augenblicklichen Entwicklung stehen bleiben darf, etwa in dem Bewusstsein, so, jetzt habe ich genug gelernt, nun weiß ich genug?

Ehe wir uns versehen, rast die Zeit an uns vorbei und wir sind **veraltet**. Dass wir dann unmöglich eine Aussicht auf Erfolg haben, ist leicht verständlich, denn nur, was dem Zuge der Zeit folgt und nicht rückständig ist, findet bei den Zeitgenossen Aufmerksamkeit.

Stets offene Sinne für den Fortschritt haben!

Damit ist nicht gesagt, dass wir verrückten Ausgeburten der Zeit zu folgen haben, dennoch aber allem Fortschrittlichen, und hierauf kommt es an. Und das meine ich auch damit, wenn ich sage, dass der Erfolgsmensch im Strome der Gedanken und Ideen seiner Umwelt schwimmen muss.

Die praktische Auswertung dieser Einstellung besteht darin, dass wir unsere **Beobachtungsfähigkeit** permanent spielen lassen. Hierzu bieten sich während des Tages unzählige Gelegenheiten.

Inwiefern? Nun, indem wir z. B. die Menschen unter die Lupe nehmen, die uns auf unserem Wege begegnen. Jeder Einzelne hat uns etwas zu sagen und berichtet uns durch sein Aussehen, sein Verhalten von seinem Beruf, seiner inneren Haltung und seinem Leben. Selbstverständlich muss man dazu die Fähigkeiten zum „**Sehen**" besitzen, was verlangt, dass nicht nur unser äußeres, sondern auch unser inneres Auge aufgeschlossen ist.

Das innere Auge muss beteiligt werden.

Wer sich schon einmal mit Menschenkenntnis beschäftigt hat, wird mich hier sehr genau verstehen, denn in der Haltung eines Menschen und seinem Gesicht steht seine Geschichte.

Wir müssen die Dinge fragen!

Aber nicht nur die Menschen reden zu uns, obwohl sie gar nichts zu sagen brauchen, auch die Häuser mit ihrer Bauart, ihrem Anstrich, ihren Läden und Schildern, wie überhaupt alle Dinge, die unsere Sinne fesseln.

Jeder einzelne Gegenstand hat uns etwas zu erzählen und es kommt nur darauf an, dass wir ihn fragen. Wieso fragen? Nun, indem wir uns selbst über ihn befragen und dazu seine Eigenart, sein Verhältnis zu anderen Dingen und zu den Menschen und zum Leben untersuchen.

Der Erfolgsmensch ist immer vielseitig, ohne dass er deshalb aber oberflächlich ist.

Das ist gar nicht schwer und eigentlich nur davon abhängig, dass wir uns für das Leben in seiner Vielseitigkeit überhaupt interessieren. Ja, Vielseitigkeit, das ist das richtige Wort. Der Erfolgsmensch ist immer vielseitig, ohne dass er deshalb aber oberflächlich ist. Vielseitigkeit ist auch der beste Ausdruck für geistige Aufgeschlossenheit. Keineswegs braucht man deshalb alles gleich zu können, was andere fertig bringen, aber bekannt muss es einem sein und begreifen muss man es. Und keineswegs muss man auch alles bejahen und gutheißen, was man kennen lernt. Im Gegenteil, immer heißt es sorgfältig abwägen, vergleichen und prüfen, damit sich keine erfolgs- und entwicklungswidrige Einstellung in uns entwickelt.

„Das kann ich nicht begreifen", so etwas gibt es nicht für den Erfolgsmenschen.

Die Worte, die man so häufig hört, das kann ich nicht begreifen, da komme ich nicht mit, das geht über meinen Horizont usw., sollten von Menschen mit positiver Einstellung überhaupt nicht ausgesprochen werden, zumindest jedoch nicht, ohne sich gründlich mit der zu verstehenden Sache auseinander gesetzt zu haben. Tatsächlich können viele etwas Neues nicht begreifen, eben, weil sie keinen Kontakt mit dem fließenden Leben haben.

Deshalb muss man auch einfach auf der „**Höhe der Zeit**" bleiben und darf die Verbindung mit Menschen und Dingen solange nicht unterbrechen, wie man sie braucht und von ihnen abhängig ist bzw. mit ihnen in Glück und Erfolg zusammen leben will.

Also alles, was sich unseren Augen bietet, müssen wir sorgfältig beobachten und innerlich befragen!

Es gibt immer wieder etwas Neues, man muss es nur sehen können!

Meinen Sie, dass es Dinge gibt, die Sie auf Ihrem Weg, den Sie vielleicht schon seit Jahren jeden Morgen und jeden Abend zurücklegen, noch

nicht gesehen haben? Ja, ich behaupte, dass es sogar ganz bestimmt der Fall ist, ja, dass es sogar tausend Dinge gibt und viele mehr, die alle noch darauf warten, um von Ihnen entdeckt zu werden.

Ich sagte vorhin, dass nicht nur das äußere, sondern auch das innere Auge aufgeschlossen sein muss, um etwas zu sehen. Das ist auch die alleinige Ursache für unser Vorbeilaufen an so vielen Dingen.

Unsere Sinne nehmen grundsätzlich nur das wahr, worauf wir sie stoßen. Von allein machen Sie uns in den allerseltensten Fällen auf etwas aufmerksam, und dann auch nur, wenn irgendein lebenswichtiges Interesse berührt wird.

Wichtig! Was nicht interessiert wird nicht registriert!

Sind wir an einer Sache interessiert, so ist es gerade, als ob uns alle Dinge entgegenkommen, die zu dieser Sache gehören, umgekehrt, als wenn sie uns regelrecht fliehen. Deshalb müssen wir den inneren Motor ankurbeln und die Kamera unseres Geistes unmittelbar auf die zu erfassenden Objekte einstellen lernen.

Wie mangelhaft unsere Sinne und unsere Beobachtung arbeiten, können Sie leicht an den Möbelstücken Ihrer Wohnung, ja sogar an Ihrer Kleidung und an Dingen beobachten, mit denen Sie täglich in engster Fühlung leben.

Kennen Sie das Muster Ihrer Krawatte, Ihres Halstuchs? Bitte, nehmen Sie ein Stück Papier und versuchen Sie dieses Muster aufzuzeichnen. Ja, es soll sogar vorkommen, dass man noch nicht einmal weiß, ob die Uhr, die man jeden Tag mindestens zehnmal ansieht, römische oder arabische Ziffern hat.

Prüfen Sie sich!

So ergeht es uns bei tausend Dingen. Wenn es sich um belanglose Gegenstände handelt, spielt das weiter keine Rolle, schlimm ist nur, dass es uns oft auch in wichtigen Angelegenheiten so geht. Viele werden mir antworten wollen, dass ihr Gedächtnis schlecht arbeite.

Zugegeben, aber warum arbeitet es denn schlecht, und weshalb funktioniert es tadellos, wenn es sich um Ihre Hobbys und Ihre Liebhabereien handelt? Hier liegt der Hase im Pfeffer, mein verehrter Leser, und der Grund zum Versagen des Gedächtnisses ist nur das **mangelhafte Interesse,** das Sie all diesen Dingen, die Sie bisher vergaßen, entgegenbrachten.

Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen!

<u>Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen!</u>

Diese wichtige Lehre, die für unser positives Denken eine so bedeutsame Rolle spielt, ist auch hier entscheidend.

Die geistige Kamera muss richtig eingestellt sein!

Unser Geist denkt nicht daran, die Umwelt sicher und zuverlässig festzuhalten, wenn wir uns beim Photographieren des Gegenstandes nicht die Mühe machen, unser <u>Objektiv</u> auf höchste Schärfe und Lichtstärke einzustellen. Das aber verstehen wir unter <u>Beseelung</u>!

Unbewusste Arbeit des Geistes bei genügendem Interesse.

Ganz von selbst stellt sich die geistige Linse richtig ein, wenn wir die Dinge unserer Aufmerksamkeit nicht nur von außen, sondern auch von innen betrachten. Und darum sage ich:

Fragen Sie die Dinge, was sie Ihnen zu sagen haben, untersuchen Sie ihre Beziehungen zu anderen Dingen, zum Leben, zu den Mitmen-

schen usw. Jedes noch so kleinste Ding ist wichtig genug, um darüber nachzudenken, denn jedes ist ja ein Baustein im Gesamtgefüge der Schöpfung und des Entwicklungsgeschehens.

Was ist notwendig?

Selbstverständlich wird nicht von uns verlangt, dass wir deshalb jedes kleinste Ding untersuchen müssen, aber um das Wichtigste und vor allem um alles Notwendige müssen wir uns unbedingt bemühen. Hierzu sei jedoch gesagt, dass dieses **Notwendige** sich nicht danach richten darf, ob es jemand aus einem engen Horizont heraus für notwendig hält oder nicht, sondern vielmehr, ob der Erfolg und die persönliche Einstellung es zur Notwendigkeit erheben.
Wer geistig bequem ist, der kann nur zu leicht von einer Sache behaupten, dass er sie nicht brauche, und dass es auch so gehe. Ist man aber ehrlich und denkt ein bisschen nach, wird man feststellen, dass dieses **Nichtbrauchen** meist nur mangelnder Voraussicht entspricht.

Der positive Mensch disponiert auf lange Sicht, und was er an Wissen im Augenblick wirklich nicht benötigt, das behält er sich für die Verwirklichung seiner Fernziele vor.
Dies zeigt uns auch, dass der Umfang unserer geistigen Betätigung von unseren Zielen abhängig ist. Will ich ein großes Haus bauen, so muss der Grund, auf dem es stehen soll, ganz anders bearbeitet werden als bei einer kleinen Hütte.

Ein gutes Allgemeinwissen ist unerlässlich!

In einem Punkt müssen wir jedoch immer vielseitig sein, wenn wir als Persönlichkeit und nicht nur als Person wirken und gewertet sein wollen: Im Allgemeinwissen, das alle Gebiete des kulturellen und zivilisatorischen Geschehens wie des öffentlichen Lebens umfasst!
Das ist schon deshalb notwendig, um sich in allen gesellschaftlichen, sozialen und staatlichen Angelegenheiten ein richtiges Urteil bilden zu können. Man sage nicht, dass hierzu allein der gesunde Menschenverstand ausreiche; abgesehen, dass dieser ja sowieso ein Niederschlag von Erfahrungen ist.
Um sich zu behaupten und durchzusetzen, muss man geistigen Kontakt mit allen richtunggebenden Erkenntnissen haben, andernfalls wird man ein fünftes Rad am Wagen sein und bestenfalls von der Entwicklung mitgerissen werden, nicht aber, wie es sich für einen positiven Menschen gehört, aktiv daran beteiligt sein.
Blicken wir uns doch um in unserer Umwelt! Alle Menschen, die mit ihrem Wissen nicht auf der Höhe stehen, sind im Hintertreffen und damit auch schonungslos allen auf sie einstürmenden Einflüssen ausgeliefert. Deshalb müssen wir aufs innigste die Verbindung mit dem fließenden Leben pflegen und an allen Fortschritten Anteil nehmen.
Von großer Bedeutung ist hierzu das Studium der neuesten Literatur, der Tageszeitungen und die aktuellen Sendungen im Rundfunk und im Fernsehen.
Ich weiß, dass in dieser Hinsicht bei vielen etwas faul ist. Der eine will

keine Bücher, der andere keine Zeitungen lesen, den dritten haben die Wissenschaftssendungen im Fernsehen am allerwenigsten interessiert usw., doch damit muss gründlich aufgeräumt werden.
Der Erfolg verlangt einfach, dass wir uns aller Mittel bedienen, durch die der Fortschritt zu uns spricht, ganz gleich, ob wir uns bisher dafür interessiert haben oder nicht.

Mein verehrter Leser, die Erfolgsgestaltung muss als regelrechter Beruf aufgefasst werden. **Von nichts kommt nichts!** Das ist eine alte Wahrheit und vor allem nicht die geistige Überlegenheit, die wir gerade in unserer Zeit des gesteigerten Wettbewerbs brauchen.

Der Erfolg als Beruf!

Wer beruflich sehr in Anspruch genommen ist, könnte hier sagen: ***„Ja, Herr Schellbach, das ist ja alles ganz bestimmt richtig, aber woher sollen wir die Zeit nehmen, die zu dieser dauernden Weiterbildung gehört?"***
Stimmt, doch wozu streben wir dann nach einem Tagesplan und einer genau überlegten Zeiteinteilung? Bitte, noch etwas Geduld, dann werden Sie sehen, dass auch der Vielbeschäftigte seine Weiterbildung im Fluss halten kann.
Für die bisherigen Ausführungen sei jedoch gleich hinzugesetzt, dass die Weiterbildung auch auf dem Wege zur Arbeitsstätte nur einen minimalen Zeitaufwand verlangt. Vornehmlich kommt es ja darauf an, dass Sie kein **Roboter** sind, der sich zur Arbeitsstätte bewegt, sondern ein lebendiger Mensch mit offenen Sinnen und beweglichem Geist.

Aufhören ein „Roboter" zu sein!

Sehen wir uns doch unsere lieben Zeitgenossen an: Sind nicht die meisten regelrechte Schlafmützen? Als ob die Welt mit ihrer Buntheit überhaupt nicht für sie da wäre, so laufen sie an allem vorbei, was sie fördern und bilden könnte. In geistiger Hinsicht sind sie so bedürfnislos, dass man sich wundert, wie diese Menschen überhaupt denken und überlegen können. Na, wie weit diese Überlegung geht, wissen wir ja, umsonst treten nicht so viele Konflikte und Disharmonien auf.
Die Armut und Seichtheit in allem, was das Denken und den Geist angeht, sind allgemein so entsetzlich, dass man buchstäblich an geistiger Unterernährung zugrunde gehen müsste, würde man davon abhängig sein. Um nichts anderes dreht sich das ganze Denken, als um die unmittelbaren Bedürfnisse des Leibes, und nur, was damit im Zusammenhang steht, findet richtig Beachtung. Da nützt aber kein Ärger und kein Schimpfen, sondern nur positive Aufbauarbeit. Denn dass der Großteil der Menschen geistig so teilnahmslos ist, liegt zumeist daran, dass man sich um die geistige Erschließung der Allgemeinheit noch nie richtig gekümmert hat. Und wenn wir selbst in vielen Dingen schon über dem Durchschnitt stehen, so können wir nur Gott danken, dass es die Ereignisse unseres Lebens so gut mit uns meinten.

Essen und Trinken und die geistigen Bedürfnisse der Allgemeinheit.

Solange das Leben im Gleichmaß dahinplätschert, unterbleibt meist jede Konzentration auf die Entfaltung geistiger Kräfte. Ganz allgemein folgt der Mensch nur der eisernen Notwendigkeit.

Darüber hinaus vollbringt nur der zur höheren Erkenntnis erwachte Mensch etwas, und das ist gerade der springende Punkt: **Leider kostet es ungeheuer viel, bevor die Menschen dahinkommen, denn Geisteskraft gehört eben nicht (oder noch nicht!) zur eisernen Notwendigkeit.** Bis heute konnte man sich ganz gut ernähren, kleiden und - amüsieren, auch ohne gesteigerten Wert auf Geist zu legen.

Wollen wir unsere Mitmenschen geistig weiter bilden, so müssen wir ihrem augenblicklichen Bildungsstand gerecht werden. Die Masse kann wenig dafür, dass sie so rückständig ist. Auch dies muss man einsehen und berücksichtigen!

Wer aber tagaus, tagein und viele Jahre lang immer nur ganz einfache und nur auf die allgemeine Lebenshaltung eingestellte Gedanken in seinem Bewusstsein kreisen ließ, von dem ist unmöglich zu verlangen, dass er nun auf einmal höheren Erkenntnissen zu folgen vermag.

Hierzu gehört die Beachtung der Gesetze des geistigen Aufbaus, die im Erwachsenen genau so wirken wie im Hirn des Abc-Schützen, der auch nicht den Lehrstoff der höheren Klasse begreift, wenn ihm nicht zuvor das Lesen und Schreiben beigebracht wurde.

Aus diesem Grunde müssen wir auch Geduld mit unseren Mitmenschen haben, wenn sie auf höhere Gedankengänge zunächst überhaupt nicht reagieren, sondern müssen, genau so wie der gute Pädagoge, wieder und immer wieder ihr Interesse zu wecken versuchen. Dass wir dabei nur Erfolg haben, wenn wir von ihren Wünschen ausgehen, selbst wenn es ganz primitive und rein materielle sind, ergibt sich nach Kenntnis der Zusammenhänge von selbst.

Wir können hier sagen: **Pack den Menschen bei seiner Sehnsucht und du hast ihn in der Hand!** Reagiert er erst einmal, dann gelingt es auch, ihn langsam weiterzuführen. Und in dem Maße, wie ihm dann ein Licht nach dem andern aufgeht, erobern wir ihn für ein höheres Leben.

Alles untersteht den Gesetzten des Lebens! Pestalozzi glaubte an die Entwicklung des Menschen. Tun Sie es auch, aber gehen Sie richtig vor!

Auch diese Gedankengänge, mein verehrter Leser, zählen zum Tageslauf des positiven Menschen, denn es gehört zu den wichtigsten Aufgaben, dass wir zumindest die Menschen unseres engsten Kreises für eine Neuformung des Lebens auf positiver Grundlage gewinnen. Unsere Mühe wäre jedoch vergeblich, würden wir nicht genau wissen, wie das erreichbar ist. Und wer an der Höherentfaltung und Hinaufbildung der Menschheit zweifelt, weil sie nach seiner Meinung nicht zu bessern sei, der beweist damit nur seine pädagogische Unfähigkeit: Willkürliches Vorgehen nach dem eigenen Kopf ist immer ein Rennen gegen Mauern.

Und wenn Pestalozzi, der große Erzieher, für die Meinung kämpfte, dass fast aus jedem Kinde bei richtiger Behandlung etwas zu machen sei, so bezieht sich das auch auf die erwachsene Menschheit.

Die großen Misserfolge auf dem Gebiet der Menschenbildung sind in der Hauptsache nur auf die mangelnde Erkenntnis der Gesetzmäßigkeiten zurückzuführen, nach denen sich Geist und Seele des Menschen entfalten.

Der Tageslauf des positiven Menschen
Zusammenfassung der wichtigsten Erfolgspunkte

1. Konsequente Erfolgseinstellung

- Was während des Tages für den Erfolg, den Aufstieg, die Harmonie, das Lebensglück, die Gesundheit, das richtige Verstehen mit den Mitmenschen, die geistige Weiterbildung und Vervollkommnung und den persönlichen, materiellen Erfolg irgendwie getan werden kann, hat zu geschehen und da- mit Basta!
- Es wird ganz korrekt ein Erfolgstagebuch geführt und Tag für Tag ein Vorsatz verwirklicht. Jeden Abend vor dem Zubettgehen wird Abrechnung gehalten und der Fortschritt verzeichnet.

2. Geisteshaltung

- Nicht pessimistisch, sondern mit offenem, freiem Sinn und freudiger, positiver Geisteshaltung beginnt der Tageslauf, und auch während des Tages wird diese Einstellung beachtet. Angst oder Furcht finden keinen Nährboden!
- Nur aufbauende und fördernde Gedanken haben das Recht, sich im Bewusstsein aufzuhalten. Mit ganzer Kraft herrscht der tief begründete feste Glaube an das eigene Können, die eigene Tatkraft, den eigenen Erfolg!
- Alle Minderwertigkeitsgefühle prallen ab an dem Bewusstsein, dass die starke, einflussreiche Erfolgspersönlichkeit immer mehr aus dem Inneren heraus geformt und gestaltet wird und unbedingt über jede Schwäche siegt.

3. Verhalten zum Körper

- Der Körper ist die Maschine, das Werkzeug, das Instrument des Geistes und der Seele. Das Gesetz von Ursache und Wirkung diktiert unbarmherzig den Grad der Leistungsfähigkeit. Die gute Leistung kann nur verlangt werden, wenn alle Organe des Körpers tadellos arbeiten, der Stoffwechsel gut ist, die Sauerstoffzufuhr reichlich ist und die Ernährung den biologischen Gesetzen des körperlichen Aufbaues entspricht.

4. Schlaf und Aufstehen

- Zur Gesunderhaltung der Körpermaschine ist genügend gute Nachtruhe erforderlich. Bei spätem Zubettgehen sind mindestens 7 Stunden Schlaf erforderlich, bei frühem Zubettgehen vor Mitternacht genügen evtl. 6 Stunden. Entscheidend ist, dass der Schlaf genügend Tiefe besitzt. Nur wirklich tiefer Schlaf kräftigt und erholt den Körper.
- Das Aufstehen hat zu der Stunde zu geschehen und augenblicklich, die man am Abend vorher festgesetzt hat. Man kommt leicht aus dem Bett, wenn man, ohne weiter über das Aufstehen nachzudenken, einfach aufsteht.

5. Einstellung zur Familie

- Herstellung eines recht innigen Kontaktes durch freundliches, liebes Wesen. Unsere Mitmenschen sind keine Gedankenleser, und wenn wir ihnen wohlwollen, so muss das durch einen warmen Druck unserer Hand, ein liebes Wort und einen freundlichen Blick zum Ausdruck kommen.

- Man muss fühlen, dass man es gut meint und dass alles, was man sagt aus ehrlichem Herzen kommt. Alle Mitmenschen behandeln wir unter bewusster Hinlenkung ihrer Aufmerksamkeit auf das Gute ihres Charakters und ihres Wesens: ***„Wenn wir die Menschen behandeln, wie sie sind, so machen wir sie schlechter; wenn wir sie dagegen behandeln, als wären sie bereits das, was sie sein sollen, so bringen wir sie dahin, wohin sie zu bringen sind."***
- Dies bezieht sich ganz besonders auch auf die Behandlung der Kinder. Unser Verhalten zu ihnen muss so sein, dass wir den Glauben an die eigene Kraft und das Gute in der eigenen Brust bewusst pflegen und großziehen.

6. Einstellung zum Alltagsmenschen

- Distanz und wohlwollende Bestimmtheit beherrschen das gesamte Verhalten. Immer ist dem positiven Menschen klar, dass die Schwächen des Alltagsmenschen vornehmlich nur dann zum Ausdruck kommen, wenn er ihnen durch falsches Verhalten Nahrung gibt.
- Auch bei den Alltagsmenschen ist konsequent so zu verfahren, dass die Aufmerksamkeit stets auf die vorhandenen positiven Eigenschaften gelenkt wird. Zur Distanz und wohlwollenden Bestimmtheit gehören: Pflege des äußeren Menschen, Beachtung der Sprache, des Blickes und der Gebärden. Grundsätzliches Vermeiden von allem, was uns in den Augen des Alltagsmenschen herabsetzt. Vorbild sein! Und in allen Handlungen beweisen, dass man eine starke, positive Persönlichkeit ist.

7. Einstellung zur Arbeit

- Der positive Mensch ist ein Vielschaffer. Alle Zeitverluste, die durch Schwätzerei, Tratscherei, zögernde Haltung usw. entstehen, werden grundsätzlich und konsequent ausgeschaltet.
- Stets wird der kürzeste Weg zur Erfüllung einer Aufgabe gesucht. Was mit einer Hand getan werden kann, braucht man nicht mit zweien zu tun, und immer wird vorher der Meißel geschärft, bevor man zum Schlage ausholt. Äußerst rationelles Arbeiten, größte Leistung bei geringstem Kraftaufwand beherrscht die Tätigkeit.
- Die Arbeit selbst ist Pflicht für jeden gesunden Menschen. Deshalb auch größte Hochachtung vor der Arbeit aller Mitmenschen. Jede Arbeit adelt, wenn sie ehrlich ist! Für den materiellen Erfolg kommen grundsätzlich nur solche Arbeiten in Betracht, die dem Wohle des Ganzen dienen.
- Der positive Mensch strebt danach, eine ihm besonders liegende Aufgabe voll und ganz zu erfüllen. Alles Halbe ist zum Misserfolg verurteilt. Nur die Sammlung aller Kräfte auf ein Ziel ist der Schlüssel zum Erfolg! Es wird konsequent nach einem Tagesplan gearbeitet, dessen Zeiten so korrekt wie möglich eingehalten werden.

- Die Arbeit während des Tages erstreckt sich gleichzeitig auf drei Ziele:
  - **Persönliche Entfaltung**
  - **Lebensfreude**
  - **Berufs- und Leistungsziel**

8. Seelische Haltung zum Nächsten

- Der positive Mensch ist sich darüber klar, dass jeder Egoismus seelische Blindheit ist. In allem, was er tut, will er das Beste des Nächsten und seiner Gemeinschaft. Stets ist er bestrebt, vor der Erreichung eigener Verdienste zuerst Diener zu sein. Er hat das Recht, von den Schätzen der Erde einen würdigen Teil für sich zu beanspruchen. Dieses Recht tritt jedoch nur in Kraft, wenn er es durch den Dienst am Ganzen auslöst.
- Diese Einstellung bezieht sich grundsätzlich auf jeden zu erstrebenden Erfolg. Verdienen kommt vom Dienen. Diese seelische Haltung ist auch gesetzmäßig der sicherste und beste Weg zur Erlangung von Wohlstand und Besitz. Die Umwelt reagiert infolge ihrer Einstellung am ehesten auf Leistungen und Vorteile, die wir ihr erweisen.

9. Verhalten in Streitfällen

- Der positive Mensch hält sich stets vor Augen, dass er immer nur von sich und immer wieder nur von sich Gedankendisziplin und Selbstbemeisterung verlangen darf. Grundsätzlich wirkt er durch Ruhe und wohlüberlegtes Sprechen. Er denkt nicht daran, sich durch Beleidigungen aus der inneren Fassung bringen zu lassen, denn er kennt den Alltagsmenschen und weiß, dass seine Nerven nur zu leicht mit ihm durchgehen. Immer entscheidet für ihn die Klugheit, womit er seine eigene Nervenkraft und auch die seiner Nächsten schont.

Positiv sein heißt, mit allen Menschen in Frieden auszukommen!

- Stets denkt er an die besondere Eigenart des Alltagsmenschen:
- Mangel an Objektivität (Urteil nach dem Schein).
- Vorherrschen negativer Gedankenrichtung, Minderwertigkeitsgefühle.
- Abneigung gegen alles, was den eigenen Interessen und Wünschen zu schaden scheint; Empfänglichkeit für alles, was die eigenen Angelegenheiten zu fördern scheint (Egoismus).

10. Die geistige Entwicklung

- Der positive Mensch ist sich darüber klar, dass er stets mit dem fortschrittlichen, pulsenden Leben geistig verbunden sein muss. Er geht an nichts Wichtigem vorüber, ohne es in sich aufzunehmen. Wichtig ist alles, was seiner eigenen und der Gesamtentwicklung dient. Sein Allgemeinwissen ständig zu erweitern, ist ihm selbstverständlich. Ebenso die dauernde Fortbildung in seinem beruflichen Können. Stümper haben niemals Aussicht auf Erfolg, und jede Rückständigkeit ist ein Hemmnis. Demzufolge macht er überall, wo er geht und steht, Augen und Ohren auf und konzentriert seine Aufmerksamkeit auf das vollständige Erfassen seiner Umwelt.
- Kein Tag geht vorüber, ohne dass er nicht etwas Neues hinzulernt, und er betreibt diese Entwicklung ganz bewusst und planmäßig unter Zuhilfenahme des Schreibstiftes und der Kartei des Wissens. (Siehe IX. Teil)

- Zur bewussten Förderung der Persönlichkeit gehört auch die immer bessere Urteilsbildung in allen lebenswichtigen Dingen. Diese ist aber nur möglich, wenn man einen möglichst großen Einblick in alle Zusammenhänge und Geschehnisse des Lebens hat. Darum treibt er Menschenkenntnis, deshalb liest er alle wichtigen neuen Bücher, Tageszeitungen und hört und sieht Berichte im Radio und im Fernsehen. Auf der Straße studiert er die Menschen und achtet auf die Schaufensterauslagen. Überall, wo er geht und steht bemüht er sich um die Vervollkommnung seines Wissens, denn er weiß: **Wissen ist Macht!**

Den ganzen Tag lenkte die Erfolgsformel:
Richtigmachen = Erfolg - Falschmachen = Misserfolg!

VII. Teil
Planmäßige Erfolgsgestaltung
Festlegung und konsequente Verfolgung des Ziele

„Nicht zur Zerstörung der Schöpfung, zur weiteren Vervollkommnung sind wir geboren.
Mühe sich jeder daher, durch planmäßige Ausnutzung von Zeit und Kraft das hohe Werk zu vollenden."
(Oscar Schellbach: Erkennen / Schaffen / Vollenden)

Bei allen Erfolgsüberlegungen haben wir uns stets von der Erkenntnis leiten lassen, dass alles Streben dem Gesetz von Ursache und Wirkung untersteht.
So stellten wir fest, dass man nur vorwärts kommt und Erfolg hat, wenn man dauernd bemüht ist, alles richtig zu machen. Dies setzt voraus, dass wir uns einer planmäßigen Lebensführung verschreiben, denn nur dadurch werden wir in die Lage versetzt, Zug um Zug unseren Aufstieg vorwärts zu treiben und alles gewissenhaft zu beachten, was die Voraussetzungen des Erfolges von uns verlangen.
Wenn wir bis zur Stunde nun auch schon manche Erfolgsanleitung erhielten, so haben wir eine wirklich planmäßige Lebensführung noch nicht beachtet. Das ist ja auch gar nicht möglich, solange der Plan eben noch nicht feststeht.

Nur Planmäßigkeit Garantiert den Erfolg!

Überall, wo Menschen bewusst vorwärts streben, arbeitet man nach einem Plan. Anders ist ein großes Ziel nicht zu verfolgen und zu erreichen und gerade diese Planmäßigkeit beweist auch, dass man über die Bedingungen, die zu einem Erfolg führen, nachgedacht hat.
Planmäßigkeit verlangt genaue Disposition, genaue Verfügung über alle vorhandenen Erfolgsmittel. Man muss dabei einmal mit seinen Kräften auskommen und zum andern auch alles überhaupt Erreichbare mit ihnen schaffen.

Haushalten und planmäßige Lebensführung.

Wie sehr wir diesen Einsichten zu folgen vermögen, darin zeigt sich unsere Befähigung zur bewussten Gestaltung des Lebens, ja überhaupt unsere Lebensmeisterschaft. Im gewöhnlichen Leben nennt man dieses Vorgehen das Haushalten mit seinen Kräften, was immer ihre richtige Einteilung und ihren richtigen Einsatz bedingt. Haushalten muss man mit seinem Geld, mit seiner Zeit, mit seiner Nervenkraft, seiner Gesundheit usw ... und gerade der Höhepunkt des **Haushaltens ist die planmäßige Lebensführung.**

Selbstverständlich wollen wir dabei nicht zum Pedanten werden, trotz allem soll unser Leben von einer gewissen Großzügigkeit geleitet sein, aber dennoch, ein Ziel, gleich wie es immer geartet ist, lässt sich doch nur erreichen, wenn wir über die uns zur Verfügung stehenden Mittel und Möglichkeiten richtig disponieren.

Wichtig! Wir wachsen mit unseren höheren Zielen! Eine höhere Leistung kommt aus der anderen.

Wir beginnen daher unsere planmäßige Lebensführung auch zunächst mit der Feststellung unserer Möglichkeiten. Nur wenn wir wissen, über welche Kräfte wir verfügen, gelingt uns ihr erfolggerechter Einsatz.
Es ist falsch, sich mehr vorzunehmen als man zu leisten imstande ist. Dieses „Sichübernehmen" muss gesetzmäßig zum Misserfolg führen. Dies bezieht sich jedoch stets auf den zeitbegrenzten Einsatz der Kräfte und immer auf die Erreichung eines Teil-Zieles. Deshalb, weil wir wissen, dass unsere Kräfte mit den vollbrachten Leistungen wachsen.

Die planmäßige Erfolgsgestaltung

Da wir nicht genau wissen, wie sehr unsere Kräfte wachsen und wie schnell, und welche besonderen Möglichkeiten sich im Laufe der Zeit für die bessere Ausnutzung der Kräfte noch ergeben, erstreckt sich unsere planmäßige Lebensführung auch nicht auf die Durchführung eines in allen seinen Einzelheiten für lange Zeit festliegenden Planes, sondern auf einen Hauptplan und eine Reihe beweglicher Unterpläne.

Hauptplan und bewegliche Unterpläne.

Der große Hauptplan ist unser Lebensplan mit seinen Bereichen: **Persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Berufs- und Leistungsziele**. Daraus ergibt sich eine Reihe von Jahres-Plänen und daraus ergeben sich dann wieder die einzelnen Monats– und Wochenziele und schließlich der Tagesplan. Grundsätzlich ist zu beachten, dass ein Plan in sich um so beweglicher zu gestalten ist, je größere Zeiträume er umfasst und um so unverrückbarer, unbeweglicher und starr durchzuführender, je kleiner sein Zeitabschnitt ist.

Die 3 Bereiche: Persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Berufs- und Leistungsziele.

Der Tagesplan ist demnach ganz strikt und konsequent durchzuführen und Abweichungen dürfen nur zugelassen werden, wenn es gar nicht anders geht und die absolute Notwendigkeit es gebietet. Mit dieser Konsequenz in der unbedingten Durchführung des Tagesplanes steht und fällt die ganze bewusste und planmäßige Lebens- und Erfolgsgestaltung.

Je gründlicher wir vorgehen, um so erfolgreicher sind wir!

Stehen wir eisern zu dieser Konsequenz, so bedingt das natürlich, dass wir bei der Aufstellung des Tagesplanes ganz streng alle Erfordernisse bedenken, die das Leben an uns und auch wir selbst an das Leben stellen. Kein einziger Punkt sollte unberücksichtigt bleiben, der unser Zielstreben vereiteln oder unwirksam machen könnte.

Um diesen Bedingungen voll zu entsprechen, legen wir uns zuerst einmal einige Fragen vor, die genauestens zu beantworten sind. Diese Fragen zeigen uns, was das Leben und der Erfolg von uns verlangen.

Doch bevor wir diese Fragen beantworten können, sind die großen Ziele festzulegen, die unser Leben einstmals krönen sollen, bzw. ist der Hauptplan, der große Lebensplan aufzustellen.

Die erste Forderung hierzu gipfelt in der Frage:

Was kann ich unter Berücksichtigung meines bisherigen Lebens, meines Alters, meines Kräftezustandes, meiner Gesundheit, meiner festliegenden, unveränderlichen Veranlagung und Konstitution im Leben erreichen? Wo sind meine Grenzen?

Nur in den Grenzen unseres Wesens sind wir frei! Deshalb realistische Ziele setzen!

Wir fragen hier nicht nach den großen Möglichkeiten, die uns durch unsere Erfolgssystematik gegeben sind, liebe Leser, sondern nach unseren Grenzen, denn Sie wissen ja: Nur in den Grenzen seines Wesens ist das Wesen frei!

Ein Fünfzigjähriger kann nicht mehr alle Ziele erreichen, die einem Dreißigjährigen noch möglich sind. Ungewöhnliches ist möglich, sehr, sehr viel, aber dennoch heißt es, die Natur berücksichtigen und sich nur sol-

che Ziele zu stecken, **die auf jeden Fall auch erreichbar sind.** Dass hierbei jedes auf seelische Ursachen gegründete Minderwertigkeitsgefühl auszuschalten ist, ist wohl selbstverständlich. Ich erinnere hier an Goethe: ***„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen!"***

„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen!" Haben Sie sich schon entdeckt?

Ich führe diesen Ausspruch an, um darauf hinzuweisen, dass man sich selbst unter Umständen erst entdecken muss, um sich das richtige große Ziel zu stecken und **dass Wünsche die innersten Antriebskräfte in uns sind.**

Zur Aufstellung des Lebensplanes ist es nicht nötig, dass wir schon gleich genau wissen, wie wir unser Ziel im Einzelnen erreichen wollen, das ergibt sich aus späteren Überlegungen und aus dem Verlauf des Lebens ganz von selbst, sondern vielmehr, dass wir überhaupt die große Linie unseres Lebens festlegen.

Die große Linie des Lebens festlegen, damit beginnt das Zielstreben!

Das ist von großer Bedeutung, denn gerade dadurch, dass man nicht weiß, wie man einen Wunsch verwirklichen, ein großes Ziel erreichen kann, kommen die meisten Menschen nicht dazu, sich endgültig für eine bestimmte Lebensrichtung zu entscheiden.

Die Schwierigkeiten scheinen ihnen derartig groß, dass sie es gar nicht wagen, endgültige Entschlüsse zu fassen, sondern immer nur grübeln sie daran herum, wie man die Hindernisse vor dem Ziel beseitigen könnte. Das ist vollständig falsch und führt zu einer Vergeudung, nicht aber zu einer Sammlung der Kräfte.

Der endgültige Entschluss!

Die große seelische Leistung zur Erreichung eines hohen Zieles tritt nur dann ein, wenn den inneren Kräften Gelegenheit gegeben wird, sich in einer Zielrichtung, in einer Marschrichtung zu formieren, das aber bewirkt der endgültige Entschluss!

Ohne das große Ziel ist alles Bemühen sinnlos!

Es ist durchaus möglich, dass Sie sich im Verlauf Ihres Lebens in Ihren großen Zielen, insbesondere sich in ihrem Leistungsziel nochmals neu orientieren. Sehr leicht kann sich das aus der eintretenden Entwicklung ergeben, doch darf Sie diese Tatsache nicht davon abhalten, schon heute ein großes Ziel festzulegen und energisch zu verfolgen.

Tun Sie das nicht, so ist die ganze planmäßige Lebensführung illusorisch, denn nur das Ziel, das große Ziel, ist ihr Ausgangspunkt. Nach ihm ist die Planmäßigkeit aufzubauen, nach ihm, dem großen Ziel, richtet sich das ganze Streben.

Also entscheiden Sie, was Sie wollen! Legen Sie endgültig die Richtung fest, in der sich, zumindest in den nächsten Jahren, Ihre Kräfte betätigen sollen.

Auf die Zielsetzung kommt es an!

Ich weiß, meine verehrten Leserinnen und Leser, dass ich mit der Frage nach dem großen Ziel ein Kapitel anschneide, das für viele das schwerste Problem des Lebens ist und dass die meisten damit überhaupt nicht allein fertig werden. Und eigentlich nur deshalb erreichen viele kein

wirklich glückliches und erfolgreiches Leben, weil diese Frage nie richtig geklärt wird. Wirklich alles ist von einer Klärung dieses Problems abhängig, und darum will ich Ihnen dabei auch recht zur Hand sein.

Der Lebensplan

Grundfragen zum Berufs- und Leistungsziel

1. Hauptfrage:

Bist Du dir vollkommen klar über die Voraussetzungen des Erfolges und kennst du deine Grenzen?

Nicht Geld noch Gut ist das Ziel, sondern die Leistung.

Das oberste Gesetz dieser Überlegung heißt: Nicht Geld noch Gut ist das Ziel, sondern die Leistung. Geld und Gut sind Resultate, sie werden bestimmt erreicht, wenn die Leistung entsprechend ist. **„Erfolg kommt von folgen."**

Es muss also dem Erfolg etwas vorausgehen, und das ist die Leistung. Diene deinem Nächsten, und er wird dich dafür belohnen. Der Lohn ist der Erfolg, der Dienst die ihm vorausgehende Leistung.

Wenn Du Dir wünschst, in einem bestimmten Beruf einmal zu Ehre, Ansehen, Ruhm und Besitz zu kommen, so musst du Dich vollkommen darauf konzentrieren! So ist es in jedem Beruf, in jedem Fach und überhaupt auf allen Erfolgsgebieten.

Deshalb gibt es nur eine Zielrichtung des Aufstiegs: die Richtung auf die Leistung! Jede andere Erfolgsspekulation ist verfehlt und führt zum Misserfolg und auf abschüssige Bahn. Das ist Gesetz!

Nur in den Grenzen seines Wesens ist das Wesen frei! Man muss sich selbst wie ein Außenstehender betrachten, um die eigenen Möglichkeiten richtig zu erkennen!

Bevor Du Dein Ziel festlegen kannst, musst Du Dir klar sein über die Dir zur Verfügung stehenden Möglichkeiten. Es gibt Grenzen, die Du nicht durchbrechen kannst. Diese Grenzen musst Du beachten.

Nur wenn Du die Voraussetzungen eines Zieles heute oder später bestimmt zu erfüllen vermagst, ist das Ziel vernünftig. Beklage Dich aber nicht, wenn Du schon zu alt bist für ein bestimmtes Ziel, sondern finde Dich damit ab. Kannst Du dieses eine Ziel auch nicht erreichen, so gibt es tausend andere, die Deinem Alter entsprechen.

Wie es hiermit ist, so ist es mit vielen anderen Voraussetzungen des Erfolges, die Du vielleicht nicht erfüllen kannst. Hierbei muss jedoch ganz klar überlegt werden, ob die festgestellten Erfolgshindernisse tatsächlich vorhanden, also naturgegeben sind oder nur in der Einbildung bestehen. Denn nur zu leicht wird der Fehler gemacht, dass man sich selbst und seine Leistungsfähigkeit unter dem Einfluss von Minderwertigkeitskomplexen sieht, die durch nichts begründet sind.

Die richtige Zielsetzung verlangt deshalb vollkommene Objektivität. Man muss sich selbst wie ein Außenstehender betrachten. Aber nicht wie ein pessimistisch Denkender, sondern wie einer, der es gut mit uns meint und dem nur daran gelegen ist, uns einen guten Rat zu geben.

Außerdem ist zu bedenken, was guter Wille, Selbstvertrauen und fester Glaube zu erreichen vermögen.

Die Weltgeschichte kennt unzählige Fälle, wo unter schwerster Behinderung einzelne Menschen kulturelle Großtaten vollbrachten, für deren Möglichkeit im Anfang nichts anderes als nur der Glaube der Betreffenden vorhanden war.

Überhaupt zeigt uns ja das Studium der Erfolgsgesetze, dass dem ernsthaft Strebenden beinahe alles möglich ist, was Menschen je erreichen können.

So ist auch die Absteckung der eigenen Grenzen nicht so aufzufassen, dass damit die Möglichkeiten beschnitten werden, sondern vielmehr sollen die naturbedingten Grenzen, über die es tatsächlich kein Hinaus gibt, richtig erkannt sein.

Wenn Du im Nachstehenden daher gefragt wirst, ob Du den Erfordernissen eines Zieles in jeder Hinsicht gerecht zu werden vermagst, um es eben mit Sicherheit anstreben zu können, so sind die bezüglichen Fragen stets unter diesen Gesichtspunkten zu betrachten.

Ein Springer braucht gesunde Beine; der Steifbeinige taugt dazu nicht. Der Musiker braucht ein gutes Ohr, der Maler ein gesundes Augenlicht, der Schmied einen kräftigen Körperbau, der Chirurg eine ruhige Hand, der Sänger einen gesunden Kehlkopf usw.

Also die Grenzen sind gemeint, die naturbedingt sind, nicht jene, die aus der Einbildung oder aus Minderwertigkeitskomplexen stammen.

Bevor wir nun darüber nachdenken, wieweit Du den Anforderungen deines Zieles zu entsprechen vermagst, und wir die dazu notwendigen Fragen aufwerfen, gilt es eine zweite Hauptfrage zu beantworten.

Überhaupt zeigt uns ja das Studium der Erfolgsgesetze, dass dem ernsthaft Strebenden beinahe alles möglich ist, was Menschen je erreichen können.

Die Grenzen sind gemeint, die naturbedingt sind, nicht jene, die aus der Einbildung oder aus Minderwertigkeitskomplexen stammen.
Jeder Mensch kann meist mehr, als er sich zunächst zutraut!

2. Hauptfrage:

Steht das, was Du vorhast und was du als Dein Leistungsziel anstrebst, mit dem Wohl der Allgemeinheit im Einklang?

Bedenke genau, was hier gefragt wird, denn ohne eine restlose Bejahung dieser Frage ist jede weitere überflüssig! Du bist ein Teil der Menschheit, im besonderen der sozialen Gesellschaft aller arbeitenden Menschen und lebst nur durch sie. Ohne diese Gesellschaft bist Du eine Null, ein Gefäß ohne Inhalt, ganz gleich, ob Du das anerkennst oder nicht. Außerdem vermagst Du überhaupt nur ein erfolgreiches Ziel zu erreichen, wenn es den Interessen der Allgemeinheit dient, denn Du selbst bist machtlos auf dem Wege zum Erfolg, wenn Dir von seiten Deiner Mitmenschen nicht geholfen wird.

Solltest Du mit List die Hilfe Deiner Mitmenschen zur Erreichung eines schlechten Zieles gewinnen, so kannst Du in einigen Fällen zwar einen Augenblickserfolg erzielen, um aber dann, durch die Kraft der Kausalität, ein Opfer Deiner eigenen Charakterlosigkeit zu werden.

Du bist ein Teil der Menschheit, im besonderen der sozialen Gesellschaft aller arbeitenden Menschen und lebst nur durch sie.

Du sollst nach einem Dauererfolg streben, denn nur er macht Dich glücklich und lässt Dich ruhig sterben. Und gerade deshalb muss Dein Ziel das Wohl Deiner Mitmenschen fördern.

Es ist ein Gesetz, dass ein Rad in der Welt immer das andere treibt.

Auch Du bist ein Rad im Naturgetriebe, aber die Antriebskraft, der auch Du Dich fügen musst, ist nicht aus Deinem, sondern aus göttlichem Willen. Trittst du ihm entgegen, so ist es in jedem Falle Dein Untergang. Die Kraft, die alles steuert, will Aufwärtsentwicklung, will Evolution, will Harmonie und das Glück aller Wesen. Sei mit Deinem Ziele willig ihr Diener, ihr Arbeiter im Weinberge, und Du selber wirst glücklich dabei.

Und nun, wenn Du die zweite Hauptfrage aus ehrlichem Herzen bejahen kannst, wollen wir untersuchen, ob Du fähig bist, Dein Ziel zu erreichen.

Hast Du überhaupt schon ein genaues Ziel?

Ohne Zielklarheit keine Konzentration der Kräfte, ohne Konzentration der Kräfte kein Erfolg!

Diese Frage ist wohl berechtigt, denn ohne die Durcharbeit der nachfolgenden Fragen kannst Du es ja eigentlich noch gar nicht haben, es sei denn, Du hast es schon seit langem. Deshalb nämlich, weil Du erst bei einer Beantwortung der Fragen über Dich selbst und Deine Möglichkeiten gründlich im Klaren bist.

Um voranzukommen, werde ich Dich später auffordern, alle Deine Wünsche aufzuschreiben, die Du in Bezug auf die Gestaltung Deines Lebens hast. Doch bitte nur solche, die sich mit der 2. Hauptfrage vereinen lassen.

Schreib dann auf, was Du gern leisten möchtest und wofür Du Dich begeistern kannst! Frage Dich nach Deinen Interessen und was Dich begeistert!

Schreib dann auf, was Du gern leisten möchtest und wofür Du Dich begeistern kannst! Schreib alles auf, damit Du es zunächst einmal vor Dir hast und so Dein Geist Gelegenheit findet, das Wertvolle zu einem plastischen Bilde zu formen.

Bist Du da ohne rechte Einfälle, so öffne das Buch Deiner Kindheit. Was träumtest Du vom Leben, als Du noch ein kleiner Junge, ein kleines Mädel warst. Oder sinne nach, was Dich bislang immer am stärksten fesselte. Waren es Maschinen, waren es Bücher, war es ein blühendes Kornfeld, ein Mikroskop, ein Photoapparat, war es der bestirnte Himmel oder Musik, Malerei, schön gebaute Häuser, ein gut aufgezogener Geschäftsbetrieb, ein bestimmtes Handwerk, Altertumsforschungen, oder was war es sonst?

Konzentration ist die einzige Klugheit, Zersplitterung das einzige Übel! Wähle!

Oder denke nach, was je im Leben Dir missfiel, und wobei du dachtest, dass Du es besser machen möchtest.

Prüfe alles, alles und schreibe dann jeden Gedanken auf! Beginnst Du erst damit und gibst Dich dieser Arbeit restlos hin, mit Deinem ganzen Menschen und wissend, dass Dein ganzes Glück, Deine ganze Zukunft davon abhängen, so kommt Dir ein Gedanke nach dem anderen. Und wenn Du gar drei Tage nacheinander schreibst, was bei der Wahl des rechten Zieles ratsam ist, so hast Du bald eine mächtige Fülle guter Einfälle und Ideen beieinander.

Dann gehst Du daran, das Material zu sichten und daraus zu formen, was als Dein Ziel, Dein Leistungsziel in Erwägung zu ziehen ist. Ist das geschehen, dann erst bist Du vorbereitet, an Hand der nun kommenden Fragen Dich selbst auf Herz und Nieren zu prüfen.

Doch eins noch ist wichtig: Weißt Du ungefähr, was Du möchtest, so vergewissere Dich zunächst, ob Du auch alles weißt, was ein bestimmtes Ziel für Anforderungen an Dich stellt. Kennst Du diese Anforderungen nicht, so ist die Prüfung Deiner Möglichkeiten vergebliches Bemühen. Informiere Dich nach allen Seiten, nach jeder Richtung. Frage die Leute vom Fach und studiere die maßgebende Literatur.
Bedenke: das Setzen eines Lebenszieles entscheidet über den Ablauf Deines ganzen zukünftigen Lebens, denn hast Du Dir das große Ziel gesetzt, gibt es für Dich nur noch ein Trachten: es unbedingt zu erreichen!
Also vergewissere Dich über die Anforderungen eines Zieles, über alles, was Du leisten musst, Dein Körper, Dein Geist, Dein Charakter leisten müssen, wenn es erreicht werden soll. Je sorgfältiger Du zu Werke gehst, um so besser ist es. Und hast Du alle Informationen, siehst Du ganz klar, dann erst prüfe Dich.

Alles, was das Lebensziel angeht, muss stichhaltig sein!

3. Hauptfrage:

Welche Leistungen, Fähigkeiten, Fertigkeiten verlangt das erwünschte Ziel?
Antworte ganz klar und entwirf vorher, also bevor Du Dich selber prüfst, ein genaues Bild über alle Anforderungen, die das erwünschte Ziel an die Leistungsfähigkeit, Persönlichkeit, den Charakter, die Körperbeschaffenheit usw. stellt.

Unterfragen:
1. Wie alt bist Du?
Kann ein Mensch in Deinem Alter dieses Ziel noch erreichen? Wenn für Dich besondere Umstände sprechen, so prüfe sie auf ihre Stichhaltigkeit. Vertraue ganz auf Dich selbst, gib Dich aber auch keinen Illusionen hin. Wenn das eine Ziel nicht erreichbar ist, gibt es tausend andere.

2. Welche Anforderungen stellt das erwünschte Ziel an Deinen Körper?
Wie muss die Gesundheit sein und die Beschaffenheit der Nerven? Wie die Leistungsfähigkeit der Muskeln, der Sinne (Gesicht, Gehör, Geruch, Geschmack, Gefühl)? Wie muss der äußere Mensch beschaffen sein, Aussehen? Körpergröße? Handbildung (z. B. beim Geigenvirtuosen lang und schmal), Gesichtsbildung?
Frage Dich bei jedem Punkt, ob Du in Deiner Konstitution den Voraussetzungen des Zieles entsprichst. Es gibt einige Ziele, die fragen über-

haupt nicht nach dem Körper, wieder andere sind ganz von seiner Beschaffenheit abhängig. Stellst Du bei dir Mängel fest, so frage Dich, ob ihnen bei ernster Arbeit oder durch irgendeinen anderen Umstand abzuhelfen ist (Heilbehandlung, chirurgischer Eingriff u. ä.). Dieser Punkt ist bei der Antwort genau zu berücksichtigen.

3. Welche Anforderungen stellt das erwünschte Ziel an die Leistungsfähigkeit Deines Geistes?

Wie muss die Lernfähigkeit, das Gedächtnis, die Beobachtungsgabe, die geistige Beweglichkeit sein? Welche Stärke der Konzentrationsfähigkeit ist erforderlich? Verlangt das Ziel viel Initiative, schöpferisches Denken, Phantasie, Intuition? Welche Anforderungen stellt das Ziel überhaupt an die Intelligenz?

Bei der Beantwortung dieser Fragen ist genau zu berücksichtigen, was man aus sich selbst machen kann. Wie wir wissen, ist eine große Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit möglich.

4. Welche Anforderungen stellt das gewünschte Ziel an die Persönlichkeit?

Welche Anforderungen an Mut, Tatkraft, Entschlossenheit, Ausdauer, innere Festigkeit gegen äußere Einflüsse, an Kampfgeist, konsequentes Handeln, innere Sicherheit, Selbstbeherrschung, Korrektheit, Gewissenhaftigkeit, Fleiß, Ordnungsliebe, Sauberkeit usw.

Ferner: Wie muss die äußere Wirkung sein? Sprache, Stimme, Blick, Mienenspiel, Auftreten?

Was heute nicht ist, wird die Zukunft bringen. Es kommt ganz darauf an, ob wir fest entschlossen sind, aus uns etwas zu machen.

5. Welche besonderen seelischen Eigenschaften verlangt das Ziel?

Treue, Ehrlichkeit, Menschen- und Nächstenliebe, Verantwortungsbewusstsein, Pflichtgefühl, Hilfsbereitschaft, Aufopferungsfähigkeit. Bei besonderen Zielen Liebe zu Tieren und Pflanzen?

Frage Dich, wie groß und wie stark jede dieser Eigenschaften sein muss für ein bestimmtes Ziel und ob Du dieses erforderliche Maß ehrlich aufzubringen vermagst.

Auch bei diesem Punkt, wie auch bei Punkt 4, spielt wiederum die mögliche Entwicklung eine große Rolle. Höhere Erkenntnis vermag alle guten Eigenschaften in Dir zu wecken!

6. Welche Anforderungen stellt das erwünschte Ziel an Bildung und Wissen?

Allgemeinwissen, Fachwissen, Sprachkenntnisse, Spezialstudium? Hast Du schon die dazu nötigen Schulkenntnisse? Oder kommst Du mit einfachen Kenntnissen aus?

Was verlangt das Ziel von Dir im Sprechen, Schreiben, Stil und Ausdrucksweise? Oder kommt es darauf nicht an? Wie steht es um die Umgangsformen, die gute Lebensart?

Es geht alles, was man wirklich will! Die meisten Menschen scheitern nicht an mangelnden Gaben und Anlagen, sondern tatsächlich nur an mangelndem Willen!

Meine verehrten Leserinnen und Leser!

Meine Ausführungen über die Lebensplanung werden Ihnen gezeigt haben, dass es jetzt ernst wird mit der bewussten und planmäßigen Lebensführung.

Jawohl, so ist es, und deshalb werde ich auch von Ihnen verlangen, dass Sie sich endgültig für ein festes Ziel entscheiden sollen. Mag dieses Ziel nun erst in zehn oder zwanzig Jahren zu erreichen sein, oder schon in fünf oder gar zwei Jahren, ist weniger wichtig als vielmehr die Tatsache, dass Sie sich überhaupt zu einem festen Ziele bekennen.

Zum Abschluss dieses Kapitels zeige ich Ihnen an Hand von vielen Beispielen eine systematische Planarbeit auf. Lesen Sie sich diese Beispiele immer wieder durch und denken Sie daran: **Die große seelische Leistung zur Erreichung eines hohen Zieles tritt nur ein, wenn den inneren Kräften Gelegenheit gegeben wird, sich in einer Marschrichtung zu formieren, das aber bewirkt nur der endgültige Entschluss, jetzt wirklich so zu handeln!**

Die große seelische Leistung zur Erreichung eines hohen Zieles tritt nur ein, wenn den inneren Kräften Gelegenheit gegeben wird, sich in einer Marschrichtung zu formieren, das aber bewirkt nur der endgültige Entschluss, jetzt wirklich so zu handeln!

Solche Worte sind aber nicht geschrieben, damit Sie darüber hinweglesen, sondern damit Sie darüber nachdenken und sich danach richten!

Leben und streben Sie mit der Natur, dann ist der Erfolg gewiss!

Richten Sie sich danach, dann ist jedesmal der Erfolg gewiss, ebenso gewiss kommt aber auch der Misserfolg, wenn Sie die Ausführungen nicht beachten. Dem muss ja so sein, denn entweder gibt es einen kausalen Zusammenhang der Geschehnisse im Leben, oder alles ist Chaos, alles geschieht wild durcheinander.

Dass Letzteres nicht zutrifft, ist offensichtlich. Wie wäre es sonst denkbar, dass die Welt bestünde. Selbstverständlich gibt es auch ein Chaos, aber das ist dann auch nur die Folge entsprechender Ursachen und damit wiederum eine gesetzmäßige Erscheinung.

In der Natur wirkt Gott, und damit ist er selbst die sie regierende Gesetzlichkeit.

Im Übrigen zeugt auch die christliche Lehre von der großen Gesetzmäßigkeit allen Geschehens, wenn sie sagt: „Irret euch nicht, GOTT lässt seiner nicht spotten, denn was der Mensch sät, das wird er auch ernten."

Bedeutsam sind auch diese Worte: „Ohne SEINEN Willen fällt kein Sperling vom Dach, und selbst eure Haare auf eurem Haupte sind gezählt."

Wichtig ist nur, dass wir uns die Kraft Gottes, die Kraft des Schöpfers nicht weltenfern denken, sondern um und in uns wirksam. In der Natur wirkt Gott, und damit ist er selbst die sie regierende Gesetzlichkeit. Indem wir gegen die Gesetze des Alls, also gegen die Gesamtharmonie verstoßen, rufen wir zwangsläufig die Natur gegen uns auf, die uns ohne Erbarmen richtet.

Man kann selbstverständlich diese Gedanken fassen, auch ohne dass man den Namen des Höchsten erwähnt, dessen ungeachtet bleibt aber das Geschehen gleich.

Außerdem fragt das höchste Wesen bzw. die Schöpferkraft der Natur nicht danach, ob wir seinen Namen anrufen, sondern einzig und allein, ob wir seinen Willen tun. Aus diesem Grunde kann es eine echte Gottes-

Verehrung auch immer nur im Tun, immer nur im Handeln geben. Und jedes Bekenntnis zu Gott ist ohne Belang, sofern es nicht heilige, das heißt der Harmonie des Ganzen dienende Taten zeitigt.

Wer Gott recht erfassen will, der darf nicht glauben, dass sein Wille ein Wille außerhalb der Schöpfung sei. Nein, in der Schöpfung selbst, in der Natur und allen ihren Wesen lebt und wirkt Gott. Und der Wille, der das Glück dieses Ganzen will, das ist der Wille des Höchsten.
Wir erkennen diesen Willen mit jeder Erfahrung, die wir machen, und wenn sich uns eine Gesetzmäßigkeit zeigt, deren Beachtung der Vollendung dient und deren Missachtung Zerstörung und Verfall im Gefolge hat, so ist der Wille Gottes ganz offenbar.

Erste Grundbedingung: Ihrer Zielsetzung muss sich mit der Gesamtharmonie vereinen lassen!

Wenn ich daher von Ihnen fordere, dass die erste Grundbedingung Ihrer Zielsetzung die sein muss, dass sich ein erwünschtes Ziel mit den Forderungen der Gesamtharmonie vereinen lässt, so ist damit gleichzeitig klar, dass dieses der Wille Gottes ist.

Theorie und Praxis einer positiven Erfolgsplanung

Die systematische Lebensplanung

Bevor Sie jetzt beginnen, Ihr Leben und Ihre Zukunft, Ihren beruflichen und privaten Erfolg auf ein neues Fundament zu stellen, machen Sie sich noch einmal bewusst, dass dies keine Arbeit für die nächsten „fünf Minuten" ist.
Sie werden eine ganze Menge Zeit und Einsatz brauchen. **Aber es lohnt sich, denn es geht um das Wichtigste, was Sie besitzen, um Sie selbst.**
Stellen Sie sich für die kommenden Wochen die Aufgabe, systematisch zu arbeiten, um dadurch Klarheit über Ihre Lebenswünsche und Ziele zu bekommen.
Schauen Sie sich zuerst einmal die Beispiele am Ende dieses Kapitels an und bearbeiten Sie dann die folgenden Arbeitsblätter. Auf diesen ausgefüllten Blättern finden Sie sicher viele Denkanstöße, die Ihnen zeigen, wie Sie vorgehen können und was ich in dieser Situation unter Wünschen verstehen. Außerdem bauen sie auch dadurch weiter die Begrenzung ab, die Ihnen Ihr Verstand immer wieder auferlegt.
Also beginnen Sie einfach, und sprechen Sie auch mit Ihrem Partner, mit Ihrer Familie über Ihre Arbeit. Oft weiß der Partner mehr über Ihre ureigensten Wünsche, als Ihnen selbst im Augenblick bewusst ist. Und es sollen ja auch die Wünsche Ihres Partners mit in Ihre Arbeit einfließen.
Vielleicht werden Sie an dieser Stelle sagen: ***„Und damit soll ich mich in den nächsten Wochen beschäftigen? Das ist doch ganz einfach!"***
Irrtum! Wenn Sie ehrlich zu sich sind - und das setze ich an dieser Stelle voraus - dann werden Sie eine ganz gehörige Portion Zeit brauchen, um Ihre Lebenswünsche zu erkennen und zu Papier zu bringen. Sicher entdecken Sie bereits bei dieser wichtigen Arbeit, welche kleinen Wünsche Sie sich mit wenig Aufwand und Einsatz schon sehr schnell erfüllen können.

Meine Wünsche erkennen?

Die Schwierigkeit dieser Aufgabe besteht darin, dass wir dabei immer wieder durch unseren Verstand regelrecht blockiert werden. Sobald wir uns mit unseren Wünschen beschäftigen, kommen in uns immer wieder Gedanken hoch wie:
„... das kannst Du doch nicht; das schaffst Du doch nicht; dazu bist Du nicht talentiert genug, hast nicht genügend Mut, Kraft oder Willen ..." oder was uns sonst noch dazu einfällt.
All diese Gedanken hindern uns, über unsere Wünsche noch weiter nachzudenken, ja, sie blockieren uns so sehr, dass wir niemals das erreichen werden, was wir eigentlich erreichen könnten.
Lösen Sie sich also von dieser rationalen Begrenzung und schreiben Sie in der nächsten Zeit alle Gedanken auf, die Ihnen zu Ihren Wünschen bewusst werden.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „MEINE WÜNSCHE"

Die drei Zielerichtungen im Leben

Sie haben sich jetzt Ihre ersten Wünsche bewusst gemacht! Der nächste Schritt, den Sie nun gehen müssen, ist eine Gliederung Ihrer Lebenswünsche in **drei** verschiedene Bereiche, in **„Persönliche Entfaltung", „Lebensfreude" und „Beruf und Leistungsziel"**.

Beschäftigen Sie sich auch hier bitte wieder zuerst mit den verschiedenen Beispielen, damit Sie die Bedeutung dieser drei Zielrichtungen ganz klar erkennen.

Persönliche Entfaltung:

Diesen ersten Bereich bezeichne ich als: „Persönliche Entfaltung". **Hier fällt alles hinein, was Sie ganz persönlich in Ihrem Leben erreichen möchten, in dem es nur auf Sie selbst ankommt, und wovon Sie auch keiner abhalten kann.**

Das ist zum Beispiel: Ein Höchstmaß an körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit, Gesundheit, innerer Harmonie und Zufriedenheit, Harmonie im Umgang mit sich selbst und mit der Umwelt, ein möglichst harmonisches Familienleben, ein bestimmtes Maß an materieller Sicherheit, beruflicher Aufstieg, die Realisierung unserer persönlichen Interessen und Neigungen, die eigene Wohnung oder das eigene Häuschen ...

Sagen Sie jetzt nicht gleich wieder: ***„Das ist doch unrealistisch, Träumer, Spinner ...! Ich kann doch nicht immer gesund bleiben, irgendwann ist einmal Schluss..."***

Sicher ist das so! Trotzdem kann sich jeder von uns bemühen, ein möglichst zufriedenes und harmonisches Leben zu führen; jeder von uns kann sich bemühen, auch im Alter noch fit zu sein und das trotz möglicher kleiner Gebrechen. So, wie wir zu jeder Zeit mit unserer Umwelt in Harmonie leben können.

Wenn sich jeder von uns, jeder Mensch auf dieser Welt bemühte, mit sich selbst und seiner Umwelt in Harmonie zu leben - für unsere Welt und für alle, die auf ihr leben - würde das goldene Zeitalter anbrechen.

Ist das nicht ein schöner Lebensinhalt, ein wirklicher lohnender Sinn unseres Leben? Und das in einer Zeit, in der doch so viele nach dem Sinn des Lebens fragen?

BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „PERSÖNLICHE ENTFALTUNG"

Lebensfreude:

Der zweite Bereich unserer Gliederung ist die „Lebensfreude". In diesen Bereich fällt all das, was Ihnen Freude macht, was Ihnen zusätzlich Kraft und Energie gibt.

Aber auch das, was Sie gemeinsam mit Ihrem Partner, mit Ihrer Familie, mit Ihren Freunden erleben wollen. In diesen Bereich fallen all Ihre Hobbies, Neigungen und Interessen. Besprechen Sie diese wichtigen Gedanken mit Ihrem Partner und mit Ihrer Familie!

Hier einige Denkanstöße: Zeit für die Familie und die Freunde, gemeinsame Feierabende, Wochenenden, Ferien, sportliche Aktivitäten, Reisen, Musik ...

Aber auch Gedanken, die eigentlich zu Ihrer „persönlichen Entfaltung" gehören; Ihre eigene Wohnung oder das eigene Häuschen ...

Und was tun Sie, wenn Sie älter sind, wenn der Beruf nicht mehr im Vordergrund steht? Vergessen Sie auch hier die Lebensfreude nicht!
Beispiel: „LEBENSFREUDE“

Berufs- und Leistungsziele:

Der dritte Bereich unserer Wunschliste ist der Beruf, ist das „Leistungsziel“. **Es sind die Wünsche und Ziele, die die Basis für alle anderen Wünsche und Ziele sind.** Schreiben Sie auch hier zuerst einmal Ihre Wünsche auf.
Zum Beispiel: Aufstieg in eine bestimmte Gehalts- oder Besoldungsgruppe, ein bestimmter Arbeitsplatz, vielleicht eine spätere Selbständigkeit in einem bestimmten Bereich, materielle Sicherheit, Altersversorgung, die finanzielle Grundlage, um sich die Wünsche im Bereich „Lebensfreude“ und „persönlicher Entfaltung“ verwirklichen zu können.
Planen und erarbeiten Sie auch diesen Bereich gemeinsam mit Ihrem Partner! Was nützt es, wenn Sie ganz bestimmte Wünsche und Ziele haben, aber Ihr Partner, Ihr Mann oder Ihre Frau, eigentlich etwas ganz anderes vom Leben erwartet. Wie viele Ehen und Partnerschaften gehen nur deswegen auseinander, weil jeder im Grunde seine eigenen Wege geht und kein Interesse für die Ziele und die Aufgaben des anderen hat?
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „BERUF UND LEISTUNGSZIEL“

Lassen Sie sich Zeit!

Sicher erkennen Sie jetzt, warum ich von der Zeit sprach, die Sie sich für die Arbeit mit Ihren Wünschen nehmen müssen. Es geht wirklich nicht im Handumdrehen, wir brauchen Zeit - **Zeit zum Nachdenken, zum Fragen, zur Klärung dessen, was uns im Leben wirklich wichtig ist.**

Das Negative steht im Vordergrund!

Worin die Schwierigkeit dieser Situationsanalyse besteht, will ich Ihnen an einem Beispiel verdeutlichen: Gehen Sie einmal in ein Krankenhaus und hören Sie zu, über was die Patienten dort reden. Unterhalten sich die Kranken über das „wieder gesund werden“ oder sprechen sie nicht ständig über ihre Krankheit, über ihre Schmerzen und über das, was ihnen missfällt, was sie fürchten?
Sie erkennen, wir beschäftigen uns viel zu oft mit dem, was wir nicht wollen, als mit dem, was wir eigentlich wollen!

Was will ich?

Das folgende Blatt hat zwei Überschriften: **„Was will ich?"** und "**Was will ich nicht?“** Schreiben Sie in diesen Rubriken einfach einmal alles auf, was Ihnen spontan dazu einfällt. Zum Beispiel zum Thema **„Was will ich?“:** Gesund sein ... Leistungsfähig sein ... Erfolg haben ... Sicher auftreten ... Ruhig und konzentriert sein ...

Zum Thema „**Was will ich nicht?“:** Nicht krank sein ... In einer bestimmten Situation nicht immer versagen ... Mich nicht immer ärgern ... Nicht rot werden ... Nicht immer stottern ...
Sie werden feststellen und das geht den meisten Menschen leider so, dass Ihnen meist Dinge bewusst werden, die Sie nicht wollen. Das ist ein Kernproblem unserer Zeit und auch unseres Lebens. **Das Negative, das Schlechte, der Misserfolg, die Angst ... also das, was wir ja nun wirklich nicht wollen, das ist uns ständig bewusst, beschäftigt uns meist mehr, als das, was wir wollen. An das Positive denken wir viel zu wenig.**
Lesen Sie nur aufmerksam die vielen Meldungen in den Zeitungen, oder hören Sie unter diesen Gesichtspunkten die täglichen Nachrichten an. Überall steht das Negative im Vordergrund, überall werden wir auf die vielen Fehler und Probleme unserer Zeit und unserer Welt hingewiesen. Dass diese Zeit aber auch viel Positives an sich hat und uns viele Chancen bietet, das wird als unwichtig, als nicht beachtens- oder berichtenswürdig abgetan. Und dabei ist es so wichtig!
Wenn wir Probleme, Sorgen und Nöte überwinden wollen, dann brauchen wir Mut, Energie und den Glauben, dass wir es schaffen werden. Das erreichen wir aber nicht dadurch, dass wir immer nur auf unsere Fehler und Schwächen schauen. So ist es auch bei unserer Situationsanalyse, bei unserer „Standortbestimmung“.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „WAS WILL ICH? - WAS WILL ICH NICHT“

Die Situations-Analyse: Wo stehe ich – Wo will ich hin?

Ihre nächste Aufgabe verlangt von Ihnen ein hohes Maß an Ehrlichkeit, Ehrlichkeit sich selbst gegenüber. Es ist die **„Situations-Analyse“**, aus der sich alle folgenden Schritte und Maßnahmen ergeben. Beschäftigen Sie sich auch hier wieder zuerst mit unseren Vorlagen, Sie erkennen dadurch die Schwerpunkte und die Zielrichtung dieser Aufgabe.

Der Idealzustand:

Henry Ford hat einmal gesagt: ***„Eine Sache entwickelt sich von selbst, wenn man dauernd an sie denkt!“***
Je mehr Sie sich mit Ihren Wünschen und Zielen beschäftigen, je mehr Sie sich auf das konzentrieren, was Sie erreichen wollen - um so eher werden Sie es auch erreichen!
Beschäftigen Sie sich mit Ihrem „Idealzustand“, also mit der Situation, wie sie in Zukunft sein wird. Schauen Sie sich dazu in Ihrer Umgebung um, sprechen Sie mit Ihrem Partner, mit Ihren Freunden oder mit Ihren Vorgesetzten. Je mehr Informationen Sie über den gewünschten Zustand haben, um so leichter fällt Ihnen Ihre eigene persönliche Analyse und damit auch der Weg zu Ihrem persönlichen Erfolg.

Fähigkeiten:

Wir alle haben in unserem Leben schon viele Situationen gemeistert, viele Erfolge

erzielt. Machen Sie sich als nächsten Schritt Ihrer Situations-Analyse die Fähigkeiten bewusst, die Ihnen dabei geholfen haben.
Passen Sie aber auf, denn auch hier kann es passieren, dass Ihnen im ersten Augenblick nicht viel einfällt. Das Negative überwiegt immer wieder, aber je mehr Sie über Ihr Leben nachdenken, um so mehr werden Ihnen auch die positiven Seiten bewusst.

Notwendige Fähigkeiten:

Der nächste Schritt ist dann die genaue Analyse der Fähigkeiten, die Sie benötigen, um Ihr Ziel zu erreichen. Lassen Sie sich auch hier wieder genügend Zeit! Suchen Sie Informationen und machen Sie sich alle Bereiche bewusst, die zu Ihrem Ziel und zu der Erfüllung Ihrer Wünsche gehören. Die Antworten und Erkenntnisse übertragen Sie dann im nächsten Schritt in die Durchführungs-Analyse, aus der sich dann Ihre eigentlichen praktischen Aufgaben und Tätigkeiten ergeben.

Sofort-Maßnahmen:

Wenn wir unser Leben, unsere Wünsche und Ziele genau analysieren, und uns fragen, wie wir es anstellen müssen, um ein Ziel zu erreichen, dann erkennen wir sehr schnell, dass es oft viele kleine Dinge sind, die über Erfolg oder Misserfolg entscheiden. **Dinge, die wir schon seit langem erkannt haben, die wir uns vielleicht auch schon öfter vorgenommen, aber nicht durchgeführt haben.** Sie kennen alle den Satz: *„Der Geist ist willig, doch das Fleisch ist schwach ...“.*
Wenn Ihnen bei Ihrer Analyse solch eine Situation bewusst wird, schreiben Sie sie sofort in die Spalte „Welche Hilfsmittel, Maßnahmen und Lösungen bieten sich an“.

Schwächen und Fehler:

Es bleibt natürlich nicht aus, dass wir uns auch mit unseren Fehlern, Schwächen und Hemmungen beschäftigen müssen. Seien Sie ehrlich zu sich selbst und schreiben Sie alles auf, was Ihnen zu diesem Thema einfällt. **Aber bitte nicht mit Resignation, Zweifeln oder Selbstvorwürfen.** Nehmen Sie diese Fehler im Augenblick hin in der klaren Überzeugung, dass sie verschwinden, dass Sie von Ihnen in der Zukunft gemeistert werden.

Ursachen:
Gehen Sie genau nach den Musterseiten und der Anleitung auf den einzelnen Arbeitsblättern vor, und fragen Sie sich, welche Ursachen diesen Schwächen und Fehlern zugrunde liegen können. **Erst dann, wenn Ihnen diese Bereiche völlig klar sind, können Sie auch die notwendigen Schritte und Maßnahmen einleiten, um diese Ursachen erfolgreich zu verändern.**

Ein Beispiel: Nervenkraft

Ich möchte Ihnen die letzten beiden Bereiche an einem weiteren Beispiel verdeutlichen. Wesentliche Erfolgshindernisse in unserem Leben sind „schwache Nerven". Die Auswirkungen fehlender Nervenkraft können für unser Leben und unseren Erfolg verhängnisvoll sein: Übermäßige Stressbelastung, Konzentrationsschwäche, Unzufriedenheit, Gereiztheit, Angst vor dem Versagen, Schlafstörungen, Ärger im Umgang mit den Mitmenschen, Misserfolge, Krankheit ... Und das alles, weil uns Nervenkraft fehlt!

Gelingt es uns aber, unsere Nervenkraft zu stärken, dann fallen viele Dinge im Leben leichter, viele der aufgeführten Wirkungen verschwinden. Sie haben, wenn Sie an das Gesetz von Ursache und Wirkung denken, die Ursachen verändert, den negativen Wirkungen die Basis entzogen.

Ziele entscheiden!

Auch an dieser Stelle müssen Sie sich wieder den Grund Ihrer ganzen Arbeit, Ihre Ziele, bewusst machen. Daran schließt sich erneut die Frage nach den verschiedenen Maßnahmen und Hilfsmitteln an. Schreiben Sie alle Gedanken auf; im nächsten Arbeitsgang werden diese Erkenntnisse dann in die „Durchführungs-Analyse" übertragen.

Besondere Fähigkeiten:

Die letzte Frage in dieser Situations-Analyse beschäftigt sich mit den Fähigkeiten, die Ihnen das Erreichen Ihres Zieles noch weiter erleichtern können. Auch hier ist es wieder entscheidend, dass Sie nicht nach Ausreden suchen, sondern dass Sie sich bewusst machen, wie wichtig diese Fähigkeiten für Ihr Ziel sind.

BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „SITUATIONSANALYSE ZU DEM BEREICH: BERUFS UND LEISTUNGSZIEL"

Wann was tun?

In der Durchführungs-Analyse bewerten Sie dann die verschiedenen Maßnahmen und Lösungen, die Sie bei Ihrer bisherigen Arbeit erkannt haben. **Überlegen Sie, schätzen Sie ein, wie schwierig die Durchführung für Sie sein kann und stellen Sie Ihren „Durchführungs-Plan" auf.**

Schreiben Sie hierzu die verschiedenen Maßnahmen, Situationen, Hilfsmittel und Lösungen, die Sie bei Ihrer bisherigen Planung in die Rubrik „Durchführungs-Analyse" eingetragen haben der Reihe nach auf. Schätzen Sie jetzt ein, wie schwer Ihnen die Durchführung oder die Erledigung einer Maßnahme fällt, und geben Sie dieser Maßnahme einen Zahlenwert. 1 steht dabei für ganz leicht oder auch für sehr schnell, 12 für sehr schwer oder auch sehr zeitraubend. Markieren Sie den Zahlenwert in Ihrer Durchführungs-Analyse.

Durch diese Arbeit wird Ihnen bewusst, bei welcher Maßnahme ein schneller Erfolg eintreten kann und was leicht zu erledigen ist. Aber gleichermaßen was Ihnen

schwer fallen kann. Außerdem erkennen Sie bei dieser Arbeit, dass viele verschiedene Probleme oft ein und dieselbe Ursache haben, so wie bei dem Beispiel der Nervenkraft.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „DURCHFÜHRUNGS-ANALYSE“

Mit dem Leichtesten beginnen!

Wir alle brauchen täglich kleine „Streicheleinheiten“, ein Lob, eine Anerkennung. Bei der Arbeit an der eigenen Persönlichkeit fehlen diese Streicheleinheiten aber sehr oft. Gerade, wenn wir uns am Anfang zu schwierige Aufgaben vornehmen, dauert es oft zu lange, bis der erste Erfolg eintritt und dabei verlieren wir den Mut und den Glauben an uns selbst. Also beginnen Sie mit den Maßnahmen und Schritten, die Ihnen vermutlich leicht fallen werden, die Sie sehr schnell in die Tat umsetzen können. Einfache Maßnahmen lassen uns schneller den Erfolg erleben und geben uns den nötigen Mut, unseren Weg weiterzuverfolgen.
Tragen Sie in der Spalte „Durchführungsplanung“ die entsprechende Maßnahmen ein und bestimmen Sie auch den Zeitpunkt, an dem Sie damit beginnen werden.

Ihre wichtigste Entscheidung!

Sie haben jetzt eine wichtige Entscheidung getroffen! Vielleicht ist Ihnen das im Augenblick noch nicht so richtig bewusst geworden, aber wenn Sie Ihre Planarbeit bis zu diesem Zeitpunkt durchgeführt haben, dann ist die Realisierung Ihrer Wünsche schon in eine entscheidende Phase getreten. Einfach deshalb, weil Sie sich, vielleicht zum ersten Mal in Ihrem Leben, richtig intensiv und systematisch mit sich selbst beschäftigt haben. **Jetzt kommt es eigentlich nur noch darauf an, zielgerichtet die einzelnen Schritte zu gehen und alle Hilfen und Maßnahmen, mit denen wir uns noch beschäftigen werden, systematisch in die Praxis umzusetzen.**

Jahres-Ziele:

In die Jahres-Zielplanung übertragen Sie alle Maßnahmen, alle Lösungen und Schritte, die Sie durch Ihre bisherige Arbeit erkannt haben. Bitte beachten Sie bei den folgenden Arbeiten, bei Ihrer Jahres-, Monats-, Wochen- und Tagesplanung, dass Ihre Arbeit jetzt immer genauer werden muss.
Gliedern Sie auch hier Ihre Planung wieder in die drei Bereiche: Persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Beruf. Machen Sie sich Gedanken über die Durchführung und vor allem über den Zeitbedarf. Nehmen Sie sich nicht zu viel vor. Es gibt schließlich immer wieder Situationen und Ereignisse, die Sie nicht vorausplanen können.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „JAHRES-ZIELE“

Kontrolle am Jahresende:

Am Ende eines Planungs-Jahres folgt Ihre Kontrolle: **Habe ich meine Ziele erreicht?** Das Arbeitsblatt: „Kontrolle der Jahres-Ziele“ soll Ihnen auch dabei helfen, mögliche Fehler in Ihrer Planung zu erkennen.

Auch hier ist wieder eine genaue Analyse notwendig. Eine Analyse, in der Sie vor allem erkennen, warum Sie bestimmte Ziele nicht oder noch nicht erreicht haben, welche Ursachen dafür verantwortlich sind oder ob sich Ihre Ziele so geändert haben, dass eine neue Zielanalyse dafür notwendig wird. Folgen Sie bei dieser Arbeit wieder der Anleitung und dem Arbeitsblatt.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „KONTROLLE DER JAHRES-ZIELE“

Monats-Planung:

Unsere Monats-Planung besteht aus zwei Arbeitsblättern. In das erste Arbeitsblatt tragen Sie die verschiedenen Monats-Ziele ein, die sich aus der Situations-Analyse und der Jahresplanung ergeben haben und die Sie für das ganze Jahr im Voraus festlegen können.
Am Monatsende folgt dann eine genaue Analyse über die Fortschritte. **Stellen Sie auch die Punkte fest, die Sie nicht erreicht haben, suchen Sie nach möglichen Ursachen und analysieren Sie die aufgetretenen Probleme noch einmal.** Übertragen Sie die Ergebnisse dann sofort in die Vorplanung für den nächsten Monat.
Das zweite Arbeitsblatt ist die „Monats-Vorplanung“. Bei unserer Planung müssen wir uns immer wieder bewusst machen, dass wir täglich mit neuen Situationen konfrontiert werden. Situationen und Umstände, die uns Zeit kosten, die wir beim besten Willen nicht einplanen können.
Die Monats-Vorplanung ist die aktuelle Arbeitsliste und umfasst alle Bereiche Ihrer persönlichen Erfolgs-Planung. Vergessen Sie bei dieser Arbeit nicht, die verschiedenen Bereiche: Innere Harmonie, Gesundheit, Familie, Partner, Freizeit, Lebensfreude und berufliche Weiterentwicklung zu beachten.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „MONATS-ZIELE“ UND „MONATS-VORPLANUNG“

Wochen und Tages-Vorplanung:

Übertragen Sie Ihre Maßnahmen, Schritte und Termine aus der Monats-Vorplanung in die entsprechende Wochen-Vorplanung. Planen Sie immer 4 bis 6 Wochen im Voraus. Legen Sie den Tag und die Zeit fest und bauen Sie die feststehenden Termine und Maßnahmen in Ihren Tagesablauf ein.
Führen Sie am Wochenende eine Rückschau durch. Kontrollieren Sie die Durchführung Ihrer Vorplanung, bewerten Sie Ihre Fortschritte und legen Sie fest, was Sie zurückstellen oder neu analysieren müssen.
BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „WOCHEN-VORPLANUNG“

Jeden Tag einen kleinen Schritt weiter!

„Nicht die Größe eines Schrittes ist entscheidend, sondern seine Richtung.“
Bitte machen Sie sich bewusst, dass wir mit unserer Arbeit **keinen minutiösen Tagesplan aufstellen wollen, der uns zwingt, mit einer Stoppuhr den Tag einzuteilen,** und der unserer Persönlichkeit keinen Freiraum lässt. Bei einer zu engen Tages-

planung verlieren wir außerdem leicht den Überblick und laufen dann mit einem schlechten Gewissen herum - und die Folge: **Wir geben unsere Planung auf!**
Wenn wir aber von einem Wunsch, einer Idee, einem Ziel begeistert sind, dann ist es eigentlich selbstverständlich, dass wir täglich etwas für dieses Ziel, für die Erfüllung unserer Wünsche tun.

Planen Sie in Ihren Tagesablauf folgende Punkte ein:

- Positiv jeden Tag beginnen.
- Einen Tagesvorsatz fassen.
- Vornehmen, die eigenen Vorsätze einzuhalten.
- Etwas für die Gesundheit und die Nervenkraft zu tun.
- Dem Partner, der Familie eine kleine Freude bereiten.
- Sich selbst etwas Schönes gönnen.
- Systematisch an sich arbeiten.
- Tagesbilanz ziehen und Vorplanung für den nächsten Tag.

Fragen, die Sie sich in Ihrer Tagesbilanz stellen sollten:

- Ziele und Vorsätze erreicht?
- Welche Erfolge habe ich erzielt?
- Was kann ich morgen besser machen?
- Was muss ich neu analysieren?
- Was muss ich auf später verschieben?
- Was war an diesem Tag unnötig?
- Welche Spannungen muss ich abbauen?
- Was habe ich heute erkannt und gelernt?

BEISPIEL UND ARBEITSBLATT: „TAGESPLAN“

Auch kleine Ziele helfen auf dem Weg nach oben

Gar mancher wird trotz meiner klaren Anweisungen sich immer noch kein ordentliches Ziel gesteckt haben. Mangel an Selbstvertrauen ist die Hauptursache. Um dem abzuhelfen, bleibt nichts anderes übrig, als sich zunächst ein kleineres Ziel zu stecken, eines, dessen Erreichen man sich auch bei schlechter Einschätzung seiner Kraft zutraut.
Ohne Ziel, wie gesagt, geht es nicht, unsere ganze Erfolgsplanung würde damit illusorisch werden. Wir müssen ein Jahresziel haben, wenn wir einen Jahresplan aufstellen wollen und ein Monatsziel bei der Aufstellung eines Monatsplanes usw. **Immer bestimmt das Ziel die Planung!**
Und außerdem: taugt das Ziel nichts, taugt auch die ganze Planung nichts, was soviel besagt, dass uns das Ziel so wertvoll sein muss, dass wir es unter allen Umständen zu erreichen trachten.
Ein schönes Dichterwort sagt: ***„Es wächst der Mensch mit seinen höheren Zielen!“***
Hat man aus mangelndem Glauben an seine Kräfte und seine Leistungsfähigkeit sich noch kein Ziel gesetzt, so traue man der Gesetzmäßigkeit, die dieses Wort zum Ausdruck bringt, und setze sich unbedingt ein kleines Ziel.

Hat man es ernstlich angestrebt und es erreicht, sind, dieser Gesetzmäßigkeit zufolge, inzwischen die Kräfte soweit gewachsen, dass man sich ohne Bedenken ein größeres Ziel stecken kann.
Unter Zugrundelegung dieser Erkenntnis soll sich überhaupt unser ganzes Erfolgsstreben vollziehen. Stufe um Stufe soll es vorwärts gehen und die Kraft zum Höheren immer aus dem vorher Vollbrachten sich ergeben. Das wird bestimmt so sein! Daran zweifle man nicht und überlasse nur ruhig mir die Verantwortung, wenn man aus eigener Erkenntnis daran nicht zu glauben vermag.
Nochmals zusammengefasst: Wer also noch kein höchstes Lebensziel sich zu setzen wagt, der Grund ist Nebensache, der setzt sich ein Teilziel_für den Zeitabschnitt, den er zu übersehen glaubt!

Ziele bestimmen die Planung

Wir sagten, das Ziel bestimmt die Planung. Jetzt kommen wir wieder zu unseren verschiedenen Fragen, die ja unter Zugrundelegung des Zieles zu beantworten sind. Haben Sie das gemacht, so wissen Sie genau, was Sie zu tun haben.
Jetzt heißt es die Zeiträume einzuhalten, in denen bestimmte Einzelleistungen erreicht sein müssen.
Zuerst bezieht sich das auf die Ausbildung notwendiger Fähigkeiten und Fertigkeiten, denn nur durch Können, also durch Leistung sind ja Erfolge zu erringen. Grundsätzlich muss man sich zum Prinzip machen, nur das erreichen zu wollen, was man gründlich versteht! Das heißt, sich vorzubereiten und das ganz gehörig.
Im Leben ist es wie in der Schule: Man besteht kein Examen, ohne vorher gelernt zu haben. Also erlernen Sie, was Sie zur Verwirklichung Ihrer Wünsche brauchen!
Übrigens ergibt sich diese Forderung unmittelbar aus unserer Erfolgsformel. Wie kann man etwas richtig machen, ohne zu wissen, wie es richtig zu machen ist?
Vorbereitung tut deshalb in jedem Falle Not, zumindest muss man sich prüfen, ob man alles Rüstzeug zur Erzielung eines bestimmten Erfolges besitzt.
Hat man es, so kann man selbstverständlich gleich an die Lösung der Hauptaufgaben herangehen. Grundsätzlich erinnere ich hierbei an die Logik! Alles Vorbedingte ist zuerst zu erreichen.

Vorbedingt ist immer das, was bei der logischen Prüfung als eine Voraussetzung von etwas Nachfolgendem angesehen werden muss.
Hierbei muss der Geist so umfassend wie möglich arbeiten. Alles, was überhaupt ausschlaggebend, wesentlich und entscheidend ist, muss er in Betracht ziehen. Das ist in manchen Fällen gar nicht so einfach, denn darauf kommt es an, für möglichst alle Eventualitäten gewappnet zu sein.
Die beste Erfolgsplanung wird hinfällig, wenn uns dabei eine Unachtsamkeit unterläuft, wenn sich plötzlich etwas einstellt, mit dem wir vorher nicht gerechnet haben.
Bedingung zur Erfassung aller wesentlichen und entscheidenden Erfolgsvoraussetzungen ist das folgerichtige Durchdenken aller Einzelvorgänge und ihrer kausalen Auswirkungen bis zum Endziel, bis zum angestrebten Zweck.

Was geschieht, wenn ...?

Das ist die entscheidende Frage, die man sich immer wieder vorzulegen hat. Ist die Antwort im Sinne des Zieles absolut positiv, dann ist alles in Ordnung, aber auch nur dann!

Es soll zugegeben werden, dass oft trotz bester Umsicht nicht alle Möglichkeiten und Eventualitäten zu erkennen sind, dennoch darf das kein Grund sein, die Überlegungen, die ein Ziel erreichen lassen sollen, leichtfertig oder oberflächlich zu behandeln. Die Erreichung eines Zieles ist um so sicherer, je weniger wir unter dem Einfluss unbegründeter Spekulationen handeln. Deshalb heißt es, Spekulation durch Wissen zu ersetzen und lieber zehnmal als einmal über die verschiedenen Ursachenbedingtheiten eines Erfolges nachzudenken.

Mein verehrter Leser, Sie werden schon selbst erkannt haben, dass diese Erkenntnisse nicht nur für kleine, sondern auch für große Erfolgsplanungen Gültigkeit haben.

Wenn ich Sie vor der Spekulation warne, d. h. vor einem Handeln, das auf Erfolg rechnet, ohne zu wissen, ob er sich auch wirklich einstellt, so soll Sie das selbstverständlich nicht zu einem Sicherheitskandidaten machen, der ohne Garantie überhaupt nichts unternimmt.

Damit hätten Sie mich falsch verstanden, denn in gewissem Sinne bleibt ja jede Erfolgsplanung und jedes Erfolgsstreben eine Spekulation.

Man kann noch so sicher sein und doch kann etwas Unvorhergesehenes dazwischen kommen, denn es ist ja nichts auf dieser Welt auf absoluter Festigkeit gebaut. Die Zeit hat gelehrt, dass selbst das unerschütterlich Scheinende urplötzlich in sich zusammenstürzen kann. Eine gewisse Ungewissheit wird darum immer bestehen, doch daran darf man sich nicht kehren. Und Sie sollen sogar wagen und kräftig sogar, wenn die Aussichten einigermaßen günstig sind, dennoch aber nicht auf bloße Annahme hin und ohne dass Ihnen die Wahrscheinlichkeitsrechnung eine gute Chance einräumt.

Und scheint es dennoch geboten, so nur, wenn man sich rückversichert hat und nicht unnötigerweise seine Existenz, seine Gesundheit oder sein Leben gefährdet. Ausnahmen gibt es selbstverständlich auch hier. Immer dann z. B., wenn durch die Größe des Zieles das eigene Leben oder die eigene Existenz zur Bedeutungslosigkeit herabsinken. Also nicht unnötigerweise soll man sich in Gefahr bringen und darum bei einem Wagnis niemals die Vorsicht außer Acht lassen.

Der positive Mensch, der Erfolgsmensch in unserem Sinne, ist kein Lotteriespieler, sondern eine Persönlichkeit, die immer und stets von Ihrer Überlegungsfähigkeit Gebrauch macht und die stets bemüht ist, alle Fehler, die sich vermeiden lassen, unbedingt zu vermeiden. Und nur aus diesem Grunde denkt diese Erfolgspersönlichkeit auch alle Zusammenhänge des Erfolges vom Anfang bis zum Ende folgerichtig durch.

Damit sind wir am Ende dieses Kapitels. Die nächste Zeit wird viel Arbeit, viel Einsatz von Ihnen verlangen. Aber es ist eine Arbeit, die Ihnen viel Freude machen wird. **Freude, weil es um das Wichtigste in Ihrem Leben geht, um Ihr Lebensglück!**

Noch ein letztes Wort:

Die Arbeit mit unseren Wünschen fällt uns rational denkenden Menschen am Anfang recht schwer. Geben Sie sich selbst eine Chance und lassen Sie sich vor allem genügend Zeit. Wenn wir uns jahrzehntelang in eine Richtung bewegt haben, dann können wir nicht von einem Augenblick zum anderen unser Leben herumreißen. Alles unterliegt dem organischen Wachstum, alles auf dieser Welt, auch unser Leben und unser Lebenserfolg.

„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten,
die in uns liegen."
(Johann Wolfgang von Goethe)

Beispiele für eine planmäßige Erfolgsgestaltung

„Wenn du ein glückliches Leben willst, verbinde es mit einem Ziel.“
(Albert Einstein)

Lassen Sie mich hier, zu Beginn der verschiedenen Beispiele für eine planmäßige Erfolgsgestaltungen einige wichtige Gedanken wiederholen. Überall, wo Menschen bewusst vorwärtsstreben, arbeitet man nach einem Plan. Anders ist ein großes Ziel nicht zu verfolgen und zu erreichen und gerade diese Planmäßigkeit beweist auch, dass man über die Bedingungen, die zu einem Erfolg führen, nachgedacht hat.
Planmäßigkeit verlangt genaue Disposition, genaue Verfügung über alle vorhandenen Erfolgsmittel. Man muss dabei einmal mit seinen Kräften auskommen und zum andern auch alles überhaupt Erreichbare mit ihnen schaffen.
Wie sehr wir diesen Einsichten zu folgen vermögen, darin zeigt sich unsere Befähigung zur bewussten Gestaltung des Lebens, ja überhaupt unsere Lebensmeisterschaft.
Im gewöhnlichen Leben nennt man dieses Vorgehen das Haushalten mit seinen Kräften, was immer ihre richtige Einteilung und ihren richtigen Einsatz bedingt. Haushalten muss man mit seinem Geld, mit seiner Zeit, mit seiner Nervenkraft, seiner Gesundheit usw ... und gerade der Höhepunkt des **Haushaltens ist die planmäßige Lebensführung.**
Selbstverständlich wollen wir dabei nicht zum Pedanten werden, trotz allem soll unser Leben von einer gewissen Großzügigkeit geleitet sein, aber dennoch, ein Ziel, gleich wie es immer geartet ist, lässt sich doch nur erreichen, wenn wir über die uns zur Verfügung stehenden Mittel und Möglichkeiten richtig disponieren.
Da wir nicht genau wissen, wie sehr unsere Kräfte wachsen und wie schnell, und welche besonderen Möglichkeiten sich im Laufe der Zeit für die bessere Ausnutzung der Kräfte noch ergeben, erstreckt sich unsere planmäßige Lebensführung auch nicht auf die Durchführung eines in allen seinen Einzelheiten für lange Zeit festliegenden Planes, sondern auf einen Hauptplan und eine Reihe beweglicher Unterpläne.

Der große Hauptplan ist unser Lebensplan mit seinen Bereichen: **Persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Berufs- und Leistungsziele**. Daraus ergibt sich eine Reihe von Jahres-Plänen und daraus ergeben sich dann wieder die einzelnen Monats– und Wochenziele und schließlich der Tagesplan. Grundsätzlich ist zu beachten, dass ein Plan in sich um so beweglicher zu gestalten ist, je größere Zeiträume er umfasst und um so unverrückbarer, unbeweglicher und starr durchzuführender, je kleiner sein Zeitabschnitt ist.
Der Tagesplan ist demnach ganz strikt und konsequent durchzuführen und Abweichungen dürfen nur zugelassen werden, wenn es gar nicht anders geht und die absolute Notwendigkeit es gebietet. Mit dieser Konsequenz in der unbedingten Durchführung des Tagesplanes steht und fällt die ganze bewusste und planmäßige Lebens- und Erfolgsgestaltung.

Übersicht über die Beispielvorlagen und Arbeitsblätter

- Meine ganz persönlichen Wünsche und Träume
- Meine Wünsche und Ziele in den Bereichen:
    - Persönliche Entfaltung
    - Lebensfreude
    - Beruf– und Leistungsziel
- Was will ich? — Was will ich nicht?
- Situations-Analyse zum Berufs– und Leistungsziel
- Durchführungs-Analyse zum Berufs– und Leistungsziel
- Jahres-Zielplanung
- Kontrolle der Jahres-Zielplanung
- Analyse der Probleme und Störfaktoren
- Monats-Zielplanung
- Analyse der Monats-Zielplanung
- Wochen-Vorplanung
- Tagesplanung

Meine ganz persönlichen Wünsche

„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen."
(Johann Wolfgang von Goethe)

Meine ganz persönlichen Wünsche:

- *Gesundheit*
- *Materielle Sicherheit*
- *Gutes Einkommen*
- *Eine harmonisches Familie oder Partnerschaft*
- *Glück, Erfolg und ein harmonisches Leben*
- *Eine eigene Wohnung oder ein kleines Haus*
- *Zeit für meine Hobbies, für Musik, Sport, Reisen*
- *Beruflich weiter kommen*
- *Aufstieg in die Geschäftsleitung*
- *Später vielleicht selbständig machen*
- *Finanzielle Grundlage für Hobbies und Wohneigentum*
- *Gesicherte Altersversorgung*
- *Gute Basis für die Kinder schaffen*
- *Nicht mehr so viel Stress und Spannungen*
- *Mehr Zeit für meine Hobbies haben*

Der nächste Schritt:
Gliedern Sie Ihre Wünsche und Ziele im Bereich der persönlichen Entfaltung.

Meine ganz persönlichen Wünsche

„Unsere Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen."
(Johann Wolfgang von Goethe)

Meine ganz persönlichen Wünsche:

Der nächste Schritt:
Gliedern Sie Ihre Wünsche und Ziele im Bereich der persönlichen Entfaltung.

Meine Wünsche und Ziele
Persönliche Entfaltung

Machen Sie sich Ihre Wünsche bewusst! Beginnen Sie in jedem Fall mit dem Bereich **„Persönliche Entfaltung"**. Schreiben Sie alle Gedanken auf, die Ihnen zu diesem Bereich einfallen. Aus diesen Wünschen können sich dann Ihre eigentlichen Lebensziele ergeben..

„Jedes Wesen wird mit der Möglichkeit zur Entfaltung geboren."

Meine Wünsche:

1. *Energie, Spannkraft, eine gute Gesundheit*
2. *Ein harmonisches Familienleben, viel Freude und Glück*
3. *Materielle Sicherheit, gutes Einkommen, Altersversorgung*
4. *Eine eigene Wohnung oder später mal ein kleines Haus*
5. *Zeit und Geld für meine Hobbies, Musik, Sport, Reisen*

Was kann ich sofort ändern und in die Durchführungs-Analyse übertragen?	*Gesünder leben!* *Nervenkraft aufbauen und stärken!* *Mehr Zeit für die Familie!*
Was übertrage ich in meine Lebensplanung? Formulieren Sie dazu Ihre Wünsche in Ziele um.	*Gesundheit.* *Harmonie mit Partner und Familie.* *Später eigene Wohnung oder Haus.* *Mögliche Selbstständigkeit oder bessere Aufstiegsmöglichkeit.* *Hobbies und Interessen.*
Was muss ich <u>genauer</u> analysieren? Übertragen Sie dazu diese Punkte in die Situationsanalyse.	*Wohneigentum.* *Beruflicher Aufstieg, Selbstständigkeit.* *Spannungen in der Familie/Partner.* *Meine Zeitprobleme.*

Der nächste Schritt:
Finden Sie Ihre Wünsche und Ziele im Bereich der <u>Lebensfreude</u>.

Meine Wünsche und Ziele
Persönliche Entfaltung

Machen Sie sich Ihre Wünsche bewusst! Beginnen Sie in jedem Fall mit dem Bereich **„Persönliche Entfaltung“**. Schreiben Sie alle Gedanken auf, die Ihnen zu diesem Bereich einfallen. Aus diesen Wünschen können sich dann Ihre eigentlichen Lebensziele ergeben..

„Jedes Wesen wird mit der Möglichkeit zur Entfaltung geboren.“

Meine Wünsche:

_____

_____

_____

_____

_____

Was kann ich sofort ändern und in die Durchführungs-Analyse übertragen?

Was übertrage ich in meine Lebensplanung?
Formulieren Sie dazu Ihre Wünsche in Ziele um.

Was muss ich genauer analysieren?
Übertragen Sie dazu diese Punkte in die Situationsanalyse.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Der nächste Schritt:
Finden Sie Ihre Wünsche und Ziele im Bereich der Lebensfreude.

Meine Wünsche und Ziele
Lebensfreude

Machen Sie sich Ihre Wünsche im Bereich „Lebensfreude" bewusst! Planen Sie diesen Bereich gemeinsam mit Ihrem Partner und Ihrer Familie. Aus diesen Wünschen können sich dann Ihre **gemeinsamen** Lebensziele ergeben.

„Freude ist das Grundgesetzt des Lebens."

Meine Wünsche, unsere Wünsche:

1. *Gesundheit*
2. *Ein harmonisches Familienleben oder Partnerschaft mit viel Freude und Glück*
3. *Materielle Sicherheit*
4. *Eine eigene Wohnung oder ein kleines Haus*
5. *Musik, Sport, Reisen*

Was kann ich sofort ändern und in die Durchführungs-Analyse übertragen?	*Nervenkraft aufbauen und stärken!* *Mehr Zeit für die Familie und den Partner.*
Was übertrage ich in meine Lebensplanung? Formulieren Sie dazu Ihre Wünsche in Ziele um.	*Nervenkraft aufbauen und Entspannungsübungen.* *Gemeinsam mit dem Partner oder der Familie Sport betreiben.* *Gemeinsames Freizeitprogramm.*
Was muss ich genauer analysieren? Übertragen Sie dazu diese Punkte in die Situationsanalyse.	*Meinen Zeitmangel.* *Meine Berufsziele.* *Was muss ich für die materielle Sicherheit und Zukunft tun?*

Der nächste Schritt:
Finden Sie Ihre Wünsche und Ziele im Bereich Beruf und Leistung.

Meine Wünsche und Ziele
Lebensfreude

Machen Sie sich Ihre Wünsche im Bereich „Lebensfreude“ bewusst! Planen Sie diesen Bereich gemeinsam mit Ihrem Partner und Ihrer Familie. Aus diesen Wünschen können sich dann Ihre **gemeinsamen** Lebensziele ergeben.

„Freude ist das Grundgesetzt des Lebens.“

Meine Wünsche, unsere Wünsche:

Was kann ich sofort ändern und in die Durchführungs-Analyse übertragen?

Was übertrage ich in meine Lebensplanung?
Formulieren Sie dazu Ihre Wünsche in Ziele um.

Was muss ich genauer analysieren?
Übertragen Sie dazu diese Punkte in die Situationsanalyse.

Der nächste Schritt:
Finden Sie Ihre Wünsche und Ziele im Bereich Beruf und Leistung.

Meine Wünsche und Ziele
Beruf und Leistungsziel

Machen Sie sich Ihre „Berufs– und Leistungswünsche“ bewusst. Analysieren Sie Ihre Fähigkeiten. Wenn möglich, planen Sie auch hier wieder gemeinsam mit Ihrem Partner. Unterschätzen Sie sich nicht! In Ihnen ruhen Kräfte und Fähigkeiten, die Sie Großes erreichen lassen! **Durch Ihre tägliche Arbeit, Ihr Berufs– und Leistungsziel, schaffen Sie die Voraussetzungen, um sich alle anderen Wünsch zu erfüllen.**

Meine Wünsche, unsere Wünsche:

1. *Aufstieg in die Geschäftsleitung*
2. *Selbstständig im Bereich „Konstruktion und Entwicklung“*
3. *Finanzielle Grundlage für Hobbies und Wohneigentum*
4. *Gesicherte Altersversorgung, Familie und Kinder*
5. *Planvolle Arbeitsweise um Zeit zu sparen!*

Was kann ich sofort ändern und in die Durchführungs-Analyse übertragen?	*Nervenkraft aufbauen.* *Rationeller arbeiten.*
Was übertrage ich in meine Lebensplanung? Formulieren Sie dazu Ihre Wünsche in Ziele um.	*Beruflicher Aufstieg.* *Selbstständigkeit.* *Wohnungseigentum oder Haus.* *Altersvorsorge.*
Was muss ich genauer analysieren? Übertragen Sie dazu diese Punkte in die Situationsanalyse.	*Beruflicher Aufstieg.* *Selbstständigkeit.* *Zeitmangel.* *Finanzieller Aufwand für (gemeinsame) Ziele im Bereich der Lebensfreude.*

Der nächste Schritt:
Bewusst machen: Was will ich? — Was will ich nicht?

Meine Wünsche und Ziele
Beruf und Leistungsziel

Machen Sie sich Ihre „Berufs– und Leistungswünsche“ bewusst. Analysieren Sie Ihre Fähigkeiten. Wenn möglich, planen Sie auch hier wieder gemeinsam mit Ihrem Partner. Unterschätzen Sie sich nicht! In Ihnen ruhen Kräfte und Fähigkeiten, die Sie Großes erreichen lassen! **Durch Ihre tägliche Arbeit, Ihr Berufs– und Leistungsziel, schaffen Sie die Voraussetzungen, um sich alle anderen Wünsch zu erfüllen.**

Meine Wünsche, unsere Wünsche:

_____

_____

_____

_____

_____

Was kann ich sofort ändern und in die Durchführungs-Analyse übertragen?

Was übertrage ich in meine Lebensplanung?
Formulieren Sie dazu Ihre Wünsche in Ziele um.

Was muss ich genauer analysieren?
Übertragen Sie dazu diese Punkte in die Situationsanalyse.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Der nächste Schritt:
Bewusst machen: Was will ich? — Was will ich nicht?

Was will ich – Was will ich nicht?

Was will ich?

Was will ich nicht?

Fazit:
Das Negative, dass, was ich **nicht** will ist mir oft bewusster, als das, was ich will!

Der nächste Schritt:
Situations-Analyse meiner Eigenschaften und Fähigkeiten.

Was will ich – Was will ich nicht?

Was will ich?

Was will ich nicht?

Fazit:
Das Negative, dass, was ich **nicht** will ist mir oft bewusster, als das, was ich will!

Der nächste Schritt:
Situations-Analyse meiner Eigenschaften und Fähigkeiten.

Situations-Analyse
zum Berufs– und Leistungsziel

Fragen zur Situation (Aus Wünschen, Lebenszielen)	Beschreibung der Situation, mögliche Ursachen, Maßnahmen und Hilfsmittel.
Mein Ziel:	*Aufstieg in die Geschäftsleitung*
1. Idealzustand	*Selbstbewusste Führungspersönlichkeit mit optimalem Fach– und Allgemeinwissen der systematisch planen und arbeiten kann. Rhetorische Fähigkeiten, sicheres und positives Auftreten. Kreativ, flexibel und ein guter Zuhörer. Fähigkeit, erfolgreich mit Menschen umzugehen. Sehr gute Englischkenntnisse. Computerfachkenntnisse.*
2. Welche Fähigkeiten und Eigenschaften habe ich schon?	*Gutes Fach– und Allgemeinwissen. Gutes Auftreten und Umgangsformen. Selbstständige Arbeitsweise. Verantwortungsbewusstsein. Guten Kontakt zu den Mitarbeitern. Positive Ausstrahlung. Gute Erfolge in der Vergangenheit.*
3. Welche Fähigkeiten muss ich mir aneignen, um meine Wünsche und Ziele zu erreichen? (Aus der Durchführungs-Analyse) Unterfragen dazu: Welche Hilfsmittel, Maßnahmen und Lösungen bieten sich an? (Aus der Durchführungs-Analyse)	*Nervenkraft, innere Ruhe, bessere Konzentrationsfähigkeit und mehr Selbstvertrauen. Planvolle Arbeitsweise. Bessere Zeiteinteilung. Rhetorische Fähigkeiten. Besseres Fachwissen. Bessere Führungseigenschaften. Englischkenntnisse verbessern.* *Entspannungsübungen. Mentales Training. Sport und Bewegung. Systematisches Planen mit Erfolgstagebuch. Verzetteln vermeiden. Kurse Computer, Englisch belegen. Englische TV-Berichte ansehen, Artikel und Bücher lesen. Selbstsuggestion betreiben.*

Der nächste Schritt:
Durchführungs-Analyse und Zielfestlegung

Situations-Analyse
zum Berufs– und Leistungsziel

Fragen zur Situation (Aus Wünschen, Lebenszielen)	**Beschreibung der Situation, mögliche Ursachen, Maßnahmen und Hilfsmittel.**
Mein Ziel:	
1. Idealzustand	
2. Welche Fähigkeiten und Eigenschaften habe ich schon?	
3. Welche Fähigkeiten muss ich mir aneignen, um meine Wünsche und Ziele zu erreichen? (Aus der Durchführungs-Analyse) Unterfragen dazu: Welche Hilfsmittel, Maßnahmen und Lösungen bieten sich an? (Aus der Durchführungs-Analyse)	

Der nächste Schritt:
Durchführungs-Analyse und Zielfestlegung

Situations-Analyse
zum Berufs– und Leistungsziel

Fragen zur Situation (Aus Wünschen, Lebenszielen)	Beschreibung der Situation, mögliche Ursachen, Maßnahmen und Hilfsmittel.
Mein Ziel:	*Aufstieg in die Geschäftsleitung*
4. **Welche Schwächen, Fehler und Hemmungen beseitige ich?** **Unterfragen:** Welche möglichen Ursachen liegen zugrunde? **Fragen:** Was? Wie? Wodurch? Wer? Wann? Warum? usw. Welche Hilfsmittel, Maßnahmen und Lösungen bieten sich gleich an? **Übertragen in die Durchführungs-Analyse.**	*Zeiteinteilung, systematisches Planen, verzetteln.* *Negative Ausstrahlung bei Stress.* *Redeangst abbauen.* *Aggressivität abbauen (Stress).* *Probleme im Umgang mit dem Partner.* *Nervenschwäche.* *Planungsfehler, Überschätzung, mangelndes Selbstvertrauen.* *Störungen durch Mitarbeiter.* *Zu wenig Übung, fehlende Nervenkraft.* *Äußere Erscheinung.* *Besser vorbereiten.* *Partner in die Planung mit einbeziehen.* *Noch freundlicher auf die Menschen zugehen und Vorurteile abbauen.* *Planung, Zeiteinteilung, Entspannung.* *Gemeinsame Planung mit Mitarbeitern.* *Gemeinsame Planung mit Partner.* *Positive Selbstbehandlung.*
5. Welche zusätzliche Fähigkeiten und Kenntnisse wären noch gut? Wie berücksichtige ich diese Fähigkeiten in meiner Planung?	*Mentale Techniken.* *Spezielle Computerkenntnisse.* *Französisch.* *Kurse und Weiterbildung besuchen.*

Übertragen Sie alle Maßnahmen, Lösungen, aber auch Schwächen und Hemmungen in die Durchführungs-Analyse

Der nächste Schritt:
Durchführungs-Analyse und Zielfestlegung

Situations-Analyse
zum Berufs– und Leistungsziel

Fragen zur Situation (Aus Wünschen, Lebenszielen)	Beschreibung der Situation, mögliche Ursachen, Maßnahmen und Hilfsmittel.
Mein Ziel:	
4. **Welche Schwächen, Fehler und Hemmungen beseitige ich?** **Unterfragen:** Welche möglichen Ursachen liegen zugrunde? **Fragen:** Was? Wie? Wodurch? Wer? Wann? Warum? usw. Welche Hilfsmittel, Maßnahmen und Lösungen bieten sich gleich an? **Übertragen in die Durchführungs-Analyse.**	
5. Welche zusätzliche Fähigkeiten und Kenntnisse wären noch gut? Wie berücksichtige ich diese Fähigkeiten in meiner Planung?	

Übertragen Sie alle Maßnahmen, Lösungen, aber auch Schwächen und Hemmungen in die Durchführungs-Analyse

Der nächste Schritt:
Durchführungs-Analyse und Zielfestlegung

Durchführungs-Analyse
zum Berufs– und Leistungsziel

Beschreibung der Situation, der Maßnahmen und Lösungen (Aus der Situations-Analyse)	**Wie schätze ich die Durchführung ein?** Leicht 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 Mittel Schwer	**Durchführung: Übertrag in die Jahreszielplanung** Was?	Wann?	Erled.
Nervenkraft verbessern und Entspannungsübungen	XXXXXXX	Übungen	täglich	
Selbstsicherheit durch mentales Training verbessern	XXXXXXXXXXXXX	Übungen	täglich	
Angst, Hemmung abbauen	XXXXXXXXXXXXXX	Übungen	täglich	
Täglich genaue Arbeitseinteilung und Vorplanung	XXXXXXX	Planung	täglich	
Täglich Kontrolle der Durchführung und Planung	XXXXX	Planung	täglich	
Geduld haben und zuhören können	XXXXX	Während der Arbeit versuchen		
Arbeiten besser delegieren	XXXXXXXX	Bei nächster Gelegenheit		
Störungen ausschalten	XXXXXXXXXXX	Sofort versuchen!		
Rhetorische Fähigkeiten verbessern	XXXXXXXXXXXXXX	Jede Gelegenheit nutzen Termin für Seminar		
Computer Lehrgang machen	XXXXXX	Termin suchen		
Englisch Kursus machen	XXXXX	Termin suchen		
Englische Nachrichten sehen	XXXXX	Abends		
Englische Berichte und Bücher lesen	XXXXX	Abends		
Französisch -Kenntnisse aneignen	XXXXXXXXXXX	Informationen suchen		

Bewerten Sie den Schwierigkeitsgrad der Maßnahmen. Beginnen Sie bei der Durchführung mit dem Leichtesten, fangen Sie mit einem Punkt an!

Der nächste Schritt:
Übertragen Sie die Durchführung in die Jahres-Zielplanung.

Durchführungs-Analyse
zum Berufs– und Leistungsziel

Beschreibung der Situation, der Maßnahmen und Lösungen (Aus der Situations-Analyse)	**Wie schätze ich die Durchführung ein?** Leicht Mittel Schwer 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12			**Durchführung: Übertrag in die Jahreszielplanung**		
				Was?	Wann?	Erled.

Bewerten Sie den Schwierigkeitsgrad der Maßnahmen. Beginnen Sie bei der Durchführung mit dem Leichtesten, fangen Sie mit einem Punkt an!

Der nächste Schritt:
Übertragen Sie die Durchführung in die Jahres-Zielplanung.

Jahres-Zielplanung
Privat und Beruf

Jahrsziele, **die sich aus meiner Planung ergeben.**	**Durchführung** Wann? Zeitbedarf?
1. Nervenkraft aufbauen, innere Ruhe, Entspannungs-Übungen	*täglich 15 / 20 Min.*
2. Gesundheit, sportliche Aktivitäten	*Täglich mind. 30 Min.*
3. Mentale Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins	*Täglich 10 Min.*
4. Tägliche Planung und Kontrolle mit meinem Erfolgstagebuch	*Abends 10 Min.*
5. Mehr Zeit für die Familie, Gemeinsames mit dem Partner planen	*Abends und für das Wochenende planen*
6. Kontakte pflegen, Freude treffen	*Am Wochenende*
7. Weiterbildung im Computerbereich	*Bei einem Kursus anmelden*
8. Englisch-Kursus bei VHS besuchen	*Bei einem Kursus anmelden*
9. Englische Nachrichten hören, Buch lesen	*Abends*
10. Mehr Sicherheit im Reden bekommen, vielleicht ein Seminar bei der VHS besuchen	*Jede Gelegenheit nutzen, mehr Informationen suchen*
11. Finanzielle Grundlage für eigenes Haus oder Wohnung, Altersversorgung prüfen	*Mit der Bank und der Versicherung durchsprechen*
12. Informationen zum Thema: Französisch	*Informationen sammeln*

Beachten Sie bei Ihrer Jahres-Zielplanung:
Gesundheit-Lebensfreude-Partner-Familie-Berufliche Weiterbildung
Planen Sie Zeitreserven ein!

Der nächste Schritt:
Übertragen Sie die Durchführung in die Monatsplanung.

Jahres-Zielplanung
Privat und Beruf

Jahrsziele, **die sich aus meiner Planung ergeben.**	**Durchführung** Wann? Zeitbedarf?

Beachten Sie bei Ihrer Jahres-Zielplanung:
Gesundheit-Lebensfreude-Partner-Familie-Berufliche Weiterbildung
Planen Sie Zeitreserven ein!

Der nächste Schritt:
Übertragen Sie die Durchführung in die Monatsplanung.

Kontrolle der Jahres-Zielplanung
Privat und Beruf

Jahresziele, die sich aus meiner Planung ergeben haben.	Ziel erreicht	Welche Ziele haben sich geändert? Neue Wunsch-Analyse	Welche Probleme und Störungen sind aufgetreten? Neue Analyse!
Persönliche Entfaltung: *Gesundheit, Nervenkraft* *Harmonisches Familienleben* *Materielle Sicherheit prüfen* *Wohneigentum, Haus* *Hobbies, Musik, Sport, Reisen*	 *ok* *ok*		*Zeitmangel, Stress*
Lebensfreude: *Mehr Zeit für die Familie und den Partner* *Gesundheit stärken* *Nervenkraft aufbauen* *Hobbies,* *Kontakte pflegen*			*Zeitmangel* *Zeitmangel*
Beruf, Weiterbildung: *Planarbeit und tägliche Kontrolle* *Einhalten meiner Ziele* *Zeitproblem lösen* *Computerwissen* *Englischkenntnisse* *Sicherheit, Selbstvertrauen* *Rhetorische Fähigkeiten*	*ok*		*Zeitengpässe* *Arbeiten nicht delegiert!* *Zu schwierige Texte!* *Mehr Übungen*

Analysieren Sie die aufgetretenen Probleme genau!

Übertragen Sie die Erkenntnisse in die Bereiche:
Jahresziele—Wunsch– oder Situations-Analyse

Kontrolle der Jahres-Zielplanung
Privat und Beruf

Jahresziele, die sich aus meiner Planung ergeben haben.	Ziel erreicht	Welche Ziele haben sich geändert? Neue Wunsch-Analyse	Welche Probleme und Störungen sind aufgetreten? Neue Analyse!

Analysieren Sie die aufgetretenen Probleme genau!

Übertragen Sie die Erkenntnisse in die Bereiche:
Jahresziele—Wunsch– oder Situations-Analyse

Analyse der Probleme und Störfaktoren

Aus der Kontrolle der Jahreszielplanung

Beschreiben der Situation und der möglichen Ursachen	**Welche Hilfsmittel und Maßnahmen bieten sich an?**	**Mögliche Ursachen**	X
Einhalten meiner Ziele und Vorsätze! ***Hauptproblem: Zeitmangel*** *Zeitmangel:* • *Zu viel vorgenommen* • *Äußere Umstände* • *Arbeit mehr delegieren* • *Mitarbeitern mehr zutrauen* • *Zu viele Störungen* • *Zielsetzung hat sich verändert!* *Mehr Zeit für die Familie und den Partner:* • *Ziele noch intensiver mit dem Partner besprechen!* • *Ziele des Partners mehr berücksichtigen!* • *Anspannung und Ärger ganz bewusst vermeiden!* • *Mehr Selbstbeherrschung*	• *Besser planen* • *Störungen einkalkulieren* • *Störungen besser ausschalten* • *Nicht ärgern* • *Noch bessere Nervenkraft schaffen* • *Planung und neue Zielsetzungen* • *Gemeinsame Ziele erkennen und erreichen* • *Entspannungsübungen und mentales Training* • *Vorsatz:* ***Ärgern ist Unfug!***	Fehler in der Planung? XX Zeitmangel? XX Ziel konsequent verfolgt? Zuviel vorgenommen? XX Zuwenig vorgenommen? Gesundheit? XX Nervenkraft? XX Fachwissen? Allgemeinwissen? Äußere Umstände? Partner? Familie? XX Mitarbeiter? Vorgesetzte? Freunde, Bekannte? Finanzielle Mittel? Pläne nicht eingehalten? Selbstkritik? XX Zu optimistisch? XX Zu pessimistisch? Fehlendes Selbstvertrauen? XX Hemmungen, Ängste? Verbindung zwischen den Bereichen persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Beruf? XX Welche möglichen Ursachen liegen noch zugrunde? Fragen: Was? Wie? Wodurch? Wer? Wann? Warum?	

Analysieren Sie die aufgetretenen Probleme genau!

Stellen Sie alle Störfaktoren fest und beachten Sie die Erkenntnisse bei Ihrer neuen Jahresplanung

Analyse der Probleme und Störfaktoren

Aus der Kontrolle der Jahreszielplanung

Beschreiben der Situation und der möglichen Ursachen	**Welche Hilfsmittel und Maßnahmen bieten sich an?**	**Mögliche Ursachen**	X
		Fehler in der Planung? Zeitmangel? Ziel konsequent verfolgt? Zuviel vorgenommen? Zuwenig vorgenommen? Gesundheit? Nervenkraft? Fachwissen? Allgemeinwissen? Äußere Umstände? Partner? Familie? Mitarbeiter? Vorgesetzte? Freunde, Bekannte? Finanzielle Mittel? Pläne nicht eingehalten? Selbstkritik? Zu optimistisch? Zu pessimistisch? Fehlendes Selbstvertrauen? Hemmungen, Ängste? Verbindung zwischen den Bereichen persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Beruf? Welche möglichen Ursachen liegen noch zugrunde? Fragen: Was? Wie? Wodurch? Wer? Wann? Warum?	

Analysieren Sie die aufgetretenen Probleme genau!

Stellen Sie alle Störfaktoren fest und beachten Sie die Erkenntnisse bei Ihrer neuen Jahresplanung

Monats-Zielplanung
Monat: Mai

Ziele und Maßnahmen, die sich aus der Jahresplanung und der Situations-Analyse ergeben	Durchführung Woche/Tag	Termin erledigt
1. Entspannungs-Übungen	*Täglich*	*Ok*
2. Gesundheit, sportliche Aktivitäten, Rad fahren oder laufen , Vokal- oder Vollatemübungen	*Mo. - Sa.*	*Zu viel vorgenommen*
3. Mentales Training, Thema: Selbstbewusstseins	*Täglich*	*Ok*
4. Planung und Kontrolle mit meinem Erfolgstagebuch	*Täglich*	*Ok*
5. Abendessen gemeinsam mit der Familie oder dem Partner	*Täglich*	*Hat nicht immer geklappt!*
6. Aktivität am Wochenende mit der Familie und / oder dem Partner	*Für das Wochen-Ende planen*	*Ok*
7. Am Wochenende Kontakte pflegen, Freunde treffen	*Planen*	*Ok*
8. Weiterbildung im Computerbereich	*???*	
9. Anmeldung zum Englisch-Kursus	*Montag*	*Ok*
10. Englische Nachrichten hören	*Mo. — Fr.*	*Fast immer*
11. Englische Artikel und aktuelles Buch lesen	*Mo. — Fr.*	*Falsches Thema*
12. Informationen zu einem Rhetorik-Seminar besorgen	*???*	
13. Termin mit der Bank zum Thema: Wohneigentum	*Termin*	*Ok*
14. Versicherung anrufen, Thema: Altersversorgung	*Termin*	*Ok*
14. Informationen zum Thema: Französisch	*???*	

Analysieren Sie am Monatsende die Durchführung der Monats-Zielplanung

Der nächste Schritt:
Übertragen Sie die Monatsziele in die verschiedenen Wochenpläne

Monats-Zielplanung
Monat: Mai

Ziele und Maßnahmen, die sich aus der Jahresplanung und der Situations-Analyse ergeben	Durchführung Woche/Tag	Termin erledigt

Analysieren Sie am Monatsende die Durchführung der Monats-Zielplanung

Der nächste Schritt:
Übertragen Sie die Monatsziele in die verschiedenen Wochenpläne

Analyse der Monats-Zielplanung
Monat: Mai

Durchführung der Monats-Ziele	**Beschreibung der Situation - Mögliche Ursachen - Maßnahmen - Hilfsmittel - Neu-Zielsetzung**
1. Welche Teilschritte meiner Zielplanung habe ich diesen Monat erreicht?	*Entspannungsübungen, ruhiger geworden .* *Tägliche Vorplanung durchgeführt.* *Viele Arbeiten gut erledigt.*
2. Welche positiven Erlebnisse und Erfolge hatte ich in diesem Monat?	*Ruhiger und ausgeglichener, bessere Konzentration.* *Mehr Harmonie in der Familie durch das gemeinsame Wochenende.*
3. Welches Teilziel habe ich nicht erreicht?	*Täglich Rad fahren oder laufen.* *Abendessen gemeinsam .* *Weiterbildung im Computer bereich.* *Englische Nachrichten hören.* *Englische Artikel und aktuelles Buch lesen.* *Informationen zu einem Rhetorik-Seminar besorgen.* *Informationen zum Thema: Französisch.*
Mögliche Ursachen dafür: Z.B. • Fehler in der Planung? • Zeitmangel? • Ziel konsequent verfolgt? • Zuviel vorgenommen? • Wochen-, Tagesplan eingehalten? • Gesundheit / Nervenkraft? • Wissen / Fachwissen? • Äußere Umstände? • Partner? • Familie? • Mitarbeiter? • Vorgesetzte? • Finanzielle Mittel	*Fehlende Ausdauer beim Rad fahren.* *Zuviel vorgenommen.* *Zeitmangel.* *Störungen durch falsche Planung.* *Falsches Thema bei englischem Buch, zu schwierig.* *Noch keine Informationen zum Bereich Rhetorik gefunden.*
4. Was stelle ich vorübergehend zurück? Was analysiere ich neu?	*Französisch auf das nächste Jahr* *Selbstständigkeit*

Zu welchem Bereich muss ich eine neue <u>Situations-Analyse</u> machen?
Was übertrage ich in die Vorplanung für den nächsten Monat?

Analyse der Monats-Zielplanung
Monat: Mai

Durchführung der Monats-Ziele	Beschreibung der Situation - Mögliche Ursachen - Maß-nahmen - Hilfsmittel - Neu-Zielsetzung
1. Welche Teilschritte meiner Zielplanung habe ich diesen Monat erreicht?	
2. Welche positiven Erlebnis-se und Erfolge hatte ich in diesem Monat?	
3. Welches Teilziel habe ich nicht erreicht?	
Mögliche Ursachen dafür: Z.B. • Fehler in der Planung? • Zeitmangel? • Ziel konsequent verfolgt? • Zuviel vorgenommen? • Wochen-, Tagesplan eingehalten? • Gesundheit / Nervenkraft? • Wissen / Fachwissen? • Äußere Umstände? • Partner? • Familie? • Mitarbeiter? • Vorgesetzte? • Finanzielle Mittel	
4. Was stelle ich vorübergehend zurück? Was analysiere ich neu?	

Zu welchem Bereich muss ich eine neue Situations-Analyse machen?
Was übertrage ich in die Vorplanung für den nächsten Monat?

Wochen-Vorplanung
21. Woche

Aufgaben, Maßnahmen und Schritte, die sich aus meiner Monatsplanung ergeben	Zeit	Durchführung / Termin Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Kurzentspannungsübungen	13.00	X	X	X	X	X		
Voll- Vokalatmung	7.30	X	X	X	X	X	X	
Mentales Training, Selbstsuggestion	Abends	X	X	X	X	X	X	
Gesundheit, Radfahren oder laufen	Abends	X	X	X	X	X	X	X
Planung und Kontrolle im Erfolgstagebuch	Abends	X	X	X	X	X		
Wochenbilanz und neue Planung								X
Nachrichten in Englisch ansehen	Abends	X	X	X	X	X		
Abendessen gemeinsam		X	X	X	X	X	X	X
Plan für das Wochenende mit der Familie und mit Freunden		X						
Informationen zu einem Computer Kursus		X						
Termin mit der Bank zum Thema: Wohneigentum		X						
Versicherung anrufen, Thema: Altersversorgung		X						
Anmeldung zum Englisch-Kursus	Do. 19.30	X			X			
Englische Nachrichten hören	Abends		X		X			
Englische Artikel und aktuelles Buch lesen	Abends	X		X		X		
Informationen zu einem Rhetorik-Seminar besorgen				X				

Wichtig! In dieser Woche einplanen!
Gesundheit
Nervenkraft
Lebensfreude, Hobbys
Partner und Familie
Freunde
Berufliche Weiterbildung
Besondere Pflichten
Wochenbilanz und neue Planung

Der nächste Schritt:
Aufgaben und Maßnahmen in den Tagesplan übertragen

Wochen-Vorplanung
21. Woche

Aufgaben, Maßnahmen und Schritte, die sich aus meiner Monatsplanung ergeben	Zeit	Durchführung / Termin Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So

Wichtig! In dieser Woche einplanen!								
Gesundheit								
Nervenkraft								
Lebensfreude, Hobbys								
Partner und Familie								
Freunde								
Berufliche Weiterbildung								
Besondere Pflichten								
Wochenbilanz und neue Planung								

Der nächste Schritt:
Aufgaben und Maßnahmen in den Tagesplan übertragen

Tagesplanung

Aufgaben, Maßnahmen und Schritte, die sich aus meiner Wochenvorplanung ergeben haben

Donnerstag, 23. Mai

	Mein Tagesvorsatz heute: „Ruhe ausstrahlen!“
7.00	*Voll- Vokalatmung, Mentales Training, Selbstsuggestion*
	Tagesablauf, der sich aus meinen Aufgaben ergibt
12.00	*Kurzentspannungsübungen, Selbstsuggestion*
	Tagesablauf, der sich aus meinen Aufgaben ergibt
17.30	*Gesundheit, Radfahren oder laufen*
18.30	*Abendessen gemeinsam*
19.30	*Englisch-Kursus*
22.30	*Englische Nachrichten im CNN hören*
23.00	*Planung und Kontrolle im Erfolgstagebuch*

Ehrliche Kontrolle am Abend!

„Freude ist das Grundgesetz des Lebens.“

Tagesplanung

Aufgaben, Maßnahmen und Schritte, die sich aus meiner Wochenvorplanung ergeben haben

7.00	
12.00	
17.30	
18.30	
19.30	
22.30	
23.00	

Ehrliche Kontrolle am Abend!

„Freude ist das Grundgesetz des Lebens."

VIII. Teil
Die geistige Arbeit des positiven Menschen
Entwicklung starker Konzentrations- und Gedächtniskraft

„Die einzige Klugheit im Leben ist Konzentration,
das einzige Übel Zersplitterung."
(R. W. Emerson)

Dieses Kapitel, meine verehrten Leser, bildet die Fortsetzung meiner Ausführungen über die geistigen Ursachen des Erfolges und das Geheimnis der Erfolgskraft. Schon dort habe ich Sie teilweise über das Unterbewusstsein informiert, dessen Wesen wir jetzt noch tiefer ergründen wollen, denn das Unterbewusstsein spielt bei der geistigen Arbeit des Erfolgsmenschen die Hauptrolle.

Vor allem das produktive geistige Schaffen ist nur durch seine Hilfe möglich. Und produktiv muss doch der Erfolgsmensch sein, wenn er im Leben vorankommen will. Kann man sich einen Erfolgsmenschen überhaupt vorstellen, der nicht aus eigener Quelle zu schöpfen vermag?

Auch Sie sollen zu denen gehören, die Neues schaffen! Deshalb müssen Sie in die Tiefe Ihres Wesens eindringen lernen, in die Werkstatt Ihres inneren Genius, in das Reich des Unterbewussten, aus dem alle großen Menschen ihre Schätze holen.

Zweifeln Sie nicht daran, dass auch in Ihnen unermessliche Quellen geistigen Reichtums sind, die nur erschlossen zu werden brauchen, um Ihnen und Ihrem Erfolg zur Verfügung zu stehen.

Nicht alle Menschen können Gleiches auf geistigem Gebiete leisten, doch fast jeder hat irgendwelche besonderen Fähigkeiten in sich ruhen, bestimmt auch Sie.

Unsere Wünsche zeigen uns den Weg! Aber keine unvernünftigen Wünsche haben!

Auch Sie sind begabt! Den Weg zu Ihren Fähigkeiten zeigen Ihnen Ihre Wünsche und Interessen.

Vielleicht haben Sie Talent zur Kunst, oder aber Sie sind ein geborener Techniker und wenn das nicht, dann vielleicht ein guter Kaufmann. Was Sie innerlich sind, wo Ihre Begabungen liegen, müssen Sie selbst feststellen, ich kann Ihnen nur den Weg zeigen, den Sie einschlagen müssen, um Ihre geistigen Schätze zu heben und zu verwerten. Folgen Sie mir nun auf dem Weg zum Unterbewusstsein, das Sie als einen außerordentlich wertvollen Mitarbeiter zum Erfolg erkennen werden. **Das Wichtigste bei jeder geistigen Arbeit ist ein gutes Gedächtnis oder richtiger, ein gutes Erinnerungsvermögen.**

Manche Leute haben wohl ein großes Wissen, doch wenn sie es verwerten wollen, fällt ihnen nichts davon ein, dann kommt es ihnen nicht zum Bewusstsein. Wie oft findet man z. B. Redner, die glänzende Theorien während ihres Vortrages entwickeln und dabei nicht in der Lage sind, auch nur eine kurze vernünftige Abhandlung über ihr Thema zu schreiben.

Genau so findet man Schriftsteller, die dicke Bücher verfasst haben, dennoch aber keine halbe Stunde lang richtig über ihre Ideen sprechen können.

Sich an alles erinnern können, das ist die Kunst, die man beherrschen muss!

Das liegt vor allem auch am Erinnerungsvermögen, dessen gute Funktion an ganz bestimmte Gewohnheiten gebunden ist. Das Erinnerungsvermögen, das der Erfolgsmensch braucht, muss selbstverständlich immer und zu jeder Zeit gut arbeiten, der Erfolgsmensch muss seine Gedanken ebenso gut mündlich wie schriftlich entwickeln können. Zu die-

sem Zwecke muss er das Erinnerungsvermögen wie auch seine sonstigen geistigen Funktionen unter seinen Einfluss bringen.

Die Geheimnisse der Erinnerungstätigkeit

Wie Sie schon wissen, wird das Leben des Menschen, sein physisches wie auch sein seelisches, von bestimmten Vorstellungen geleitet, die im Unterbewusstsein wirken. **(*1)**

Diese Antriebe sind auch die Ursachen der verschiedenen Gewohnheiten. Sie sind die Steuermänner einer großen Zentrale, die schalten und walten, wie es ihnen ihre Natur vorschreibt. Bestimmte Arten dieser Vorstellungen wirken auch auf die Erinnerungsvorgänge ein, indem sie das Einströmen von Erinnerungsbildern und Ideen fördern oder hemmen.

Um das gegenseitige Verhältnis und die Wirkungsweise von Ober- und Unterbewusstsein und damit auch die Vorgänge bei der Erinnerungstätigkeit zu verstehen, muss man sich zwischen beiden eine Verbindungstür denken, die Ober- und Unterbewusstsein in zwei Bezirke der Geistestätigkeit trennt. Im Unterbewusstsein muss das eigentliche Zentrum des Wirkens der Seele, die ja das eigentliche **Selbst** im Menschen ist, angenommen werden. Dort ist auch das Gedächtnis und dort findet auch das schöpferische Denken statt.

Die Verbindungstür zwischen Unter- und Oberbewusstsein!

Die Seele selbst ist sich Ihres Wirkens im Unterbewusstsein nicht voll bewusst, denn ihr Bewusstsein ist das, was wir Oberbewusstsein nennen.

Die Seele ist ein Wesen höherer Natur.

Sie ist ein Wesen höherer Natur und mit schöpferischer Kraft begabt; sie ist der Mensch mit seinem Erkennen. Was der Mensch erkennt, erkennt auch die Seele.

Dabei ist sie nicht das Resultat der Gehirntätigkeit, sondern ein Geschöpf, das unabhängig vom Gehirn existiert. **(2*)**

Aber sie braucht das Gehirn, weil sie ohne seine Hilfe im Unbewussten lebt, wenigstens auf ihrer jetzigen Entwicklungsstufe; denn sie ist ein unsterbliches Wesen, das sich die Form (Gehirn) schafft, um dadurch sich selbst zu erkennen.

Die Seele ist groß, alles Materielle zusammengenommen ist unbedeutend gegen ihren Reichtum. Ihre Bewusstwerdung als höchstes Wesen, als Krone der Schöpfung ist das hohe Ziel des göttlichen Schöpfungsplanes. Und doch ist die Seele immer nur das, was sie im Augenblick durch Ihre Form erkennt.

Die Seele ist groß!

Schiller sagt: ***„Es ist der Geist, der sich den Körper baut."*** Je erkennender die Seele ist, um so vollendeter gestaltet sie den Gehirnmechanismus. Je vollkommener entwickelt das Gehirn ist, um so mehr können ihre hohe Natur und ihre schöpferische Kraft zur Entfaltung kommen, desgleichen, je besser und einwandfreier es arbeitet, denn das Gehirn ist ihr In-

Es ist der Geist, der sich den Körper baut.

strument, mit dessen Hilfe sie sich offenbart. Ist es verstimmt oder sind gar Saiten zerrissen, dann ist ihr Wirken erfüllt von Disharmonie.
Diese letzte Erkenntnis bestätigt die Richtigkeit des Wortes: ***„Mens sana in corpore sano"***. ***„Ein gesunder Geist wohnt nur in einem gesunden Körper."*** Darauf ist überhaupt unsere ganze Lehre von der Erhöhung der geistigen Leistungsfähigkeit gegründet.

Eine Erkenntnis, die Sie leiten sollte!

Ein gesunder Körper, insbesondere gesunde Nerven und ein gesundes Gehirn, sind die unerlässlichen Vorbedingungen zum erfolgreichen, geistigen Schaffen.
Was zur Erfüllung dieser Vorbedingungen erforderlich ist, hörten Sie bereits ausführlich an anderer Stelle. Kurz zusammengefasst ergab sich eine vernünftige und geregelte Lebensweise und positives Denken. Beides ist notwendig, um Gehirn und Nerven die Kraft zu erhalten, ohne die sie keine brauchbaren Organe der Seele sind.

Der Sitz des Gedächtnisses ist im Unterbewusstsein.

Wir kommen nun zum Gedächtnis zurück, dass wir recht genau kennen lernen müssen, um uns in dem großen Gebiet der Geistestätigkeit zurechtzufinden. Der Sitz des Gedächtnisses ist, wie gesagt, im Unterbewusstsein. Es ist in erster Linie eine Ansammlung von Sinneseindrücken, die im Laufe der Zeit teils bewusst, teils unbewusst aufgenommen wurden.
Im Gedächtnis selbst gibt es Unterabteilungen für die verschiedenen Arten der Sinneseindrücke, so z. B. für die Wahrnehmungen der Augen, der Ohren usw. Daneben ist es weiter unterteilt in ein Wort-, Zahlen-, Farben- usw. Gedächtnis. Das Gesamtgedächtnis, dessen viele Bezirke und Abteilungen sich gar nicht alle anführen lassen, gleicht heute dem Massenspeicher eines riesigen Computers.
Über den unzähligen Dingen, die darin aufgespeichert sind, steht klärend, ordnend, sondierend und abwägend unser „Inneres Selbst", das daraus unser Denken und Erkennen entstehen lässt, wie ein Maler aus den Farben auf seiner Palette das Bild.

In den Grenzen seines Erkennens ist jedes Wesen frei!

Das Denken und Erkennen, die auch das produktive Schaffen einschließen, sind um so höher und vollendeter, je mehr dieses „Innere Selbst" bzw. die Seele sich ihr unterbewusstes Schaffen zum Bewusstsein zu bringen vermag.

Das höhere „Ich" ist abhängig von der guten Funktion des Gehirns.

Es lernt gleichsam wie ein Kind an seinen eigenen Schöpfungen und bildet sich an seinen eigenen Werken immer mehr hinauf. Es kann auch um so vollendeter schaffen, je mehr Eindrücke ihm von der Außenwelt zur Verfügung stehen.
In beiden Fällen ist es jedoch zunächst abhängig von der Funktion des Gehirns, denn mit seiner Hilfe erst kann es die Bilder der Außenwelt in sich aufnehmen und seine selbst geschaffene Welt erkennen, die es, wenn erst die Ahnung seiner inneren Größe erwacht, fortgesetzt bemüht ist, vollkommener zu gestalten.
Mit dem Grade der Erkenntnis wächst das Selbst auch über alles Niedere und damit über alle Irrtümer hinaus und beginnt die schöpfe-

rischen Kräfte, die es in seiner Blindheit oft zu negativem Wirken nützte, in reinste Bahnen zu höchsten Zielen zu lenken.
Dann wird sein Trieb nach Licht, der in der Seelendunkelheit den Egoismus hervorbrachte, sein Erleuchter und Befreier aus Nacht und Finsternis, ein Führer zu seinem Ursprung, zu Selbsterkenntnis und Selbstbewusstsein, zu „ Gott".
Dies alles, meine verehrten Leser, müssen Sie wissen, denn je klarer Sie sich selbst und den Zweck Ihres Strebens erkennen, desto sicherer können Sie Ihrem inneren Genius zur Offenbarung seiner Fähigkeiten verhelfen.
Dass auch Ihr „Inneres Ich" nach Licht und Leben, nach Entfaltung seines Könnens strebt, ist erkenntlich an Ihrem Wunsch, im Leben nicht stehen zu bleiben, sondern immer weiterzukommen.
Dieser Wunsch geht seiner Verwirklichung entgegen, wenn Sie nach den Erkenntnissen dieses Buches leben, denn dadurch schaffen Sie dem „Ich" das Instrument, auf dem es ungehemmt die Fülle seiner Melodien und Akkorde ertönen lassen kann. Selbstverständlich müssen Sie ihm eine umfassende Notenkenntnis ermöglichen und ihm auch Veranlassung zum Üben geben, denn, wie jeder Künstler wird auch das unterbewusste Selbst nur durch Übung Meister. Die Noten, die es braucht, sind die Eindrücke der Außenwelt, insbesondere das Wissen, das Sie im Gedächtnis aufnehmen.

Darum ist Wissen Macht!

Je größer und umfassender Ihr Wissen ist, um so vollendeter kann daraus Ihr „Inneres Ich" Beweise seiner Genialität bilden.

Das Wesen der Konzentration

Nach diesen vorbereitenden Ausführungen kommen wir nun zu den Mitteln erfolgreicher geistiger Arbeit. Im Zentrum steht die Macht der Konzentration, die der Schlüssel hoher Leistungsfähigkeit ist.
Konzentration heißt Sammlung und Hinlenkung aller geistigen Kräfte, insbesondere der Aufmerksamkeit, auf einen Vorgang, einen Gedanken, eine Idee.
In Bezug auf die Gehirntätigkeit bedeutet Konzentration eine Hinlenkung aller entbehrlichen Nervenkraft auf ein bestimmtes Zentrum des Gangliensystems, das mit dem Gegenstand der Konzentration in Beziehung steht, alle übrigen Zentren bewusster Geistestätigkeit sind während der Konzentration ganz oder teilweise außer Tätigkeit.

Vorgänge bei der Konzentration.

Dadurch erklärt sich, dass ein stark konzentrierter Mensch alles um sich her vergessen kann und auf etwaige Sinneseindrücke, wie z. B. Geräusche, bei geistiger Arbeit nicht mehr reagiert, ja, diese überhaupt nicht mehr empfindet. Auch die verhältnismäßig große Unempfindlichkeit des Boxers während eines Kampfes kommt nur durch die Konzentration zustande. Wie ich schon früher sagte, empfinden wir Sinneseindrücke nur dann, wenn die durch die Sinneseindrücke im Bewusstsein hervorgerufenen Vorstellungen unsere Aufmerksamkeit finden.

(Vgl. hiermit die Ausführungen im Kapitel *„Die geistigen Ursachen des Erfolges“*: Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen.)

Bewusste und unbewusste Konzentration.

Es gibt eine bewusste und unbewusste Konzentration. Die unbewusste Konzentration ist in der Regel die stärkste. Sie wird fast immer vollkommen mühelos erreicht, da sie entweder durch die Gewohnheit oder durch großes Interesse hervorgerufen wird.

Was manchen Menschen schwer fällt, ist die bewusste Konzentration. Sofern ihre physischen Voraussetzungen, wie zum Beispiel genügend Nervenkraft erfüllt sind, liegt dies entweder an „seelischen Hemmungen“, oder der Betreffende weiß nicht, wie man sich leicht konzentrieren kann, oder er hat in der Konzentration keine Übung.

Wird bewusste Konzentration ganz planmäßig betrieben, so fällt sie nach einiger Zeit genau so leicht wie die unbewusste Konzentration.

Fällt Ihnen z. B. das Sprechen schwer? Doch sicher nicht!

Sehen Sie, dabei konzentrieren Sie sich unbewusst, denn ohne Konzentration können die das Sprechen bewirkenden Vorstellungen keinen Einfluss auf das Nervensystem zur Bewegung der Muskeln der Sprechorgane ausüben. Außerdem ist ohne Konzentration ein Erfassen irgendwelcher Gedanken und damit jedes Begreifen einer Sache vollkommen unmöglich, weil erst durch sie die Gedanken bzw. die geistigen Bilder so verdichtet werden, dass sie mit dem schon zum Bewusstsein gekommenen Erkenntnisschatz in Beziehung treten können.

Bitte 3* am Ende dieses Kapitels beachten.

Konzentration ist der wesentlichste Faktor bei der geistigen Arbeit des Erfolgsmenschen, denn durch ihre Hilfe wird nicht allein das bewusst-logische (3*), sondern auch das unterbewusst-logische Denken, sowie das schöpferische, also produktive geistige Schaffen ermöglicht.

Die Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit

Auto-suggestion anwenden!

Wie entwickeln wir nun eine starke Konzentrationsfähigkeit? Durch Autosuggestion und planmäßige Übung. Autosuggestion ist nötig, um die erwähnten seelischen Hemmungen zu beseitigen. Alle Gedanken wie: ***„Ich kann mich nicht konzentrieren, das Konzentrieren fällt mir schwer usw ...“*** müssen aus dem Bewusstsein heraus.

Wie Sie das zu machen haben, habe ich schon eingehend durch meine Ausführungen über die Autosuggestion gezeigt.

Soviel sei jedoch noch erwähnt, dass Sie immer der Gedanke beherrschen muss, dass Sie sich sehr leicht und immer leichter bei geistiger Arbeit sammeln können, und dass durch die regelmäßigen Konzentrationsübungen, die ich Ihnen gleich klar legen werde, ihre Konzentrationsfähigkeit immer besser wird.

Denn wie Sie wissen, sind Gedanken Kräfte, die auch unsere geistigen Funktionen fördernd oder hindernd beeinflussen.

Wirkungsvolle Konzentrationsübungen

Und nun zu den Konzentrationsübungen. Hierbei gilt es, die Aufmerksamkeit ganz unter den Einfluss des Willens zu bringen. Die erste Übung zur Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit setzt im praktischen Leben ein:

Von heute ab müssen Sie jede Kleinigkeit, jede Handlung mit größter Aufmerksamkeit ausführen, nichts dürfen Sie mehr gedankenlos machen. Bei jeder Sache müssen Sie überlegen: Wie kann ich am einfachsten, besten und zweckmäßigsten tun, was ich will?

So handelt der konzentrierte Mensch!

Hierfür einige Beispiele: Wenn Sie z. B. etwas aufschreiben, so geben Sie sich die größte Mühe, es so korrekt wie möglich zu schreiben, auch dann, wenn Sie meinen, dass es nicht nötig sei.

Die gleiche Korrektheit müssen Sie beim Sprechen beobachten. **Sprechen Sie immer ganz deutlich und jedes Wort vollständig aus, verschlucken Sie keine Silbe.** Achten Sie besonders darauf, dass Sie die vielen unnötigen Worte, die Füllwörter, beim Reden vermeiden, z. B.: nicht wahr?.. nicht? ... Richtig! ... Aber auch die ganzen „Ähs und Ohs" usw.

Überhaupt müssen Sie alles, was Sie vorhaben, ganz tun, niemals halb. Zu diesem Zwecke dürfen Sie sich jeweils nur mit einer einzigen Sache beschäftigen.

Sie müssen alles, was Sie vorhaben, ganz tun, niemals halb.

Damit ist nicht gesagt, dass Sie kein vielseitiger Mensch sein sollen. Gerade dadurch, dass Sie sich im Augenblick nur mit einer Sache beschäftigen, können Sie vielseitig sein. Was Sie machen, muss Ihre ganze und restlose Hingabe finden. **Jede Oberflächlichkeit müssen Sie aus Ihrem Wesen ausrotten, wenn Sie die Fähigkeit guter Konzentration erlangen wollen.**

Das ist keine Pedanterie, sondern einfach Korrektheit. Nur ein gewissenhafter und gründlicher Mensch kommt im Leben weiter. Oberflächlichkeit und Flüchtigkeit bewirken nicht nur Konzentrationsmangel, sondern führen gleichzeitig zu einem Mangel an Ausdauer. Beides aber muss Ihnen fern liegen, wenn Sie Ihre Ziele erreichen wollen.

Oberflächlichkeit und Flüchtigkeit bewirken nicht nur Konzentrationsmangel, sondern führen gleichzeitig zu einem Mangel an Ausdauer.

Was weiter die Konzentrationsfähigkeit entwickelt und steigert, ist die Beschäftigung mit Arbeiten, die ohne große Aufmerksamkeit nicht ausgeführt werden können. Auch die Betätigung auf sportlichen Gebieten oder ein Spiel wie Schach sind für die Steigerung der Konzentrationsfähigkeit von großer Bedeutung.

Eine sehr gute Konzentrationsübung ist das laute Lesen aus einem interessanten Buch oder Artikel. Dabei muss großer Wert auf die absolut deutliche Aussprache der einzelnen Wörter gelegt werden.

Eine sehr gute Konzentrationsübung.

Wird diese Übung täglich nur zehn Minuten korrekt durchgeführt, so wird man schon nach kurzer Zeit eine Besserung der Konzentrationsfähigkeit bemerken. Wenn großer Konzentrationsmangel und Flüchtigkeit vorliegen, ist diese Übung unschätzbar. Gesagt werden muss jedoch, dass sich der volle Erfolg nicht auf einmal, sondern allmählich,

Auch bei den Konzentrationsübungen führt nur die Ausdauer zum Ziel.

stetig ansteigend, einstellt. **Auch bei den Konzentrationsübungen führt nur die Ausdauer zum Ziel.**
Man soll nicht nur üben, wenn man gerade mal Lust hat, sondern täglich, wenn möglich immer zu einer bestimmten Zeit. Hierzu, wie überhaupt zur Entwicklung seines Geistes und seiner Persönlichkeit, setzt man am besten eine regelrechte Fortbildungsstunde in den Tagesplan ein.

Übungen für Fortgeschrittene

Wir kommen nun zu einer Reihe von Übungen, die Sie ausführen sollten, wenn Sie die bisher besprochenen Übungen schon einige Zeit durchgeführt haben.

I. Zur Ausführung der ersten Übung gebrauchen Sie ein Glas, das Sie ganz bis an den Rand mit Wasser füllen. Dieses Glas nehmen Sie in die rechte Hand und strecken dann den Arm vollständig aus, um es so etwa eine Minute ganz ruhig zu halten. Es kommt darauf an, dass Sie während dieser Zeit keinen Tropfen Wasser vergießen.
Anschließend nehmen Sie das Glas in die linke Hand und machen das gleiche Experiment. Allmählich steigern Sie die Dauer der Übung, und zwar alle 3-4 Tage um je eine Minute, bis Sie so weit sind, dass Sie das Glas, ohne einen Tropfen Wasser zu verschütten, volle fünf Minuten mit dem ausgestreckten Arm halten können.

II. Haben Sie die vorstehende Übung mit Erfolg durchgeführt, dann gehen Sie zu einer weiteren, noch schwierigeren über. Hierzu benötigen Sie ein Buch oder eine Tageszeitung, die Sie jedoch nicht gelesen haben dürfen. Aus ihnen wählen Sie einen bestimmten Aufsatz, den Sie durchlesen müssen, um bestimmte Buchstaben herauszufinden, die gleichzeitig zu zählen sind.
Das Heraussuchen der Buchstaben, z. B. der kleinen „e“ oder „f“, geschieht jedoch nicht etwa durch die Zuhilfenahme eines Bleistiftes, sondern ganz frei, lediglich durch genaues Betrachten und Verfolgens der einzelnen Wörter und Zeilen. Diese Übung führen Sie in der ersten Zeit etwa 3-5 Minuten aus. Nach und nach steigern Sie die Zeit bis auf 15 Minuten.
Wichtig ist bei dieser Übung, dass Sie unter **keinen Umständen den Text lesen dürfen**. Sie haben Ihre Aufmerksamkeit lediglich darauf zu beschränken, dass Sie die bestimmten Buchstaben herausfinden und zusammenzählen.

III. Zu der dritten Übung setzen Sie sich auf einen Stuhl in Ihrem Zimmer und sehen die Wand an, an der Sie sich eine Linie vorstellen, die Sie rings um das Zimmer herum, immer in gleicher Höhe weiterzudenken haben. Auf diese Linie müssen Sie sich in Gedanken so fest einstellen, dass Sie diese als wirkliche Linie vor sich sehen. Das gelingt unbedingt bei ausdauernder Übung.

IV. Zur Ausführung der vierten Übung gebrauchen Sie das Bild einer Ihnen bekannten Person oder einer bekannten Landschaft. Dieses Bild betrachten Sie einige Minuten lang, worauf Sie die Augen schließen und es sich geistig, und zwar mit allen Einzelheiten, vorstellen.
Diese Übung ist so lange zu machen, bis es Ihnen gelingt, das Bild innerlich klar und deutlich zu sehen. Ist das der Fall, dann führen Sie die Übung mit anderen Bildern durch. Wichtig ist dabei, dass Sie die Zeit der Betrachtung immer weiter verkürzen.

Damit beenden wir die Reihe der Konzentrationsübungen. Sie genügt vollauf, um den Weg zur Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit selbständig beschreiten zu können. Wer noch weitere Übungen wünscht, kann sich bei einigem Vertiefen in das Wesen der Übungen selbst noch einige dazu ausarbeiten.

Wichtig für alle Übungen!

Zum genauen Verständnis sei nochmals darauf hingewiesen, dass es bei der Konzentration und Ihren Übungen im Prinzip immer darauf ankommt, die Aufmerksamkeit ganz bewusst auf einen bestimmten Vorgang zu lenken und diesen restlos mit allen erfassbaren Einzelheiten durch das Denken zu umspannen und zu durchdringen. Alles, was nicht mit diesem Vorgang im Zusammenhang steht, bleibt während der Konzentration völlig unbeachtet.

Wenn also, wie bei der vorletzten Übung, eine Linie an der Wand des Zimmers gedacht werden soll, so sieht man lediglich die Linie, nicht die Tapete oder ein Bild. Alles, was nicht zum Gegenstand der Konzentration gehört, ist absolut ausgeschaltet, einerlei, ob es sich dabei um äußere oder innere Einflüsse handelt. Konzentrieren heißt: sich sammeln, auf einen Punkt einstellen und diesen in das hellste Licht des Bewusstseins rücken, d. h. ihn mit allen Einzelheiten erfassen.

Der konzentrierte Mensch ist der ganz gründliche Mensch, Oberflächlichkeit ist der Feind der Konzentration.

Nur wer sich ohne Ablenkung mit einer Sache befasst, kann ihr auf den Grund kommen. Dies gilt auch für die Konzentrationsübungen.

Gründlich, gewissenhaft üben, wenn auch die Übung belanglos scheint, das ist der Anfang zur Entwicklung der Konzentrationsfähigkeit.

Alles Große wurzelt in ganz kleinen Anfängen, auch die Macht der Kon-

Kein Meister fällt vom Himmel!

zentration. Wer sich gut konzentrieren kann, ist wahrhaftig beneidenswert, denn er besitzt das Mittel aller Mittel, geistigen und materiellen Gewinn in Fülle zu schaffen. Deshalb lernen Sie sich zu konzentrieren, Ihre Kräfte auf ein einziges Ziel zu lenken!

Zu allen Konzentrationsübungen ist zu sagen, dass Sie sofort mit Üben aufhören müssen, wenn sich etwa Kopfdruck einstellen sollte.

Nicht übertreiben!

Auch die Konzentrationsübungen dürfen nicht übertrieben werden, sonst schaden sie mehr als sie nützen. Halten Sie sich stets vor Augen, dass die Konzentration nicht nur ein geistiger, sondern auch ein körperlicher Vorgang ist. Wenn Sie Ihr Gehirn durch eine forcierte Übung über- anstrengen, wird nicht eine Stärkung, sondern eine Schwächung der Konzentrationsfähigkeit die Folge sein. **Betreiben Sie die Konzentrationsübungen genau so wie die Übungen zur Ertüchtigung Ihres Körpers.** Jedes Training ist nur so lange fördernd und kräftigend, als es nicht übertrieben wird.

Anschließend an jede schwierige Konzentrationsübung empfehle ich Ihnen, eine Ruheübung zu machen. Wie beim Training zur Entwicklung der Muskeln stellt sich auch beim Training des Gehirns unmittelbar nach den Übungen eine gewisse Erschlaffung ein, die jedoch schnell wieder verschwindet und einer um so größeren Leistungsfähigkeit Platz macht. Die Ruheübung, die nachfolgend beschrieben wird, ist auch nach jeder anderen geistigen Anstrengung von großem Vorteil. Wer irgend Zeit hat, sollte sie mindestens einmal täglich ausführen, da ihre Wirkung sich nicht nur auf die Nerven, sondern auf das ganze seelische Wesen erstreckt.

Die Ruheübung - Totalentspannung von Nerven und Geist

Diese Ruheübung ist sehr wohltuend! Wenn Sie sie genau nach Vorschrift ausführen, wirkt sie Wunder. Für überanstrengte Nerven ist sie die beste Medizin!

Bei der Ruheübung kommt es darauf an, dass jegliche Spannung aus dem Körper weicht. Um das zu erreichen, setzt man sich auf einen Stuhl, oder, was noch besser ist, legt sich auf ein Bett oder Sofa, schließt die Augen und lässt alle Glieder vollständig erschlaffen.

Der ganze Körper muss entspannt sein. Ist die Entspannung aller Muskeln erfolgt, dann gilt es, auch eine geistige Entspannung herbeizuführen. Zu diesem Zwecke muss alles aus dem Kreislauf der Gedanken ausgeschaltet werden, was zum Überlegen oder Nachdenken zwingt. Das wird ganz sicher erzielt, wenn man sich allen Dingen gegenüber vollkommen gleichgültig verhält und lediglich an Ruhe denkt, die während der ganzen Übung als das Schönste und Beste, was man haben kann, anzusehen ist.

Von Wichtigkeit ist dabei, dass der Eintritt der Ruhe als selbstverständlich betrachtet wird. Sie kommt auch ganz selbstverständlich, wenn man

sich ihr mit seinem ganzen Gefühl hingibt. Ein gutes Hilfsmittel ist hierbei die Einbildungskraft.

Ganz ruhig, ohne gewaltsame Konzentration, bildet man sich ein, wie alle Nervenerregungen ausklingen und eine wohltuende, harmonische Stille in den Körper einzieht.

Gleichzeitig muss man sich dann auf den Genuss der Ruhe einstellen, die man, wie ich schon sagte, als das Schönste und Beste ansehen muss.

Wenn man so denkt, dann kommen alle Nerven zur Ruhe und die volle Entspannung, welche die Nerven kräftigt und wieder leistungsfähig macht, ist da. Wird diese Ruheübung richtig ausgeführt, dann ist sie, besonders für stark überanstrengte Nerven, die beste Medizin. Aber wie alles andere, muss sie regelmäßig ausgeführt werden.

Die Dauer der Übung richtet sich nach der Zeit, die einem dazu zur Verfügung steht. Viel länger als 10 Minuten braucht sie jedoch nicht zu dauern.

Einen Wecker verwenden!

Es versteht sich von selbst, dass man die Übung nur in solchen Räumen vornimmt, wo man ungestört sein kann. Um absolut entspannt zu sein, lässt man sich am besten durch einen Wecker die Beendigung der Übung anzeigen.

Die Ausbildung des Gedächtnisses

Nachdem Sie nun den Weg zur Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit kennen gelernt haben, wollen wir uns mit der Ausbildung des Gedächtnisses beschäftigen. Wie ich schon an anderer Stelle sagte, ist ein gutes Gedächtnis, oder richtiger, ein gutes Erinnerungsvermögen zum Erfolg unerlässlich.

Alle Gegenstände und Dinge der Außenwelt und alle Erkenntnisse, denen ein Wert beizumessen ist, müssen wir uns so fest einprägen lernen, dass eine Erinnerung an sie mit Leichtigkeit möglich wird.

Interesse bewirkt Aufmerksamkeit; Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen.

Das Mittel dazu ist die Konzentration. Durch diese Fähigkeit werden die durch die Sinnestätigkeit in unserem Bewusstsein entstehenden Vorstellungen so stark, dass sie ohne Schwierigkeit im Gedächtnis haften. Zu diesem Zwecke muss man sich mit jedem neuen Gegenstand ganz eingehend beschäftigen und sich ihm restlos mit seinem ganzen Interesse hingeben. **Interesse ist beim Behalten überhaupt alles!** Dinge, für die wir kein Interesse haben, die uns nicht ganz gefangen nehmen, kehren, einmal aus dem Oberbewusstsein entschwunden, nur schwer wieder dahin zurück.

Behalten ist leicht!

Um sich zu beweisen, wie leicht man eine Sache behalten kann, für die man großes Interesse hat, braucht man nur einmal daran zu denken, wie viele Dinge man doch eigentlich weiß, ohne sie „gelernt" zu haben. Ich

gehe nicht fehl, wenn ich behaupte, dass unser Wissen zu einem sehr großen Teil nicht gelernt, sondern ganz nebenbei aufgenommen worden ist.

Überall, wo wir gehen und stehen, im Theater, im Konzert, im Kino, auf der Straße, bei der Unterhaltung, beim Besuch von Versammlungen, Vorträgen und Ausstellungen, beim Lesen von Zeitungen, genauso wie beim täglichen Fernsehprogramm erweitern wir unser Wissen, ohne uns dessen voll bewusst zu werden.

Interesse ist unerlässlich; machen Sie darum die Dinge interessant!

Selbstverständlich nimmt der eine mehr, der andere weniger in sich auf, und zwar je nach der Neigung, die er für die Dinge hat. Jemand, der musikliebend ist, wird jede ihm sympathische Melodie behalten, während ein anderer, der mehr Sinn für die Malerei hat, alle bedeutenden Gemälde in sein Gedächtnis aufnimmt. Wenn wir das wissen, ist uns auch der Weg zur Bereicherung unseres Gedächtnisschatzes klar: **Wir werden alle Dinge mit Leichtigkeit behalten, wenn wir ihnen nur genügendes Interesse entgegenbringen.**

Beweis: das Kind!

Das beste Beispiel hierfür bietet uns das Kind, besonders in seinen ersten Lebensjahren. Ohne die geringste Absicht, etwas in sein Gedächtnis aufnehmen zu wollen, behält es dennoch alles, was seinen Interessenkreis berührt. So lernt es z. B. in denkbar kürzester Zeit seine Muttersprache.

Das Geheimnis des leichten Behaltens ist beim Kinde ganz offenbar, denn das ständige Fragen des Kindes nach dem Warum, nach dem Grund der Dinge, zeigt uns sichtlich sein großes Interesse für das Wesen der Dinge.

Leichtes Lernen und Behalten ist schon für viele vorwärts strebende und nachdenkende Menschen ein Problem gewesen. Die beste Lösung ist nur möglich durch eine psychologische Einfühlung in die Bewusstseinsvorgänge beim Kinde. Dabei wird uns der von der Natur vorgezeichnete Weg zum Erkennen der Erscheinungswelt klar, der das Behalten der Sinneseindrücke als selbstverständlich einschließt. Jeder andere Weg erweist sich als unvorteilhaft.

Eine absolut irrige Meinung!

Mancher ist der Ansicht, dass das Gedächtnis um so schlechter wird, je mehr man nach seiner Meinung im Kopfe zu behalten hat. Genau das Gegenteil ist der Fall. **Das Gedächtnis kann nie überfüllt oder schwach werden, und je mehr man lernt und behält, um so mehr kann man behalten.**

Die Leistungsfähigkeit des Gedächtnisses ist phänomenal!

Wie kolossal leistungsfähig das Erinnerungsvermögen ist und wie viel das Gedächtnis aufzunehmen vermag, sieht man z. B. an den Sprachgelehrten, von denen mancher den Wortschatz von 30 und mehr Sprachen

in seinem Gedächtnis hat und dabei jede Sprache so, wie seine Muttersprache beherrscht. Aber auch an den phänomenalen Gedächtnisleistungen der Autisten, wie die laufenden Forschungen uns gerade beweisen. Derartige Riesenleistungen des Gedächtnisses werden nur verständlich, wenn wir damit das Unterbewusstsein in Beziehung bringen, in welchem der Sitz des Gedächtnisses ist.

Steht das Oberbewusstsein mit dem Gedächtnis in einem guten Kontakt, vollzieht sich also der Erinnerungsprozess ohne Hemmungen, dann ist die Leistungsfähigkeit des Gedächtnisses überhaupt nicht zu begrenzen.

Auch Ihr Gedächtnis ist zu großen Leistungen fähig!

Denken wir zurück an das, was über bewusste und unbewusste Konzentration gesagt wurde: Unbewusste Konzentration strengt in keiner Weise an, bewusste Konzentration nur dann, wenn sie gegen Hemmungen zu kämpfen hat.

Eigentlich gibt es keine bewusste und unbewusste Konzentration, sondern nur Konzentration. Wir brauchen jedoch die Unterscheidung, um damit dem Wesen der Konzentration möglichst nahe zu kommen.

Wenn wir von **bewusster Konzentration** sprechen, meinen wir eine **erzwungene Sammlung der Aufmerksamkeit.** Bei der **unbewussten Konzentration** tritt diese Sammlung **unwillkürlich ein**, und zwar, wie schon erwähnt, durch die Gewohnheit oder durch das Interesse, das wir einer Sache entgegenbringen. **Nun wissen wir auch, warum Interesse beim Behalten alles ist. Es bewirkt unbewusste Konzentration.**

Die Beseelung der Dinge

Die Aufgabe, die Sinne zu großen Leistungen zu befähigen, um dadurch kräftige Vorstellungen und Empfindungen zu schaffen, besteht also darin, für das, was wir zu behalten wünschen, unser Interesse zu wecken. Zu diesem Zwecke müssen wir die Aufmerksamkeit genau wie das Kind auf die Seele der Dinge richten.

Interesse und nochmals Interesse, darauf kommt es an!

Das geschieht, wenn wir einen Gegenstand nicht nur rein äußerlich wahrnehmen, sondern über seine Bedeutung, seinen Zweck, seine Beschaffenheit und seine Beziehungen zu anderen Dingen und zu uns selbst nachdenken.

Alle Dinge leben, sind nicht nur Stoff, sondern auch Geist, auch die, die wir als tote Materie kennen. Leblos ist für uns ein Gegenstand nur dann, wenn wir ihn durch unser Denken nicht zum Leben erwecken. Das können wir jedoch durch unser Interesse in jedem Fall.

Interesse belebt und beseelt die Dinge!

Was unbeseelt ist, ist vergänglich, was nicht in unseren Gedanken lebt, werden wir vergessen.

Betrachten wir auf Grund dieser Erkenntnisse eine Zahl. Die Zahl 129875 ist an sich scheinbar leblos. Selbst wenn wir sie mit Gewalt unserem Gedächtnis einprägen, werden wir sie nach einiger Zeit nicht mehr

wissen, weil sie für uns ohne Bedeutung ist. Nun aber denken wir, dass diese Zahl, 129875, unsere Telefonnummer sei. Ist sie nun auch noch leblos? Zweifellos nicht mehr, denn dadurch, dass sie unsere Telefonnummer ist, knüpfen sich an sie unsere Interessen, wodurch sie ein Glied unserer Gedankenketten wird und dadurch zum Leben erwacht.

Das sind die wahren Ursachen der Vergesslichkeit: Mangelndes Interesse und Gedankenlosigkeit!

Wir wollen nun einmal einen Namen von diesem Standpunkt aus betrachten, z. B. den Namen des Komponisten Flotow. Wie leicht wird er behalten, wenn man erst seine Opern kennt. Vorher ist er tot, ohne Belang, daher ein Name wie tausend andere, die sämtlich vergessen werden. Und doch, wie wenige wissen es, dass es Flotow war, der die Oper "Martha" geschaffen hat, obwohl sie die Oper schon gehört haben und auch Melodien aus ihr kennen. Warum wissen die Betreffenden den Namen nicht? Haben sie ihn noch nie gelesen oder gehört? Doch, denn er stand ja im Programm, das beim Besuch der Oper gekauft wurde. Und trotzdem weiß man ihn nicht mehr! Woher dies kommt, ist leicht zu erklären: Der Name des Komponisten wurde gelesen, ohne dass man sich dabei etwas dachte. Nach unserer Theorie blieb er dadurch leblos und musste demzufolge vergessen werden.

Der Name Flotow wird genau so leicht behalten, wie die Telefonnummer, sofern man in der Werkstatt des Geistes seine Seele erweckt, mit anderen Worten, wenn man ihn nicht nur rein äußerlich betrachtet, sondern ihn sogleich mit seinem Träger in Beziehung bringt. Und was ergibt sich daraus für eine Lehre? Immer wieder, dass wir die Seele der Dinge kennen lernen müssen, dass wir nicht gedankenlos über eine Sache hinweggehen dürfen.

Die Menschen wundern sich, dass sie ein so schwaches Gedächtnis haben und sind selbst schuld daran.

Auch Ihr Gedächtnis ist gut!

Das Gedächtnis ist schon gut, jedoch müssen die Voraussetzungen des guten Behaltens erfüllt werden.

Das Kind ist ein gutes Beispiel! Es ist voller Interesse dabei und macht es so eben richtig! Wir müssen es genau so machen!

Wie macht es doch ein Kind? Es sieht zum ersten Male einen Ball, sieht ihn rollen, spielt mit ihm und sagt, voller Interesse dabei: B-a-l-l. Das Wort „Ball" ist ihm ein gänzlich neuer Begriff, der sich jedoch seinem Gedächtnis ganz selbstverständlich einprägt, nicht, weil es ihn fassen und behalten will, sondern weil es am Ball Interesse, Freude hat.

So ist es mit Hunderten von Dingen. Alles fließt dem Kinde nur so ins Gedächtnis, lediglich, weil es seine Aufmerksamkeit der Seele der Dinge zuwendet. So lernt ein Kind spielend, unabsichtlich, mühelos.

Sollte der Erwachsene nicht auch so lernen können? Selbstverständlich, und er tut es auch schon, nur nicht auf allen Gebieten. Prägt sich nicht auf gleiche Weise eine Melodie ein, die wir ganz zufällig irgendwo hören? Natürlich - und oft so stark, dass sie uns nicht selten tagelang im Kopfe herumgeht. Genau so kann es mit allen Dingen sein, nur in sich aufnehmen muss man sie. Die Namen der Dinge sind flüchtig, wir müssen sie festbinden an ihren Träger und diesen in uns, durch unser Denken, verankern.

Nochmals: das Gedächtnis ist gut, nur die Voraussetzungen des guten Behaltens müssen erfüllt sein.

Täglich das Gedächtnis üben!

Allerdings ist das Gedächtnis auch von der Übung abhängig. Deshalb sagte ich auch an anderer Stelle: Je mehr man behält, um so mehr kann man behalten. Die Übung kommt jedoch wiederum ganz von selbst, wenn wir an den Dingen interessiert sind.

Halten Sie Ihr Gedächtnis in Übung, sonst rostet es ein!

Wie wir wissen, gibt es verschiedene Gedächtnisfunktionen, z. B. das Zahlen-, Farben-, Wort- und Personengedächtnis. Jede Funktion muss besonders in Tätigkeit gehalten werden, weshalb wir auch für die verschiedensten Dinge Interesse haben müssen. Schwindet z. B. unser Interesse für Musik, so kommt das dafür in Frage kommende Gedächtnis aus der Übung und wird schwach.

So ist es mit allen Zentren des Gedächtnisses, und daraus erklärt es sich, dass so viele an einseitiger Gedächtnisschwäche leiden. Die Betreffenden haben ihr Gedächtnis vernachlässigt, sind aus der Übung gekommen. Man wird selten jemanden über ein schlechtes Zahlengedächtnis klagen hören, der den ganzen Tag mit Zahlen umgeht. Ähnlich steht es in anderen Fällen, immer natürlich vorausgesetzt, dass man durch geistige Überarbeitung seinen Nerven nicht geschadet oder durch eine Krankheit keine Störung des Gehirns erlitten hat.

Wie gesagt: das Behalten fällt leichter, je mehr man lernt und behält, und es fällt schwerer, je weniger man lernt. Deshalb muss man täglich üben, täglich einige neue Dinge seinem Gedächtnis einverleiben. Ohne dauernde, intensive Übung ist kein gutes Gedächtnis zu erlangen.

Eine eminent wichtige Aufgabe!

Ein wichtiger Gedanke für den täglichen Fortschritt!

Um das zum guten Behalten erforderliche gründliche Erfassen neuer Gegenstände laufend zu stärken, muss man sich die Aufgabe stellen, jeden Tag eine bestimmte Anzahl bisher noch nicht gekannter Dinge zu behalten und kennen zu lernen.

Zur Erfüllung dieser Aufgabe bietet sich überall Gelegenheit, z. B. auf dem Wege zur Arbeitsstätte, wie wir das im Tageslauf des positiven Tatmenschen schon ausführlich besprochen haben.

Training der Beobachtungsgabe

Gut beobachten! Immer Augen und Ohren auf!

Die Beobachtungsgabe muss überhaupt besonders gefördert werden, denn sie ist unerlässliche Vorbedingung zur Bereicherung des Gedächtnisschatzes. Die meisten Menschen gehen tatsächlich mit geschlossenen Augen und verstopften Ohren durch die Welt, eben, weil sie kein Interesse für die Dinge haben.

Es ist alles interessant und wertvoll genug, um es kennen zu lernen.

Mit den Dingen befassen, wenn sich ihr Wert zeigen soll.

Natürlich muss man sich mit den Dingen befassen, wenn sich ihr Wert zeigen soll.
Die Beobachtungsgabe wird ganz automatisch geschult, wenn die Erfüllung der vorstehenden Aufgabe zur ständigen Gewohnheit wird. Wir erfüllen sie am besten unter Zuhilfenahme eines Notizblockes, den wir ständig bei uns führen müssen. Bietet sich keine Gelegenheit, einer neu entdeckten Sache sofort auf den Grund zu kommen, vielleicht weil es an Zeit mangelt, so machen wir uns über sie eine kurze Notiz und denken dann abends in der Fortbildungsstunde ausführlich darüber nach.

Ja nicht oberflächlich sein!

Lesen wir irgendwo ein Wort, z. B. ein Fremdwort, dessen Sinn wir noch nicht kennen, so dürfen wir nicht oberflächlich darüber hinweggehen, sondern müssen uns durch Nachschlagen in Wörterbüchern oder durch Befragen kundiger Personen unbedingt über seine Bedeutung informieren.
Viel wird in dieser Hinsicht heute gesündigt. Das Fernsehen ist für viele der Ersatz zum Lesen und oft nur eine flüchtige Informationsquelle. Und wer dennoch liest, der begnügt sich damit, die darin enthaltenen unbekannten Bezeichnungen und Wörter nur ungefähr zu verstehen.

Keine geistige Überlegenheit ohne großes Wissen.

Da der fortschrittliche Mensch unbedingt die Fähigkeit braucht, sich über möglichst viele Dinge ein eigenes Urteil zu bilden, muss er größten Wert darauf legen, die Zusammenhänge und gegenseitigen Beziehungen der Dinge und Geschehnisse immer besser zu erkennen (4*). Aus diesem Grunde muss man auch allen Gedankengängen, die man hört und sieht auf den Grund gehen und sie geistig verarbeiten, d. h. sie mit seinem bisherigen Wissen und seinen Erfahrungen in Verbindung bringen und vergleichen. Dazu ist es auch unbedingt notwendig, dass der Sinn unbekannter Wörter gründlich erforscht wird.

Maßgebender Lehrsatz für sicheres Behalten

Jeder Sinneseindruck, der sicher behalten werden soll, muss ganz klar und mit allen seinen erfassbaren Einzelheiten in den Vordergrund des Bewusstseins treten.

Alles, was auf den letzten Seiten über das Behalten gesagt wurde, behandelt in der Hauptsache die Aufnahme der Sinneseindrücke in das Gedächtnis. Kurz zusammengefasst, ergibt sich der nachstehende Lehrsatz:
Jeder Sinneseindruck, der sicher behalten werden soll, muss ganz klar und mit allen seinen erfassbaren Einzelheiten in den Vordergrund des Bewusstseins treten und mit dem bereits vorhandenen Wissen durch das Interesse in Verbindung und Beziehung gebracht werden.
Dieser Lehrsatz gilt für jeden Fall, für das Behalten allgemeinen und besonderen Wissens und auch für das Erlernen fremder Sprachen.

Vorgänge bei der Erinnerung

Nun müssen wir uns speziell den Erinnerungsvorgängen zuwenden. Sagte ich früher, dass das Gedächtnis in Bezirke unterteilt ist (Zahlen- und Namengedächtnis usw.), so müssen wir nun noch beachten, dass

auch das gesamte Wissen, das sich aus den verschiedensten Eindrücken und unserem Denken ergibt, einer Ordnung untersteht. Es besteht aus Komplexen von Gedächtnisbildern aller Art, in deren Mittelpunkt jeweils eine Leitidee steht. Im Prinzip verstehen wir darunter einen Begriff, an den sich alle damit in Beziehung stehenden Vorstellungen angliedern.
Um hier klar zu sehen, wollen wir uns das an einem Beispiel erläutern. Das Wort „Stuhl" ist ein Begriff. Hören wir dieses Wort, so wissen wir sofort, was gemeint ist, nämlich ein Möbel, das zum Sitzen dient. Dabei denken wir nicht an einen bestimmten Stuhl, sondern zunächst an einen Stuhl überhaupt. Erst beim weiteren Nachdenken kommt uns eine bestimmte Art Stuhl, seine Form, sein Material usw. zum Bewusstsein. Letztere sind die dem Begriff „Stuhl" zugehörigen „Vorstellungseinheiten".

Das Assoziationsgesetz

Was für den Erinnerungsvorgang und damit auch für das Denken wichtig ist, ist folgendes:

Nach einem bestimmten Gesetz, dem „Assoziationsgesetz", rufen ein Begriff und auch eine Vorstellung automatisch die ihnen zugehörigen Vorstellungen oder Begriffe ins Bewusstsein, sofern die „Assoziation" (Verbindung bzw. Verkettung der Vorstellungen und Begriffe) nicht durch irgendwelche Einflüsse, z. B. durch den Willen, unterbrochen wird. Die Reihenfolge der nacheinander ins Bewusstsein einströmenden Bilder wird in der Hauptsache bedingt durch ihre Stärke und unser Interesse.

Nach dem Assoziationsgesetz, rufen ein Begriff und auch eine Vorstellung automatisch die ihnen zugehörigen Vorstellungen oder Begriffe ins Bewusstsein.

Auf dieses Gesetz gründen wir unsere Lehre von der Erinnerung. Bevor wir weitergehen, müssen wir noch wissen, dass eine Assoziation um so besser und um so schneller eintritt, je mehr beim Aufnehmen von neuen Eindrücken diese mit dem ihnen zugehörigen „Komplex" verbunden werden und je öfter die gleiche Assoziation eintritt.

Ferner müssen wir noch wissen, dass auch innerhalb der Komplexe selbst das Assoziationsgesetz wirksam ist, dass also ein Komplex gesetzmäßig den anderen ins Bewusstsein ruft, und dass eine bestimmte Verbindung von Vorstellungen und Begriffen durch bestimmte äußere Eindrücke hervorgerufen werden kann.

Assoziation und Erinnerungsprozess. Ein wichtiges Beispiel.

Um Ihnen diese Gesetzmäßigkeit zu beweisen und um dadurch zu zeigen, wie äußerst wertvoll diese Erkenntnisse für den Erinnerungsprozess sind, wollen wir einmal einen für unsere Zwecke geeigneten Erinnerungsvorgang an einem Beispiel kennen lernen.

Es ist eine bekannte Tatsache, dass man manchmal eine ganze Reihe von Geschehnissen vergessen kann. So kann es kommen, dass Sie auf einmal nicht mehr wissen, wo Sie vor fünf Jahren gewohnt haben und was sich in dieser Zeit Besonderes ereignete.

Es ist, als ob sämtliche Begebenheiten aus Ihrem Gedächtnis entschwunden sind. Wie Sie gleich sehen werden, ist dies jedoch nicht der Fall. Sie haben lediglich die Verbindung mit dieser Erlebniskette bzw. mit diesem Komplex verloren, weil Sie vielleicht jahrelang nicht mehr daran gedacht haben. Er ruht wie tausend andere Komplexe in den unermesslichen Tiefen des Unterbewusstseins, aus denen er jedoch leicht heraufsteigen kann, wenn es Ihnen gelingt, sich wenigstens an eines der Ereignisse vor fünf Jahren zu erinnern.

Angenommen, Sie würden nun rein zufällig in Ihren Briefschaften herumstöbern und dabei auf einmal ein Bild finden, das aus dieser Zeit stammt, vielleicht das Bild eines Freundes. Was geschieht dann? Nun, wenn Sie etwas nachgedacht haben, wissen Sie es bereits: Durch das Bild erwachen plötzlich nacheinander alle Erinnerungen, und mit einem Male sehen Sie klar und wissen wieder, was Sie damals erlebten. Und was bewirkte diese Rückerinnerung? Das Bild, und zwar kraft des Assoziationsgesetzes.

Wichtig! Die Erinnerung arbeitet völlig selbsttätig, wenn wir unsere Aufmerksamkeit durch Konzentration auf einen # bestimmten Komplex lenken.

Und was ergibt sich daraus? Dass wir durch Beachtung dieser Vorgänge die Erinnerung ganz leicht gestalten können.

Wäre Ihnen das Bild nicht in die Hände geraten, so hätten Sie sich unter Umständen stundenlang anstrengen müssen, um die betreffenden Vorgänge wieder zu wissen. Durch das Bild jedoch geschah es leicht, ohne besondere Mühe und vor allem schnell.

Die Erinnerung arbeitet völlig selbsttätig, wenn wir unsere Aufmerksamkeit durch Konzentration auf einen bestimmten Komplex lenken.

Vorbedingung ist jedoch, dass wir mindestens eine Vorstellung dieses Komplexes im Bewusstsein haben, denn sonst können wir ja die Aufmerksamkeit nicht einstellen.

Oberfläche und Tiefe des Gedächtnisses

Zum besseren Verständnis müssen wir das Gedächtnis sehen wie einen tiefen See. An der Oberfläche befinden sich dabei alle Vorstellungen, die unserem bewussten Geistesleben zugrunde liegen, insbesondere jene, die wir häufig gebrauchen.

Oberfläche und Tiefe des Gedächtnisses.

Findet ein Erinnerungsbild längere Zeit keine Beachtung, so sinkt es in die Tiefe des Gedächtnisses, wodurch wir uns seiner nur schwer oder überhaupt nicht mehr erinnern können. Wie Sie aus dem obigen Beispiel ersehen haben, bleibt es nichtsdestoweniger im Gedächtnis, nur, dass es zeitweilig unseren Blicken entschwindet. Die Vorstellungen bzw. Erinnerungsbilder haben überhaupt eine schier unbegrenzte Lebensdauer, wenn sie erst einmal richtig in das Gedächtnis aufgenommen worden sind, d. h. fest mit unserem Geistesleben bzw. mit unserem Erkennen verbunden sind. Wenn wir sie dennoch aus der Erinnerung verlieren, so liegt das daran, dass wir sie nicht durch öfteres Wachrufen an der Oberfläche des Gedächtnisses erhalten.

Daraus ergibt sich die Lehre, dass wir unser Wissen immer wieder gebrauchen müssen!

Wissen immer wieder gebrauchen!

Ich komme nun auf die früheren Ausführungen über das Gedächtnis zurück. Unter anderem wurde da gesagt, dass man sich zwischen Ober- und Unterbewusstsein eine Verbindungstür zu denken hat.

Um die Erinnerungsvorgänge genau zu verstehen, müssen wir jedoch nicht nur eine, sondern unzählige Türen annehmen. Jede führt zu einem bestimmten Bereich des Gedächtnisses. Die Erinnerung besteht nun darin, dass wir im Öffnen und Schließen der Türen Übung haben.

Zum besseren Verständnis wollen wir jedoch nicht Türen, sondern **Kontaktstellen** sagen. Denken Sie dabei an eine riesige altertümliche Telefonzentrale: Hunderttausende von Stöpsellöchern verbinden den Teilnehmer mit allen möglichen Stationen. Die Verbindung mit einer bestimmten Station bekommt er jedoch nur dann, wenn er die Nummer des betreffenden Anschlusses bzw. Stöpselloches genau kennt und wenn die betreffende Leitung unter „Strom" steht.

Den Anschluss herstellen heißt, die Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Gedächtniszentrum auf einen bestimmten Komplex zu lenken. Die Leitung ist unter „Strom", wenn das im Gehirn befindliche Zentrum des jeweils verlangten Komplexes gut funktioniert, also geübt und gesund ist.

Die Erinnerung ist vom „Vergessen" abhängig!

Nun müssen wir noch folgendes wissen: Genau so, wie man von den vielen Kontaktstellen einer Telefonzentrale nur eine zur Zeit benutzen kann, so kann man zur Zeit auch nur mit einem Gedächtniszentrum bewusst erfolgreich in Verbindung treten. Und wie man nur dann etwas verstehen kann, wenn ein Wort nach dem anderen gesprochen wird, nicht alle Worte auf einmal, so können uns die verschiedenen Erinnerungsbilder auch nur nacheinander zum Bewusstsein kommen.

Die Erinnerung ist vom Vergessen abhängig!

Dies ist von großer Wichtigkeit, weil es uns zeigt, dass die Erinnerung vom Vergessen abhängig ist.

Es kann nur dann ein neues Erinnerungsbild kräftig in das Bewusstsein einströmen, wenn das vorhergehende Platz gemacht hat.

Ganz verständlich gesprochen besagt dies: Es kann nur dann ein neues Erinnerungsbild kräftig in das Bewusstsein einströmen, wenn das vorhergehende Platz gemacht hat. Je mehr Bilder wir gleichzeitig im Vordergrund des Bewusstseins haben, um so weniger kommt das einzelne Bild zur Geltung und um so weniger können neue Bilder aus der Erinnerung auftauchen. Das bedingt, dass wir uns mit der „Kunst des Vergessens" beschäftigen müssen, die ich als Vorbedingung großer Gedächtnisleistungen ansehe.

Manche Leute jammern und stöhnen ständig über das, was sie alles im „Kopfe" haben müssen, und haben eine ständige Furcht, dass sie irgend etwas vergessen könnten. Warum tun sie das? Weil sie tatsächlich vieles vergessen. Und weshalb? Weil sie sich aus Furcht vor dem Ver-

gessen nicht bemühen, das, was sie nicht vergessen wollen, zu vergessen; natürlich aus Unwissenheit.

Merken Sie sich folgendes: Je mehr man im Kopf hat, um so weniger hat man im Kopf, und je weniger man im Kopf hat, um so mehr kann man im Kopf haben.

Eigentlich erscheint das widersinnig, aber nur, wenn man die Zusammenhänge nicht kennt. Man kann überhaupt nichts vergessen, wenn man es erst einmal richtig in sich aufgenommen hat. Höchstens kann die Erinnerungstätigkeit gehemmt sein, und zwar, wie gesagt, weil man nicht vergessen kann. Selbstredend ist hier mit dem „Vergessen" die Ablenkung der Aufmerksamkeit gemeint.

Auch hier wieder durch Gewohnheit zum Ziel!

Die Aufmerksamkeit ablenken heißt: bereit sein, das nachfolgende Erinnerungsbild aufzunehmen.

Wie muss man es nun machen, um ein Meister dieses Vergessens zu werden? Sehr einfach, indem man sich daran gewöhnt. Gewohnheit ist alles, auch das Erinnern und dadurch zuletzt auch das ganze Denken.

Positiv denken! Weg mit der Furcht vor dem Vergessen!

Wir müssen alle Hemmungen der Erinnerungstätigkeit beseitigen und dazu in erster Linie die „Furcht vor dem Vergessen" verlieren, die ja, als negative Vorstellung, das Einströmen von Erinnerungsbildern in das Bewusstsein hemmt. Nach den Lehren der Macht über uns selbst müssen wir zu diesem Zwecke an die gute Funktion unseres Erinnerungsvermögens felsenfest glauben lernen. Dies können wir mit gutem Recht, denn es funktioniert tatsächlich ganz wunderbar und ganz von selbst, eben den besprochenen Gesetzen zufolge.

Die Erinnerung arbeitet automatisch

Das Unterbewusstsein ist unser bester Mitarbeiter.

Hier zeigt sich das Unterbewusstsein als ein guter und absolut gewissenhafter Mitarbeiter. Einige Beispiele:

Sie brauchen notwendig eine Sache vom Kaufmann und sagen sich, dass Sie diese bei der nächsten Gelegenheit besorgen werden. Bevor sich jedoch dazu Gelegenheit bietet, vergehen mehrere Tage, während der Sie die Angelegenheit wieder vergessen.

Nun müssen Sie aber doch zum Kaufmann wegen einer anderen Sache. Sie besorgen diese Sache und wollen gerade wieder aus dem Laden heraus, da schießt Ihnen auf einmal der Gedanke durch den Kopf: Richtig, ich wollte ja noch ... mitnehmen!

Nun, ist es Ihnen noch nicht so ergangen? Sicher, denn alle Tage beobachten wir derartige Vorkommnisse. Und wie kommt es, dass Sie sich dennoch dieser Angelegenheiten erinnern, obwohl Sie diese anscheinend vergessen haben? **Sie werden erinnert, Ihr Unterbewusstsein erinnert Sie.** Es weiß im obigen Falle genau, dass Sie etwas brauchen, und macht Sie unbedingt darauf aufmerksam, wenn Sie ihm nur Gehör schenken. **Wir brauchen uns um nichts zu sorgen, unser gesamtes Wissen kommt von selbst ins Bewusstsein und immer dann, wenn es erforderlich ist.** Natürlich muss man dem Unterbewusstsein dazu die

Sie werden erinnert!

Möglichkeit geben. Dies geschieht eben dadurch, dass wir erstmalig die Eindrücke kräftig und lebendig gestalten.
Wie entwickeln wir nun die Gewohnheit des guten Vergessens und zugleich den Glauben, dass uns alles zur rechten Zeit wieder einfallen wird?
Neben der dauernden Stärkung durch positives Denken müssen wir uns täglich Beweise erbringen, dass die Erinnerung tatsächlich vollkommen automatisch funktioniert. Das Mittel dazu ist ein so genanntes **Erinnerungsbuch**.

Planmäßige Ordnung der Erinnerungsvorgänge

Wir haben früher gesehen, dass dem Assoziationsgesetz zufolge eine Vorstellung aus einem bestimmten Komplex genügt, um die mit ihr verbundenen Vorstellungen in Erinnerung zu bringen. Diesen Umstand nutzen wir durch das Erinnerungsbuch aus.

Genau wie das Tagebuch des Erfolgsmenschen, ist auch das Erinnerungsbuch unerlässlich!

Es genügt zu diesem Zweck ein einfaches, kleines Notizbuch, auf dessen erster Seite mehrere Felder geschaffen werden. Jedes einzelne Feld ist für ein bestimmtes Gebiet unserer Handlungen bestimmt, z. B. Feld 1 für alle häuslichen Angelegenheiten, Feld 2 für Besuche, Feld 3 für Posterledigungen usw.
Man wird natürlich die Felder nach seinem Beruf einteilen. Gemeint sind vor allem jene Gebiete unserer Tätigkeit, bei denen sich die oben genannte Furcht vor dem Vergessen zeigt. Das wird besonders dann der Fall sein, wenn das Vergessen einer Angelegenheit unangenehme Folgen hat.
Sind die Felder eingeteilt, werden die Namen der Gebiete hineingeschrieben, für die sie bestimmt sind. Dann verteilen wir die übrigen Blätter des Buches, z. B. Feld Haushalt: Seite 2-6, Feld Besuche: Seite 7-10 usw. Ist das Erinnerungsbuch so vorgerichtet, dann kann die Übung des Vergessens losgehen.
Wenn Sie meinen bisherigen Ausführungen aufmerksam gefolgt sind, wissen Sie jetzt schon, was wir mit diesem Buche bezwecken: Die zur Auslösung der Erinnerung notwendige erste Vorstellung festlegen, und zwar durch ein Stichwort.

Die zur Auslösung der Erinnerung notwendige erste Vorstellung festlegen, und zwar durch ein Stichwort.

Anwendung des Erinnerungsbuches

Die Praxis: Sie erhalten den Auftrag, ja nicht zu vergessen, ***„morgen gelegentlich“*** bei Herrn H. vorzusprechen.
Ohne die negative Beeinflussung zu beachten, die in diesen Worten liegt, betrachten Sie den Besuch bei Herrn H. gleich als selbstverständlich, denken eine Weile darüber nach, um den Auftrag fest im Gedächtnis zu verankern, nehmen dann Ihr Erinnerungsbuch zur Hand und schreiben in die Abteilung „Besuche“ den Namen der betreffenden Person.

Ist das geschehen, stecken Sie Ihr Buch wieder fort und - vergessen den Auftrag.
Schon dabei werden Sie erkennen, dass Sie dies nun ruhig tun können, denn todsicher werden Sie morgen an Herrn H. denken. So machen Sie es grundsätzlich mit allen Angelegenheiten, doch beachten Sie wohl - nicht gedankenlos etwas aufschreiben.
Das Aufschreiben geschieht nicht, damit Sie es nicht vergessen, sondern damit Sie unbesorgt vergessen können, zum Zwecke automatischer Erinnerung.

Das Aufschreiben geschieht nicht, damit Sie es nicht vergessen, sondern damit Sie unbesorgt vergessen können, zum Zwecke automatischer Erinnerung.

Am nächsten Tage machen Sie dann Ihre Besorgungen. Wenn Sie glauben, alles erledigt zu haben, holen Sie Ihr Erinnerungsbuch aus der Tasche und werfen einen Blick über die einzelnen Felder.
Sofern die in Frage kommenden Angelegenheiten noch nicht ihre Erledigung gefunden haben, wird Ihr Blick wie magnetisch von dem Felde angezogen werden, wo noch irgend etwas zu erledigen ist.
Meist wird Ihnen bei dieser Gelegenheit schon das Betreffende einfallen. Sollte es nicht der Fall sein, so jedoch sicher, wenn Sie Ihr Stichwort in der Abteilung des bestimmten Feldes finden.
Wenn Sie es jeden Tag so machen, dann wird Ihre Furcht vor dem Vergessen bald verschwinden, und das ist die Absicht, die wir dabei haben.
Sehen Sie bitte in dem Erinnerungsbuch nicht eine Gedächtnishilfe, sondern das Mittel zur Entwicklung des Erinnerungsvermögens.
Sie sollen auch keineswegs immer dieses Erinnerungsbuch gebrauchen, lediglich nur so lange, bis Sie sich davon überzeugt haben, dass der Erinnerungsvorgang vom Unterbewusstsein geleitet wird und absolut sicher und ohne Anstrengungen vor sich geht, wenn Sie die **„Kunst des Vergessens"** beherrschen.
Alles ist Gewohnheit, sagte ich: Wenn Sie ein Vierteljahr das Erinnerungsbuch nach obigen Vorschriften gebraucht haben, dann ist nicht nur das Behalten für Sie eminent leicht geworden, sondern auch die notwendige Konzentration bei der Aufnahme der Eindrücke geht spielend vor sich.

Der sichere Weg zum großen Wissen

Wissen Sie, wie viel Sie wissen?

Die Erkenntnisse, die uns das Erinnerungsbuch gebrauchen lassen, können wir selbstverständlich auch noch anderen Zwecken dienstbar machen, und zwar der Erweiterung des Wissens.
Wie ich schon gleich zu Beginn dieses Abschnittes sagte, kommt es bei dem Wissen, das wir in uns aufgenommen haben, in erster Linie darauf an, dass es uns bei passender Gelegenheit, nämlich dann, wenn wir es gebrauchen und anwenden können, auch zum Bewusstsein kommt.
Wissen Sie, wie viel Sie wissen? Genau nicht, aber sicher sehr viel, würde Ihre Antwort sein, wenn ich Sie persönlich fragen könnte. Wenn ich Sie dann bäte: „Nennen Sie mir einmal alle deutschen Städte, die Sie mit

Namen kennen, würden Sie mir vielleicht auf Anhieb 50 nennen, dann aber wäre es sicher zu Ende mit Ihrem Wissen. Ist es tatsächlich erschöpft? Keineswegs! Es kommt Ihnen nur kein weiterer Name zum Bewusstsein, im Gedächtnis ruhen noch viele mehr. Das erwiese sich, wenn ich Sie an weitere Namen erinnern würde.

Wissen Sie, wie viel Sie eigentlich wissen?

Ähnlich steht es mit unserem gesamten übrigen Wissen. Nur einen Bruchteil von dem, was wir in uns haben, können wir in der Regel von uns geben.

Wenn sich negative Dinge der Erinnerung entziehen, so ist dies recht, oft aber ist es gerade umgekehrt. Im Interesse des Erfolges darf dies natürlich nicht sein. **Alles, was wir an wertvollem Wissen in uns aufnehmen, müssen wir bleibend gestalten.**

Im allgemeinen kennen Sie bereits den Weg, der dazu führt. Nun wollen wir noch eine besondere Methode zur planmäßigen Erweiterung und Festigung des Wissens kennen lernen.

Alles, was wir an wertvollem Wissen in uns aufnehmen, müssen wir bleibend gestalten.

Wie wir uns von den täglich zu erledigenden Angelegenheiten Stichworte notieren, so machen wir es auch mit unserem Wissen. Lesen wir ein gutes Buch, dessen Inhalt wir dauernd an der Oberfläche unseres Bewusstseins zu haben wünschen, so müssen wir zunächst die einzelnen Abschnitte gründlich lesen und dann geistig verarbeiten, wobei wir die Gedanken des Autors mit unseren eigenen Erkenntnissen und Erfahrungen vergleichen. Dadurch müssen wir zu einer festen Stellungnahme gegenüber dem Inhalt des Buches kommen.

Reichen die eigenen Kenntnisse nicht aus, um sich über neue Ideen ein Urteil zu bilden, so muss man weitere Werke über die gleichen oder über die damit verwandten Gebiete lesen. Zudem muss man sehen, bei strittigen Fragen Bücher mit entgegengesetzter Ansicht kennen zu lernen.

Die Kartei des Wissens

Ist man beim Studium zu einer eigenen Meinung gekommen, so formt man diese in einige kurz gefasste Sätze und schreibt sie auf eine Karteikarte, die dann mit einer Nummer versehen wird. Diese überträgt man, und zwar gleichzeitig mit einem Stichwort, aus welchem eindeutig der Inhalt der Karte hervorgeht, in ein alphabetisches Verzeichnis.

Haben wir z. B. ein Buch über Kindererziehung gelesen, so könnte das Stichwort Erziehung heißen, das wir dann unter dem Buchstaben „E" einfügen müssen. Gleichzeitig können wir dann noch das Stichwort "Hans", womit wir vielleicht unseren eigenen Jungen meinen, oder auch den Namen des Autors in das Verzeichnis einfügen, natürlich immer unter dem in Frage kommenden Buchstaben und mit der Kartennummer dahinter.

Ist das geschehen, so können wir unbedenklich das ganze Buch aus unserem Oberbewusstsein ausschalten, sein Inhalt wird uns nun stets

Bei der Erinnerungskartei, handelt es sich nicht allein um eine äußerst wirksame Gedächtnishilfe, sondern ebenfalls wieder um das Mittel zur Entwicklung des Erinnerungsvermögens.

greifbar sein. Es braucht wohl keiner besonderen Erwähnung, dass man stets so vorgehen muss, wenn man sein Wissen sicher erweitern will.
Über jedes Buch, einerlei, ob es sich darin um berufliche, künstlerische oder wissenschaftliche Fragen handelt, macht man sich seine eigenen Gedanken und schreibt sie nach der angegebenen Methode auf.
Und nun der Zweck: Auch hierbei, bei dieser „Erinnerungskartei", handelt es sich nicht allein um eine äußerst wirksame Gedächtnishilfe, sondern ebenfalls wieder um das Mittel zur Entwicklung des Erinnerungsvermögens.

Jeden Sonntagvormittag ½ Stunde für den Geist

Während man die Eintragungen in die Kartei und damit gleichzeitig auch die Bearbeitung der einzelnen Wissensgebiete in seinen Fortbildungsstunden vornimmt, nimmt man seine Erinnerungskartei zur Verstärkung des Wissens jeden Sonntagvormittag eine halbe Stunde zur Hand und geht systematisch die Karten durch. Dabei macht man die gleiche Feststellung wie in dem Beispiel mit dem Bilde.

Nachdenken, immer wieder nachdenken!

Beim aufmerksamen Durchlesen der Aufzeichnungen drängt sich ganz von selbst alles ins Bewusstsein, was wir über die einzelnen Themen wissen. Wichtig ist, dass beim Durchgehen der Karten immer wieder über die einzelnen Fragen nachgedacht wird. Dadurch treten immer wieder die gleichen Assoziationen ein, wodurch sie, wie Sie früher hörten, ganz gesetzmäßig immer leichter eintreten und immer schneller zum Bewusstsein kommen, schließlich auf die geringste äußere Anregung hin und in ununterbrochener Folge.
Dadurch hat man sein Wissen stets in der Hand, was nicht nur für das Erfolgsleben wichtig ist, sondern auch die Erkenntnisfähigkeit immer weiter steigert.
Wer die Absicht hat, etwas ganz Besonderes auf einem Gebiet zu leisten, kann sich dafür eine Sonderkartei anlegen, in die nur das Wissen hineinkommt, das zu dem betreffenden Studiengebiet gehört.
Diese „Kartei des Wissens" ist für die Ausbildung des Geistes von ungeheurer Bedeutung. Es lässt sich dadurch eine Erfolgstechnik entwickeln, die verblüffende Erfolge zeitigt. Da wir uns mit der Steigerung unseres geistigen Könnens eingehend beschäftigen müssen, behandele ich das Wesen der Kartei, ihre genaue Handhabung und alle damit in Beziehung stehenden Probleme noch ausführlicher.
Bevor wir uns nun noch genauer mit der „Kartei des Wissens" beschäftigen, wollen wir noch eine Reihe grundlegender Erkenntnisse über das produktive Schaffen kennen lernen.

Produktives Schaffen

Produktiv sein, heißt schöpferisch sein, aus gegebenen Bausteinen etwas Neues, noch nicht Vorhandenes schaffen.

Diese Tätigkeit vermag allein das „Innere Selbst“ befriedigend auszuüben. Nur im Reich jenseits des Verstandes kann wahrhaft Großes und Vollkommenes geboren werden. Und es wird geboren, wenn wir nicht müßig sind und dem Unterbewusstsein Bausteine und Anstoß geben. Die Bausteine sind das Wissen von den Dingen, die wir in unser Gedächtnis aufnehmen, sind die „Notenkenntnisse“, die wir dem großen inneren Künstler zur Verfügung stellen, damit er die Fülle seiner Melodien und Akkorde ertönen lassen kann.

Der Anstoß ist unsere Liebe und unser Interesse für das Neue und Besondere eines jeden Dinges. Unsere Wünsche sind dem Unterbewusstsein Richtlinien für seine Tätigkeit.

Interesse ist der Anfang des produktiven Schaffens!

Es wirkt und schafft in jeder Richtung, für die wir uns interessieren. Dem Kaufmann gebiert es neue Verkaufsmöglichkeiten und neue Werbeeinfälle, dem Erfinder gibt es neue Ideen, dem forschenden Geist löst es Probleme, dem Dichter und Künstler ist es Inspirator und dem nach Vollendung und Erlösung Strebenden gibt es höhere Erkenntnis und Ahnung des Göttlichen.

So wirkt das Unterbewusstsein in jedem als Quell alles Neuen, schöpferisch, selbsttätig und in jeder Richtung unserer Wünsche. Wenn es erst einmal den Anstoß zur Tätigkeit erhalten hat, dann wirkt es ununterbrochen und gestaltet und schafft, bis es das Höchstmögliche erreicht hat. Wenn wir dann unsere inneren Augen und Ohren offen haben, Mund und Hand sich willig von ihm führen lassen, dann tritt seine schöpferische Tätigkeit auch äußerlich in Erscheinung.

Auch Sie sind hochbegabt!

Ich behaupte, jeder normal entwickelte Mensch ist ein Genie, einerlei auf welchem Gebiet, aber er ist es. Wenn seine Genialität bis heute nicht in Erscheinung trat, so sagt das nichts. Es beweist lediglich, dass er bis heute noch keine richtige Verbindung mit dem Unterbewusstsein fand und noch keine Gelegenheit nahm, seine Genialität in Erscheinung treten zu lassen.

Beweist sich nicht die große Meisterschaft des Unterbewussten schon durch die wunderbare Funktion unseres Körpers?

Welcher Meister oder Organisator könnte wohl von sich behaupten, dass er auch nur annähernd so viel leisten könnte? Und nun die Exaktheit und Regelmäßigkeit im Aufbau unseres Körpers! Welcher Mathematiker hat wohl größere Fähigkeiten als die, welche notwendig sind, um das Zellensystem des Körpers zu konstruieren? Dies alles bewirkt das Innere Selbst!

In den Grenzen seines Erkennens ist das Wesen frei! Dieser Satz ist sehr wichtig!

Doch nur in den Grenzen seines Erkennens ist das Wesen frei!

Mit bloßem Verstande können wir diese Genialität allerdings kaum erfassen. Wie dem auch sei, jeder ist im Innern seines Wesens genial, und dies im allerhöchsten Grade. Helfen wir dieser Genialität, dass sie auch

außerhalb des Körpers durch Hand oder Mund in Erscheinung tritt!
Wenn die Seelenkräfte zu wirken beginnen, lernt der Mensch schaffen, ohne dass er sich quält. Er wird Künstler auf seinem Gebiet. Alles fliegt ihm zu und geht von selbst. Die größte geistige Leistung wird zur Lust und zum Genuss. Oft entsteht die Leistung ohne jegliche Mitwirkung des Verstandes. Dann arbeitet der innere Mensch ganz allein, und unsere Hand ist ihm nichts als Werkzeug.
Goethe, der die inneren Kräfte des Menschen tief erfühlte, sagt von seinem ***„Werther"*,** dass er dies Werk fast ohne Wissen geschaffen habe. Erst beim Durchlesen auf Verbesserungen kam ihm das Geschriebene zum Bewusstsein. Fontane meint, dass er alles wie ein Psychograph träumerisch geschrieben habe, ohne rechte Überlegung und Kritik. Ähnliches behauptet Hebbel, der wie geistesabwesend bei seinen Spaziergängen dichtete. Bedeutsam sind Nietzsches Worte:
„Man hat, man sieht nicht, man nimmt, und man fragt nicht, wer da gibt, wie ein Blitz leuchtet ein Gedanke auf mit Notwendigkeit und in der Form und ohne Zögern - ich habe nie die Wahl gehabt.
Eine Entzückung, deren ungeheure Spannung sich in einem Tränenstrom auslöst, bei der der Schritt unwillkürlich bald stürmt, bald langsam wird, ein vollkommenes Außersichsein ...
Alles geschieht im höchsten Grade unfreiwillig, aber wie im Sturme von Freiheitsgefühl, von Unbedingtsein, von Macht, von Göttlichkeit. Die Unfreiwilligkeit des Bildes, des Gleichnisses ist das Merkwürdigste. Alles bietet sich als der nächste, der richtigste, der einfachste Ausdruck. Es scheint wirklich, als ob die Dinge selbst herankommen und sich zum Gleichnis anböten."

Fassen Sie das, was Sie erreichen wollen, mit großer Lust und Liebe an, denn nur dadurch wird eine starke Konzentration möglich!

Ich bin überzeugt, dass Ihnen diese Schilderungen genügen werden, um nun auch an der Entfaltung Ihrer eigenen schöpferischen Kräfte zu arbeiten. Das Mittel, um die unterbewussten Fähigkeiten zu wecken, ist wiederum die Konzentration. Üben Sie sich mit ihrer Hilfe zunächst im bewussten schöpferischen Schaffen. Es mag zwar Stückwerk sein, doch es ist notwendig, weil dadurch gleichzeitig das „Innere Selbst" zur Tätigkeit angeregt wird.
Doch beachten Sie eins: Fassen Sie das, was Sie erreichen wollen, mit großer Lust und Liebe an, denn nur dadurch wird eine starke Konzentration möglich!

Der Weg zur geistigen Höhe

Auch hier wieder ganz planmäßig vorgehen!

Die Arbeit beginnt mit der Sammlung von möglichst umfassenden Kenntnissen über das von Ihnen erwählte Gebiet, wodurch wir dem Unterbewusstsein die Bausteine schaffen, aus dem es später die neuen Gebilde erstehen lassen soll.
Sind genügend Kenntnisse gesammelt, fügt man sie zusammen und beginnt sie zu ordnen und logisch untereinander zu verbinden, um daraus etwas Neues zu schaffen.

Mag auch anfänglich nichts Vernünftiges dabei herauskommen, nie darf man den Glauben verlieren, dass es die Anfänge eines großen und erfolgreichen Schaffens sind.

Der erste Versuch des Kindes, ein „A" zu schreiben, ist meist so jämmerlich, dass man kaum glauben kann, dass es eines Tages flott zu schreiben vermag. So ist es auch bei den Anfängen geistigen Schaffens.

Halten Sie nichts für gut genug getan!

Geben Sie sich stets die größte Mühe, so vollkommen wie möglich zu arbeiten. Halten Sie nichts für gut genug getan, sondern versuchen Sie immer wieder, es besser zu machen. Nur dauerndes Bemühen, seine eigenen geistigen Höchstleistungen immer wieder zu überbieten, und zwar aus Freude am hohen Können, macht Sie befähigt, Höchstes und Vollkommenes zu erreichen.

Während Sie so ganz bewusst arbeiten, suchen, forschen, vergleichen und nachdenken, wie irgend etwas verbessert werden kann, macht sich ganz spontan das Unterbewusste bemerkbar, das Ihnen ganz plötzlich neue Gedanken und Ideen eingibt. Nicht immer kommen neue Ideen direkt bei der Arbeit, sondern manchmal unvermittelt, wenn Sie mit etwas ganz anderem beschäftigt sind.

Achten Sie auf solche Eingebungen und halten Sie diese sofort auf Ihrem Notizblock fest.

Achten Sie auf solche Eingebungen und halten Sie diese sofort auf Ihrem Notizblock fest.

Es kommt oft vor, dass diese plötzlichen Einfälle wieder spurlos aus der Erinnerung verschwinden, wenn Sie ihnen keine Beachtung schenken. Diese unerwarteten Gedanken und Erkenntnisse sind oft die Besten, weil sie direkte Produkte unterbewusster Geistestätigkeit sind.

Übrigens häufen sich diese spontan kommenden Gedanken in dem Maße, wie Sie Ihnen Aufmerksamkeit schenken.

Schreiben Sie wahllos alle Ideen auf, und zwar so, wie sie Ihnen kommen.

Goethes „Faust" bestand aus lauter einzelnen Notizen, die erst später von ihm technisch verarbeitet wurden.

Schreiben Sie wahllos alle Ideen auf, und zwar so, wie sie Ihnen kommen.

Manchmal scheint es, als wenn diese untereinander gar keine Beziehungen haben, und doch stellt sich oft nachher heraus, dass sie sämtlich Glieder einer großen, logisch verbundenen Ideenkette sind.

Wenn sich Ihnen das Können des Unterbewusstseins offenbaren soll, müssen Sie in Stimmung sein, d. h., es darf Sie keine negative Vorstellung beherrschen.

Positiv denken! Alles, was die Konzentration hemmt, muss ausgeschaltet werden!

Treiben Sie in solchen Fällen Autosuggestion. Wenn Sie immer positiv denken, kommt es natürlich überhaupt nicht oder kaum vor, dass Sie von negativen Vorstellungen beherrscht werden. In Stimmung sein heißt: Empfänglich sein für das Wirken des Unterbewussten in uns.

Dazu gehört auch die richtige körperliche Verfassung. Wenn Sie sich matt und abgespannt fühlen, ist das geistige Schaffen Energieverschwendung, weil es unfruchtbar ist. Halten Sie sich in solchen Fällen von der geistigen Arbeit fern und ruhen Sie sich aus.

Überhaupt müssen Sie jeden Zwang beim produktiven Schaffen ausschalten. Allem, was die Konzentration hemmt oder erschwert, müssen

Sie aus dem Wege gehen. (Mit Ausnahme der Arbeitsunlust, gegen die Sie ganz energisch anzugehen haben.)

Wenn Sie über eine Angelegenheit nachdenken, um neue Ideen zu bekommen, so dürfen Sie diese nicht mit Gewalt herbeiziehen wollen.

Haben Sie genügend vorgearbeitet, dann kommen neue Ideen ganz von selbst. Durch einen Zwang verschließen Sie neuen Gedanken den Eintritt ins Oberbewusstsein. Falls durch ruhiges Nachdenken keine neuen Ideen kommen, lenken Sie die Aufmerksamkeit auf eine andere Angelegenheit.

Hören Sie Musik oder lesen Sie in einem Buche. Dadurch geben Sie dem Unterbewusstsein Gelegenheit, neue Ideen zu erzeugen und sie Ihnen einzugeben.

Bewusste Konzentration strengt an, unbewusste Konzentration fällt leicht!

Beobachten Sie einmal einen nachdenklichen Menschen. Wenn ihm keine Gedanken kommen wollen, dann trommelt er mit den Fingern gegen die Tischplatte, schlenkert mit den Beinen, beginnt vor sich hinzupfeifen, läuft im Zimmer hin und her oder wiederholt den soeben ausgesprochenen Satz. Dies alles macht er in der Regel ganz unbewusst. Es sind dies die Bemühungen des Unterbewussten, die Aufmerksamkeit für einen Augenblick abzulenken, damit es Gelegenheit hat, neue Gedanken in das Oberbewusstsein eintreten zu lassen. **Also nicht mit Gewalt neue Gedanken herbeiziehen wollen!**

Wenn dies mitunter auch gelingt, so wird doch dabei unnütz viel Energie verbraucht. Der Geistesarbeiter muss ökonomisch mit seiner Nervenkraft umgehen, deshalb muss er bestrebt sein, jede gewaltsame Konzentration nach Möglichkeit zu vermeiden.

Eine gute Ablenkung ist ein aufmerksamer Gesellschafter, der nicht immer alles besser wissen will. Sprechen Sie mit ihm über irgendwelche Ihrer Angelegenheiten oder legen Sie ihm das bisher Ausgearbeitete vor. Ein bekannter, erfolgreicher Dichter las seine Dichtungen seiner Magd vor, wobei ihm die kostbarsten Einfälle kamen. **Überhaupt ist die Umgebung sehr von Einfluss auf das geistige Schaffen, besonders das Verhalten der Frau zum Manne und umgekehrt.** Ein krittelnder, nörgelnder Partner kann die Produktivität des anderen vollkommen lähmen. Wenn Sie eine unsympathische Umgebung nicht von sich bannen können, dann gehen Sie fort, irgendwohin, wo Sie unbeeinflusst arbeiten können.

Sehr wichtig ist beim produktiven Schaffen, dass der Anfang zu einer Arbeit schnell gefunden wird. Langes Grübeln und Suchen nach Ideen ist dabei von Übel. Man fängt einfach an zu arbeiten, selbst wenn man dauernd denkt, dass es falsch ist, was man macht.

Ruhig anfangen, nicht erst lange zaudern und auch das Falsche ruhig niederschreiben.

Dabei kommt dann, weil der Zwang auf das Unterbewusstsein aufge-

hört hat, ganz von selbst das Richtige in den Sinn. Es macht doch nichts, wenn der Anfang nicht ganz stimmt. Hat man erst einmal den Kontakt mit dem Unterbewusstsein gefunden, ist er bald verbessert. **Wenn man fühlt, dass überhaupt keine Ideen kommen wollen, muss man seine Arbeit eine Weile in Ruhe lassen.**

Wenn man fühlt, dass überhaupt keine Ideen kommen wollen, sollte man seine Arbeit eine Weile in Ruhe lassen.

Es gibt für jeden Menschen Tage und Perioden, in denen jegliche geistige Leistungsfähigkeit unterbunden zu sein scheint. Das wissen wir von vielen großen Dichtem und Denkern, z. B. von Grillparzer, der 1826 beobachtete, dass alle seine "inneren Quellen“ versiegt waren. In derartigen Zeiten muss man sich mit solchen Arbeiten beschäftigen, die ohne direkte Mitwirkung des Unterbewusstseins zu erledigen sind, z. B. ordnen und sichten von Unterlagen für spätere Arbeiten.

Das Zettelsystem

Zum Abschluss dieses Teiles nun noch ein kurzer Hinweis auf eine besonders vorteilhafte Arbeitsmethode. Wer schöpferisch tätig sein will, muss also sehen, dass er neue Gedanken nicht mit Gewalt aus dem Unterbewusstsein herauszupressen versucht und vor allem nicht in einer bestimmten Reihenfolge. Auf das Letztere kommt es doppelt an, daher merken Sie sich:

Das Unterbewusstsein produziert um so leichter und besser, je weniger man ihm auf die Finger sieht und beim Schaffen bevormundet.

Das Unterbewusstsein produziert um so leichter und besser, je weniger man ihm auf die Finger sieht und beim Schaffen bevormundet.

Das Unterbewusstsein muss spielend arbeiten!

Wir können auch sagen, je krampfloser es arbeitet, je ungezwungener, je spielerischer demzufolge. Aus meinen vorhergehenden Erklärungen wird Ihnen das schon klar geworden sein. Wie erreichen wir dieses krampflose Arbeiten nun aber am besten? Einfach dadurch, dass wir mitspielen bzw. dem Unterbewusstsein in allen feinsten Regungen ein ganz gefügiger Herr sind.

Mit anderen Worten: Wir müssen es vollkommen in uns schaffen lassen, wie es will und erst, wenn die Produktion ihr Ende erreicht hat, bzw. eine schöpferische Pause eingetreten ist, darf der Verstand bzw. die Kritik walten. Dann erst darf das Beurteilen, Vergleichen, das technische Verarbeiten und Bearbeiten des Gewonnenen einsetzen.

Je mehr wir an uns selbst herumnörgeln bei der einzelnen kleinen Leistung, die eine Teilleistung des Unterbewusstseins ist, um so schwerer kommen wir in den eigentlichen schöpferischen Zustand hinein, das aber ist das Wesentlichste. Darum sich so einstellen: Jede einzelne kleine Leistung des „inneren Ichs“ dankbar begrüßen als ein Geschenk und sich darüber herzlich freuen wie ein Kind.

Sind die Leistungen unvollkommen, so ruhig auch das Unvollkommene hinnehmen. Es sind dies die ersten Versuche des inneren Genius, das Vollkommene zu schaffen. Behalten wir dabei die Freude am Arbeiten und zugleich den Glauben an die mögliche Höchstleistung, so steigert sich das Unterbewusstsein bestimmt zur vollkommenen Leistung empor.

Aus all diesen Erkenntnissen sagte ich Ihnen deshalb auch, dass Sie alle Ideen so aufschreiben sollen, wie Ihnen diese kommen, also vollkommen wahllos. Die Hauptsache ist ja auch, dass überhaupt Ideen kommen und darum muss auch alles getan werden, was ihren reibungslosen Eintritt ins Oberbewusstsein erleichtert.

Hier nun, mein verehrter Leser, kommt unser Zettelsystem zur Bedeutung. Was es ist und will, ist nicht schwer zu erraten. Ein Haufen kleiner weißer Zettel, die uns die geistige Arbeit ganz wesentlich erleichtern.

Man muss sich über jeden Einfall freuen, den das Unterbewusstsein produziert!

Alle Ideen, die uns bei der Sammlung auf ein bestimmtes Thema kommen, werden so, wie sie uns einfallen, auf die Zettel notiert, und zwar jede Idee auf einem besonderen Zettel für sich. Der Zweck ist klar, denn haben wir das getan, so können wir nach der schöpferischen Leistung alle eingefallenen Gedanken mühelos sichten, ordnen und damit hantieren, aufbauen und zusammenbauen, wie wir es nur wollen und außerdem mühelos alle unbrauchbaren Einfälle aussortieren, die wir aufgeschrieben haben, um den Schöpfungsprozess nicht zu unterbinden. Dieses Zettelsystem ist ein Erfolgshelfer ersten Ranges.

Bitte arbeiten Sie damit, mein verehrter Leser, Sie werden Ihre helle Freude daran haben.

Ergänzungen:
Die geistige Arbeit des positiven Menschen

Die Geheimnisse der Erinnerungstätigkeit

(1*) Diese Vorstellungen schaffen Mechanismen, die etwa so wirken wie ein Relais, das in einer komplizierten Apparatur eine ganz bestimmte Schaltung bewirkt. Man kann natürlich auch sagen, dass ganz bestimmte Reize bestimmte Gehirn- bzw. Nervenzentren veranlassen, ein Gedächtnisbild zu entwickeln, das einen "Organisationseffekt" hervorruft und dadurch den Ablauf der Reaktionen und Vorgänge steuert. Wichtig ist die Tatsache des Wirkens von Kräften in uns, die sich der Kontrolle des Oberbewusstseins entziehen und in vielen Fällen gegen unseren Willen aktiv sind.

Da diese Vorgänge die Grenzvorgänge zwischen Körper und Seele angehen und mit den bisherigen Forschungsmethoden erst teilweise geklärt werden konnten, sprechen wir der Einfachheit halber einfach von der Macht der „Vorstellungen", womit wir in jedem Falle den Kern der Zusammenhänge treffen. Nicht zuletzt deshalb, weil wir ja über das Vorstellungsleben, wobei die Macht des Gefühls und die Macht des Glaubens eingeschlossen sind, einen willkürlichen Einfluss auf die Vorgänge im Körper und in der Seele ausüben können.

Entscheidend ist bei diesen Zusammenhängen zwischen dem „Unbewussten" und dem „Körpermenschen" die Rolle des ebenfalls unbe-

wusst arbeitenden sensorischen bzw. sympathischen Nervensystems, das nach den neuesten Forschungen jede Zelle im Körper innerviert.
Hierdurch ist das physische Bindeglied gegeben, wodurch es dem Unbewussten möglich ist, seine Befehle an den Körper weiterzugeben und beliebige Reaktionen der Zellen oder einzelner Zellkomplexe hervorzurufen. Es ist wahrscheinlich, dass die ganze Wissenschaft von den Krankheiten und deren Heilung dadurch eine Revolution erlebt. Viele Phänomene der Seele, die der Verstand bislang nicht verarbeiten konnte, bekommen dadurch eine wissenschaftlich fassbare Erklärung.

(2*) Wenn man sich noch nicht zu dem Glauben durchgerungen hat, dass die Seele ein Wesen ist, das unabhängig vom Körper existiert, so tut das den Erkenntnissen von der Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit keinen Abbruch, denn die Vorgänge und Gesetze sind entscheidend, die dem Geist das Arbeiten ermöglichen.
Wenn man es so will, dann mag sich eben alles im Gehirn abspielen, was mit dem Denken, Erkennen und der Intuition erreichbar ist. Eine denkende Gehirnzelle hat sich aber bisher noch nicht auffinden lassen, und man wird sich auch vergeblich darum bemühen. Stattdessen aber haben völlig in Zersetzung übergegangene Gehirne noch vernünftig denken können.
Die Hypothese einer unabhängig vom Gehirn existenten Seele ist nicht nur glaubhafter als die Lehre von denkenden Gehirnzellen - wodurch der Mensch gar keine Person, gar kein Wesen an sich wäre, vielmehr nur eine Reflexion von Chemo-physikalischen Reaktionen -, sondern auch der Würde des Menschen allein entsprechend. Alle ethischen Werte bekommen dadurch erst ihre wirkliche Bedeutung. Auf einen gespiegelten Menschen können wir weder bauen noch stolz sein.

Das Wesen der Konzentration

(3*) Unter bewusst-logischem Denken verstehen wir im allgemeinen das bewusste Erfassen aller Einzelglieder einer Gedankenreihe, die folgerichtig aneinander gefügt werden und dadurch eine neue Erkenntnis, und zwar die einzig mögliche Erkenntnis einer Folgerung entstehen lassen.
Die durch bewusst-logisches Denken entstandene Erkenntnis ist wahr, wenn auch nur relativ, weil die Folgerung der Erkenntnis erfahrungswissenchaftlich durch die Glieder der Gedankenreihe, die ihrerseits wiederum gefolgerte Erkenntnisse sind, begründet ist. Leichter fassen wir den Begriff „bewusst-logisches Denken“, wenn wir ihn mit „verstandesmäßigem Denken“ übersetzen.
Unter „unterbewusst-logischem Denken“ verstehen wir im Prinzip den gleichen Vorgang(,) wie beim bewusst-logischen Denken, nur dass uns seine Einzelheiten nicht zum Bewusstsein kommen.

Was wir vom „unterbewusst-logischen" Denken erkennen, ist bereits das Resultat des Gedachten, das sich, wenn auch nicht immer, nachträglich durch „bewusst-logisches Denken" als richtig nachweisen lässt.
Als Ergebnis „unterbewusst-logischer Denkvorgänge" zeigt sich die Intuition, aber auch das „instinktiv" richtige Verhalten in allen möglichen Situationen, das sich oft erst hinterher als richtig erweist, ist darauf zurückzuführen.

Training der Beobachtungsgabe

(4*) Wir hörten an anderer Stelle, dass die „Masse" so lange dumm bleibt, solange sie für dumm „verkauft" wird.
Soll hier ein positiver Wandel eintreten, so kommt es auf die vielen Hunderttausende an, die geistig schon ahnen, worauf es ankommt, wenn man aus dem Durschnittsdenken erwachen will. Die schon wissen, dass man sich gegen die Dummheit wie gegen eine Krankheit wehren muss, will man sie überwinden. Der gute Wille und das Aufbegehren genügen aber nicht. Man muss lernen, dieser Schwäche planmäßig zu Leibe zu gehen. Hier, in den Methoden des Erfolgs-Systems, sind dazu Mittel und Wege gegeben.

Der Ruf: „Heraus aus der Masse" ist die beste politische Lösung. Eine ganz neue Zeit muss anbrechen, das Zeitalter der Persönlichkeit. Man will äußere Freiheit und vergisst ganz, dass sie nur werden kann aus vorangehender innerer Freiheit. Nochmals sei wiederholt: Ein gesellschaftlicher Wandel steht und fällt mit der Kenntnis der Gesetze vom Denken. Und so lange ist wirkliche Demokratie gänzlich unmöglich, solange den Massen durch Suggestiv-Einwirkungen das eigene Nachdenken vernebelt, erschwert oder gänzlich unmöglich gemacht wird.

IX. Teil
Die Kartei des Wissens

Der Weg zur Mobilisierung und Steigerung des Wissens und der Schöpferkräfte des Denkens

„Niemand wird kultiviert, sondern jeder hat sich selbst zu kultivieren. Alles bloß leidende Verhalten ist das gerade Gegenteil von Kultur. Bildung geschieht durch Selbsttätigkeit und zielt auf Selbsttätigkeit ab.“
(Johann Gottlieb Fichte)

In dem jetzt folgenden Kapitel zeige ich Ihnen nun den Weg, der Ihnen durch korrekte Beachtung der Erkenntnisse meines Buches innerhalb kurzer Zeit einen echten geistigen Fortschritt ermöglicht. **Es handelt sich dabei um die Entwicklung der Denkkraft sowie um einen weiteren mächtigen Einfluss auf die Schöpferkräfte des Unterbewusstseins.** Zum besseren und leichteren Verständnis der Gesetzmäßigkeiten des geistigen Lebens werde ich alle entscheidenden Erkenntnisse meiner bisherigen Darlegungen in Erinnerung bringen. Es ist notwendig, dass Sie sich außerdem meiner Erläuterungen im vorigen Kapitel stets gegenwärtig sind.

Die Schöpferkräfte des Unterbewusstseins sind das große Geheimnis jeder Genialität.

Doch zu unserem Thema: **Das Wichtigste ist dabei die Frage, von welchen Voraussetzungen das geistige Wachstum abhängig ist.**

Antworten wir kurz und bündig: **Vom Wissen und von der richtigen Verarbeitung des Wissens!** Unter letzterem verstehen wir das produktive Schaffen bzw., das schöpferische Denken. Es kommt zustande durch die höheren Funktionen unseres Geistes, der durch eine Zugrundelegung allen bisher aufgenommenen Wissens und aller bisher gewonnenen Erfahrungen durch Kombination, vergleichendes und folgerndes Denken neue Ideen produziert. Grundsätzlich ist hierbei zu bemerken, dass die Funktionen des Geisteslebens ganz bestimmten Gesetzmäßigkeiten folgen. Solche Gesetzmäßigkeiten gibt es bei der Tätigkeit der Erinnerung, wie auch unmittelbar beim schöpferischen Denken.

Unbewusste, automatische Tätigkeit des Geistes

Es ist ein gewaltiger Unterschied, ob man nur „büffelt", um seinen Geist in Form zu bringen, oder ob man in voller Kenntnis der Voraussetzungen des geistigen Erfolges an seine Ausbildung heran macht.

Durch die Wirksamkeit dieser Gesetze ergibt sich, dass der wesentlichste Teil unserer geistigen Leistungsfähigkeit gewissermaßen zwangsläufig und unbewusst zustande kommt. Der Geist arbeitet von selbst und fast ganz automatisch.

Allerdings sind wir in der Lage, durch eine entsprechende Einstellung, wie sie eine bewusste Konzentration mit sich bringt, die Richtung und den besonderen Ablauf des geistigen Innenlebens zu beeinflussen. Auf das richtige Verstehen gerade dieses Punktes kommt es bei der Erlangung guter geistiger Leistungsfähigkeit ganz besonders an. Erkennen wir erst einmal die Gesetzmäßigkeit des automatischen Ablaufs unserer Geistestätigkeit, so gelingt es uns auch, auf unser Innenleben so einzuwirken, dass wir von innen heraus zu großer Geisteskraft kommen.

Die Ursache mangelnder Intelligenz.

Wenn wir auf einen Menschen treffen, dessen Intelligenz zu wünschen übrig lässt, so dürfen wir nicht ohne weiteres annehmen, dass er dumm geboren sei. Oft ist nur eine negative Beeinflussung des Unterbewusstseins an seinem Versagen schuld.Selbstredend machen wir trotzdem die geistige Leistung abhängig von einer guten Verfassung des Gehirns, denn wenn diese Apparatur versagt, dann versagt auch der Geist.

Das Gehirn ist wie das Instrument eines Virtuosen, ist es verstimmt und gebrauchsunfähig, kann der Künstler nicht virtuos spielen.
Die Quelle für unser geistiges Vermögen ruht in der Kraft, die wir als Natur kennen. In jedem Menschen ist diese Kraft gleich. Wenn sie sich verschiedenartig äußert, so liegt das nicht an ihr selbst, sondern vielmehr an dem Organ, durch das sie sich offenbart.
Die treibende Geist-dynamische Kraft im Menschen ist wie der elektrische Strom: Je kunstvoller das Gerät oder die Maschine ist, in dem er wirkt, je wunderbarer sind die Phänomene, die er hervorbringt.
Außer der speziellen Beschaffenheit des Gehirns gibt es zwei Ursachen, welche die Äußerung schöpferischer Geisteskraft verhindern können.

1. Organische Störungen der Gehirntätigkeit, die auf mangelnde Gesundheit zurückzuführen sind und
2. die Wirksamkeit bestimmter Gesetze der Denkvorgänge, denen zufolge die geistigen Kräfte in falschen Richtungen arbeiten.

Was die organischen Störungen anbelangt, so handelt es sich dabei im Wesentlichen um die Zusammenhänge zwischen Nervenkraft und Konzentration. Die Konzentration ist, wie wir schon wissen, abhängig von einer entsprechenden Kraftfülle der Nerven-Batterie.

Nervenkraft und Konzentration.

An dieser Stelle beschäftigen wir uns zur Hauptsache mit den Gesetzen des Denkens, die, wie gesagt, die Geistestätigkeit in falsche Bahnen drängen können. Um diesen Zusammenhängen näher zu kommen, kehren wir zunächst wieder zu der Notwendigkeit des Wissens zurück, das wir ja als eine wichtige Voraussetzung der geistigen Höchstleistung erkannten. Unsere Aufgabe dabei muss es sein, unser Wissen vor allem erst einmal zu aktivieren.

Neues Leben in alles „vergessene" Wissen

Ich gehe hierbei nicht nur von der Tatsache aus, dass wir uns ständig zu bemühen haben, fortgesetzt neues Wissen unserem Gedächtnis einzuverleiben, sondern vielmehr auch das im Laufe unseres Lebens bereits aufgenommene Wissen zum positiven Leben zu erwecken. Die Denkträgheit, an der viele Menschen leiden und die den Anschein erweckt, als ob manche geistig tot sind, ist in einer ungewöhnlich großen Reihe von Fällen lediglich darauf zurückzuführen, dass das Wissen dieser Menschen in der Tiefe des Gedächtnisses einen Schlaf des Gerechten schläft.

Ursache der Denkträgheit.

Leben ist immer die Äußerung von Bewegung und Schwingung! So lange die vielen tausend Eindrücke der Außenwelt, die im Laufe der Zeit uns beeindruckt haben, nicht in eine wirbelnde Bewegung kommen, sind wir Schlafmützen.
Das Wichtigste ist aber hierbei, dass dieser Wirbel des Gedächtnisinhaltes nicht etwa dadurch erzeugt werden kann, dass wir uns mit Gewalt zusammenreißen und uns mit Gewalt innerlich in

Systematik und Planmäßigkeit müssen verbunden werden. Durch unser System ist das möglich!

Bewegung setzen, sondern dass diese Bewegung des Wissens nur der Erfüllung ganz bestimmter Voraussetzungen folgt.

Wenn wir nach einer Methode suchen, die es uns ermöglicht, diese Voraussetzungen zu erfüllen, kommen wir zu unserer **„Kartei des Wissens“**. Durch sie haben wir das Instrument in der Hand, ganz bewusst und planmäßig:

1. Alles auf dem Grunde unseres Gedächtnisses liegende Wissen wie mit einem Magneten wieder ins Bewusstsein zu ziehen und
2. ganz bewusst und planmäßig unsere höheren geistigen Funktionen zu schöpferischer Denkarbeit zu veranlassen.

Hierzu ist hervorzuheben, dass die Kartei ebenso wenig als Gedächtnisstütze fungieren soll wie das Erinnerungsbuch, über welches wir im vorigen Kapitel sprachen; sie ist vielmehr das technische Mittel zur Entwicklung des Geistes.

Erste Bedingung: Ordnung im Geistesleben

Unser Wissen muss leben!

Bevor wir Näheres über die Arbeit mit der Kartei des Wissens hören, müssen wir folgendes wissen: Soll die Tätigkeit unseres Geistes erhöhte Intelligenz erzeugen, also z. B. schnelle Auffassungsgabe, schnelles Überlegen, klares Urteil usw., so muss neben dem Erwecken des bisher toten Wissens vor allem dafür Sorge getragen werden, dass das gesamte Wissen im „Magazin“ des Gedächtnisses wohl geordnet ist.

Die Ordnung im Geistesleben - jeder Begriff, jede Vorstellung, jedes Bild, jede Idee usw. an den Platz, wo sie hingehören - ist eine unerlässliche Vorbedingung für eine erfolgreiche Arbeit unseres inneren Menschen.

Wir müssen uns denken, dass die Tätigkeit unseres Geistes etwa wie die Tätigkeit eines Laboranten ist: Tausend verschiedene Stoffe und Mittel stehen vor ihm, aber jedes an seinem Platz. Ist es da nicht selbstverständlich, dass in einer solchen Ordnung die Arbeit leichter fällt, als wenn alles durcheinander liegen würde?

Richtig machen = Erfolg!

Man kann sagen, dass das Gedächtnismagazin vieler Menschen wie eine Rumpelkammer aussieht: Alles liegt durcheinander, kein Ding am rechten Ort. Es ist kein Wunder, wenn der Geist in einer solchen Unordnung sich nicht zurechtfindet.

Wie in der Praxis rationelles Handeln streng an die Ordnung gebunden ist, so in noch viel stärkerem Maße die erfolgreiche Geistestätigkeit. Je größer die Unordnung im Arbeitsfeld des Denkens, um so mehr bedarf es starker Konzentration, um zu einer geistigen Klarheit zu kommen. Da wir aber unter allen Umständen große geistige Klarheit benötigen, müssen wir deshalb als erstes dafür sorgen, dass sich die Gedächtnisbilder so ordnen und zusammenfügen, wie es eine gute Intelligenz verlangt.

Denken Sie gut darüber nach, was ich soeben gesagt habe, es ist sehr

wichtig. Wie aber machen wir nun das und vor allem, wie bringen wir das ohne besondere Anstrengung fertig? Denn wir wissen aus der Erfahrung, wenn diese Ordnung viel Mühe von uns verlangt, kommen wir nie dahin, sie zu erzielen. Aber darum haben wir ja schließlich unser Erfolgssystem, um auf möglichst einfachem Wege unsere Ziele zu erreichen. Das ist auch hier durchaus möglich und eben durch die Kartei des Wissens.

Die äußere Form der Kartei des Wissens.

Rein äußerlich betrachtet besteht die Kartei des Wissens aus einer Reihe von Karteikarten in Postkartenformat, die in einem entsprechenden Karteikasten untergebracht sind. **(1*)**
Jede einzelne Karte trägt auf der rechten Seite eine fortlaufende Nummer. Als Ergänzung der Kartei dient ein Register, das zur Aufnahme bestimmter Stichwörter bestimmt ist. Soweit die äußere Form. **(1*)**

Ihren Namen hat unsere Kartei aus einem ganz speziellen Grunde. Auf ihren Karten wird alles registriert, was an wichtigem Wissen im Magazin unseres Gedächtnisses aufbewahrt wird. Hierbei ist jedoch wichtig, dass wir unter diesen Aufzeichnungen lediglich so genannte Orientierungssätze zu verstehen haben, die das Resultat einer vorangegangenen geistigen Verarbeitung ganzer Wissenskomplexe darstellen.
Um den Zusammenhang zu begreifen, müssen wir uns noch etwas eingehender mit den Vorgängen befassen, die der Arbeit unseres ordnenden Prinzips in der so genannten „Werkstatt der Seele", worunter wir das Unterbewusstsein verstehen, zugrunde liegen.

Die Kartei als Mittel zum Zweck

Die Bausteine des Denkens sind das Wissen auf allen Gebieten des Lebens.

Wie Sie wissen, sprachen wir davon, dass das auf dem Grunde unseres Gedächtnisses liegende Wissen erst dann eine Bedeutung für die geistige Arbeit gewinnt, wenn es aus seinem Schlafe erwacht und zum Leben kommt. Das denkende Prinzip in uns ist nur dann imstande, Intelligenzleistungen hervorzubringen, wenn ihm hierzu die Bausteine des Denkens, also das Wissen, das wir im Laufe der Zeit in uns aufgenommen haben, zur Verfügung stehen. Um diese Voraussetzung zu erfüllen, arbeiten wir mit unserer Kartei.
Dazu ist erforderlich, dass wir in Zukunft mit allen Mitteln unsere Denkfähigkeit anregen. Es gibt nur einen Weg, um das zu erreichen: Über alles, was in den Wahrnehmungsbereich unserer Sinne kommt, ganz genau nachdenken!
Angenommen, wir lesen zur Erweiterung unserer Bildung ein Buch. Um das geistige Material dieses Buches in uns aufzunehmen, muss es erforscht und nicht nur gelesen werden. Das geschieht, wenn wir über jeden Satz solange nachdenken, bis wir ihn wirklich verstanden haben.

Die zwangsläufige Verknüpfung des Wissens.

Dieses Durchdenken gleicht einer geistigen Verdauung und bewirkt, dass sich neues Wissen zwangsläufig an der Stelle unseres Unterbewusstseins einordnet, wohin es logischerweise gehört. Von Wichtigkeit ist bei dieser Einordnung jedoch, dass diese Einordnung zu einer zwangsläufigen Verknüpfung und Verkettung mit dem bereits in uns vorhandenen geistigen Material wird.

Nur dann, wenn eine derartige Verknüpfung des Neuen mit dem alten Wissen erfolgt - in diesem Falle sprechen wir von der Bildung einer Assoziation -, werden die Voraussetzungen erfüllt, die das neue Wissen unter die Gesetze der Erinnerungstätigkeit stellen, wodurch uns dieses neu aufgenommene Wissen erstens dem Gedächtnis erhalten bleibt, und zweitens auch der schöpferischen Geistestätigkeit, als Baumaterial zur Produktion neuer Ideen und Erkenntnisse dient.

Die notwendige geistige Beziehung zu den neuen Erkenntnissen.

Bei der geistigen Verarbeitung der Gedanken und Erkenntnisse eines Buches-, es kann ebenso gut natürlich ein Vortrag sein, dem wir neue Gedanken und neues Wissen entnehmen - kommt es darauf an, dass wir auch wirklich in eine geistige Beziehung zu dem Inhalt dieser Gedanken und Erkenntnisse treten.

Diese Beziehung tritt ein, wenn wir durch die Verarbeitung des neuen Materials zu einer eigenen Meinung bzw. zu einem eigenen Urteil über seine Richtigkeit bzw. seine Logik kommen. Wir erreichen das am besten, wenn wir uns grundsätzlich kritisch zu jedem neuen Gedanken und zu jeder neuen Erkenntnis einstellen.

Diese Kritik, die im wahrsten Sinne des Wortes zum besten Helfer der geistigen Durchdringung einer neuen Materie wird, muss selbstverständlich auf strenger Wahrheitsliebe und Objektivität gegründet sein. Wir müssen uns so einstellen, als ob es uns durch Logik gelingen könnte, das Neue, was sich da unseren Sinnen darbietet, zu widerlegen.

Vorurteile lähmen die Objektivität! Man sieht dadurch alles falsch.

Kritisch sein, heißt Fehler suchen, Fehler in der Logik oder auf was es gerade ankommt. Allerdings müssen wir bei dieser Einstellung wohl beachten, dass wir nicht einem Vorurteil zum Opfer fallen. Vorurteile lähmen die Objektivität! Diese aber ist die Grundlage logischen Denkens.

Haben wir einen bestimmten Denkstoff verarbeitet, so müssen wir also zu einer eigenen Meinung' gekommen sein. Dieses Bilden der Meinung darf auf keinen Fall deshalb unterbleiben, weil man meint, man sei nicht kompetent genug, um eine Sache zu beurteilen.

Wer geistig wachsen will, muss eine eigene Meinung haben, und zwar selbst auf die Gefahr hin, dass er zunächst eine falsche Meinung hat.

Menschen des Misserfolges sind fast durchweg Menschen ohne eigene Ansichten, ohne eigene, aus der selbständigen Denktätigkeit herausgeborenen Urteile! Es ist jedoch zu fordern, dass man stets bereit sein muss, die eigene Meinung zu korrigieren.

Der positiv geistige Mensch fügt sich stets der besseren Einsicht. Gegenüber der Vernunft ist ihm jedes „Rechthaben" ohne Belang. Auf die Wahrheit kommt es ihm an, und er ist glücklich, wenn er ihr näher kommen kann.

Der Geist wacht auf!

Mit einem Male kommt Leben und Bewegung in die Schatzkammern unseres Geistes.

Dadurch, dass wir unter allen Umständen bestrebt sind, eigene Ansichten und eigene Gedanken zu entwickeln, die wir formen unter Zugrundelegung all unseres bisherigen Wissens und all unserer bisherigen Erfahrungen, wird erreicht, dass mit einem Male Leben und Bewegung in die Schatzkammern unseres Geistes kommt.

Nun aber das Wesentliche für unsere Kartei des Wissens:

Die praktische Arbeit mit der Kartei.

Haben wir einen bestimmten Gedankengang verarbeitet und unsere Meinung über einen Gegenstand des Denkens fest formuliert, so schreiben wir diese Meinung in zwei oder drei recht inhaltsvollen Sätzen auf eine unserer Karteikarten.

Wohlverstanden, nicht etwa einen Teil des Buches oder Vortrages oder einen markanten Satz daraus, sondern unser Urteil, unsere Ansicht, unsere Meinung kommt auf die Karteikarte!

Gleichzeitig erfolgt eine Zusammenfassung des Inhalts der Karte in einem Stichwort, das wir oben in die linke Ecke der Karteikarte schreiben und das uns sagt, welche Materie eine bestimmte Karteikarte behandelt. Ist das geschehen, dann tragen wir dieses Stichwort auch in unser alphabetisches Register ein, womit der erste Teil der Arbeit mit der Kartei des Wissens beendet ist. **(1*)**

Grundsätzlich bearbeiten wir so alles neue Wissen. Also nicht nur das, was wir aus Büchern, Vorträgen, Berichten usw. schöpfen, sondern auch das, was sich aus der unmittelbaren Beobachtung ergibt. Hierzu gehören auch alle Wahrnehmungen, die uns in ihrer Verfolgung zu neuen Ideen verhelfen können.

Die Macht der Aufmerksamkeit

Was wir wahrnehmen.

Wie wir wissen, ist es unsere Aufgabe, zu einer recht produktiven Denkkraft zu kommen. Dazu müssen die schöpferischen Fähigkeiten unseres Geistes ständig durch neue Anregungen gefördert werden. Die Erfahrung beweist aber, dass derartige Anregungen nur kommen, wenn wir uns dafür empfänglich zeigen, weshalb wir unsere Sinnesapparate direkt auf neue Anregungen einstellen müssen, denn wir sehen und hören keineswegs das, was da ist, bzw. was im Wahrnehmungsbereich unserer Sinne liegt, sondern lediglich das nehmen wir wahr, **worauf wir mit unserer Aufmerksamkeit unmittelbar eingestellt sind!**

Diese Erkenntnis ist außerordentlich wichtig. Sie zeigt uns, warum viele nicht auf den richtigen Erfolgsgedanken und die richtige Erfolgsidee kommen.

Der Erfolg. Das Ei des Columbus.

Im Grunde genommen ist der Erfolg das Ei des Columbus. Aber wenn man nicht weiß, wie man dieses Ei auf die Spitze zu stellen hat, bleibt trotz der Einfachheit der Erfolg aus.

Aus dem Umstand, dass unsere Augen nicht unbedingt das sehen müssen, was vor ihnen steht und unsere Ohren nicht unbedingt das hören müssen, was in ihrem Hörbereich liegt, erklärt sich die Tatsache, dass viele Menschen bei den einfachsten Erfolgsangelegenheiten glatt versagen.

Wir suchen zum Beispiel irgendein Aktenstück. Ist es Ihnen da nicht auch schon passiert, dass Sie immer wieder dieselben Schriftsachen durchwühlten und das fragliche Aktenstück dauernd in der Hand hielten, ohne dass Sie es bemerkten? Es ist oft, als wenn uns eine unsichtbare Macht zum Narren halten will. Irgendetwas, was wir suchen, liegt vor unseren Augen, und doch sehen wir es nicht.

So erklärt sich auch, warum manchmal Fehler entstehen, die doch unbedingt hätten, vermieden werden können. Ursache: Unsere Sinne haben auf den Fehler nicht reagiert! Und darum müssen wir uns gründlich merken:

Unsere Augen sehen nur das, worauf unsere Aufmerksamkeit bewusst oder unbewusst eingestellt ist.

Unsere Augen sehen nur das, worauf unsere Aufmerksamkeit bewusst oder unbewusst eingestellt ist und unsere Ohren reagieren nur auf solche Schwingungen, die ebenfalls der Kontrolle unterliegen, und so steht es mit allen Sinnesfunktionen.

Aus diesen Gründen versteht es sich von selbst, dass wir, um neue Erfolgsanregungen zu bekommen, uns grundsätzlich von dem nachfolgenden Erfolgsgedanken beherrschen lassen müssen, und zwar überall, wo wir gehen und stehen und bei allem, was wir sehen und hören:

Wie kann ich das, was da vor mir steht oder mit dem ich gerade zu tun habe, so gestalten, dass ein Fortschritt dabei heraussprungt, bzw. wie lässt sich irgendeine Verbesserung oder Vervollkommnung dieser Sache ermöglichen?

Richtig machen = Erfolg!

Wenn wir uns dauernd von diesem Gedanken leiten lassen, ja, wenn der Wille dieses Gedankens uns dauernd beherrscht und uns schließlich sogar unbewusst beherrscht, muss es da nicht selbstverständlich sein, dass unser Geist tausend Anregungen zur lebendigeren Tätigkeit erhält? Die meisten Menschen sind wirklich Schlafmützen im Geiste, sind Träumer, die mit offenen Augen träumen. Jeder Erfolg hat doch eine Ursache! Woher sollen denn unsere geistige Leistungskraft, unser Ideenreichtum, unsere Klugheit kommen, wenn wir nicht fortgesetzt unsere Denkfunktionen in Aktion halten?

Wir können sehr schnell geistig wachsen, wenn wir diese wichtigen Punkte beachten! Aber wir müssen uns einmal gründlich wachrütteln aus dieser Träumerei und anfangen, mit offenen Augen und offenen Ohren durch die Welt zu gehen! Das aber heißt dann, mit Überlegung

leben, und darum ist die Überlegung auch der Anfang zu produktiver Tätigkeit des Geistes und das Wichtigste zu seiner Entfaltung.

Mit Überlegung leben!

Doch weiter: Neuschöpfungen der organisierenden, gestaltenden Kräfte unseres inneren Menschen verlangen erst eine Verarbeitung des Bisherigen, des Alten. Darum ist es notwendig, dass wir möglichst viele Erfahrungen vieler Menschen in uns aufnehmen. Es darf kein Tag vergehen, wo wir nicht in der Erweiterung unseres Wissens einen kontrollierbaren Fortschritt machen.

Zu diesem Zweck müssen wir immer den schon erwähnten Notizblock bei uns führen: Kommt uns auf der Straße beim Beobachten irgendeines Objektes ein neuer Gedanke, aus dem wir irgendwelchen Nutzen ziehen können, so wird er sofort mit ein paar Stichworten festgehalten.

Wir werden nur dann wirklich leistungsfähig, wenn wir versuchen, alles beständig einfacher und zugleich besser und vollkommener zu machen.

Wir werden nur dann wirklich leistungsfähig, wenn wir versuchen, alles beständig einfacher und zugleich besser und vollkommener zu machen!

Wer sich mit dem Gegenwärtigen zufrieden gibt, bleibt stehen. Stillstand aber ist Rückschritt, weil in der gleichen Zeit, wo wir stehen bleiben, andere voraneilen. Aber natürlich ist es so, dass wir von dem Gedanken des Bessermachens nur dann ständig gelenkt werden, wenn wir uns gewissermaßen unter den Druck dieses Gedankens setzen. Das heißt: Dieser Gedanke muss zum organisierenden Hebelgedanken in uns werden. Sein Einfluss muss so aktiv sein, dass wir in einer Willensrichtung reagieren und nach ihm handeln, auch ohne es zu wissen.

Wir müssen uns gewohnheitsmäßig richtig einstellen!

Haben wir das erreicht, dann haben wir schon einen mächtigen Schritt nach vorwärts getan, denn das ist eigentlich der Unterschied zwischen dem Menschen des Erfolges und dem des Misserfolges in dieser Sache, dass der Erfolgreiche immerfort zwangsläufig von dem Gefühl des Bessermachens beherrscht wird, im Gegensatz zum andern, der den Problemen und Möglichkeiten des Fortschritts passiv gegenübersteht.

Die Arbeit des inneren Mechanismus

Der M-Positivismus lehrt uns, dass die Denkvorgänge im Menschen des Erfolges ganz anders funktionieren wie in dem Menschen des Misserfolges**. Der Erfolgsmensch reagiert auf jeden Eindruck der Außenwelt immer positiv, das heißt, jeder Eindruck ruft sofort ein Erfolgsdenken, ja, im Hinblick auf neue Ideen, ein Erfolgsspekulieren wach. Er wird zwangsläufig von diesen inneren Impulsen getrieben und plötzlich, wie der Blitz aus heiterem Himmel, kommt dann mit einem Male eine neue Idee.**

Der Erfolgsmensch reagiert auf jeden Eindruck der Außenwelt immer positiv, das heißt, jeder Eindruck ruft sofort ein Erfolgsdenken wach.

Wir haben bereits dargelegt, dass die Vorgänge in uns bestimmten Gesetzen unterliegen und dass das schöpferische Denken, wie überhaupt alle Funktionen unseres Geistes automatisch in Tätigkeit sind. In diesem Zusammenhange müssen wir wissen, dass die

Unbewusst, das ist das Wichtigste!

schöpferische Arbeit unseres Denkvermögens ebenso gut automatisch falsch wie richtig sein kann. Ist sie automatisch falsch, werden wir nicht nur keine neuen Erfolgsideen bekommen, sondern überhaupt auch in unserer ganzen Lebensführung dauernd Fehler machen, und zwar völlig unbewusst. Ist sie dagegen automatisch richtig, das heißt, arbeitet sie nach den Voraussetzungen und Gesetzen des Erfolges, so wird das Ergebnis genau das Gegenteil sein. Wie kommen wir nun dazu, zwangsläufig, also automatisch, alles richtig zu machen und auch auf die Anregungen der Außenwelt erfolgsrichtig zu reagieren?

Alles, was wir mit ganzer Kraft wünschen und wollen, ist dem Unterbewussts ein Befehl zur entsprechenden Betätigung.

Wir erreichen diesen wünschenswerten Zustand, indem wir uns vollkommen bewusst zu unserer Geistestätigkeit einstellen. Tun wir das eine Zeitlang mit aller uns zur Verfügung stehenden Gründlichkeit und mit notwendiger Begeisterung, so stellt sich unser ganzer Geistesmechanismus schließlich nach unseren Wünschen ein.

Wir müssen daran denken, dass unser Unterbewusstsein, in dem sich alle Vorgänge unseres Geisteslebens abspielen, wie ein Mitarbeiter von außerordentlichem Können zu betrachten ist. **Die Triebfeder zur Betätigung des Unterbewusstseins sind unsere Wünsche. Alles, was wir mit ganzer Kraft wünschen und wollen, ist dem Unterbewusstsein Befehl zur entsprechenden Betätigung.**

Die Kartei des Wissens nicht nur als Gedächtnisstütze, sondern technisches Hilfsmittel ersten Ranges.
Die Kartei des Wissens im Computer: Noch mehr Informationen, noch mehr Hilfe!

Doch nun wieder zu unserer Kartei **(1*)**: Wir schreiben also auf die Karteikarten nicht nur Meinungen, Urteile und Ansichten, sondern auch ganz bestimmte Erfolgsideen, die uns durch Beobachtungen, Vergleiche, Überlegungen und durch Nachdenken gekommen sind. Wenn wir da systematisch und konsequent vorgehen, dann haben wir schon in kurzer Zeit eine Menge neuer Informationen und Eindrücke in unserer Kartei.

An früherer Stelle wurde ausdrücklich bemerkt, dass diese Kartei nicht als Gedächtnisstütze zu fungieren hat, sondern lediglich ein technisches Hilfsmittel zur Erzielung geistiger Höchstleistungen darstellt. Was wir mit unseren täglichen Erfolgsüberlegungen durch bewusste Einstellung zu unserer Geistestätigkeit bisher nicht erreicht haben, gelingt uns jetzt durch eine weitere Bearbeitung des in der Kartei angesammelten Wissens.

Jetzt kommt der zweite Teil unserer planmäßigen Arbeit zur Steigerung der Denk- und Geisteskraft. Halten wir uns noch einmal vor Augen, worauf es zuerst dabei ankommt: **Wir müssen alles Wissen, das wir im Laufe der Jahre in uns aufgenommen haben und das unserem Gedächtnis verloren ging, weil wir uns zu wenig damit beschäftigten, aus der Tiefe des Unterbewusstseins wieder heraufholen. Denn nur dadurch, dass uns immer möglichst viel Wissen jederzeit greifbar zur Verfügung steht, werden wir groß in der Denkfähigkeit.**

Wenn unserem Geiste bei der Entwicklung eines Urteils oder bei der Formulierung von Entscheidungen nicht möglichst viele Erfahrungen zur Verfügung stehen, werden diese Urteile und Entscheidungen immer Fehler aufweisen.

Geistige Schärfe im Urteil ist das Resultat geistiger Klarheit. Woher aber soll Klarheit kommen, wenn nicht durch die Zugrundelegung eines möglichst umfassenden Wissens? Bei der Nutzbarmachung des Wissens kommt es jedoch nie darauf an, wie viel wir eigentlich wissen oder richtiger: **Wie viel Wissen wir im Laufe der Jahre in uns angesammelt haben, sondern einzig und allein darauf, wie viel uns von diesem Wissen immer dann, wenn wir es brauchen, einfällt.**

Nicht wie viel Sie wissen, ist maßgebend, sondern was Ihnen davon zur Verfügung steht!

Die meisten versagen doch tatsächlich nur deshalb im Leben, weil sie nicht in der Lage sind, in gegebenen Erfolgsaugenblicken die Initiative zu ergreifen und zu handeln. Deshalb ist die Kunst, im rechten Augenblick richtig handeln zu können, ein wesentlicher Punkt zum bewussten Gestalten des persönlichen Schicksals.

Die Kunst, im richtigen Augenblick richtig handeln zu können!

Aber dieses Richtighandeln ist eben abhängig von der tadellosen Funktion unseres Gedächtnisses oder vielmehr unseres Erinnerungsvermögens, denn wenn in wichtigen Augenblicken das Gedächtnis versagt, so ist nicht eigentlich das, was wir Gedächtnis nennen, schuld, sondern das Erinnerungsvermögen funktioniert nicht.

In diesem Zusammenhange ist die Kartei des Wissens ein unbezahlbares Mittel, das Erinnerungsvermögen systematisch so zu trainieren, dass es jeden Augenblick tadellos arbeitet. Wir werden das erkennen, wenn wir uns über die Erinnerungsvorgänge ganz klar geworden sind. Jetzt ist der Augenblick da, wo wir uns nochmals mit den **Gesetzen der Assoziation** beschäftigen müssen.

Zwei Arten von Assoziation: Erinnerung und schöpferisches Denken.

Nach diesen Gesetzen funktioniert die Erinnerung vollkommen automatisch, d. h. ein beliebiges Erinnerungsbild fällt uns durch irgendeine Anregung von außen oder auch von innen zwangsläufig ein.

Wir sprachen schon davon, dass unser Wissen im Magazin des Gedächtnisses einer Ordnung untersteht, die bestimmte Begriffe mit den ihnen zugehörenden Vorstellungen (Bilder und Eindrücke aller Art) zu Komplexen zusammenfügt.

Bei dieser Zusammenfügung haben wir im Wesentlichen zwei Arten von Assoziationen zu unterscheiden, und zwar einmal solche von Vorstellungen oder Vorstellungsreihen, die in einer ganz bestimmten Folge fest zusammenhängen und auch in diesem festen Zusammenhange immer wieder ins Bewusstsein treten, und zum anderen Male solche, die erst im Augenblick des Denkvorganges von der produktiven Tätigkeit des Geistes gebildet und zusammengefügt werden.

Die erste Art dieser Abläufe entspricht im Wesentlichen den allgemeinen Erinnerungsvorgängen. Ihr ist es zu verdanken, wenn uns längst entschwundene Gedächtnisbilder der Vergangenheit wieder einfallen, überhaupt, wenn wir uns an etwas, was wir einmal in uns aufgenommen, gelernt oder in uns geistig konstruiert haben, wieder erinnern können. Diese Assoziationsvorgänge sind aber auch

gleichzeitig die Grundlage für die höhere Funktion des Geistes beim produktiven Schaffen.

Untersuchen wir einmal diese Art der Gedanken und Vorstellungsverknüpfungen etwas ausführlicher, damit wir genau wissen, was wir damit meinen:

Erinnerung an ein Gedicht.

Angenommen, wir lernen ein Gedicht auswendig, so vollzieht sich das in der Weise, dass wir ein Wort nach dem anderen, die das Gedicht ausmachen, geistig aneinander reihen. **Es entsteht also eine ganz bestimmte Bindung von ganz bestimmten Wörtern bzw. Vorstellungen.** Dass uns diese Bindung in der gleichen Weise und Reihenfolge, wie wir sie gelernt haben, wieder einfällt, ist auf die Wirksamkeit der Assoziationsgesetze zurückzuführen. Es ist dabei gerade so wie bei einem Filmstreifen, wo die einzelnen Bilder ebenfalls in einer bestimmten Reihenfolge aneinander gekoppelt sind. Läuft der Film, so muss durch diese Bindung gesetzmäßig immer nach einem bestimmten Bild das dazugehörige Nächste kommen usw.

Der Gedankenfilm.

Das Wichtigste ist nun hier, dass beim Ablaufen dieses - in unserem Falle - Gedankenfilms, ebenfalls ganz zwangsläufig die richtige Reihenfolge eingehalten wird, wenn erst einmal eine bestimmte Folge von Bindungen in unserem Unterbewusstsein eingeschaltet ist.

Denken wir hierbei einmal an Schillers Glocke: Haben wir dieses Gedicht richtig gelernt, was soviel besagt, dass durch das Lernen eine entsprechende Assoziation gebildet ist, so brauchen wir nur an den Anfang von Schillers Glocke zu denken, und schon rollt ganz automatisch Wort für Wort in richtiger Reihenfolge in unserer Erinnerung ab.

Kaum haben wir z. B. das Wort "Fest" von Schillers Glocke in unserem Oberbewusstsein empfangen, als schon automatisch das Wort "gemauert" hinterherfolgt. Kaum hat auch dieses Wort unser Bewusstsein passiert, gliedern sich schon automatisch die weiteren Wörter an.

In dieser Art funktioniert die gesamte Erinnerung. Wir können daraus schließen, dass unser gesamtes Wissen im Magazin des Gedächtnisses in Erinnerungskomplexe geordnet ist. Versagt unser Gedächtnis auf irgendeinem Gebiet so handelt es sich um eine Erinnerungshemmung, die dadurch hervorgerufen werden kann, dass die Aufmerksamkeit, die die einzelnen Erinnerungsbilder zum Bewusstsein bringt, durch eine andere Vorstellung abgelenkt wird, denn wir müssen wissen, dass auch der Erinnerungsvorgang an sich große Ähnlichkeiten mit der Vorführung eines Filmstreifens aufweist. Solange unsere Aufmerksamkeit durch ein anderes Gedächtnisbild in Anspruch genommen ist, solange kann ein gewünschtes Gedächtnisbild in unserem Bewusstsein nicht aufleuchten.

Erinnerung ist von „vergessen" abhängig!

Daraus ergibt sich, dass die Erinnerung um so besser funktioniert, wenn es uns gelingt, unsere Aufmerksamkeit jeweils nur mit einer Sache beschäftigen zu lassen. Wir können daraus formulieren, dass die Fähigkeit der guten Erinnerung abhängig ist von der Fähigkeit,

gegenwärtig im Bewusstsein auftretende Erinnerungsbilder schnell wieder verschwinden zu lassen.

Natürlich werden wir uns an bestimmte Gedächtnisbilder immer nur dann mit Erfolg erinnern, wenn es uns gelingt, zu diesen Komplexen des Wissens einen Kontakt zu finden. Darum sprachen wir an anderer Stelle von einer **Beseelung des Wissens**. Nur jenes Wissen liegt in uns frei, mit dem wir uns dauernd direkt oder indirekt beschäftigen. Vernachlässigen wir eine bestimmte Art des Wissens, so sinkt sie entseelt in die Tiefe des Unterbewusstseins und steigt erst dann in unserer Erinnerung wieder auf, wenn wir eine neuerliche Beseelung vorgenommen haben.

Wichtig! Der Kontakt mit den Komplexen.

Wenn es uns nicht gelingt, über das Wissen zu verfügen, das wir im Laufe der Jahre durch unsere Geistestätigkeit in uns wachgerufen haben, so ist das also darauf zurückzuführen, dass wir es bisher nicht verstanden haben, diese fraglichen Komplexe des Wissens so miteinander zu verbinden, dass sie sich in einer dauernden gegenseitigen Beziehung befinden und dadurch dauernd unter dem Einfluss der Geistestätigkeit bleiben.

Aus diesen Darlegungen ergibt sich aber auch, dass nur das Wissen bleibend zur Verfügung steht, das wir schon bei der Aufnahme in unser Unterbewusstsein mit dem bereits in uns vorhandenen Wissen richtig verknüpft bzw. verbunden haben. Das ist überhaupt die Vorbedingung zum guten Behalten und darum haben wir der **Überlegung** als der Grundlage der geistigen Entwicklung so das Wort gesprochen.

Das EIGENE Urteil und die EIGENE Meinung entscheidet!

Jetzt werden wir auch verstehen, warum der erste Schritt zur Entwicklung unseres Geistes mit Hilfe unserer „Kartei des Wissens" darin besteht, bei allem, was wir an Neuem in uns aufnehmen, durch das Bilden eines eigenen Urteils und einer eigenen Meinung zu einer entsprechenden geistigen Klarheit zu kommen. Dieser Prozess, der sich bei der Vorarbeit in unserem Unterbewusstsein abspielt, schafft also ganz bestimmte Verknüpfungen und Verbindungen, die zwangsläufig unter die Gesetze der Erinnerung kommen.

Haben wir erst einmal eine Sache ganz gehörig und gründlich durchdacht und innerlich verarbeitet, können wir sie auch so leicht nicht wieder vergessen; denn sobald wir bei Gelegenheit wieder an die gleiche Sache denken, fällt uns sofort durch die Auswirkung des Assoziationsgesetzes nacheinander alles wieder ein, was mit dem in Frage stehenden Gegenstand unseres Denkens in Beziehung steht.

Jeden Satz auf die Goldwaage legen!

Das Allerwichtigste ist hierbei jedoch nicht, dass uns die mit dem Gegenstand des Denkens in Beziehung stehenden Einzelheiten bei der Bearbeitung des gleichen Problems bewusst in die Erinnerung fallen müssen, sondern dass diese Einzelheiten durch das Assoziationsgesetz unserem Geiste spontan beim schöpferischen Denken zur Verfügung stehen. Denn wie gesagt, der Hauptteil unserer Geistestätigkeit vollzieht sich unterbewusst und automatisch.

Wenn wir, angenommen, plötzlich irgendeinen sinnreichen Einfall

bekommen, so erfolgt die Bildung dieses Einfalles im Unterbewusstsein durch die unbewusste Zusammenwirkung all des Wissens, das wir zur Produktion dieses Einfalles im Laufe der Zeit in uns aufgenommen haben. Wie keine Wirkung ohne eine Ursache ist, so entsteht auch das schöpferische Denken in uns nur durch die Zusammenwirkung ganz bestimmter Faktoren des Denkens.
Wir sind erstaunt, dass uns die besten und schönsten Ideen oft wie ein Blitz aus heiterem Himmel überfallen. Wir bezeichnen uns deshalb vielleicht als „genial", vergessen aber dabei, dass diese Einfälle das Resultat der Zusammenwirkung aller in uns zusammenwirkenden Komplexe des Wissens sind.

Alle Fähigkeiten zum höchsten schöpferischen Können liegen in uns!

Wie gesagt, alle Fähigkeiten zum höchsten schöpferischen Können liegen in uns, aber es wird wohl nun auch verständlich sein, dass diese Möglichkeiten des Könnens nur in Erscheinung treten, wenn durch eine bewusste Hinsteuerung Leben in die maßgebenden Zonen des Geistes gebracht wird.
Um Ihnen zu zeigen, wie wir mit Hilfe einer äußeren Anregung und damit erst recht mit der „Kartei des Wissens" im Laufe der Zeit verloren gegangenes Wissen aus der Tiefe des Unterbewusstseins wieder heraufholen können, noch ein Beispiel:
Es kann sein, dass Sie einen ganzen Abschnitt Ihres Lebens vergessen haben. Sie können sich z. B. nicht mehr erinnern, was Sie im Jahre 1976 gemacht haben, wo Sie gewohnt haben usw. Es ist Ihnen, als wenn in Ihrem Gedächtnis eine bestimmte Klappe zugezogen wäre, wodurch die Erinnerung unmöglich wird. Sie können sich anstrengen, Sie können sich konzentrieren, nichts fällt Ihnen ein, Sie finden einfach keinen Kontakt, alles ist wie weggeblasen.
Wie werden Sie es nun anstellen, um sich dennoch der Vorfälle aus dem Jahre 1976 zu erinnern? Rein zufällig oder bewusst blättern Sie in Ihren Briefschaften aus den früheren Jahren herum. Auf einmal finden Sie ein Bild des Freundes, mit dem Sie im Jahre 1976 zusammen waren.

Die „Klappe" im Unterbewusstsein muss sich öffnen!

Was geschieht jetzt? In dem Augenblick, wo Sie das Bild in der Hand haben, beginnt sich die Klappe im Unterbewusstsein, welche die Bilder der Vergangenheit verborgen hielt, zu öffnen und nun auf einmal wird Ihnen die Erinnerung wieder möglich. Ein Erlebnis nach dem andern fällt Ihnen ein; zunächst die wichtigsten und stärksten der damaligen Eindrücke und allmählich auch die weniger wichtigen.
Was zeigt uns dieses Beispiel? Es zeigt uns die Wirksamkeit der Assoziationsgesetze: Fällt uns ein bestimmter Gedanke oder eine bestimmte Vorstellung einer bestimmten Vorstellungsreihe ein, so ziehen diese automatisch die mit ihnen in Zusammenhang stehenden Vorstellungen ins Bewusstsein, wodurch die Erinnerung ermöglicht wird. Also genau dasselbe, wie beim Einfallen der Worte von Schillers Glocke.

Und was ergibt sich daraus für eine Folgerung in Hinsicht auf die Beherrschung des in uns aufgestapelten Wissens?
Gelingt es uns, uns stets an eine besonders markante und wichtige Vorstellung eines gewünschten Wissenskomplexes zu erinnern, dann haben wir die Möglichkeit in der Hand, uns gleichzeitig auch die Einzelheiten dieses Komplexes ins Bewusstsein zu rufen.
Was wäre also unsere Aufgabe? Wir müssen nach einer Methode suchen, die es uns ermöglicht, diese Kontakt-Vorstellungen uns unvergesslich zu machen. Hier ist das Gesetz, das dieser Methode zugrunde liegen muss: **Ein Erinnerungsbild fällt uns um so leichter ein, je öfter es uns einfällt und je stärker wir uns mit ihm seelisch beschäftigen.**

Ein Erinnerungsbild fällt uns um so leichter ein, je öfter es uns einfällt und je stärker wir uns mit ihm seelisch beschäftigen.

Die praktische Ausnutzung der Kartei

Hier kommen wir nun zur praktischen Ausnutzung unserer Kartei des Wissens: Wenn wir ihren geistigen Inhalt in regelmäßigen Zeitabständen durcharbeiten, erreichen wir, dass, den Gesetzen der Erinnerung entsprechend, automatisch alles erfüllt wird, was die Nutzbarmachung des in uns liegenden Wissens ermöglicht.
An einem bestimmten Tage der Woche und möglichst immer zur gleichen bestimmten Stunde arbeiten wir von nun an regelmäßig an der Entwicklung unseres Geistes. Wie wir wissen, sind zwei Hauptvoraussetzungen zu erfüllen:

Legen Sie einen festen Tag dafür fest!

> **1. Die ständige Bewegung unseres Wissens, also das regelmäßige Daranerinnern und**
> **2. die bewusste Anleitung unseres Geistes zur schöpferischen Denkfunktion.**

Beide Voraussetzungen werden durch diese regelmäßige Arbeit mit der Kartei des Wissens in hervorragender Weise erfüllt. Diese Arbeit vollzieht sich folgendermaßen: Wir beginnen bei der ersten Karteikarte und lesen die auf dieser Karte stehenden Urteile bzw. die darauf niedergeschriebenen wichtigen Gedanken.
Was geschieht, wenn wir uns den Inhalt der Karteikarte zum Bewusstsein bringen? Automatisch werden die Erinnerungsgesetze ausgelöst, und nacheinander kommt uns bei richtiger Hingabe an den Inhalt der Karte alles zum Bewusstsein, was mit ihm in Beziehung steht.

Automatisch werden die Erinnerungsgesetze ausgelöst!

Warum? Dieser Satz, der auf der Karteikarte steht, ist die für die Auslösung des Assoziationsgesetzes wichtige Orientierungsvorstellung.

Auf diesem Satz baut die Methode des Erfolgs-Systems auf.

Und wie lautete das für die Erinnerung maßgebende Gesetz:
Fällt uns ein bestimmter Gedanke oder eine bestimmte Vorstellungsreihe ein, so ziehen diese die mit Ihnen in Zusammenhang stehenden weiteren Vorstellungen automatisch ins Bewusstsein.
Mit anderen Worten: In dem Augenblick, wo wir die von uns als den

Extrakt eines Wissenskomplexes auf der Karteikarte niedergelegten Gedanken von neuem lesen, erscheint der gesamte Komplex des betreffenden Wissens wieder im Bewusstsein.

Sind wir jetzt vollkommen bei der Sache, d. h. widmen wir uns dem neuen Auftauchen der bereits in uns aufgenommenen Gedanken mit der gleichen Hingabe, so wird der Eindruck bzw. das Haften des Wissens derartig verstärkt, dass wir uns bei Wiederholung des gleichen Vorganges schließlich mit Leichtigkeit daran erinnern.

Die Verankerung des Wissens zum ständigen Gebrauch.

Diese Feststellung ist außerordentlich wichtig, denn da wir erkannt haben, dass die Erinnerung automatisch arbeitet und da wir wissen, dass uns nur das Wissen einfällt, das gewissermaßen an der Oberfläche des Gedächtnisses sich befindet, so bedeutet dieses planmäßige Heraufziehen des aufgenommenen Wissens ins Bewusstsein seine Verankerung an der Oberfläche des Gedächtnisses, was besagt, dass dieses Wissen in die aktuellen Denkprozesse eingegliedert wird.

Bei dieser Bearbeitung unserer Kartei kommt es jedoch nicht nur darauf an, bestimmte Erinnerungsbilder aus der Tiefe unseres Unterbewusstseins aufsteigen zu lassen und um dadurch ein großes Wissen zu haben, auch darauf, dass dieses Wissen neben der Entwicklung neuer Gedankengänge gleichzeitig zur Ursache einer ständigen Steigerung unserer Intelligenz, und im Besonderen, unserer Urteilskraft wird.

Wichtig! Nur die selbstständige Denkarbeit fördert!

Nun hatten wir gehört, dass wir uns bei allem Neuen, das wir sehen, hören oder lesen, stets eine eigene Meinung bilden sollen. Dabei wurde gleichzeitig gesagt, dass wir im Interesse von Vernunft und Wahrheit stets bereit sein müssen, diese Meinung zu korrigieren.

Diese Korrektur darf aber nicht etwa auf Anregung eines andern erfolgen, sondern wir selbst müssen dafür sorgen, dass unsere Urteile, Meinungen und Ansichten immer vollkommener werden.

Da wir wissen, dass jede Einsicht durch die unterbewusste Arbeit des geistigen Prinzips unter Benutzung des in uns ruhenden Wissens gebildet wird, so versteht es sich natürlich von selbst, dass bei einer intensiven Heranziehung des Wissens, wie es durch die Arbeit mit unserer Kartei ermöglicht wird, das Unterbewusstsein automatisch auch zu einer Verbesserung der Meinungen und Urteile beeinflusst wird. Es kann sein, dass durch diese Tätigkeit der schöpferischen Kräfte binnen kurzem eine grundlegende Wandlung in der Auffassung über einen Gegenstand in uns eintritt.

Ergebnis höherer Erkenntnis!

Diese innere Wandlung vollkommen sich bewusst zu machen und insbesondere diese bessere Arbeit des Unterbewusstseins dauernd neu anzuspornen, ist eine weitere Hauptaufgabe unserer Arbeit mit der Kartei:

In dem Augenblick, wo wir unser eigenes Urteil über einen fraglichen Gegenstand lesen, müssen wir zugleich dieses Urteil einer scharfen Kritik unterziehen.

Wir müssen uns fragen: Hat das, was du da auf die Karte geschrieben

hast, auch jetzt noch unbedingte Gültigkeit? Ist es nicht möglich, dass du dich in einem Punkt geirrt hast? Stellen wir uns die Frage mit voller Hingabe an die reine Erkenntnis, so werden wir erleben, wie uns plötzlich ganz neue Einfälle zu der fraglichen Angelegenheit kommen.

Bildet sich in uns bei der zweiten Bearbeitung der Kartei ein neues Urteil, so versteht es sich von selbst, dass wir das Alte aufheben und an seine Stelle das Neue setzen.

Die Beeinflussung der inneren Kräfte.

Wir erreichen durch diese Bemühung das, was wir anstreben: nämlich die Beeinflussung unserer inneren Kräfte in Richtung auf Logik und geistige Schärfe.

Wir müssen wissen: unser Unterbewusstsein ist zwar unser bester Mitarbeiter, und alles, was je ein Mensch als geniale Geistesleistung hervorbringen kann, ist nur auf die Kräfte des Unterbewusstseins zurückzuführen, aber dieser Mitarbeiter betätigt sich nur dann, wenn eine Notwendigkeit zur Betätigung vorliegt.

Die Macht der Notwendigkeit schaffen!

Diese Notwendigkeit für das Unterbewusstsein zu schaffen, ist eine weitere wichtige Aufgabe. Wir schaffen sie durch den intensiven Wunsch, auf ganz bestimmten Gebieten des geistigen Lebens Außergewöhnliches zu leisten, denn unsere Wünsche sind dem Unterbewusstsein die Befehle bei seiner Arbeit.

Es muss immer klar sein, dass der schöpferische Prozess wie die konstruktive Tätigkeit eines Baumeisters zu werten ist. Wann wird ein Baumeister richtig arbeiten können? Wenn er nicht nur den Plan, sondern auch die Bausteine zur Verfügung hat.

Wissen und — Anstoß!

Da wir wissen, dass unserem inneren Baumeister das Wissen die Bausteine sind, so ist es unsere Aufgabe, ihm dieses Wissen zur Verfügung zu stellen, was aber zugleich einschließt, dass auch der richtige Anstoß zur Aufnahme der Bautätigkeit, also zur schöpferischen Ideenentwicklung erfolgen muss.

Bezüglich der Genialität unseres inneren Wesens ist bedeutungsvoll, dass es gleichzeitig auf den verschiedensten Gebieten arbeiten kann und dass die größten geistigen Leistungen gerade dadurch möglich werden.

Oberbewusste und unterbewusste Tätigkeit des Geistes.

Oberbewusst dürfen wir uns aber trotzdem nur immer mit einer Sache zur Zeit beschäftigen, was natürlich nicht ausschließt, dass wir diesen einen Gegenstand nacheinander von tausend Seiten bearbeiten und dass alle Ergebnisse dieser Bearbeitung gleichzeitig im Blickfeld des Geistes verbleiben. Das ist aber dann schon wieder eine Leistung des inneren Mitarbeiters.

Wie die Erinnerung funktioniert, nämlich in der Weise, dass zur Zeit immer nur ein Gedächtnisbild voll zum Bewusstsein kommt und das Nachfolgende erst dann, wenn das Vorhergehende aus dem unmittelbaren Blickfeld der Aufmerksamkeit wieder verschwunden ist, so verhält es sich bei oberbewusster Geistestätigkeit auch mit der Bearbeitung schöpferischer Gedanken.

Immer zuerst einen freien Kopf!

Es muss unter allen Umständen dafür gesorgt werden, dass sich in aller Ruhe ein Gedankengang in uns zu entwickeln vermag. Jede Ablenkung zerstört die Klarheit des Denkens. Zu diesem Zwecke ist es notwendig, eine ganz bestimmte Technik zur Ausschaltung nicht erwünschter Gedankengänge zu beherrschen.

Vor der Bearbeitung einer neuen Ideenreihe muss also zuerst der Kopf ganz klar sein. Es darf auf keinen Fall ein Gedanke den anderen überlagern oder überhaupt eine Konfusion im Denken eintreten.

Technik der Ausschaltung unerwünschter Gedankengänge.

Hierzu das Wichtigste: Durch die systematische Arbeit mit unserer Kartei lernen wir diese Technik des Ausschaltens beliebiger Gedankenreihen ganz gehörig und gründlich beherrschen. Wir verstehen das sofort, wenn wir vor Augen haben, dass man in dieser **Ausschaltung** eine entsprechende Übung haben muss.

Vertiefen wir uns wieder in die Arbeit mit unserer Kartei: **Der jeweilige Gedankengang, der auf einer Karte seine Orientierungsvorstellung findet, wird vollkommen gründlich von uns bearbeitet. Es interessiert uns nicht, was auf den nächsten Karten steht. Allein die zur Zeit vor uns liegende Karte findet unser vollstes Interesse. Haben wir die Einzelheiten des zur Bearbeitung stehenden Wissens gründlich durchdacht, d. h. ist für uns diese eine Karte erledigt, dann schalten wir vollkommen und restlos diesen ganzen Ideenkomplex aus, indem wir die jeweilige Karte einfach wegstecken und die Angelegenheit damit vergessen.**

Wir können das ganz beruhigt tun, denn es ist unmöglich, dass uns die Erinnerung an jenen Komplex versagt, weil wir ja jederzeit durch die bearbeitete Karte den Kontakt wieder aufnehmen können.

Innere Ruhe und der Einfluss auf die Funktion des Geistes.

Diese innere Beruhigung ist eine Voraussetzung zur intensiven und konzentrierten Hingabe an die Bearbeitung der zweiten Karteikarte, die wir anschließend an die Vorhergehende mit derselben Gründlichkeit und Genauigkeit bearbeiten.

Alsdann schalten wir auch den gesamten Komplex dieser Karte wieder aus unserem Bewusstsein aus. Anschließend erfolgt dann die Bearbeitung der dritten und nächsten Karte usw. und genau in der gleichen Weise. Man sieht ohne weiteres ein, dass nur durch ein derartiges Vorgehen wirklich konzentriert die einzelnen Teilgebiete des gesamten Wissens bearbeitet werden können.

Da die Bearbeitung des gesamten Wissens jedoch die Voraussetzung zu hervorragender schöpferischer Tätigkeit unseres Geistes ist, so ergibt sich von selbst, dass eine bestimmte Gedankenentwicklung durch die Aktivierung dieses gesamten Wissens von unserem Unterbewusstsein nunmehr ganz anders durchgeführt werden kann, als wenn die zur Bearbeitung einer bestimmten Materie notwendigen Wissensabteilungen zum Teil oder gänzlich brachliegen.

Die Tragweite einer derartigen systematischen Arbeit kann sich nur

der ausrechnen, der einmal ernstlich darangeht, für einige Monate so an der Ausbildung seiner geistigen Aufwärtsentwicklung zu arbeiten.

Zur korrekten Durchführung dieser Ausbildung und Anregung des Geistes ist zu beachten, dass jede einzelne Karteikarte in der Regel **dreimal** nacheinander bearbeitet werden muss. Durch diese dreimalige Beseelung des Wissens und Anregung des Geistes, der dadurch gezwungen wird, sich mit allen Fragen zu beschäftigen, wird jede Voraussetzung erfüllt, die uns im logischen Denken und in der Bildung von richtigen Urteilen und Meinungen sicher macht.

Der Erfolg ist gewiss!

Zu dieser planmäßigen Bearbeitung unseres geistigen Materials gehört selbstverständlich, dass wir nun nicht nur während unserer Stunde des Geistes uns mit unserem Wissen und Ideen beschäftigen, sondern überall, wo es nur überhaupt eine Gelegenheit gibt, von unserem Ideenreichtum Gebrauch machen und diesen auch in den Kreislauf unseres Sprechens einschalten.

Gelegenheiten schaffen!

Dies geschieht, indem wir uns selbst alle möglichen Gelegenheiten schaffen, wo wir von unserem Wissen Gebrauch machen können. Das ist möglich durch das Verfassen von Aufsätzen über die verschiedenen Probleme und durch schöpferische Gespräche.

„Es ist nichts so vollkommen, als dass es nicht noch vollkommener gemacht werden könnt." (Henry Ford)

Immer müssen wir dabei von dem Gedanken geführt werden, irgendetwas noch klarer auszudrücken bzw. besser zu verstehen und zu beurteilen.

Durch dieses dauernde Streben nach Vervollkommnung erhält das Unterbewusstsein immer neuen Antrieb, und fortgesetzt bleibt dadurch auch das Gedächtnis in Übung.

Von ganz entscheidender Bedeutung ist die korrekte Bearbeitung unserer Kartei des Wissens hei der Bearbeitung eigener Ideen und Einfälle:

Wichtig!

Kommt uns plötzlich ein wertvoller Gedanke, so muss er unbedingt in der Kartei festgehalten werden und zwar auch dann und gerade erst recht, wenn er noch nicht ausgereift ist.

Wenn wir nach einiger Zeit bei der Durcharbeit unserer Kartei dann wieder auf diesen Gedanken stoßen und wir haben vorher diesen Gedanken niedergeschrieben mit dem Bewusstsein, dass er bis zur nächsten Bearbeitung der Kartei durch die schöpferische Tätigkeit des Unterbewusstseins weiter ausreift, dann erleben wir eine fortgesetzte, unbewusste, automatische Weiterentwicklung seines Ideengutes.

Die neuen Ideen reifen von selber weiter!

Da die Führung der Kartei selbst bei vielseitigster Bearbeitung unser oberbewusstes geistiges Schaffen kaum belastet, eben, weil wir zur Zeit immer nur einen Gedanken bearbeiten, entwickeln wir binnen kurzer Zeit eine derartige Fülle reifer Gedanken, wie noch nie zu einer anderen Zeit.

Wichtig ist, dass wir dieses unbewusste Ausreifen bestimmter Gedanken nicht etwa nur auf Probleme des geistigen und seelischen

Diese Technik lässt sich auf allen Gebieten zur Anwendung bringen!

Lebens, sondern auch in der Geschäfts- und Berufspraxis zur Anwendung bringen können. Nur müssen wir stets beachten, dass wir einen einmal aufgenommenen Ideengang fortgesetzt weiter fördern, indem wir unserem Unterbewusstsein dauernd mit neuem Baumaterial über die bestimmte Materie dienen.

Wo wir irgendwelche Erkenntnisse fassen können, sei es durch Beobachtung oder Studium, müssen diese der weiteren schöpferischen Tätigkeit unseres Geistes dienstbar gemacht werden!

Und nun, auf zur Praxis!

Ich empfehle Ihnen, diese Arbeit über die Kartei des Wissens nicht einmal, sondern zehnmal zu lesen und gründlich durchzudenken. Je besser Sie die geschilderten Zusammenhänge verstehen, je tiefer Sie eindringen in die Vorgänge, die unserer schöpferischen Geistestätigkeit zugrunde liegen, um so selbstverständlicher wird Ihnen der Erfolg sein, den Sie durch die planmäßige Arbeit mit der Kartei des Wissens erzielen. Rütteln Sie sich auf, wenn Sie bisher eine Schlafmütze im Geiste waren! Verlangen Sie von sich selbst die ganz große, ja die allerhöchste Leistung! Je höher die Anforderungen sind, die Sie an Ihren Geist stellen, um so überraschendere Ergebnisse zeitigen Sie. Aber handeln Sie nicht planlos, sondern planvoll! Benutzen Sie dieses hervorragende technische Hilfsmittel genau so, wie es in dieser Arbeit geschildert wurde. (1*)

„Erfinden, das ist 1 Prozent Inspiration und 99 Prozent Transpiration!“

Wissen ist Macht, war der Grundsatz des großen Edison. Aber nicht von selbst kommt die große Idee, sondern nur durch intensive Beschäftigung mit unserem Wissen.

Darum stimmt es auch, wenn Edison vom Erfinden sagt: ***„Erfinden, das ist 1 Prozent Inspiration und 99 Prozent Transpiration!“***

(1*) Rein äußerlich betrachtet besteht die Kartei des Wissens aus einer Reihe von Karteikarten in Postkartenformat, die in einem entsprechenden Karteikasten untergebracht sind. (1*) Jede einzelne Karte trägt auf der rechten Seite eine fortlaufende Nummer. Als Ergänzung der Kartei dient ein Register, das zur Aufnahme bestimmter Stichwörter bestimmt ist. Soweit die äußere Form. (1*)
Wir haben hier bewußt den Originaltext von Oscar Schellbach belassen, aber heute bietet unser Computerzeitalter natürlich noch viele andere Möglichkeiten des Aufbaus einer „Kartei des Wissens“. Ob Sie nun mit einer Textdatei und mit Suchwörtern in ihrem Computer arbeiten, oder mit Exel oder irgend einem anderen Programm, das Grundprinzip der „Kartei des Wissens“ bleibt dabei aber bestehen.
(Oscar Schellbach Verlag)

Nutze den Augenblick!

Jeder Augenblick ist kostbar und wird zum Baustein unseres Glückes und Erfolges, wenn wir ihn richtig verwenden!
George Stephenson, der Erfinder der Lokomotive, benutzte die Stunden der Nacht, um lesen, schreiben und rechnen zu lernen, da er des Tages über zwölf Stunden bei der Maschine tätig sein musste.
Die zwölfstündige Arbeitszeit, das Studieren und Zerlegen der Maschine, wie auch die fortgesetzten Kraftübungen, ließen ihm zwar nur wenig Zeit zu geistiger Ausbildung, aber er wusste solche Momente richtig zu verwerten.
Er verdankte seinen armen Eltern einen gesunden Körper, er verdankte ihrem Beispiel die Gewöhnung an Reinlichkeit, Sparsamkeit und Tätigkeit; sie hatten ihn nach Kräften gut erzogen und seinen Charakter gebildet, aber eine wissenschaftliche Bildung hatten sie ihm bei ihrem geringen Erwerb und ihren wenigen Kenntnissen nicht geben können.
Er hatte jetzt, als er in das Mannesalter trat, noch alle die Anfänge des Wissens durchzumachen, die ein anderes Kind schon frühzeitig in der Schule lernt. Mit festem Willen und beharrlichem Streben besiegte er indessen die Schwierigkeiten, die ihm im Wege standen; er belehrte sich bestmöglich selbst.
Drei Nächte in jeder Woche nahm George Buchstabier- und Lesestunde. Das Stundengeld betrug 3 Pence die Woche und obschon der Unterricht kein guter war, lernte der wissbegierige George doch bald lesen. So wertete dieser große Mann sein Leben aus, so begann seine Laufbahn ...

X. Teil
Richtlinien zur geistigen Selbstständigkeit

Schärfung der Sinne und der Urteilskraft,
Entwicklung von Logik und Initiative

„Zu eigener Weisheit gelangen ist besser,
als sich auf die Weisheit anderer verlassen zu müssen.“

1. Schärfen Sie Ihre Sinne!

Alles eine Frage der Konzentration und des Glaubens an den Erfolg!

Es ist erwiesen, dass die Naturvölker viel besser entwickelte Sinne haben als die meisten Menschen der Zivilisation. Der Indianer hört z. B. meilenweit den Hufschlag eines Pferdes. Die Ursache der Schärfe der Sinne liegt zur Hauptsache in ihrem richtigen und dauernden Gebrauch. Übung vermag auch hier Ungewöhnliches zu leisten.

Wer seine Sinne schärfen will, muss sie ganz bewusst gebrauchen lernen und überzeugt sein, dass sie sich entwickeln lassen.

Die Entwicklung der Sinne ist eine Angelegenheit der Konzentration. Absolute Sammlung der Aufmerksamkeit auf eine ganz bestimmte Wahrnehmung, darauf kommt es an.

Wie Sie früher hörten, ist die Konzentration am vollkommensten, wenn sie unbewusst, durch das Interesse, hervorgerufen wird. Wenn wir also volles Interesse für eine Wahrnehmung haben, dann sind wir immer dabei, bestimmte Sinne voll zu gebrauchen.

Da die Sinneswahrnehmungen auf gehirnelektrischen Vorgängen beruhen, kann man sich leicht ein Bild machen von den Prozessen, die sich bei der Tätigkeit unserer Sinne in uns abspielen.

Oberflächlichkeit schadet immer!

Ist die im Gehirn vorhandene elektrische Apparatur durch die Konzentration richtig geschaltet, fließen also in dem Augenblick der Wahrnehmungen keine gehirnelektrischen Ströme in falschen Nervenleitungen, so muss die Wahrnehmung vollkommen sein. Um diesen Zustand zu erreichen, muss man dauernd in Übung bleiben, d. h. wir dürfen uns möglichst nie eine Oberflächlichkeit bei bewussten Wahrnehmungen gestatten. Hören wir einen Vortrag, so müssen wir genau zuhören. Lesen wir ein Buch, so müssen wir genau lesen.

Das ist vor allen Dingen in solchen Fällen sehr wichtig, wo eine gewisse Bequemlichkeit und Gleichgültigkeit uns verleiten will, einer Mühe in der Wahrnehmung zu entgehen. Das ist Gift für die Sinne, das genau so schädlich wirkt wie eine Überreizung. Darum: nicht bequem sein, sondern auch Schwierigkeiten in der Wahrnehmung gern ertragen und überwinden. Wie jede geistige Funktion schließlich eine Gewohnheit ist, so stellt sich auch die Tätigkeit der Sinne ganz auf Gewohnheiten ein.

Achten wir eine gewisse Zeit darauf, alles besser zu sehen, zu hören und zu empfinden, und geben wir uns Mühe, richtig wahrzunehmen, dann wird gutes Sehen, Hören usw. zur Selbstverständlichkeit. Das aber ist notwendig, denn ohne scharfe Sinne geht uns manches verloren, was den Erfolg mit begründen hilft.

Aufpassen, zu jeder Zeit und ganz frei werden von jeder Teilnahmslosigkeit, das kräftigt und schärft die Sinne!

2. Seien Sie wach!

Wollen Sie wissen, warum viele keinen Erfolg im Leben haben, so brauchen Sie nur einmal in der Straßenbahn zu beobachten, wie der größte

Teil der Fahrgäste da sitzt. Träumen nicht die meisten mit offenen Augen? Wäre es nicht angebrachter, anstatt zu träumen und gedankenlos auf das Ziel zu warten, neue Eindrücke in sich aufzunehmen? Wie sich die Menschen in der Straßenbahn verhalten, so verhalten sie sich ähnlich überall im Leben. Ist es da ein Wunder, wenn man keinen Erfolg hat?

Augen auf! Geistige Regsamkeit bewusst entwickeln.

Wer vorwärts will, muss wach sein, muss mit offenen Sinnen durch die Welt gehen, damit er die Umstände erkennt, die sein Glück bewirken. Woher soll die geistige Regsamkeit, die geistige Selbständigkeit kommen, wenn wir unserem Geiste nicht ständig neue Nahrung zuführen?

Schon im Tageslauf des positiven Tatmenschen zeigte ich Ihnen den Weg zur täglichen Bereicherung Ihres Wissens. Sie sollten jeden Tag einige neue Dinge in sich aufnehmen. Haben Sie das getan? Wenn ja, so haben Sie schon viel zur Entfaltung Ihrer geistigen Fähigkeiten getan, wenn nicht, so lernen Sie jetzt endlich erkennen, dass es ohne den täglichen, geistigen Fortschritt nicht weit zu bringen ist.

Wach sein! Die Beobachtungsgabe täglich stärken und entwickeln und jeden freien Augenblick benutzen, um neue Eindrücke in sich aufzunehmen.

Suchen Sie täglich nach neuen, geistigen Anregungen. Nehmen Sie nicht nur wie ein Automat Eindrücke in sich auf, sondern lassen Sie diese den Ausgangspunkt zu eigenem Nachdenken sein. Die Mehrzahl der Menschen ist im wahrsten Sinne des Wortes denkfaul, d. h. sie hat einfach keine Lust zu geistiger Arbeit, weil sie ihr angeblich große Mühe macht. Die wahre Ursache dieser Denkfaulheit ist aber nicht etwa die Unfähigkeit zum Nachdenken, sondern die mangelhafte Erkenntnis, dass allein durch geistige Selbständigkeit, die im Nachdenken ihren Anfang nimmt, der Erfolg zu begründen ist.

Aufpassen und nachdenken! Es gibt immer etwas Neues zum lernen!

Handeln Sie anders! Nehmen Sie jede Gelegenheit wahr, um geistige Schätze zu sammeln. Was Sie im Laufe der Zeit lernen und durch Ihr Nachdenken produzieren, wird vielfachen Lohn bringen. Denken Sie an Friedrich Rückerts wunderbares Wort: ***„Wer da sitzet in dem Röhricht und sich nicht da eine Pfeife schneidet, der ist töricht."***

Wenn Sie die Augen aufmachen, merken Sie, dass Sie eigentlich immer im Röhricht sitzen. Also, auf zum Pfeifenschneiden!

3. Seien Sie kritisch!

Nicht gutgläubig sein!

Wenn Sie einmal darüber nachsinnen, wo der Hauptfehler liegt, der geschäftliche Verluste und sonstige Enttäuschungen einbrachte, so erkennen Sie vor anderem die Gutgläubigkeit als das größte Übel.

Glauben Sie nicht alles, was Ihnen die lieben Leute sagen, nehmen Sie alles mit Vorbehalt in sich auf und schaffen Sie sich Beweise für die Richtigkeit der Behauptungen. Mit anderen Worten: Seien Sie kritisch! Allerdings müssen Sie sich vor Vorurteilen hüten, denn das ist mit **kritisch** nicht gemeint.

Wer viel Lebenserfahrung hat, wird ganz von selbst kritisch, weil ihm das Leben den Beweis erbrachte, dass bestimmt nicht alles Gold ist, was glänzt. Stellen Sie sich zu allen Dingen so ein, als hätten auch Sie diese Erfahrung durch und durch erlebt, dann bewahren Sie sich vor Leichtgläubigkeit. Kritik üben, heißt keineswegs misstrauisch, sondern vorsichtig sein, eine Vorsicht jedoch, die nicht durch Furcht oder Angst begründet sein darf.

Wie Sie sich entsinnen werden, heißt es im ersten Teil unseres Buches: **Vermeide prinzipiell alles, was dem Erfolg schadet.** Um diesen Satz jederzeit anwenden zu können, ist eine kritische Beobachtung der Dinge einfach unerlässlich.

Halten Sie sich stets vor Augen, dass Menschen keine Engel sind. **Wer Ihnen irgendeinen Vorteil bietet, sei es im Geschäft, Beruf oder sonst wo, hat in der Regel immer seinen eigenen Vorteil im Auge.**

Nicht ausnutzen und übervorteilen lassen!

An sich kann man das niemandem verdenken, wenn nicht ein „aber" dabei wäre: Viele spiegeln Ihnen einen Vorteil nur vor, ohne dass etwas Ernstes dabei für Sie herauskommt. Wohl sollen Sie bestrebt sein, allen Menschen zu dienen, nicht aber sollen Sie sich ausnutzen oder übervorteilen lassen. Deshalb seien Sie ständig auf der Hut:

Seien Sie kritisch!

Niemand kann etwas verschenken! Denken Sie daran, wenn Sie ein angeblich sehr billiges Angebot einer Ware erhalten. Niemand wird Ihnen ewig dankbar sein, wenn Sie ihm einen Gefallen erweisen. Niemand wird sich seiner selbst entäußern, wenn er es auch tausendmal beteuert. Ausnahmen gibt es, aber ihre Seltenheit bestätigt nur diese Regel. Wenn Sie sich das immer vor Augen führen und im gegebenen Falle nicht vergessen, werden Sie bestimmt kritisch sein und sich dadurch vor manchem Schaden bewahren.

4. Denken Sie logisch!

Front gegen geistige Laschheit!

Wer seine Sinne richtig gebraucht, geistig wach und kritisch eingestellt ist, der kommt ganz von selbst immer mehr zum logischen Denken. Folgerichtiges Denken, also in der Reihenfolge richtig denken, ist für den geistig geschulten Menschen eine Selbstverständlichkeit. Und dennoch, selbst in gebildeten Kreisen wird oft recht unlogisch gedacht. Die Ursache finden wir in einer geistigen Laschheit, die verhindert, dass man sich mit den Elementen der Logik näher beschäftigt.

Logik bedeutet geistige Klarheit, absolut klares Erfassen der Einzelglieder des Erkennens. Ferner heißt es, diese Einzelglieder ihren Werten nach so zu ordnen, dass sich schließlich eins nach dem andern von selbst ergibt, oder eins immer die unerlässliche Voraussetzung und Begründung des anderen ist. Logisch denken, darunter verstehen wir auch „im Zusammenhang denken", d. h. alle Vorstellungen unseres Gedankenlebens, die eine bestimmte Materie betreffen, von einem einheit-

lichen Gesichtspunkt aus betrachten und sie untereinander verbinden.

Den festen Willen zur größtmöglichen Gedankenklarheit haben!

Die Grundlage der Logik ist Klarheit über die Begriffe. Ohne diese Klarheit ist logisches Denken unmöglich. Haben wir einen Begriff in seiner vollen Weite erfasst, so ist er mit dem Erfahrungswissen in Beziehung zu bringen, woraus sich, genügend Erfahrungswissen vorausgesetzt, ganz von selbst weitere Folgerungen ergeben.

Aus dieser Erkenntnis ergibt sich, dass zum logischen Denken auf irgendeinem Gebiet eine möglichst umfassende Kenntnis alles bisher Erkannten und Erforschten dieses Gebietes unerlässlich ist. Jedenfalls ist dann das Ergebnis des logischen Denkens der Wahrheit am nächsten.

Wer zu Erfolgen kommen will, muss vernünftig handeln. Vernunft aber hat die Logik zur Voraussetzung. Unvernünftig handelt z. B. jemand, der mit dem Kopfe durch die Wand will. Würde er logisch denken, so käme ihm die Erfolglosigkeit seiner Anstrengungen schon im Voraus zum Bewusstsein. Immer wieder wurde gesagt, dass man mit Überlegung handeln soll, jetzt wissen wir, dass damit das logische Denken erstrebt wurde.

Der auf Logik eingestellte Mensch wird immer das Bestreben haben, allen Dingen auf den Grund zu kommen. Nie wird er sich einer besseren Erkenntnis verschließen, die auch nur eine geringe Möglichkeit bietet, mehr als seine bisherige zum Erfolg beizutragen.

Oberflächlichkeit ist der Feind der Logik!

Oberflächlichkeit ist der Feind der Logik. Wo der Erfolg große Anforderungen an die Erkenntnis der Erfolgsfaktoren stellt, wird der Oberflächliche keinen Schritt weiterkommen. Und gerade heute, wo mehr denn je die geistige Kraft die Voraussetzung zum Erfolg bildet, ist tiefgründiges, logisches Denken einfach unerlässlich. Von größter Bedeutung ist die Logik vor allem in unseren Entscheidungen.

Wer sich bemüht, in allen Dingen geistig klar zu sehen, sich nicht von einem falschen Gefühl oder von der Umgebung beeinflussen lässt, jede gefundene Erkenntnis nach allen Seiten hin einwandfrei zu begründen versucht und die Auswirkung der praktischen Anwendung einer Erkenntnis objektiv ergründet, der denkt logisch und wird in seinen Entscheidungen meist das Richtige treffen.

Darum pflegen Sie Ihr logisches Denken, indem Sie keine Oberflächlichkeit und Laschheit bei Ihren Überlegungen dulden, indem Sie sich frei machen von subjektiv begründeten Vorurteilen, immer empfänglich sind für neue Erkenntnisse und ständig danach streben, alle Dinge, Zusammenhänge und Geschehnisse tiefer zu erfassen. Dass Sie nur dadurch Ihre geistige Selbständigkeit erlangen, ist - logisch!

5. Treiben Sie Philosophie!

Alles ist wertvoll genug, um darüber nachzudenken!

Wer ist ein Philosoph? Wer einen Sinn in die Dinge hineinlegt und versucht, die Gesetze zu erfassen, die den Dingen das Dasein geben. Und was führt dazu? Nun, zweifellos das logische Überlegen.

Alles ist wertvoll genug, um darüber nachzudenken!

Es gehört zur geistigen Selbständigkeit, dass wir auch des Öfteren über Zusammenhänge nachdenken, die für den Alltagsmenschen entweder wertlos oder Rätsel sind.

Der Philosoph achtet nichts als zu gering, um es nicht gedanklich zu erfassen. Jedes Ding auf der Welt muss irgendeinen Zweck, jede Wirkung irgendwie eine Ursache haben.

Durch philosophisches Denken entwickelt der positive Mensch in erster Linie eine klare Lebensauffassung und einen festen Begriff vom Sinn und Zweck des Daseins und des ganzen Strebens. Sinn und Zweck, und zwar einen höheren, der im Geistigen liegt, muss man in sein Leben hineinlegen oder richtiger, darin erkennen; denn nur um materieller Ziele willen verlohnt sich der Kampf ums Dasein nicht.

Durch diese Art philosophischer Lebensbetrachtung entwickelt sich ein großer Glaube an eine ewige Gerechtigkeit, wenn sich diese auch nicht immer offensichtlich zeigt, und daraus eine von allen schweren Gedanken erlösende Kraft, die befähigt, groß zu werden im Verstehen und Verzeihen.

Ohne Glauben an einen höheren Daseinszweck steht es traurig um den Menschen, der schwere Erlebnisse durchzumachen hat. Der Philosoph ist sich vollkommen darüber klar, dass solche Ereignisse eines Tages bestimmt kommen können, doch seine Erkenntnis macht ihn mutig und gefasst. Er weiß und fühlt, dass jedes Geschehen einen tiefen Grund hat und eine höhere Macht, auch durch Schicksalsschläge, nur sein Bestes will.

Durch diese Art philosophischer Lebensbetrachtung entwickelt sich ein großer Glaube an eine ewige Gerechtigkeit, wenn sich diese auch nicht immer offensichtlich zeigt, und daraus eine von allen schweren Gedanken erlösende Kraft, die befähigt, groß zu werden im Verstehen und Verzeihen.

Der Philosoph steht geistig auf einer höheren Warte, die jenseits vom Schein die Menschen und Dinge so erkennen lässt, wie sie erkannt werden müssen, um ihren Daseinszweck und ihre Handlungen, im Rahmen eines großen Ganzen, gerechtfertigt zu finden.

Darum treiben Sie Philosophie! Werden Sie ein Glied der geistigen Gemeinschaft höher Denkender! Dann meistern Sie nicht nur den materiellen Erfolg, sondern werden auch wahrhaft glücklich und zufrieden, weil Sie sich aussöhnen lernen mit allem Gegensätzlichen.

6. Steigern Sie ihre Urteilskraft!

Objektivität entwickeln!

Einen besonderen Beweis für die geistige Selbständigkeit bringt die Fähigkeit, irgendetwas objektiv und richtig beurteilen zu können. So leicht ein Urteil über eine Sache zu fällen ist, so schwierig ist es manchmal, das richtige Urteil zu treffen. Es braucht wohl nicht betont zu werden, dass die Ausführungen über Logik und Philosophie in diesem Zusammenhang von größter Bedeutung sind.

Von einem einzigen Urteil kann unter Umständen der ganze Erfolg einer Angelegenheit beeinflusst werden, denn das Urteil ist mit den Entscheidungen eng verknüpft. Wenn wir falsch urteilen, werden wir falsch entscheiden.

Um die Urteilskraft zu stärken, muss man sich in der Beurteilung der verschiedensten Dinge üben.

Auch hier muss wieder erwähnt werden, dass, genau wie beim logischen Denken, das gründliche Erfassen aller Einzelheiten einer Sache und besonders auch ihrer Beziehungen zu anderen Dingen unbedingte Voraussetzung ist. Wer eine Sache nicht gründlich kennt, kann und darf sich kein Urteil über sie erlauben. Nicht umsonst gibt es z. B. eine große Reihe von Sachverständigen beim Gericht. Damit ist jedoch keineswegs gesagt, dass ein Urteil absolut richtig sein muss, nur, weil es jemand abgegeben hat, der eine Materie gründlich zu kennen glaubt. Maßgebend sind vielmehr die geistigen Fähigkeiten des Urteilenden, die unter Umständen durch seelische Einflüsse, z. B. subjektive Einstellung zu einer Angelegenheit, genau das Gegenteil einer richtigen Erkenntnis konstatieren können.

Abstand haben! Aus der Entfernung ist vieles besser zu übersehen!

Von Bedeutung ist das richtige Urteil vor allem bei der Beurteilung der Handlungsweise und der Leistungen unserer Umgebung. Hier heißt es unter allen Umständen ganz objektiv zu sein. Wie Sie wissen, urteilt der Alltagsmensch nur nach den Handlungen und dem äußeren Schein.

Wenn Sie andere richtig beurteilen wollen, müssen Sie in erster Linie die Beweggründe ihrer Handlungen untersuchen.

Vor dem „Schein" der Dinge hüten!

Wenn Sie auch feste Begriffe über Moral, Tugend, Empfinden, guten Ton, Geschmack usw. haben, so dürfen Sie trotzdem diese Begriffe nicht ohne weiteres bei anderen voraussetzen, da Sie ja nicht wissen, wie der andere zu diesen Dingen steht. Maßgebend sind hierbei z. B. der Bildungsgrad, die Erziehung und die Lebenserfahrung des anderen.

Sie würden bestimmt manchen Fehler Ihrer Nächsten milder beurteilen, wenn Sie die wahren Ursachen der Fehler kennen würden.

Wer richtig urteilen will, muss weise sein. Weisheit aber ist der Ausdruck eines höheren Denkens, das nicht nur die materielle, sondern auch die seelische Welt umfasst.

Der Weise versetzt sich bei der Beurteilung der Handlungen und Äußerungen eines anderen in dessen seelische Verfassung; nur dadurch kann ihm das rechte Urteil kommen.

Denken Sie an Sokrates, dessen Erkenntnissatz an dieser Stelle nochmals erwähnt sei: ***„Tugend gründet sich auf Wissen."*** Schließen Sie nicht von sich auf andere, bevor Sie nicht wissen, wo der andere geistig steht.

Tugend gründet sich auf Wissen.

Von großer Wichtigkeit ist das Urteilsvermögen in solchen Fällen, wo die Wirkung einer Ursache im Voraus beurteilt werden soll. Auch hierbei ist die Anwendung des Erfahrungswissens von ausschlag-gebender Bedeutung. Aber wie gesagt, Wissen allein ist noch nicht alles, wenn nicht logische Überlegung es so fügt, dass sich daraus die richtige Erkenntnis ergibt.

Vorausbeurteilung einer Wirkung ist mit Vorausberechnung des Erfolges identisch. Kein weit blickender, klar urteilender Theaterdirektor

wird ein Stück auf den Spielplan seines Programms setzen, von dessen guten Wirkungen er nach seinen Erfahrungen nicht voll überzeugt ist; kein kluger Geschäftsmann wird eine Werbeaktion starten, die nach den Erfahrungen keinen Erfolg verspricht; kein einsichtsvoller Pädagoge wird ein Erziehungssystem anwenden, das sich nicht gründlich bewährte.

Immer nach gründlicher Überlegung urteilen! Sich nicht verführen lassen von egoistischen Gedanken und Gefühlen.

So sollte es in jedem Falle sein, wo der Aufwand an Mühe, Zeit und Geld nicht vergeblich sein soll. Darum steigern Sie Ihre Urteilskraft! Üben Sie sich in der richtigen Beurteilung der verschiedensten Dinge und vergleichen Sie nachher Ihre Meinung mit dem Urteil der Menschen, die Sie für den Einzelfall als kompetent erachten.

Urteilen Sie aber in jedem Falle mit gründlichster Überlegung und begründen Sie Ihr Urteil durch Erkenntnisse und Beweise, die stichhaltig sind.

Sehr wertvoll ist es, diese Begründung schriftlich vorzunehmen und in der Kartei des Wissens festzuhalten, wie das übrigens schon empfohlen wurde. Stimmt Ihr Urteil über eine Sache mit dem Urteil einer maßgebenden Persönlichkeit nicht überein, so müssen Sie immer bereit sein, Ihre Ansicht zu korrigieren, wenn sich das Urteil des anderen auf größere Erfahrung und bessere Argumente stützt. **Der Kluge beugt sich immer der richtigen Erkenntnis.**

7. Erproben Sie Ihre geistigen Kräfte!

Man muss wagen, sich geistig zu entwickeln!

Wie der Sportler nur durch den Wettkampf die höchste Entfaltung seiner Kräfte erreicht, so ähnlich steht es auch auf dem Gebiet des geistigen Könnens.

Wer nicht wagt, sich zu erproben, erklimmt nie den Gipfel zur geistigen Höhe.

Wohl bilden sich die geistigen Fähigkeiten zuerst in der Stille ernster Arbeit, die unerlässlich ist, um festen Fuß zu fassen, doch das große Ziel wird fast immer nur durch den Kampf mit Widerständen erreicht.

Deshalb haben Sie auch den Mut, sich bei wertvollen Gelegenheiten mit in den Brennpunkt zu stellen! Nicht um zu glänzen, sondern um Ihr Wissen und Können sich selbst zu beweisen.

Durch die Unterhaltung mit geistig höher Stehenden bietet sich hierzu hinreichend Gelegenheit. Debattieren Sie über alles Wissenswerte und Interessante.

Werfen Sie schwierige Fragen auf und versenken Sie sich in die Lösung von Problemen.

Auch hier: Nur richtig machen schafft den Erfolg!

Fast jeden Tag passiert irgendetwas in der Welt, mit dem man sich ernstlich beschäftigen kann. Sprechen Sie über solche Ereignisse und lassen Sie dabei Ihr Wissen in Erscheinung treten. Versuchen Sie, die Stellungnahme der anderen zu erfahren und widerlegen Sie irrtümliche Ansichten durch bessere Erkenntnis. Mit einem Wort: Machen Sie von Ih-

ren geistigen Fähigkeiten Gebrauch und vor allem dann, wenn Sie auf entgegengesetzte Meinungen stoßen. Selbstverständlich muss man, ebenso wie die seine, auch die Überzeugung der anderen achten, aber wenn Sie merken, dass diese grundsätzlich falsch ist, dann sollen Sie nicht davon absehen, geistige Klarheit zu schaffen.

In der Belehrung der anderen bilden Sie sich selbst immer weiter fort. Sie werden erstaunt sein, wie viele neue Gedanken Ihnen bei solchen Gelegenheiten ins Bewusstsein strömen. Das hängt zusammen mit der produktiven Kraft des Unterbewusstseins, das, einmal angeregt, nicht müde wird, immer neue Erkenntnisse zu schaffen.

Natürlich soll mit Vorstehendem nicht gesagt sein, dass Sie sich jemandem aufdrängen, aber man darf auch bei gegebener Gelegenheit nicht eine falsche Bescheidenheit an den Tag legen.

Initiative ergreifen! Sich selbst beim Schopf nehmen und vorwärts und aufwärts führen!

Sie kommen nur in den Brennpunkt, wenn Sie die Initiative ergreifen! Entscheidend ist jedoch nicht das Geschwätz, sondern allein die echte Leistung.

Machen Sie sich Gedanken über kritische Fragen und stellen Sie diese in einem kleinen Kreise vernünftiger Menschen zur Diskussion. Es ist gut, wenn man Ihre Ansichten kritisiert, denn dadurch kommen Sie am besten voran. Man kann sich natürlich auch ganz allein immer weiterbringen, denn es gibt ja genug Bücher und andere Quellen, aus denen man andere Meinungen kennen lernen kann, jedoch können sie die unmittelbare, persönliche Anregung nicht voll ersetzen.

Und dann noch eins zu diesem Punkt: Wenn man mit anderen in ein schöpferisches Gespräch kommt und schließlich durch ein klares Denken Anerkennung findet, steigert sich hervorragend das Selbstvertrauen.

Deshalb suchen Sie Gelegenheit, Ihre geistigen Kräfte zu erproben!

Dass dies alles auch für die politische Initiative Geltung hat, versteht sich von selbst. Wir leben in einer Demokratie. Die Befähigtsten des Volkes machen sich zu Sprechern der andern. Es ist gut, wenn viele Befähigte da sind, um so besser wird man den Willen der Allgemeinheit erkennen und verwirklichen können. Viele kluge Köpfe kommen auf bessere Gedanken, als wenn einer oder ein paar einzelne allein überlegen. Sie haben nicht nur ein Recht, sondern auch die Pflicht, in diesem geistigen Ringen mitzutun, wenn Sie erkennen, dass die Vernunft eine Gasse braucht.

Elihu Burrit

der gelehrte Schmied, schrieb die an das Wunderbare grenzenden Erfolge seiner Sprachstudien nicht etwa angeborenem Genie zu, welches er entschieden ableugnete, sondern einfach der sorgfältigen Benutzung jener unschätzbaren Zeitfragmente, welche man „müßige Augenblicke“ nennt.

Während er sein Brot als Grobschmied verdiente und meist zehn Stunden täglich den Hammer schwang, erlernte er nach und nach ungefähr 40 alte und neue Sprachen. Die fast übermenschlichen Anstrengungen, die er gleichzeitig Körper und Geist zumutete, hatten häufig Kopfschmerz und andere Beschwerden zur Folge; dennoch schonte er sich nicht.

Sein Tagebuch aus dem Jahre 1837 gibt davon einen merkwürdigen Beleg. In diesem Tagebuch finden sich folgende Aufzeichnungen:

„Montag, 18. Juni: Kopfschmerz; 40 Seiten von Couvier's Theorie der Erde, 64 Seiten Französisch gelesen, elf Stunden geschmiedet. Dienstag: 65 Zeilen Hebräisch, 30 Seiten Französisch, 10 Seiten Couvier's Theorie, 8 Zeilen Syrisch, 10 Zeilen Dänisch, 10 Zeilen Böhmisch, 9 Zeilen Polnisch gelesen, 15 Namen von Sternen auswendig gelernt, 10 Stunden geschmiedet. Mittwoch: 25 Zeilen Hebräisch, 50 Seiten Astronomie gelesen, 11 Stunden geschmiedet.“

Dabei ist der Mann sehr bescheiden und schlägt seine Leistungen durchaus nicht hoch an. Er schrieb einem Freunde:

„Wer meinen Charakter von Kindesbeinen an gekannt hat, wird meine Aufrichtigkeit nicht in Zweifel ziehen, wenn ich sage, dass es mir niemals in den Sinn gekommen ist, mich mit irgendwelchen meiner Leistungen zu brüsten ... Alles, was ich schon erreicht habe oder noch zu erreichen hoffe, schulde ich und werde ich schulden jenem mühsamen, geduldigen und beharrlichen Prozess des Wachstums, welcher den Ameisenhügel häuft, Teilchen zu Teilchen, Gedanken zu Gedanken, Tatsache zu Tatsache fügend.

Und wenn jemals der Ehrgeiz die Triebfeder meiner Handlungen gewesen ist, so reichte deren höchstes und wärmstes Trachten nicht über die Hoffnung hinaus, den jungen Leuten meines Vaterlandes ein Beispiel zu geben, wie sie jene unschätzbaren Bruchstücke (Fragmente) der Zeit, “müßige Augenblicke“ genannt, anzuwenden haben.“

XI. Teil
Der Denkschlüssel

Denkdisziplin zur Folgerung der unbekannten Ursachen und Gründe eines Erfolges

„Was haben wir denn schon getan für uns, um aus Oberzeugung sagen zu können, dass wir zu großem Schaffen nicht befähigt seien?
Wie der Arm uns gehorcht, wenn wir ihn trainieren, so gehorcht uns auch das Hirn. Wir müssen es nur darauf ankommen lassen!“

Auch hier wieder: Richtig machen = Erfolg! Falsch machen = Misserfolg!

Meine verehrten Leserinnen und Leser! Schon oft haben wir davon gesprochen, dass ein Erfolg nur möglich wird, wenn wir ihn in seinen Ursachen richtig begründen. Deshalb stellten wir uns konsequent auf den Standpunkt unserer Erfolgsformel und legten auf den verschiedensten Gebieten des Lebenserfolges und der Lebenskunst die Erfolgsvoraussetzungen bloß. Nun ist es aber so, dass es unmöglich ist, für alle Gegebenheiten des Lebens und für jeden einzelnen Fall des Handelns einen speziellen Hinweis für die Praxis zu geben. Für diese Fälle müssen wir eine Methode haben, durch deren Anwendung es möglich wird, aus eigener Überlegung die richtigen Erfolgsursachen festzustellen bzw. zu folgern.

Eine solche Methode muss bewirken, dass unsere Denkmaschine vollkommen logisch arbeitet, denn allein der logische Schluss ist das Mittel zum Offenbarwerden unbekannter Zusammenhänge.

Grundsätzlich ist es so, dass wir aus der schöpferischen Kraft der inneren Wesenheit zur rechten Erkenntnis kommen. Insofern ist auch die Intuition, die Eingebung vonseiten des Unterbewusstseins, die Ursache der höchsten genialen Leistung. Doch damit die innere Kraft sich betätigt und überhaupt auf einem bestimmten Erkenntnisgebiet zu wirken beginnt, müssen wir erst oberbewusst, d. h. mit voller Überlegung und Sammlung die Tätigkeit der Geistesmaschine in Gang bringen.

Aus guter Gewohnheit logisch denken lernen.

Um es ganz klar zu sagen: Durch eine bewusste Erziehung unseres oberbewussten Denkens zur Logik erziehen wir gleichzeitig auch unser Unterbewusstsein.

So kommt es, dass wir selbst im Schlaf logisch denken können, d. h. ohne besondere Absicht und einfach aus guter Gewohnheit. Im übrigen ist es ja so, dass das Unterbewusstsein überhaupt die Aufgabe hat, uns bzw. unserem bewussten Denken so viel wie möglich alle Arbeiten abzunehmen.

Nur im Anfang einer Arbeit, gewissermaßen zur Ankurbelung, zur Anlernung des Unterbewusstseins, haben wir mit voller Überlegung und bewusster Konzentration zu arbeiten. Streng genommen macht ja unser Oberbewusstsein eine Arbeit sowieso nie allein, das kann es ja auch gar nicht, denn die Funktionen zur Ausübung einer Tätigkeit, auch der einfachsten, ruhen ja immer in der Wirkungsebene des inneren Menschen. Wir ergreifen mit unserem bewussten Denken darum nur die Initiative, indem wir bewusst oder gefühlsmäßig den Befehl zum Aufbruch unserer Kräfte erteilen.

Was dazu notwendig ist, haben wir schon weitgehend erkannt. Wir müssen für das, was wir wollen, größtes Interesse haben und uns für die jeweilige Leistung begeistern. Dennoch braucht der Geist eine Anleitung, die bewirkt, dass ihm das Bewusstsein für die eigene Leistungsfähigkeit aufgeht. Demzufolge ist das Wissen, welches wir ihm vermitteln, das geistige Baumaterial zur Herausstellung und Offenbarung der eigenen Größe.

Mit den einfachsten Sinneswahrnehmungen beginnt das geistige Erwachen, mit der Empfindung von Licht und Dunkelheit, Wärme und Kälte, Stille und Geräusch. Langsam formt sich daraus das aufdämmernde Verständnis für die körperliche Welt, um, durch die Ansammlung von Millionen von Einzeleindrücken, schließlich den geistigen Mechanismus soweit zu betätigen, dass auch das seelische Geschehen Verständnis finden kann.

Nicht nur durch eigene Erfahrungen lernen wollen!

Es ist ein langer Weg, den unser inneres Wesen bis zur Menschwerdung durchmacht, ein Weg, der millionenfach zwischen Täuschung und Wahrheit hin und her führt.

Und ein besonders langer, wenn wir allein durch eigene persönliche Erfahrung klug werden wollen. Diesen Weg ganz gewaltig abzukürzen ist die Aufgabe der bewussten Lebensführung. Dies bedingt den vollen und richtigen Gebrauch der Denkmaschine.

Durch planmäßiges Vorgehen, wie wir es kennen lernten, erlangen wir tiefe und umfassende Einsichten in die Wirklichkeiten des Lebens, befreien uns von allen Phantastereien und Illusionen und lernen so das Leben meistern aus rechter Erkenntnis.

Doch nun zu unserer Methode. **Der Zweck ist klar: Die Methode soll bewirken, dass wir auch zu solchen Ursachen-Erkenntnissen kommen, die für den einzelnen Fall nicht angegeben werden können, insbesondere soll unsere Denkmaschine zur Logik erzogen werden.**

Zur Einführung in die Lehren der Lebensbemeisterung stellte ich die Zielklarheit und dem vorausgehend, die Gedankenklarheit unter besondere Betrachtung.

Es wurde gesagt: ***„In allem, was wir vorhaben; müssen wir uns vor Beginn restlos über das jeweilige Ziel klar sein."***

Dies bedingt, dass wir uns vor allem auch über alle Begriffe, und zwar bis zur letzten Auslegung, vollkommen klar werden müssen, mit denen unser Geist zu arbeiten hat bzw. arbeiten soll. Mit unklaren Begriffen kann der Geist nichts anfangen, sie sind tot, genauso wie alle Gedächtniseindrücke, die keine Beziehung zum Leben haben.

Begriffsklarheit ist das A und O zur Entfaltung des geistigen Vermögens.

Unbekannte Begriffe, d. h. in ihrem Inhalt nicht erfasste Begriffe, sind leere Begriffe, durch die wir zu keiner Erkenntnis kommen können. Darum ist auch die erste Stufe zur Erkenntnis immer die, dass wir zunächst einmal ganz eingehend das Baumaterial des Geistes, also die zum Bauen einer Erkenntnis notwendigen Begriffe sorgfältig studieren.

Jede Oberflächlichkeit rächt sich bitter, und wenn es so viele Menschen gibt, die einfach eine Sache geistig nicht verdauen können, so liegt es fast immer nur an einem unvollkommenen Erfassen bestimmter Begriffe. Das Erkenntnisvermögen weigert sich einfach zu arbeiten, oder richtiger, kann einfach nicht arbeiten, wenn die Vorbedingungen nicht erfüllt sind.

Es hieße ein Pferd beim Schwanz aufzäumen, wollte man ohne aller-

strengste Beachtung dieser entscheidenden Voraussetzung auskommen. Ohne vollkommene Klarheit des Geistes ist nichts zu machen!

Unsere Erfolgsformel heißt: Richtigmachen = Erfolg; Falschmachen = Misserfolg.

Unsere Erfolgsformel heißt:
Richtigmachen = Erfolg; Falschmachen = Misserfolg.

Um irgendetwas aber richtig machen zu können, muss richtiges Denken vorausgehen. Kein Mensch würde bei der Erlangung des Erfolges einen Fehler machen, wäre er sich im Augenblick einer Erfolgshandlung vollkommen klar über die Folgen. Jeder glaubt das richtig zu machen, was er tut, bis sich durch das Fehlresultat der Irrtum herausstellt. Da der Erfolg kausalgebunden ist, kann das ja auch gar nicht anders sein.

Der Schlüssel zur logischen Folgerung

Richtig denken, eine Sache die man lernen muss.

Es ist wichtig, dass wir unsere Forderung nach restloser Begriffsklarheit auch auf den Begriff „Logik" zur Anwendung bringen, denn wie sollten wir zum logischen Denken kommen, ohne nicht ganz genau zu wissen, was wir darunter zu verstehen haben. Bitte hier ist zunächst die allgemeine Definition: **Logik ist die Lehre von den Gesetzen des richtigen Denkens.**

Logisch heißt somit: Denk richtig! Bitte graben Sie diese Erklärung ganz fest in Ihr Gedächtnis ein: logisch = richtig; falsch = unlogisch.

Es ist nicht schwer, jetzt zu erkennen: Ein erfolgreicher Mensch ist ein logisch denkender, ein Pechvogel und Unglückswurm ein unlogisch denkender Mensch. Das muss zwar nicht in jedem Falle zutreffen, trifft aber meistens zu. Nun die weitere Erklärung: Es kommt also darauf an, richtig zu denken. Mit dem Begriff „richtig" können wir nur wenig anfangen, wenn wir ihn nicht ebenfalls erklären, zerlegen und ausdeuten. Hierbei lernen wir ein wichtiges Hilfsmittel erfolgreicher Denkarbeit kennen: **den Denkschlüssel.**

Dieser Denkschlüssel bzw. seine Anwendung ist die Methode zur Erzielung einer logischen Arbeitsweise der Denkmaschine, welche wir einleitend forderten. Bitte verfolgen Sie, wie ich Ihnen den Begriff „Logik" erkläre und nahe bringe, damit Sie mit dieser Erkenntnismethode umgehen lernen: Mit dem Begriff „richtig" können wir also nur wenig anfangen, untersuchen wir ihn daher auf seine Beziehungen zur Umwelt.

Wir fragen: Die Anwendung des Denkschlüssels gebietet, immer zu fragen, und zwar so lange, bis ein Gegenstand oder eine Kausal-Reihe, d. h. die Ursachenverbundenheit von Wirkungen, Gegenständen und Wirkungen, ganz klar und zweifelsfrei herausgestellt wurde.

Was ist „richtig"?

Wenn wir etwas nachdenken und dieses Wort nach allen möglichen Seiten wenden und von allen erdenklichen Seiten mit unserem Erfahrungswissen in Beziehungen setzen (Erfahrungswissen ist dasjenige Wissen, das wir mit unseren Sinnen, durch Beobachtung, Nachprüfung, wie

überhaupt durch den Ablauf der Ereignisse usw. als tatsächlich zu Recht bestehend erkannt haben), kommt uns folgende Gedankenreihe:

Was ist richtig? Was ist darunter zu verstehen?

„**Richtig**" muss mit „**Ordnung**" im Zusammenhang stehen, also einer Ordnung entsprechen! Was kann ich alles „**richtig**" machen? Zum Beispiel „richtig schreiben", darunter verstehen wir, sich an eine ganz bestimmte, feststehende Schreibregel halten.
Weiter kann ich „richtig" bauen. Auch hier spielen ganz bestimmte Regeln bzw. Gesetze eine Rolle, denn baue ich **nicht richtig**, wird das Haus schief und wird darum einfallen.
„Richtig" kann ich auch auf die Ernährung des Körpers anwenden. Mache ich es falsch, verstoße ich ebenfalls gegen ganz bestimmte Gesetze, und die Gesundheit bzw. der Körper kommt in Gefahr.

Damit haben wir schon Beispiele genug, um zu erkennen, welche besonderen Inhalte und welche besondere Bedeutung dem Begriff **richtig** zukommen. Dies zu erkennen, war der Zweck dieses Nachdenkens.
Setze ich nun den klar erkannten Begriff „richtig" mit dem Begriff "logisch" in Beziehung, so weiß ich jetzt ganz genau, zumindest in der Erscheinungswelt, was mit Logik und „logisch" gemeint sein muss.
Erkannten wir vorhin diesen Begriff als „Richtigdenken", so ist uns jetzt klar, dass damit ein Denken nach einer Gesetzmäßigkeit bzw. nach einem Ablauf gemeint ist, der ganz streng den naturnotwendigen Zusammenhang von Ursache und Wirkung bei allen Erscheinungen und Geschehnissen berücksichtigt.
Nach diesem Ablauf muss unser Denken funktionieren. Das ist das Gesetz, nach dem die Denkmaschine nicht nur bewusst, sondern auch unbewusst arbeiten muss. „Richtigmachen" und „Richtigdenken" sind immer unlösbar mit der genauen Kenntnis aller Einzelheiten, Gesetzmäßigkeiten, Eigentümlichkeiten und Bezüglichkeiten der Gegenstände unseres Handelns bzw. unseres Denkens verbunden. **Das heißt: Nur was ich weiß und ganz genau kenne, kann ich richtig machen!**

Die Unerlässlichkeit eines guten und umfassenden Erfolgs-Wissens.

Darum ist es auch ganz selbstverständlich, dass nur der den größten Erfolg im Leben haben kann, der sein Erfolgswissen auf das Gewissenhafteste und Sorgfältigste ausbildet.
Das Fehlen auch nur eines einzigen Bausteines im Gesamtgebäude des Wissens kann es zum Einsturz bringen, und es ist darum wirklich wahr, was ich früher sagte: Die meisten Fehler des Lebens werden nur aus Unwissenheit gemacht! Aber alles Wissen ist trotzdem für die Katz, wenn es nicht logisch und dadurch schöpferisch verarbeitet wird.

Der nachfolgende Aufbau zeigt, wie der Weg aussieht, der zum richtigen, also logischen Denken führt:

1. Stufe: Schaffung eines umfassenden Wissens über das Gebiet, auf dem man zu bestimmten Überlegungs- bzw. Erkenntnissergebnissen kommen will.

2. Stufe: Durchdringung des zusammengetragenen Wissens bis zur völligen Klarheit über jeden einzelnen Begriff.

3. Stufe: Durch die erlangte Begriffsklarheit weiter vorwärts zur vollkommenen, genauesten Zielklarheit (man muss eindeutig wissen, was man will) und zur logischen Verknüpfung der herausgestellten Begriffe.

Die Grundlage bildet in jedem Falle also das Wissen. Der zweite Schritt ist die Ordnung des Wissens. Das wird erreicht durch eine gründliche Klarheit über alle Begriffe, wodurch wir dann zur Zielklarheit und von da zum erfolgrichtigen, erfolggerechten Denken kommen.
Richtigmachen = Erfolg - Falschmachen = Misserfolg!
Diese Erfolgsformel gilt ganz besonders auch hier. Nur die genaue Einhaltung des vorgezeichneten Weges führt zum Ziel! Bitte, halten Sie sich das ständig vor Augen und glauben Sie nicht, dass Sie in den ungeklärten Fragen des Erfolges auf einem anderen Wege zur Klärung und Lösung kommen.

Methodisch Ursachen und Fehler finden.

Nun kommen wir noch zu den Richtpunkten unseres Denkschlüssels. Wir verstehen darunter also die Methode, mit der wir zu arbeiten haben, um in allen ungeklärten Erfolgsfragen die richtige Antwort zu finden. Es ist die Denkmethode, durch die wir alle bisher erkannten Erfolgspunkte über Zielklarheit und Logik berücksichtigen.
Es müssen sechs Punkte beachtet werden, die nachstehend ausgeführt sind. Bitte, machen Sie sich diese Punkte gründlich zu eigen und verbinden Sie die daraus sich ergebenden Einsichten mit allen grundsätzlichen Ausführungen über die Gedankenklarheit.
Wenn Sie bis heute an diszipliniertes Denken nicht gewöhnt waren, darum aber auch nicht sonderlich schöpferisch sein konnten, so wird sich der Denkapparat zunächst weigern, nach festen, geordneten Richtlinien zu arbeiten. Trotzdem muss er natürlich aus dieser Schlamperei heraus.
Nur ein absolut logisch arbeitendes Denkvermögen befähigt zu Großleistungen im schöpferischen Denkprozess!
Wenn Sie Schwierigkeiten bei der Durcharbeitung dieser Fragen haben, so bleiben Sie dennoch fest. Ich verspreche Ihnen, dass Sie ganz bestimmt zu größter geistiger Klarheit kommen, wenn Sie genau so vorgehen, wie es nachstehend angegeben ist.

Der Denkschlüssel

Das planmäßige Vorgehen beim Aufsuchen, Herausfinden bzw. Folgern einer neuen Erkenntnis oder Erfolgsursache.

1. Zergliederung aller bei einer Denkleistung, also bei einer Überlegung mitwirkenden und in Beziehung stehenden Begriffe bis zur letzten greifbaren Klarheit.

2. Untersuchung, Nachprüfung und richtiger Aufeinanderbau der einzelnen Denkglieder, angefangen beim einfachsten Grundbegriff.
(Es muss vor allem die Reihenfolge, d. h. die Aufeinanderfolge der Begriffe, richtig, also zweckrichtig sein. Bei einem Hause kommt erst das Fundament, also das Allerunterste, dann das Erdgeschoss, dann das Zwischengeschoss und dann erst das Dach. So ist die zweckrichtige Aufeinanderfolge von Erdgeschoss, Zwischengeschoss usw. beim Bau eines Hauses. Der Zweck bzw. das Ziel ist also das Haus. Nach seinen Gesetzen, Eigenarten usw. hat sich die Aufeinanderfolge zu richten.
Genau so ist grundsätzlich auch bei jeder anderen Überlegung vorzugehen! Stets müssen alle Überlegungen vom Zweck aus bestimmt werden. Daher die Notwendigkeit genauester Zielklarheit.)

3. Dann erst langsames Vorgehen im spekulativen Denken und in der Ursachenuntersuchung!

4. Sofort Halt im Denkprozess und in einer Gedankenkette wieder zurück zum Ausgangsbegriff, sobald sich die geringste Unklarheit nicht klären will.

5. Eiserner Grundsatz: In allen wichtigen Fällen sich niemals mit Schein-Erklärungen zufrieden geben, sondern immer auf den möglichst greifbaren bzw. beweisbaren Grund sehen.

6. Ständige Kontrolle der unbewussten Denkarbeit! Die Denkmaschine muss dauernd überwacht werden. Wir laufen Gefahr, dass sich bei ungenügender Aufmerksamkeit Scheingründe, herrührend aus Fremdeinflüssen und früherer falscher Erkenntnis in den Denkprozess einschalten.

Ergänzende Überlegungen

Nicht was man meint, sondern was tatsächlich ist!

In allen Fällen des Erfolges kommt es nicht darauf an, was irgendjemand über eine Sache meint, sondern einzig und allein darauf, was richtig ist!
Wir müssen uns gründlich abgewöhnen, in Sachen des Erfolges mit dem Kopf durch die Wand zu wollen! Es geht nun mal nicht, und immer verlangt der Erfolg strengste Anerkennung seiner Gesetze. Dies bedeutet aber nichts Geringeres, als dass wir uns von allen falschen Meinungen über die Erlangung des Erfolges gründlich kurieren müssen. An sich leuchtet das ein, denn jedes Kind kann ja begreifen, dass tatsächlich nur das Erfolg bringen kann, was richtig gemacht wird.
Und doch ist ein Haken bei der Sache: In vielen Fällen wissen wir gar nicht, dass wir eine falsche Meinung, eine falsche Ansicht in unserem Handeln betätigen.
Im Gegenteil, wir schwören sogar darauf, dass wir im Recht sind, bis

wir dann im Resultat unseres falschen Handelns die Bescherung erleben. Man merke sich: Jeder Mensch hat zu wählen zwischen Klugheit und Verbohrtheit. Entweder wir handeln so, wie es die Gesetze des Erfolges gebieten, das bedeutet Klugheit oder wir machen alles nach unserem eigenen Kopfe, und zwar ohne uns um die Erfolgswissenschaft zu kümmern.

Es gibt zwei Wege zur Lebensklugheit: Den Weg des Erkennens, Durchforschens und Studierens und den Weg der traurigen, mühseligen Erfahrung.

Es gibt zwei Wege zur Lebensklugheit: Den Weg des Erkennens, Durchforschens und Studierens und den Weg der traurigen, mühseligen Erfahrung.

Leider gibt es immer noch eine Anzahl Leute, die meinen, der letzte Weg, also der Weg durch mühselige Erfahrung, sei der Richtigere, und in dieser tatsächlichen Verbohrtheit rennen sie tagaus und tagein fortgesetzt gegen Mauern. Wenn wir so viel Wert auf Gedankenklarheit legen, so zeigt sich auch hier sehr genau, warum. Untersuchen wir einmal die Situation mit ganz klarem Kopf.

Beispiele für den Gedankengang im Sinn des Denkschlüssels!

Wie ein Mathematiker ganz nüchtern denken!

Also was wollen wir?

- *Ein glückliches, frohes, erfolgreiches Leben führen!*

Wodurch erreichen wir das?

- *Durch folgerichtiges Vorgehen, Handeln und Verhalten nach den Gesetzen, die beachtet werden müssen, um glücklich, erfolgreich und froh zu werden!*

Worauf kommt es also an?

- *Auf die Gesetze des Erfolges, die vorhanden sein sollen, und die man beachten muss!*

Wie kann ich zunächst Kenntnis dieser Gesetze erlangen?

- *Kenntnis hängt mit fassen, begreifen, erfahren, erleben zusammen. Also durch eine Beobachtung meines Lebens, durch meine Erfahrung vermag ich diese Kenntnis zu erlangen.*

Wissen und Wissen ist eben nicht immer das selbe!

Ist das ganz gewiss und wie lange dauert das?

- *Nein, es ist nicht ganz gewiss, denn wenn ich nicht richtig beobachten kann, kommt mir auch nicht die Kenntnis. So kann es sein, dass wir schon zu einer einzigen Erfahrung unser ganzes Leben nötig haben, um endlich daraus zu lernen.*

So ist also das Klugwerden durch eigene Erfahrung zweifelhaft?

- *Ja, das ist es bestimmt, denn wir wissen nicht genau, ob uns unser Lebensablauf zum Klugwerden aus Erfahrung überhaupt Gelegenheit bietet.*

Also ist es ein Lotteriespiel, weil wir im Vorhinein die Chancen und Nieten nicht kennen?

- *Ja, wir müssen aber doch unter allen Umständen die Kenntnis der Erfolgsgesetze erlangen, weil wir nur dann das Leben bewusst gestalten können, wenn wir genau wissen, wie wir uns zu verhalten haben.*

Gibt es daher noch einen anderen Weg zur Erlangung des notwendigen Wissens?

- *Ja, den Weg, den auch die Wissenschaft beschreitet. Es ist der Weg des Studiums der bisherigen Gesamterfahrungen über ein Wissensgebiet.*

Kann man denn eigene Erfahrungen durch Wissen ersetzen?

- *Ja, unbedingt, jedoch nur, wenn dieses Wissen auch wirklich gewusst wird.*

Wieso,- besteht denn ein Unterschied zwischen Wissen und Wissen*?*

- *Auf jeden Fall! Es gibt viele Leute, die sagen wohl, sie wissen und beweisen auch durch ihr Reden, dass sie wissen, und doch wissen sie im Grunde nicht, weil sie nicht danach handeln! Hierauf allein aber kommt es an, wenn ein Erfolg eintreten oder ein Misserfolg verhütet werden soll. Wenn irgendeine Weisheit wirklich gewusst wird, dann steckt sie mir so tief im Blut, dass ich einfach danach handeln muss!*

  Fehler machen wir immer nur, weil uns die Folgen unserer Handlungen nicht gegenwärtig sind!

  Hier der Beweis: Würden Sie je auf den Gedanken kommen, eine Dynamitstange in Ihrem Kachelofen zu verbrennen?

Ganz ausgeschlossen!

Auf das <u>geglaubte</u> Wissen kommt es an!

- *Ja und warum nicht? Weil Sie auch ohne eigene Erfahrung das Bild einer grauenhaften Verwüstung Ihrer ganzen Wohnung vor Augen haben! Und nur dieses „absolute Wissen der Folgen" hält Sie vor dieser Tat zurück. Dieses Beispiel ist zwar etwas krass, aber es zeigt Ihnen genau, was ich meine.*

Also woher hat man dieses Wissen?

- *Aus Berichten, Erzählungen, aus Gelesenem, aus Gelernten!*

Und wie kam es, dass sich daraus ein so klares und einflussreiches Wissen formte, durch das es uns nie einfallen würde, mit dem Dynamit zu spielen?

- *Weil die Berichte und Erzählungen über die Wirkungen des Sprengstoffes unser ungeteiltes Interesse fanden, weil wir uns einfach nach diesem Wissen in unserem Handeln richten müssen, wollen wir uns nicht größten Schaden zufügen und zugrunde gehen.*

  Wir sagten: Fehler machen wir immer nur, weil uns die Folgen unserer Handlungen nicht gegenwärtig sind! Das werden wir jetzt ganz genau verstanden haben, und daraus ergibt sich auch, weshalb die Menschen in den großen Dingen des Lebens eigentlich wenig Fehler machen, desto mehr aber dafür in tausend, ja, zehntausend kleinen Dingen!

  Das Kleine, Unscheinbare erscheint uns zu unwichtig, zu bedeutungslos, und doch ist das ganze Leben und jeder Erfolg wie auch jeder Misserfolg nichts anderes als lediglich eine Verkettung von lauter einzelnen kleinen Dingen!

Die Macht der Kleinigkeiten

So ist die Einstellung und Handlungsweise der Alltagsmenschen:

- Man schneidet sich nicht den Hals durch, aber man bringt sich langsam um durch lauter kleine Verstöße gegen die Gesundheit!

Fragen Sie sich selbst: Es geht doch nur alles, wenn man bereit ist, die Ursachen zu schaffen und zu beachten!

- Man tobt zwar nicht mit Gewalt gegen seine Umgebung, untergräbt aber desto sicherer jede Sympathie durch Nichtbeachtung kleiner und kleinster Erfolgspunkte im Umgang!
- Man wirft sein Geld zwar nicht mit einem Schlag zum Fenster hinaus, doch verplempert man es durch hundert Kleinigkeiten!
- Man will wohl ein großes Ziel erreichen, doch denkt man nicht daran, das dazu erforderliche Wissen und Können durch Kleinarbeit aufzubringen!
- Man will wohl reich werden, doch man achtet nicht darauf, dass der sichere Gewinn zuerst nur aus der Summierung von Pfennigen erwächst!
- Man will wohl eine hässliche Charaktereigenschaft loswerden, vergisst jedoch, dass die Selbstbemeisterung bei dem leisesten negativen Gedankenkeim beginnen muss!
- Man möchte wohl eine bestimmte geistige Fähigkeit erlangen, vergisst jedoch, die kleine, unscheinbare Übung Tag für Tag vorzunehmen!
- Man möchte wohl das überflüssige Fett loswerden und einen gut trainierten Körper haben, doch fällt es einem nicht ein, täglich auch nur fünf Minuten Körperschulung zu treiben – statt dessen greift man zu den verschiedensten Pillen und Pülverchen, die alles versprechen, aber nichts halten!
-

Und dann steht man da und wagt zu behaupten, man hätte nur deshalb keinen Erfolg, weil es die Sterne nicht wollten, oder weil man kein Glück habe, oder weil die Kraft nicht reicht und der Wille nicht stark genug sei!

Alles ist im Grunde ganz einfach, man muss nur dieses Einfache tun!

Ausreden, lauter faule Ausreden, hochwerte Alltagsmenschen! Aber wir machen da nicht mit! Diese Einstellung gründet sich natürlich auf Unwissenheit. Unwissenheit von den tatsächlichen Ursachen des Erfolges. Alles Große entsteht aus Keimen, aus dem Unscheinbaren, aus dem Einfachsten und Unkompliziertesten.

Nur darum ist auch der Erfolg im Grunde genommen eine kinderleichte Sache, und nur darum ist es auch möglich, dass ihn ausnahmslos jeder vernünftige Mensch erzwingen kann.

Schwer ist nur jede größere Aufgabe, die wir mit einem Schlage lösen wollen, doch sie wird leicht, wenn wir uns gründlich darauf vorbereiten und sie deshalb zunächst in Unteraufgaben zergliedern und sie etappenweise erfüllen, wie wir das auch bei der Erfolgsplanung lernten.

Für das allgemeine Leben erscheint jedem das selbstverständlich, nur nicht für die Erlangung des persönlichen Erfolges. Dabei steht man auf dem Standpunkt: Entweder man hat Erfolg oder man hat ihn nicht. Dass dieser Standpunkt total falsch ist, wird man jetzt begreifen können, und durch richtiges Vorgehen kann tatsächlich aus dem Pechvogel ein Glückspilz werden.

„Des Menschen Wissen und Macht fällt in eins zusammen, weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt“

In Verlauf unseres Gedankenganges wissen wir nun auch, dass nicht nur die großen Selbstverständlichkeiten des Lebens ausschlaggebend sind, sondern genauso die kleinsten und allerkleinsten Dinge, die ja das Baumaterial alles Großen sind. Und wenn wir von dem Erfolgswissen und den Erfolgserfahrungen sprechen, so sind damit neben den großen auch die allerkleinsten Dinge gemeint, die wir kennen und beachten lernen müssen. Ferner ist uns auch klar, dass wir dieses Erfolgswissen (bis auf unerlässliche eigene Erfahrungen) nicht auf dem Wege eigener Erfahrung, sondern durch Studium uns anzueignen haben. Und des Weiteren, dass dieses Studium so gewissenhaft wie überhaupt nur möglich durchgeführt werden muss.

Tausend kleine Fehler ergeben den Misserfolg! Tausendmal in kleinsten Dingen richtig gehandelt, den unbedingten Erfolg!

Kleinigkeiten, immer nur Kleinigkeiten!

Nur dann wird es uns zum wirklichen Wissen und bewahrt uns vor Fehlern. Denn nur dann hat das erlangte Erfolgswissen einen Wert, wenn wir uns zufolge dieses Wissens in allen Entscheidungen des Lebens genau so klar und eindeutig richtig, d. h. den jeweiligen Erfolgsgesetzen entsprechend verhalten. In klarer Beachtung unserer Erfolgsformel kann das ja auch gar nicht anders sein: Nur Richtigmachen kann Erfolg bringen, und jeder Misserfolg ist stets der absolute Beweis, dass wir irgendeinen Fehler gemacht haben.

Tausend kleine Fehler ergeben den Misserfolg! Tausendmal in kleinsten Dingen richtig gehandelt, den unbedingten Erfolg!

Vollständig klar wird uns jetzt auch sein, dass der Erfolg wirklich leicht zu erzwingen ist, da es im Augenblick immer nur darauf ankommt, Kleinigkeiten zu beachten. Kleinigkeiten, die sich von selbst immer mehr zu einem großen Ganzen zusammenfügen, aus dem dann zwangsläufig und gesetzmäßig der große Erfolg einfach entstehen muss.

Das Fragen nach dem Warum

Bei Fragen nach dem „Warum“ immer beim Einfachsten anfangen.

Zu unseren ganzen letzten Betrachtungen kamen wir durch die erneute Forderung nach Gedankenklarheit. Wir begannen mit der Frage: „Was wollen wir?“

Bei dem dieser Frage folgenden „Frage- und Antwortspiel“ gingen wir unseren früheren Ausführungen über Logik und Begriffsklarheit nach und beachteten damit die wichtigsten Punkte unseres „Denkschlüssels“.

Geistige Klarheit verlangt Fragen und immer wieder Fragen nach dem “Warum“ und dem Grund der Dinge.

Aber nicht sinnloses, sondern nur folgerichtiges Fragen führt zum Ziel. Wollen wir irgendetwas Unbekanntes wissen oder hinter den Zusammenhang einer Sache kommen, fangen wir stets beim Einfachsten und Begreiflichsten an und erst dann, wenn wir uns davon überzeugt haben, dass wir dieses Einfache vollkommen verstehen, fragen wir nach dem Nächstliegenden. Wohlverstanden, nach dem Nächstliegenden.

Keinen Sprung im Fragen machen, sondern folgerichtig, in der Aufeinanderfolge richtig, eine Frage aus der andern entwickeln und mit

der ersten richtigen Antwort und dem Zweck des Fragens in logische Beziehung setzen.

Mag auch manchem das sich recht einfach anhörende, fortgesetzte Fragen und Antworten auf den ersten Blick überflüssig erscheinen, so liegt aber dennoch gerade darin eines der größten Geheimnisse der Gedankenklarheit, der Logik und damit des Erfolges. Das wird sofort offenbar, sobald man sich an die Ausdeutung und Zerlegung einer schwierigen Materie heranmacht.

Erst wenn ich ganz genau weiß, was ich tun muss, um Erfolg zu haben, kann ich erfolgreich vorgehen!

Was wir grundsätzlich begreifen sollen, ist die außerordentliche Leichtigkeit, mit der wir auf diesem Wege zu den Ursachen des Erfolges kommen. Wir müssen uns nur die Mühe nehmen, beim Folgern und Überlegen richtig vorzugehen. Als Ergebnis unseres Nachdenkens wollen wir ständig vor Augen haben:

Erst wenn ich ganz genau weiß, was ich tun muss, um Erfolg zu haben, kann ich erfolgreich vorgehen!

Hiermit, mein verehrter Leser, wollen wir diese wichtigen Ausführungen über den Denkschlüssel beschließen. Erinnern will ich noch daran, dass wir zur Sammlung und Bearbeitung des Wissens selbstverständlich die Kartei des Wissens und auch das Zettelsystem benutzen. Im übrigen bilden die Ausführungen dieses Kapitels die Fortsetzung und Ergänzung aller Darlegungen über die geistige Arbeit des positiven Tatmenschen.

Nutzen Sie die Erkenntnisse, meine verehrten Leserinnen und Leser, Sie erzielen erstaunliche Leistungen.

XII. Teil
Die geistigen Ursachen der Ausdauer
Überwindung der Unlust - Ring der Leistungssteigerung

„Kein Segen kommt dem der Arbeit gleich, und nur der Mensch,
der sein ganzes Leben lang mit Leib und Seele gearbeitet hat,
kann sagen: Ich habe gelebt!“
(Johann Wolfgang von Goethe)

Meine verehrte Leserin, mein verehrter Leser! Der VI. Teil, das Kapitel über die bewusste Lebensführung, wurde mit einem sehr wichtigen Ausspruch von **Francis Bacon** eingeleitet: ***„Der Menschen Wissen und Macht fällt in eins zusammen, weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt!***

Kein „Erfolgs-Möchter" sein, sondern wirklich ein positiver Tatmensch!

Jawohl, Unkenntnis, und wir wissen auch warum, weil wir tatsächlich nur dann richtig handeln können, wenn wir wissen, was wir zu tun haben. Diese Feststellung zieht als roter Faden durch unsere ganze Schulung, und immer wieder sagten wir uns deshalb: Nur Richtigmachen schafft Erfolg, Falschmachen unbedingt Misserfolg. In enger Beziehung steht diese Erkenntnis auch mit den Ursachen der Ausdauer.

Es gibt Menschen, die ich als **Erfolgsmöchter** bezeichne. Diese Menschen wollen wohl gern Erfolg haben und sie studieren auch seine Ursachen, doch kommen sie nie zu positiven Taten. Die Taten allein sind es aber doch, die uns befreien und emporheben.

Fangen diese „Erfolgsmöchter" wirklich einmal an zu handeln, so geraten sie bei der ersten Schwierigkeit schon wieder ins Stocken. Damit ist an ein Weiterkommen natürlich nicht zu denken, denn ohne ausdauerndes Vorwärtsstreben auf gleicher Wegstrecke gibt es keinen Fortschritt. Da leider sehr viele an dieser mangelnden Ausdauer leiden - es ist wirklich ein Leidenszustand - ist es erforderlich, die Ursachen dieses Übels klar zu erkennen.

Dass mangelnde Ausdauer eine **Hemmung des Erfolges** ist, ist einleuchtend, dass diese Hemmung jedoch meist die Auswirkung einer regelrechten seelischen Hemmung ist, wissen nur wenige. Analysieren wir den Zustand eines Menschen, der an diesem Übel leidet, so stellen wir regelmäßig eine Lustlosigkeit fest, die sich einstellt, wenn eine bestimmte Tätigkeit - körperlich oder geistig - ausgeübt werden soll. In Verbindung damit tritt eine mehr oder minder starke körperliche Ermüdung auf. Diese Ermüdung kommt jedoch nur in ganz seltenen Fällen unmittelbar durch die jeweilige Arbeit, sondern sie tritt einfach ein, wenn wir keine ***Lust*** mehr haben.

Lustlosigkeit und körperliche Ermüdung.

Als erstes gilt es darum auch festzustellen, dass wir in dieser Ermüdung keine echte Ermüdung des Körpers vor uns haben, sondern vielmehr ein Streiken des Körpers. Er will einfach nicht, er versagt, und zwar, weil seine Herrin, die Seele bzw. unser innerer Mensch versagt. Das geht soweit, dass wir bei einer Arbeit - vor Faulheit, sagt man - regelrecht einschlafen und sogar ständig einschlafen. Stellen wir uns jedoch auf eine andere Arbeit um oder auf ein - Vergnügen, so ist der Körper sofort wieder da und tut seine Pflicht mit allen Nerven.

Der Körper streikt!

Das Besondere ist aber nun nicht etwa das Eintreten der Müdigkeit und Lustlosigkeit an sich, sondern, dass dieser Zustand gegen unseren guten Willen eintritt, denn wir wollen ja die vorgenommene Arbeit tun, wir wollen ja studieren, wir wollen ja Körperschulung treiben, wir wollen ja ein bestimmtes Ziel erreichen. Dass es nicht immer an der körperlichen

Verfassung liegen kann, wenn wir lustlos und müde werden, ersehen wir daraus, dass wir auf anderen Gebieten, in unserer Berufsarbeit z. B., eine sehr große Ausdauer entwickeln. Ebenso zeigt sich eine große Beharrlichkeit in der Verfolgung unserer Liebhabereien, unserer Steckenpferde.

Beruf und Hobbies!

Bis in den hellen Morgen hinein können wir einen spannenden Roman lesen, stundenlang können wir tanzen und so mancher nächtelang Skat spielen. Nur, wenn es an eine Bildungsarbeit geht, dann wird gestreikt, dann sind wir zu müde, dann haben wir keine Lust. Und das alles, obwohl wir so gerne möchten und uns schon tausend Vorwürfe gemacht haben, dass wir zwar immer wieder wollen, aber nicht handeln. Was ist denn nun eigentlich der Generalnenner für diesen leidigen Zustand?

Die Bedingungen sind nicht erfüllt!

Es gibt nur eine Antwort darauf: Es sind die Bedingungen zu der kritischen Tätigkeit nicht erfüllt, wodurch die Arbeit unserem Geiste und auch unserem Körper einfach zu schwer wird, und nur deshalb tritt die Unlust ein. Ja, zu schwer, obwohl die Arbeit, genau genommen, vielleicht ganz leicht ist.

Beispiel: Einen Brief schreiben.

Denken wir hierbei z. B. an das Schreiben eines Briefes. Ist es nicht so, dass viele Menschen lieber Kohlen schleppen, bevor sie einen Brief schreiben? Man hat eine förmliche Angst vor dem Schreiben, obwohl es doch die einfachste Sache von der Welt ist. Entschließt man sich trotzdem zum Schreiben, vielleicht, weil man muss, dann sitzt man stundenlang am Tische und druckst und druckst und bekommt nur mit größter Mühe ein paar vernünftige Sätze aufs Papier. „Schwerarbeit! Wirkliche Schwerarbeit und nur nicht so schnell wieder ..." Und diese ganze fürchterliche Anstrengung - eine Anstrengung ist es tatsächlich für viele Menschen -, obwohl man nur die gleichen Worte aufzuschreiben brauchte, die man jemandem persönlich sagt.

Aber gerade hier sitzt der Haken. In dem Augenblick, wo man schreiben will, ist der Kopf wie leer und nicht ein einziges Wort, obwohl man alles vorher wusste, will einem einfallen. Wiederholt sich ein solcher Zustand mehrmals, so bleibt ein derartiges Unbehagen im Innern zurück, dass schließlich eine völlige Abneigung gegen das Schreiben eintritt, die sich bis zum Schreibkrampf auswirkt.

Die üblicher Ausrede: Ich komme nicht dazu ...

Und warum?- Ebenfalls nur, weil die Bedingungen zur Erledigung der Arbeit nicht erfüllt wurden. Es ist eine Erfahrungstatsache, dass nur durch derartige Unlustzustände viele sich zum Beispiel andauernd um die Erledigung ihrer Buchführungsarbeiten herumdrücken und tausend Ausreden, auch vor sich selbst, suchen, nur um sie nicht zu machen. Ständig hört man die Ausrede ***„ich komme nicht dazu"***, obwohl man klar nachweisen kann, dass noch viel mehr Zeit als dazu nötig wäre, durch Gespräche oder unwichtige Beschäftigung verloren geht.

Selbstverständlich soll das kein Vorwurf sein, sondern vielmehr Zusammenhänge aufdecken helfen, die jedem von uns den Erfolg erschweren.

Denn genauso, wie die Nichterledigung der Buchführungsarbeiten den Geschäftsmann schädigt, weil sie eine positive Entwicklung seines Unternehmens verzögert, hindern wir durch die Nichterfüllung unserer Erfolgsvoraussetzungen das eigene Vorwärtskommen.

Wir wissen alle: **Nur die Tat entscheidet und die Ausdauer siegt!** Absolut richtig, aber was hilft das, wenn wir die zum Streben notwendige Ausdauer nicht haben und uns dauernd Unlustzustände überkommen, gegen die wir selbst beim besten Willen nicht aufkommen? Denn damit ist es nicht getan, dass wir dem Ratschlag Neunmalweiser folgen, die uns weiter nichts zu sagen wissen als: Reiß dich zusammen! Gewiss, zusammenreißen müssen wir uns, doch reicht leider einfach die Kraft nicht aus, um auf die Dauer dieses Zusammenreißen beizubehalten. Und wenn es einigen dennoch gelingt, so sind das die ganz starken, ganz zähen Naturen, alle anderen fallen um.

Ergebnis: Nur wer einen starken Willen hat, kommt vorwärts und setzt sich durch! Die übliche Ansicht über den Erfolg, mit der wir jedoch glücklicherweise in einigem Widerspruch stehen. Insofern, wie Sie ja wissen, mein verehrter Leser, als wir ja die Erkenntnis und nicht den Willen als die eigentliche Erfolgsmacht ansprechen. Und das mit Recht, denn gerade auch der Mangel an Ausdauer beweist es. Das wird Ihnen klar, wenn wir jetzt an die Bedingungen denken, die bei der Verrichtung einer Arbeit erfüllt werden müssen, und ohne deren Beachtung ja gerade der Unlustzustand und die Ermüdung eintreten. Ich sprach vorhin davon, dass durch Nichterfüllung der Bedingungen die auszuführende Arbeit zu schwer sei. Ja, das ist sie und darum kann auch nur der starke Wille bzw. die starke Konzentration dagegen an und sie bezwingen.

Es ergibt sich daraus diese Folgerung: Sind die Bedingungen erfüllt, ist die Arbeit leicht, wodurch auch ein kleiner oder schwacher Wille sie bezwingt. Verstanden? Ja, bis auf die Bedingungen! Natürlich, denn darüber sprachen wir ja noch gar nicht, obwohl sie ganz leicht zu erfassen sind.

Der gute Wille muss auf Dauer versagen, wenn es nicht gelingt, die inneren Reibungen, die Hemmungen auszuschalten.

Wir haben in unseren früheren Kapiteln, speziell im IV. Teil, **„Das Geheimnis der Erfolgskraft**“, ganz ausführlich das Problem des Willens und der Willenskraft behandelt. Als Haupterkenntnis hörten wir dort: **Willenskraft ist Kraftfreiheit, Willensschwäche Krafthemmung!**

Dieser Satz führt zur Lösung des Rätsels und bestätigt uns auch, dass **Mangel an Ausdauer** und der mit ihr auftretende Zustand der Arbeitsunlust und Ermüdung die Auswirkung einer regelrechten seelischen Hemmung sind. Einer Hemmung, die verhindert, dass die innere Apparatur, aus der die Willenskraft quillt, bzw. durch deren Funktion die Kraft zum Können in Erscheinung tritt, sich voll und ganz auf das Gelingen einschaltet. Hierdurch arbeitet nur unser guter Wille, der die Leistungen der schwer behinderten geistigen Apparatur regelrecht mit Gewalt, d. h. durch stärkste Konzentration erzwingt, bzw. ihr diese Leis-

tungen buchstäblich abpresst. Und nur unter diesen Umständen wird die Arbeit zu einer Quälerei und auf die Dauer undurchführbar.
Dass es nicht an einem **inneren Kraftmangel** liegen kann, beweist die Tatsache, dass wir auf anderen Arbeitsgebieten Leistungskraft und Ausdauer entwickeln. Dessen ungeachtet fühlen wir aber einen Kraftmangel in der kritischen Sache und die Ermüdung bei der betreffenden Tätigkeit tritt ja auch tatsächlich ein. Nur darum ist man ja auch so fest davon überzeugt, dass man etwas Bestimmtes nicht kann und - nie können wird, eben, weil man seine Ohnmacht wirklich fühlt. Daraus ergibt sich dann die Vorstellung von der eigenen Willensschwäche und, dem folgend, ein ganzes Heer von Minderwertigkeitskomplexen.
Trotzdem ist das alles Unsinn, denn man kann auch das, was man erst nicht kann, und sogar ganz leicht kann man es, und zwar in dem Augenblick, wo es gelungen ist, ohne Reibung die innere Apparatur zur Tätigkeit zu bringen. Hierin liegt das ganze Geheimnis, denn ist erst der innere Mensch zur Leistung eingespannt, tut sich jede Arbeit so gut wie von selbst.

Zum Verständnis dieser Zusammenhänge denken Sie einmal an das Laufen. Nun, ist es nicht so, dass die Beine von selbst sich bewegen, wenn Sie mit Ihren Freunden einen Ausflug machen?
Oder denken Sie bei jedem Schritt über die Zusammenziehung der Muskeln nach? Und wenn Sie ermüdet sind, hat da nicht eine flotte Musik sofort Einfluss auf die schwach gewordenen Knochen? Natürlich, natürlich, also muss der Laufapparat zusammenhängen mit dem seelischen Mechanismus. So ist es, und nur aus ihm entspringt auch das "Schwerfallen" des Laufens, wenn Sie es mit Unlust tun.
Dann denken Sie weiter an das Sprechen. Es ist doch so, dass der Mund ganz von allein spricht, wenn Ihnen Gedanken in den Sinn kommen, die Sie einem andern mitteilen wollen. Oder ist es etwa so, dass Sie mit Überlegung und Willensanstrengung den Mund auf- und zumachen und zu bestimmten Vokalen oder Konsonanten formen?

Laufen und Sprechen.

Nein, ganz allein, ganz automatisch geht das alles, und nur ein Stichwort braucht die innere Apparatur, das Unterbewusstsein, um gleich eine ganze Schwadron von Wörtern zu bilden. Vorausgesetzt - aha, jetzt kommen wir dahin, wohin wir wollen - dass wir innerlich nicht gehemmt sind. Noch eins: Haben Sie schon einmal einen Menschen beobachtet, der einen Wutanfall hat und festgestellt, wie ihm, ohne jede Überlegung, Schimpfwort um Schimpfwort aus dem Munde kommt? Wörter, die er später überhaupt nicht gesagt haben will?

Der mit dem „Wutanfall".

Wissen Sie, dass man von einem solchen Menschen sagt: ***„Er weiß nicht, was er tut?"*** Aber er tut doch etwas, wer also tut es? - Das „Innere Ich", das Unterbewusstsein!
Und dann weiter: Glauben Sie, dass eine Kraft, die vollkommen logisch Negatives fertig bringt, wie im vorstehenden Falle das Bilden der Schimpfwörter, nicht ebenso logisch und auch vollkommen von selbst

Positives und Vernünftiges tun kann? Auch das muss zugegeben werden, denn wenn die Beine von selbst richtig laufen, ist das ja auch logisch und vernünftig. Sehen Sie, damit packen wir das ganze Problem bei der Wurzel.

Der innere Mechanismus der Seele und unseres Geistes kann vollkommen selbständig arbeiten, sofern er nur richtig eingeschaltet ist. Dann aber, wenn er von selbst arbeitet, arbeitet er wie im Spiel mit einem Minimum von Kraftaufwand. Und spielt er nicht, dann reiben sich also seine Lager, um es bildlich auszudrücken. Ja, so ist es, und darum müssen wir eben sehen, dass er spielen lernt. Jetzt kommen wir zur Unlust und zu ihrer Beseitigung durch die Erkenntnis, denn die Unlust ist es nämlich, die das einwandfreie Arbeiten der inneren Apparatur verhindert.

Die Arbeit im Spiel!

Doch hierzu die Hauptsache: **Diese Unlust entstammt nicht unserem bewussten Wollen, sondern wird ebenfalls durch den inneren Mechanismus hervorgerufen. Es ist gewissermaßen die Sprache des Unterbewusstseins, das uns sein Nichtkönnen bzw. Gehemmtsein gefühlsmäßig vermittelt.**

Die Ursache dafür ist das mangelnde Erkennen der Leistungsmöglichkeit und der fehlende Impuls zum Schaffen durch die mangelnde Freude und das geringe Interesse.

Wir erleben einen regelrechten Kreislauf der Wirkungen, wie Sie gleich sehen werden. Wir gehen dabei von der Frage aus, ob sich unser Geist zu entfalten vermag (oder auch unser Körper). Diese Entfaltung ist absolut möglich, wenn wir uns ausdauernd mit der Ausbildung unserer Fähigkeiten beschäftigen. Diese Ausdauer, so stellten wir fest, fehlt bei vielen. **Der Grund ist das Unlustgefühl bei der Arbeit und die festgestellte „Schwere" der Arbeit**.

ir erleben einen regelrechten Kreislauf der Wirkungen.

Diese Schwere entsteht, weil sich das „Innere Ich" nicht genügend betätigt. Das „Innere Ich" betätigt sich deshalb nicht, weil kein Impuls durch Freude und Interesse da ist. Weil das „Innere Ich" sich nicht richtig betätigt und Sie trotzdem arbeiten, entsteht das Unlustgefühl, dieses Unlustgefühl lässt die Freude an der Arbeit immer kleiner werden. Die immer kleinere Freude betätigt das Unterbewusstsein immer weniger. Dadurch wird die Hemmung des inneren Mechanismus immer größer, wodurch die Arbeit immer schwerer fällt und das Unlustgefühl stärker und stärker wird, bis schließlich die Arbeit gänzlich aufhört. Sie sehen, ein regelrechter Kreislauf, der mit Sicherheit jede Ausdauer vernichtet, wenn, nun wenn ihm nicht durch die **Macht der Erkenntnis** ein Riegel vorgeschoben wird.

Die Macht der Erkenntnis.

Wie genau das stimmt, erzählt uns das tägliche Leben. Bei 99 von 100 Menschen ist es so: Erst wird eine Sache, die Ausdauer und Arbeit kostet, mit größter Begeisterung aufgenommen. Man geht ran wie ein Be-

sessener und glaubt schon an den Sieg. Dann lässt langsam, erst ganz langsam, das Interesse nach, weil die ersten Anzeichen des Unlustgefühls sich bemerkbar machen, das mangelnde Interesse lähmt den inneren Menschen und verstärkt dadurch die Unlust so, dass schließlich der ganze Plan fallen gelassen wird. Zehntausendmal kann man das beobachten, und nur in den Dingen und Zielen wird standgehalten, hinter denen entweder ein Zwang oder eine echte Erfolgsüberzeugung steht. Apropos, Erfolgsüberzeugung! Das ist es, worauf es uns hier ankommt, meine verehrten Leserinnen und Leser! Sie werden mit absoluter Sicherheit zur ausdauernden Arbeit an sich und der Ausbildung Ihres Geistes kommen, wenn Sie bejahen lernen, dass auch für Sie die Arbeit sich lohnt.

Das Interesse lässt meistens nach, weil man nicht sofort den Erfolg sieht und bedenkt, dass jedes Wachstum Zeit braucht. Also nur Kurzsichtigkeit und wiederum Mangel an Erkenntnis.

Doch weiter: Wann können Sie bejahen? Antwort: Indem Sie sich durch meine Darlegungen hineinführen lassen in die gesetzmäßigen Vorgänge der Entfaltung Ihres Geistes, womit ich Ihnen den Beweis erbringe für die Möglichkeiten, die auch in Ihnen liegen. Folgen Sie meinen Ausführungen recht aufmerksam und leben Sie sich vollständig hinein in die Erkenntnisse eines zielbewussten positiven Lebens, so wird zwangsläufig der Glaube an das eigene Können immer größer und fester werden. Dann aber werden Sie gern mit äußerstem Fleiß an sich arbeiten, weil Sie die großen Vorteile dieser Arbeit klar erkennen. Und das nicht etwa mit einem Empfinden von Anstrengung, sondern ganz spielend und mit größter Genugtuung und Freude. Das ist es ja überhaupt, worauf es ankommt und was erreicht wird durch die Erkenntnis. Auch hierbei haben Sie wieder einen Kreislauf. Diesmal läuft er aber anders herum. Es ist der Kreislauf des großen Schaffens, wie wir ihn nennen können.

Der Ring beginnt mit der Macht der Erkenntnis. Durch sie verschaffen Sie sich die Überzeugung, dass Sie bei ernster Verfolgung Ihrer Ausbildung und Ertüchtigung bestimmt Ihre Leistungsfähigkeit und Ihr Können von Tag zu Tag steigern.

Diese Überzeugung schafft ein großes Interesse an der Ausbildungsarbeit, wodurch sich zwangsläufig das Unterbewusstsein betätigt. Hierdurch fällt die Arbeit immer leichter, was die Liebe zu ihr ständig steigert. Immer konzentrierter und freudiger gehen Sie an Ihre Ausbildung heran, was in steigendem Maße den inneren Mechanismus zu selbständiger Arbeit bringt und schließlich geht alles, alles ganz von selbst.

Auch im „normalsten" Menschen werden große Kräfte frei!

Ganz Außerordentliches wird möglich und auch im einfachsten Menschen werden große Kräfte frei. Das ist ja auch verständlich, denn in uns waltet ja die Natur, und die kann – alles!

Blicken Sie empor zu den führenden Geistern der Menschheit, um ein rechtes Bild menschlichen Könnens zu erhalten. Mancher große Sprachgelehrte spricht, das ist menschenmöglich, über 100 verschiedene Sprachen. Dabei ist der Kopf eines solchen Mannes auch nicht größer als der

Ihre. Beweis dafür, was alles hineingeht in so einen Kopf. Wie ist nur möglich, dass all die vielen Hunderttausende, ja Millionen Einzeleindrücke gedächtnismäßig verarbeitet werden können? Ist es nicht einleuchtend und absolut sonnenklar, dass der Mensch doch noch etwas mehr sein muss als nur Fleisch und Blut?

Glauben Sie mir, ich spreche nicht umsonst soviel von der Seele des Menschen, ich weiß schon warum. Das Gehirn ist nichts anderes als ein fein geartetes Instrument der Seele. Wir bedürfen seiner, aber die Seele selbst ist es nicht. Und der Geist, das ist das Bewusstsein der Seele. Erkennen wir als die Ursache der Seele die göttliche Natur, dann wird uns auch klar, dass wir mit zunehmender Entfaltung unseres Geistes, was einer Evolution, einer Emporentwicklung der Seele entspricht, auch immer Größeres leisten können.

Deshalb begeistern Sie sich an Ihrer Vollendung und streben Sie danach, täglich zu wachsen!

Vielleicht stehen Sie in einer führenden Stellung. Mit höherer Erkenntnis werden Sie eine noch viel größere Verantwortung tragen können als bisher. Wenn Sie in Ihrem Erkennen wachsen, wachsen Sie gleichzeitig als Charakter und Persönlichkeit. Das ist gut für uns alle, denn der führende Mensch kann gar nicht erkennend genug sein. Es ist angebracht, uns an dieser Stelle an Goethes Faust zu erinnern: ***„Nur wer immer strebend sich bemüht, den können wir erlösen."***

Was der Mensch vermag

Wir hörten schon einmal: ***„Wünsche sind die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen."*** Das sagt uns kein geringerer als Goethe. Es scheint übertrieben, so zu denken, und doch ist es so. Die Frage ist nur, ob wir den Willen aufbringen, um den Bedingungen zu entsprechen, die das Erwachen der Fähigkeiten bewirken. Ob wir bereit sind, den *Preis* zu bezahlen, ohne den dieser Erfolg nicht zu haben ist. Die positive Beantwortung dieser Frage entscheidet darüber, was aus uns werden wird im Laufe der Jahre, ob wir uns eines Tages einreihen dürfen in die Reihen der Erfolgreichen oder ob der „Knopfgießer" auf uns wartet.

Jedem ist es möglich, aus seinem Leben ein Meisterwerk zu machen!

Vergegenwärtigen Sie sich die Möglichkeiten eines intensiven Schaffens an den Leistungen der Großen der Welt: **Vorbilder zeigen uns, wie es sein wird, wenn wir am Ziele sind.**

Nicht jeder kann ein Robert Koch, ein Justus v. Liebig, ein Werner v. Siemens oder ein Edison werden, aber doch, irgendwie eine bedeutende Lebensleistung kann jeder vollbringen, sofern er es nur wirklich ernsthaft und ganz entschlossen will.

Jeder ist imstande, aus seinem Leben ein Meisterwerk zu machen, und sei es, dass er wenigstens als Mensch kein Versager ist. Viele glauben sich mit vierzig Jahren schon zu alt, um noch nennenswerte Leistungen fertig zu bringen. Tatsache ist, dass dann erst das Leben richtig beginnt. Hat man bis zu dieser Zeit sein Nervensystem schon stark herunter-

gewirtschaftet, so muss eine gründliche Regeneration eingeleitet werden, die unbedingt möglich ist, wenn man nach den Lehren des Erfolgs-Systems vorgeht. Wenn irgendwo, so zeigt sich hier die umwälzende Bedeutung der Macht der Erkenntnis.

Geistige Regsamkeit wirkt lebensverlängernd!

Ein ganz beträchtlicher Teil der bedeutendsten Persönlichkeiten der Welt kam erst nach dem fünfzigsten Lebensjahr in die Zeit des großen Schaffens. Bei richtiger Beanspruchung und kluger Behandlung lässt die Leistungsfähigkeit des Geistes im Alter nicht nach, sondern nimmt zu. Auch die körperliche Frische und Gesundheit stehen in Wechselbeziehung zum geistigen Schaffen.

Intensive Regsamkeit wirkt lebensverlängernd, insbesondere, wenn damit eine positive Lebensführung verbunden ist und die Lebenskraft nicht durch Leidenschaften aufgezehrt wird. Man muss sich darüber klar werden, ob man seine Kräfte zur Hauptsache dem Lebensgenuss oder einer beglückenden Aufgabe dienstbar machen will.

Tizian: 1477-1576.

In bestaunenswerter Fruchtbarkeit und ungebrochener Gestaltungskraft schuf **Tizian**, der große Maler der venezianischen Hochrenaissance, bis an seinen Tod Kunstwerke von unerhörter Mannigfaltigkeit und erst die Pest nahm dem Neunundneunzigjährigen den Pinsel aus der nie erlahmenden Hand.

Michelangelo: 1475—1564

Michelangelo übernahm als Einundsiebzigjähriger die Fertigstellung der Peterskirche in Rom, und trotz aller Hemmnisse förderte er den Bau so, dass die berühmte und unvergleichliche Kuppel nach seinem Entwurf fertig gestellt werden konnte.

Verdi: 1813—1901

Giuseppe Verdi bietet im Bereich des musikalischen Schaffens das Beispiel eines ständigen Wachsens mit zunehmendem Alter. Hatte er in den Jahren um die Sechzig mit der Oper „Aida" bereits die Stufe des Dramatikers erreicht, so konnte er nach einer auffälligen Ruhepause von zwölf Jahren in seinen beiden letzten Opern „Othello" und „Falstaff" verwirklichen, was ihm als Lebensziel vorschwebte. Als Fünfundachtzigjähriger schuf er dann, zu fast überirdischer Reife abgeklärt, die „Vier religiösen Stücke".

Edison: 1847—1931

Thomas A. Edison, der geniale Erfinder auf dem Gebiet der Elektrotechnik, leitete seine Laboratorien und Fabriken bis zum Tode selbst. Während seines langen Lebens war er nicht einen Tag krank, konnte mit einem Minimum an Schlaf auskommen und wurde zum ersten Mal am letzten Abend seines Lebens müde. Bezeichnend ist sein Ausspruch, dass zum erfolgreichen Erfinden 1% Inspiration und 99 % Transpiration gehören.

Kant: 1724—1845

Immanuel Kant wurde erst in Annäherung an die Sechzig zu dem kritischen Denker, als der er dann zum klassischen Repräsentanten der Aufklärungsphilosophie aufstieg. Mit 57 Jahren: „

Kritik der reinen Vernunft". Als Einundsiebzigjähriger: „Zum ewigen Frieden". Mit 74 Jahren: „Streit der Fakultäten".

Hahnemann: 1755–1845

Eine überaus große Vitalität bewahrte sich fast bis zum 90. Lebensjahr der Begründer der Homöopathie **Samuel Hahnemann**. Nach einem kampfreichen Leben verließ er, 66jährig, seine Leipziger Dozentur und folgte einem Ruf als Leibarzt des Herzogs von Anhalt-Köthen. Hier fasste er seine Erfahrungen in einem vierbändigen Werk über die chronischen Krankheiten zusammen, das 1828 erschien, und es hatte den Anschein, als ob damit das Leben des Forschers abgeschlossen sei. Statt dessen heiratete Hahnemann mit 80 Jahren eine junge Französin und eröffnete in Paris eine neue, höchst erfolgreiche Praxis, die er bis zu seinem Tode ausübte.

Wundt: 1832–1920

Ebenfalls zu einer erstaunlichen Altersleistung brachte es **Wilhelm Wundt**, der bekannte Psychologe. Nicht nur, dass er bis zum 85. Lebensjahr sein Lehramt innehatte, wandte er sich in seinen beiden letzten Lebensjahrzehnten dem neuen Gebiet der Völkerpsychologie zu, das er in einem zehnbändigen Werk erschloss.

Galle: 1812–1910

Auch **Gottfried Galle**, der bedeutende Astronom und Entdecker des Neptun, kam zu einem fruchtbaren Schaffen im späten Alter: Mit 82 Jahren veröffentlichte er noch ein grundlegendes Werk über berechnete Kometenbahnen, während er bis zu seinem 85. Jahre der Breslauer Sternwarte als deren Leiter verbunden blieb.

Gauß: 1777–1855

Galle gleichzustellen in seinem Altersschaffen ist der große Meister der höheren Mathematik und der Astronomie **Karl Friedrich Gauß,** dem die ungewöhnliche Schärfe und Klarheit des wissenschaftlichen Denkens bis zu seinem Tode treu blieb.

Hufeland: 1762–1836

Gedacht sei in dieser Hinsicht auch des berühmten Arztes **Christoph Wilhelm Hufeland**, der ebenfalls bis nahe an seinen Tod weder die Feder noch seine Praxis ruhen ließ.

Liszt: 1811–1886

Eine besondere Beachtung verdient das Lebenswerk des großen Musikers **Franz Liszt**. Er verkörpert einen überaus seltenen Fall von Schaffenskraft: In jüngsten Jahren bereits ein Wunderkind, entfaltete er bis in ein hohes Alter als Komponist eine geniale Fruchtbarkeit.

Leonardo: 1452–1519

Desgleichen das Lebenswerk **Leonardo da Vincis**, der universellsten künstlerischen Erscheinung der italienischen Renaissance, Schöpfer des Abendmahls im Kloster St. Maria della Grazia bei Mailand und der berühmten „Mona-Lisa" im Pariser Louvre. Genialer Maler, Bildhauer, Denker, Anatom und Erfinder in einer

Person. Von seinem Schaffen hat sich bis zu uns noch nicht ein Prozent erhalten, trotzdem wird er stets an erster Stelle genannt, wenn von großen künstlerischen Leistungen gesprochen wird. Auch Leonardo war bis zu seinem Tode beseelt von höchster Schaffenskraft.

Goethe: 1749—1832

Von geradezu geschichtlicher Einzigartigkeit ist das Spätaltersschaffen **Johann Wolfgang Goethes**. Mit dreiundsiebzig hatte er ein spätes Liebeserlebnis mit Ulrike von Levetzow. Als Liebender gescheitert, entlud der Titan seine ungebrochene Kraft in einer neuen Schaffensperiode, in deren Mittelpunkt, neben der Beendigung anderer Werke, der zweite Teil des „Faust" stand. Als Einundachtzigjähriger befand er sich in produktiver Hinsicht niemals wohler als gerade in dieser Zeit.
Dies nach seinen eigenen Worten zu Eckermann.

Die Aufzählung der Lebens- und Altersleistungen bedeutender Menschen könnte beliebig lange fortgesetzt werden und sie würde Hunderte, ja Tausende klingender Namen umfassen, Namen wie den Theodor Mommsens, des großen Deuters der römischen Antike, der mit 82 Jahren sein drittes Hauptwerk über die Geschichte Roms veröffentlichte, oder des Gründers des Deutschen Museums, Oscar v. Miller, der mit 75 Jahren noch fähig war, ein Gutachten über die Elektrizitätsversorgung Deutschlands zu bewältigen, oder des Erfinders der dynamoelektrischen Stromerzeugung, Werner v. Siemens.

Dazu die Großen unserer Zeit, eingeschlossen alle, die noch am Leben sind und Tag für Tag unter Beweis stellen, was ein Mensch vermag, wenn er nur entschlossen ist, mit seiner ganzen Kraft einem großen Werk zu dienen. Und nicht zu vergessen die Riesenzahl jener Menschen, denen die Furie des Krieges den Leib zerriss und die trotzdem nach einem meisterlichen Leben streben.

Ein Maler ohne Arme! Immer ist das große Geheimnis die Schöpferkraft der Seele.

Männer wie der Frankfurter Maler und Graphiker C. E. Fischer, der seine Kunst mit dem Munde weiterbetreibt, nachdem ihm beide Arme durch Bombensplitter zerfetzt wurden, und nach der Ansicht von Fachleuten sogar noch besser als früher.
Alle diese Beispiele beweisen, dass nur wir selbst die Schuld tragen, wenn nichts Rechtes aus unserem Leben werden will. Dass wir unsere Zeit vertrödeln und verplempern mit Halbheiten und Durchschnittsdingen, anstatt sie zu unserem und zu anderer Glück wirklich positiv zu nützen.
Man mag darüber denken, wie man will: Wahrheit ist, dass nur der schaffende Mensch wirklich ein vollwertiger Mensch ist.
Doch das ist nicht nur eine Sache von Anlage und Begabung, vielmehr noch eine des guten Willens! Es ist eine Charaktersache!

XIII. Teil
Der Weg zum „ICH"
Zwiesprache mit sich selbst

„Welch größere Wohltat kann man einem suchenden Menschen erweisen, als dass man ihm zu seinem eigenen „Ich" den Weg finden hilft."
(Immanuel Kant)

Unseren Weg des Erfolges können wir gut und gern als die **„Hohe Schule“** der Lebensmeisterschaft bezeichnen. Das wird Ihnen klar, wenn Sie den Begriff **„Persönlichkeit“** recht erfassen. Eine Persönlichkeit kann nur der Mensch sein, der weit über dem Durchschnitt steht. Das aber ist einer, der ausgeprägte Eigenart besitzt und sich dieser Eigenart zudem bewusst ist, wie ja überhaupt das Selbstbewusstsein, das Wissen um sich selbst den persönlichen Menschen ausmacht.

Die meisten Menschen sind unreif. Ewig handeln sie wie Kinder, und nur deshalb wirft sie das Leben hin und her. Anstatt dass sie mit dem Leben spielen, spielt das Leben mit ihnen. Dort aber beginnt die Persönlichkeit, wo einer anfängt, den Lauf der beeinflussbaren Dinge bewusst nach eigenem Willen zu lenken.

Welche Rolle nehmen Sie ein?

Das hängt zuallererst davon ab, wie man sich selbst zu den Dingen in Beziehung setzt, welche Rolle man einnimmt, und zwar selbst einnimmt. Denn es kommt sehr darauf an, ob man aus eigener Initiative oder aus fremdem Antrieb handelt. Persönlichkeit sein heißt nicht, getrieben zu werden, sondern aus eigenem Wollen und eigener Einsicht seine Straße ziehen. Das verlangt einen hohen Grad von Unbeeinflussbarkeit, die ihrerseits aber nur möglich wird durch ein entsprechendes Selbstbewusstsein und, was dieses bildet und ausmacht, durch ein recht hohes geistiges Kapital an Einblicken und Einsichten in das wirkliche Leben, in das Leben hinter dem Schein.

Wirkung und Macht des Geldes.

Apropos Kapital! Ziehen Sie eine Parallele zum Geld, dann verstehen Sie leicht, was ich meine. Was ist seine vorzügliche Wirkung? Dass es unabhängig macht; jedenfalls war es bis heute so! Unabhängig von den Sorgen des kleinen Mannes, unabhängig von den materiellen Nöten. Und hat das Geld nicht auch einen Einfluss auf das Selbstbewusstsein und die innere Sicherheit?

Ja! So mancher leidet nur an Minderwertigkeitskomplexen, weil er arm und mittellos ist. Ein guter Anzug, eine gefüllte Brieftasche sind für viele Menschen ausgezeichnete Medizin. Natürlich ist das falsch und der echten Persönlichkeit entgegengesetzt, doch da es bis heute so war, demonstriert es gut, was ich meine.

Alle materiellen Werte sind nur Schein-Werte!

Wie nun dieses weltliche Kapital Unabhängigkeit und Sicherheit verschafft und eine Hervorkehrung des eigenen Menschen gestattet, so tut es auch das Gut des Geistes, das geistige Kapital, der innere Reichtum. Ja, erst recht und erst vollendet, denn alle Persönlichkeitswerte, die sich auf materiellen Besitz gründen, sind nur Schein-Werte.

Zuletzt dominiert nur der geistige Reichtum; eine wirkliche Persönlichkeit wird niemand durch sein Bankguthaben. Ganz im Gegenteil sogar, eher verliert man dadurch noch an echten Werten. Dass jemand ein „ großer Mensch“ geworden wäre durch Geld, habe ich noch nirgends gehört, wohl aber und oft, dass die Not und Armseligkeit den starken Charakter gebar.

Meine verehrten Leserinnen und Leser, wichtig ist es, dass Sie genau

erfassen, welcher Art der geistige Reichtum sein muss, um die Persönlichkeit zu bilden. Wissen von allen möglichen Dingen macht es nicht, obwohl es dazu gehört, sondern vielmehr die Summe der Einsichten in das wirkliche Leben. Es kann einer ein wandelndes Lexikon sein, und er ist doch nur ein ganz gewöhnlicher Alltagsmensch.

Die Summe der Einsichten.

Allein auf die Einsichten, auf die höhere Erkenntnis vom Leben, vom Sein, vom Menschen und dem Lauf der Dinge kommt es an.
Das ist der Fels, den wir in uns errichten müssen, das starke Bollwerk gegen die Einflüsse des Lebens. Die Persönlichkeit ist der innerlich starke Mensch, der Mensch, der in sich selbst gegründet ist und immer nur so handelt, wie es seine Erkenntnis gebietet und nicht so, wie es die Beeinflussungskräfte wollen.

Der freie Entschluss.

Dass heißt aber nicht, dass er sich nicht fügt, wenn es geboten ist, sondern dass sein **„Sich-fügen“** geboren wird aus eigenem, freien Entschluss. Hierauf kommt es an, wieweit einer mitmacht, ohne innerlich einverstanden zu sein.
Die Persönlichkeit ist einverstanden und billigt in jedem Falle das eigene Handeln. Wichtig ist dabei, dass man sich selbst kein Theater vorspielt, denn die Fälle, wo man sich das Einverstandensein aus purer Schwäche einredet, sind Legion. Hier ist ein ausschlaggebender Punkt des Selbstbewusstseins:
Man muss lernen, zu sich selbst ganz ehrlich und aufrichtig zu sein! Das erfordert das rückhaltlose Eingeständnis der eigenen Schwächen und das Sich-eingestehen jedes, aber auch jedes Hintergedankens.

Solange wir mit uns selbst Versteck spielen, sind wir von der Persönlichkeit noch weit entfernt, denn diese spielen wir uns dann lediglich vor. Nur daraus erklärt sich auch das Versagen im entscheidenden Augenblick.
Wenn wir sagen, dass wir an uns glauben müssen, so kommt es darauf an, dass wir auch tatsächlich das sind, was wir von uns halten. Ansonsten ist alles nur Theaterspielerei, die uns in gleichmäßigen Zeiten zwar beruhigt, in allen entscheidenden Lebenslagen jedoch schmählich versagt.

Sich selbst kein Theater vorspielen!

Wir wissen, dass wir von der Natur mit außerordentlich starken Willenskräften ausgerüstet sind, denn die Kräfte des Lebens sind gleichzeitig die Kräfte des Willens. Gleichzeitig wissen wir aber auch, dass sich diese Kräfte nur betätigen können, wenn wir sie durch unser Bewusstsein in Aktion setzen.
Und eben darauf kommt es an, dass dieses Bewusstsein echt und nicht nur gespielt ist. Alle Überzeugungen, die uns lenken sollen und denen die Kräfte des Willens folgsame Diener sein sollen, aller Glaube also, muss durch und durch echt sein.
Der Mensch ist nur zu leicht geneigt, sich in Illusionen zu wiegen, der

Glaube muss echt sein!

Persönlichkeit liegt das fern, und gerade hierbei zeigt sich die Ehrlichkeit gegenüber sich selbst. Wie wir durch Kleidung, Schminke und Puder nach außen unsere Schönheitsfehler zu verbergen suchen, so macht es der Großteil der Menschen auch mit seinem inneren Menschen, wenn auch ohne klare Überlegung, sondern vielmehr als Folge anerzogener, falscher Arbeit seines Denkvermögens.

Hierauf nun kommt es an, dass wir uns selbst weitgehend erkennen lernen und damit ein Bewusstsein vom eigenen „Selbst" entwickeln, das der Wahrheit möglichst nahe kommt.

Wir haben früher, und zwar an Hand des Charakterspiegels, danach gestrebt, alle negativen Eigenschaften aus uns zu verbannen, alle Eigenschaften, die man gemeinhin als niedrig, schlecht, tierisch und menschenwidrig bezeichnet. Jetzt muss diese Selbstanalyse ausgedehnt werden auf unser gesamtes Innenleben, auf jeden entscheidenden Gedanken, der unser Hirn durchkreuzt, auf jede Ansicht und jede Meinung, die wir von einer Sache haben.

Es muss erreicht werden, dass wir unsere Einstellung und unser Verhalten zu uns selbst, zum Leben, zur Natur und zu den Menschen so fixieren, also so festlegen, dass sich daraus immer mehr unumstößliche Maximen, also Richtlinien für unser Verhalten und Handeln ergeben.

Was sich aus diesem Vorgehen ergibt, das ist Persönlichkeit! Das schafft die positive Eigenart und das umfassende Selbstbewusstsein.

Der Weg zum ICH.

Zugleich ist dieser Weg zum „Ich“ auch der einzige Weg zur Meisterung des Lebens durch den Geist. Warum? Nun, nur indem wir über alle wichtigen Dinge zu eigener Meinung und eigenem Urteil gelangen und dadurch zu echten Überzeugungen, setzen wir das Räderwerk unserer Geistesmaschine so in Schwung, dass es fähig wird zu höchster schöpferischer Leistung, die neben dem positiven Charakter ein Höchstwert der Persönlichkeit ist.

Nicht, was einer will, sondern was er kann und was er tut, gibt die Macht über das Leben.

Mit unserem Geiste ist es so wie mit einer Grundwasserpumpe. Von selbst kommt das Wasser nicht hoch, erst muss es angesaugt werden, was voraussetzt, dass der Mechanismus kräftig in Tätigkeit tritt. Das schöpferische Können schlummert tief in uns, hinter der Schwelle unseres Oberbewusstseins, in geistigem Urzustande. Soll es erwachen, so müssen wir uns rühren und unaufhörlich bohren und schüren.

Das Licht des Geistes gleicht dem Feuer.

Das Licht des Geistes gleicht dem Feuer. Gleichwie im kleinsten Funken die Kraft der mächtigsten Flamme ruht und es nur unseres Zutuns bedarf, um sie auflodern zu lassen, so steht es um die Entfaltung des Geistes. Feuer und Geist, beide sind göttlichen Ursprunges, aber der Mensch hat die Macht, sie zu größter Entfaltung zu bringen.

Doch der Nahrung bedürfen beide, des Mediums, der Berührung mit dem geeigneten Stoff. Indem wir nachdenken, überlegen, vergleichen und sinnen und nicht gleichgültig sind gegenüber den Problemen des Lebens und unseres eigenen Seins und uns fortdauernd tiefere Ge-

danken machen, nähren wir den göttlichen Geistesfunken in uns. Dass er heranwächst zur mächtigen Flamme, zur mächtigen Leuchte, ist nur eine Frage der Zeit und unseres dauernden Bemühens.

Meine verehrten Leserinnen und Leser! Die Entfaltung zur Persönlichkeit soll uns ja nicht Selbstzweck sein, womit ihr Wert übrigens illusorisch würde, sondern Mittel zum Zweck. Als Ziel steht vor uns der Mensch, der das Leben meistert, jener, der alle Kräfte, die ihm gegeben wurden von der Natur, zu großer Wirksamkeit bringt. Ist ein solcher Mensch denkbar ohne reges und schöpferisch gestaltendes Arbeiten des Geistes? Nur ein solcher Mensch wird frei sein im Handeln und, was ganz selbstverständlich ist, ist auch frei in der Darlegung seiner Gedanken durch das gesprochene und geschriebene Wort. Der Weg vom fertigen Gedanken zu seiner Äußerung durch den Mund oder die Hand ist nur ein kleiner. Viel wichtiger ist es, den Gedanken zu bilden. Nur wo Geist ist, kann sich Geist äußern! Verwenden wir darum alle Sorgfalt darauf, der vollen Entwicklung unseres Innenlebens Tür und Tor zu öffnen.

Nur wo Geist ist, kann sich Geist äußern!

Das Tagebuch des Lebens

Nach diesen Ausführungen werden Sie verstehen, verehrte Leser, warum ich jetzt den Rat gebe, von nun an, wie jede große Persönlichkeit, ein **Tagebuch des Lebens** zu führen.

Es ist für viele gar nicht so leicht, zum richtigen Nachdenken zu kommen. Das ist eine Fähigkeit, die man erst ausbilden muss und die nur durch dauernde Übung groß wird. Die meisten Menschen können ja überhaupt nicht mit sich allein sein. Sind sie es, so langweilen sie sich zumeist. Das macht die innere Flachheit, die Oberflächlichkeit des Wesens.

Der größte Teil der Menschen lebt das Leben nicht in die Tiefe, sondern nur in die Länge. Das hört auf, wenn wir anfangen, mit Erkenntnis zu leben und uns über jedes Ding unsere eigenen Gedanken machen.

Über jedes Ding eigene Gedanken machen!

Wir müssen lernen, uns mit uns selbst auszusprechen. Das ist der Sinn dieses Tagebuches; denn mit dem Geist ist es so, dass die tieferen Gedanken erst dann kommen, wenn vordem die flachen und weniger tiefen unser Bewusstsein passierten. So geht es uns, wenn wir uns mit einem duldsamen Menschen aussprechen, und erst recht, wenn wir vermittels des Tagebuches mit uns selbst verkehren. Hier wirkt ein wichtiges Gesetz des produktiven Schaffens.

Der Sinn des Tagebuches.

Selbstverständlich werden wir nur wertvolle Dinge in unseren Aufzeichnungen behandeln. Wichtige Begebenheiten des Tages, Gedanken über einen Vortrag, den wir hörten, über ein Buch oder ein wichtiges Wort, das wir lasen, über eine Unterhaltung, die wir führten usw. Kurz, alles das schreiben wir auf und besprechen, was einen Menschen angeht, der nicht mit Scheuklappen durchs Leben läuft.

Das kommt ins Tagebuch.

Dieses Tagebuch ist zugleich die wertvolle Ergänzung der Kartei des Wissens. Probleme, die in der Kartei nur durch Stichworte angedeutet werden, finden im Tagebuch ihre Würdigung. Insonderheit soll das Tagebuch aber nicht dem Wissen, sondern der Vertiefung unserer höheren Erkenntnis über alle wichtigen Lebensfragen dienen und in erster Linie solchen, mit denen wir während des jeweils abgelaufenen Tages in enge Berührung kamen. Hierin besteht auch der grundsätzliche Unterschied zwischen Kartei und Tagebuch.

Es gibt jeden Tag eine Menge Dinge, über die man mit sich selbst sprechen kann, und täglich werden es mehr, wenn wir erst einmal richtig anfangen, aus dem Stadium des „Leidens" in das der Aktivität hinüberzuwechseln.

Die Führung des Tagebuches wird Ihnen schon nach kurzer Zeit zu einem regelrechten Genuss, sobald Sie erst feststellen, wie Sie dadurch wachsen.

Auf jeden Fall Tagebuch führen!

Drücken Sie sich deshalb um diese Arbeit nicht herum. Und auch dann nicht, wenn Sie nur langsam und schlecht schreiben können. Sie werden sehen, dass sich auch Ihre Handschrift bessert, wenn sich Ihr Geist entfaltet. Hier herrschen Wechselbeziehungen, die sehr schnell offenbar werden. Übrigens muss es für Sie selbstverständlich sein, sich eine tadellose und schnelle Handschrift anzueignen. Die Geschwindigkeit erzielen Sie aber nicht, indem Sie sofort schnell schreiben, sondern indem Sie zunächst großen Wert auf eine sorgfältige Ausbildung aller Buchstaben legen. Es kann sein, dass hierdurch das Tempo des Schreibens zunächst sogar verlangsamt wird. Das macht aber nichts, denn es kommt darauf an, dass der innere Mechanismus sich vor allem an korrektes Schreiben gewöhnt. Jede Flüchtigkeit ist vom Übel! Hat der **„innere Schreiber“**, also das Unterbewusstsein die Korrektheit angenommen, so lässt sich das Tempo leicht beschleunigen. Dass Sie hierdurch außerdem der Entwicklung Ihrer Konzentrationsfähigkeit einen großen Dienst leisten, macht diese Übung doppelt wertvoll.

Jede Flüchtigkeit ist von Übel!

Nur die Regelmäßigkeit führt zum Ziel.

Von größter Wichtigkeit ist es, dass Sie Ihre Aufzeichnungen auch wirklich täglich machen, denn nur die Regelmäßigkeit führt auch hier zum Ziel. Gebrauchen Sie keine Ausrede! Es ist immer so viel Zeit da, um sich jeden Tag kurze Zeit mit sich selbst zu beschäftigen. Arbeiten Sie stets im Bewusstsein des außerordentlich hohen Lohnes, den Sie erhalten! Oder stimmt das etwa nicht? Bekommen Sie für die Arbeit an sich selbst nicht die beste Bezahlung der Welt?

Sie erhalten die beste Bezahlung dafür!

Es gibt keinen größeren Schatz, als sich selbst zu besitzen, aber nur soviel können wir von ihm unser eigen nennen, wie wir uns von ihm selbst erarbeiten.

Und nun, mein verehrter Leser, einige Beispiele für die Führung des Tagebuches. Bitte richten Sie sich danach!

Beispiele von Tagesaufzeichnungen

Montag, 15. Oktober:
Der ganze Tag ist ziemlich ruhig verlaufen. Es war so, als herrschte Windstille auf dem Ozean des Lebens. Nur gegen 16 Uhr kam eine kleine Unterbrechung: Hans Bergmann kam und klagte von Neuem sein Leid. Immer wieder stelle ich fest, dass jeder Mensch an seinem Schicksal selbst die größte Schuld trägt. Aber wem nicht zu raten, dem ist nicht zu helfen; so geht es auch bei B. Hundertmal habe ich ihm erklärt, er solle klug sein und sich zu seinem Bruder anders verhalten und nicht immer gleich auffahren, wenn ihm dieser etwas sage. Schließlich ist B. doch von ihm abhängig. Jetzt ist die Bescherung da!

Dienstag, 16. Oktober:
Heute war ein trüber, regnerischer Tag! Ein lustloser Tag! Auch die Menschen waren so in ihrem Verhalten. Keine Bewegung, keine rechte Freude. Auch ich selbst war anfänglich "grau in grau"; aber dann dachte ich über mich nach und stellte mich um. Man sieht doch daran, wie sehr man seine Stimmung beeinflussen kann. Schade, dass so wenige Menschen diese Positivität besitzen. Es liegt am Denken: An der bewussten Einstellung des Willens und der Gedanken auf eine positive Gemütsverfassung und die Stimmung.

Mittwoch, 16. Oktober:
Heute war ein wundervoller Tag, ganz das Gegenteil von gestern. Sonne, Sonne, nichts als Sonne und das mitten im Herbst. Auch die Menschen waren anders. Es bestehen unverkennbar Beziehungen zwischen dem Wetter und dem Befinden des Menschen. Der Mensch ist eben ein Teil der Natur und darum auch in all seinen Regungen von ihr abhängig. Aber das ist sicher, dass nicht auf jeden Menschen die ungünstigen Einflüsse wirken müssen, bzw. dass man durch seinen Willen, richtiger durch seine Erkenntnis diese negativen Einflüsse ausschalten kann. Man muss daher auch von einem Grad der Abhängigkeit sprechen.
Der Tagesverlauf war durch und durch positiv. Mühelos habe ich meine Arbeit geschafft und auch den heutigen Vorsatz durchgeführt. Ich hatte mir vorgenommen, alles, was ich ausspreche, ganz deutlich und klar zu sagen, denn ich habe erkannt, dass einwandfreies Sprechen für mein Fortkommen unerlässlich ist. Durch meine Erinnerungsmethode, die ich mir ausgedacht habe, ging es tadellos. Immer wenn ich mein Taschentuch mit dem Knoten fühlte, gab ich mir innerlich einen Ruck. Gegen Abend ging das Sprechen schon beinahe automatisch einwandfrei. Ich bin überzeugt, dass ich bestimmt eine tadellose Aussprache aller Wörter erziele, wenn ich diese Methode einen Monat lang konsequent durchführe. Alles ist Gewohnheit, und wenn man sich an eine gute Sache erst gewöhnt hat, dann handelt man „ gewohnheitsmäßig“ richtig. Diese Erkenntnis ist von größter Bedeutung, ein ungeheurer Einfluss auf das Leben ist dadurch möglich. Warum, liegt klar auf der Hand: Handelt man gewohnheitsmäßig in möglichst vielen Dingen richtig, müssen die entsprechenden Wirkungen spielend folgen.

Mittwoch, 17. Oktober:
Heute Abend war ich im Zirkus und sah einen Clown. Was mag sich wohl dieser Mann von seinem Publikum denken, wenn er es durch seine Späße zum Lachen bringt? Wird er sein Publikum ernst nehmen? Was würde er wohl sagen, wenn er sich selbst sehen und hören würde? Würde er auch so lachen können? Eigenartig ist überhaupt das Ganze: Da sitzt man

nun als reifer Mensch und lacht und lacht! Und worüber? Über das blödeste und albernste Zeug der Welt! Ein unmöglich geschminkter Mann spielt Geige und rutscht dabei dauernd mit seiner Sitzgelegenheit aus. Und das Tollste: Für diesen tatsächlichen Blödsinn bezahlt man außerdem einen teuren Orchestersitz und - ist zufrieden dabei. Daran kann man mal wieder sehen, was es bringt, wenn einer sein Handwerk versteht! ....

Achtung! Dieses Tagebuch der nachdenklichen Lebens- und Selbstbetrachtungen hat nichts mit dem Erfolgstagebuch zu tun. Das ist unabhängig hiervon zu führen und dient ausschließlich dem Zielstreben und der täglichen Erfolgskontrolle.

„Wenn einer sagt, Du kannst nicht, so lach' ihm ins Gesicht!
Auch tausendfacher Zweifel verringert kein Gewicht!“

Was ist eigentlich „positiv“?

Zwiegespräch über die Grunderkenntnisse
positiver Lebensgestaltung

Suchender: Sie sprechen dauernd vom positiven Leben, was meinen Sie damit? Nach meiner Ansicht ist doch jeder Mensch positiv, der einfach bejahend ist?

Erkennender: Jawohl, damit haben Sie recht, und doch müssen wir den Begriff „positiv“ und insbesondere den Hauptbegriff „Positivismus und positives Denken“ noch viel weiter fassen.

Suchender: Das ist mir nicht recht klar, denn es gibt doch in diesem Sinn gar nichts Höheres, als lebensbejahend zu sein.

Erkennender: Ja, auch damit haben Sie recht, jedoch nur solange, wie einer, die Kraft hat, das Leben zu bejahen, und das gerade macht das Wesen des Positivismus, das positive Denken aus, dadurch gerade fähig zu werden zur Bejahung, und zwar auch dann, wenn die Voraussetzungen zu fehlen scheinen.

Suchender: Was sind denn diese Voraussetzungen?

Erkennender: Nun, vor allem liegen sie begründet in den Verhältnissen, in denen ein Mensch lebt. Es ist leicht, das Leben zu bejahen, wenn es einem gut geht, wenn alles nach Wunsch verläuft und keine Sorgen drücken, weder materielle noch seelische. Und dann liegen die Voraussetzungen auch in der Veranlagung des Menschen begründet. Hat man eine so genannte glückliche Veranlagung, findet man sich mit allen Widerwärtigkeiten leichter ab und ist auch dann noch vergnügt und fröhlich, wenn andere, nicht so glücklich veranlagte Menschen längst dem Verzweifeln nahe sind.

Suchender: Das leuchtet mir ein, doch kann man denn durch den Positivismus, durch das „positive Denken“ Veranlagung irgendwie ändern und außerdem den Einfluss niederdrückender Verhältnisse zunichte machen?

Erkennender: Jawohl, das kann man, und gerade darin liegt die Macht des positiven Denkens begründet.

Suchender: Sie wollen damit sagen, dass man gegen diese negativen Einflüsse kämpfen und sie durch seinen Willen bezwingen muss, und das bezeichnen wir als „Macht des Positivismus“?

Erkennender: Nein, das stimmt nicht, und hier gerade zeigt sich der Unterschied zwischen dem Menschen, der wirklich weiß, was man unter Positivismus versteht und dem, der mit diesem Begriff einzig und allein nur Lebensbejahung meint.

Denn es ist ja so, dass es bei der Bezwingung der negativen Einflüsse des Lebens nicht nur auf den guten, sondern vor allem auf den **starken Willen** ankommt, und hat man diesen starken Willen nicht, was ja bei sehr vielen Menschen der Fall ist, so hilft auch kein noch so guter Rat, wenn eben nicht doch etwas anderes dazu kommt, um dennoch das Negative zu bezwingen.

Suchender: Jetzt wird für mich Ihre Rede rätselhaft. Sie machen mich wirklich neugierig, denn es scheint so, als ob Sie meine bisherigen Ansichten über den Willen gänzlich verwandeln wollen. Ich kann mir nicht vorstellen, wie einer überhaupt einen Einfluss auf sein

Schicksal, denn um das handelt es sich ja, ausüben will, wenn er keinen starken Willen hat. Denn meiner Ansicht nach kann doch überhaupt nur durch den Willen ein Einfluss erzielt werden.

Erkennender: Jawohl, ich will Ihre Ansichten wandeln, obwohl ich den letzten Teil Ihrer Meinung durchaus unterstreiche.

Also es kommt unbedingt auf den Willen an, und nur ein starker Wille kann überhaupt zur Lebensbemeisterung führen. Und hier liegt das Entscheidende: **Es kann auch der Mensch sich einen starken Willen anschaffen, dem dieser bisher zu fehlen schien, und das gerade bewirkt der Positivismus.**

Suchender: Ich verstehe, Sie denken dabei an die Entwicklung des Willens durch ganz bestimmte Übungen, wodurch der Wille sich so kräftigt, wie der Muskel eines Armes durch entsprechendes Training!

Erkennender: Genau danebengeraten! Nein, daran denke ich nicht, obwohl ich solche Willensübungen durchaus bejahe. Ich denke vielmehr noch viel tiefer, und zwar denke ich an die **eigentliche Ursache und die Natur des Willens bzw. der Willenskraft.**

Suchender: Ist das so entscheidend?

Erkennender: **Ja, das ist überhaupt das Wichtigste von allem.** Denn angenommen, man wollte bestimmte Willensübungen machen, die zu einer Entfaltung und Steigerung der Willenskraft führen, doch man hätte noch nicht einmal soviel Energie, um die Anfangsübungen konsequent durchzuführen, was dann? Und ist es nicht so, dass die meisten Menschen eine zielbewusste Entfaltung des Willens nur deshalb nicht anstreben, weil sie sich infolge ihrer Willensschwäche einfach nicht aufraffen können, die dazu notwendigen Übungen zu machen?

Suchender: Ja, das stimmt allerdings, auch an mir selbst habe ich das schon wiederholt beobachtet, und gerade deshalb habe ich z. B. auch meine gymnastischen Übungen zur körperlichen Ertüchtigung bis heute unterlassen. Immer „wollte“ ich wohl, doch ist es stets bei dem Vorsatz geblieben.

Erkennender: Sehen Sie, lieber Freund, jetzt kommen wir uns schon näher. Was helfen dem Menschen die besten Systeme zur Entwicklung und Entfaltung des Willens, wenn er nicht danach lebt, wenn er nicht danach handelt, und gerade deshalb müssen wir tiefer greifen, um nämlich die Ursache für dieses Versagen zu erkennen und zu beseitigen.

Suchender: Ich fange an, klar zu sehen: Der Positivismus ist dadurch in erster Linie keine Willenslehre, sondern vielmehr eine Erkenntnislehre.

Erkennender: Richtig, so ist es, und das ist das erste große Geheimnis, das Ihnen vom Positivismus aufgeht, und deshalb sagen wir auch nicht, der Wille, **sondern die „Erkenntnis“ macht uns frei.**

Mit anderen Worten, man muss einsehen und begreifen, was in einem vorgeht, wenn man zu einer Willensleistung kommen will. Ist man über sich im Unklaren, rennt man gegen Mauern an, bringt man es einfach nicht fertig, die Quelle seiner Willenskraft zu erschließen.

Suchender: Und das soll durch erkennen möglich sein, nur einfach durch erkennen?

Erkennender: Ja, so ist es, denn „Erkenntnis an sich“ ist Macht, und das ist das zweite große Geheimnis des Positivismus, des positiven Denkens.

Suchender: Sie werden mir nicht verübeln, wenn ich das nicht gleich richtig begreife, denn ich muss Ihnen ehrlich gestehen, dass ich schon oft eine Sache eingesehen habe, ohne aber dadurch die Kraft zur Abänderung bekommen zu haben. Ist es nicht so bei jeder Leidenschaft, in deren Bann man steht? Man sieht ein, dass man sich selber schadet, und trotzdem wird man immer wieder ihr Opfer.

Erkennender: Lieber Freund, wir reden aneinander vorbei, wenn wir uns nicht zunächst einmal darüber klar werden, was wir eigentlich mit Erkenntnis meinen und worauf sich im Wesentlichen bei der Betrachtung der Ursache der Willenskraft diese Erkenntnis bezieht. Denn wenn wir sagen, dass Erkenntnis an sich Macht ist, so muss man vor allem die ungeheure Tragweite dieses Satzes richtig erfassen.

Sie verstehen mich leicht, wenn ich Ihnen erkläre, dass wir uns unter dem Willen nicht eine Kraft an sich vorstellen dürfen, sondern vielmehr eine Kraftäußerung. **Kann sich diese Kraft frei und ungehindert auswirken, so zeigt sich ein starker Wille, wo wir dann von „Kraftfreiheit“ sprechen.** Kann sich die hinter dem Willen stehende Kraft nicht frei äußern, so tritt **Willensschwäche** in Erscheinung, wobei wir dann von einer **„ Krafthemmung“** sprechen.

*Suchender: Ich glaube, mir wird jetzt etwas ganz Wichtiges klar, dass das, was wir unter Willenskraft verstehen, **ausnahmslos in jedem Menschen vorhanden sein muss**, und zwar ganz gleich, ob er sich heute als willensstark oder willensschwach zeigt.*

Erkennender: Richtig, so ist es genau! In jedem Menschen ist diese Kraft vorhanden, und selbst in kranken und körperlich schwachen Menschen noch, denn daraus allein wird nämlich erklärlich, warum wir die größten Willensleistungen oft noch bei solchen Menschen feststellen können, die schon mit einem Fuß im Grabe stehen.

Während andererseits oft die gesundesten und körperlich kräftigsten Menschen buchstäblich Schwächlinge in der Willenskraft sind. **Aber darauf kommt es an, dass sich diese Kraft zu äußern vermag, dass sie wirksam wird, völlig ungehemmt wirksam wird, wenn es notwendig ist.**

Suchender: Ich verstehe, man muss also über seinen Willen verfügen können, womit sich zeigt, dass der Wille sozusagen ein Werkzeug von etwas Höherem sein muss.

Erkennender: Ins Schwarze getroffen, Sie haben vollkommen recht, und ich freue mich, dass wir uns schon soweit nahe gekommen sind. **Die Kraft des Willens ist eine seelische Kraft und der Wille selbst ein dienstbarer Geist des Menschen.**

Er tritt ins Erscheinen, wenn vom Menschen dazu die Voraussetzungen geschaffen sind oder, wenn er selbst noch nicht zur Erkenntnis seiner eigenen Wesenheit erwacht ist, wenn die äußeren Einflüsse der Verhältnisse usw. die Voraussetzungen zum Inkrafttreten des Willens schaffen.

Suchender: Langsam fange ich an zu begreifen, was Sie mit Erkenntnis meinen. Die Erkenntnis des eigenen Wesens meinen Sie vor allem, die Erkenntnis der eigenen Natur, wie überhaupt den Grund des eigenen Wesens.

Erkennender: Ja, man muss begreifen und erkennen lernen, warum man überhaupt da ist, aus welchem Grunde man überhaupt ein Mensch ist und ferner, was es bedeutet, ein Mensch zu sein.

Suchender: Und was ist das Ergebnis dieses Begreifens?

Erkennender: **Das vor allem, und damit kommen wir zum dritten Geheimnis des Positivismus, dass allein aus dem Denken sich innere Freiheit gestalten kann und dass überhaupt nur aus dem Denken heraus Lebens- und Schicksalsbemeisterung möglich ist.**

*Suchender: Ich erfasse, und dass dadurch eben der Gedanke und die **Macht des Denkens** sich als das größte Geheimnis des Menschseins und der bewussten Schicksalsgestaltung erweisen.*

Erkennender: Richtig, und deshalb sagen wir: **Gedanken sind Kräfte, die Himmel und Erde bewegen können. Was Du denkst, das bist Du! Was Du dauernd denkst, bestimmt das Wesen Deines Menschseins.**
Denkst Du Gedanken der Freiheit, bist Du frei! Denkst Du Gedanken der Hemmung und des Unvermögens, bist Du unfähig zu irgendeiner Kraftentfaltung.

Suchender: Nur durch das Denken, durch das einfache Denken?

Erkennender: Nein, sondern durch die Macht der Erkenntnis und daraus sich entwickelnd durch die Macht des **„Glaubens“** und der **„Überzeugung“**, die aber nur entstehen kann, wenn vorher durch das Denken die Voraussetzungen geschaffen wurden.

Suchender: Das ist mir einleuchtend, denn jeder weiß ja, welche gewaltigen Leistungen möglich sind, wenn die Überzeugung von einer Sache und der Glaube an eine Sache erst einmal im Menschen wirksam sind.
Hierdurch lerne ich auch begreifen, dass der Wille tatsächlich keine Macht an sich sein kann, sondern wirklich vielmehr die Äußerung einer seelischen Kraft, deren Dasein bzw. deren Wirksamkeit durch den Glauben und durch die Überzeugung gegeben sind.
Seltsam, dass ich daran früher noch nicht gedacht habe, ich habe wirklich immer gemeint, den Willen müsse man richtig so entwickeln wie einen seelischen Muskel. Jetzt auf einmal ist mir etwas aufgegangen, und nun ist mir auch mit einem Male klar geworden, warum Menschen sich plötzlich ändern können und vom Willensschwächling zum Willensriesen heranwachsen, wenn durch irgendeinen Umstand ein mächtiger Glaube in ihnen entfacht worden ist.

Erkennender: Ich bin wirklich erfreut über das so schnelle Wachsen Ihrer Erkenntnis, lieber Freund. Jetzt können wir uns schon viel leichter verstehen und darum wollen wir festhalten: **Willenskraft ist einfach da**, aber irgend etwas muss eintreten, damit sie lebendig wird. Bis dahin schläft also die Willenskraft, und wenn der Einzelne glaubt, er besäße keinen Willen, so ist das einfach ein Irrtum, eine falsche Ansicht über das Wesen der inneren Kräfte.

Suchender: Wie kommt es aber nun, dass man durch Übungen seinen Willen entwickeln kann, denn das ist doch eine unangreifbare Tatsache?

Erkennender: Ja, das ist sie auch, womit jedoch an unserer Erkenntnis nicht das geringste geändert wird. Deshalb nämlich nicht, weil die Übungen zur Entwicklung des Willens einfach ein Weg zum Bewusstmachen der Willenskraft sind.

Es gibt viele Wege, die zur Seligkeit führen und genauso viele, die den Willen aktiv machen. Hier ist es die Übung, das zielbewusste Training, bei einem andern Menschen die Wucht eines großen Schicksalsschlages, die Not, die auf den Menschen einpeitscht und ihn dadurch zwingt, sich aufzuraffen oder unterzugehen, und wieder in einem andern Falle die klare und eindeutige Erkenntnis über das innere Vermögen und die aus einer höheren Erkenntnis möglich gewordene kluge Verwendung des inneren Reichtums. Sklavennaturen müssen gepeitscht werden, um einen starken Willen zu entwickeln.

Zum gewöhnlichen Erkennen befähigte Naturen müssen weise gelenkt werden durch Übungen, wodurch Willenskraft in Erscheinung tritt als Ergebnis bewusst entwickelten Gehorsams gegenüber einem höheren Ziel, während alle zur höheren Erkenntnis befähigten Menschen den Weg der Einsicht und Vertiefung in das Wesen der seelischen Kräfte gehen.

Jeder dieser drei Wege führt unbedingt zum Erfolg, vorausgesetzt, dass sie konsequent gegangen werden. Und dieser letzte Weg, der Weg der Einsicht, ist besonders wichtig.

Suchender: Ich erkenne, er ist deshalb besonders wichtig, weil es viele Menschen gibt, die sich erstens nicht in einer so großen Not befinden, dass das Schicksal dauernd wie mit einer Peitsche hinter ihnen her ist, um sie aus ihrer mittelmäßigen Leistung herauszureißen, und die zweitens auch keine Gelegenheit haben, sich im Gehorsam gegenüber einem hohen Ziele dauernd so zu üben, dass daraus die größere Willensleistung entsteht. Wollen nun diese Menschen trotzdem zu einem starken Willen und damit zu einer zielbewussten Gestaltung des Lebens kommen, so ist der Weg der Einsicht und Erkenntnis der gegebene.

Erkennender: Wunderbar erfasst, ganz so ist es! Damit wird der Positivismus zu einer regelrechten Lehre des Glücks für unzählige Menschen, die sich danach sehnen, aus eigener Kraft zu höheren Leistungen und zur Meisterung des Lebens zu kommen.

Hierbei kommen wir auf unsere Eingangsfrage zurück: Durch die Macht des Positivismus lernt auch der Mensch lebensbejahend und wahrhaft positiv zu sein, bei dem die Voraussetzungen zu fehlen scheinen. Wie wir erkannt haben, fehlen diese Voraussetzungen jedoch nicht. Was fehlt, ist lediglich - - - ?

*Suchender: Lediglich die Erkenntnis, die E**rkenntnis von der wahren Ursache der Willenskraft** und damit zugleich die Erkenntnis von der Macht des Willens, welche die Voraussetzung ist zur Erlangung mächtiger, Berge versetzender Überzeugungen und die ihrerseits die Äußerung der Willenskraft ermöglichen.*

Erkennender: Herrlich, wie Sie das begriffen haben, doch vorläufig bleibt das alles trotzdem nur graue Theorie, und warum wohl? Deshalb, weil Sie

die Natur der Gedanken und insbesondere die Gesetze und die Macht des Denkens noch nicht kennen.

Suchender: Ja, das muss ich zugeben, denn es ist ja so, dass man meist gar nicht Herr ist seiner Gedanken. Man denkt nicht selber, sondern die Gedanken kommen von allein. Aber warum ist es so? Ist das eine Folge dieser Gedankenmacht, die Sie meinen?

Erkennender: Ja, das ist eine Folge davon, dennoch gibt es eine Erkenntnis, die Sie auch in diesem Punkte mit einmal klar sehen lässt. Sie selbst sind in diesem Augenblick dafür das beste Beispiel. Denn wie kommt es, dass Ihnen bis jetzt die Gedanken gerade so gekommen sind, wie das für unser Erkennen nützlich war?

Suchender: Ich weiß, weil Sie durch Ihre Darlegungen meine Gedanken bewusst geleitet haben. Mein Denken bleibt dadurch nicht sich selbst überlassen, sondern folgt einem geschickten und klugen Führer. Aus mir selbst wäre ich niemals auf diese Ideen und Erkenntnisse gekommen, nur, weil Sie mir alles so klar gelegt haben, ging mir ein Licht nach dem andern auf.

Erkennender: Sehen Sie, lieber Freund, damit kommen wir wieder einen mächtigen Schritt vorwärts, und gerade an Ihrem eigenen Beispiel lernen Sie auch zu begreifen, wenn wir sagen, dass Erkenntnis uns frei macht.

Wir sind solange unfähig, uns aus eigener Kraft zu behaupten, aus eigener Kraft uns selbst und unserem Willen gegenüber unsere Gedanken durchzusetzen, wie wir sozusagen im Dunkeln tappen. Man muss darum sehend werden, um den Weg zu gehen, der zum Ziele führt. Und wer nicht selbst sehen kann, in dem es innerlich noch nicht leuchtet, dem muss ein anderer innerlich Licht machen.

Hierzu ein Beispiel: Stellen Sie sich vor, Sie befinden sich in einem Haus mit tausend Räumen. In diesem Hause wäre aber kein Licht, sondern überall nur tiefste, undurchdringlichste Dunkelheit.

Da Sie in dieses Haus hineingesetzt wurden, ohne von seinen Räumlichkeiten unterrichtet worden zu sein, wissen Sie sich gar nicht zu helfen.

Trotzdem vermag Ihnen aber dieses Haus mit seinen Annehmlichkeiten alle Wünsche zu erfüllen.

Ist es Ihnen einleuchtend, dass Sie davon solange keinen Gebrauch machen können, wie Sie in diesem dunklen Hause nicht Bescheid wissen und gerade darum auch die Gänge und Türen nicht finden können, die Sie zu der Verwirklichung Ihrer Wünsche führen? Sie sind völlig machtlos in dieser Finsternis und erst recht, das werden Sie ebenfalls einsehen, wenn Sie versuchen sollten, mit dem Kopf durch die Wände zu rennen. Nur das eine bleibt Ihnen übrig: sich tastend vorwärts zu fühlen durch die Finsternis. Vielleicht will es dann der Zufall, dass Sie wenigstens eins der verborgenen Ziele bald erreichen. Will es das Unglück, rennen Sie jedoch überall gegen Mauern. So, mein lieber Freund, ist es mit dem Leben.

Haargenau gleichen unsere Seele und unser Körper diesem Haus der Finsternis. Wunderbare Möglichkeiten der Kraftentfaltung und des Könnens gibt es, aber wie finden wir uns in diesem Schaltwerk der Kräfte zurecht, wie

kommen wir heraus aus dieser Finsternis, um alle unsere Möglichkeiten auszunutzen?

Allein das ist die große Frage, und den Schleier lüftet das Denken. **Indem wir denken, richtig denken, vernünftig denken, tasten wir uns vorwärts.**

Das Denken erweist sich dadurch als der Leitstern zu unserm Glück. Erst geht durch das Denken ein ganz kleines Licht in uns auf, irgend etwas, vielleicht erst ganz Nebensächliches, wird uns klar, aber wir verzweifeln nicht und haben den Mut zum Weitersuchen, und so wird das Licht größer, indem wir immer weiter denken und uns dadurch immer weiter vortasten im Reich des Unbekannten, bis wir schließlich in den ersten Vorhof unserer Erkenntnis eingedrungen sind und dadurch befähigt werden zu den ersten Leistungen. Langsam keimt der Glaube an das eigene Können in uns auf, immer mehr Nahrung erhält dadurch die Flamme, die in uns brennt und durch deren Schein wir dann immer weiter finden, uns immer besser zurechtfinden in dem Labyrinth des seelischen Dunkels.

Und nun denken Sie an sich selbst, lieber Freund: Auch in Ihnen war zunächst ein großes Dunkel über das Wesen des Willens, ganz zu schweigen von der großen Wunderwelt des Positivseins, von der Sie bis jetzt erst ein ganz kleines Eckchen erfasst haben. In dieser Dunkelheit stellten Sie Fragen an mich, die ich auf einfachste Weise zu beantworten suchte.

Was sich daraus ergab, war das Aufglimmen des kleinen Lichtes. Doch sein Schein genügte, um die erste Wegstrecke zu erkennen, die wir gehen müssen in das große Reich unseres inneren Wesens. Langsam erfolgen so die ersten Schritte, die sich ergaben aus unserem Frage- und Antwortspiel.

Doch das alles, lieber Freund, zeigt Ihnen schon das Geheimnis um die Macht der Erkenntnis. Alles geht zuletzt, was einer will, wenn er erst weiß, dass er es kann. Und nur aus diesem Wissen um das eigene Können, aus dieser Überzeugung, aus diesem Glauben wächst der Wille.

Doch ein andermal mehr hiervon und ein andermal mehr auch darüber, was wir im vollen Umfang meinen, wenn wir vom Positivismus und von positiver Lebensführung sprechen. Wir leben wahrhaftig in einer Wunderwelt großer Geheimnisse, sie zu entschleiern und damit zu beherrschen, ist die Aufgabe des Positivismus, der damit wirklich zur Macht über das Schicksal verhilft und in einem noch viel größeren Umfang, als jemand sich träumen lässt.

Glückssuche und Selbsterkenntnis

Das „Dennoch“ und „Trotzdem“ aus schöpferischer Einsicht

Was ist das, was wir als das Glück unseres Daseins ansehen? Ist das bloßer Erfolg? Nein! Erfolg ist bestenfalls Mittel zum Zweck, eine von vielen Möglichkeiten, um dem Glück nahe zu kommen, sofern es auf materieller Ebene liegt, aber auch nur dann.

Ersehnen wir uns inneren Reichtum, so ist uns mit materiellem Erfolg nur soweit gedient, wie wir dadurch ein gutes Maß an Unabhängigkeit von Existenzsorgen erlangen. Bleiben wir innerlich arm dabei, so wird uns das Leben trotzdem zur Last. Dies beweist die Tatsache, dass es viel mehr Unglückliche unter den reichen als unter armen Leuten gibt.

Kurz vor seinem Tode äußerte der amerikanische Petroleumkönig Rockefeller, dass er während seines ganzen Lebens nicht einen einzigen wahren Freund gehabt hätte.

Glück ist ein Zustand unseres gefühlsmäßigen Befindens und eine reine Denk- und Bewusstseinssache. Es kennzeichnet sich durch seelische Zufriedenheit und dadurch bedingte innere Harmonie.

Aber die Frage ist, wodurch diese Harmonie in unserem eigenen Falle, also in uns selbst, zustande kommt, denn jeder von uns hat sein eigenes Glück, entsprechend seiner ganz speziellen Eigenart.

Wir sind keine Massenware, sondern eine Frucht am Baume der Menschheit, die es nur ein einziges Mal auf dieser Erde gibt, mögen sich auch noch so viele Ähnlichkeiten mit der allgemeinen Spezies Mensch ergeben. Und so, wie wir selbst **original** sind, so steht es auch mit den Reaktionen unseres Gefühls, wenn wir, und noch dazu auf die Dauer, wirklich glücklich werden wollen.

Was uns glücklich macht, muss etwas sein, was ganz und gar dieser Eigenart entspricht und so, wie es ist, darum auch nur für uns volle Bedeutung hat. Natürlich ist damit nicht gesagt, dass wir unsere spezielle Eigenart und das danach sich ausrichtende Glücksverlangen vor uns selbst gutheißen müssen, denn wir können so spleenig und verrückt beschaffen sein, durch eine kuriose Mischung von Anlagen, Empfindungen, Gefühlen und Gewohnheiten, dass wir alles andere als vernünftig in unserem Glücksstreben sind und wobei dann auch unser Hauptproblem der Lebensbemeisterung auftaucht, nämlich wie wir uns selbst so umschalten und umändern, dass wir trotzdem glücklich werden.

Hier jedoch ist eine Klippe, die Klippe der Selbsttäuschung und mit ihr zeigt sich auch, dass wir mit allgemeinen Ratschlägen zur Lebensbemeisterung wohl in äußeren Dingen, nicht aber bei uns selbst echte Erfolge erzielen können, wenn damit nicht gleichzeitig das Erwachen der Schöpferkräfte unserer Seele Hand in Hand geht. Deshalb nämlich, weil das, was uns ganz allein angeht und in seiner vollen Bedeutung nur von uns selbst wirklich klar erkannt und gewusst werden kann, auch nur von uns selbst schöpferisch zu formen bzw. zu verändern ist.

So bedauerlich das für manchen klingt, so wahr ist es trotzdem, dass es kaum jemanden gibt, der uns in unserer Eigenart richtig begreift und versteht. Bei der Originalität unseres Wesens ist das natürlich kein Wunder, und womit auch nicht gesagt ist, dass wir uns selbst richtig begreifen und verstehen. Die Möglichkeit dazu ist jedoch gegeben, besonders wenn man sich so mit den Triebkräften des menschlichen We-

sens beschäftigt, wie wir das tun. Doch auch das setzt schon eine schöpferische Tätigkeit der Seele voraus, weil wir uns nur mit ihrer Hilfe auf die Entdeckungsfahrt ins eigene Innere begeben können, zu der, wie wir wissen, oberbewusste Sinnestätigkeit und bloßes Verstandesdenken nur „Türöffner“ sind.
Es kommt also ganz allein auf uns selbst an, wenn wir glücklich werden wollen. Und dann ist entscheidend, dass wir beim Suchen des Glücks nicht im Dunkeln tappen und dadurch das Glück in etwas ganz anderem suchen, als es unserer individuellen Eigenart gemäß der Fall sein muss. **Aber gerade das setzt Selbsterkenntnis voraus und dazu ein hohes Maß an Freiheit von Illusionen.** Und hier ist auch die Klippe der Selbsttäuschung, von der wir sprachen und um die wir herumkommen müssen, ohne seelischen Schaden zu erleiden. Denn wenn sich eines Tages erweist, dass wir in unserem Glücksstreben einer Einbildung zum Opfer gefallen sind, sich unsere Glücksideale also als trügerisch erweisen, kann ein so großes seelisches Vakuum in uns entstehen, dass wir vor Verzweiflung über die innere Leere nicht mehr aus noch ein wissen.
Es kann dann passieren, dass wir von einem Extrem ins andere fallen und dabei alle guten Vorsätze über Bord werfen, die wir vielleicht lange Zeit hindurch als unumstößliche Maximen unserer Lebensführung betrachtet haben. Und alles, weil wir plötzlich merken, dass wir ja gar nicht dem Verlangen unseres inneren Menschen entsprechen und wodurch allein der Zustand eintreten kann, der, als Inbegriff des Glücks, zu wirklicher Befriedigung und Harmonie führt.
Eine Aufhellung dieser Zusammenhänge tritt ein, wenn man über die Gründe nachdenkt, die Menschen dazu bewegen, ihrem Leben freiwillig ein Ende zu setzen. Eine unerträgliche seelische Disharmonie ist die Ursache, Angst und Verzweiflung aus dem Gefühl grenzenloser innerer Leere und seelischer Nacht. Man kann sein Leben nicht mehr ertragen, weil alles Mühen darum sinn- und zwecklos scheint, und die Flucht aus dieser Hoffnungslosigkeit ergibt sich in dieser Depression als die einzige noch mögliche Konsequenz. Alle guten Ratschläge und selbst bester Trost sinken hierbei zur Bedeutungslosigkeit herab, weil sie nicht die Stelle der Seele berühren, auf die es ankommt, ebenso wenig, wie man mit materiellen Schätzen dieses Vakuum auffüllen kann. Nur religiöser Glaube vermag allenfalls noch Halt zu bieten, dies jedoch nur dann, wenn die inneren Abläufe es zulassen, sich also keine vom Verstand errichtete Wand des Zweifels dagegenstellt.

Wir verstehen, was damit gesagt sein soll: Wenn das, was wir Glück nennen, ein Zustand seelischer Harmonie ist, der Eintritt dieser Harmonie aber ganz und gar abhängig ist von unserer individuellen Eigenart, so muss damit unser Glücksstreben genau übereinstimmen, wenn wir wirklich glücklich werden wollen. Und das setzt voraus, dass wir zuerst zu einer Klarheit über uns selbst kommen müssen, damit wir auch tatsächlich wissen, was im Sinne dieser Erkenntnisse unserem Glück dienlich ist.

Wir dürfen also nicht bedenkenlos einem Glücksziel nachjagen, das den Anschein erweckt, als ob es uns glücklich machen könnte. Und stellen wir fest, dass wir so geartet sind, dass kaum jemals unser inneres Sehnen erfüllt werden kann, um die

innere Zufriedenheit zu erleben, die wir als den Zustand des Glücks erkannt haben, so ist es falsch, sich mit einem „Ersatzglück“ zu begnügen, wenn damit nicht eine durch schöpferische Erkenntnis bewirkte Erlösung von unerfüllbaren Hoffnungen und Wünschen zusammenwirkt.

Bitte, richtig verstehen: Nicht Verdrängung und Unterdrückung von Hoffnungen und Wünschen sind gemeint, sondern eine Befreiung unseres inneren Menschen von ihren Einflüssen, und deshalb, weil wir nur damit den Gefahrenherd in uns beseitigen, der eines Tages das Ersatzglück als Selbsttäuschung entlarvt, und was es ja auch ist, solange der innere Mensch nicht aufhört, im Banne der ursprünglichen Glücksvorstellungen zu schwingen.
Die Konsequenzen hieraus sind von größter Tragweite für uns alle, einerlei, ob wir das gleich erkennen oder nicht. Und mancher von uns liegt vielleicht schon seit Jahren und Jahrzehnten in einem beständigen Ringen um die Konsolidierung seiner inneren Situation. Er ist weder „Fisch“ noch „Fleisch“, schwankt dauernd hin und her und ist darum weder richtig glücklich noch eigentlich unglücklich. Wenn er manchmal längere Zeit hindurch von dem inneren Gefahrenherd nichts merkt, so ist er wieder einer neuen Selbsttäuschung unterlegen, die solange das innere Gleichgewicht ausbalanciert, bis ihm dann doch wieder durch irgendein Ereignis die Augen über sein wirkliches Befinden aufgehen.
Hieraus resultieren die Depressionszustände, an denen so viele Menschen leiden, die Mutlosigkeit und die Hoffnungslosigkeit im Blick auf den Sinn des Lebens und den tatsächlichen Wert menschlichen Daseins vom Standpunkte wahrhafter seelischer Befriedigung.
Alle diese Menschen gleichen verschlagenen Schiffen auf stürmischen Meeren. Sie haben weder einen Hafen noch einen Anker, die Sicherheit geben. Man hängt in der Luft und fühlt sich allein. Und alles deshalb, weil man sich selbst gegenüber blind ist, weil man im Dunkeln tappt auf der Suche nach dem Glück. Weil man von unerfüllbaren Hoffnungen und Wünschen gemartert wird und noch niemals ernstlich den Versuch unternahm, sich davon durch schöpferische Selbsterkenntnis zu erlösen.
Dies aber nicht, um zu verzichten, und das ist das Positive, was wir hiermit anstreben, sondern um dem „großen Schicksal“, mit dem wir uns dabei auseinander setzen, ein aus tiefstem Herzen kommendes **„Dennoch“** und „**Trotzdem“** entgegenzurufen.
Dennoch, weil wir gerade durch diese Selbsterlösung erst erkennen, welche Fülle an individuellen Glückswerten es gibt, die das Leben trotzdem lohnen, einerlei, ob die Hoffnungen und Wünsche, von denen wir uns befreien, eine unerreichbare Liebe, unerreichbare Ideale oder unerreichbare materielle Güter umfassen. Zuletzt ist alles ersetzbar, was glücklich machen kann, aus der Macht höherer Erkenntnis. Und gelingt es uns auf diesem Wege, uns selbst zu entdecken, dann haben wir sogar mehr gewonnen, als wir je vermissen können.
Leiden sind, von höherer Warte aus gesehen, in Wahrheit Boten des Glücks, denn erst die Überwindung des Leides macht den Menschen fähig, das höchste Licht zu erblicken.

Unerlässliches

Dass wir unser Ziel klar sehen!
Dass wir unbeirrt an uns glauben!
Dass wir Tag für Tag einen Schritt voran tun auf unserem Wege!
Dass wir uns durch Fehlschläge nie beirren lassen!
Dass wir hellwach sind gegenüber negativen Gedanken und Beeinflussungen!
Dass wir bewusst aufbauende Gefühle hegen!
Dass wir uns verständig zeigen gegenüber allem, was gut und richtig ist!
Dass uns immer das Wohl unseres Nächsten am Herzen liegt!
Dass wir wissen, dass ohne den Segen des Himmels unser Weg ein Irrweg ist!

XIV. Teil
Suggestiv-Repetitorium

Die leicht fassliche Methode zur Aneignung der geistigen Grundhaltung des positiven Menschen

„Was in der Physik die Formel ist,
die Macht gibt über Stoffe und Naturkräfte,
das ist beim Willen und der Geisteskraft die rechte Erkenntnis
um die gesetzmäßigen Vorgänge in uns selbst.
Die Entfaltung starker seelischer und geistiger Kräfte ist daher zuallererst
eine Frage des Wissens, und dies um so mehr,
je kleiner der Glaube an das eigene Können ist.“

Mein verehrter Leser, wie Sie aus allen vorangegangenen Abschnitten entnommen haben, kommt es für den Leser des Erfolgs-Systems sehr darauf an, dass er sich mit dem Begriff „positiv“ eingehend vertraut macht. Hier ist dieser Begriff nicht nur der Ausdruck einer bejahenden Lebenseinstellung, sondern der Inbegriff echten, aufrechten Tatmenschentums. Hören Sie, was wir im Einzelnen damit meinen:

Positivismus im Sinne der Lehre des geistigen Positivismus (Mental-Positivismus *1) verkörpert Lebensmut, Tatkraft, Konzentration, Zielstrebigkeit und Selbstbemeisterung, ein individuelles Höchstmaß an Geisteskraft und persönlicher Freiheit durch höhere Erkenntnis, Ehrlichkeit und Güte des Wesens, Hingabe an die Ideale der Menschheit, Liebe zum Schöpfer und zum Nächsten, neben einer entschiedenen Bejahung alles Liebenswerten und Schönen in unserer Welt und jeder Möglichkeit und jeden Fortschritts, der das menschliche Dasein auf Erden fruchtbarer, angenehmer und glücklicher machen kann.
Wer in diesem Sinne positiv werden will, muss täglich und stündlich dieses kraftvolle, harmonische Wesen in sich bewusst machen und zu erleben trachten. Er muss es bilden und aufbauen aus den Bausteinen seines Erkennens und es zur tragenden Grundidee seines ganzen Menschen machen. Wie ein Künstler muss er dazu innerlich formen und meißeln, bis auch sein äußerer Mensch Kunde von der inneren Haltung gibt.

Das also verkörpert uns der Begriff „positiv", mein verehrter Leser. Welchen Weg wir beschreiten müssen, um dieser glückhaften Zielsetzung weitgehend zu entsprechen, das zeigt uns in jeder Hinsicht unser Erfolgs-System. Eine seiner wichtigsten Lehren bezieht sich dabei auf die Meisterung der Vorgänge hinter der Schwelle des Bewusstseins. **Es muss erreicht werden, dass wir vollkommen spontan, also ganz ohne Absicht und Zwang positiv denken lernen, entsprechend der Lehre: Der Erfolgsmensch ist ein Richtigdenker aus Gewohnheit, während der Mensch des Mißerfolges ein Falschdenker aus Gewohnheit ist.**

Gelingt uns das, so ist der größte Teil des Weges zum positiven Menschen bereits zurückgelegt, denn so, wie wir denken, so reagieren und handeln wir. Wir erreichen das durch die Ausnutzung eines geistigen und eines seelischen Mittels, wodurch wir die Macht der Überzeugung in uns aufrichten.
Das geistige Mittel besteht darin, dass wir unseren Verstand zur Bejahung in der Anwendung des seelischen Mittels bringen. Dies geschieht, in dem wir ihm von allen Seiten klar machen, dass es durchaus möglich ist, weitgehend das eigene Schicksal zu meistern. Gleichzeitig heißt es, ihn davon zu überzeugen, dass dies nur über die Macht der Seele möglich ist.
Das seelische Mittel besteht darin, dass wir unser Denken nach den obwaltenden Gesetzen für eine positive Lebensbeeinflussung einrichten. Hierzu studierten wir die Lehre vom suggestiven Einfluss auf die im Unterbewusstsein wirkenden Antriebe unseres Verhaltens und Handelns.
Wir analysierten unseren Charakter und nahmen uns vor, unseren ganzen inneren Menschen entsprechend der Voraussetzungen eines positiven Daseins umzubauen.

Wir legten dabei einen Weg zurück, der uns das Rätsel der menschlichen Person von allen Seiten aufzuhellen versuchte. Das Wissen, das wir uns dabei aneigneten, war so vielseitig, dass sich daraus eine ganz neue Lebensschau ergab: Die Welt des positiven Menschen, die Welt ohne Ärger und Hast, ohne Angst und Furcht, überhaupt ohne negatives Denken! Dazu die Möglichkeiten einer klugen Lebenskunst und einer sicher wirkenden Erfolgstechnik, gegründet auf eine tiefe Einsicht in das Wesen der Natur und ihrer Gesetzmäßigkeiten.
Über jedem neuen Gedankengang stand immer wieder der Leitsatz: **„Nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei."**
Was hilft uns aber all dieses ganze Wissen, mein verehrter Leser, wenn daraus nicht die Konsequenz gezogen würde, unseren inneren Menschen umzustimmen und ganz dahin zu bringen, dass er wirklich nur noch im Geiste dieser neuen Lebensschau denken, fühlen und handeln kann.
Das bedeutet, dass wir uns die Grundsätze der positiven Lebensführung immer wieder von neuem verdeutlichen und vor Augen führen, und dies nicht nur, um uns im oberbewussten Denken damit zu erfüllen, sondern erst recht und vor Allem im Unterbewussten.
Das bedingt einerseits, dass wir das Studium der Lehren des Erfolges zu einer richtigen Hauptaufgabe machen, und andererseits, dass wir die erlangten Einsichten in das Wesen der suggestiven Selbstbeeinflussung auch für diesen Zweck gründlich ausnutzen. Und die Praxis hierzu ergibt sich aus dem Suggestiv-Repetitorium.
Schon der Name sagt, was wir damit meinen: Wir erreichen damit, dass wir uns auf dem Wege der Selbstbeeinflussung wissensmäßig wie seelisch zu einer Totalbeherrschung aller entscheidenden positiven Lebenslehren bringen können, wozu wir nur nötig haben, die autosuggestiven Texte des Repetitoriums immer wieder auf uns wirken zu lassen und in uns aufzunehmen.
Es versteht sich von selbst, dass dies im Geiste der Einstellung geschieht, die für Suggestiv-Wirkungen entscheidend ist. Also absolut zuversichtlich und in der selbstverständlichen Erwartung, dass es so ist und so kommt, wie wir zu uns selbst sprechen.
Was wir lesen, sprechen wir langsam und beseelt in unserem Denken und zugleich mit unseren Lippen. Wir brauchen nicht laut zu sprechen, jedoch so, dass es unsere Ohren hören. Wichtig ist dabei auch die Imagination, die, wie wir wissen, schon im Voraus fühlbar macht, was werden soll. Es verlohnt sich, wenn Sie hierzu noch einmal überlesen, was im zweiten Teil des Erfolgssystems über das Wesen der Selbstbeeinflussung gesagt wurde.

Von großer Bedeutung ist auch die Entspannung vor jeder Übung. Machen Sie also vorher eine Ruheübung, bevor Sie in die eigentliche Selbstbeeinflussung eintreten. Anschließend an die Suggestion ist es gut, erneut eine Ruheübung vorzunehmen. Hierdurch dauert der wohltuende Einfluss der jeweiligen Selbstsuggestion an und beeinflusst um so tiefer die Struktur im Unterbewusstsein.
Wir denken hierbei an die Ruheübung im Kapitel über die geistige Arbeit des positiven Menschen. Um absolut entspannt zu sein, ist es ratsam, sich dabei eines Weckers zu bedienen. Wenn man ihn so einstellt, dass er nach zehn Minuten klingelt, kann

man sich noch viel besser entspannen, als wenn man immer das Ende der Übung nebenbei in den Gedanken hat.
Natürlich muss man auch diese Technik in seine Erfolgsplanung einbauen. Man wird also bestimmte Zeiten in der Woche dafür vorsehen. Einschließlich der beiden Ruheübungen dauert die Gesamtübung jeweils 30 Minuten. Man nimmt sich zurzeit immer nur eine Übung vor, die im Laufe der Zeit so oft durchgenommen wird, bis man innerlich fühlt, dass Satz für Satz der Übung im Unterbewusstsein verankert ist. Das reine Auswendiglernen ist dabei aber nicht gemeint, sondern das durch den suggestiven Einfluss der Übung bewirkte positive innere Schwingen. Im Übrigen erlebt man ja an der Wandlung seines Wesens, wie sich die Suggestivkraft der Texte immer mehr bemerkbar macht, und das ist dann der beste Maßstab für die Anzahl der Wiederholungen jeder einzelnen Übung.
Hierbei wirkt sich das Gesetz des organischen Wachstums aus, auf das man fest vertrauen kann.

Wie früher schon gesagt wurde, ist es dabei wie mit einem Samen, den man in die Erde senkt: Dass der Keim aufgeht, bewirkt die Beständigkeit im Üben. Von den insgesamt 8 Suggestionstexten wählt man sich diejenigen aus, die am besten den eigenen Wünschen und Zielsetzungen entsprechen. Wenn man alle Übungen - immer eine Übung zurzeit - durchgearbeitet hat, beginnt man wieder von vorn.
Der zielstrebige Leser wird sich täglich eine Übung vornehmen. Es genügt aber auch, wenn man jeden zweiten oder dritten Tag eine halbe Stunde Zeit dafür einsetzt.
Während des Tages muss man so oft wie möglich Gelegenheit nehmen, an den Inhalt der Übungen zu denken. Das ruft jedesmal einen neuen Impuls zur Förderung des inneren Wachstumsprozesses wach. Und selbstverständlich wird man sich auch bemühen, ganz im Sinne der Übung zu denken und zu handeln. Da die Forderungen der Übungen ganz und gar übereinstimmen mit allen Forderungen aus dem Tageslauf des positiven Menschen und unserer ganzen Erfolgstechnik und Lebenskunst, ist das ohne Belastung möglich, denn wir entsprechen ja damit nur unseren Vorsätzen. Und überhaupt soll ja durch das Suggestiv-Repetitorium in erster Linie erreicht werden, dass wir nun ganz so handeln, wie es der Erfolg gebietet, und dies immer mehr aus dem Gefühl heraus. Das positive Denken wird durch die geistige Technik, die dem Suggestiv--Repetitorium zugrunde liegt, sehr bald zur zweiten Natur.
Ich denke, meine verehrte Leserin, mein verehrter und Leser, Sie sehen nun vollständig klar. Jetzt liegt es an Ihnen, hieraus die Nutzanwendung zu ziehen.

Übungstexte des Suggestiv-Repetitoriums

1. Übung: „So stehe ich über den Dingen“

Wer ein ganzer Mensch und wirklich positiv sein will, muss über den Dingen stehen! ... Es ist notwendig, dass ich ganz genau erfasse, worauf es hierbei ankommt: Es gibt den Standpunkt des Alltagsmenschen und den des positiven Menschen ...
Der Alltagsmensch betrachtet alle Dinge des Lebens und alle Angelegenheiten seiner Mitmenschen nur von der Warte eines kleinen Krämergeistes. Er sieht nur das Äußere, nur den äußeren Schein, nur den vergänglichen Leib mit seinen tausend Unvollkommenheiten, nicht aber zugleich die Seele und die Ewigkeitswerte des Alls. Und immer nur denkt er daran, was ihm zustoßen, missraten und ihn verfolgen könnte oder an die Schwächen und Fehler seiner Mitmenschen ...
Ist es ein Wunder, wenn ein solcher Mensch in den Banalitäten, Albernheiten und Lächerlichkeiten des Lebens versackt und im Grunde genommen mehr tot ist als lebendig? ... Niemals kann ein solcher Alltagsmensch wirklich glücklich und zufrieden sein ... Niemals kann seine Seele befreiend aufatmen in den unendlichen Schönheiten, die uns das Leben zu bieten vermag ...

Es ist ganz selbstverständlich, dass ein Mensch mit dieser Einstellung zum Leben nur ein negatives Leben führen kann, denn unausgesetzt wird er gepeinigt und verfolgt von seinen griesgrämigen und ängstlichen Gedanken ...

Ganz anders dagegen die Einstellung des positiven Menschen: Für ihn gibt es nur das Schöne, das Heitere, das Freudvolle des Lebens. Niemals ein Hadern mit dem Schicksal, niemals eine negative, unfruchtbare Einstellung zu seiner Umwelt! ...
Gewiss, auch er weiß ganz genau, dass nicht alles vollkommen und gut ist. Gewiss, auch er sieht die Schattenseiten des Lebens. Aber zugleich auch das Licht in seiner Fülle und darauf kommt es an! Es gibt viele Unabänderlichkeiten des Daseins, die wir in Kauf nehmen müssen. Diesen Unabänderlichkeiten gegenüber steht aber eine solche Fülle des Glücks, dass ich niemals einen Grund zur Verzweiflung zu haben brauche! ...
Allerdings, eins ist notwendig: Ich muss fähig sein, die glücklichen Umstände meines Lebens zu sehen und zu erfassen. Das innere Auge, das Seelische muss dafür aufgehen, das nur zu leicht geschlossen bleibt durch unerfüllbares Wünschen und Hoffen ...
Darauf kommt es an, dass ich mich zuerst mit meinem großen Schicksal aussöhnen und abfinden lerne. Habe ich das erreicht, dann erst erwacht mir mein Blick für das Glück meines Lebens und meines besonderen Lebens ...
Darum befreie ich mich von allen Illusionen und Phantastereien und erkenne meine Grenzen! ... Alles Unabänderliche bestimmt meine Grenzen ... Je klarer ich das erkenne, um so besser ist das für mich ... Also alles Unabänderliche ... alles Unabänderliche ...
Darüber bin ich aber nicht traurig, sondern werde durch diese Klarheit erst recht zum glücklichen und frohen Menschen. Das wird bestimmt geschehen, weil ich mich innerhalb meiner Grenzen als Meister erweise ...

Viele tausende Schönheiten bietet das Leben, auch in den engsten Grenzen, aber richtig leben muss ich und über dem Materiellen vor allem die seelische Welt erkennen ... Was ist denn Glück? Zuletzt doch gar nichts anderes als glückliches Denken ...

Hier zeigt sich, ob ich positiv bin oder nicht: Dass ich das Leben liebe mit ganzer Hingabe, mit ganzer Kraft, dass ich schaffe und gestalte und forme und arbeite, aber dennoch über den Dingen stehe! ...
In allem, was sich meinem Auge zeigt, sehe ich ein Gleichnis: Alles fließt, alles geht vorbei, und worauf es ankommt, ist nicht das Materielle, das Körperliche, sondern allein, was an seelischen Werten aus dem Werden und Vergehen geboren wird, und nur, um die Seele zu vervollkommnen und glücklich zu machen, lebe und schaffe ich, und nur deshalb bekommt das Dasein überhaupt Sinn und Zweck ...

Daran denke ich, und diese Erkenntnis ist die Grundlage meines ganzen Strebens: Alles Materielle verliert seinen Sinn ohne die Seele, und wenn die Welt überhaupt glücklich machen kann, so nur um der Seele willen ...
Darum reiße ich mich heraus aus dem Alltagsmenschentum und lerne über den Dingen stehen! ... Ich erstrebe den Fortschritt und immer höhere Entwicklung, aber ich lasse mein Streben nicht Selbstzweck sein, sondern Diener und Vollender der Seele ... Nur als geistig strebender Mensch komme ich meiner Bestimmung nahe, dem wahren Ziel meines Daseins, dem Erwachen meiner Seele zum Licht ...

2. Übung: „So meistere ich alle Hemmungen“

Die positive Einstellung zur vergänglichen Welt ist die Voraussetzung zur Ausschaltung von Angst und Furcht, die der Nährboden negativer Gedanken und aller Hemmungen sind ...
Seelische Hemmungen können niemals in mir entstehen und sich in mir breitmachen, wenn ich ihnen keine Nahrung gebe ... Wenn ich Angst habe, ernähre ich die Hemmungen und mache sie stark, so dass es gar kein Wunder ist, wenn ich von ihnen beherrscht werde ...
Damit erkenne ich den Weg, den ich gehen muss, um mich von allen Parasiten meines seelischen Lebens zu befreien: Aufhören mit der Ernährung der Hemmungen und die Kraft meiner Aufmerksamkeit nur auf das Positive, nur auf das Lebensbejahende und Aufbauende richten! ...
Darauf kommt es an und das beachte ich! ... Das Geheimnis der Freiheit ist das Geheimnis einer richtigen Steuerung meiner Aufmerksamkeit! ... Alle Hemmungen verschwinden, wenn ich ihnen einfach mein Interesse entziehe! ...

Es ist vollkommen falsch, mit Gewalt gegen Hemmungen vorzugehen ... Nicht darauf kommt es an, dass ich sie unterdrücke, sondern dass ich mich von ihnen erlöse, und zwar durch richtige Erkenntnis und positive Gedankeneinstellung ... Wie aber sollte ich das, wenn ich nicht zuerst jede Angst vor ihnen verlieren würde? ...

Deshalb heraus mit jeder Angst und Furcht aus mir! ... Ich muss kühn und mutig gegenüber meinen Hemmungen werden, nur dann werde ich sie los! ... Und wie mache ich das? ... Einfach dadurch, dass ich sie an mich herankommen lasse, und indem ich überhaupt alles an mich herankommen lasse, was mich unsicher, unruhig oder ängstlich macht! ...

Wer Angst und Furcht hat, ist ein Feigling des Lebens! ... Das Leben ist Kampf, aber es kann ein froher und befriedigender Kampf sein! ... Es kommt ganz darauf an, wie ich das Leben betrachte und wie ich mich zum Leben einstelle ... Werde ich von Angst und Furcht beherrscht, so habe ich von vornherein verloren ... Dann kämpfe ich nicht gegen wirkliche Widerstände, sondern gegen Feinde, die ich selber geschaffen habe! ...

Wenn ich weiß, dass mein Interesse und meine Aufmerksamkeit den Hemmungen Nahrung geben, so tue ich klug, wenn ich mich überhaupt nicht mehr mit meinen Hemmungen beschäftige ...
Statt dessen muss ich mich im positiven Denken üben ... Tag für Tag, Stunde für Stunde! ... Und nicht nur positiv denken muss ich, sondern auch positiv handeln! ... Ich muss unter Beweis stellen, was ich kann! ...
Ich muss mutig sein und wagen ... und auch dann, wenn ich Angst habe vor einem Mißerfolg ... Ich muss mir unter allen Umständen beweisen, was ich kann!... Und wenn ich vorläufig nur kleine Erfolge erziele, so steigern sie dennoch unaufhörlich mein Selbstvertrauen, und darauf kommt es an! ...

Was sind denn Hemmungen? Nichts anderes als Bilder in meinem Unterbewusstsein, die von dort aus meine Nerven und mein Gefühl beeinflussen ...
Wenn sie mich beherrschen, so nur deshalb, weil ich ihnen durch meine falsche Lebenseinstellung und mein negatives Denken dazu die Möglichkeit gebe ... Aber nicht nur auf mein eigenes Denken kommt es an, sondern auch auf den Einfluss meiner Umgebung ...
Ich schütze mich gegen jeden negativen Einfluss durch eine immer größere Untermauerung meines Selbstvertrauens! ... Nur ich selber bin für meine Leistungsfähigkeit entscheidend! ... Nur ich selber bin der Herr in meinem Gedankenhause! ...
Ich kann alles, was ich ernstlich will! ... Und was mir heute noch nicht möglich ist, das wird mir morgen möglich sein! ... Doch ich muss stets bedenken, wie groß die Macht ist, die aus dem Denken kommt ... Darum muss ich positiv denken ... immer nur ganz positiv! ...
Nur Gedanken der Kraft, des Lebensmutes, der Freude und des Erfolges dürfen mein Bewusstsein erfüllen! ... Und was mir an negativen Gedanken einfällt, darf ich nicht beachten! ...

Wie ich meinen Körper ernähre, so ernähre ich auch meinen Geist und meine Seele ... Alles, was ich liebe und alles, was ich fürchte, erzeugt einflussreiche Gedanken ... Die Gedanken, die ich mit Ausdauer denke, werden stark und immer stärker, bis sie mein Gefühl beherrschen.

Dann aber haben diese Gedanken Macht und erzeugen Wirkungen ... Es ist nicht wichtig, wie klein im Anfang ein positiver Gedanke ist ...
Ich muss ihn nur immer wieder denken, immer wieder ihm meine Aufmerksamkeit schenken, dann wächst er mit Sicherheit und wird zur Macht! ...
Ich ernähre meinen Körper klug, ich tue es auch mit meinem Unterbewusstsein! ... Nur positive Gedankennahrung macht mich stark, frei und erfolgreich nur positive Gedankennahrung! ... Darum denke ich positiv, nur positiv nur positiv! ...

3. Übung: „So erlange ich Mut und Tatkraft"

Das tägliche Leben verlangt von mir ein großes Maß an Mut und Tatkraft ... Ich bin mir darüber im Klaren, dass nur durch diese Erfolgseigenschaften Erfolge im Leben möglich sind ...
Nur dann kann man die Chancen des Lebens ausnutzen, nur dadurch ein großes Ziel erreichen ... In der Hauptsache kommt es darauf an, mutige und klare Entscheidungen zu treffen ...
Es ist notwendig, dass ich mich im richtigen und schnellen Entscheiden fortdauernd übe ... Jede Gelegenheit muss ich begrüßen, wo ich diese Fähigkeit unter Beweis stellen kann ...

Es kommt dabei auch auf die kleinsten Entscheidungen an ... Ich denke nach, wie ein richtiger Erfolgsmensch handelt: Jeder Griff sitzt! Alles was er macht, beweist Zielsicherheit und Geistesklarheit! Er denkt nicht lange nach, er handelt! ...
Dadurch hält er sich nicht auf und kommt vorwärts ... Seine Tatkraft wächst also aus der Fähigkeit zur schnellen Entscheidung ...
Mut und Tatkraft heißt vor allem, dass ich weiß, wie ich am besten meine Zeit ausnütze! ... Wenn ich es nicht verstehe, die vielen Entscheidungen jedes Tages glatt und spielend zu bewältigen, komme ich immer nur langsam vom Fleck! ...
Ich muss also nachdenken, was mich am schnellen Entscheiden hindert ... Ich erkenne, dass es vor allem Angst und Furcht und kleinliches Denken sind! ...
Meine höhere Einstellung zum Leben beweist auch hier ihre bergversetzende Kraft! ... Wenn es sein muss, dann muss ich bereit sein, auch Unliebsames zu ertragen! ... Viel Mühe! Viel Kraftaufwand! Viel Erduldung! ...

In meiner Entscheidungsklarheit zeigt sich meine Zielklarheit ... Ich muss immer genau wissen, wo ich den Hebel anzusetzen habe ...
Deshalb muss ich mich im zielklaren Denken üben ... Allem auf den Grund gehen, nicht oberflächlich sein, ganz gründlich und genau sein! ...

Wenn ich nach Genauigkeit strebe, arbeitet mein Geist immer genauer, denn Genauigkeit übt sich! ... In jedem Falle bestimmt meine Zielklarheit die Kraft meines Handelns! ...
Ziellosigkeit macht schlapp und schwach und unsicher ... Die inneren Kräfte haben keinen Ansatzpunkt ... Es ist keine Konzentration möglich ...

Es ist ein Irrtum, wenn man von sich glaubt, ohne Kraft und Mut zu sein ... Dann fehlt der richtige Lebensinhalt, dass richtige Ziel! ...
Was in uns wirkt und schafft, ist die Kraft der Natur, wo sie kein Ziel hat, da entfaltet sie keine Kräfte! ... Darum wird auch jedes Organ schwach, das wir nicht betätigen! ... Es ist ein Fehler, für den Geist und die Seele nicht gelten zu lassen, was für den Körper selbstverständlich ist ...

Darum müssen wir unserem Streben einen klaren Zweck geben, aber einen solchen, der auch dem Verlangen unserer Seele gerecht wird. Denn jeder andere Zweck ist ohne Bedeutung ...
Der Sinn des Lebens ist nicht der, nur da zu sein, sondern glücklich zu sein! Entspricht unser Ziel nicht dem inneren Verlangen, so arbeiten wir unausgesetzt gegen das Wollen unserer Seele; dadurch aber versagt unsere Kraft, und Mutlosigkeit und Depression sind die Folgen ...
Alle Methoden, alle Übungen und alle Kuren gegen die Mutlosigkeit werden überflüssig durch den richtigen Lebensinhalt! ... Es handelt sich hierbei um die Auswirkung der Grundgesetze des Lebens ...
Deshalb verfolge ich ein schönes Ziel, ein Ziel, das meinem inneren Menschen entspricht und mein Leben wertvoll macht! ... Nur das richtige Ziel lässt meine Kräfte und Fähigkeiten voll erwachen ...
Ich habe das richtige Ziel, darum erwachen meine Kräfte ... Ich bin ganz klar in mir ... Ich weiß, wozu ich lebe ... Ich weiß, wozu ich lebe ... Mut und Tatkraft sind mir darum auch nichts Fremdes ... Ich brauche Mut und Tatkraft, und darum habe ich sie ...

4. Übung: „So meistere ich meine Nerven“

Wenn meine Nerven mir Sorge machen, wenn sie mich peinigen, wenn sie gegen meinen Willen vibrieren und arbeiten, oder wenn sie mit mir durchgehen und nicht gehorchen, vielleicht in einer plötzlichen Aufwallung von Zorn oder Missmut, oder wenn sie plötzlich erregt werden durch Angst oder Furcht, so muss ich mir ganz klar darüber sein, dass nur mein Denken, immer wieder nur mein Denken den Zustand beseitigen kann ...

Meine Nerven sind die Mittler zwischen Körper und Seele ... Sie sind die tausend Werkzeuge der Seele, und wenn ich will und ganz fest entschlossen bin, gehorchen sie mir unbedingt! ...
Der negative Einfluss auf meine Nerven muss verschwinden, und alle Befehle, die ich den Nerven erteile, müssen positiv sein! Hierzu muss ich aufhören, mich von den Wellen des Lebens treiben zu lassen und ganz bewusst mein Leben lenken ...
Das kann ich aber nur, wenn ich richtig mit meinen Gedanken umgehe und aufhöre, ihnen jede Freiheit zu gestatten ...
Hat sich erst ein Gedanke meiner Nerven bemächtigt und spüre ich schon, wie mein Körper dadurch erregt und schädlich beeinflusst wird, so ist es sehr schwer, diesen

Einfluss zu meistern. Soweit darf es überhaupt nicht kommen! ... Deshalb muss ich das Negative bezwingen lernen, noch bevor es zu einem Einfluss auf Nerven und Körper kommt ...

Das bedeutet, dass ich schon im Keim alles Störende, Krankhafte und unruhig machende vernichte! Hierzu aber muss ich auf dem Posten sein und mein Gedankenleben so sorgfältig überwachen, dass ich schon im Anfang die Entwicklung eines negativen Einflusses erkenne.
Das aber heißt, bewusst leben und Schluss machen mit dem geistigen Schlendrian des Alltagsmenschen! ...
Die zielbewusste Beherrschung des Denkens ist um so leichter möglich und braucht um so weniger Kraft, je kleiner und unscheinbarer die gedanklichen Störenfriede sind ...
Bin ich in der Kontrolle meines Denkens nachlässig und gleichgültig, und überlasse ich mich willenlos allen Stimmungen und äußeren Einflüssen, so entwickelt sich schnell die kleinste Ursache zur größten Wirkung.
Und ist erst einmal ein negativer Gedanke groß und stark in mir geworden, so beherrscht er auch schnell mein Gefühl ... Dann bin ich machtlos und nicht mehr Herr, sondern nur noch ein Opfer meines Denkens ...

Nie kann ich ärgerlich, wütend oder mutlos werden, nie den inneren Halt verlieren, wenn ich so klug bin, schon gleich bei Beginn das Negative auszuschalten!!! Deshalb lasse ich es erst gar nicht so weit kommen, dass mich das Negative erfasst, sondern schalte mich sofort auf positives Denken! ...
Lenke ich alles Negative ab, schon gleich im Entstehen, dann bin ich immer der Herr in meinem Hause und meistere jede Situation!
Dass diese Ablenkung am allerbesten gelingt, wenn ich eine höhere Einstellung zum Leben habe und alle Dinge von der Warte des positiven Menschen sehe, versteht sich von selbst! ...
Deshalb ist auch das beste Mittel gegen ein rebellisches Nervensystem die ruhige, klare, nüchterne Überlegung ...
Wenn ich an meine Seele glaube und mich mutig abfinde mit allem Unabänderlichen und gegenüber meinen Mitmenschen von verstehender Liebe mich beherrschen lasse, werde ich innerlich ganz ruhig, ... und diese Ruhe wird um so größer, je öfter ich mich darin übe, mich von ihr durchdringen zu lassen ... Damit aber bin ich schon Herr meiner Nerven! ...

Deshalb strebe ich nach dieser Ruhe und entwickele sie immer mehr in mir als den starken Pol gegen die wirbelnden, nervös- und aufgeregt machenden Einflüsse des Lebens ...
Positiv sein, heißt nicht nur das Leben bejahen, mutig, tatkräftig und strebsam sein, sondern auch weise sein! ...
Vor mir selber muss ich da stehen wie ein Fels im Meer, das aber bewirkt die Weisheit ... Und je weiser ich werde, um so ruhiger werde ich innerlich ... und je ruhiger, um so weniger haben negative Kräfte Einfluss auf meine Nerven ...

5. Übung: „So bin ich erfolgreich im Umgang“

Ich muss meiner Umgebung gegenüber nicht nur eine Person, sondern eine Persönlichkeit sein! ... Der Erfolg kommt nicht zufällig, sondern durch die Beachtung kleiner und kleinster Ursachen ...
Will ich mit meinen Mitmenschen gut auskommen, so darf ich sie nicht so behandeln, wie sie sind, sondern so, wie sie sein sollen ... Ich selber werde von der Umgebung nicht nach meinen innersten Gedanken beurteilt, sondern so, wie ich scheine ...
Will ich geliebt werden, so muss ich liebenswert sein ...
Es kommt darauf an, was ich sage, ich kann so sprechen, dass man mich völlig verkennt ... Meine Mitmenschen sind keine Gedankenleser! ... Außerdem beurteilt man mein Verhalten stets von seinem eigenen Standpunkt aus ... Das ist um so wichtiger, je mehr meine Mitmenschen Alltagsmenschen sind ... Der Alltagsmensch ist nicht frei in seinem Denken, er muss so denken, wie es seiner geistigen Verfassung entspricht ...

Soll man mich als einen positiven Menschen betrachten, so muss das in meinem ganzen Verhalten zum Ausdruck kommen ...
Mein Auftreten muss frei und sicher sein! ... Mein Sprechen muss ruhig, beseelt und fest sein! ... Ich darf nicht schwatzhaft, nicht überschwänglich, nicht prahlerisch sein! ...
Jede Übertreibung, jedes unschöne und hässliche Wort muss meine Sprache vermeiden! ... Was ich sage, muss Hand und Fuß haben, muss zielklar sein, muss wissen, was es will! ... Im Gespräch muss ich ein aufmerksamer Zuhörer sein! ... Nie darf ich reden, nur um mir selber zu gefallen! ... Niemals meiner Umwelt auf die Nerven fallen! ... Klugheit entscheidet, nicht meine Eitelkeit! ...

Auch mein äußerer Mensch ist wichtig! ... Mein Aussehen! ... Meine Bewegungen! ... Mein Blick! ... Immer muss ich positiv wirken! ... Immer gepflegt! ... Immer anziehend und sympathisch! ... Nachlässigkeiten in äußeren Dingen geben ein schiefes Bild von mir! ...
Wenn ich will, dass ich geschätzt und geachtet werde, ist die Beachtung der Äußerlichkeiten unerlässlich! ... Auch meine Körperpflege! ... Auch meine Körperhaltung! ... Auch mein Gang! ...
Nirgends Übertreibung, doch überall Ordnung, Sauberkeit, Sicherheit! ... Das erzieht zugleich meinen inneren Menschen zur Korrektheit und Ordentlichkeit! ... Auch im eigenen Interesse darf ich also meinem äußeren Menschen gegenüber nicht nachlässig und gleichgültig sein! ...

Gegenüber allen Menschen, die nicht zu meinem engsten Umkreis gehören, muss ich stets Distanz beachten ... Übergroße Vertraulichkeit schadet ebenso wie abweisendes Wesen ... Nie eindringen in das Privatleben eines andern! ... Jeder muss selber wissen, was er tut! ... Das gilt auch für mich! ...
Deshalb schweige ich über alles, was ein anderer nicht zu wissen braucht ... Ich rede weder aus Neugier noch aus Mitteilungsdrang! ...

Wenn ich im Gespräch das Wort habe, so meide ich alles, was andere nur um der Rederei willen in ein schiefes Licht setzt ...
Ich meide also bewusst jeden Klatsch! ... Habe ich zu urteilen, so bin ich stets ohne Vorurteil und Gehässigkeit ... Ich darf meine eigenen Rechte und Vorteile jederzeit wahrnehmen, aber darf niemand schaden dabei! ...
Ich bin kein Alltagsmensch, sondern ein positiver Mensch! ... Stets muss ich mit den Kräften der Seele und des Himmels rechnen! ...
Augenblickliche kleine Vorteile schlagen auf die Dauer in das Gegenteil um, wenn ich ungerecht, unehrlich und egoistisch handele! ...

6. Übung: „So erlange ich Sympathie und Vertrauen“

Jeder liebt den kraftvollen, lebensbejahenden und harmonischen Menschen! ... Ich weiß warum: weil von ihm ein Fluidum des Vertrauens und der Zuneigung ausgeht! ...
Ich muss dieses Fluidum ganz ernst nehmen und nicht meinen, dass damit eine Wirkung nur äußerer Dinge gemeint ist! ...
Es strömen unaufhörlich seelische Kräfte von Mensch zu Mensch und nur diese Kräfte sind entscheidend, wenn Vertrauen und Sympathie entstehen sollen!

Während mein äußerer Mensch die Nerven meiner Umwelt beeinflusst und den Verstand urteilen lässt, verbinden mich meine fluidalen Kräfte mit seiner Seele und rufen dadurch gute oder schlechte Wirkungen hervor ...
Meine Strahlung kann nur gut und positiv sein, wenn ich auch in meinem Innern gut und positiv bin! ... Deshalb ist auch die persönliche Wirkung stets nach zwei Seiten zu bedenken: Mein äußerer Mensch muss sympathisch sein und mein innerer Mensch muss den seelischen Kontakt schaffen ...

Für die Wirkung des inneren Menschen sind alle Gedanken und Gefühle von Bedeutung, die mich im Laufe der Zeit bewegen und denen ich meine Aufmerksamkeit schenke ...
Sie sind das Baumaterial meiner inneren Struktur, die genau so wie mein körperlicher Mensch aus vielen Billionen von Einzelheiten besteht ...

Ich weiß, dass alle niedrigen, egoistischen, neid- und hasserfüllten Gedanken und Gefühle Niederschläge in mir zurücklassen und dadurch mein ganzes Fluidum verunreinigen.
Dadurch ist es kein Wunder, wenn ich anstatt anziehend, abstoßend und negativ wirke ... Will ich Vertrauen und Sympathie erzeugen, so muss ich mich also immer mehr innerlich verfeinern und veredeln, immer anständiger, sauberer und aufrichtiger denken! ...
Immer muss ich vor Augen haben, dass Gedanken Kräfte sind ... Das Böse in mir erzeugt ein abstoßendes Fluidum! ... Ich will Vertrauen und Zuneigung, darum erzeuge ich ein anziehendes Fluidum! ...

Der Weg dazu ist mir restlos klar: Meine Gedanken und Gefühle erzeugen diese Macht der Anziehung!
Ich muss innerlich so werden, dass man mich gern hat! ... Ich muss innerlich so werden, dass man mir Vertrauen entgegenbringt! ...
Egoismus ist Gift für meinen Einfluss! ... Gerechtes, wohlwollendes Denken der Magnet positiver Wirkung! ... Gedanken sind Kräfte! ... Mein Glaube an das Gute strahlt reine Kräfte aus! ...
Mein Glaube an meine eigene Kraft lässt auch die andern an mich glauben! ... Gedanken sind Kräfte! ... Ich muss Liebe ausstrahlen, wenn ich Liebe ernten will! ...
Nicht nur mit meinen Worten, sondern auch mit meinen Gedanken! ... Worte schaffen nur den äußeren Kontakt, erst meine Gedanken sind Kräfte! ...
Immer denke ich daran, immer denke ich daran! ... Wie ich denke, so strahle ich aus! ... Wie ich denke, so ist mein persönliches Fluidum! ...

7. Übung: „So lerne ich mich gut zu konzentrieren"

Das größte Hindernis der Konzentration ist mangelndes Selbstvertrauen! ... Äußere Umstände spielen nur eine untergeordnete Rolle ... Die Hauptsache ist, dass ich Vertrauen zu mir selber habe! ...
Dann ist entscheidend, ob die absolute innere Bereitschaft zu einer Konzentrationsleistung da ist! ...
Jede Arbeit wird zu einer Qual, mit der ich innerlich nicht einverstanden bin ... Alles geht leicht und spielend, woran ich Interesse habe und was mir Freude macht ... Dann macht die Seele mit, und darauf kommt es an ...
Mein innerer Mensch muss einverstanden sein und mitmachen! ... Das ist ein seelisches Problem, das ich vor jeder Arbeit lösen muss ... Das wird möglich durch Nachdenken und Überlegen ...

Sinn und Zweck einer Arbeit müssen mir klar sein! ... Der Zusammenhang meiner Arbeit mit einem positiven Endziel! ... Und meine Seele, mein innerer Mensch muss dieses Endziel bejahen und sich dafür einsetzen! ...
Dadurch erhält das Schaffen Sinn und die Lösung einer Aufgabe wird zur Selbstverständlichkeit ... Jede Arbeit kann Freude machen, wenn ich ihren tieferen Sinn erfasse ... Es liegt in jeder Arbeit, die positiv ist, ein tiefer Sinn! ...
Eine Arbeit ist positiv, wenn sie dem Leben und dem Fortschritt dient ... Wenn sie dazu beiträgt, um die Existenz der Menschheit zu sichern oder um das Dasein der Menschen mit Freude und Glück und Wohlergehen zu erfüllen ... Auch die einfachste Arbeit ist notwendig hierzu ... Das muss ich einsehen und begreifen! ...

Und weiter, dass ich selber nur von der Arbeit anderer Menschen existiere! ... Würden andere nicht arbeiten, würden andere nicht beständig ihre Pflicht erfüllen, müsste ich selber ein elendes Leben führen, wäre mein Leben freudlos, dumpf und primitiv! ...
Ich kann nicht zulassen, dass andere für mich arbeiten, während ich selber faul und

untätig bleibe! ... Ich will dienen, wie mir die anderen dienen! ... Und darum hat meine Arbeit Sinn, ist meine Arbeit notwendig und unerlässlich! ...

Wenn ich lasch, bequem, nachlässig, oberflächlich, unsauber und unordentlich in meiner Arbeit bin, so bin ich entweder ein dummer Mensch, der den Sinn einer Arbeit nicht erfassen kann, oder ein schlechter Mensch, ein Egoist ... Das ist die reine Wahrheit! ...
Und auch dann, wenn ein anderer durch meine Arbeit verdient! ... Der andere kann nur verdienen, wenn er meine Arbeit verkaufen kann ... Man kauft die Arbeit nur, wenn sie Nutzen bringt ... Sie kann nur Nutzen bringen, wenn sie gut gemacht ist! ... Und nur, wenn man meine Arbeit verkaufen kann, dadurch Vorteile schaffen kann, kann auch ich selber dafür belohnt werden! ...
Das ist mir völlig klar, und darum macht auch meine Seele mit, wenn ich zu arbeiten habe! ... Ich weiß, dass es immer nur auf das richtige Denken ankommt ... Durch folgerichtiges Denken entsteht in mir die Erkenntnis für den tieferen Sinn und höheren Zweck meiner Arbeit, und dann ist es selbstverständlich, dass der innere Mensch mitmacht ...

Ein anderes Hemmnis der Konzentration ist der Mangel an Zielklarheit ... Ich muss immer genau wissen, was ich will! ...
Wenn man keinen Punkt sieht, kann man seine Kraft nicht darauf einstellen! ... Ich darf keine Mühe scheuen, um in mir Klarheit über meine letzten Absichten zu schaffen ... Ich muss mich entscheiden, ganz genau entscheiden! ...
Das Ziel genau festlegen und den Weg, die Marschrichtung bestimmen, und zwar unwiderruflich und unantastbar! ...
Dazu muss ich herausarbeiten, was sein wird, wenn das Ziel erreicht ist! ... Die inneren Kräfte wollen, dass ich mich entscheide, bevor sie zu arbeiten beginnen, ... sie wollen einen klaren Auftrag von mir ... eine ganz klare Arbeitsanweisung! ...
Innere Unklarheit schafft Unordnung im Einsatz der Kräfte, die Hebel der inneren Zentrale werden nicht so geschaltet, wie es bei guter Konzentration sein muss ...
Soll Konzentration leicht fallen, so muss im Geiste alles spielen, die ganze Aufmerksamkeit muss bei der Sache sein, das ganze Interesse!...

Wenn mich äußere Umstände von der Sammlung meiner Gedankenkraft ablenken wollen, so ist passive Resistenz notwendig! ... Nicht mit Gewalt diese Ablenkungen auszuschalten versuchen, sondern durch Interesselosigkeit! ...
Ich denke so: Alles, was draußen los ist, geht mich nichts an, interessiert mich nicht, lässt mich in Ruhe! ... Ich höre nicht hin, ich will nichts wissen, ich brauche es nicht, es geht auch trotzdem! ... Erst will diese Einstellung schwer fallen, aber ich bleibe dabei, und weil ich dabei bleibe, darum geht es dann doch! ...

Konzentration ist völlige Hingabe an das, was ich tue. Sind mir der Wert und die Notwendigkeit eines Vorhabens vollkommen klar, so schaltet sich die Konzentration ohne große Anstrengung von selbst ein, ... ganz von selbst ...
Bedingung ist, dass ich Nervenkraft habe, denn Konzentration ist auch ein elektri-

scher Vorgang in den Nerven ... Meine Batterie hat immer genügend Spannung, wenn ich mit meinen Kräften keinen Raubbau treibe! ...
Das kann auch der Fall sein, wenn ich mich immer mit Gewalt konzentriere, also bei der Konzentration gegen Hemmungen und seelische Widerstände kämpfe ...
Darum muss ich an mich glauben! Darum muss ich Selbstvertrauen haben! ... Darum muss ich mit meiner Arbeit innerlich einverstanden sein! Darum muss ich meine Arbeit lieben! ... Darum muss ich sie so gestalten, dass sie mir Freude macht ... Ist das so, dann komme ich mit einem Minimum an Nervenkraft aus, dann kann ich mich lange hintereinander konzentrieren, ohne meinen Nerven zu schaden ...

Die Konzentrationsfähigkeit lässt sich bewusst entwickeln durch regelmäßiges Training, wenn ich alles beachte, was sie begünstigt ... Dann kann ich mich immer vollkommener konzentrieren ...
Alles folgt dem Gesetz der Gewohnheit! ... Die Schalthebel des Geistes legen sich immer sicherer und schneller in die richtige Stellung, je öfter ich den gleichen Vorgang bei guter Nervenverfassung wiederhole! ... Es ist dabei genau so wie beim Training der Muskeln ...
Das ist ein Gesetz, ich kann mich also fest darauf verlassen, dass es so kommt! ... Ich muss nur üben und immer wieder üben! ... Ich bin selbst schuld, wenn ich mich nicht gut konzentrieren kann! ...
Nicht meine Nerven sind schuld, sondern meine falsche Selbstbehandlung! ... Auch ich bin begabt! ... Auch ich verfüge über große geistige Kräfte! ... Ich muss es nur richtig machen, dann erwachen die Kräfte ...

8. Übung: „So lerne ich erfolgreich reden“

Redekunst ist Geisteskunst! ... Jeder kann reden, der sprechen kann! ... Ich kann sprechen, darum lerne ich auch reden! ...
Vor allem ist das eine Sache des Selbstvertrauens! ... Wenn ich immer positiv denke, dann wird mein Glaube an meine eigene Kraft immer größer und stärker! ... Wenn ich positiv denke, dann bekomme ich eine gute Meinung von mir! ... Dann steigert sich meine Selbstachtung! ...
Dann weiß ich, dass ich ein wertvoller Mensch bin! ... Dann weiß ich, dass ich klar und objektiv denke! ... Dann weiß ich von mir, dass ich über starke, geistige Kräfte verfüge! ... Ich weiß es, weil das positive Denken den Schleier beseitigt, der mir vor dem inneren Auge hängt, solange ich negativ denke und unter Hemmungen und Minderwertigkeitsgefühlen leide ...

Das Selbstvertrauen ist das Wichtigste! ... Auf was soll ich aber vertrauen, wenn ich mich gar nicht kenne? ... Ich kann mich nicht kennen, solange mich Hemmungen daran hindern, meine Kräfte zu erproben! ...
Durch positives Denken befreie ich mich von Angst und Furcht in jeder Form! ... Wenn ich keine Angst habe, dann ist das Haupthindernis weg, das mich am Reden hindern kann! ...

Reden ist sprechen in anderer Form, sonst weiter gar nichts! ...
Wer im Gespräch gute Gedanken entwickeln kann, der kann das auch vor einer großen Zuhörerschaft ... und wenn er es nicht kann, dann ist er gehemmt! ...
Ich weiß, was gehemmt ist: der Gedankenfluss, die Logik, das Denkvermögen im Unterbewusstsein! ... Und zwar durch die Angst, dass es so oder so kommt oder so kommen könnte ...
Die Angst wird nur undeutlich bewusst, es macht sich nur ein Gefühl bemerkbar, dass es nicht geht, dass etwas innerlich zu ist, was sonst offen ist, dass etwas innerlich stille steht, was sonst läuft und arbeitet! ... Das ist die Hemmung, das ist die Macht des negativen Denkens! ...

Ich muss genau bewusst machen, was mich bedrückt, wenn ich reden will! ... Die Sorge aufzufallen? ... Die Angst stecken zu bleiben? ... Meine unvollkommene geistige Klarheit? ... Die Angst vor Gegnern? ... Die Angst vor einer Blamage? ... Meine schwache Stimme? ... Meine schlechte Aussprache? ... Meine allgemeine Unsicherheit durch meine bisherige Scheu vor dem Reden? ... Meine mangelnde Begeisterung für einen Stoff? ... Meine Lustlosigkeit aus sachlichen Erwägungen? ... Die Scheu vor dem Wissen der Zuhörer? ... Oder was sonst? ...
Ich muss ganz klar sehen und jeden Punkt erfassen, genau abwägen auf Vorteile und Nachteile und dann durch Arbeit an mir selbst unwirksam machen! ...
Das ist leichter als es scheint, ich muss es nur tun, denn was andere können, das kann in diesem Falle auch ich! ...

Wenn ich vor einem Zuhörer sprechen kann, wenn ich einem Menschen meine Gedanken entwickeln kann, dann kann ich das auch vor tausend Menschen! ...
Und wenn ich das nicht kann, dann halte ich nichts von meinen Gedanken und darf dann auch nicht darüber reden! ...
Ist es die Angst vor den Augen, die mir den Mut zum Reden nimmt, dann denke ich, dass jeder meiner Zuhörer ja nur ein einzelner Zuhörer ist ... Jeder einzelne Zuhörer blickt nur mit seinen eigenen Augen auf mich, nicht zugleich mit den Augen der andern! ...
Es ist richtig, dass der Einzelne in der Masse sich mit der Ausstrahlung der anderen verbindet, aber es liegt an mir, die Ausstrahlung positiv für mich auszunutzen! ... Das ist der Fall, wenn ich Selbstvertrauen und Sicherheit ausstrahle! ...
Sofort ist dann der Gesamteinfluss auf meiner Seite und macht meine Kraft noch stärker! ... Es besteht also eine Wechselwirkung der Kräfte! ... Wenn der Redner fühlt, dass er gefällt, wachsen seine Fähigkeiten zusehends! ... Dass dieses Fluidum entsteht, dafür sorgt schon der erste Satz, die erste Bemerkung! ...

Der Anfang meiner Rede muss sofort einschlagen, sofort zünden, sofort Interesse wachrufen, sofort gefallen, sofort für mich sprechen, sofort Sympathien für mich auslösen! ... Anfang gut, halb gewonnen! ...
Wie ich auf das Rednerpult steige, ... wie ich vor meinen Zuhörern stehe, ... wie meine Bewegungen sind, ob sicher oder unsicher, ... wie meine Stimme einsetzt, ob klar, bestimmt, kraftgeladen oder unsicher, zögernd oder ängstlich, wie mein Ge-

sichtsausdruck ist, ob gewinnend oder verkrampft, ob überlegen oder gehemmt, alles das ist wichtig! ...
Angst vor einer Blamage ist das Lächerlichste! ... Was kann mir denn schon passieren, wenn ich nicht gefalle oder mich nicht behaupte? ... muss nicht jeder einmal anfangen? Reden lernt sich nur durch üben! ... Man muss sich erproben, sich vorbereiten und dann den Mut haben, sich zu blamieren! ...

Richtig reden und zündend reden, erfordert eine gute Schulung ... Wenn ich die richtigen Wendungen finden will, so muss ich sie vorher in meinem Gedächtnis verankert haben ...
So ist es auch mit dem Gedankenreichtum: Ein hohler Kopf bleibt immer hohl!... Ich muss also meine Denkkraft schulen und entwickeln, mein Wissen steigern, die sprachliche Ausdrucksform beständig veredeln und verbessern, meine Sprechtechnik immer mehr vervollkommnen! ...
Aber alles hat nur Sinn, wenn ich zuerst an mich glaube und mir zutraue, ein guter Redner zu werden! ...

*1) Näheres über den Mental-Positivismus im XV. Teil: „Der M-Schlüssel“

Meditation

Das Gute, das wir wollen, dass es über uns komme wie ein Segen,
findet seine Ursache in uns selber, es ist wie das Wasser,
das zum Segen wird durch Rückkehr vom Himmel.

Ohne Ausstrahlung des Guten, kein Kreislauf des Guten, keine Rückkehr auf uns.
Dies gilt für unsere Gefühle, unsere Gedanken,
alle Worte, die unserem Atem entströmen und für alle unsere Wünsche.

Liebe strahlt Liebe zurück, Verstehen zeugt verstehen,
Entgegenkommen schafft entgegenkommen.
Wir haben die Wahl: Harmonie auszulösen oder Disharmonie.
Unser Wollen ist Schicksal, unser Einfluss ist riesengroß.
Die Weisheit gebietet, dass wir die Harmonie vergrößern, nicht die Disharmonie.

Liebe strahlt Liebe zurück.
Bei uns selbst liegt in jedem Fall der Anfang des Guten.
Jederzeit können wir Anfang sein.
Das ist Macht, ungeheure Macht, wenn wir sie nutzen!

Zum Anfangen des Guten gehört Kraft!
Wir haben diese Kraft, weil wir Wissende sind.
Liebe strahlt Liebe zurück!

Das Gute, das wir wollen, dass es über uns komme wie ein Segen,
findet seine Ursache in uns selbst.

(Meditationen aus: „Erkennen/Schaffen/Vollenden" von Oscar Schellbach)

XV. Teil
Der M-Schlüssel

Einführung in die Erkenntnislehre des Mental-Positivismus

„Der Mental-Positivismus wirkt durch die Macht der Erkenntnis und die dadurch aktiv werdenden Kräfte der Seele."

Meine verehrten Leser und Leserinnen! Im Kapitel über das Geheimnis der Erfolgskraft hörten Sie: „Wir müssen in uns die Überzeugung entwickeln, dass wir zu irgendeiner Erfolgsleistung tatsächlich befähigt sind."
Dazu wurde gesagt: ***„Nur in den Grenzen seines Erkennens ist das Wesen frei!"*** Diese beiden Lehren führen uns unmittelbar hinein in die Erkenntnislehre des Mental-Positivismus.
Alles was bisher über die Gesetze der Lebensbemeisterung ausgeführt wurde, war die Praxis, die sich aus dem Mental-Positivismus ergibt. Wir sprachen einfach von positiver Lebensführung und gaben die Regeln an, um unser Leben positiv zu machen. Natürlich untermauerten wir diese Regeln bereits mit vielen Einsichten in die gesetzmäßigen Zusammenhänge, damit wir wussten, warum wir so handeln sollen, wie es uns das Erfolgs-System sagt. Dies alles aber in einer Art, die mehr an das Gefühl als an den Verstand appellierte, nicht zuletzt deshalb, um auch bei gering entwickelter Denkkraft Nutzen zu haben.
Nun geht es uns so, wie einem Schüler in der Schule, der durch die vorangehenden Schulklassen fähig gemacht wurde, nach dem Abc und dem Einmaleins nun auch Algebra und Physik zu begreifen. Deshalb sprechen wir jetzt auch nicht nur vom Positivismus, sondern vom Mental-Positivismus. Warum eigentlich? Ist beides nicht das Gleiche? Es kommt darauf an, ob man mit dem Begriff „positiv" wirklich einen von der Seele her gesehenen Positivismus meint, oder einen materialistisch orientierten Verstandes-Positivismus. Der Verstandes-Positivismus glaubt nur, was man sehen kann, das ist ihm positiv. Seine positive Haltung ist Bejahung schlechthin, im Gegensatz zur Verneinung, im Gegensatz zur Ablehnung. An geistige und seelische Zusammenhänge und Kräftewirkungen wird dabei nur gedacht, soweit sich diese auf Tatsachen der Erscheinungswelt stützen.
Das ist der Positivismus des wissenschaftlichen Materialismus, der das Wesen Mensch nur als Produkt stofflicher Vorgänge sieht. Er steht nur auf einem Bein, im Gegensatz zum Mental-Positivismus, der neben der materiellen Welt immer zugleich auch die seelische sieht, ja noch mehr, dem ohne klare und zweifelfreie Bejahung der Seele der Mensch überhaupt kein Mensch ist, und ein um so höheres Wesen, je vollkommener ihm dieser göttliche Urgrund seiner Person bewusst wird und in ihm zur Wirkung kommt. Das aber bedeutet dann, dass ein in diesem Sinne positiver Mensch nicht nur klar denken, nicht nur willensstark handeln kann, sondern zugleich immer auch zum Guten strebt.
Wenn wir von vornherein das Wesen des positiven Menschen im Blickfeld dieser höheren Auffassung vom Menschen gesehen haben, so deshalb, weil der materialistische Positivismus im Gefühl der Allgemeinheit keine Verankerung hat, sondern tatsächlich nur ein Positivismus unserer Auffassung. Mag man dabei an eine Seele glauben oder nicht, immer ist gemäß dem Gefühl ein positiver Mensch zugleich ein anständiger Charakter, oder zumindest einer, der kein Bösewicht ist und nach bestmöglicher Anständigkeit strebt.
Nicht nur Verstand haben, sondern auch Herz, das ist positiv! Mit der Bejahung dieser Forderung sind wir aber dann schon der Anerkennung des Menschen als eines Wesens mit Seele rein gefühlsmäßig so nahe, dass es nur noch eines kleinen Schrittes bedarf, um ihr und nicht der materiellen Form das Primat einzuräumen. Tun wir

das, so ist erfüllt, was den Positivismus zum Mental-Positivismus macht. Doch der Mental-Positivismus ist noch weit mehr als eine Lehre bloßer Verhaltensweisen. Indem er die Seele zum Ausgangspunkt aller Überlegungen macht, bemüht er sich zugleich um ihre Bewusstmachung und erschließt uns dazu die Möglichkeiten. Dies jedoch nicht über unverständliche Abstraktionen und schwer zugängliche Maximen, sondern auf dem einfachen Wege verstandesmäßig leicht fassbarer Einsichten in die rätselhaften Vorgänge des Bewusstseins, deren Richtigkeit durch die Praxis jederzeit zu erproben und nachzuweisen ist. Und er ist gerade deshalb - nämlich, weil er sich in den Bezirken des durch die Erfahrung Beweisbaren hält - Positivismus.
Was er lehrt, dient nicht philosophischer Spekulation, sondern dem Leben, und zwar nicht einem imaginären, sondern dem realen Leben. Der Mental-Positivismus spricht nicht nur von den Kräften und Fähigkeiten der Seele, sondern macht sie erlebbar und für das praktische Leben anwendbar.
Insofern ist der Mental-Positivismus eine Nützlichkeitslehre. Man kann etwas damit anfangen und sogar sehr viel. Und gerade darum ist es auch wieder Positivismus.

Der Begriff „Mental" kennzeichnet das Schwergewicht der mentalpositivistischen Lebensschau und Verhaltungsweisen. Um es kurz zu sagen: Man muss nicht nur im Handeln, sondern auch und zuerst im Geiste, in der Seele, und das heißt, im Denken und Fühlen positiv sein! Jedoch nicht nur, weil dann das Leben angenehmer, sonniger und fruchtbarer wird, sondern weil nur auf diese Weise dem Leben und seiner bewussten Gestaltung beizukommen ist. Dies jedoch auch wieder nicht aus Gefühlsgründen, etwa weil Lebensmut besser ist als Verzweiflungsstimmung, sondern auf Grund ganz nüchterner Einsichten in die Gesetzmäßigkeiten, denen das Vorstellungs-, Denk- und Seelenleben des Menschen untersteht und durch deren Aufhellung und Beeinflussung es dem Menschen möglich ist, bewusst in den Ablauf seines Lebens und in seine geistige Entwicklung und Ertüchtigung einzugreifen.
Was ist unser Leben? Was unser Ringen um das Glück? Ist es nicht ein dauernder Kampf mit der menschlichen Unzulänglichkeit und der menschlichen Schlechtigkeit? Warum will unser Kind nicht gehorchen, warum tut es genau das Gegenteil von dem, was wir möchten? Weshalb bringen wir beim besten Willen unseren Mann oder unsere Frau nicht zur Einsicht für eine selbstverständliche, beiden Teilen dienende Sache?
Warum werden wir mit uns selbst nicht fertig, werden wir immer wieder das Opfer von negativen Charaktereigenschaften, Unklugheiten und niederen Trieben?
Tausend Fragen dieser Art lassen sich stellen, und alle laufen sie darauf hinaus, dass der Mensch ohnmächtig ist gegenüber einer Macht, die ihn gegen seine besten Absichten beherrscht. (*Paulus: „Das Gute, das ich will, das tue ich nicht, aber das Böse, das ich nicht will, das tue ich!"*)
Hier hilft der Mental-Positivismus und schafft gründlichen Wandel! Aber nicht durch Gewalt, nicht durch Kampf, sondern durch die Lehre von der ***„Macht der Erkenntnis!"*** Durch Bewusstmachung ebenso wohl der Kräfte, die den Menschen wider seinen guten Willen beherrschen, wie auch des Heilmittels, durch das er sich von der Herrschaft des Negativen befreien kann. Der Schlüssel zu diesem Heilmittel ist

das Verstehen und die Beachtung der **Gesetze des Denkens**. Eine Lebensführung nach diesen Gesetzen richtet eine Herrschaft des eigenen Willens in uns auf, wie wir sie bisher überhaupt noch nicht gekannt haben, so dass wir uns nicht nur gegenüber Hemmungen durchsetzen lernen, sondern auch Einfluss haben auf die Schöpferkräfte des Unbewussten und diese bewusst in den Dienst unseres Erfolges und Lebensglückes stellen lernen.

Im Mittelpunkt der Praxis, die sich daraus ergibt, steht das schöpferische Neudenken nach der Methode des M-Schlüssels.
Was damit erreicht wird, beweisen die Freunde des Mental-Positivismus, die ihre Erfahrungen, die sich über fünf Jahrzehnte erstrecken, in vielen tausend Urteilen und Erfolgsberichten niedergelegt haben.
Mehr als 90 % aller Menschen leben „gegen den Strich", nutzen ihre seelischen Kräfte nur zu einem Bruchteil aus, altern frühzeitig, treiben Raubbau mit ihrer Nervenkraft und machen sich und der Umwelt das Leben unnötig schwer. Das muss alles nicht sein, aber man muss wissen, wie man diesen Zustand ändern kann. Der M-Schlüssel verwirklicht den Satz: „Mens agitat molem" (Der Geist bewegt die Materie). Mit seiner Hilfe gelingt das für manchen Unglaubliche: Die Verwandlung des Menschen im positiven Sinne.
Die Methode des M-Schlüssels ist der Weg zur Unabhängigkeit vom "Mechanismus der Natur", der Weg in die „Freiheit vom seelischen Zwang". Das magisch anmutende Geheimnis dazu ist die Entdeckung eines revolutionär neuen Blickfeldes in uns selbst, durch das wir auf die unbewussten Antriebe unseres Wesens und unseres Charakters Einfluss gewinnen.
Wesen und Charakter bestimmen unser Schicksal: Negative Eigenschaften verdammen uns zum Unglück, positive machen uns stark, leistungsfähig und glücklich.
Es war von jeher das Hochziel der Schulen der Weisheit, dem Menschen Macht zu verschaffen über sich selbst. Wir müssen erkennen, dass dies solange unmöglich ist, wie wir uns im Banne von geistigen und seelischen Zwangsabläufen befinden.

Meine verehrten Leserinnen und Leser! Alles, was Sie an Praktiken für die bewusste Lebensbemeisterung im Erfolgs-System lesen, entspricht bereits den Methoden des M-Schlüssels. Sie können die Wirksamkeit aller Methoden jedoch noch bedeutend steigern, und viele neue Lehren aus eigenem Nachdenken noch dazu entwickeln, wenn Sie sich die Mühe machen, die Formel zu studieren, die dem Erfolgs-System die Basis gibt. Das ist der M-Schlüssel. Wir verstehen darunter den Lehrsatz, der uns sagt, was der Mental-Positivismus will und auf welchem Wege er seine Ziele erreichen lässt. Wer sich diesen Lehrsatz fest einprägt, ihn richtig versteht und zu beachten weiß, der besitzt den Schlüssel zur Meisterung des Lebens nach den Lehren und Erkenntnissen des Mental-Positivismus.

Wortlaut des M-Schlüssels:

„Mental-Positivismus ist die Lehre der Herrschaft über alles Negative durch die Macht der Überzeugung, die als Resultat der Beachtung der Gesetze des Denkens entsteht und somit das Ergebnis der Macht der Erkenntnis ist."

Sie werden mehrfach diesen Kernsatz durchlesen müssen, meine verehrten Leser, bis Sie ihn in seiner ganzen Bedeutung erfasst haben. Wenn Sie das Erfolgs-System bislang nicht nur überflogen, sondern ernsthaft durchgearbeitet haben, werden Sie die Beziehungen erkennen, die der M-Schlüssel zu allen Erfolgslehren hat, gleich, ob es sich dabei um die Selbstbehandlung, die Menschenbehandlung oder die Arbeit mit den Kräften des Geistes handelt. Besonders deutlich wird die Lehre, nach der uns nicht der Wille, sondern die Erkenntnis frei macht, und dass Willenskraft nicht Kraft an sich, sondern Willensfreiheit und Willensschwäche Willenshemmung ist.
Die ganze Tragweite des M-Schlüssels wird offenbar, wenn Sie die Gesetze des Denkens kennen, auf die er seinen Einfluss gründet. Wir sprachen von der Macht des Gefühls und formulierten: „Große, starke Gedanken, die das Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen!" Damit entsprechen wir bereits einem wichtigen Gesetz des Denkens. Ebenso, wenn wir sagen: "Aufmerksamkeit beseelt die Gedanken." Oder: „Das Gefühl ist stärker als der Wille." Oder: „Angst und Furcht sind der Nährboden negativer Vorstellungen" usw.
Der M-Schlüssel gründet sich auf 1**6 solcher Gesetze bzw. Kernsätze** des Denkens. Es kommt aber nicht nur darauf an, dass man ihren Wortlaut kennt, sondern, dass man sie völlig begreift in ihrer Wirksamkeit und besonders auch in ihrer Zusammenwirkung.

Es ist dazu notwendig, dass man die rätselhaften Vorgänge hinter der Schwelle des Bewusstseins erfasst. Es muss klar werden, dass der Mensch ein unfreies Wesen ist, solange ihm nicht durch höhere Erkenntnis das Licht des Geistes aufgegangen ist. Dass er viel mehr ein Getriebener ist, als eine selbständige Person, mag er auch in praktischen Dingen noch soviel Freiheit vortäuschen.

Wir haben hierüber wiederholt gesprochen, und es wurde auch der Weg gezeigt, wie dieser Zwangszustand zu überwinden ist. Hierauf baute sich der Tageslauf des positiven Menschen auf und unsere ganze Methode der positiven Selbstbehandlung, eingeschlossen die Autosuggestion und das Suggestiv-Repetitorium. Alles das war schon die Praxis des schöpferischen Neudenkens. Nun kommt es uns aber nicht nur darauf an, nur jenen Leserkreis mit den Gesetzmäßigkeiten einer zielbewussten positiven Lebensführung vertraut zu machen, dem es völlig genügt, wenn er die bloßen Erfolgsregeln kennt, deshalb, weil er von vornherein entschlossen ist, es genau so zu machen wie vor ihm andere, die auch auf diesem Wege ihre Kräfte wecken und ihr Leben meistern lernten, sondern auch jenen Kreis, der nur über den Verstand, nur über kritisches Nachdenken zu gewinnen ist.
Wenn wir sagen, nicht der Wille, sondern allein Erkenntnis macht uns frei, so lässt das der Verstand wohl gelten für die Meisterung der Naturkräfte, im gewissen Umfange auch für die Gesundheit und Leistungsfähigkeit des Körpers, nicht aber für die Meisterung des persönlichen Schicksals, und erst recht nicht in dem von uns behaupteten außerordentlichen Umfange. Und weil er daran nicht glaubt, darum unternimmt er erst gar nicht den Versuch, im Sinne der aufgezeigten Gesetzmäßigkeiten zu handeln. Zwangsläufig kann ihm dann auch kein Erfolg zuteil werden, eben, weil der Erfolg nur kommen kann, wenn man gemäß seinen Voraussetzungen han-

delt. Dieses Hindernis ist das größte aller Hindernisse, und oft ist ein ganzes verpfuschtes Leben nötig, um endlich zu besserer Einsicht zu gelangen.
Es ist hierbei wie bei einer Arznei: Eine Hilfe kann man nur erwarten, wenn man sie gemäß der Verordnung des Arztes einnimmt. Das setzt voraus, dass man dazu bereit ist. Man ist bereit dazu, wenn man sich Hilfe verspricht. Und man verspricht sich Hilfe, wenn man entweder einfach den Erfahrungen seines Arztes vertraut, oder sich dadurch eine Gewissheit verschafft, dass man die biologischen Wirkungen des Heilmittels studiert. Und der ganze Vorgang ist um so komplizierter, je größer die Umstände sind, die mit der heilenden Kur verbunden sind. Doch man scheut diese Umstände nicht, wenn man überzeugt ist, dass der Erfolg eintritt.
Nun ist es aber nicht so, dass wir einfach nur zu wollen brauchen, um unseren Verstand zu einer besseren Einsicht zu bekehren. Das ist nur zu einem Teil eine Sache des guten Willens, ebenso wichtig ist es, dass wir dazu auch fähig sein müssen. Und gerade hierin zeigt sich die Schwierigkeit des Problems. Es ist kein geringeres als das des Sieges über die eigene geistige Gefangenschaft.

Die guten Charaktere unter den ungläubigen Menschen beneiden die Gläubigen. Sie möchten auch gern gläubig sein, aber sie können es nicht. Sie sehen ein und begreifen sehr genau, dass ein gläubiger Mensch überlegen ist, und doch können sie an dem Zustand nichts ändern. Das bezieht sich auf alle Arten von Gläubigkeit, und auch auf alle Arten Phänomene, die durch Gläubigkeit in Erscheinung treten. Es ist nicht etwa so, dass der Verstand dieser Menschen die Phänomene des Glaubens in Abrede stellt, etwa es nicht für möglich hält, dass eine Kraft im Menschen vorhanden ist, die sogar Naturgesetze auf den Kopf stellen kann, wie es z. B. beim Heilwunder oder den Leistungen der Yogis der Fall ist, aber sie vermögen sich nicht zu der Überzeugung durchzuringen, dass auch in ihnen die gleichen Kräfte wirksam werden können, und sie können sich auch nicht die Frage beantworten, warum das nicht der Fall sein kann. Und weil sie nicht glauben, darum können sich diese Menschen auch nicht dazu bringen, in ihrem Handeln und Denken den Bedingungen zu entsprechen, die eine Wandlung dieses Zustandes herbeiführen könnten.
Wenn das jedoch trotzdem der Fall sein soll, und wenn das die Betreffenden selbst wünschen, so gibt es dafür zwei Möglichkeiten. Eine davon ist die Überwindung der die geistige Klarsicht hemmenden Kräfte durch Beeinflussung. Die andere Möglichkeit ist die der Selbstbefreiung durch die Macht der Erkenntnis, wobei der Verstand zu einer Treppe ins geistige Licht und zum Glauben wird, die er sich selbst zu bauen vermag. Dieser zweiten Möglichkeit bedient sich der M-Schlüssel und gerade deshalb ist auch der Mental-Positivismus eine Lehre, die aus der Kraft der Erkenntnis wirksam wird und nicht aus blindem Glauben.
Alles, was der Mental-Positivismus lehrt, und gerade darum ist er positiv, sagt er zuerst unserem Verstande. Und erst wenn der Verstand mitmacht, entfaltet er seine Kraft.
Vergleichen Sie hierzu den Wortlaut des M-Schlüssels, der diesen Gedankengang klar zum Ausdruck bringt. Es wird gesagt: „Mental-Positivismus ist die Lehre der Herrschaft über alles Negative (also über Hemmungen, Mangel an Willenskraft, Charakterschwächen und alles, was sich daraus ergibt) durch die Macht der Überzeugung."

Doch mit der Überzeugung hört es nicht auf, vielmehr wird auch gesagt, wodurch die Macht der Überzeugung entsteht, nämlich durch die „Beachtung der Gesetze des Denkens". Doch auch damit noch nicht genug: Es wird auch gesagt, dass diese Beachtung eine Sache der Erkenntnis ist und womit die Macht der Überzeugung, die das Negative bezwingt, das Ergebnis von Einsichten ist, die zwangsläufig die Macht der Überzeugung hervorrufen.

Ich weiß, meine verehrten Leser, dass es nicht möglich ist, hier spielend zu folgen. Aber schon daran sehen Sie, dass das Verstehen des Mental-Positivismus nicht eine Gefühlssache, sondern eine ganz klare Sache des logischen Denkens ist. Es ist nicht die Aufgabe des Erfolgs-Systems, in alle Gesetzmäßigkeiten des menschlichen Daseins hineinzuleuchten. Doch das Verstehen der Gesetze des Denkens ist eine so eminent wichtige Sache, dass man keine Mühe scheuen darf, um sie in ihrer Natur und Wirksamkeit zu begreifen.
Hierzu wird, durch drei Gespräche über den Mental-Positivismus und den M-Schlüssel, anschließend Gelegenheit gegeben, und zwar zwischen einem Leser meiner Bücher und mir.
Schon einmal haben wir durch ein Gespräch den tieferen Sinn der Lehre von der Macht der Erkenntnis zu erschließen versucht, als wir fragten: „Was ist eigentlich Positivismus?" Nun ist der Augenblick gekommen, wo uns die Macht der Seele, die durch die Macht der Überzeugung offenbar wird, eine ganz selbstverständliche Wahrheit zu werden beginnt. Das aber ist das Ziel unserer Bemühungen.
Der Mensch in seinem inneren Wesen ist das größte Wunder, aber man muss dem Wunder die Möglichkeit geben, in Erscheinung zu treten. Durch die Atomphysik gab die Macht der Erkenntnis dem Menschen die Möglichkeit, die Elemente zu verwandeln und, wenn er es wollte, alles Leben auf der Erde auszulöschen oder vielleicht auch ein Paradies der Fruchtbarkeit zu schaffen. Die Erkenntnis der Gesetze des Denkens führt zu einer Atomphysik der Kräfte der Seele.

Dass der Glaube an die Macht der Seele keine Einbildung ist, ist uns heutigen Menschen eine Tatsache. Tag für Tag gesunden Menschen von schwersten Krankheiten durch dieses Phänomen. Wie der Weg ist, durch den die Seelenkraft sich stofflich durchzusetzen vermag, ist Gegenstand zahlreicher Forschungsinstitute in der ganzen Welt. Auch auf seelischem Gebiet ist ein totaler Umbruch im Gange. Schon wankt das Gebäude der Erbbiologie und erweist sich als relativ! Der Mensch ist mehr als Kreatur, sein Geist befähigt, Schranken zu heben, die bislang für unüberwindlich galten. Mag uns das ganz Große auch vorenthalten bleiben, dennoch sind auch wir schon fähig, die Grenzen unserer Möglichkeiten weit hinauszustecken.
Der Vergleich der modernen Atom-Physik mit den neuesten Forschungen auf dem Gebiet der Nutzbarmachung der Seelenkräfte ist übrigens ungewöhnlich treffend: So, wie wir das letzte Geheimnis des Atoms wissenschaftlich nicht zu fassen vermögen, jedenfalls vorläufig nicht, so können wir auch das letzte Geheimnis der Seelenkraft nicht entschleiern. Aber die erkannten Gesetzmäßigkeiten genügen vollauf, um allergrößte und total umwälzende Wirkungen hervorzurufen.

Theorie und Praxis des Mental-Positivismus
Drei Gespräche über die Gesetze des Denkens und den M-Schlüssel

Erstes Gespräch:
Wie man in sich die Überzeugung entwickelt, dass es Gesetzmäßigkeiten der Lebensbemeisterung gibt und dass durch ihre Beachtung das eigene Schicksal tatsächlich weitgehend zu beeinflussen ist.

Leser: Ich finde, dass es doch viel Mühe erfordert, um den Mental-Positivismus und besonders den M-Schlüssel zu begreifen, und wenn man durch seinen Beruf stark in Anspruch genommen ist, bringt man kaum die Zeit auf, um sich richtig gründlich damit zu beschäftigen.

- Verfasser: Es ist gut, dass Sie diese Frage zuerst stellen, denn von ihrer positiven Beantwortung hängt es ab, ob Sie überhaupt jemals einen wirklichen Einfluss auf Ihr Leben erlangen. Hören Sie hierzu eine Gegenfrage: Würden Sie das Studium der Erfolgsgesetze einer positiven Lebensführung betreiben, wenn Sie dadurch wöchentlich oder monatlich ein gutes Nebeneinkommen hätten?

Leser: Sicherlich wohl, denn diesen finanziellen Vorteil würde ich mir wohl kaum entgehen lassen.

- Verfasser: Das würde bedeuten, dass Sie dann also unter allen Umständen die Zeit zum Studium finden würden. Irgendwie würden Sie es schon einrichten, um sich täglich etwa 30 Minuten dieser Tätigkeit zu widmen. Daraus ergibt sich, dass alles nur eine Frage der richtigen Planung und Zeiteinteilung ist.
  Nun und warum planen Sie jetzt nicht entsprechend, wo doch der in Aussicht stehende Gewinn um vieles höher, ja, unberechenbar höher ist? Es gibt darauf nur eine Antwort: Sie sind noch nicht restlos davon überzeugt, dass man durch Erkenntnis der Gesetze des Lebens und ihrer praktischen Anwendung sein Leben grundlegend wandeln kann. Denn wären Sie überzeugt, so würden Sie auch entsprechend handeln.

Leser: Doch, ich glaube schon, dass man Einfluss nehmen kann, und auch die Erfolge sind mir klar, die mir dadurch zuteil werden. Aber trotzdem mache ich nicht Ernst mit der Praxis. Immer wieder kommt irgendetwas dazwischen und immer wieder stelle ich fest, dass es bei dem bloßen Vorsatz bleibt.

- Verfasser: Dann liegt es also nicht an dem Mangel an Zeit, sondern an der mangelnden Entschlusskraft und dem Mangel an energischem Wollen. Fragen Sie sich selbst, ob das stimmt!

Leser: Sie können recht haben: Ich will vielleicht gar nicht ernsthaft, sondern ich möchte nur,

und dabei bleibt es. Aber warum will ich nicht ernsthaft? Irgendetwas schwingt in mir unbehaglich, wenn ich jetzt plötzlich wirklich Ernst machen wollte. Es ist so, als ob dann eine große Unbequemlichkeit auftreten würde, die mich so belastet, dass ich dann doch lieber meinen bisherigen Weg weitergehe, obwohl ich genau weiß, dass im Endergebnis nicht viel dabei herauskommt.

Denkfehler verhindern entschlossenes Wollen

- Verfasser: Hier machen Sie einen Denkfehler. Es ist nicht wahr, dass Sie genau wissen, dass im Endergebnis nicht viel herauskommt, vielmehr glauben Sie im Geheimen, dass Sie es trotzdem irgendwie schaffen werden, also auf dem bequemeren, Sie nach Ihrer Meinung weniger belastenden Wege.

Leser: Sie können recht haben, und der Grund für diese meine Haltung findet sich darin, dass so viele andere ja auch ohne das Studium der Lebensgesetze immer irgendwie zurechtkommen und weiter leben. Der Kranke geht zum Arzt und schluckt die verordnete Medizin und wird dadurch wieder gesund. Warum soll er an sich arbeiten, um aus eigener Kraft zu gesunden? Der Stellungslose geht zum Arbeitsamt und wartet, bis ihm neue Arbeit zugewiesen wird. Und wer mit seiner Arbeit nicht fertig wird, der lässt sie eben liegen und kommt trotzdem weiter. Im übrigen lässt sich jeder tragen von den Verhältnissen und nutzt die Chancen aus, die sich ihm dabei bieten. Und wem das Leben keine Chance bietet - nun, der hat dann eben Pech.

- Verfasser: Damit entwickeln Sie das Bild vom menschlichen Dasein, das in der Mehrzahl aller Menschen lebt. Man verlässt sich nicht konsequent auf sich selbst und auf die eigene Kraft, sondern lässt sich von den Ereignissen schieben und tragen. Dadurch wird das eigene Nachdenken gespart und nur nach der eigenen Bequemlichkeit gehandelt, mit dem Resultat, dass man im Endergebnis nicht sich selbst, sondern allein die Verhältnisse und das traurige Schicksal verantwortlich macht für alles, was auf diesem Wege an Unannehmlichkeiten, Krankheit, Not und Sorge das Leben kreuzt. Typisches Bild für die Denkart des Alltagsmenschen. Ergebnis: Unser Charakter ist schuld, wenn es so ist, und gerade darum ist auch unser Charakter unser Schicksal.

Leser: So kann ich also sagen: Weil ich keinen festen, starken und erfolgreichen Charakter habe, bequeme ich mich nicht zu entschlossenem Handeln in positivem Sinne. Was aber soll ich tun, wenn mich die negativen Eigenschaften meines Charakters immer wieder zu Boden drücken und die besten Vorsätze zunichte machen?

- Verfasser: Diese negativen Eigenschaften überwinden! Den Charakter ändern! Ein ganz neuer Mensch werden im Denken, Fühlen und Handeln! So werden, wie man eben sein muss, wenn man sich durchsetzen will im Leben! Wir Menschen sind das, was wir tun. Allein aus unseren Taten wächst unser Geschick. Tun wir das, was zur eigenen Entwicklung und zum Erfolg in irgendeiner Hinsicht notwendig ist, so tritt die positive Wirkung als gesetzmäßiges Ergebnis in Erscheinung.
  Das gilt im Kleinen wie im Großen und ebenso wohl in Bezug auf unsere geistige, seelische und körperliche Entwicklung wie im Hinblick auf unseren materiellen Erfolg.

Leser: Man muss also tun, was der Erfolg verlangt, und nicht glauben, dass der Erfolg auf einem anderen Wege als dem der positiven Tat kommen könnte. Das heißt, dass man den Erfolg nicht erwartet von zufälligen Ereignissen oder von dem, was man im allgemeinen Glück nennt.

- Verfasser: Ja, so ist es! Doch zu den richtigen Taten kommt es nur, wenn man vorher weiß, was zu tun ist. Das ist so bei jeder materiellen Sache und auch so im geistigen und seelischen Leben. Ja, das ist grundsätzlich überall so, wo etwas durch menschliches Handeln geschieht, und nur darauf gründet sich auch die Möglichkeit einer Einflussnahme auf das Schicksal. Und gerade das beweist auch, dass es eine Gesetzmäßigkeit des Erfolges gibt.

Leser: Gut, dass Sie das so genau erklären, denn wenn von der Gesetzmäßigkeit des Erfolges bisher gesprochen wurde, so habe ich das immer nur halb verstanden. Die Gesetzmäßigkeit zeigt sich also darin, dass einfach etwas so kommen muss, wie es beabsichtigt ist, wenn man das Richtige macht. Also keine schwer verständliche, hochgeistige Angelegenheit, sondern eine ganz simple und alltägliche Sache ist diese Gesetzmäßigkeit.

- Verfasser: Ganz richtig! Und so ist überhaupt das Verstehen der Beeinflussungskunst des Lebens im Grunde ganz einfach, aber erst dann, wenn man wirklich weiß, worauf es ankommt. Und deshalb gilt auch hier wie nirgends der Satz: Wissen ist Macht - oder im Sinne unseres Mental-Positivismus: "Erkenntnis ist Macht".

Ursachenwissen eine Lebensnotwendigkeit

Leser: Das würde bedeuten, dass das Wissen um die einzelnen genauen Ursachen des Erfolges in irgendeiner Hinsicht einfach eine unerlässliche Lebensnotwendigkeit ist, und dass man schon sofort auf halbem Wege ist, wenn man sich die Kenntnis dieser Ursachen verschafft hat.

- Verfasser: Richtig! So ist es in der Tat: Unser ganzes Wollen scheitert einfach nur an unserer Unwissenheit, und gerade darum ist auch der Ausspruch von Bacon so ungemein wichtig: „Der Menschen Wissen und Macht fällt in eins zusammen, weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt".
  Nun, und weil Ihnen das jetzt klar vor Augen steht, wird Ihnen auch bewusst, worin das Grundübel besteht, durch das Sie so wenig Gebrauch machen von den großen Glücksmöglichkeiten, die ein zielbewusstes Leben enthält.
  Sie leben in den Tag hinein, und zwar Tag für Tag und Stunde um Stunde, ohne im Bewusstsein dieser wichtigen, Ihr ganzes Leben revolutionierenden Erkenntnis zu stehen. Denn nur dieses Bewusstsein ist die dynamische Kraft, die Sie dazu bewegen kann, ganz radikal Ihr Leben in positivem Sinne zu ändern und zu wandeln.

Leser: Jetzt beginnt es in mir aufzuleuchten, warum der Mental-Positivismus lehrt, dass Bewusstsein Schöpfung ist! Ich lebe ohne das Bewusstsein von der Macht des Ursachenwissens. Nur darum komme ich nicht weiter und alles bleibt beim Alten, denn dadurch komme ich gar nicht darauf, alles, was ich treibe im Denken und Handeln, von diesem Gesichtspunkt aus zu

betrachten, wodurch ich allein in der Lage wäre, überhaupt erst einmal zu merken, welche katastrophalen Fehlhandlungen ich unentwegt begehe, wie sehr ich immerzu genau das Gegenteil von dem tue, was ich tun müsste, um den Erfolg zu erzeugen.

- Verfasser: Mit anderen Worten: Sie sind vielmehr ein Getriebener von Gedanken und Kräften, als dass Sie wie ein Baumeister bewusst Stein auf Stein schichten, um Ihr Leben erfolgreich zu gestalten. Bestenfalls fällt Ihnen immer hinterher ein, was Sie für Fehler gemacht haben, dann aber ist es jedesmal bereits zu spät. Und das Schlimmste ist dabei, dass es nicht die großen Fehler unseres Lebens sind, die unser Leben verpfuschen, sondern die vielen kleinen Verstöße gegen die Gesetze des Erfolges, die unentwegt wie Tropfen den Stein höhlen und in ihrer Addition dadurch den Misserfolg ergeben.

Leser: Das wäre dann also das große Geheimnis, das man zunächst kennen muss, dass man anfängt, wirklich bewusst zu leben, d.h. mit wachem Geist, mit kritischem Geist, mit weit geöffneten, sehenden Augen.

Schöpferisch wirkende zentrale Erkenntnis

- Verfasser: Ja, aber geleitet von einer zentralen Erkenntnis, die alle aufbauenden Kräfte in uns zur schöpferischen Aktion bringt. Und diese zentrale Erkenntnis heißt: Du hast Macht über dein Schicksal, wenn du in allen deinen Handlungen stets bedenkst, dass du so handelst, wie es der von dir angestrebte Erfolg verlangt, eben, weil Unkenntnis der Ursachen - und deren Nichtbeachtung - den Erfolg vereitelt. Erreichen wir, dass uns dieses Wissen immerfort beseelt, dass wir immerfort davon geführt und bestimmt werden, so ergibt sich daraus eine Seelen- und Geisteshaltung von so starker schöpferischer Kraft, dass jedes andere Erfolgsproblem dagegen ein Kinderspiel ist.

Leser: Und welche Konsequenzen ergeben sich daraus?

- Verfasser: Nun, dass Sie wie ein Jäger immerfort auf der Fährte des Wildes sind. Und was ist dieses Wild, dem Sie nachspüren?

Leser: Zweifellos die Erfolgsursachen, und zwar überall, wo Fortschritte und Erfolge erzielt werden sollen.

- Verfasser: Richtig! Doch nun kommt es darauf an, dass Sie die Kenntnis dieses Ursachenwissens vor allem auch auf die Entwicklung Ihrer Persönlichkeit und Ihres Charakters beziehen. Denn wenn es auf das Tun ankommt, so muss man auch die Kraft haben, das auch tun zu können, was man für richtig erkannt hat. Das Wissen vom Erfolg ist nur die eine Seite, die andere, ebenso wichtige, ist die Kunst des Könnens. Nur durch das Tun wird ein Vorsatz zur Tat, nur aus den Taten wächst der Erfolg.

Leser: Dann gibt es also auch ein Ursachenwissen, durch das man den Charakter wandeln und ändern kann, und die Gesetzmäßigkeit des Erfolges, von der wir vorhin gesprochen haben, bezieht sich auch hierauf?

- Verfasser: Ja, so ist es, und dieses Erfolgswissen ist zudem absolut ausschlaggebend. Hier ein Beispiel aus der Praxis: Es ist sicher, dass unser Körper bedeutend leistungsfähiger und gesunder wird, wenn wir keinen Tag vorübergehen lassen, ohne eine Reihe von Gesundheitsübungen zu machen. Dazu gehören u. a. ein paar Atemübungen und ein paar gymnastische Übungen. Jeder von uns weiß, wie wohltuend der Einfluss dieser Übungen ist.
  Doch das Wissen darum ist wenig nütze, wenn wir die Übungen nicht ausführen. Und warum geschieht das nicht? Weil wir charakterlich zu schlapp sind, um uns von der Vernunft leiten zu lassen. Es fehlt der entschlossene Wille zur Tat. Und genau so geht es uns in hundert Dingen während des Tages. Unsere ganze Lebensweise steht im Zeichen dieses Ablaufs: Immer ist unser Charakter schuld daran, wenn wir den verkehrten Weg gehen statt den richtigen.

Zwei Arten Erfolgswissen notwendig

Leser: Es gehört also zweierlei Erfolgswissen dazu, um Meisterschaft über das Leben zu erlangen: Die eine Seite bezieht sich auf die jeweiligen direkten Ursachen des Erfolges, bei der Gesundheit z. B. auf die biologischen Ursachen der Leistungsfähigkeit und eines gesunden und langen Lebens usw. und die andere Seite auf die Kunst, den direkten Erfolgsursachen entsprechend auch charakterlich und willensmäßig gerecht zu werden.

- Verfasser: Und daraus wird auch klar, warum die meisten Menschen im Lebenskampf versagen müssen, auch wenn sie sonst intelligente und kluge Menschen sind: Der Charakter steht ihnen im Wege, es fehlt die Fähigkeit zum konsequenten Zielstreben!

Leser: Das würde bedeuten, dass man bei sich herausfinden muss, wo die Ursache für diese Schwäche liegt.

- Verfasser: Richtig und außerdem, dass man das Wissen erstreben muss, um diesen Mangel zu überwinden und auszuschalten.

Leser: Ganz recht. Es ist also genau so wie bei der Beseitigung einer Krankheit: Die Diagnose genügt allein nicht, man muss auch das Heilmittel kennen, um der Krankheit Herr zu werden.

- Verfasser: Ausgezeichnet! Sehen Sie und darum studieren wir den Mental-Positivismus und im Besonderen unseren M-Schlüssel. Wir erarbeiten uns dadurch die Fähigkeit, mit uns selbst etwas Rechtes anfangen zu können, uns selbst für den Erfolg richtig einzusetzen und gebrauchen zu lernen.

Leser: Ja, so muss es ja auch sein, denn wenn Erfolg kommen soll, kann er ja wirklich nur durch unser Handeln kommen. Wir selber sind die Hauptperson. Alles, was wir machen, ist entscheidend. Nicht dass unsere Hände arbeiten, sondern wie sie arbeiten, lässt z. B. eine Aufgabe richtig gelingen. Die Hände können dabei flüchtig sein oder aber auch sehr gewissenhaft und korrekt.

- Verfasser: Doch dass sich die Hände richtig verhalten, liegt an der Stelle in uns, dem die Hände als Werkzeuge unterstehen. Darum sind auch nicht die

Hände schuld beim Versagen, sondern die geistigen Kräfte, die sie in Tätigkeit halten. Arbeiten diese Kräfte flüchtig, so sind auch die Handbewegungen flüchtig, ist die Führung dagegen gewissenhaft und konzentriert, so ist auch das Ergebnis danach. Und was für die Hände gilt, das gilt grundsätzlich auf allen Gebieten unserer Betätigung als Mensch und Persönlichkeit.

Leser: Und deshalb ist auch die Selbsterkenntnis und im Besonderen das Wissen um die eigenen Möglichkeiten von größter Wichtigkeit und w i e wir es schaffen können, um die eigenen Möglichkeiten auszunutzen. Und das alles vermittelt uns der Mental--Positivismus und der M-Schlüssel?

- Verfasser: Das ist der Fall, und zwar deshalb, weil wir dadurch die Macht erlangen, unmittelbar in die Vorgänge in uns selbst einzugreifen, was auf einem anderen Wege nur sehr schwer oder gar nicht zu erreichen ist. Bitte beantworten Sie die Frage, weshalb das so ist.

Leser: Weil wir durch den Mental-Positivismus und den M-Schlüssel in die Lage versetzt werden, auch bei der Entwicklung zur positiven Persönlichkeit s o zu handeln, wie wir handeln müssen, um den erstrebten Erfolg zu erzielen, was bedeutet, dass auch dieser Erfolg von Gesetzmäßigkeiten abhängig ist. Erkenne ich die richtigen Ursachen, die ich beachten muss, um meinen Charakter zu ändern, so muss dieser Erfolg also eintreten als ein gesetzmäßiges Ergebnis bei Beachtung dieser Ursachen.

- Verfasser: Ausgezeichnet! So ist es wirklich. Und das ist auch das Geheimnis, warum wir mit völliger Gewissheit den Erfolg erwarten dürfen, wenn wir nach der Methode des M-Schlüssels handeln. Es ist jedoch nötig, dass Ihnen die Zusammenhänge bis zum letzten i-Punkt klar sind. Wiederholen Sie deshalb bitte die bisherigen Überlegungen in ihrer logischen Reihenfolge.

Erfolgswissen und Erfolgscharakter

Leser: Jeder Erfolg hat eine Ursache. Im allgemeinen Geschehen des Daseins geht jeder Wirkung ein Ereignis oder eine Handlung voraus, wodurch das eintritt, was als gesetzmäßige Folge angesehen wird, z. B. Erfolg, aber auch Misserfolg. Im Besonderen bezieht sich das auf unser persönliches Verhalten und Handeln. Ist dieses Verhalten und Handeln richtig, d. h. so, wie es sein muss, um den Erfolg zu bewirken, so ***muss*** *der Erfolg kommen.*
Das bedingt, dass man genau wissen muss, welche Ursachen den erstrebten Erfolgen zugrunde liegen, weshalb Kenntnis der Ursachen einer von den beiden Punkten ist, durch die man den Erfolg erzwingen kann. Der andere Punkt ist der, dass man die Kraft und die Fähigkeiten hat, um auch das durchzuführen, was zum Erfolg erforderlich ist. Das ist in erster Linie eine Frage des Charakters, der willensstark und zielstrebig sein muss. Nur die positive Persönlichkeit ist in der Lage, das Wissen von den Ursachen des Erfolges in die Tat umzusetzen. Daraus ergibt sich, dass man seinen Charakter umbauen muss, wenn Kräfte und Fähigkeiten fehlen, die zum entschlossenen Zielstreben unerlässlich sind.
Deshalb ist unser Charakter unser Schicksal. Auch die Wandlung des Charakters ist eine Erfolgsaufgabe, und weil er ausschlaggebend ist, sogar die entscheidendste und wichtigste. Dazu gehört zuerst das Wissen um die Ursachen dieser Wandlung, die ebenfalls eine Folge vorangehender Ursachen ist. Daraus ergibt sich, dass Macht über unseren Charakter sich nur

ergeben kann, wenn wir die gesetzmäßigen Zusammenhänge verstehen, die bestimmte Eigenschaften hervorrufen oder verschwinden lassen. Diese Kenntnis vermitteln der Mental-Positivismus und der M-Schlüssel, die zugleich in die Lage versetzen, diesen Gesetzmäßigkeiten so zu entsprechen, dass eine Entwicklung zur erfolgreichen positiven Persönlichkeit möglich wird.

- Verfasser: Vollkommen richtig! Und nun gleich noch einen Schritt weiter: Wenn wir erkannt haben, dass auch die Wandlung des Charakters Gesetzmäßigkeiten untersteht und dass wir nur dadurch die Möglichkeit haben, Macht über uns zu gewinnen, so versteht es sich doch von selbst, dass wir das Studium, das uns diese Gesetzmäßigkeit offenbar macht, mit größter Gründlichkeit betreiben. Denn gelingt es uns, damit Charaktereigenschaften zu entwickeln, durch die wir so handeln können, wie es die Gesetzmäßigkeiten des Erfolges verlangen, so eröffnet sich uns daraus eine Meisterschaft über das Leben, auf die wir sonst keine Aussicht haben. Ist Ihnen das völlig klar, oder haben Sie hiergegen irgendeinen Einwand?

Leser: Höchstens den, dass unser Wollen selbstverständlich nicht von Einflüssen des großen Schicksals durchkreuzt werden darf, was natürlich jederzeit möglich ist.

- Verfasser: Sie haben recht, doch das gilt nur für den Ausnahmefall. Der Mental-Positivismus antwortet hier mit dem Glauben an die große Liebe des Schöpfers, die unserem Willen eine viel größere Freiheit einräumt, als wir allgemein annehmen. Aber es kommt darauf an, dass wir diese Freiheit auch wirklich ausnutzen und vor allem ausnutzen können, was wieder eine Frage der richtigen Ursachenerkenntnis ist. Wir weiten die Grenzen unserer Freiheit immerfort durch die Erweiterung der Grenzen unseres Wissens.

Leser: Deshalb lehrt auch der Mental-Positivismus: Nicht der Wille, sondern die Erkenntnis macht uns frei! Und dass die Grenzen der eigenen Möglichkeiten bestimmt werden vom Grade des jeweiligen Erkennens.

- Verfasser: So muss es ja sein, denn nur mit dem Bewusstwerden der Ursache einer bestimmten Leistungsfähigkeit wird es ja erst möglich, die Willenskraft zu betätigen und einzusetzen. Ein riesiges Kraftwerk mit hunderttausend Pferdestärken? lässt sich mit dem leichtesten Druck auf einen Schalter in Betrieb setzen. Allein die Erkenntnis löst diese Kräfte aus. Das Wollen dazu muss zwar vorhanden sein, doch selbst ein Kind bringt es auf, wenn es nur weiß, wo der Schalter sich befindet, der betätigt werden muss. Es ist ein gewaltiges Geheimnis um die Macht des Erkennens. Es gibt keine Leistung, die nicht mit ihrer Hilfe möglich wäre.

Leser: Ich denke hierbei daran, was eingangs über das Bewusstsein gesagt wurde: Was bewusst wird, das ist ja Erkennen, und darum muss ja Erkenntnis Macht sein, während umgekehrt Nichterkennen zur Machtlosigkeit verurteilt.

- Verfasser: Ja, aber das gilt nicht nur für die Handlungen beim Umgang mit der Umwelt, sondern auch beim Umgang mit uns selbst. Weil sich die Menschen so wenig selbst kennen und verstehen, können sie so wenig mit sich anfangen, sind sie so machtlos in den Fragen des Charakters und des Wil-

lens. Und wenn wir sagen: „Nicht der Wille, sondern Erkenntnis macht uns frei“, so hat das seine größte Bedeutung gerade für die Wandlung des Wesens und den Gebrauch der uns vom Schöpfer eingeräumten Freiheit.

Leser: Ich beginne zu erfassen, dass darum auch die Erkenntnisphilosophie beim Mental-Positivismus eine so hervorragende Rolle spielt. Denn alle Macht gründet sich ja immer irgendwie auf das Wissen um die gesetzmäßigen Zusammenhänge der Dinge und Geschehnisse, und wenn das für die äußere Welt schon so große Bedeutung hat, wie viel größer muss dann die Bedeutung erst sein für uns selbst.

Wahrheit im Sinne gesetzlicher Richtigkeit

- Verfasser: Es kommt auf die Erkenntnis der Wahrheit an in allen entscheidenden Dingen, Wahrheit im Sinne einer gesetzlichen Richtigkeit; nicht vom Menschen aus gesehen, sondern von der göttlichen Ordnung aus, von der Ordnung im Weltenbau. Erkennen wir die Wahrheit, so erkennen wir das waltende Gesetz, und indem wir diese Erkenntnis haben, besitzen wir das Mittel, um dadurch frei zu werden von allem, was durch den Irrtum als Disharmonie in Erscheinung tritt. Das führt unmittelbar zur seelischen Ebene des Daseins und damit zum Ebenbild Gottes im Menschen.

Leser: Will das heißen, dass wir frei sein können von allen Schwächen, wenn wir uns von der Unwissenheit erlösen, und dass wir nur deshalb versagen, weil wir vom Irrtum beherrscht werden?

- Verfasser: Ja, genau das wird damit gesagt, das gilt nicht nur für die Schwächen des Charakters, sondern auch für die großen geistigen Höhen, die uns erreichbar sind. Immer wirkt das gleiche Gesetz: „Allein der Irrtum macht uns kraftlos und schwach, während das Erkennen uns stark macht und frei“. Wie die Menschheit immer mehr die Materie meistern lernte durch Kenntnis der Naturgesetze, so können wir durch Erkenntnis auch die Vorgänge im geistigen und seelischen Geschehen meistern.

Leser: Wenn jedes Versagen aus dem Irrtum kommt, so müsste ich also sagen, dass mich der Irrtum dauernd im Banne hat, weil ich immer wieder von Neuem versage. An meinen Misserfolgen und Fehlschlägen müsste sich der Grad meiner Abhängigkeit vom Irrtum ablesen lassen.

- Verfasser: Richtig, denn die Misserfolge und Fehlschläge sind ja der Beweis, dass Fehler gemacht werden, bzw. gegen die Voraussetzungen des Erfolges verstoßen wird.

Leser: So muss es sein, denn sonst gäbe es ja keine Gesetzmäßigkeit des Erfolges. Da ich den Misserfolg jedoch nicht will, und natürlich ebenso wenig gegen die Gesetze des Erfolges verstoßen will, ergibt sich, dass ich im Banne einer negativen Handlungsweise stehen muss.

- Verfasser: Das stimmt, und noch mehr: Auch das Denken muss einem negativen Einfluss unterliegen und vom Irrtum beeinflusst werden, deshalb, weil der Vorgang des Versagens bei seinem Ablauf nicht als Verstoß gegen die Gesetze des Erfolges bewusst wird.

Leser: Das würde bedeuten, dass der Mensch des Misserfolges zu einem großen Teil nur deshalb Misserfolg hat, weil er oft tatsächlich nicht weiß, was er tut. Gibt es aber, wenn das möglich ist, überhaupt eine Freiheit des eigenen Willens?

Freiheit muss gegenwärtig sein

- Verfasser: O ja, und sogar in weitem Umfang! Aber sie muss uns im Bewusstsein gegenwärtig sein, damit wir in rechter Weise von ihr Gebrauch machen können. Ist sie uns nicht gegenwärtig, so reagieren wir in unserem Denken und Handeln unkontrolliert wie ein mechanischer Betrieb ohne Aufsicht.

Leser: Es muss uns also in jedem Augenblick völlig bewusst sein, was wir tun. Unser Geist muss gegenwärtig sein, sonst besteht Gefahr.

- Verfasser: Mit anderen Worten: Unser Denken, Fühlen und Handeln muss weitgehend unter Kontrolle stehen, und wenn wir uns entscheiden, so darf das immer nur so sein, dass damit den Voraussetzungen des Erfolges entsprochen wird.

Leser: Für die Praxis würde das bedeuten, dass man alle Entschlüsse, auch die kleinsten, nur mit Überlegung fassen darf, dass man immer überlegen muss, ob das, was man gerade tun will, wirklich für den Erfolg gut und richtig ist.

- Verfasser: Jedenfalls in den Bezirken unseres Denkens und Handelns muss das so sein, wo wir innerlich noch nicht auf den Erfolg geschaltet sind; mit anderen Worten: wo noch nicht erreicht wurde, dass wir unbewusst richtig reagieren und handeln.

Leser: Bitte machen Sie das an einem Beispiel klar, durch das sich dieser Ablauf sofort begreifen lässt.

- Verfasser: Hier haben Sie ein Beispiel: Sie wissen, dass man vom Gang und der körperlichen Haltung auf das Wesen eines Menschen schließen kann. Der mutige Mensch z. B. geht selbstsicher seinen Weg, der ängstliche unsicher und zaghaft. Beide Naturen wollen nicht so gehen, wie sie gehen, sondern tun es unbewusst, weil das innere Wesen die Gangart bestimmt.
  Nun weiß man aber, dass z. B. persönlicher Einfluss sehr davon abhängt, wie das Auftreten ist. Die Erkenntnis dieser Erfolgsursache müsste also den Erfolgsuchenden bestimmen, auch in dieser Hinsicht auf seine persönliche Wirkung zu achten. Was muss geschehen? Er darf sich nicht mehr gehen lassen, wie es in ihm geht, sondern muss sich bewusst bemühen, in seinem Auftreten fest und sicher zu werden. Das setzt voraus, dass er zunächst einmal weiß, wie ungünstig eine unsichere Haltung wirkt, und weiter, dass er bewusst auf seine Haltung achtet. Er darf also seine Haltung nicht aus seinem Bewusstsein verlieren, solange jedenfalls nicht, bis er dieses Teilziel des Erfolges erreicht hat. Das ist der Fall, wenn die Festigkeit im Auftreten zur Gewohnheit geworden ist.

Leser: Entspricht das bereits einem Vorgehen nach der Methode des M-Schlüssels?

Das 16. Denkgesetz im Beispiel

- Verfasser: Ja, denn die Anwendung des M-Schlüssels besteht ja darin, die im geistigen und seelischen Geschehen wirkenden Gesetzmäßigkeiten zu respektieren und sich nach ihnen auszurichten und einzustellen. Im Falle unseres Beispiels tritt das 16. Denkgesetz in Kraft, welches sagt:
  Wiederholung, bewusst oder unbewusst, verstärkt die Antriebe bis zum Automatismus der Vorgänge, begünstigt und bewirkt also Zwangsabläufe körperlicher, geistiger und seelischer Art, und zwar ebenso wohl in negativer wie in positiver Hinsicht (**Gesetz der Gewohnheit**).

Leser: Das ist mir klar, aber es ist doch so, dass man einen guten Vorsatz immer wieder vergisst, womit man auch vergisst, einen gewollten positiven Vorgang bis zum Eintreten des Automatismus bewusst zu wiederholen.

- Verfasser: Das stimmt, aber darum haben wir ja gerade unsere Erfolgstechnik, die uns bei der Stange hält. Mit dieser Vergesslichkeit, richtiger, mit diesem Wiederabkommen von guten Vorsätzen, müssen wir immerzu rechnen, weil unsere Aufmerksamkeit ja dauernd abgelenkt wird. Um trotzdem in der Übung zu bleiben, bedienen wir uns der Selbstkontrolle durch unser Tagebuch und unsere Erinnerungshelfer, durch die wir immer wieder von Neuem auf unseren Vorsatz gebracht werden. Und immer wieder von Neuem rufen wir dadurch das Urbild in uns wach, das wir verwirklichen wollen. Bejahen wir diesen Vorgang in positiver Weise vom Standpunkt der Selbstverständlichkeit des Erfolges, der durch unser Vorgehen gesetzmäßig kommen muss, so wirkt dieser Befehl an unser Inneres als eine **Suggestion**, die im Unterbewusstsein von selbst weiterwirkt, auch wenn wir sie für Stunden nicht mehr im Oberbewusstsein haben.
  Je hartnäckiger eine negative Gewohnheit ist, um so mehr zeigt sie die Tendenz, sich sofort wieder unseres Wesens zu bemächtigen, sobald wir sie aus den Augen lassen. Wissen wir das, so müssen wir die Zeiten zwischen den Erinnerungen an unseren Vorsatz zunächst sehr klein halten, immer mit dem Bestreben, dass sich das 16. Denkgesetz im Sinne unserer angestrebten positiven Gewohnheit betätigt und nicht im Sinne des bisherigen negativen Ablaufes.

Leser: Dass uns eine negative Gewohnheit völlig gegen unseren eigenen Willen beherrschen kann und dass man selbst mit den besten Belehrungen und selbst mit groben Vorwürfen dagegen nicht ankommen kann, habe ich schon vielfach beobachtet, z. B., dass jemand eine Zimmertür immer wieder laut zuschlägt, obwohl ihm schon zehnmal und öfter gesagt wurde, dass er sich diese Nachlässigkeit abgewöhnen müsse, und oft geschah das wenige Augenblicke später, nachdem er von Neuem auf sein fehlerhaftes Verhalten aufmerksam gemacht wurde.
Es ist wirklich so, dass das Innere mit dem Menschen durchgeht. Man ist ganz bei der Sache, will sich eine Untugend abgewöhnen, wird dann aber gedanklich abgelenkt, und schon ist das alte Übel wieder da.

- Verfasser: Sie erkennen also, worauf es ankommt: Die neue, bessere Gewohnheit muss zum Automatismus werden. Das geht, indem wir uns in der neuen Gewohnheit üben und das 16. Denkgesetz für sie wirksam werden lassen. Auch dieses letzte Beispiel ist für uns von größter Wichtigkeit. Warum wohl?

Leser: Weil wir daran erkennen, dass wir viel mehr unbewusst als bewusst leben, und dass die ganze Arbeitsweise unseres geistigen und seelischen Mechanismus von automatischen Abläufen abhängt.

- Verfasser: Ja, und alles vollzieht sich dabei streng nach Gesetzmäßigkeiten, doch durch Fehlschaltungen werden ebenso gut harmonische wie disharmonische Ergebnisse möglich. Das kann sich steigern bis zu den Erscheinungen der Hysterie und den seltsamsten Phänomenen. Beweis hierfür ist u. a. jede Krankheit, die durch Einbildung entsteht.

Leser: Es kommt also immer auf den inneren Schaltvorgang an und auf die Ideen, die als unbewusste Antriebe in uns herrschen.

- Verfasser: Richtig, und damit kommen wir auch gleich dem Geheimnis der Willenskraft auf die Spur. Wer den M-Schlüssel beherrscht, der arbeitet mit den Gesetzmäßigkeiten, die das Seelen- und Geistesleben beherrschen, und die Macht geht dabei ausschließlich von der Erkenntnis aus. Indem man die wirksamen Gesetzmäßigkeiten begreift, und sich danach richtet, treten die Wirkungen in Erscheinung, und auf diesem Wege entsteht auch die Macht der Überzeugung, die das Geheimnis der Macht des M-Schlüssels ist.

Leser: Hier finde ich mich noch nicht ganz durch, obwohl ich weiß, dass die Kraft, die der Überzeugung die Macht gibt, jene Kraft ist, die als Schöpferkraft der Seele die Ursache unseres ganzen Könnens ist.

- Verfasser: Halten Sie gedanklich fest, was Sie soeben sagten, denn Sie haben damit ausgesprochen, was uns mit kristallener Schärfe bewusst werden muss, nämlich: Es gibt keine andere schöpferische Realisationskraft in uns, als einzig und allein die Kraft unserer Seele, und immer ist nur entscheidend, in welcher Richtung sich diese Kraft bewegt.

Ursache seelischer Fehlleistungen

Leser: Dann kommen also auch alle negativen Kräftewirkungen durch die Seele zustande? Alle Störungen der Gesundheit, alle Fehlhandlungen und auch alles Böse und Widerwärtige im Menschen?

- Verfasser: Das scheint schwer verständlich, aber es ist so. Sie sehen klar, wenn Sie alles Negative als Irrtum erkennen und die große Bedeutung der Bewusstwerdung der Wahrheit erfassen.

Leser: Wieso ist z. B. Krankheit Irrtum? Die Krankheit ist doch da, man fühlt und erlebt sie doch.

- Verfasser: Gewiss ist die Krankheit da, doch dass sie kommen konnte, ist meist eine Fehlschaltung der Seelenkraft. Die Seele hat Gewalt über alle Organe; wenn sie will, gibt es keine Krankheit. Aber es kommt darauf an, dass sie frei ist in diesem Wollen, einerseits in den Grenzen des großen Schicksals, andererseits in den Grenzen des Erkennens.

Leser: Die Fehlleistung ist also Irrtum, gerade so, als ob man aus geistiger Blindheit oder Kurzsichtigkeit Unfug anrichtet mit den Naturkräften?

- Verfasser: Ja, und indem man vielleicht sogar meint, damit das Beste und Richtigste zu machen, und sich obendrein furchtbar klug und überlegen vorkommt.

Leser: Dann wäre es ja im Seelischen genau so, wie beim Versagen im praktischen Leben, im Beruf, in der Ehe oder sonstwo?

- Verfasser: Selbstverständlich, nur, dass wir in diesem Fall die Unordnung und die Unlogik eine Etage höher erleben, ganz abgesehen, dass das Versagen im materiellen Dasein ja auch nur die Folge eines seelischen Versagens ist.

Leser: Das würde heißen: In dem Teil in uns, den wir nicht sehen, der aber die Quelle aller Vorgänge ist, herrscht der Irrtum, während wir selber meinen, dass alles in bester Ordnung sei. Dann brauchen wir uns ja gar nicht zu wundern, wenn so vieles nicht klappt?

Probleme unkompliziert sehen

- Verfasser: Ich freue mich, dass Sie jetzt anfangen, die Probleme unkompliziert zu sehen. Gehen Sie nur einfach von den Tatsachen aus, dann kommt schon die Klarheit. Sagen Sie, dass alles eine Ursache haben muss, auch wenn diese nicht sofort greifbar ist. Und stellen Sie fest, dass Mängel in Ihnen vorhanden sind, gleich ob das Krankheiten oder Charakterschwächen sind, so stimmt der innere Ablauf nicht, dann liegt ein Fehler in der Zentrale vor.

Leser: Der Ausspruch: "Irren ist menschlich", bezieht sich also auch unmittelbar auf unsere Seele? Daraus ginge dann auch hervor, dass der ganze Mensch die Seele ist? Es wird Ihnen komisch vorkommen, wenn ich so frage, das kommt aber daher, dass man immer irgendwie geneigt ist, seine Seele gesondert zu betrachten, als ein höheres Wesen also.

- Verfasser: Das ist sie ja auch, und der ganze Mensch ist darum auch ein höheres Wesen, genauso, wie ein kleines, dummes Kind ja auch schon ein richtiger Mensch ist. Doch, dass die Seele ihre höhere Natur voll zur Geltung bringt, ist eine Frage ihres Erkenntnisstandes. Wie ein Kind einfältig handelt, so handelt auch die Seele einfältig, und das ist solange der Fall, bis ihr das Bewusstsein ihrer höheren Wesensart aufgeht, und solange ist sie auch nicht imstande, von den ihr eingeborenen Kräften richtigen Gebrauch zu machen.

Leser: Ja, aber das bezieht sich ja dann alles auf uns kleine Menschen, also auch auf unseren Körper und unsere Sinnesorgane und alles, was wir fleischlich empfinden und fühlen können, und wir wären ja dann klein und groß zugleich.

- Verfasser: Ganz richtig, genau so wie das Kind, das ja auch schon gleich von Geburt an alle Fähigkeiten in sich trägt, die im Laufe des Lebens offenbar werden, und wo man auch nicht sagen kann, solange es klein ist, was einmal alles aus ihm werden wird. Übertragen Sie das Beispiel vom **körperlichen Kinde** auf das **Seelenkind Gottes**, und Sie sehen sich selbst im vollen Lichte höherer Erkenntnis.
  Nun, und so ist es auch mit dem Irrtum: Wie das Kind irrt und dadurch mit seinen Kräften und Fähigkeiten nichts Richtiges anfangen kann und größtes Unheil anrichten würde, wollte man es immer frei gewähren lassen, so steht es auch mit dem Irrtum der Seele und der Freiheit der Seele, und darum ist auch Freiheit nicht etwas gleich Gegebenes, sondern etwas Werdendes, ein Ziel , und von der Vollkommenheit und Ewigkeit aus gesehen, dass Schönste und Beglückendste, das uns Gottes Liebe setzen konnte.
  Wie ein Kind immerfort dabei ist, die Grenzen seiner Möglichkeiten immer besser zu ertasten und herauszufinden, indem es von vorangehenden Freiheiten aus sich neue Freiheiten erarbeitet und erobert, und langsam dadurch Macht gewinnt über das Leben durch sinnvollen Gebrauch der eigenen Freiheit, indem es sich zurechtfinden lernt in seiner Umwelt und im Dasein, genauso ergeht es unserer Seele, nur dass die Möglichkeiten im Reiche Gottes, in das sie durch immer besseres Erkennen immer mehr hineinwächst, unendlich größer sind als die Möglichkeiten im stofflichen Dasein.

Leser: Jetzt verstehe ich auch, wenn von Metaphysik die Rede ist, denn dieses Reich ist ja schon die erweiterte Welt der Seele. Aber man muss lernen, sich darin ebenso zurechtzufinden wie in den Gesetzmäßigkeiten des materiellen Daseins.

- Verfasser: Richtig! Und darum studieren wir ihre Gesetze, durch deren Kenntnis wir dann ebenso wirken können wie durch die Macht des Wissens in den Bezirken des materiellen Geschehens. Braucht es überhaupt noch eines besonderen Beweises, dass das Reich der Seele genauso wirklich ist, wie unser Umgang mit dem Stoff?
  Ist nicht schon jeder Gedanke, der in uns aufblitzt, ein exakter Beweis dafür, dass außer dem, was wir mit unseren Augen sehen und mit unseren Ohren hören können, noch etwas Besonderes und Höheres in uns vorhanden sein muss?
  Wir lassen das gelten für jeden Apparat, für jeden Mechanismus, den wir durch unsere Intelligenz konstruieren: Keiner dieser Apparate funktioniert ohne eine zusätzliche Kraft, ohne eine geistige Zentrale, ohne die Mitwirkung einer dem Mechanismus übergeordneten Intelligenz. Für uns selbst, für unseren Körper, für unseren stofflichen Apparat sollte das keine Geltung haben? Ganz aus den Atomen heraus sollten wir so wunderbar funktionieren? Und sollten denken können, dass wir sind, ohne wirklich auch da zu sein? Als Geschöpfe eines noch weit größeren Baumeisters, als wir es sind

gegenüber den von uns geschaffenen Apparaten? Nur der Irrtum kann solche Ansichten zeugen, doch die Tatsache, dass menschliches Denken überall zwischen Irrtum und Wahrheit schwankt, macht ihn auch in diesem Falle begreiflich. Die Unmündigkeit der Seele ist die Ursache, die mangelnde Reife, die durch die Entwicklung gegebenen Grenzen des Erkennens.

Weitung der Grenzen des Erkennens

Leser: Wie erreichen wir, dass sich die Grenzen unseres Erkennens weiten, und damit die Grenzen unserer Freiheit und dadurch unserer Möglichkeiten?

- Verfasser: Es gibt nur eine Antwort: Auf dem Wege über die Praxis! Indem wir auch im Seelischen genau so vorgehen, wie das Kind bei der Eroberung der stofflichen Welt, nur mit dem Unterschied, dass wir uns schon gleich als intelligent, klug und vernünftig erweisen können.

Leser: Ich verstehe: Damit ist gesagt, dass wir in unserem bereits entwickelten Denk- und Erkenntnisvermögen die besten Mittel haben, um die höheren Kräfte und Fähigkeiten unserer Seele zu erschließen. Und der Weg zum Einsatz dieser Mittel ist die Praxis.

- Verfasser: Richtig! Und wie die Praxis aussehen muss, das ergibt sich aus dem Wissen um die geistigen und seelischen Gesetzmäßigkeiten, wie sie der Mental-Positivismus und unser M-Schlüssel lehren.

Leser: Das ist mir klar. Trotzdem fällt es mir aber schwer, daraus eine Methode zur Beachtung dieser Gesetzmäßigkeiten abzuleiten, woraus sich ja dann die Erfolgspraxis ergeben müsste. Es scheint mir, dass man so vieles dabei beachten muss, dass man gar nicht weiß, wo man zuerst anfangen soll.

- Verfasser: Das kommt daher, weil Sie zu wenig den Wortlaut des M-Schlüssels vor Augen haben. Und dann, weil Ihnen die Gesetze des Denkens in ihrer Bedeutung erst zum Teil aufgegangen sind. Und außerdem, weil Sie immer wieder die Neigung haben, die Zusammenhänge, und vor allem auch das Begreifen der Zusammenhänge, viel zu kompliziert zu sehen. Oft sehen Sie dadurch keinen Wald vor lauter Bäumen. Doch auch das ist durchaus in Ordnung, weil ja auch jeder Erkenntnisvorgang einen gesetzmäßigen Verlauf hat.

  Stellen Sie sich vor, das Erkenntnisgebäude des Mental-Positivismus wäre eine Wandmalerei mit hunderten künstlerischer Details: Glauben Sie, dass Sie dieses Kunstwerk in sich aufnehmen könnten ohne richtige Distanz?

  Andererseits: Dass Sie wirklich die ganze Schönheit des Werkes erfassen könnten, ohne aufmerksamstes Studium der künstlerischen Einzelleistungen? Beides ist notwendig, also: Abstand und Nähe, und nur, wenn diese beiden Bedingungen erfüllt sind, ergibt sich auch für den Mental-Positivismus das rechte Erfassen.

Leser: Ich weiß, was das bedeutet: Zielklarheit und Begriffsklarheit!

- Verfasser: Gut getroffen! Ohne Zielklarheit ist kein Aufbruch der Kräfte

möglich. Man muss wissen, wohin die Reise geht. Und je begeisternder das Ziel, um so aktiver der Krafteinsatz, die Lust und Liebe zur Sache. Doch man kann erst dann mit seinen Kräften etwas anfangen, wenn das erste Nahziel bewusst ist, und dazu führt die Begriffsklarheit. Und Begriffsklarheit schaffen, das ist, um im Bilde zu bleiben, das gründliche und aufmerksame Studium der Details, in denen man sich selbstverständlich auch nicht verlieren darf.

Leser: Ich verstehe, warum Sie das erwähnen: weil nämlich sonst Gefahr besteht, dass man auf dem Wege zum Ziel ermattet, solange man eine gewisse Höhe im Erkennen noch nicht überschritten hat.

- Verfasser: Sehr gut! Darum sehe zu, dass er nicht falle, wer da schon stehe! Es ist wie beim Studium jeder Wissenschaft: Sie hört erst dann auf, trocken zu sein, wenn man sie praktisch anwenden kann. Aber bei unserem Mental-Positivismus ist das ja so, weshalb auch nur für den Gefahr besteht, dem vorläufig sowieso nur durch die Peitsche des Schicksals weiterzuhelfen ist.

Vom Wachsen der Vernunft

Leser: Benjamin Franklin gemäß: „Wer der Vernunft nicht Gehör schenken will, dem schlägt sie mit dem Stock auf die Finger." Aber zu der Vernunft: Die kommt aber doch auch nur zustande, wenn bereits Freiheit im Erkennen vorhanden ist. Man muss hier genau aufpassen, damit man keinen Denkfehler macht, denn man kann ja nur dann Vernunft erwarten, wenn auch dazu die Voraussetzungen erfüllt sind.

- Verfasser: Ich sehe, dass Sie anfangen, wirklich begriffsklar zu denken. Tatsächlich ist Vernunft eine Sache, die man schon haben muss, um mit ihr zu arbeiten, jedoch mit dem Hinweis, dass die ersten Äußerungen der Vernunft bereits im einfachsten Verstehen wirksam sind, wozu natürlich auch wieder die Fähigkeiten vorhanden sein müssen. Es ergibt sich daraus, dass Vernunft ebenso wie Freiheit etwas Wachsendes, etwas Werdendes ist.
  Es stimmt also, dass ein Mensch immer vernünftiger werden kann; Bedingung dazu ist jedoch, dass er von den Kräften, die Vernunft hervorrufen, wirklich Gebrauch macht. Hierüber ist viel zu sagen, zuerst, dass die Verständigkeit und tiefere Einsicht, die dem vernünftigen Denken zugrunde liegen, sich nur entwickeln können aus der geistigen Klarsicht in entscheidenden Einzeldingen, die man lernen muss, in ihre logische, d. h. gesetzlich richtige Beziehung zueinander zu setzen.
  Das erfordert ernste, objektive Kleinarbeit des oberbewussten Denkens, des bewussten Messens und Wägens der Dinge, Vorgänge und Geschehnisse. Das alles sind Fragen der Begriffs- und Zielklarheit. Doch dass sich Vernunft daraus bildet, ist noch eine andere Sache, denn so genau auch der Verstand zu differenzieren vermag, so messerscharf sein Unterscheidungsvermögen auch entwickelt werden kann, er ist und bleibt damit doch nur ein Werkzeug jener der Seele eingeborenen Kraft, die das Wesen der Vernunft ausmacht und die oft sogar völlig unabhängig von einem scharfen Verstande in Erscheinung tritt, wie z. B. in der Mutterliebe.

Wer Vernunft bislang nur in geringem Maße in sich spürte, und das geht mehr oder weniger jeden von uns an, gemessen an der Erhabenheit des göttlichen Logos, dem ist im rechten Gebrauch und der beständigen Übung des Verstandes die Möglichkeit gegeben, sich für den immer vollkommeneren Kontakt mit der reinen Wahrheit, die Vernunft entstehen lässt, empfänglich zu machen.

Über Vernunft zu sprechen und diese Zusammenhänge zu begreifen, setzt schon ein hohes Maß an Erkenntniskraft voraus. Waren Sie fähig, geistig zu folgen?

Leser: Soviel ist mir jedenfalls klar, dass jedes wirkliche Verstehen mit Begriffsklarheit beginnt, und besonders darin habe ich Sie gut verstanden, dass man den Verstand wirklich wie ein Werkzeug gebrauchen lernen muss.

- Verfasser: Ja, und dass der Weg dazu über die Entwicklung ganz bestimmter geistiger Fähigkeiten führt. Können Sie mir diese Fähigkeiten nennen?

Leser: Nun vor allem die Fähigkeit zur Konzentration, und dann die Fähigkeit logischer Gedankenverknüpfung auf Grund richtiger Erfassung der Gegenstände des Denkens.

- Verfasser: Ausgezeichnet! Damit lässt sich schon viel anfangen. Durch die Konzentrationsfähigkeit wird auch erreicht, dass unsere Sinnesorgane genau arbeiten, dass wir also befähigt werden, die Dinge der Außenwelt mit möglichst vielen Einzelheiten richtig zu erfassen. Das ist Vorbedingung zum Entstehen einer präzisen Vorstellungswelt, die im ersten Stadium des schöpferischen Denkprozesses ein Abbild der äußeren Welt ist, und wodurch wir in die Lage versetzt werden, unabhängig von der Außenwelt geistig zu sondieren, zu differenzieren, zu klassifizieren, zu urteilen und Schlüsse zu bilden. Das alles ist jedoch ungenau und darum für unser Erkenntnisvermögen auch nicht verlässlich, wenn durch mangelhafte Konzentration Sinneswahrnehmungen mit Unklarheiten und Verzerrungen aufgenommen werden.

Leser: Besonders gut kann ich das vom Standpunkt der Begriffsklarheit verstehen, weil ja das Erfassen von Begriffen und das Eindringen in ihre Natur zunächst von der bildlichen Vorstellung der uns umgebenden Dinge abhängig ist.

Erschließung des Seelengedächtnisses

- Verfasser: Richtig, denn bevor wir zum abstrakten Denken gelangen, bedient sich das Erkenntnisvermögen der stofflichen Dinge als Medium. Verstehen und Begreifen im Kleinen wie im Großen ist eine eingeborene Fähigkeit der Seele. Diese Fähigkeit führt darauf zurück, dass alles, was die Seele wissen kann, bereits im Grunde ihres Wesens gegeben ist. Allein deshalb ist auch jeder Vorgang des Erkennens nichts anderes als eine Bewusstwerdung des im Urzustande schon vorhandenen Wissens.
-

Leser: Das Streben nach Klarheit im Erfassen eines Begriffs wäre dann die Technik, um auf diesem Wege gerade an den Punkt des unterbewussten Seelengedächtnisses zu gelangen, aus dem heraus unser Erkenntnisvermögen in der Lage ist, in einer Sache wirklich klar zu sehen.

- Verfasser: Ich bin erstaunt, wie gut Sie folgen! Und nun verstehen Sie wohl auch, warum es in manchem Falle so unendlich schwer ist, einem anderen eine neue Sache wirklich so klar zu machen, dass es bei ihm zündet, dass es wirklich zu einem richtigen Begreifen kommt. Denn wo nicht bereits über den Verstand die entsprechende Vorarbeit geleistet wurde, die ja darin zu sehen ist, dass entscheidende Dinge des Lebens ein möglichst naturgetreues Abbild im Gedächtnis haben, muss erst von Grund auf eine umfassende Kleinarbeit geleistet werden, um zum Ziel zu gelangen, eben deshalb, weil man sonst den Gesetzmäßigkeiten im Erkenntnisprozess nicht gerecht wird. Versuchen Sie hierfür ein Beispiel zu finden, am besten im Ablauf des kindlichen Denkens.

Leser: Das ist nicht schwer, wenn man z. B. an die Schule denkt. Man kann ganz unmöglich verlangen, dass die Fähigkeit zum Rechnen, die ja auch auf die eingeborene Erkenntniskraft der Seele zurückgreift, sich im Kinde entwickelt und entfaltet, wenn man nicht zunächst den Sinn für das Begreifen von Zahlen wachruft, und das kann nicht dadurch geschehen, dass man dem Kinde einen Vortrag über die Bedeutung der Zahlen hält, sondern indem man sich über Erlebnisinhalte seines bisherigen Daseins in sein Inneres einblendet, wobei sich dann, sozusagen als geistiges Nebenprodukt, langsam das Begriffsvermögen für Zahlengrößen bildet, z. B. über die Bewertungen von "groß" und "klein" als Vorläufer zum Begreifen der Zahlen 1 und 2.

Entscheidende Lehre für den Umgang

- Verfasser: Das Beispiel ist treffend! Und welche Lehre ergibt sich daraus für den Umgang mit Kindern und der Umwelt, und nicht zu vergessen, auch für den Umgang mit uns selbst?
-

Leser: Dass wir nur mit größter Mühe ein geistiges Ziel erreichen oder einem neuen Gedankengang zur Wirksamkeit verhelfen können, wenn die Voraussetzungen des Verstehens dazu nicht gegeben sind, dass wir also auf Erfolg nur dann hoffen können in solcher Hinsicht, wenn wir dabei diese Gesetzmäßigkeiten auf keinen Fall außer Acht lassen.

- Verfasser: Spüren Sie, dass es wahr ist, wenn wir sagen: „Erkenntnis ist Macht"? Denn nachdem Sie in diesem wichtigen Punkt klar sehen, ist es Ihnen jetzt schon möglich, also von diesem Augenblick an, einen geradezu magischen Einfluss auf die Erkenntnisvorgänge im eigenen Bewusstsein und im Bewusstsein Ihrer Mitmenschen auszuüben. Doch das ist erst ein Anfang der Möglichkeiten, die sich aus der Anwendung unseres M-Schlüssels, der hier das große Geheimnis ist, ergeben.

Zweites Gespräch

Einführung in das Verstehen der Gesetze des Denkens und wie man sich aus negativen Zwangsabläufen im Unterbewusstsein befreit und ein Richtigdenker aus guter Gewohnheit wird.

- Verfasser: Sie sagten, dass wir nur mit größter Mühe einem neuen Gedanken zur Wirksamkeit verhelfen können, wenn die Voraussetzungen des Verstehens nicht erfüllt sind. Dass wir also auf Erfolg nur dann hoffen können, wenn wir die Bedingungen dazu auf keinen Fall außer Acht lassen. Welche Konsequenzen ergeben sich nun daraus, wenn wir diese Lehre betrachten unter Berücksichtigung des M-Schlüssels? Mit anderen Worten: Wie kommen wir damit zur Praxis? Was wäre der erste Schritt dazu?

Leser: Zu allererst, dass wir erreichen, diese wichtige Lehre ständig vor Augen zu haben.

- Verfasser: Stimmt, und zwar deshalb, weil wir sehr oft nicht so handeln können, wie wir es in Stunden ruhiger Betrachtung uns vorgenommen haben, sondern nur so, wie wir auf Grund unserer inneren Abläufe handeln müssen. Immer, wenn es gerade darauf ankommt, richtig zu handeln, versagen wir, geht alle Vernunft mit uns durch, sind die besten Vorsätze vergessen, es ist dann gerade so, als ob wir mit Blindheit geschlagen sind.

Leser: Und darum haben auch alle Ratschläge und Lehren für den Erfolg immer nur bedingten Wert, so gut und so richtig sie auch sein mögen. Es nützt also gar nichts, wenn es heißt: „Der Menschen Wissen und Macht fällt in eins zusammen, weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt." Es bleibt doch alles beim Alten, wenn man daraus nicht die Konsequenzen zieht, oder - und richtiger, wenn man nicht fähig ist dazu.

- Verfasser: Jetzt ist wohl kein Zweifel mehr, warum wir unsere Methode des M-Schlüssels zuerst vor allem auf uns selbst anwenden müssen, denn ohne eine Wandlung unserer Persönlichkeit geht es eben nicht. Und so weit muss die Wandlung gehen, dass wir das, was wir heute nicht fertig bringen, bald aus reiner Gewohnheit tun.

Leser: Und natürlich bezieht sich das in erster Linie auf das Denken.

Richtig-Denker aus Gewohnheit

- Verfasser: Ganz recht! So wie wir heute ein Fa1sch - Denker aus Gewohnheit sind, so müssen wir morgen ein Richtig - Denker aus Gewohnheit sein. Erreichen wir das, so ist das Problem der eigenen Wandlung schon zum größten Teil gelöst, denn so, wie wir denken, so handeln wir. Aber entscheidend ist dabei, dass diese Umstellung nicht nur das oberbewusste Denken betrifft, sondern auch die Vorgänge im Unterbewusstsein.

Leser: Ich weiß, warum: Weil wir in dem Augenblick des Handelns meist gar nicht in der Lage sind, bewusst auf alle Erfolgspunkte zu achten, die das Erreichen eines Zieles ermöglichen.

- Verfasser: Richtig! Unser oberbewusstes Denken ermöglicht bestenfalls die Initialzündung, doch dass sich die Erfolgskräfte betätigen, und wie sie sich betätigen, ist eine Sache des unterbewussten Ablaufes.
  Genau so, wie die innere Zentrale die gesamten Lebensfunktionen unseres Organismus überwacht und in Gang hält, ohne dass wir uns oberbewusst darum zu kümmern brauchen, so ist es bei der Aktivierung der Kräfte und Fähigkeiten, die zur Erreichung eines Zieles notwendig sind. Und das bezieht sich nicht nur auf das Verhalten unseres Körpers, z. B. auf unseren Gang, unser Auftreten, den Tonfall unserer Stimme, den Blick unserer Augen, die Ruhe in den Nerven usw., sondern auch auf die Funktion unseres Geistes.

Leser: Wie wir also im Augenblick denken, was uns im Augenblick gerade einfällt, auch das würde dann vom Unterbewussten her gesteuert?

- Verfasser: In der Regel, ja, und darum ist ja gerade der unbewusste Ablauf so unerhört wichtig. Wie kein Dichter arbeiten kann ohne Eingebung, so kann auch das normale Denken nur durch die Genialität der inneren Schaltzentrale funktionieren. Dort werden die Einfälle und Ideen entwickelt, die zustande kommen durch die Art und Qualität der jeweiligen Schaltungen. Es sind Erzeugnisse einer Geisteswerkstatt, einer Gedankenfabrik von unerhörter Vielseitigkeit und kaum begrenzbaren Möglichkeiten. Und das ist die Aufgabe, dass wir auf diesen inneren Betrieb einen durch und durch positiven Einfluss gewinnen, damit die dort entstehenden und über unser Gefühl uns beherrschenden Gedanken genau von der Art sind, wie sie es sein müssen, damit wir in unserem Verhalten und Handeln im Sinne der Voraussetzungen des Erfolges reagieren.

*Leser: Ich verstehe, und darum ist es auch so wichtig, dass wir selbst der **Herr in unserem Hause** sind, dass wir also auch wirklich Einfluss auf uns selbst haben und nicht von außen auf uns einwirkende fremde Kräfte.*

- Verfasser: Ja, und das nicht allein. Dass wir vor allem das „Erbe" in uns überwinden, die vielleicht schon von unserer Jugenderziehung her in uns aktive negative Schaltung, deren fortwährendes Opfer wir bis heute geworden sind. Denn dass wir so sind in unserem Wesen, wie wir sind, so negativ in unserem Denken und so falsch in unserer Einstellung zum Leben, zur Welt und zur Umwelt, und eingeschlossen darin auch unser negatives Verhalten zu unserer eigenen geistigen Leistungsfähigkeit, einschließlich aller Hemmungen usw., das ist nur die unentwegte traurige Folge dieser Erbschaft. Sie verfolgt uns unser ganzes Leben hindurch, wenn wir nicht endlich einen Schlusspunkt setzen und uns davon befreien.

*Leser: Ja, und das geht nicht durch **Gewalt**, indem wir uns mit allen Kräften dagegen zu wehren suchen, sondern nur auf dem Wege der Erkenntnis.*

- Verfasser: Haben Sie das aber auch wirklich richtig verstanden? Wie z. B.,

wenn man einen Menschen, der unter einer negativen Schaltung leidet, dadurch zur Gesundheit führt, wenn man ihn in eine frohe, positive Umgebung bringt?

Leser: Ich verstehe, was Sie damit sagen wollen: Sie denken an Fälle, wo man ein positives Ergebnis erzielt, ohne dass man um die herrschenden Gesetzmäßigkeiten weiß. In diesen Fällen handelt man dann unbewusst nach den Voraussetzungen des Erfolges, durch die der M-Schlüssel seine Wirkung entfaltet.

- Verfasser: Und woraus ergeben sich nun die Methode und die Planmäßigkeit in der bewussten Anwendung des M-Schlüssels?

Leser: Nun, wenn ich Sie bisher recht verstanden habe, aus der Beachtung der Gesetze des Denkens. Doch ich muss ehrlich gestehen, damit kann ich noch nicht viel anfangen, wenn ich das sage. Vielleicht liegt es an mir, dass ich bisher zu wenig darüber nachgedacht habe, worin eigentlich, genau gesagt, die Beachtung der Denkgesetze besteht.
Gewiss, ich weiß, dass erste Denkgesetz heißt: „Bewusstsein ist Schöpfung". Ein anderes: „ Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen". Doch wie fange ich es an, damit sich daraus für mich ein methodisches und planmäßiges Vorgehen ergibt?

- Verfasser: Sie berühren damit eine Frage, die man sich nur dann selbst beantworten kann, wenn man den Mental-Positivismus wirklich gründlich studiert hat und dazu den Ablauf des Lebens in Beziehung zu setzen vermag. Natürlich muss dazu auch alles Beachtung finden, was über Begriffs- und Zielklarheit gesagt wurde, weil ja nur dann die Voraussetzungen zur schöpferischen Funktion des Geistes erfüllt sind. Es kann uns kein schöpferischer Einfall kommen, der vorhandene Erkenntnislücken schließt, wenn der Geist ratlos da steht und nicht weiß, wie er es anstellen soll.
  Man könnte sagen: Wer nicht von selbst auf den Trichter kommt, dem mangelt es an Intelligenz. Das ist aber nicht so, jedenfalls in vielen Fällen nicht, deshalb, weil die die Intelligenz offenbarenden Einfälle sozusagen vor versperrter Tür warten. Also müssen wir die Tür aufmachen und die Hemmungen beseitigen.

Leser: Was kann ich damit anfangen? Wie soll ich in diesem Falle die Gesetze des Denkens beachten?

Richtiges Verstehen des ersten Denkgesetzes

- Verfasser: Nun, indem Sie vor allem das erste Denkgesetz wirklich richtig begreifen, hören Sie zu: Wenn wir sagen „Bewusstsein ist Schöpfung", so ist darunter zu verstehen, dass erst in **dem Augenblick** ein Gedankengang in uns schöpferisch zu wirken beginnt, wenn dieser uns wirklich vollkommen klar ist, also in seiner ganzen Tragweite wirklich bewusst ist. Was haben Sie also zu tun, um das zu erreichen?

Leser: Ich muss das Neue, das in mir zur Wirkung kommen soll, so von allen Seiten betrach-

ten und mit Hilfe des Vorstellungsvermögens zu einem in allen Einzelheiten klaren Bilde formen, dass es in mir über seine Natur, seine Eigenart und seine Wirkungsweise überhaupt keinen Zweifel mehr gibt. Dadurch erst wird das Neue wirklich begriffs- und zielklar, was gleich bedeutend ist mit einer ***Beseelung*** *des neuen Gedankens.*

- Verfasser: Ganz ausgezeichnet! So muss es sein. Und je intensiver Sie sich mit dem Neuen befassen, um so wirksamer und mächtiger ist die Beseelung, die in besonderen Fällen so weit getrieben werden kann, dass Sie der neue Gedanke überhaupt nicht mehr loslässt.
  Das verstehen wir, wenn wir sagen: „Bewusstsein ist Schöpfung". Und anzuwenden ist dieses Gesetz überall, wo es sich um eine Beeinflussung irgendeines Vorganges im Seelenleben handelt, also nicht nur z. B., um unsere schöpferische Geistestätigkeit anzuregen oder zu inspirieren, sondern auch in jedem Fall, wo wir eine wirksame Beeinflussung unseres Charakters beabsichtigen. Der Erfolg tritt immer ein durch das Denkgesetz „Bewusstsein ist Schöpfung".

„Suggerierte Kälte" als Beispiel

- Verfasser: Zum besseren Verständnis wollen wir an ein hypnotisches Experiment denken: Der Hypnotisierte empfindet ganz deutlich, dass er sich in einem eiskalten Raume befindet, wenn es der Suggestor versteht, ihm die Kälte dieses Raumes mit realistischer Deutlichkeit zu schildern. Die dadurch eintretende Beseelung der Suggestion kann so intensiv werden, dass der Hypnotisierte auch organisch so reagiert, als wäre die eingeredete Kälte eine physikalische Wirklichkeit. Die Tatsache, dass dadurch die Herztätigkeit herabgesetzt und die Haut zusammengezogen wird, zeigt, wie stark sich die suggerierte Idee im Hypnotisierten verkörpern kann. Ist Ihnen jetzt klar, was mit dem 1. Denkgesetz gemeint ist?

Leser: Man muss sich also stets vor Augen halten, dass alles, was erreicht werden soll in uns, sei es über die Nervenbahnen, sei es über die Funktionen des Geistes oder über bestimmte Charaktereigenschaften, in Erscheinung gerufen werden kann durch ***völlige Bewusstmachung*** *des jeweiligen Zieles und natürlich auch der Auswirkung einer bestimmten Zielsetzung.*

- Verfasser: Richtig! Und gerade das Letztere ist entscheidend. Beispiel: Ein Kranker, der nachts nicht schlafen kann, kommt zum Arzt. Der Arzt hat sofort erfasst, dass die Ursache der Schlaflosigkeit nur in einer negativen Zwangsschaltung zu suchen ist. Dagegen hilft keine Medizin, und wenn, dann nur auf einem Umweg. Es ist also im Grunde gleichgültig, was für ein Mittel verordnet wird, wenn nur, ja wenn nur der Kranke dazu gebracht wird, an die Wirksamkeit des Mittels zu glauben. Denn das ist das Ziel, dass der Kranke, wenn er sich zu Bett gelegt hat, das Eintreten des Schlafes mit größtmöglicher Sicherheit **erwartet**. Geschieht das, so ist die Hemmung beseitigt und der Schlaf ist da.
  Also sagt der Arzt zum Patienten: Hier haben Sie eine vortreffliche Schlafme-

dizin. Sie beruhigen dadurch Ihre Nerven so gut, dass Sie schon sehr bald von Ihrer Schlaflosigkeit befreit sein werden. Das Mittel nehmen Sie 1/2 Stunde vor dem Zubettgehen, und zwar jeweils 10 Tropfen auf ein Glas lauwarmes Wasser.

Gesagt, getan: Schon in kurzer Zeit ist das Übel behoben. Erst wollte das Mittel nicht gleich wirken, aber dann kam doch der Schlaf, und schließlich tritt die Schlafgewohnheit wieder in ihr altes Recht.

Geheimnis der Medizin: Eine Auflösung von Traubenzucker oder eine andere Harmlosigkeit. Bewusstsein ist Schöpfung! Der Arzt hat es verstanden, **das,** was geschehen soll, mit einer solchen Selbstverständlichkeit dem Patienten vor Augen zu führen, dass kein Zweifel an der Wirkung des verordneten Mittels bestand.

Leser: Gedanken sind Kräfte! Das zeigt das Beispiel von der Hypnose und auch das letzte Beispiel. Ich beginne zu erkennen, wie groß die Tragweite dieses 1. Denkgesetzes ist. Aber wie Sie schon sagten: Man muss es verstehen, das Gesetz in eine Beziehung zum Leben zu setzen. Man muss also wissen, was man daraus machen kann.

- Verfasser: Ja, das ist überhaupt das ganze Geheimnis. In der Hand eines Urwaldmenschen ist der kostbarste Diamant nicht viel mehr als ein Stück schillerndes Glas, in unserer Hand dagegen das materielle Glück eines ganzen Lebens: ein prächtiges Haus mit einem schönen Garten, ein Auto, Reisen ins Ausland, oder was wir uns sonst an materiellen Glücksgütern wünschen. Aber auch nur, wenn wir es verstehen, mit dem schillernden Glas etwas Vernünftiges anzufangen.

*Leser: Also auf die **Praxis** kommt es an, wie Sie immer wieder sagen. Nur aus der **Anwendung** der Lehren des Erfolges kann sich der Erfolg ergeben. Und gerade deshalb sind für mich auch Beispiele so instruktiv.*

- Verfasser: Wissen Sie eigentlich, warum? Auch hierbei erfüllt sich eine Erfolgsvoraussetzung: Das Beispiel schafft Begriffs- und Zielklarheit! Und sobald die da sind, tritt in Ihrem Erkennen die gewünschte Klarheit ein.

Leser: So stößt in diesem Falle also das Beispiel die Tür auf, von der wir vorhin gesprochen haben, um den schöpferischen Erkenntniseinfall in unsere Geisteswerkstatt einzulassen.

- Verfasser: Und nun wird Ihnen auch klar sein, dass die Wandlung unseres Wesens tatsächlich nur möglich werden kann, wenn wir zunächst einmal die Forderungen des 1. Denkgesetzes beachten. Wissen Sie, was ich damit sagen will?

Leser: Dass wir keinen Fortschritt verbuchen können, wenn wir nicht zuerst die Idee, das geistige Urbild des positiven Menschen mit vollkommener Deutlichkeit in uns entwickeln.

- Verfasser: Ja, und das muss mit solcher Gründlichkeit geschehen, dass diese Idee so in der inneren Schaltzentrale zu wirken beginnt, wie es die Vorstellung tut, die in einem Hypnotisierten arbeitet.

Leser: Würde das nicht bedeuten, dass wir uns auch durch einen fremden Einfluss verwan-

deln lassen könnten? Mit anderen Worten: Dass wir uns durch Hypnose zu einem neuen Menschen machen lassen?

- Verfasser: Zweifellos könnte das in bestimmten Bereichen gehen, und doch hat die Sache einen Haken: Wir wären dann nicht eigentlich wir selbst, sondern der Hypnotiseur wäre der Leiter unserer inneren Schaltanlage. Wir würden dadurch in eine Abhängigkeit geraten, die die möglichen Vorteile wieder aufhebt. Im Übrigen brauchen wir keineswegs das Beispiel der Hypnose, um zu verstehen, was hiermit gemeint ist.

Menschen unter Zwang

Leser: Ich kann mir denken, was Sie damit sagen wollen: Es gibt Lagen genug, wo Menschen unter Zwang handeln, ohne vorher hypnotisiert worden zu sein. Das Sprichwort „Schlechter Umgang verdirbt den Charakter" ist ja bezeichnend für solche Fälle.

- Verfasser: Natürlich setzt das voraus, dass man für solche Einflüsse eine Bereitschaft mitbringt. Für labile Charaktere sind das große Gefahrenklippen.

Leser: Das sind solche Menschen, die wenig Willenskraft haben?

- Verfasser: Damit geben Sie ein Stichwort. Aber Labilität ist noch mehr: Labile Menschen sind unsichere, schwankende Naturen, deren charakterliche Struktur kein Rückgrat aufweist und die dazu nur ein geringes Selbstbewusstsein haben.

Leser: Selbstbewusstsein, das ist das Bewusstsein vom eigenen Ich, vom eigenen Selbst?

- Verfasser: Erkenntnisphilosophisch gesehen, ja, aber in diesem Falle vor allem nach der Seite des Willens hin. Das Bewusstsein vom eigenen Wert, dass man von sich selber etwas hält, von seiner eigenen Person überzeugt und durchdrungen ist, und natürlich im positiven Sinne, nicht etwa im Negativen.

  Selbstbewusste Menschen wissen, dass sie sich auf sich verlassen können. Sie haben darum auch keine Minderwertigkeitskomplexe, die das Auftreten, Verhalten und Handeln hemmen können. Es sind so genannte fertige Menschen, wenn auch nur im Rahmen einer bestimmten Entwicklungsstufe, wobei aber immer auch entscheidend ist, aus welcher letzten Quelle das Selbstbewusstsein seine Nahrung bezieht, und danach richtet sich auch der persönliche Wert solcher Menschen.

  Man kann in Gott wurzeln, aber auch ganz und gar in der Materie. Selbstbewusste Menschen der letzteren Art kennen meist keine Rücksichten, wenn es um die Durchsetzung der eigenen Absichten geht.

Selbstbewusstsein des Diesseitsmenschen

- Verfasser: Der Begriff „Selbstbewusstsein" schließt also keineswegs das ganze Wesen ein, wenn er nur in Richtung auf den Diesseitsmenschen angewendet wird. Und außerdem ist nicht gesagt, dass das Bewusstsein von der eige-

nen Kraft auch wirklich erkenntnismäßig vor dem eigenen Auge steht. Sehr oft äußert es sich nur über das Gefühl. Die Betreffenden sind dann charakterstark und überlegen, ohne eigentlich zu wissen, warum. Sie sind es einfach, ebenso wie der labile Mensch schwach und beeinflussbar ist, auch ohne zu wissen, wo der Grund dafür liegt.

Höchstens wundern sie sich hinterher, warum sie so schlapp und beeinflussbar sind. Wer im Rahmen eines bestimmten Entwicklungsstandes ein großes Selbstbewusstsein hat, versagt häufig, sobald er mit Menschen in Berührung kommt, deren Selbstbewusstsein aus einem höheren Reifegrad fließt.

Dadurch erleben wir das Schauspiel, dass vordem mächtige Persönlichkeiten plötzlich klein und nichts sagend werden. Strömt die Kraft aus rein materieller Verankerung, so kommt es zum Kampf, der oft bis zur Selbstvernichtung geht.

Leser: Das alles würde besagen, dass man einerseits sich nicht überschätzen, andererseits sich aber auch nicht unterschätzen darf und dass man die Grenzen der eigenen Möglichkeiten richtig einschätzt.

- Verfasser: Und darüber hinaus, dass man dauernd an sich arbeitet und formt wie ein Künstler an seinem Werk, um die anhaftenden Schwächen und Unvollkommenheiten immer mehr auszuschalten. Und gerade dazu gehört auch das Verstehen der seelischen Abläufe und Prozesse im eigenen Innern.

Leser: Ich erkenne immer mehr, wie entscheidend wichtig es doch ist, sich auch mit Philosophie zu befassen, und warum der Mental-Positivismus die Meisterung des Lebens ganz und gar aus religiös- philosophischer Schau heraus betreibt.

- Verfasser: Freiheit ist das erstrebenswerte Ziel. Immer größeres Loslösen von jedem Zwang durch den Mechanismus der Natur, Befreiung vom kurzsichtigen Willen des Triebhaften in uns, eine Hinwendung zu immer größerer Vermenschlichung, wobei der Körper nur noch die Rolle einer gehorsamen Apparatur zu spielen hat.

  Handeln zu lernen in völliger geistiger Klarheit als der oberste Leiter eines Betriebes, der darin ganz genau Bescheid weiß und ein absoluter Fachmann auf seinem Gebiete ist.

  Es ist das Ziel, das der ganzen Menschheit von Gott gesetzt ist, ungeachtet, dass der Weg bis zum Erreichen des letzten Gipfels ein unabsehbar weiter und langer ist.

  Aber darauf kommt es nicht an, vielmehr darauf, dass wir uns heute schon in der Richtung auf dieses Ziel bewegen und jeder Lebenstag, den wir verbringen, als ein Teilerfolg dazu gebucht werden kann.

  Doch zurück zum Ausgangspunkt: Wir gingen davon aus, dass **Bewusstsein Schöpfung** ist. Können Sie das in eine Beziehung setzen zur Steigerung der Willenskraft?

Leser: Unser Wille ist stark, wenn wir wissen, dass wir einen starken Willen haben. Aber dieses Wissen muss Überzeugung sein.

- Verfasser: Ganz richtig. Und wodurch entsteht diese Überzeugung?

Leser: Nachdem wir uns im Klaren darüber sind, welche Gesetzmäßigkeiten das Bewusstsein der Willensfreiheit entwickeln, müssen wir uns in der Praxis danach verhalten.

- Verfasser: Nun, und wie macht man das?

Leser: Ich glaube, hier rede ich mich fest. Immer ist noch etwas in mir, was ich nicht verstehe. Gefühlsmäßig möchte ich sagen, dass alles damit im Zusammenhang steht, was den M-Schlüssel betrifft.

Die Gesetze des Denkens

16 Kernsätze zur Erschließung der großen Möglichkeiten des schöpferischen Neudenkens nach der Methode des M-Schlüssels

1. Kernsatz: Bewusstsein ist Schöpfung.

2. Kernsatz: Anfang und Ursache jeder Erscheinung und Wirkung ist die Idee, als Urbild und Seele der Erscheinungen und Wirkungen.

3. Kernsatz: Dasein erlangt die Idee in der „Werkstatt der Seele“ durch unsere eigene Schöpferkraft oder durch äußeren Einfluss.

4. Kernsatz: Die „Werkstatt der Seele" ist das Unterbewusstsein. Dort verdichtet sich die Idee von der einfachen Vorstellung bis zum ausgereiften starken Gedanken, der dadurch zum Wesen mit zielgerichtetem eigenem Willen wird.

5. Kernsatz: Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen.

6. Kernsatz: Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Gedanken.

7. Kernsatz: Konzentration sammelt und lenkt die Aufmerksamkeit auf bewusstem und unbewusstem Wege.

8. Kernsatz: Wünsche, Interessen, Neigungen, Ängste, Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften lenken unbewusst die Aufmerksamkeit (unbewusste Konzentration).

9. Kernsatz: Bewusste Konzentration ist Sache von Interesse, Willensfreiheit, Übung und Nervenleistung.

10. Kernsatz: Willensfreiheit ist Kraftfreiheit, Willensschwäche ist Krafthemmung (Wille gesehen als Funktion).

11. Kernsatz: Im Kampf mit dem Gefühl siegt der Wille durch Kraftwirkung und Anstrengung in den Nerven, daher schwacher Wille bei geringer Nervenkraft.

12. Kernsatz: Kampf gegen die Nerven ist Kampf gegen Wirkungen, daher falscher Krafteinsatz.

13. Kernsatz: Nicht in der Ablehnung, sondern in der Bejahung liegt das Geheimnis größter geistiger Machtentfaltung.

14. Kernsatz: Fortdauernde Behauptung einer Möglichkeit wird zum Glauben und aktiviert dadurch die Kräfte zur Verwirklichung der Behauptung.

15. Kernsatz: Alle Antriebe in uns existieren aus der Beachtung (durch Gegenwirkung) und hören auf zu sein durch Nichtbeachtung (Aufhebung der Gegenwirkung).

16. Kernsatz: Wiederholung, bewusst oder unbewusst, verstärkt die Antriebe bis zum Automatismus der Vorgänge, begünstigt und bewirkt also Zwangsabläufe körperlicher, geistiger und seelischer Art, und zwar ebenso wohl in negativer, wie in positiver Hinsicht (Gesetz der Gewohnheit).

Das geistige Band zum Verstehen der Denkgesetze

- Verfasser: Ich weiß, was Sie sagen wollen: Es fehlt Ihnen noch das geistige Band, sozusagen der Schlüssel, durch den Sie die Zusammenwirkung der Denkgesetze verstehen, die den M-Schlüssel zur Anwendung bringen lassen. Hören Sie hierzu zunächst noch einmal den Wortlaut des M-Schlüssels:
  „Mental-Positivismus ist die Lehre der Herrschaft über alles Negative durch die Macht der Überzeugung, die als Resultat der Beachtung der Gesetze des Denkens entsteht und somit das Ergebnis der Macht der Erkenntnis ist."
  So, und nun gleich zu den 16 Kernsätzen bzw. Gesetzen des Denkens: Warum ist das 1. Denkgesetz **„Bewusstsein ist Schöpfung",** das Wichtigste von allen?

Leser: Weil das A und 0 jedes schöpferischen Denkprozesses das Bewusstsein ist.

- Verfasser: Aus diesem Grunde müssen wir das 1. Denkgesetz auch dauernd vor Augen haben, und das will heißen, dass wir bei allem, was wir tun und vorhaben, uns stets fragen müssen, ob die Voraussetzungen zur richtigen Bewusstwerdung eines angestrebten Zieles auch wirklich erfüllt sind. Ist das vollkommen klar?

Leser: Das weiß ich nun ganz genau.

- Verfasser: Schön. Und nun zum 2. Denkgesetz: **„Anfang und Ursache jeder Erscheinung und Wirkung ist die Idee, als Urbild und Seele der Erscheinungen und Wirkungen.** Haben Sie dazu eine Frage?

Leser: Eigentlich keine, denn der Wortlaut sagt ja ganz deutlich, was dieser 2. Kernsatz will, nämlich das: Wenn etwas durch uns werden soll, beginnt alles zunächst in der Idee.

- Verfasser: Gut, gleich nun der 3. Kernsatz: **„Dasein erlangt die Idee in der "Werkstatt der Seele" durch unsere eigene Schöpferkraft oder durch äußeren Einfluss."** Was haben Sie hierzu zu sagen?

Leser: Dass es darauf ankommt, dass eine neue Idee wirklich in unserem Innern zum Leben erwacht, dass sie eindringt in die Tiefe unseres Wesens und sich einarbeitet in den dort vorhandenen Mutterboden, der ihr Wachstum bewirkt.

- Verfasser: Und welche Konsequenzen ergeben sich daraus z. B. für die Praxis der Selbsterziehung oder die Erziehung von Kindern?

Leser: Dass wir ganz genau darauf achten müssen, dass das Innere auch wirklich Feuer fängt, dass die Aufmerksamkeit davon gefangen wird, dass die neue Idee packt und wirklich wahrgenommen wird. Man darf also nicht gleichgültig bleiben.

Die Zusammenwirkung der Denkgesetze

- Verfasser: „Sie sehen schon hieran, dass das gar nicht möglich ist, ohne

gleichzeitige Beachtung und Mitwirkung des 1. Denkgesetzes, denn nur **Bewusstsein** bewirkt ja Schöpfung. Doch zunächst weiter zum 4. Kernsatz unserer Denkgesetze:

„Die Werkstatt der Seele ist das Unterbewusstsein. Dort verdichtet sich die Idee von der einfachen Vorstellung bis zum ausgereiften, starken Gedanken, der dadurch zum Wesen mit zielgerichtetem eigenem Willen wird."

Ist Ihnen klar, warum dieser Wortlaut so wichtig ist, dass er als selbständiger Kernsatz herausgestellt wurde?

Leser: Bestimmt deshalb, damit immer vor Augen steht, auf welchem Wege Einflüsse bzw. Ideen in das Unterbewusstsein, also in die Werkstatt der Seele, hineingelangen.

- Verfasser: Richtig! Es kommt zunächst darauf an, dass über die sinnliche Wahrnehmung ein mehr oder weniger starker Eindruck in uns selber oder einem anderen erzeugt wird, der im Unterbewusstsein eine Vorstellung wach ruft und die dann in einer ganz bestimmten Zielrichtung zu wirken beginnt. Entscheidend ist, dass der Eindruck wie ein Samenkorn in die Tiefe unseres Wesens dringt und gemäß dem 1. Denkgesetz geeignet ist, etwas im Innern bewusst werden zu lassen, was vordem nicht bewusst war, doch aber innere Reaktionen nach sich zieht, sobald die Bewusstwerdung erst einmal eingetreten ist. Verstehen Sie, was ich damit sagen will?

Leser: Das will sagen, dass der in das Unterbewusstsein hineingesenkte Eindruck eine Bedeutung haben muss für irgendeine Seite unseres Wesens, die sich innerlich im Schwingen befindet und wodurch wir veranlasst werden, über etwas nachzudenken oder wodurch ganz bestimmte Empfindungen, Erwartungen oder Ängste in uns ausgelöst werden.

- Verfasser: Hierzu gleich ein Beispiel: Ich sagte, eine sinnliche Wahrnehmung muss sich in die Tiefe unseres Wesens senken, womit aber nicht gemeint ist, dass uns dieser Eindruck sofort klar zum Bewusstsein kommen muss. Dennoch wird er aber vom Unterbewusstsein aufgenommen, wie z. B. der eigentümliche Händedruck eines Menschen, dem wir zum ersten Mal die Hand geben. Sofort kann dadurch Sympathie oder Antipathie bewirkt werden.

  Antipathie z. B., wenn uns der Betreffende kaum seine Fingerspitzen zum Gruße reicht und keinerlei Gegenwärme spürbar ist. Sind wir sensibel veranlagt, so kann es passieren, dass durch einen solchen unangenehmen Eindruck sogar unser Traumleben beeinflusst wird.

  Für die Praxis ergibt sich daraus, dass wir z. B. gut darauf zu achten haben, wie der Klang unserer Stimme und der Unterton unserer Rede sind: „C'est le ton qui fait la musique". „Der Ton ist es, der die Musik macht!"

  So, und nun zum 5. Denkgesetz:

  „Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen."

  Erkennen Sie bereits das geistige Band, das diese bisher besprochenen 5 Denkgesetze miteinander verbindet?

  Mit diesem 5. Denkgesetz wird gesagt, dass sich ein neuer Gedanke in uns selbst oder in einem anderen ganz gewiss und ganz bestimmt durchsetzt, wenn es gelingt, das Gefühl davon durchdringen zu lassen. Das muss also

das Ziel sein, wenn wir Erfolg haben wollen, und so lange müssen wir unsere Bemühungen fortsetzen, bis dieser Punkt erreicht ist; der Arzt z. B., bis der Kranke fühlt, dass er gesund wird, und wir bei uns selbst, bis wir z. B. fühlen, dass uns eine Hemmung, eine Charakterschwäche oder sonst ein seelischer Widerstand nichts mehr anhaben können.

Leser: Für die Kindererziehung würde das z. B. bedeuten, dass wir erst dann von einem erzieherischen Erfolg sprechen können, wenn es uns gelungen ist, das jeweilige Gefühl, z. B. für Ordnung, Fleiß und Gehorsam, im Kinde wachzurufen, und das Geschick unserer pädagogischen Maßnahmen besteht darin, auf dem Wege über die Beachtung aller Denkgesetze diesen Erfolg zu erringen.

- Verfasser: Jawohl, und wichtig ist dazu, dass wir dabei keineswegs von der Vernunft des Kindes ausgehen dürfen, sondern von seiner unbewussten Reaktion auf die von außen auf das Kind einwirkende Beeinflussung, was zudem in vielen Fällen nicht nur für Kinder gilt, sondern auch für eine Unzahl von Erwachsenen. Das beste Beispiel hierfür bietet das Kleinkind, bei dem man ja in keiner Weise an Einsicht appellieren kann. Das schließt natürlich nicht aus, dass man auch über die Vernunft beeinflussende und charakterformende Gedankenkräfte wachrufen kann und muss, immer jedoch nur dort, wo sie in den Bezirken schon aktiv ist, auf die es ankommt.
  So, nun weiter zum 6. Denkgesetz:
  „Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Gedanken."
  Jetzt zeigen sich uns die **technischen** Mittel zur Beseelung des Denkens, wie Sie sehen und wie es schon dieses Denkgesetz beweist. Dazu müssen Sie natürlich wissen, was wir unter Aufmerksamkeit zu verstehen haben. Ist Ihnen das klar?

Bewusste und unbewusste Sammlung der Aufmerksamkeit

Leser: Ich denke daran, dass die Aufmerksamkeit einer Lichtquelle vergleichbar ist, die die Dinge beleuchtet und dadurch sichtbar macht.

- Verfasser: Richtig! Diese Lichtquelle muss also da sein, sonst ist es unmöglich, irgendein geistiges Bild oder einen Gedanken erkennbar oder im Sinne des 1. Denkgesetzes bewusst zu machen; und je kräftiger und stärker die Lichtquelle ist, um so lebendiger und plastischer leuchtet dann auch der anvisierte Gedanke auf. Wie wir das erreichen, zeigen uns das 7., 8. und 9. Denkgesetz.
  Zunächst das 7. Denkgesetz:
  „Konzentration sammelt und lenkt die Aufmerksamkeit auf bewusstem und unbewusstem Wege."
  Die Betonung liegt hier auf den beiden Wörtern „bewusst" und "unbewusst". Weshalb wohl?

Leser: Es kommt ganz auf den Fall an und auf das Ziel, das wir erreichen wollen. Wir haben zu überlegen, wieweit in einem Falle die Voraussetzungen zur bewussten Konzentration er-

füllt sind. Wir selber können uns wohl zu bewusster Konzentration zwingen, insbesondere wenn wir die Technik der bewussten Konzentration beherrschen. Ob wir aber einen anderen dazu bringen können, ist fraglich, denn dazu gehört die Bereitschaft des anderen, der gute Wille also.

- Verfasser: Ja, und nicht zu vergessen auch ein entsprechendes Maß an Unabhängigkeit von den inneren Zwangsabläufen. Bewusste Konzentration ist nicht zuletzt eine Sache der Übung: Wer darin keine Übung hat, bei dem reicht nur selten und in Ausnahmefällen die Kraft aus, um längere Zeit hindurch in einer ganz bestimmten geistigen Zielrichtung zu denken. Man ist nicht Herr in sich selbst und kann darum auch nicht willkürlich über seine Sinnestätigkeit und das Schaltwerk des Denkens verfügen.
  Jedoch das 8. Denkgesetz zeigt, was man beachten muss, um unter solchen Umständen dennoch Konzentration zu bewirken:
  „Wünsche, Interessen, Neigungen, Ängste, Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften lenken unbewusst die Aufmerksamkeit."
  Damit haben wir alle Möglichkeiten in der Hand, die wir ausnutzen können, um einen Gedanken zu beseelen, den wir durch bewusste Konzentration niemals so verstärken könnten, dass er schöpferisch zu wirken beginnt.
  Dieses Denkgesetz ist von so unerhörter Wichtigkeit, dass wir mindestens 14 Tage lang nachdenken müssten, um seine Anwendungsmöglichkeiten für den persönlichen Erfolg voll zu erschöpfen. Wohlverstanden, das aber immer im Zusammenhang mit den vorangehenden Gesetzen des Denkens.

8. Denkgesetz: Mächtiger Hebel des Erfolges!

- Vergegenwärtigen wir uns ganz kurz die Situation: Was uns oder einen anderen ein Ziel erreichen lässt, wird bewirkt durch eine Idee, für die wir durch starke Beseelung das Innere zum Ansprechen bringen müssen, die sozusagen zu einer **Hebel-Idee** in uns wird und gerade dadurch sich realisiert.
  Eine starke Beseelung ist jedoch nur möglich durch Sammlung einer größtmöglichen Fülle von Aufmerksamkeit auf diese Idee. So stark muss die Beseelung sein, dass sie schließlich das Gefühl beherrscht. Die Frage ist also: Wie bringen wir es fertig, dass die erforderliche Sammlung der Aufmerksamkeit möglich wird? Und das geschieht durch Beachtung des 8. Denkgesetzes. Erfassen Sie die Tragweite dieser Erfolgslehre?

Leser: Jetzt, nachdem mir die vorangehenden Denkgesetze schon so klar geworden sind, spüre ich hier einen mächtigen Hebel des Erfolges, und zwar für das Erreichen vieler meiner Zielsetzungen, nicht nur zur Wandlung meines eigenen Wesens, sondern auch in beruflicher, geschäftlicher, gesellschaftlicher und familiärer Hinsicht.

- Verfasser: Nennen Sie mir einen Punkt, der Ihre eigene Entwicklung zur Persönlichkeit betrifft.

Leser: Das ist leicht gesagt: Ich würde mich z. B. überhaupt nicht so mit dem Mental--Positivismus beschäftigt haben, wie ich es bisher getan habe, wenn dabei nicht meine ganz persönlichen Wünsche und Lebensinteressen angesprochen würden.

Denn dadurch machte es mir Freude, die erforderliche Kleinarbeit z. B. beim Aufbau der "Kartei des Wissens" zu leisten, und die Arbeit fiel mir immer leichter, je mehr ich erlebte, wie mir die Zusammenhänge immer klarer wurden. Anfänglich musste ich mich zwingen, eine halbe Stunde lang bei der Sache zu bleiben. Jetzt könnte ich Stunden damit zubringen, um immer sauberer und immer besser die verschiedenen Details herauszuarbeiten.

- Verfasser: Das ist zweifellos ein Erfolg unbewusster Konzentration. Aber wir können das noch viel verständlicher machen, was dieser wichtigen Lehre ihre Tragweite gibt. Wir gehen z. B. ins Kino und halten uns zwei Stunden lang in einem dunklen Raume auf, wo wir in schlechter Luft die ganze Zeit über ruhig auf einem Stuhle sitzen müssen. Das ist eine bedeutende Leistung, denn die Nerven, die die verschiedensten unangenehmen Körperempfindungen vermitteln, haben während dieser ganzen Zeit nichts zu melden. Sie finden einfach kein Gehör, weil wir keinerlei Aufmerksamkeit für sie zur Verfügung haben, und allein deshalb, weil wir gebannt sind durch das Erleben auf der Leinwand. Ohne Konzentration könnte dieser Vorgang nur mit großer Schwierigkeit ertragen werden.
  Das Geheimnis ist die **unbewusste** Konzentration, die über das innere Erleben eintritt. Was aber im Kino möglich ist, das ist z. B. auch bei der Arbeit möglich, und darf dann auch nicht schwerer fallen, vorausgesetzt, dass auch dabei unsere Wünsche, Interessen und Neigungen berührt werden.

Leser: Mit dauernden Ermahnungen kann man ein bislang unerzogenes Kind schwer dazu bewegen, eine Zeitlang still zu sein, mit Leichtigkeit dagegen, wenn man ihm das rechte Spielzeug gibt.

- Verfasser: Im Vordergrund steht, dass man gefesselt sein muss. Man kann dann nichts anderes denken als das, was mit der Fesselung zusammenhängt. Die Aufmerksamkeit ist konzentriert, ohne dass man es zu wollen braucht, und weil man nicht wollen, richtiger, nicht gegen Ablenkungen kämpfen muss, darum strengt unbewusste Konzentration auch nicht an.

Leser: Mir ist jetzt völlig klar, warum gerade das 8. Denkgesetz ein unerhört wichtiges Mittel zu jeder Fremdbeeinflussung ist. Dabei werden mir auch gleich alle Gefahren bewusst, die sich aus dem Missbrauch dieses Gesetzes ergeben.

- Verfasser: Sie berühren damit einen Punkt, in dem man gar nicht klar genug sehen kann. Tatsächlich gründet sich hierauf die Macht der Beeinflussung, soweit jedenfalls, wie es die geistige Verführung angeht, wie ich es nennen möchte, und zwar in gutem wie in bösem Sinne; im Besonderen, soweit es sich darum handelt, eine Beeinflussung über die sinnliche Wahrnehmung zu erreichen, wobei dann noch zwischen bewusster und unbewusster Beeinflussung zu unterscheiden ist.
  Die genaue Kenntnis der Auswertungsmöglichkeiten dieses entscheidenden Denkgesetzes gibt Macht in allen Dingen des persönlichen Erfolges, wo es darauf ankommt, durch Rede, Schrift, Auftreten, Gesten, Gebärden und Handlungen Vertrauen, Zuneigung und Bereitschaft zu erlangen. Im negativen Sinne: die Sinne zu umnebeln, das Urteilsvermögen herabzusetzen oder den Widerstandswillen zu schwächen.

Leser: Erneut steht mir jetzt vor Augen, weshalb der Mental-Positivismus stets das Heil der eigenen Seele in den Vordergrund stellt und weshalb er die Bemeisterung des Daseins nur vom Standpunkt einer Zielsetzung sieht, die jederzeit vor Gott verantwortet werden kann. Denn wäre es nicht so, würde durch einen Missbrauch der Gesetzmäßigkeiten des Seelenlebens mehr Schaden als Nutzen entstehen.

- Verfasser: Und nicht nur für die Mitmenschen und die Allgemeinheit, sondern auch für den Betreffenden selbst, der sich unterfängt, einen negativen Gebrauch zu machen.

Leser: Andererseits bringt die Kenntnis dieser Geheimnisse aber auch noch einen ganz besonderen Vorteil mit sich, der darin besteht, dass der Einfluss negativ handelnder Personen gebrochen wird, sobald man weiß, wie dieser Einfluss zustande kommt. Durch Kenntnis der Zusammenhänge kann man sich selber und andere vor diesem Einfluss schützen.

Die Illusion des „ALS OB"

- Verfasser: Richtig, und gerade das ergibt auch wieder Selbstvertrauen und Lebenssicherheit. Man lernt, sich nicht mehr vor dem Vergänglichen und in uns suggestiv hervorgerufenen Scheinwerten zu beugen. Die Wertbeurteilung wird zurückgeführt auf die tatsächlich vorhandenen Werte der Persönlichkeit: Ein König in Unterhosen macht dem gehorsamen Untertanen viel weniger die Knie schlottern, als derselbe König im Marschallsrock, wie ja überhaupt von den Kleidern ein mächtiger Einfluss ausgeht.
  Ein gut Teil allen Entgegenkommens und aller Hochachtung und Wertschätzung verdankt rein äußerlichen Dingen seine Ursache. Damit wird die Illusion „der als ob" erzeugt, die der Meinungs- und Komplexbildung weiten Spielraum lässt und Machtfaktoren erzeugt, die in Wirklichkeit gar nicht vorhanden sind. Das alles aber nur, weil über die Wünsche, Interessen, Neigungen, Ängste, Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften durch die unbewusste Konzentration eine Beeinflussung der Denkvorgänge möglich ist.

Leser: Und wie kommt man dazu, um die positiven Möglichkeiten des 8. Denkgesetzes möglichst vollkommen für die Lebensbemeisterung auszuwerten?

- Verfasser: Damit haben wir das Gesamtgebiet unserer Erfolgs-Systematik und Lebenskunst vor uns, einschließlich aller Ratschläge für den persönlichen Erfolg, wie sie von den Denkern und Dichtern aller Zeiten vermittelt wurden.
  Wenn Goethe in seinen Lebensweisungen z. B. sagt: „Mann, mit zugeknöpften Taschen tut dir niemand was zulieb; Hand wird nur von Hand gewaschen, wenn du nehmen willst, so gib!", so ist sofort der Zusammenhang mit dem 8. Denkgesetz erkennbar, ebenso wie bei seiner Anweisung zu kluger Menschenbehandlung: „Wenn wir die Menschen behandeln, wie sie sind, so machen wir sie schlechter. Wenn wir sie dagegen behandeln, als wären sie bereits das, was sie sein sollen, so bringen wir sie dahin, wohin sie zu bringen sind."

Hören Sie hierzu noch einige Lehren aus dem Erfolgs-System, die Sie schon kennen gelernt haben. Achten Sie dabei auf den Wortlaut des 8. Denkgesetzes und vergleichen Sie im Geiste. Es fällt nicht schwer, die Beziehungen zu finden:

- ***„Jedermann, der zu Ihnen in Beziehungen tritt, muss das Gefühl haben, dass er durch Sie Vorteile hat und durch die Verbindung mit Ihnen gewinnt."***
- ***„Wenn es dir schlecht geht, ziehe deinen besten Rock an und setze den Zylinder auf."***
- ***„Ihr äußerer Mensch schafft den Kontakt. Wer persönlichen Einfluss erlangen will, muss mit den Eigenarten der Menschen rechnen, sonst erreicht er nichts! Besonders die Zuneigung verlangt eine kluge Beobachtung: Alles, was auf die Umgebung einen unangenehmen Eindruck macht, was sie in ihrem Gefühls- und Empfindungsleben irgendwie unsympathisch berührt und ihr unliebsame Vorstellungen ins Bewusstsein ruft, muss vermieden werden."***
- ***„Unsere Mitmenschen sind keine Gedankenleser, und wenn wir so erkannt werden wollen, wie wir es wünschen, so liegt es an uns, uns so zu verhalten, damit das unserer Umwelt auch möglich wird."***

  Im Erfolgs-System finden Sie Dutzende von Erfolgslehren, die zum 8. Denkgesetz in Beziehung stehen. Haben Sie das Grundsätzliche erfasst?

*Leser: Ja, völlig klar, immer muss man davon ausgehen, dass die eigenen Wünsche und Interessen im Menschen vorherrschend sind und das Denken bestimmen, und wenn man dem entspricht, dass man dann selber Interesse findet. Das aber bewirkt dann eine **unbewusste** Konzentration auf das, was wir erreichen wollen.*

- Verfasser: Richtig, und auch wir selbst kommen leicht zur Sammlung der Aufmerksamkeit, wenn unseren Wünschen und Interessen damit gedient wird. Mit diesen Ausführungen ist das 8. Denkgesetz natürlich noch längst nicht erschöpft. Besondere Wirkungen ergeben sich z. B. in seiner Zusammenwirkung mit dem 13., 14., 15. und 16. Denkgesetz.

  Doch zunächst weiter zum 9. Denkgesetz:

  „Bewusste Konzentration ist Sache von Interesse, Willensfreiheit, Übung und Nervenleistung."

  Mit diesem Denkgesetz schalten wir um auf einen neuen Sektor der Erfolgstechnik. Wissen Sie, was ich meine?

*Leser: Den Erkenntnis- und Bewusstseinszustand der positiven Persönlichkeit, ihre Fähigkeit zu **bewusster** Lebensführung, ihre Geistesgegenwärtigkeit in allen entscheidenden Fragen, ihren Wachzustand, wenn es darauf ankommt, bestimmte Erfolgsziele zu erreichen.*

- Verfasser: Gut erfasst! Aber man muss ja auf diese Gedanken kommen, wenn man dieses Denkgesetz auf sich wirken lässt. Ganz klar ist darin von Willensfreiheit die Rede, und das besagt ja schon alles. Eine Frage dazu: Wann ist bewusste Konzentration erforderlich?

*Leser: Immer dann, wenn wir ganz aus eigenem Willen an eine Aufgabe herangehen, für die wir den **bewussten** Einsatz unserer geistigen und auch körperlichen Kräfte notwendig haben.*

- Verfasser: Richtig! Muss man nun während der ganzen Zeit einer solchen Sammlung im Zustand der bewussten Konzentration verharren?

*Leser: Keineswegs, das gilt zumeist nur für den Beginn, und zwar solange, bis sich daraus ein Zustand **unbewusster** Konzentration ergibt."*

Gewohnheit und Übung bei bewusster Konzentration

- Verfasser: Wieso ist aber bewusste Konzentration auch eine Sache von Interesse, Übung und Nervenleistung?

Leser: Nervenleistung deshalb, weil eine erhebliche Menge an Nervenkraft aufgewendet werden muss zur Niederhaltung ablenkender Einflüsse. Wir arbeiten sozusagen unter Belastung. Körperlich gesehen, als wenn wir uns beim Gehen mit Gewichten behängen. Je schwerer diese Gewichte sind, um so schwieriger ist das Laufen.

- Verfasser: Das Beispiel ist treffend! Tatsächlich ist es so, und damit wird auch veranschaulicht, wie viel größer der Kraftverbrauch bei bewusster Konzentration ist als bei unbewusster. Was bei Ihrem Beispiel dann bedeuten würde, dass man sich von den Gewichten befreit. Aber wie steht es nun mit der Übung bei bewusster Konzentration?

Leser: Der Mensch kann sich an vieles gewöhnen, auch wenn es anfänglich unerträglich scheint. Das gilt auch für die bewusste Konzentration. Der Lärm in einer Fabrik macht es zuerst beinahe unmöglich, einen bestimmten Gedankengang konzentriert zu verfolgen, vor allem dann, wenn man vorher in einer ruhigen Umgebung gearbeitet hat und die Nervenkraft nicht groß ist.
Da die Notwendigkeit dazu zwingt, dass man sich trotzdem konzentrieren muss, so gewöhnt man sich an den Krach, und schließlich hört man ihn überhaupt nicht mehr. Das kommt einer Erziehung der Nerven gleich, die dann nichts mehr zu sagen haben. Die Reize laufen sich tot, werden als Störung nicht mehr registriert.

- Verfasser: Auch dieses Beispiel ist gut! Und nun das Interesse?

*Leser: Wenn man sich für eine Sache interessiert, dann schwingt das **Gefühl** mit, d. h. der Gegenstand, auf den wir unsere Aufmerksamkeit richten, ist uns aus irgendeinem Grund sympathisch. Und weil wir uns gern mit ihm beschäftigen, ist schon gleich eine wichtige Voraussetzung zur Konzentration erfüllt. Und dabei ist nicht nur die Sache an sich wichtig, sondern auch das so genannte Drum und Dran.*

Die „Seele" muss mitmachen

- Verfasser: Ausgezeichnet! Besonders was Sie über das Drum und Dran sagen, ist von eminenter Bedeutung. Oft sind das nur Kleinigkeiten, z. B. das Papier zum Schreiben. Es kann sein, dass wir besser arbeiten können, wenn wir raueres Papier zur Verfügung haben. Aber auch alle übrigen Umstände können wichtig sein, z. B. der Arbeitsplatz, und nicht zu vergessen, das Wesen der Menschen, mit denen wir in unserer Arbeit verbunden sind.

Denken Sie an Ihre Schulzeit zurück: Gab es nicht Lehrer, bei denen es Ihnen Freude machte, sich anzustrengen, während bei anderen Ihr Innerstes rebellierte? Die **Seele** muss interessiert sein, und natürlich auch am **Gegenstand** der Konzentration.

Leser: Im Sinne der Gesetzmäßigkeiten des Erfolges würde das bedeuten, dass man stets einen Weg finden muss, um die volle innere Anteilnahme zu erreichen. Und das gilt nicht nur für uns selbst, sondern auch für jeden, den wir im Interesse unseres oder seines eigenen Erfolges zu bewusster Konzentration bringen wollen, z. B. für unsere Mitarbeiter, aber auch für unsere Kinder und unsere Familienangehörigen.

- Verfasser: Was für Ablenkungen über unsere Sinnesbahnen gilt, Geräusche, Gerüche, dazu auch Schmerzempfindungen usw., gilt natürlich auch für alle Ablenkungen, die aus einem neben der Konzentration herlaufenden zweiten Gedankengang kommen, insbesondere, wenn sich dieser aus einer Sorge oder irgendwelchen Ängsten ergibt.

Leser: Das würde bedeuten, dass man sich innerlich erst zurechtfinden muss, bevor man an eine Aufgabe herangeht, die bewusste Konzentration erfordert.

- Verfasser: Ganz recht, und zwar in allen praktischen Fragen ebenso wie in Dingen des Gemütes. Die Sorge, die sich z. B. eine Mutter macht, weil sie ihr Kind in Gefahr weiß, lässt sie nur mit größter Mühe zur Sammlung kommen. Da hilft nur eine Klärung, die Zuversicht und Vertrauen erzeugt. Es muss aber nicht unbedingt eine große Sorge sein, die die Nervenkraft auffrisst, z. B., dass man eine Arbeit nicht schaffen kann, die zu einem bestimmten Zeitpunkt fertig sein muss und obwohl man genügend Zeit zur Verfügung hat. Der Gedankengang geht dann immer wieder zwangsläufig zu der Überlegung: Hoffentlich schaffe ich es, wenn ich bloß fertig werde, usw. Man kann sich dann nur helfen, wenn man sich sagt, dass die Welt trotzdem nicht untergeht, wenn man es tatsächlich nicht schafft. Und dass sich schon ein Ausweg finden wird, um mit der dann gegebenen Sachlage fertig zu werden. Im Übrigen ist hierzu unsere ganze Erfolgs- und Lebenstechnik wichtig. Unter Umständen muss der ganze innere Apparat erst umgeschaltet werden, bevor es zu wirklich vollkommener Konzentration kommt, besonders dann, wenn die Störungen aus Zwangsabläufen herrühren.

Die Übung als Erfolgsfaktor

- Die Übung als Erfolgsfaktor bei der bewussten Konzentration hat natürlich noch ihre besondere Bedeutung. Wir müssen dabei an die sieben Stufen denken, die zur Meisterschaft in der Konzentration führen. Denn die bewusste Sammlung der Aufmerksamkeit zur Beseelung einer Idee kann ja so weit gehen, dass wir Leistungen hervorbringen, wie wir sie z. B. in den Meisterleistungen der Autosuggestion vor uns haben und wozu auch die Phänomene der Willens- und Gedankenübertragung gehören. Genau das Gleiche, was ein guter Suggesteur z. B. bei der Geburtshilfe erreichen kann, völlige Schmerzfreiheit, ist auch durch bewusste Konzentration über die Autosuggestion möglich.

Drittes Gespräch

„Elefanten im Porzellanladen“ - Der Wille am falschen Hebelarm - Wesen Mensch und der „Ich will“ Gedanke - Die Macht der Bejahung – Das 13. Denkgesetz in der Kindererziehung - Die Magie der Behauptung - Konsequenzen für die Lebensführung

- Verfasser: Bei der Besprechung des 9. Denkgesetzes stellten wir eingangs fest, dass wir damit den Erkenntnis- und Bewusstseinszustand der positiven Persönlichkeit, insbesondere ihre Fähigkeit zu bewusster Lebensführung, in den Vordergrund stellen, und darum sagten wir, dass immer dann von **bewusster** Konzentration zu sprechen ist, wenn wir ganz aus eigenem Willen ein Erfolgsziel anstreben. Dieser Gedankengang führt zwangsläufig zum 10. Denkgesetz:
  „Willensfreiheit ist Kraftfreiheit, Willensschwäche ist Krafthemmung."
  Wissen Sie, warum?"

*Leser: Wer sich **bewusst** konzentrieren will, vermag das nur, wenn er sich seinen Gedanken gegenüber als Herr und Meister erweist, und das setzt voraus, dass der Wille **stark** genug ist, um diese Macht auch ausüben zu können. Nach den Lehren des M-Schlüssels ergibt sich die dazu erforderliche Kraft aber nicht aus einer Kraft an sich, sondern aus der Befreiung des Willens aus seelischen Hemmungen.*

- Verfasser: Ganz richtig. Und was sind das für Hemmungen?

Leser: Vor allem Vorstellungen, die uns vor uns selbst klein, schwach und kraftlos erscheinen lassen oder Gefühle dieser Art hervorrufen.

- Verfasser: Ja, und dabei ist auch gleich zu sagen, dass diese Hemmungen eine Zwangsfolge negativer Gedanken sind, die durch uns selbst oder durch negativen Fremdeinfluss in uns entstehen. Doch damit ist noch nichts über die **Natur** des Willens gesagt, die ja die entscheidende Rolle spielt, wenn wir von Kraftfreiheit sprechen. Denn wenn wir den Willen auch von Hemmungen befreien, so steht ja noch nicht fest, ob er tatsächlich auch stark ist. Wie verstehen Sie das?

*Leser: Wir sagen nur deshalb, Willenskraft ist Kraftfreiheit, weil wir von vornherein annehmen, dass die Kraft des Willens in jedem Fall groß ist. Die Natur des Willens identifizieren wir hierbei mit der schöpferischen Kraft der **Natur**, die in jedem wirksam ist und selbst im schwächsten Menschen Wunderleistungen vollbringen kann, und was dann bedeutet, dass es bei einer bestimmten Willensleistung immer nur darauf ankommt, den Willen, also die Schöpferkraft der Natur, auf ein ganz bestimmtes Leistungsziel zu konzentrieren.*

- Verfasser: Ausgezeichnet, so ist es in der Tat! Immer kommt es nur darauf an, den Willen wachzurufen und die Hemmungen auszuschalten, die seiner Macht im Wege stehen und wozu auch der Einfluss des Glaubens gehört. Dass wir an dem Vollbringen einer Willensleistung nicht im Mindesten zweifeln, ist von vornherein immer die Hauptfrage, die zu klären ist. Wir gehen dabei unmittelbar zurück auf den Wortlaut des M-Schlüssels, der seine Macht über alle Widerstände im Seelenleben und damit auch über alle Widerstände und Hemmungen des Willens auf die Macht der Überzeugung zurückführt. Und was würde das z. B. für das 9. Denkgesetz, also für die **bewusste** Konzentration besagen?

Leser: Das würde besagen, dass bewusste Konzentration um so schwerer fällt, je weniger wir innerlich glauben, dass wir eine Konzentrationsleistung vollbringen können.

- Verfasser: Stimmt, und zwar einmal schon deshalb, weil unsere Aufmerksamkeit durch Zweifel abgelenkt wird, und zum andern, weil auch bei der bewussten Konzentration die Schaltung im Unterbewusstsein ganz und gar der Zielsetzung der Konzentration entsprechen muss. Anders ausgedrückt: Weil der innere Mechanismus so geschaltet sein muss, dass sich keinerlei Kraft in Nebenbahnen verliert.

Leser: Das würde bedeuten, dass man das 10. Denkgesetz, genau wie z. B. das 1. Denkgesetz und auch andere Denkgesetze, stets beachten muss, wo irgendeine Wirkung erstrebt wird, die mit dem Willen in direktem oder indirektem Zusammenhang steht.

- Verfasser: Ja! Und damit zeigt sich auch hier schon wieder die ungemein wichtige Bedeutung unseres Lehrsatzes von der Macht der Erkenntnis: Nicht der Wille, sondern Erkenntnis macht uns frei!

Leser: Das würde bedeuten, dass wir uns bei allen bei uns selbst und anderen erstrebten Willensleistungen stets klar zu fragen haben, ob die Voraussetzungen zur Freiheit des Willens, d. h. zur Betätigung des Willens nach der Seite der Erkenntnis bzw. nach der Seite des Gefühls erfüllt sind.

„Elefanten im Porzellanladen“

- Verfasser: Ganz richtig! Dass wir uns also nicht wie ein Elefant im seelischen Porzellanladen bewegen, sondern stets so vorgehen, wie es die seelischen Gesetzmäßigkeiten verlangen, was bedeutet, dass wir weder uns noch einen anderen für unfähig aus Willensschwäche halten, und auch dann nicht, wenn offensichtlich Willensschwäche die Ursache für das Versagen zu sein scheint.
  Unser ganzes Verhalten wird darauf abzielen, getreu unserer Erkenntnis von der Natur des Willens, die vorhandenen Hemmungen der Willenskraft herauszufinden, bewusst zu machen und auszuschalten. Und im Zusammenhang damit: Gleichzeitig alles zu tun, um die Überzeugung vom Können so zu entwickeln und zu stärken, bis das Gefühl davon durchdrungen ist und womit dem 5. Denkgesetz entsprochen wird. ***(Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen.)***

Leser: Und was würde das für die Praxis besagen?

Beispiel zur positiven Erziehung

- Verfasser: „Hören Sie hierzu ein Beispiel aus der Praxis der positiven Erziehung: Angenommen, Sie wollen, dass Ihr Junge in der Schule gut vorankommt, dort fleißig ist und gut aufpasst. Um das zu können, muss sich das Kind konzentrieren. Diese Konzentration bewirkt der Wille. Er kann es aber nur, wenn er sich frei betätigen kann. Das besagt, dass keinerlei Hemmungen vorhanden sein dürfen, die seine Kraft lähmen könnten. Solche Hem-

mungen können vielfach vorhanden sein. Nehmen Sie hierauf keine Rücksicht, so sind Sie damit der besagte Elefant im Porzellanladen.
Um das nicht zu sein, werden Sie mangelhafte Leistungen Ihres Kindes stets vom Blickfeld der seelischen Vorgänge betrachten und erst ganz zuletzt von Faulheit, Flüchtigkeit und mangelndem guten Willen sprechen.
Hemmungen können z. B. entstehen, wenn Ihr Junge Angst vor Ihrer Strenge hat, oder wenn der Lehrer in der Schule es nicht versteht, die Kinder für den Stoff zu interessieren.
Kluge Eltern gehen diesen Zusammenhängen auf den Grund, bevor sie ihr Kind verurteilen, und auf keinen Fall werden sie von ihm verlangen, dass es sich aus eigener Kraft aus dem Zwangszustande befreit, in dem sein Wille sich befindet.
Zwei Punkte gehören dazu: die Bewusstmachung der **Ursachen** der Hemmungen und dann die oben erwähnte Entwicklung und Stärkung des Glaubens an das eigene Können. Die Bewusstmachung der Ursachen der Hemmungen wird erreicht, indem man das Kind sich aussprechen lässt über alle Empfindungen, die es im Zusammenhang mit seinen Schularbeiten hat. Das Kind selbst ist sich darüber aber nicht im Klaren, und es kommt nur zum Sprechen, wenn man es durch Fragen in seiner kindlichen Auffassungsart seelisch aufschließt, indem man z. B. folgende Fragen stellt:
„Was machst du am liebsten in der Schule? - Warum kannst du nicht besser schreiben? - Hast du nicht gut verstanden, was der Lehrer gesagt hat? - Hattest du beim Schreiben Angst, dass du dich verschreiben oder Fehler machen würdest? - Wolltest du schnell fertig werden? - Weißt du überhaupt, warum man sich Mühe geben muss in der Schule?" usw. usw.
Selbstverständlich dürfen alle diese Fragen nicht in vorwurfsvollem Ton gestellt werden, sondern stets mit dem Gefühl, dass man dem Kind helfen will.
Dabei spielen auch Gedanken mit hinein, die die Lebensfreude des Kindes angehen. Es muss glücklich sein, zur Schule zu gehen und dort lernen zu können. Dass sich dieses Gefühl im Kinde entwickelt und erhalten bleibt, ist eine immerwährende Aufgabe ebenso wohl des Elternhauses wie der Schule, und nicht zuletzt eine Wirkung des Glaubens an das eigene Können.
Grundsätzlich: Die verlangte Leistung ist möglich, aber der Wille dazu muss frei sein und aktiviert werden. Und immer ist dann erst von einem Erfolg zu sprechen, wenn das **Gefühl** von positiven Gedanken gesteuert wird. Dieses Beispiel ist übrigens auch bezeichnend für die Wirkung des 11. und 12. Denkgesetzes.
Hören wir zunächst den Wortlaut des 11. Denkgesetzes:
„Im Kampf mit dem Gefühl siegt der Wille durch Kraftwirkung und Anstrengung in den Nerven, daher schwacher Wille bei geringer Nervenkraft."
Verstehen Sie dieses Denkgesetz im Zusammenhang mit unserem Beispiel?

Leser: Ja, ganz genau: Denn wenn das Kind von hemmenden Gefühlen beherrscht wird, und man verlangt trotzdem, dass es den Anforderungen der Schule nachkommt, so muss es ja zu

einem Versagen des Kindes kommen. Es kann sich dann nur behaupten durch bewusste Konzentration, die bei den vorhandenen Hemmungen einen so großen Aufwand an Nervenkraft verlangt, dass das Kind einfach dagegen nicht ankommt.

- Verfasser: Richtig! Und der Zustand wird um so komplizierter sein, je schwächer die Nervenkonstitution des Kindes ist. Kräftigung der Nerven ist aber keineswegs das Heilmittel, wie wir hier sehen, sondern vielmehr und immer wieder nur die Ausschaltung der Reibungen bzw. der Hemmungen bei der Konzentration. Im Übrigen gilt das grundsätzlich für jeden ähnlich gelagerten Fall, also nicht nur für Kinder, sondern auch für jeden Erwachsenen: Immer ist der **Wille unterlegen**, wenn das Gefühl gegen ihn steht, umgekehrt **überlegen**, wenn das Gefühl im gleichen Rhythmus schwingt.
  Das ist eine unverrückbare Regel für jeden Fall, wo große Willensleistungen verlangt werden, und aus diesem Grunde muss man sich auch stets mit dem Gefühl auseinander setzen, sich also fragen: **Was will und sagt das Gefühl?** Und ist es gegen eine Leistung, so ist es zwecklos, die Anstrengung des Wollens zu verstärken, wenn nicht zugleich auf seelischem Wege das Gefühl umgestimmt wird. Immer muss man also das Gefühl zu seinem Verbündeten machen. Reagiert das Gefühl in einer bestimmten Willensrichtung, so ist schon gleich von vornherein alles gewonnen.
  Hören wir hierzu gleich noch das 12. Denkgesetz:
  Kampf gegen die Nerven ist Kampf gegen Wirkungen, daher falscher Krafteinsatz.
  Wie verstehen Sie hier die Zusammenhänge?

Der Wille am falschen Hebelarm

*Leser: Wenn wir gegen die **Nerven** kämpfen, so drücken wir zur Bewegung einer Last auf den kurzen Hebelarm anstatt auf den langen. Damit ist eigentlich alles gesagt.*

- Verfasser: Und am besten wohl außerdem noch durch den Begriff des **Kämpfens**, der beim Kampf gegen die Nerven nur mit Nervenkraft realisiert werden kann, etwa so, wie man eine materielle Last nur mit einer materiellen Gegenlast aufzuheben vermag.
  „Kampf gegen Wirkungen", das will besagen, dass man nicht gegen psychische Ursachen zu Felde zieht, sondern gegen bereits körperlich wirksame Triebkräfte. Beispiel: Solange ein Gift noch auf dem Tische liegt, ist es nicht allzu schwierig, es durch einen bloßen Willensentschluss verschwinden zu lassen. Befindet es sich jedoch bereits im Körper, kann man seiner verheerenden Wirkung nur mit physischer Kraft widerstehen bzw. entgehen, sofern das überhaupt möglich ist.
  Das ist dann der Kampf gegen Wirkungen, während es vorher, als sich das Gift unseres Körpers noch nicht bemächtigt hatte, ein Kampf gegen gedankliche Kräfte und Einflüsse war. Aus diesem Grunde ist auch z. B. der Kampf gegen eine Leidenschaft um so aussichtsreicher, je weniger wir davon körperlich bzw. nervlich schon erfasst sind, je mehr wir ihr also schon gleich im Aufkommen auf **gedanklicher Ebene** begegnen. Ist das alles klar?

Leser: Ich verstehe das so, dass das 11. und 12. Denkgesetz immer im Zusammenhang betrachtet werden muss. Denn wenn der Wille mit dem Gefühl im Kampfe liegt, dann ist ja praktisch die Situation gegeben, wo wir mit Kräften im Kampfe liegen, die sich schon unserer Nerven bemächtigt haben.
Ein Beispiel hierfür könnte z. B. die Platzangst liefern. Der Platzangstkranke ist deshalb ohnmächtig gegenüber seiner Hemmung, weil er sie in allen Gliedern fühlt, und dass ihm die Nerven versagen und die Glieder nicht mehr gehorchen, ist die unmittelbare Auswirkung des aus dem Gefühl kommenden lähmenden Einflusses.

- Verfasser: Gut! Ausgezeichnet! Ein anderes Beispiel wäre eine seelisch bedingte Verkrampfung oder Blockade. Wenn der Krampf zum Beispiel schon in der Hand und in den Fingern sitzt, kann man mit körperlicher Anstrengung kaum dagegen ankommen, mag sich der Wille auch noch so sehr darum bemühen. Im Gegenteil, je mehr wir das tun, um so mehr verkrampft sich sogar der ganze Körper.
  Das bedeutet, dass alle **Schalter**, die vom Unterbewussten her den Krampf einschalten, ganz und gar auf **diesen Vorgang geschaltet** sind.
  Will hiergegen der Wille sich durchsetzen, so muss er unter Umständen bis zur Erschöpfung der Nervenbatterie Widerstand leisten, was sich sehr zum Schaden der Nervenkraft auswirkt und meist auch ohne Erfolg bleibt.
  Man, „löckt dann andauernd, wider den Stachel", man kämpft, man ringt und verliert viel Kraft dabei, wo man statt dessen mit Leichtigkeit Erfolg haben könnte, würde man nur die Gesetzmäßigkeiten in diesen Vorgängen beachten und sich danach einstellen.

Leser: Und was sollte man hierbei, also beim so einem Krampf, tun? Ich weiß es schon ziemlich genau, aber ich möchte es noch einmal mit anderen Worten hören.

- Verfasser: Vor allem weg mit dem Willen von den Nerven und dorthin mit ihm, wo er ohne viel Nervenkraft arbeiten kann! Also an den **langen Hebelarm** des geistigen Krafteinsatzes, mitten hinein in die Schaltzentrale des Denkens!
  Wir hörten früher: Jede Kraft misst sich am Widerstand. Das gilt für das Positive wie auch für alles Negative. Der Wille wird stark, wenn wir den Widerstand aufheben, und er wird schwach, wenn wir ihn verstärken. Wir heben den Widerstand auf, wenn wir von den Nerven ablassen und stattdessen nur durch unser Denken den Muskelkrampf aufheben, wobei es zu einem völligen Ablassen vom Gegner und zu einer nervlichen Entspannung kommen muss.

Leser: Wir müssen also gründlich umlernen, wenn wir von Willenskraft sprechen, und genau unterscheiden zwischen dem bloßen Wollen und einer damit verbundenen Anstrengung in den Nerven - und der eigentlichen Willenskraft an sich. Vielleicht wäre es dazu sogar gut, von zwei verschiedenen Arten des Willens zu sprechen, also z. B. von einem Willen des Körpers und einem Willen der Seele?

- Verfasser: Selbstverständlich könnte man das, doch das Willensproblem wäre dennoch das Gleiche, abgesehen von der Tatsache, dass alle Leistungen immer nur aus der Betätigung einer Kraft zustande kommen und weshalb

auch der Begriff **Wille** immer nur als **Hilfsbegriff** zur Deutung der Phänomene fungiert.
Besser kann man noch von einem **bewussten** und einem **unbewussten** Willen sprechen. Aber auch das ist nur bedingt richtig, weil der bewusste Wille den Unbewussten ebenso steuern und beeinflussen kann, wie umgekehrt der unbewusste Wille den bewussten Willen steuert. Es fließt immer alles ineinander über, und so kompliziert und vielseitig die biologischen, geistigen und seelischen Vorgänge im Menschen auch sind, so steht doch alles miteinander und ineinander in einem so innigen Zusammenhang, dass eines ohne das andere gar nicht existieren kann, zumindest nicht auf der gegenwärtigen Daseinsstufe des Wesens Mensch, das ja übrigens, wie wir wissen, der Inbegriff alles dessen ist, was als Gesamtwirkung auf den Ebenen des biologischen, geistigen und seelischen Geschehens in Erscheinung tritt. Der Mensch an sich ist darum auch nur bedingt eine konstante Größe, sondern etwas immerfort Werdendes, etwas Wachsendes, und dies in seiner ganzen Eigenart und in allen seinen Fähigkeiten und Kräften, soweit jedenfalls, wie es sich um den aufsteigenden Menschen handelt.

Wesen „Mensch“ und der „Ich-will“ Gedanke

- Wenn dieses Wesen Mensch sagt: **Ich will**, so ist an dem Zustandekommen dieses „Ich-will-Gedankens“ stets seine ganze Individualität beteiligt, eingeschlossen die Vorgänge im biologischen Geschehen, in den Organen, Drüsen usw., wie die Vorgänge im Ober- und Unterbewusstsein.
  Erweist sich der bewusste „**Ich-will-Gedanke**“ gegenüber Widerständen des Willens als zu **schwach**, so ist das immer auf den jeweiligen Zustand des Bewusstseins zurückzuführen. Diesem Bewusstsein fehlt dann der Glaube bzw. die Überzeugung vom **Können**, wodurch das Wollen nur als schwach beseelte Idee und bestenfalls als Impuls in den Nerven, nicht aber im **Gefühl** existiert. Der Geist ist dann zwar willig, doch das Fleisch ist schwach.
  Schwach, das will hier sagen, dass das Fleisch nicht bereit ist mitzumachen, im Rhythmus des „Ich-will-Gedankens“ mitzuschwingen. Dazu aber muss es in jedem Falle kommen, wenn sich der bewusste „Ich-will-Gedanke“ durchsetzen und behaupten soll, und das tritt ein, wenn wir entweder von der Erkenntnisseite her auf dem Wege über die Überzeugung den Willen zum alleinigen Herrn in uns machen, oder wenn durch einen Fremdeinfluss das geistige Urbild des „Ich-will-Gedankens“ über die Durchdringung des **Gefühls** zur Herrschaft in uns kommt.
  Wenn wir sagen, dass die **Kraft** des Willens eine Schöpferkraft ist, die größte Leistungen vollbringen kann, so will das heißen, dass dort, wo von der Willenskraft nur wenig zu spüren ist, wo der Wille also schwach ist, tatsächlich diese Schöpferkraft nur nicht richtig **aktiv** ist, sich also nur nicht richtig und vollkommen betätigt. Und gerade deshalb sagten wir auch, dass Wille **Funktion** ist. Ist er vollkommen eingeschaltet, also richtig in Funktion, was soviel besagt, dass seine Kraft **frei** ist, also durch Hemmungen in der Betätigung

nicht gehindert wird, dann ist er stark und mächtig. Und alles das ist eine Sache der Bewusstseinsvorgänge, die teils im Ober-, teils im Unterbewusstsein sich abspielen.
Im Oberbewusstsein, soweit es das uns selbst bewusst werdende Denk- und Vorstellungsleben angeht, und im Unterbewusstsein, soweit es unmittelbar die Erkenntnisvorgänge unserer Natur bzw. unseres inneren Wesens betrifft und wobei es in der Mehrzahl der Fälle so ist, dass das Unterbewusstsein gänzlich unabhängig vom Oberbewusstsein arbeitet. Übrigens eine Tatsache, die auch den Phänomenen zugrunde liegt, die als Bewusstseins- oder Persönlichkeitsspaltungen bekannt sind.
Es kann dadurch z. B. der kuriose Fall eintreten, dass man in seiner unterbewussten Persönlichkeit einen mächtigen und starken Willen entwickeln kann, während man im oberbewussten Menschen willensschwach und labil ist. Jeder Mensch ist dadurch, genau genommen, ein Rätselwesen, und wir empfinden das nur deshalb so wenig, weil wir uns selbst gegenüber so unachtsam und oberflächlich sind. Wir staunen, wenn wir von seelischen Phänomenen bei anderen Personen hören, während wir selber genau so ein Wunderding sind.

Die Macht der Bejahung

- So, und nun weiter zum 13. Denkgesetz:
  „Nicht in der Ablehnung, sondern in der Bejahung liegt das Geheimnis größter geistiger Machtentfaltung."
  Das ist ein Fundamentalsatz unserer Erfolgspraxis, denn mit ihm steht und fällt unser ganzer Mental-Positivismus. Warum wohl?

Leser: Es ist viel hierüber zu sagen. Zunächst dieses: Alle Theorie ist bedeutungslos, wenn wir nicht im Sinne des M-Schlüssels zum Handeln kommen, und das 13. Denkgesetz zeigt, wie man zu handeln hat.

- Verfasser: Gut gesagt! Und damit haben Sie auch gleich ausgesprochen, wo der Schwerpunkt dieses Denkgesetzes liegt. Was ist wohl mit diesem Schwerpunkt gemeint?

Leser: Zweifellos der Einfluss der geistigen Urbilder auf uns selber und unsere Umwelt, und natürlich auch alles, was diese Urbilder hervorruft und beseelt.

- Verfasser: Stimmt. Aber wie kommen Sie gerade hierauf?

Leser: Sehr einfach: Weil es bei allen Fragen um die Lebensbemeisterung zuallererst immer um die Art unseres Denkens geht, und erst in zweiter Linie um unser eigentliches Handeln.

- Verfasser: Aber zuletzt ist doch immer im Leben das Handeln allein entscheidend! Oder etwa nicht?

Leser: Ja und nein. Aber mir scheint, dass Sie mich hier nur auf eine Probe stellen wollen, damit die hier erforderliche Antwort wirklich präzise den Gesetzmäßigkeiten des Erfolges ent-

spricht, und zwar einfach deshalb, weil ja immer das Denken entscheidend ist und eine positive Handlungsweise immer nur in Verbindung mit positiven Gedanken möglich ist.

- Verfasser: Auch dann, wenn jemand anders handelt, als er denkt? Es kann doch sein, dass jemand etwas tut, mit dem er in Wahrheit innerlich gar nicht einverstanden ist?

Leser: Wenn ich jetzt nicht aufpasse, bringt mich Ihr Fragen durcheinander, denn tatsächlich gibt es ja den Fall, wo eine Handlung, die, objektiv betrachtet, positiv ist, in Wahrheit durch negatives Denken zustande kommt. Andererseits kann man aber den Arm nur heben, wenn in der inneren Schaltzentrale diese Muskelbewegung ausgelöst wird. Der Wille muss sich also in dieser Richtung betätigen.

- Verfasser: Es kommt darauf an, was Sie hier unter Wille verstehen, der sich, wie das Beispiel zeigt, durchaus in zwei verschiedenen Richtungen gleichzeitig betätigen kann: einmal in Richtung auf eine beabsichtigte äußere Wirkung und zum andern in Richtung auf ein **Motiv**, das der äußeren Wirkung nur deshalb entspricht, weil eine bestimmte Absicht dahinter steht. Wenn wir das feststellen, worin besteht aber dann das eigentliche Handeln? Ist es das Bewegen des Armes, wenn gleichzeitig anders gedacht wird, als man handelt?

*Leser: Es dämmert mir, worauf Sie hinauswollen, und nun wird mir auch klar, worauf es überhaupt ankommt beim 13. Denkgesetz und bei der Macht des Denkens im Zusammenhang mit dem Handeln usw.: Immer kann nur die treibende Kraft gemeint sein, das **Motiv**, der **Grundgedanke**, von dem der Einfluss ausgeht, und gerade darum kann auch das Handeln an sich gegenüber dem Denken immer nur von sekundärer Bedeutung sein, obwohl natürlich ein bestimmtes Handeln auch entsprechende Wirkungen hervorruft.*

- Verfasser: Ganz recht. Doch das, was Sie hier mehr intuitiv erfühlen, als mit dem Verstande erfassen, muss Ihnen noch viel klarer zum Bewusstsein kommen: Das allgemeine Handeln des Menschen, soweit es sich um einen Eingriff in eine stoffliche Ordnung handelt, ist hier nur bedingt gemeint, sondern vielmehr das, was mit dem Charakter und der seelischen Haltung zusammenhängt und was von dieser Urbildseite her positiv oder negativ sein kann.

  Lassen Sie uns zum Vergleich an ein paar Charaktereigenschaften positiver und negativer Menschen denken: Der anständige Mensch handelt anständig, während der niedere Charakter schlecht handelt. Bitte erklären Sie, was Sie unter diesen Handlungsweisen verstehen.

*Leser: Ich denke, das ist leicht zu sagen: Der anständige Charakter meint es in allem **gut**, was er tut, denkt immer daran, dass kein Schaden aus seinem Handeln erwächst; zumindest wird er nie bewusst einen Nachteil für seine Mitmenschen hervorrufen, und auch dann nicht, wenn er selber dadurch Nachteile hätte. Das ist die anständige Handlungsweise. Umgekehrt handelt der niedere Charakter, der nur eine Rücksicht kennt: die Rücksicht auf sich selber, und wenn er die Folgen einer Handlung bedenkt, so auch immer nur von diesem Gesichtspunkt aus.*

- Verfasser: So ist es! Gemeint ist also, wie jemand in seinem inneren Wesen

schwingt, ob er in seiner ganzen Tendenz gut oder böse ist. Und je nachdem, ob ihn die Liebe zu seinen Mitmenschen oder die Selbstsucht beherrscht, fallen seine Handlungen aus, und wobei natürlich auch gleich wieder zu berücksichtigen ist, ob er in diesem Wollen wirklich frei oder ein Gefangener von Zwangsabläufen ist. Aber erklärt das nun schon richtig das 13. Denkgesetz?

Wirkungsweise des 13. Denkgesetzes

Leser: Ich meine, diese Erklärung trifft erst einen Teil des Problems, und zwar deshalb, weil damit den seelischen Gesetzmäßigkeiten, die die Macht des Denkens auf die Bemeisterung des Lebens ermöglichen, noch nicht vollständig entsprochen wird. Denn hierauf muss sich ja ganz besonders der Satz beziehen, dass das Geheimnis größter geistiger Machtentfaltung nicht in der Ablehnung, sondern in der Bejahung liegt. Meines Erachtens ist also die Machtentfaltung hierbei das Wichtigste, während die ***positive*** *Richtung dieser Machtentfaltung dabei eine Selbstverständlichkeit ist, so dass also die Begriffe positiv und negativ hier nicht nur von der Motivseite, sondern zugleich und sogar zur Hauptsache von der Seite* ***Kraft*** *und* ***Schwäche*** *zu sehen sind.*

- Verfasser: „Vollkommen richtig! Tatsächlich handelt es sich vor allem um einen **psychotechnischen** Vorgang zur Erreichung von Erfolgszielen: **Die bejahende Haltung ist die Konsequenz aus der strikten Beachtung des M-Schlüssels.** Bitte, entwickeln Sie diesen Gedankengang noch weiter.

Leser: Wir müssen dazu wieder auf die Lehre von den Urbildern zurückkommen, die vom unterbewussten Seelenleben her das Reagieren und Handeln bestimmen. Danach wird ein Gedanke bzw. eine Idee, also ein geistiges Urbild, zu einem einflussreichen Antrieb, sobald es gelungen ist, das Urbild so intensiv zu beseelen, dass es das ***Gefühl*** *beherrscht. Und dazu ist nun die* ***Bejahung*** *dessen, was werden soll, die* ***Methode*** *zum Erreichen dieses Zieles, und wobei es genau darauf ankommt, was wir unter* ***Ablehnung oder Bejahung*** *verstehen. Alles ist dabei eine Sache der Steuerung der* ***Aufmerksamkeit****, also der Hinlenkung der beseelenden Kraft auf ein Geschehen, das erwartet wird, entsprechend dem Denkgesetz Nr. 6:* ***Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen.***

- Verfasser: Sehr gut! Besonders dass Sie das 6. Denkgesetz mit Ihren Ausführungen verbunden haben, beweist, dass Sie den Zusammenhang übersehen. Wie sieht aber nun die Praxis aus, was kann man mit diesen Erkenntnissen anfangen?

Richtige und falsche Methode der Energiesteuerung

Leser: Was sich aus der Anwendung des 13. Denkgesetzes ergibt, ist ein schöpferischer Eingriff in alle Vorgänge des Lebens, die mit dem Denken und dem Bewusstsein zusammenhängen. ***Ablehnung*** *ist die* ***negative*** *Methode zur Erreichung eines Zieles, während die* ***Bejahung*** *die* ***Positive*** *ist. Das kennzeichnet die* ***Grundhaltung*** *eines Menschen zu den Problemen des Erfolges und der Lebensbemeisterung.*

Der im Sinne des M-Schlüssels bejahend eingestellte Mensch geht bewusst darauf aus, die ihm zur Verfügung stehende Gedankenkraft nur zur Entwicklung und Erstar-

kung positiver geistiger Urbilder zu verwenden.
Er vermeidet es deshalb, sich mit negativen Urbildern seelisch herumzubalgen oder quälenderweise zu beschäftigen, weder aus selbstischen oder ärgerlichen Gefühlen und erst recht nicht aus Erwägungen von Ängsten irgendwelcher Art oder aus Furcht. Das schließt nicht aus, dass er sich mit negativen Urbildern kritisch bzw. erkenntnismäßig auseinander setzt, doch das geschieht stets von mental-positivistischer Warte aus und immer im Hinblick auf die Methode der Bejahung.

- Verfasser: Ganz recht, so ist es! Angenommen, wir wollten bei uns selbst eine seelische Hemmung beseitigen, z. B. krankhaftes Erröten, Lampenfieber, eine seelisch bedingte Sprechstörung oder etwas Ähnliches. Was wir da zu tun haben, um dem 13. Denkgesetz gerecht zu werden, wäre folgendes: 1. Kritische **Auseinandersetzung** mit der Ursache unserer Hemmung, wobei wir feststellen, dass die Störung auf jeden Fall verschwindet, wenn es gelingt, das Urbild so zu entkräften, dass es im Unterbewussten nicht mehr als Antrieb wirken kann. 2. Anwendung **der Bejahungsmethode**, die darin besteht, dass wir nur noch solche Vorstellungen in uns aufsteigen und richtig bewusst werden lassen, die uns vor uns selbst so zeigen, als wären wir überhaupt nicht gehemmt.
  Das will besagen, dass wir so denken, als wäre es bereits so, wie es sein soll!
  Versucht sich hiergegen der Verstand aufzulehnen, deshalb, weil ja die Hemmung immer noch da ist oder weil Angst oder Furcht Einfluss auf ihn haben, so beharren wir trotzdem auf unserem Willen und übergehen ihn einfach. Das gelingt uns immer besser und vollkommener, je öfter wir uns im Denken so bejahend verhalten.

Der „Ich-bin" und „Ich-kann" Gedanke

- Entscheidend ist dazu, dass nicht der „Ich-will-Gedanke" den Einfluss entwickelt, sondern der „Ich-bin" oder „Ich-kann-Gedanke".
  Der „Ich-will-Gedanke" ist Ausdruck des Kampfes gegen das Gefühl, gegenüber dem der Wille, wie wir wissen, ohnmächtig bzw., schwach ist. Wenn wir z. B. sagen: Ich will nicht mehr gehemmt sein, so ist es durchaus fraglich, ob es auch wirklich so sein wird.
  Dieses Urbild hat also eine Beimischung von **Zweifel!** Denken wir dagegen: „**Ich bin nicht gehemmt"**, so wird die Freiheit von Hemmungen herausgestellt.
  Trotzdem ist das aber noch keine richtige Bejahung im Sinne des 13. Denkgesetzes. Das ist erst der Fall, wenn wir denken, was uns als **Ziel** vorschwebt, wenn wir von einer Hemmung befreit sind. Dann nämlich sind wir z. B. **sicher**, wenn wir vorher unsicher waren, oder wir können ungehindert reden, wenn wir vordem Lampenfieber hatten, usw.
  Bejahende „Ich-bin" oder „Ich-kann" Vorstellungen würden also sein: „**Ich bin ein freier Mensch und fühle mich in jeder Beziehung innerlich sicher."**

Oder: **„Ich kann *jederzeit* völlig *frei und sicher* reden."** Oder, wenn es sich z. B. um die Ausmerzung von negativen Charaktereigenschaften handelt: ***„Ich bin beseelt von Arbeitslust und freue mich, wenn ich viel leisten und schaffen kann."*** Oder: ***„Ich bin beseelt von Lebensmut und Tatkraft und denke immer nur positiv."***

Und was für uns selber gilt, das gilt natürlich auch für unseren Einfluss auf unsere Umwelt, sofern wir dort eine Veränderung des Wesens bzw. die Entwicklung bestimmter positiver Eigenschaften hervorrufen oder vorhandene Hemmungen ausschalten wollen, und wobei das Medium unseres Einflusses neben unserem sonstigen positiven Verhalten vor allem unser Sprechen ist.

Das 13. Denkgesetz in der Kindererziehung

- Schon Goethe gibt den guten Rat, die Menschen so zu behandeln, als wären sie bereits das, was sie sein sollten. Das ist die Umsetzung des 13. Denkgesetzes in die Praxis. Nur müssen wir dabei beachten, dass wir auch den Gesetzen des Denkens entsprechen. Ist unser Kind ein ungehorsames, so ist es demnach grundverkehrt, ihm diese Schwäche immer wieder von Neuem vor Augen zu halten. Das ist die **negative** Methode. Statt dessen müssen wir ihm sagen, dass es ein gutes Kind ist und dass wir **Freude** an ihm haben. Selbstredend wird das nicht geschehen, wenn es gerade etwas angestellt hat, sondern immer in solchen Augenblicken, wo sich eine günstige Gelegenheit dazu ergibt.

  Bitte richtig verstehen: Es kommt darauf an, das, was werden soll, als geistiges Urbild dem Kinde zum Bewusstsein zu bringen, die Aufmerksamkeit des Kindes auf dieses Urbild zu lenken, und zwar so intensiv wie möglich, und deshalb auch immer in Verbindung mit einem Ansprechen des Gefühls, damit das Kind in einer freudig erregenden Weise beeindruckt wird.

Die Bejahung muss Glücksgefühle auslösen!

- Aus der ganzen Art, wie wir uns zum Kinde einstellen, muss hervorgehen, dass wir uns freuen, dass es ein gutes Kind ist, wodurch dem Kinde gefühlsmäßig zum Bewusstsein kommt, dass es ein schöner und begehrenswerter Zustand ist, gut zu sein.

  Die Bejahung muss also in einer Art gebracht werden, dass sie auch von der Gegenseite bejaht wird. Immer müssen Glücksgefühle durch unsere Einstellung ausgelöst werden.

  Ich denke, dass nun klar ist, was wir zur Beachtung des 13. Denkgesetzes wissen müssen. Haben Sie hierzu noch eine Frage?"

*Leser: Vielleicht wird es gut sein, wenn ich noch einmal ganz kurz alles Wesentliche zusammenfasse: Also nicht in der Ablehnung, sondern in der **Bejahung** liegt das Geheimnis größter geistiger Machtentfaltung.*
*Darunter ist zu verstehen, dass wir die **richtige Methode** haben müssen, um ein bestimmtes*

Erfolgsziel zu erreichen. Diese Methode besteht darin, dass wir das, was erreicht werden soll, immer als ganz selbstverständlich erreichbar sehen, also ganz und gar ohne negative Nebengedanken. Das muss auch dann der Fall sein, wenn vorerst noch kein sichtbares Zeichen dafür vorhanden ist, dass ein Erfolg eintreten könnte.
Diese Methode betont deshalb auch in keiner Weise den Willen, sondern ist ganz und gar Ausdruck des Glaubens. Sie nimmt einfach für wahr, was eintreten soll, setzt voraus, dass früher oder später das Ergebnis zwangsläufig eintritt, zwangsläufig als Folge der Wirkung der seelischen Gesetzmäßigkeiten im Sinne des M-Schlüssels.
Diese positive Methode schafft also bewusst das geistige Urbild eines kommenden Zustandes und geht zielbewusst darauf aus, dieses Urbild immer stärker zu beseelen, damit es schließlich eine Idee wird, die das Gefühl beherrscht, im Gegensatz zur Methode der Ablehnung, womit eine auf Niederhaltung und Unterdrückung des Negativen eingestellte Methode gemeint ist.
*Die **positive** Methode wirkt durch Beeinflussung in den Ursachenfeldern, sie ist ein Schaltvorgang mit feinsten psychischen Kräften. Die negative Methode arbeitet mit Nervenkraft und bekämpft Wirkungen.*
Grundsätzlich kommt es darauf an, dass wir bei der Anwendung der Methode der Bejahung in der Schaffung von geistigen Urbildern so präzise wie möglich sind, d. h., dass wir in allen Gedanken, die wir denken, und in allen Worten, die wir sprechen, immer nach dem überzeugendsten Ausdruck der Bejahung streben.
Müssen wir uns aus Gründen der Ursachenerkenntnis mit etwas Negativem auseinander setzen, so müssen wir stets versuchen, unser Gefühl von allen Schwingungen freizuhalten, die unsere Persönlichkeit schwächende Wirkungen auf unser Unterbewusstsein haben könnten. Immer müssen wir uns also davor hüten, dass ein negativer Gedankengang in uns fixiert wird. ***Zur Hauptsache ist die vom 13. Denkgesetz geforderte Bejahung eine psychotechnische Methode zur Beseelung positiver Urbilder, darüber hinaus aber auch eine Angelegenheit der Motive, die unserem Handeln zugrunde liegen.***

- Verfasser: Ausgezeichnet und in jeder Beziehung zutreffend! Ergänzend wäre höchstens noch zu sagen, dass mit dem Handeln unter dem Einfluss bestimmter Motive unsere ganze mental-positivistische Einstellung gemeint ist und womit sich aus der bejahenden Haltung die ganze Denk- und Gesinnungsart ergibt, die wir haben müssen, um den Forderungen höherer Erkenntnis zu entsprechen. Bejahung heißt dann: Liebe, Verstehen, Wohlwollen, Entgegenkommen, Weisheit usw.

  Und für die Praxis: Dass wir mit dieser positiven Einstellung zu uns selber und zu unseren Mitmenschen, im Ganzen und auf den Enderfolg gesehen, immer weiter kommen als durch Konzentration auf einen bloßen Widerstand gegenüber dem Negativen. Mit anderen Worten: **Wir kommen weiter, wenn wir unaufhörlich das Gute stärken und darauf unsere Kräfte verwenden. Indem wir das Positive stark machen, entziehen wir im gleichen Maße dem Negativen die Lebenssubstanz, worauf es gemäß dem 14., 15. und 16. Denkgesetz, die hiermit im Zusammenhang stehen, von selbst verschwindet.** Überprüfen wir hierzu zunächst das 14. Denkgesetz:

  „Fortdauernde Behauptung einer Möglichkeit wird zum Glauben und aktiviert dadurch die Kräfte zur Verwirklichung der Behauptung."

  Der Wortlaut dieses Denkgesetzes sagt eigentlich schon alles. Bitte, nehmen Sie hierzu Stellung.

Die „Magie" der Behauptung

*Leser: Eine Behauptung im Sinne der Technik des M-Schlüssels stellt das, was Wirklichkeit werden soll, schon gleich als eine **Tatsache** hin. Das ist zunächst etwas Ungewohntes und Unwahrscheinliches, weil wir ja objektiv noch nichts von dem feststellen können, was wir durch die Schöpferkräfte unserer Seele hervorrufen wollen. Organisch betrachtet sind wir also noch krank, und weil wir das feststellen, darum wehrt sich auch zunächst unser Verstand, zu glauben, was wir behaupten. Dieser Widerstand bleibt aber nicht, vielmehr wird er immer schwächer und schwächer, wenn wir nur beharrlich sind in unserer Behauptung, bis schließlich der Verstand überhaupt nichts mehr sagt und einfach für wahr hält, was wir behaupten.*

- Verfasser: „Das würde bedeuten, dass die Behauptung eine so suggestive Kraft entwickelt, dass sich ihr gegenüber auf die Dauer kein Widerstand halten kann, es sei denn, wir bringen die Kraft auf, der Behauptung ebenso oft zu widersprechen, wodurch dann Behauptung gegen Behauptung kämpft. Und selbstverständlich gilt das nur für solche Fälle, wo es sich um Beeinflussungen handelt, die wir als solche erkennen, was durchaus nicht immer der Fall ist, und wo wir außerdem eine Beeinflussung nicht wünschen. In dieser Einschränkung zeigt sich übrigens eine große Gefahrenklippe. Wissen Sie, was ich meine?

Leser: O ja, sehr genau, denn man kann dieses Gesetz sehr missbrauchen. Und deshalb ist es auch gut, wenn man es kennt, weil man sich nur durch das Wissen um die Wirkung dieser Gesetzmäßigkeiten vor einer unerwünschten Beeinflussung schützen kann.

- Verfasser: Und worin würde dieser Schutz bestehen?

Leser: Vor allem darin, dass man sich nicht kritiklos einer Behauptung hingibt und innerlich oder offen sofort widerspricht, wenn etwas behauptet wird, was nicht positiv ist und ausschließlich zu dem Zweck in unsere Seele geträufelt wird, um damit eine Suggestivwirkung herbeizuführen.

- Verfasser: Muss nun aber in jedem Falle ein schlechter Charakter hinter einem solchen Beeinflussungsakt stehen?

Leser: Nein, keineswegs. Oft handelt der Betreffende im guten Glauben, ohne sich also der negativen Wirkungen seiner schädlichen Suggestionen bewusst zu sein.

- Verfasser: Das ist z. B. der Fall, wenn jemand aus Sorge über den Charakter eines anderen beständig zu dem Betreffenden sagt, dass er ein unmöglicher Mensch sei, dass er schlapp und haltlos sei und immer mehr herunterkommen werde. **Die fortdauernde Behauptung** dieser Möglichkeit **wirkt** so suggestiv, dass der so **Beeinflusste** tatsächlich immer mehr **herunterkommt,** sofern er sich dieser zerfressenden Magie nicht zu entziehen vermag. Und der Einfluss wird um so stärker sein, je mehr sich das Medium in einem psychischen Kontakt mit dem Suggesteur befindet. Also z. B. in der Ehe, wo durch derartige negative Suggestionen der eine Ehepartner den andern seelisch vollkommen ruinieren kann, oder beim Einfluss von führenden Persönlichkeiten auf Unterstellte usw. Und natürlich kann sich diese Einflussnahme auch auf einen großen Personenkreis erstrecken, wie es z. B. im gesellschaftlichen und politischen Leben der Fall ist.

Leser: Und damit erweist sich, dass wir auch im 14. Denkgesetz eines der wichtigsten Gesetze des Denk- und Seelenlebens vor uns haben.

- Verfasser: Jawohl, und dass es einem, wenn man die Denkgesetze richtig begreift, wie Schuppen von den Augen fällt, worauf sich der persönliche Einfluss und die persönliche Macht bedeutender Persönlichkeiten gründen, die bewusst oder unbewusst mit diesen Gesetzen zu arbeiten verstehen.

Emile Coués Suggestionsmethode

- Wie viele Behauptungen gehören nicht zu den Selbstverständlichkeiten unseres Denkens, für deren Richtigkeit wir nicht die mindeste Spur eines wirklichen Beweises in uns tragen. Dennoch schwingen wir im Rhythmus dieser Behauptungen und begehen unter ihrem Einfluss Handlungen, die wir nie begehen würden, würden wir über die Macht dieser Antriebe Bescheid wissen und ihnen auf den Grund gehen. Die ganze Suggestionstechnik ist auf die Macht des 14. Denkgesetzes gegründet, angefangen bei Emile Coué und seinen Vorläufern bis zu den Behauptungen der modernen Werbepsychologie.
  Wenn wir z. B. immer wieder im Fernsehen oder von den diversen Zungen immer wieder hören und sehen: ***„XX macht weißere Wäsche ...“***, so bildet sich daraus im Laufe der Zeit zwangsläufig die Überzeugung, dass man mit dem Gebrauch dieses Waschmittels wirklich weißere Wäsche hat.
  Die Methode Emile Coues hat übrigens tausendfach den Beweis für die Richtigkeit des 14. Denkgesetzes erbracht, und man braucht nur danach zu handeln, um den Erfolg augenscheinlich zu erleben. Das macht natürlich nicht der bloße Satz: ***„Ich fühle mich von Tag zu Tag und in jeder Beziehung besser und besser ...“***, sondern einfach die **Selbstverständlichkeit der Behauptung**, dass man gesund wird, einerlei, wie man die Methode nennt.
  Und die Macht der Behauptung wirkt sich ebenso **im Guten** aus wie **im Schlechten!**
  Grund genug, einerseits äußerst kritisch gegen Behauptungen zu sein, und andererseits immerzu mit Hartnäckigkeit zu behaupten, wo positive Ziele erreicht werden sollen.

Leser: Ist es nicht gut, gleichzeitig Beweise für die Richtigkeit einer Behauptung anzuführen?

- Verfasser: Selbstverständlich, das ist sogar sehr gut, denn damit wird um so schneller und besser der anfängliche Widerstand, der aus dem Zweifel erwachsen kann, gebrochen. Aber unbedingt nötig ist das nicht, denn es ist ein **Gesetz**, dass die Behauptung sich durchsetzt und schließlich jeden Widerstand bezwingt, wenn nur ausdauernd genug behauptet wird. Es gibt ungezählte Beweise dafür auf allen Lebensgebieten.
  So, und nun zum 15. Denkgesetz:
  „Alle Antriebe in uns existieren aus der Beachtung (durch Gegenwirkung) und hören auf zu sein durch Nichtbeachtung (Aufhebung der Gegenwirkung)." Wie erklären Sie sich diesen Lehrsatz?

Leser: Mir ist hier nicht ganz klar, was mit Gegenwirkung und Aufhebung der Gegenwirkung gemeint ist. Heißt es, um das Gesetz wörtlich zu nehmen, Antriebe existieren durch Gegenwirkung?

- Verfasser: Denken Sie daran, dass man nicht wider den Stachel löcken soll, dann ist sofort alles klar! Und fragen Sie sich, was ein Antrieb in diesem Falle ist.

Leser: Sie haben recht, denn Gegenwirkung kann ja nur Widerstand sein, im Falle negativer Antriebe also Kampf des Willens gegen das Unbewusste, in dem die Antriebe wirksam sind. Es ist Kampf gegen das Gefühl, dem gegenüber der Wille nur unvollkommen wirksam werden kann, bzw. nur durch Anstrengung in den Nerven. Eigentlich wird damit also nur wiederholt, was wir schon bei anderen Denkgesetzen hörten?

Art des Verhaltens gegenüber Urbildern

- Verfasser: Das ist richtig, aber doch wird gerade auch durch dieses Denkgesetz die Technik unseres M-Schlüssels noch ein Schritt weiter klar: Das 14. Denkgesetz sprach von der Macht der **Behauptung**. Das ist ein aktives Geschehen. Man denkt und spricht etwas, schafft bewusst ein Urbild, das durch fortdauernde Wiederholung immer mehr verstärkt wird. Hier nun ist ein geistiges **Verhalten** Urbildern bzw. Antrieben gegenüber gemeint.
  Das 15. Denkgesetz spricht von einer **Beachtung** und einer **Nichtbeachtung**, womit vor allem die Technik weiterentwickelt wird, die zur Anwendung des 1. und 6. Denkgesetzes führt.
  Indem wir beachten oder nicht beachten, lenken wir die Aufmerksamkeit. Doch, was besonders hierzu geklärt wird, das ist die Art der Einstellung, die diese Beachtung oder Nichtbeachtung steuert.
  Man kann sich **wehren** gegen negative Antriebe, wodurch man sie zwangsläufig beachten muss, und kann sie auch einfach **übergehen**, wodurch sie durch Nichtbeachtung verschwinden bzw. unwirksam werden. Sehen Sie schon klarer?

Leser: Dann ist damit also die ganze geistige Einstellung gegenüber dem Negativen gemeint, d. h. ob wir z. B. das Negative fürchten oder nicht fürchten usw.?

- Verfasser: Das ist es, und zwar ausgehend zur Hauptsache von der Erkenntnis, dass Angst und Furcht der Nährboden negativer Vorstellungen sind. **Es kommt darauf an, ob wir mit innerer Sicherheit oder mit Unsicherheit hemmenden Kräften gegenüberstehen.**
  Und das bestimmt dann auch die Art unseres Verhaltens gegenüber den Antrieben aus dem Unbewussten.
  Wenn wir z. B. unsere Hände festbinden, damit sie eine dumme Zwangshandlung nicht begehen, so ist das nicht nur bezeichnend dafür, dass wir an einer psychischen Störung oder an einer negativen Gewohnheit kranken, sondern auch für die Tatsache, dass wir schon von **vornherein** annehmen, dass in einem kritischen Augenblick unsere Selbstkontrolle versagt.

Aus dieser Angst vermeiden wir deshalb auch alle Situationen, wo uns ein dadurch bedingtes Malheur passieren könnte, d. h., wo wir uns durch eine Zwangshandlung etwa bloßstellen oder uns oder einem andern einen Schaden zufügen könnten.

Diese dauernde Wehr gegen die manchmal unheimlich anmutende Macht aus dem Unterbewusstsein kennzeichnet ganz klar, was nicht sein darf, wenn wir die Lehre des 15. Denkgesetzes beachten wollen.

Andererseits leuchtet aber auch ein, dass eine **Aufhebung** der Gegenwirkung nur möglich ist, wenn wir erkenntnismäßig dem Übel beizukommen versuchen, indem wir also z. B. die Angst vor einem Zwangseinfluss dadurch überwinden, dass wir uns klar werden über die **Natur** und das **Zustandekommen** dieses Einflusses, indem wir den „Feind in uns" bewusst machen und als einen Zwangsablauf erkennen, der nur durch unsere falsche geistige Einstellung existieren und sich behaupten kann. Grundsätzlich: Weil wir der Macht aus dem Unbewussten wie ein unwissendes Kind gegenüberstehen und uns viel zu viel mit ihr in fürchtender Weise beschäftigen.

Was wir fürchten, hat stets Aussicht auf Verwirklichung, weil es ja in unserem Gefühl einen willigen Helfer hat, wogegen der Wille nur bei starker Gegenkonzentration Widerstand leisten kann.

Praktisch bedeutet diese Gegenkonzentration, sofern sie uns möglich ist, aber immer nur mehr oder weniger ein In-Schach-Halten der Furchtvorstellung. In leichteren Fällen kommen wir damit durch, in Fällen starker Zwangseinflüsse jedoch höchst selten, während wir durch Erkenntnis und die Anwendung unserer Technik des M-Schlüssels bestimmt zum Ziele kommen.

Selbstbefreiung vom „Stehlzwang"

An einem Beispiel besonders eindringlicher Art wollen wir jetzt den Zusammenhang überprüfen, und zwar an der Kleptomanie. Wissen Sie, was ein ***Kleptomane*** ist?

Leser: Das ist ein Mensch, der vom Zwang zum Stehlen ergriffen ist.

- Verfasser: Richtig. Kleptomanie ist krankhafte Stehlsucht. Der Betreffende handelt wie ein Hypnotisierter: Was er tut, tut er gegen seinen Willen. In schweren Fällen kann die Selbstkontrolle so gründlich versagen, dass er sogar vergisst, wo und bei welcher Gelegenheit er sich fremdes Eigentum angeeignet hat. Außerdem kann er die Dinge, die er stiehlt, oft überhaupt nicht gebrauchen, und nicht selten sind es gerade Personen in guten Verhältnissen und mit guter Bildung, die an Kleptomanie leiden.

  Was ist hiergegen zu tun? Ist es damit getan, dass dem Kleptomanen das eigene Zwangshandeln bewusst wird? Nur dann, wenn es so geschieht, dass sich keine Angstkomplexe bilden und wenn damit gleichzeitig der Fortexistenz des Stehlzwanges die psychische Nahrung entzogen wird.

  Durch Erkenntnis der Vorgänge und Zwangsabläufe im Unterbewusstsein

muss ihm also die Sicherheit gegeben werden, dass er sich von der Kleptomanie erlösen kann, wenn er nicht mit seinem Willen dagegen ankämpft, sondern vielmehr gemäß der Gesetzen des Denkens sich einstellt. Im Zuge dieser Selbstbefreiung muss er über seinen Zwangszustand offen sprechen lernen, während er bei Anwendung der negativen Methode ängstlich seinen Zustand verborgen hält, um ja nicht mit misstrauischen Blicken angesehen zu werden.

Anders gesagt: Durch richtige Erkenntnis muss er zu der Überzeugung kommen, dass Kleptomanie nicht eine fürchterliche Sache ist, sondern nur einer von den Zwangseinflüssen, die das Leben jedes Menschen nach der einen oder anderen Richtung gegen seinen eigenen Willen bestimmen.

Der „Bogen" bei Zwangseinflüssen

- Und darum wird er auch nicht aus **Angst**, dass er erneut ein Opfer der Stehlsucht werden könnte, einen Bogen um fremdes Eigentum machen und seine Hände mit Gewalt zurückzuhalten suchen, sondern sich furchtlos mitten hineinbegeben in Gefahrensituationen dieser Art. Da es möglich ist, dass sich der Zwang noch wiederholt bemerkbar macht, bevor er endgültig unwirksam ist, wird er sich grundsätzlich vornehmen, alle gegen den eigenen Willen gestohlenen Gegenstände unverzüglich wieder ihrem rechtmäßigen Besitzer zurückzugeben, wenn er sie in seinen Taschen oder bei sich zu Hause bemerkt.

  Um völlig sicherzugehen in dieser Technik, wird er seine Freunde und Bekannten offenherzig über seinen Zustand informieren, worauf man ihm helfen wird, den Weg zur Selbstheilung ohne viel Mühe zu gehen.

  Ich denke, dass nun schon ziemlich klar ist, was das 15. Denkgesetz will, wenn es sagt, dass die im Unterbewusstsein wirkenden Antriebe auf **Beachtung** angewiesen sind, wenn sie existieren wollen.

  Eine vollständige Klarheit tritt ein mit dem Erfassen des 16. Denkgesetzes:

  „Wiederholung, bewusst oder unbewusst, verstärkt die Antriebe bis zum Automatismus der Vorgänge, begünstigt und bewirkt also Zwangsabläufe körperlicher, geistiger und seelischer Art, und zwar ebenso wohl in negativer wie in positiver Hinsicht. (Gesetz der Gewohnheit)."

  Verstehen Sie den Zusammenhang mit unserem letzten Beispiel bzw. mit dem 15. Denkgesetz?

*Leser: Ja, durchaus. Wenn das 15. Denkgesetz sagt: Alle Antriebe in uns existieren aus der Beachtung und hören auf zu sein durch Nichtbeachtung, so zeigt das 16. Denkgesetz die **Methode** zur praktischen Beachtung und Ausnutzung der sich aus dem 15. Denkgesetz ergebenden Erkenntnis.*

- Verfasser: Ganz richtig, so ist es! Es lässt sich daraus ganz klar der Weg ableiten, den man gehen muss, um einen bestimmten Antrieb, der zu einer automatischen Reaktion bzw. einer Gewohnheit führt, zu entwickeln, zu verstärken oder auch auszuschalten.

Leser: Das würde besagen, dass man damit ein Mittel in der Hand hat, um über sich eine größtmögliche Herrschaft zu erlangen.

- Verfasser: Jawohl, und zwar ganz und gar im Sinne der Methoden unseres M-Schlüssels, also nicht auf dem Wege der **Gewalt**, sondern auf dem der höheren Erkenntnis von den gesetzmäßigen Abläufen im Innern des Menschen. Und außerdem ist diese Methode auch auf die Kunst positiver Menschenbehandlung anzuwenden. Wo zum Beispiel?

Leser: Nun, z. B., was besonders wichtig ist, in der Kindererziehung.

- Verfasser: Können Sie hierfür ein Beispiel zeigen?

Leser: Das ist sehr leicht, denn überall, wo Kindern eine gute Gewohnheit beigebracht werden soll, kann man ja nach dem 16. Denkgesetz verfahren, z. B., wenn man ein Kind zu mehr Höflichkeit erziehen will. Das „Höflich-sein-wollen" ist dabei als der Antrieb zu werten, der im Unterbewusstsein des Kindes zum Leben erweckt werden muss.

- Verfasser: Nun, und wie würden Sie das machen?

Bewusste Erzeugung einer guten Gewohnheit

Leser: Vor allem kommt es darauf an, dass ich nicht nur das 15. und 16. Denkgesetz berücksichtige, sondern alle Denkgesetze, die auf das Wachrufen des Antriebes Bezug haben.
*Das beginnt schon beim 1. Denkgesetz: „Bewusstsein ist Schöpfung". Ich muss also dem Kinde **bewusst** machen, was Höflichkeit ist bzw. wie sich ein höfliches Kind verhält. Dies bezieht sich gleichzeitig auf das Denkgesetz Nr. 2: „Anfang und Ursache jeder Erscheinung und Wirkung ist die Idee, als Urbild und Seele der Erscheinungen und Wirkungen".*
*Dann muss ich die wachgerufene Idee im Kinde **stark** machen. Das führt zum Denkgesetz Nr. 5: „Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehe".*
*Der unmittelbare Weg dazu ergibt sich aus dem 6. Denkgesetz: „Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Vorstellungen". Es muss also die **Aufmerksamkeit** des Kindes auf die Höflichkeit konzentriert werden.*
*Das ist zu erreichen durch **bewusste** oder **unbewusste** Konzentration. Man wird, um ganzen Erfolg zu erzielen, dazu das 8. und 9. Denkgesetz wechselweise zur Anwendung bringen: Bewusste Konzentration **dort**, wo sich das Kind unmittelbar höflich erweisen soll, dazu **unbewusste** Konzentration, wo man mit der Hinlenkung auf die Höflichkeit angenehme Gefühle im Kinde hervorrufen kann.*
*Auch das 13. und 14. Denkgesetz ist zu berücksichtigen: Gemäß dem 13. Denkgesetz wird man **nicht** die Unhöflichkeit ansprechen, sondern immer nur die **Höflichkeit** des Kindes, eben deshalb, weil in der **Bejahung** das Geheimnis größter geistiger Machtentfaltung liegt.*
*Nach dem 14. Denkgesetz wird man auch dann in seiner Bejahung fortfahren, nämlich, dass das Kind bestimmt ein höfliches Kind werden wird, wenn es so scheint, als hätte man keinen Erfolg, denn **fortdauernde Behauptung einer Möglichkeit** wird zum Glauben und **aktiviert dadurch die Kräfte zur Verwirklichung** der Behauptung.*
Geht man so vor, so ist die Beachtung des 15. und 16. Denkgesetzes bereits eine Selbstverständlichkeit, denn dann wird ja der neue Antrieb, in diesem Fall der Antrieb zur Höflichkeit, immerfort beachtet, was die Voraussetzung seiner Existenz im Unterbewusstsein ist.

Nun, und wenn man konsequent bei dieser Beachtung bleibt, so wird sich der Antrieb so verstärken, dass sich daraus die angestrebte gute Gewohnheit der Höflichkeit zwangsläufig ergibt. Mit anderen Worten, dass das Kind z. B. „danke" und „bitte" sagt, ohne erst daran erinnert zu werden, ja noch mehr, dass es ihm unangenehm wäre, wenn es nicht danke und bitte sagen würde.

- Verfasser: Ausgezeichnet! Ich sehe, dass Sie jetzt schon völlig selbständig mit den Denkgesetzen umgehen können und in der Lage sind, sich in jedem Falle sozusagen Ihre eigene Methode des richtigen Verhaltens nach den Denkgesetzen aufzubauen. Ich habe zu Ihrem Beispiel aber noch eine ganz besonders diffizile Frage: Wenn Sie die Höflichkeit auf diesem suggestiven Wege in die innere Struktur des Kindes einbauen, besteht da nicht die Gefahr einer gedankenlosen Höflichkeit? Denn Höflichkeit soll doch schließlich eine Gemütssache sein.

Über dem Mechanismus der Natur stets die lebendige Seele sehen

Leser: Diese Frage scheint wirklich verfänglich, doch Sie berücksichtigen dann wohl nicht, dass ich auch an die Beachtung des 8. Denkgesetzes erinnert habe: „Wünsche, Interessen, Neigungen, Ängste, Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften lenken unbewusst die Aufmerksamkeit".
Ist das der Fall, dann wird der Begriff der Höflichkeit zwangsläufig mit dem ganzen Innenleben des Kindes verbunden, denn man wird ihm dadurch immer wieder sagen müssen, dass Höflichkeit eine ebenso notwendige wie nützliche und angenehme Tugend ist, und dass alles viel schöner ist in der Welt und alles viel mehr Freude bringt, wenn man sich gesittet bewegt und anstatt zu schimpfen, zu poltern und grob zu sein und alles für selbstverständlich zu nehmen, in seinem Auftreten, Sprechen und Betragen nett und liebenswürdig ist.
Man wird ihm erklären, dass vor allem kluge Menschen höflich sind und dass ein unhöfliches Kind niemand gern hat.
Selbstverständlich richtet sich das nach der geistigen Aufnahmefähigkeit des Kindes. Je älter es ist, um so weitgehender wird also die Ausdeutung des Begriffes sein, während man im Kleinkindalter zunächst darauf sehen wird, dass sich die Höflichkeit zunächst als reine Gewohnheit in das Wollen und Verhalten des Kindes einprägt.

- Verfasser: Ich sehe, wir haben uns verstanden, und unsere lange Unterhaltung über das richtige Verstehen und die praktische Anwendung der Gesetze des Denkens war äußerst fruchtbar. Wissen Sie, worin dabei der Haupterfolg liegt?

Leser: Dass mir dadurch bewiesen wurde, dass wirklich nicht der Wille, sondern allein die Erkenntnis frei macht, denn auch ich selber bin ja in meinem Handeln dadurch frei geworden.
Ich habe jetzt ein ganz anderes Gefühl mir selbst und dem Leben gegenüber als vorher. Ich weiß, ich bin in weitem Umfange nicht mehr machtlos, wenn es darauf ankommt, mit Hemmungen und Schwächen und negativen Einflüssen aus dem Unbewussten fertig zu werden. Es ist um vieles lichter in mir geworden.
Der M-Schlüssel ist mir kein Geheimnis mehr, sondern eine jederzeit praktisch anwendbare und überraschend wirksame Methode der Lebensbemeisterung. Jetzt muss ich nur sehen, wie ich daraus für jedes einzelne Vorhaben die jeweils beste Methodik entwickele.

- Verfasser: Und wie gedenken Sie das anzustellen?

Leser: Nun, zunächst muss ich mir einmal eine ganz klare Übersicht verschaffen über die Auswirkungsmöglichkeiten jedes einzelnen Denkgesetzes, also alles, was sich aus unserer Unterhaltung ergeben hat, muss ich nun rein gedächtnismäßig in mir zu einem festen Bestandteil machen, und zwar so fest muss ich dieses Wissen in mir verankern, dass ich ohne seine Berücksichtigung gar keine Erfolgsüberlegungen mehr anstellen kann.

- Verfasser: Sie wollen damit sagen, dass Ihnen das Wissen von den Denkgesetzen in jeder entscheidenden Situation vollkommen automatisch einfallen muss?

Leser: Ja, das will ich damit sagen. Und natürlich muss auch das gesamte sonstige Denken davon durchdrungen werden.

- Verfasser: Damit Sie wirklich positiv und richtig denken lernen, nicht wahr? Also ganz und gar im Sinne der Lehren unseres Mental-Positivismus. Und was weiter?

Leser: Habe ich das erreicht, dann kann ich jeden Fall, bei dem es sich um die Erreichung eines bestimmten Erfolgszieles handelt, unter Zugrundelegung des Wissens von den Denkgesetzen genau analysieren und die Bedingungen untersuchen, die zur Verwirklichung einer Zielsetzung beachtet werden müssen. Ich bin dann in der Lage, ganz planvoll zu handeln, weil ich ja weiß, worauf es ankommt.

- Verfasser: Richtig. Zum Abschluss nun noch eine andere Frage: Welche Haupterkenntnis ergibt sich aus allem für die Allgemeinheit der Menschen?

Konsequenzen - Es gibt immer eine negative und eine positive Methode

Leser: Zweifellos die, dass die meisten Menschen deshalb falsch leben, weil sie falsch denken, und dass es zu einer vollkommenen Neuauffassung aller geistigen Vorgänge im Menschen kommen muss, wenn sich dieser Zustand ändern soll. Vor allem muss jedem klar werden, dass es immer eine positive und eine negative Methode gibt, um mit sich selber und dem Leben fertig zu werden, und dass die ***negative*** *Methode viel, viel anstrengender und schwieriger ist als die positive.*

- Verfasser: Und außerdem, dass sich die Beherrschung der **positiven** Methode **zwangsläufig** ergibt, wenn man seinen Standpunkt ändert, wenn man also von der materialistischen Lebensbetrachtung zu einer geistig-religiösen Auffassung des Daseins kommt, denn nur aus dem Glauben an die eingeborene Schöpferkraft wächst ja die Überzeugung von den großen Möglichkeiten, die uns gegeben sind.

Leser: Ich verstehe genau, denn das ist ja das Grundgeheimnis, dass wir tatsächlich erreichen können, was wir wollen, und nur, weil das möglich ist, lassen sich ja überhaupt erst durch die Denkgesetze die angestrebten Erfolge erzielen.

- Verfasser: Ganz recht. Und damit kommen wir zurück auf den Ausgangspunkt: Dass nämlich die **Kraft des Willens** nur über die Macht der Überzeu-

gung aktiviert werden kann, gemäß des Wortlauts des M-Schlüssels, nach dem der Mental-Positivismus die Lehre der Herrschaft über alles Negative durch die Macht der Überzeugung ist, die ihrerseits das Ergebnis der Macht der Erkenntnis ist, und woraus wir folgern, dass nicht der Wille, sondern allein die Erkenntnis uns frei macht, und zwar ganz einerlei, ob wir dabei die positive oder die negative Methode anwenden. Warum wohl?

➢

*Leser: Weil auch bei der Anwendung der negativen Methode die Aktivierung des Willens über die **Bewusstwerdung** seiner Kraft erfolgt, nur dass dieser Weg, der der Weg der mühevollen Erfahrung ist, viel schwieriger ist und auch meist viel seltener zum Ziele führt als die positive Methode.*

➢ Verfasser: Und weshalb?

*Leser: Weil man mehr oder weniger nur unter **Zwang** bereit ist, den Weg der Erfahrung zu gehen, und weil dieser Zwang in den Dingen einer erfolgreichen Lebensbemeisterung außerdem kaum oder nur in Ausnahmefällen besteht.*

➢ Verfasser: Können Sie für beide Wege ein Beispiel anführen?

*Leser: Nun, man kann z. B. ein Kind zum Erfolg **prügeln** oder auch auf positivem Wege vorwärts bringen. Das erste setzt einen harten Erzieher voraus, woraus sich dann für die Ertüchtigung des Kindes ein leidvoller Weg ergibt, während im anderen Falle das Kind zum Erfolge kommt, ohne aus seiner Harmonie herausgerissen zu werden.*

Etwas Einsicht und guter Wille, und alles sähe anders aus!

➢ Verfasser: Offen bleibt natürlich noch die Frage, warum man dann nicht den Weg der positiven Erziehung geht, wenn auch nicht für uns Mental-Positivisten, so doch für den Außenstehenden. Und was meinen Sie dazu?

Leser: Sehr einfach: Täte man das, so wäre es ja in allen Dingen des Menschendaseins froh und positiv bestellt, und es herrschte nicht ein so fürchterliches Durcheinander und Gegeneinander, wie es tatsächlich der Fall ist. Die wahre Ursache ist deshalb die allgemeine Unwissenheit in diesen ganzen Fragen, oder wenn man will: die fürchterliche Dummheit, die den Menschen überall an der Nase herumführt.

➢ Verfasser: Sie haben ausgesprochen, was Wahrheit ist. Schon ein bisschen mehr Einsicht und guter Wille in den Fragen der seelischen Abläufe können wahre Wunder wirken.

Das Zusammenwirken der Denkgesetze

Diese Denkgesetze sind eine Art „Betriebsanleitung“ für unseren inneren Steuerungsmechanismus, für unser Gehirn und unser Bewusstsein und somit ein wichtiger, ja oft entscheidender Schlüssel für jeden beruflichen und privaten Erfolg.
Wenn Sie die Denkgesetze in ihrer Bedeutung richtig verstehen und anwenden, dann sind Sie dadurch auch in der Lage, Hemmungen, Belastungen und Ängste in ihren Ursachen zu erkennen und sie dann auszuschalten.
Lesen Sie zuerst - auch wenn Sie es schön öfter gemacht haben - die Denkgesetze noch einmal durch und versuchen Sie ihre Bedeutung klar zu erfassen.
Anschließend folgt jedes einzelne Denkgesetz mit einer Interpretation und mit verschiedenen Hilfestellungen für seine Anwendung. Sie erkennen dabei, wie unser Unterbewusstsein, unsere „innere Steuerungszentrale“ arbeitet, wie automatische Abläufe entstehen und wie wir diese Abläufe beeinflussen und auch austauschen können. **Lassen Sie sich Zeit, denken Sie über jeden Satz nach und stellen Sie Vergleiche zu den verschiedensten Erfahrungen in Ihrem täglichen Leben an.**

Die Denkgesetze zeigen uns:

- Die allgemeinen Abläufe in unserem Unterbewusstsein.
- Die Bedeutung unserer Wünsche und Ziele.
- Die Bedeutung unserer Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften.
- Die Bedeutung unserer Ängste.
- Die Bedeutung unserer Nervenkraft.
- Wie automatische Abläufe und Programme in uns entstehen und wie wir sie unterbrechen und austauschen können.
- Den Weg zu einer positiven Selbst- und Fremdbeeinflussung.
- Die entscheidenden Faktoren im Umgang mit anderen Menschen.

Die Denkgesetze mit Beispielen für den Einsatz im täglichen Leben:

- GRUNDLAGE
  - ✓ POSITIV, ANWENDEN
    - NEGATIV, VERMEIDEN

1. „Bewusstsein ist Schöpfung.“

- **Alles** was entstehen soll, muss erst einmal **bewusst werden**.
- Wenn Sie etwas **erreichen** wollen, muss es Ihnen erst **bewusst** werden.
- Alles was Ihnen bewusst wird, kann in positiver, wie auch in negativer Richtung wirken.

  - ✓ Machen Sie sich Ihre Lebenswünsche bewusst!
  - ✓ Machen Sie sich Ihre beruflichen und privaten Ziele bewusst.

- ✓ Machen Sie sich Ihre Lebenssituation bewusst.
- ✓ Machen Sie sich Ihre Fähigkeiten und Stärken bewusst.
- ✓ Fragen Sie nach den Ursachen.
- ✓ Erkennen Sie die Hindernisse und Hemmungen auf dem Weg zum Ziel.

  - Meiden Sie alle angstmachenden Gedanken.
  - Meiden Sie **Befürchtungen**.
  - Machen Sie sich nicht immer wieder Hemmungen, Ängste und Störungen bewusst.
  - Je mehr Sie sich eine Belastung oder ein Problem bewusst machen, um so stärker werden sie (werden).

Am Anfang von **Allem** steht immer das „bewusst werden". Auch Ihre Arbeit an Ihrem Lebenserfolg, an Glück und Harmonie setzt zuerst einmal voraus, dass Ihnen Ihre momentane Situation bewusst wird, dass Sie Ihre Wünsche und Ziele erkennen und die Fähigkeiten, die Ihnen helfen können, diese Wünsche und Ziele auch zu erreichen.

2. „Anfang und Ursache jeder Erscheinung und Wirkung ist die Idee als Urbild und Seele aller Erscheinungen und Wirkungen."

- ❖ Aus dem „Bewusst werden" entsteht eine Idee, die der Beginn von allem (positiv wie negativ) sein kann.
- ❖ Eine Idee von dem, was in uns (z.B. Gesundheit, Selbstsicherheit, Persönlichkeit, Erfolg, innere Zufriedenheit ...) aber auch durch uns (eine berufliche Leistung, ein erfolgreiches Unternehmen, ein neues Produkt, aber auch Harmonie im Umgang mit den anderen Menschen, bis hin zu einer neuen, positiven Umwelt) entstehen kann.

  - ✓ Aus der Arbeit mit Ihren Wünschen entsteht eine Idee.
  - ✓ Aus der Idee kann ein genaues Ziel entstehen.
  - ✓ Eine Idee ist der Anfang von allem.
  - ✓ Eine Idee wird sich realisieren, wenn Sie sich ständig mit ihr beschäftigen.
  - ✓ Die Idee gibt Ihnen die Richtung, das Ziel Ihrer zukünftigen Handlung an.
  - ✓ Eine Idee ist zum Erreichen eines Zieles notwendig.

    - Aus Angst können Ideen (fixe Ideen) entstehen.
    - Negative Erfahrungen und Erwartungen bringen oft negative, angstmachende und blockierende Ideen hervor.
    - Negative Einstellungen zum Leben oder zu bestimmten Situationen hemmen Ihr Unterbewusstsein und hindern Sie an der Produktion positiver Ideen.

Dadurch, dass Sie sich Ihre Wünsche in den Bereichen persönliche Entfaltung, Lebensfreude und Beruf bewusst machen (siehe Kapitel VII., Positive Erfolgsplanung), entstehen in Ihnen die verschiedensten Ideen über Ihre Zukunft und zu dem, was Sie erreichen können und wollen.

Alles, was auf unserer Welt bisher entstanden ist, war zuerst einmal eine Idee!
Denken Sie bitte in diesem Zusammenhang an das, was zum Beispiel Albert Schweitzer, Mutter Theresa für die Menschen geleistet haben, aber auch an die großen Erfinder und Entdecker wie Einstein, Heisenberg, Röntgen oder Edison. Immer stand am Anfang die **Bewusstwerdung**, das **Erkennen**, aus dem sich dann eine Idee ergab.

3. „Dasein erlangt die Idee in der Werkstatt der Seele durch unsere eigene Schöpferkraft oder durch äußeren Einfluss."

- ❖ Eine Idee kann durch Sie selbst entstehen (bewusst werden, nachdenken, fragen, Ursachen ergründen, Erlebnisse in der Vergangenheit...).
- ❖ Eine Idee kann genauso von außen an Sie herangetragen werden (Partner, Familie, Freunde, Mitarbeiter, Chef, Vorbilder, Religionen, Schulen, Medien, Werbung, eine bestimmte Situation ...).

  - ✓ Je intensiver Sie sich mit Ihren Lebenswünschen beschäftigen, um so stärker wird eine ganz bestimmte Idee, die dann zu einem bestimmten Ziel werden kann.
  - ✓ Je intensiver Sie sich mit Ihren Zielen beschäftigen, um so deutlicher erkennen Sie die Fähigkeiten, die Ihnen helfen, Ihre Ziele und damit Ihre Wünsche zu erreichen.
  - ✓ Je intensiver Sie sich mit Ihrer momentanen Situation beschäftigen, um so eher erkennen Sie die Hemmnisse, die Sie überwinden müssen.
  - ✓ Je intensiver Sie sich mit bestimmten Ursachen beschäftigen, um so eher erkennen Sie Lösungen.
  - ✓ Wecken Sie bei anderen Menschen positive Ideen.

    - Je mehr Sie Fehler und Ängste suchen, um so mehr werden Sie auch Fehler und Ängste finden. - Machen Sie sich immer bewusst, dass jeder Mensch beeinflussbar ist. Dass heißt, dass auch negative Ideen von außen in uns erzeugt werden können.
    - Seien Sie kritisch bei negativen Informationen von außen.
    - Prüfen Sie die Informationen von außen auf ihre Wahrheit.
    - Blockieren Sie Ihre Ideen nicht durch Ihre „Vernunft".
    - Lehnen Sie Ideen, die aus Ihrem Unterbewusstsein kommen nicht gleich ab. Denken Sie daran, dass jeder Mensch mehr erreichen kann, als er oft annimmt.

Indem Sie sich selbst und auch Ihren Partner nach den Wünschen fragen, sind es Ihre eigenen Ideen, die Sie dann verwirklichen werden.
Denken Sie bei diesem Denkgesetz auch an die vielen „guten" Ratschläge oder Prophezeiungen wie: *„Passen Sie auf, dass Sie nicht versagen und sich blamieren ..."* oder: *„ Bei dem Wetter mit nassen Füßen herumlaufen - jetzt bekommst du sicher eine Erkältung ..."* oder auch: *„Das schaffe ich ja doch nie ..."* können sehr schnell zu einer **fixen Idee** werden, zu einer negativen Prophezeiung, die sich dann auch erfüllt!

4. „Die Werkstatt der Seele ist das Unterbewusstsein. Dort verdichtet sich die Idee von der einfachen Vorstellung bis zum ausgereiften starken Gedanken, der dadurch zum Wesen mit zielgerichtetem eigenen Willen wird."

- ❖ Ideen entstehen in Ihrem Unterbewusstsein.
- ❖ Aus einer **kleinen oder fixen** Idee kann ein Gedanke entstehen, die Sie zum Handeln zwingt.

    - ✓ Eine Idee kann zu einem Ziel werden und gibt Ihnen damit vor, was Sie tun müssen, um dieses Ziel zu erreichen.
    - ✓ Je intensiver Sie sich mit Ihren Wünschen und Zielen beschäftigen, um so stärker werden Gedanken, die Ihnen helfen, Ihre Wünsche und Ziele auch zu erreichen.

        - Je mehr Angst Sie vor einer bestimmten Situation haben, um so stärker wird ein alles bestimmender Gedanke in Ihnen.
        - Je mehr Sie von einem Misserfolg überzeugt sind, um so mehr führen alle Ihre Gedanken in diese eine Richtung.
        - Ihre Gedanken führen diesen Misserfolg dann geradezu herbei.

Durch Ihre intensive Arbeit mit Ihren Wünschen und Zielen, durch die verschiedenen Analysen und die Umsetzung bis hin zum Tagesziel, verdichtet sich die anfänglich undeutliche Idee immer mehr. Am Anfang war das vielleicht nur eine unklare Vorstellung, aber im Laufe der Zeit wird diese einfache Vorstellung immer klarer, immer deutlicher, so weit, dass Sie sich diesem einen Gedanken nicht mehr entziehen können und zwangsläufig in Richtung dieses Gedankens, dieser Vorstellung handeln. (Das bezieht sich natürlich auch auf andere Menschen, auf die Familie, ein Unternehmen und auf ein ganzes Volk.)

5. „Gedanken, die unser Gefühl beherrschen, lenken und leiten uns, lassen uns siegen oder untergehen."

- ❖ Das Gefühl ist in letzter Konsequenz die entscheidende Steuerungszentrale in uns!
- ❖ Gedanken beeinflussen Ihr Gefühl.

- ❖ Ein starker Gedanke, von dem Sie wirklich überzeugt sind, zwingt Ihnen bestimmte Handlungen auf.
- ❖ Ein Gedanke kann Ihr Gefühl so stark beeinflussen, dass Sie dadurch erfolgreich oder erfolglos sein werden!
- ❖ Der Wille hat in den wenigsten Fällen eine echte Chance gegen das Gefühl.

    - ✓ Durch Ihre Arbeit mit Ihren Wünschen erzeugen Sie Gedanken, die Ihr Gefühl positiv beeinflussen.
    - ✓ Je mehr Sie sich für Ihre Wünsche und Ziele begeistern, um so leichter fallen Ihnen auch die täglichen kleinen Schritte, die zum Ziel führen.
    - ✓ Erzeugen, wecken Sie positive, aufbauende Gedanken und arbeiten Sie mit ihnen.
    - ✓ Wenn Sie in sich positive, aufbauende Gedanken erzeugen, Gedanken des Erfolges, der Gesundheit, des Selbstvertrauens, müssen Sie zwangsläufig im Sinn dieser Gedanken handeln oder reagieren.
    - ✓ Durch die Frage nach den Ursachen erkennen Sie auch negative Beeinflussungen.

        - Meiden Sie negative Gedanken.
        - Prüfen Sie die Informationen, die Sie aufnehmen auf negative Aussagen.
        - Ängste erzeugen negative Gedanken, die dann das Gefühl negativ beeinflussen.
        - Negative Gedanken hindern Sie daran, eine Herausforderung überhaupt zu übernehmen. Sie verhindern damit Ihren beruflichen und privaten Erfolg.
        - Wenn Sie in sich negative Gedanken erzeugen, Gedanken des Missserfolges, des Versagens, der Krankheit und Hoffnungslosigkeit müssen Sie auch hier zwangsläufig danach handeln!

Wenn Sie von einer Idee, einem Gedanke, einer Vorstellung überzeugt und begeistert sind, handeln Sie genau in diesem Sinn. Beachten Sie bitte in diesem Zusammenhang alles, was in uns Gedanken, Vorstellungen oder Überzeugungen hervorrufen kann. Denken Sie z.B. an die Werbung oder an die politische Beeinflussung. Immer steht am Anfang ein ganz bestimmter Gedanke, der, wenn er immer weiter beachtet wird, ein Gefühl erzeugt, das dann letztlich den Menschen zum Handeln veranlasst. **Das 5. Denkgesetz ist der Schlüssel zur inneren Welt aller Menschen!**

6. „Aufmerksamkeit ist das Mittel zur Beseelung der Gedanken."

- ❖ Aufmerksamkeit ist die Fähigkeit unserer Sinne etwas wahrzunehmen. Das heißt unser Sehen, Hören, Riechen Schmecken etc.
- ❖ Durch die Aufmerksamkeit kann ein ganz bestimmter Gedanke (positiv oder negativ) entstehen oder von außen erzeugt werden.

- ✓ Durch die Arbeit mit Wünschen und Zielen lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das, was Sie erreichen wollen.
- ✓ Durch das Erkennen Ihrer Fähigkeiten beginnen Sie mit diesen Fähigkeiten zu arbeiten.
- ✓ Indem Sie nach den Ursachen fragen, lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf die Hilfen, die Ihnen bei der Überwindung helfen können.
- ✓ Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf positive Dinge.
- ✓ Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf den „Ideal-Zustand" oder den „End-Zustand".
- ✓ Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf die positiven Seiten Ihrer Mitmenschen.

- Angst steuert Ihre Aufmerksamkeit!
- Je mehr Sie Angst vor einer bestimmten Situation oder vor einem Ereignis haben, um so stärker nehmen Sie alles wahr, was damit zusammenhängt.
- Das Gleiche gilt für Ihre Erwartungen, die Sie bei einer bestimmten Situation, oder bei einer bestimmten Person haben.
- Ist Ihre Erwartung negativ, werden Sie diese Erwartung auch bestätigt finden. Sie werden alles wahrnehmen, was an einer Situation oder an einer Person negativ ist. Die vielen guten Eigenschaften einer Person, die vielen positiven Seiten einer bestimmten Situation, sehen Sie nicht mehr. Sie sind nur noch auf das Negative fixiert, nur das Negative erregt Ihre Aufmerksamkeit.

Denken Sie noch einmal an die Bedeutung und die Kraft unserer Gedanken. Unser Ziel sollte es sein, diese Gedankenkraft immer weiter zu stärken und sie im positiven Sinne für unsere Ziele einzusetzen. Der Weg geht über unsere Aufmerksamkeit, über die Fähigkeit unserer Sinnesorgane etwas wahrzunehmen.
Je mehr Sie Ihre Aufmerksamkeit auf etwas lenken, um so stärker werden Ihre Gedanken beeinflusst. Das gilt für Sie selbst, genauso für den Umgang mit anderen Menschen.

7. „Konzentration sammelt und lenkt die Aufmerksamkeit auf bewusstem und unbewusstem Wege."

- ❖ Hier erkennen Sie, dass die Aufmerksamkeit zum einen bewusst, also durch den Willen gesteuert werden kann, zum anderen aber auch unbewusst, das heißt, ohne dass Sie es bewusst wahrnehmen.

- ✓ Unbewusste Konzentration strengt nicht an, läuft völlig automatisch ab.
- ✓ Denken Sie an den Erfolg!

- ✓ Denken Sie an das, was Sie erreichen wollen!
- ✓ Fragen Sie immer zuerst nach den Ursachen!
  - Bewusste Konzentration kann anstrengen und verlangt Kraft.
  - Meiden Sie Gedanken an den Misserfolg!
  - Meiden Sie Gedanken an die Dinge, die Sie am Erreichen Ihres Zieles hindern können!

Eine **unbewusste** Konzentration ist ein Vorgang, der leicht fällt. Im Gegensatz dazu ist die **bewusste** Konzentration ein Vorgang, der vom Willen abhängig ist, ein Vorgang, der uns **Kraft, Energie** und viel **Einsatz** kosten kann.
Voraussetzung für diese **Steuerung der Aufmerksamkeit** ist in jedem Fall ein **Ziel**! Aus diesem Grund heißt es auch: „Zielklarheit ist das Geheimnis der Konzentration".

8. „Wünsche, Neigungen, Interessen, Ängste, Gewohnheiten, Triebe und Leidenschaften lenken unbewusst die Aufmerksamkeit."

- ❖ Das 8. Denkgesetz ist wie das 5. Denkgesetz ein wichtiger Schlüssel zum Bewusstsein eines jeden Menschen. Damit haben Sie die Möglichkeiten in der Hand, einen Gedanken zu beseelen, stark zu machen.
- ❖ Der **unbewusste** Weg strengt nicht an, fällt leicht.

  - ✓ Durch Ihre Arbeit mit Ihren Wünschen lenken Sie unbewusst, ohne dass es Sie anstrengt, Ihre Aufmerksamkeit auf Ihr Ziel.
  - ✓ Machen Sie sich bewusst, das alles, was mit Ihren Wünschen, Neigungen und Interessen zusammenhängt von Ihnen unbewusst wahrgenommen wird.
  - ✓ Fragen Sie sich immer wieder: Wie kann ich bei mir selbst, aber auch bei meinem Partner, Mitarbeiter und Kunden, Wünsche, Interessen und Neigungen ansprechen?
  - ✓ Beobachten Sie, wie in Ihrem Umfeld mit Gewohnheiten, Trieben und Leidenschaften gearbeitet wird. Beobachten Sie Rundfunk und Fernsehen, die Werbung und die vielen anderen **unbewussten Beeinflussungen**.

    - Machen Sie sich bewusst, dass alles was mit Angst zusammenhängt, unbewusst Ihre Aufmerksamkeit beeinflusst und Sie damit steuern kann.
    - Hüten Sie sich selbst vor der Arbeit mit Ängsten.
    - Seien Sie kritisch, wenn von außen mit Angst gearbeitet wird.
    - Je mehr Sie Angst vor einer bestimmten Situation oder vor einem Ereignis haben, um so stärker nehmen Sie alles wahr, was damit zusammenhängt.
    - Je mehr Sie Angst vor einer bestimmten Hemmung oder vor

einem bestimmten Ereignis, einer gefürchteten Situation haben (z.B. Redehemmung, rot werden, Allergie ...) um so eher tritt das gefürchtete Ereignis auch ein!

In diesem Satz liegt die Grundlage für unsere bisherige Arbeit und für die Bedeutung unserer Wünsche.
Dieses Denkgesetz ist ein ideales Hilfsmittel zur Erreichung vieler Zielsetzungen, nicht nur zur Wandlung der eigenen Persönlichkeit, sondern auch in beruflicher, gesellschaftlicher und familiärer Hinsicht.
Uns eröffnet dieses Denkgesetz eine große Chance für unser Leben. Die Chance liegt in all den positiven Dingen des Lebens, die uns beeinflussen und völlig automatisch zum Handeln veranlassen.

9. „Bewusste Konzentration ist abhängig von Interesse, Willensfreiheit, Übung und Nervenleistung."

- ❖ Im Gegensatz zu der unbewussten Konzentration, die völlig automatisch abläuft (8. Denkgesetz) ist die bewusste Konzentration in erster Linie eine Frage des Interesses und der Nervenkraft.
- ❖ Bewusste Konzentration setzt voraus, das sich der Wille durchsetzen kann.
- ❖ Bewusste Konzentration setzt klar definierte Ziele voraus.

  - ✓ Fragen Sie sich immer wieder: **„Was kann ich tun, um mein Interesse an einer Sache zu verstärken?"**
  - ✓ Durch Ihre Arbeit mit Ihren Wünschen lenken Sie auch bewusst Ihre Aufmerksamkeit auf Ihr Ziel.
  - ✓ Machen Sie sich bewusst, dass alles was mit Interesse zusammenhängt von den Menschen bewusst wahrgenommen werden kann.
  - ✓ Wecken Sie bei Ihren Mitmenschen (Partner, Mitarbeiter, Kunden) Interesse an einer Sache, an einer Arbeit, an einer Aufgabe!
  - ✓ Sorgen Sie immer wieder für ausreichende Nervenkraft
  - ✓ Fragen Sie immer wieder nach den Ursachen.

    - Meiden Sie Dinge, die Desinteresse erzeugen.
    - Meiden Sie die Situationen, die zu viel Nervenkraft kosten.

Ihr Tagesablauf verlangt von Ihnen immer wieder eine bewusste Konzentration. Fragen Sie sich immer wieder: Warum muss ich das tun? und sorgen Sie vor allem für ausreichende Nervenkraft.
Planen Sie nach Möglichkeit Entspannungspausen in Ihr tägliches Programm ein und sprechen Sie auch mit Ihren Mitarbeitern über Ihr Programm. Denken Sie an den wichtigen Satz: „**Was interessiert, wird registriert!"**

10. „Willensfreiheit ist Kraftfreiheit, Willensschwäche ist Krafthemmung."

- ❖ Wenn wir bei einem Menschen von einem **starken Willen** oder von einem

freien Willen sprechen, dann meinen wir, dass er es versteht, Hindernisse und Hemmungen abzubauen, die seinen Willen aufhalten können.

- ❖ Ein Mensch mit einem **schwachen Willen** schafft es nicht, diese Hindernisse und Hemmungen auszuräumen.
  - ✓ Durch die Arbeit mit Ihren Wünschen und Zielen erkennen Sie auch die Ursachen, damit sich Ihr Wille in eine bestimmte Richtung entfalten kann.
  - ✓ Fragen Sie vor allem bei den Situationen nach den Ursachen, bei denen Sie in der Vergangenheit Misserfolge erlebt haben.

    - Ängste blockieren Ihren Willen!
    - Eine bewusste Konzentration fällt um so schwerer, je weniger Sie innerlich glauben, dass Sie eine Leistung vollbringen können.

11. „Im Kampf mit dem Gefühl siegt der Wille durch Kraft und Anstrengung in den Nerven, daher schwacher Wille bei geringer Nervenkraft."

- ❖ Immer ist der Wille unterlegen, wenn das Gefühl gegen ihn steht.
- ❖ Immer ist der Wille überlegen, wenn das Gefühl im gleichen Rhythmus schwingt.
- ❖ Ein negatives Gefühl kann für Ihren Willen das größte Hindernis sein, und Ihr Wille kann nur dann dieses negative Gefühl meistern und überwinden, wenn Sie ausreichende Nervenkraft besitzen.

  - ✓ Arbeiten Sie mit dem Gefühl!
  - ✓ Sprechen Sie Ihr Gefühl, Ihre innere Welt mit Bilden an!
  - ✓ Stellen Sie gegen ein negatives Erlebnis **positive Gefühle** (z. B. positive Erinnerungen)!
  - ✓ Wünsche und Ziele, die begeistern, sprechen das Gefühl positiv an.
  - ✓ Fragen Sie immer wieder nach allen **erfolgshindernden** Ursachen!
  - ✓ Steigern Sie systematisch Ihre Nervenkraft!

    - **Arbeiten Sie nicht gegen Gefühle!**
    - Meiden Sie so gut es geht alles, was das Gefühl negativ anspricht!

12. „Kampf gegen die Nerven ist Kampf gegen Wirkungen, also ein falscher Krafteinsatz."

- ❖ Im Zusammenhang mit dem 10. und 11. Denkgesetz heißt das, nicht mit dem Willen gegen ein negatives Gefühl anzugehen.
- ❖ Wenn Sie mit der Kraft Ihres Willens gegen ein negatives Gefühl angehen, dann können Sie nur die Auswirkungen momentan beseitigen, nicht die eigentlichen Ursachen.

- ❖ Wenn Ihre Kraft verbraucht ist, treten die Wirkungen wieder voll ein!

    - ✓ Fragen Sie immer wieder nach allen Ursachen!
    - ✓ Prüfen Sie sich selbst immer wieder kritisch!
    - ✓ Stärken Sie Ihre Nervenkraft!
        - Überschätzen und überlasten Sie Ihre Nervenkraft nicht!
        - Meiden Sie Situationen, die unnötig Kraft verbrauchen!

Sie erkennen bei diesem Denkgesetz noch einmal die Bedeutung unserer Nervenkraft! Planen Sie Entspannung und Pausen immer wieder fest in Ihren Tagesablauf ein!

13. „Nicht in der Ablehnung, sondern in der Bejahung liegt das Geheimnis größter geistiger Machtentfaltung."

- ❖ Ein weiterer wichtiger Schlüssel zur Schaltzentrale des Menschen, zum Bewusstsein und zur Kraft der Gedanken.
- ❖ Konzentrieren Sie sich immer wieder auf das Negative, auf das, was Sie nicht erreichen wollen, dann verstärken Sie in sich genau diesen gefürchteten Zustand. Das, was Sie nicht erreichen wollen (was Sie fürchten!) oder das, was Sie eigentlich überwinden wollen, tritt dann automatisch ein.
- ❖ Den größten Erfolg haben Sie immer dann, wenn Sie sich das Positive bewusst machen: Das, was Sie erreichen wollen!

    - ✓ Machen Sie sich Ablehnung und Verneinung im täglichen Leben bewusst.
    - ✓ Je mehr Sie mit positiven Gedanken arbeiten um so stärker werden Sie.
    - ✓ Stellen Sie gegen negative Gedanken immer wieder positive Vorstellungen und Erwartungen.
    - ✓ Denken Sie zuversichtlich.
    - ✓ Erwarten Sie das Positive, den Erfolg.
    - ✓ Fragen Sie sich im Umgang mit sich selbst und anderen Menschen immer wieder: **Kann ich das nicht auch positiv ausdrücken?**
    - ✓ Wenden Sie im Umgang mit sich selbst positive Formulierungen an.

        - Meiden Sie verneinende Formulierungen wie: **Ich will mich <u>nicht</u> mehr ... (z. B. ärgern).**
        - Je mehr Sie sich auf das Konzentrieren, was Sie überwinden wollen, um so eher tritt genau diese Situation ein!
        - Meiden Sie das, was Sie überwinden oder meistern wollen.

14. „Fortdauernde Behauptung einer Möglichkeit wird zum Glauben und aktiviert dadurch die Kräfte zur Verwirklichung der Behauptung."

- ❖ Möglichkeiten gibt es unendlich viele, positive und negative.

- ❖ Behaupten Sie so eine Möglichkeit immer wieder, dann fangen Sie irgendwann an, daran zu glauben.
- ❖ Glauben Sie aber etwas, dann ist es für Sie auch Wirklichkeit!
- ❖ Behauptungen können eine so suggestive Kraft entwickeln, dass letztlich das, was behauptet wird, auch eintritt. Es sei denn, Sie bringen die Energie auf, der Behauptung ebenso oft zu widersprechen.
  - ✓ Fragen Sie sich nach Ihren Wünschen und Zielen und nach den Ursachen!
  - ✓ Reden Sie sich positive Möglichkeiten ein!
  - ✓ Stellen Sie sich immer wieder den gewünschten End-Zustand vor!
  - ✓ Behaupten Sie diese Möglichkeit immer wieder!

    - Machen Sie sich immer wieder bewusst, dass dieser Mechanismus auch negativ ablaufen kann.
    - Machen Sie sich bewusst, dass dieser Ablauf auch von außen in Gang gesetzt werden kann.
    - Seien Sie kritisch, wenn von außen **bestimmte Möglichkeiten** immer wieder behauptet werden.
    - Prüfen Sie negative Behauptungen auf ihren Wahrheitsgehalt.

Denken Sie bitte in diesem Zusammenhang an die **Vorstellungswelt**, in der wir leben. Die Welt, wie sie für uns Wirklichkeit zu sein scheint, existiert in unserem Innern. Glauben wir etwas, schaltet unser Inneres um, und wir können das erleben, was wir glauben.

15. „Alle Antriebe existieren aus der Beachtung und hören auf zu sein (verschwinden) durch Nichtbeachtung."

- ❖ Je mehr Sie etwas beachten, je mehr Sie Ihre Aufmerksamkeit (die Wahrnehmungsfähigkeit Ihrer Sinnesorgane) auf etwas lenken, um so stärker wird das, was Sie beachten.
- ❖ Beachten Sie etwas nicht mehr, verliert es immer mehr an Bedeutung.

  - ✓ Durch die Arbeit mit Ihren Wünschen und Zielen beachten Sie das, was Sie erreichen wollen und das, was Ihnen bei dem Weg zu Ihrem Ziel helfen kann.
  - ✓ Wenn Sie eine Schwäche oder Hemmung überwinden wollen, beginnen Sie damit, sie nicht mehr zu beachten.
  - ✓ Fragen Sie aber auch hier immer wieder zuerst nach den Ursachen.

    - Alles, vor dem Sie Angst haben oder was Sie befürchten, beachten Sie auch!

Wenn Sie sich gegen negative Antriebe wehren, dann müssen Sie sie zwangsläufig

beachten! Sie können sie aber auch einfach übergehen, wodurch sie (**durch Nichtbeachtung**) langsam und immer mehr verschwinden oder unwirksam werden.
Auch hier heißt das natürlich: **Sie müssen zuerst nach den Ursachen fragen!**

16. „Wiederholung, bewusst oder unbewusst, verstärkt die Antriebe bis zum Automatismus der Vorgänge, begünstigt und bewirkt so Zwangsabläufe körperlicher, geistiger und seelischer Art, und zwar ebenso wohl in positiver, wie in negativer Hinsicht."

- Hier können Sie ganz klar die Technik erkennen, die Sie anwenden müssen, um einen **Antrieb**, der zu einem automatischen Ablauf, einem Programm führt, zu entwickeln, zu verstärken oder auch auszuschalten.
- Sie haben in diesem Satz eine Weiterführung des 14. Denkgesetzes, in dem es heißt: „Fortdauernde Behauptung einer Möglichkeit ... "
- Wenn Sie immer wieder **etwas** wiederholen, dann ist es eine reine Frage der Zeit, bis das, was Sie wiederholt haben, ganz automatisch in Ihnen abläuft und Sie damit zu einem ganz bestimmten Handeln zwingt!
- Dieser **Automatismus**, diese **Programme in Ihnen** umfassen die Bereiche Körper, Geist und Seele.
- Es ist gleichgültig, ob Sie diese **Wiederholungen** nun **bewusst** durchführen oder ob sie **unbewusst** in Ihnen ablaufen. Die Wirkung und die Auswirkungen auf Sie und auf Ihr ganzes Leben sind in jedem Fall die Gleichen.

  - ✓ Durch Ihre systematische Arbeit mit Ihren Wünschen und Zielen wiederholen Sie immer wieder bewusst, aber auch unbewusst das, was sie erreichen wollen.
  - ✓ Wiederholen Sie das, was Sie erreichen wollen immer wieder.
  - ✓ Wiederholen Sie Ihre Ziele bewusst immer wieder.
  - ✓ Erinnern Sie sich unbewusst immer wieder an das, was Sie erreichen wollen.

    - Automatische Reaktionen können zu **Gewohnheiten** werden!

XVI. Teil
Grundregeln positiver Kindererziehung
Charakterformung als psychologische Aufgabe

„Man könnte erzogene Kinder gebären, wenn die Eltern erzogen wären."
(Johann Wolfgang von Goethe)

Mein verehrter Leser, meine verehrte Leserin! Erziehungsfragen sind immer sehr ernste Fragen, weil sie nicht nur entscheidend für das Lebensglück unserer Kinder und unser eigenes Glück sind, sondern zugleich auch für das Wohlergehen oder den Verfall jeder kleinen und großen Gemeinschaft.
Charaktere bauen auf oder reißen ein, sind fruchtbar für ihre Umwelt oder eine Strafe, je nach ihrer Eigenart. Wir alle sind durch unseren Charakter das Heil oder Unheil für unsere Umwelt und unsere Mitmenschen. Wenn unsere „Kultur-Menschheit" trotz ihrer gewaltigen technischen und wissenschaftlichen Fortschritte in den letzten Jahrhunderten es immer noch nicht erreicht hat, zu einem befriedigenden Beieinanderleben zu kommen und es nicht verstanden hat, sich durch die Erschließung der Naturschätze und Naturkräfte das Verweilen auf Erden harmonisch zu gestalten, so liegt das an den Menschen selbst, an ihrem mangelnden guten Willen und ihrer mangelnden Bereitschaft zu positiver Zusammenarbeit.
Daran sind die negativen Seiten des Charakters schuld, die ihrerseits weniger Selbstsucht, Schlechtigkeit und Verderbtheit zur Ursache haben als mangelnde Erkenntnis. Es ist leicht gesagt, dass das Trachten und Sinnen des Menschen böse sei von Jugend auf, wenn man nicht die Gründe und Ursachen untersucht, die diese seelische Situation bewirken. Zumeist sind es die Sünden der Erzieher, die hierfür verantwortlich sind. Die Tatsache, dass die Gesamtharmonie der Zivilisation hiervon abhängig ist, erhellt die ungeheure Bedeutung des Erziehungsproblems nicht nur für den einzelnen Menschen, sondern auch für den Gesamtfortschritt der Menschheit.
Die unglaubliche Unwissenheit in fast allen Fragen der Erziehung ist die Generalursache für das Versagen der Verantwortlichen, und in Sonderheit tragen diese Verantwortung die Eltern, weil nur sie allein Gelegenheit haben, das Kind in den ersten entscheidenden Monaten und Jahren seines Lebens nach der positiven Seite hin zu beeinflussen.
Das bedingt natürlich, dass man an eine solche bewusste Formung des Charakters überhaupt zu glauben vermag und nicht einfach meint, dass sich ein Kind nur gemäß seiner Anlagen entwickelt.
Schon hier zeigt sich, wie sehr das Erziehungsproblem ein ganz und gar Psychologisches ist und wie sehr es hineingreift in das große Geheimnis der Schöpfung und Menschwerdung, und wie sehr man demzufolge eine Ahnung haben muss, wie es um die Bewusstwerdung der Seele bestellt ist und welche Gesetzmäßigkeiten sich auswirken, wenn diese Bewusstwerdung nach der positiven oder negativen Seite vor sich geht.
Unwissenheit macht ratlos: Man möchte ja gern sein Kind positiv erziehen, aber wie soll man das anfangen, welche Wege soll man beschreiten, und was ist das eigentlich, was man „Erziehung" nennt?
Mit jeder Sache, sei es eine Maschine oder nur ein Möbelstück oder sonst etwas, geht man bewusster und überlegter um, alle Folgen eines falschen Handelns vorher bedenkend, als mit der Seele des Kindes, und was man Erziehung nennt, ist nur bei erkennenden Vätern und Müttern die Erfüllung einer ethischen Pflicht, die mit voller Überlegung und voller Verantwortung zu tun ist, im Übrigen aber nur ein unbedachtes Hin- und Herschieben des Kindes zwischen den Gedankengeleisen und Gefühlen der Erwachsenen, und zwar immer so, wie es gerade den augenblicklichen Stimmungen gut dünkt.

Äußert sich als Folge dieses Verhaltens eine schlechte Eigenschaft, so denkt man mit keiner Spur von Einsicht daran, dass diese Erscheinung das **gesetzmäßige Ergebnis dieser Gedankenlosigkeit** ist, sondern behauptet einfach, das Kind habe eben einen solchen Charakter und sei von Grund auf, also aus seiner Veranlagung heraus launisch, störrisch, eigensinnig, vorlaut, frech usw.
Trotzdem ist es aber zu verstehen, wenn falsch gehandelt wird, und zwar weil eben auf diesem Gebiete, so unerhört wichtig es auch ist, eine geradezu himmelschreiende Unwissenheit besteht.

Infolge mangelnder Erkenntnis über die Vorgänge bei der Entwicklung und Bildung eines Charakters, wird in der Mehrzahl der Fälle genau das Gegenteil von dem getan, was geschehen muss, um ein Kind nach der positiven Seite hin zu fördern. Das gebietet mit größtem Ernst und mit größtem Nachdruck, dass man für die Erziehungsarbeit die Regeln kennt, die sich aus der Naturgesetzmäßigkeit der Charakter- und Seelenentwicklung ergeben und wodurch wir fähig werden, diese Entwicklung positiv zu steuern.
Diese Regeln müssen in allen Lebensumständen die ganze Linie des Verhaltens zum Kinde bestimmen. Sie müssen der Wegweiser sein, der die Behandlung des Kindes und das Verhalten zum Kinde stets richtig angibt. Sie müssen bestimmen, was man zu einem Kinde sagen darf und wie man etwas zu sagen hat, desgleichen wie man sich einstellen und verhalten muss, falls das „gute Herz" mit einem durchgehen will, wenn sich besondere Konsequenzen als notwendig erweisen. Und grundsätzlich gilt: Dass man sich darüber klar ist, dass es sich bei der Erziehung um eine Aufgabe handelt, die nicht nur für die Gegenwart, sondern vor allem und zur Hauptsache für das zukünftige Verhalten und Handeln des Kindes entscheidend ist.
Erziehung ist Seelenbildung und als solche erhabenstes Künstlertum. Es ist die verantwortungsvollste aller Künste und die verpflichtendste aller Aufgaben, die ein Mensch auf Erden haben kann, zugleich aber auch die beseligendste und fruchtbarste, wenn sie von höherer Erkenntnis getragen wird.
Erziehung ist Arbeit im Weinberge Gottes! ***„An ihren Früchten werdet ihr sie erkennen!"***
Wo könnte dieses Wort wohl größere Berechtigung haben als hier? Entscheidend ist aber, dass man sich dieser Tatsachen nicht nur von Zeit zu Zeit bewusst wird oder wenn gerade mal eine moralische Rührung über uns kommt, sondern in jedem Augenblick, wo wir vor unseren Kindern stehen.
Was aus unseren Kindern eines Tages wird, ist unser Werk! Nicht nur leiblich, auch geistig und seelisch ist das Kind in einem außerordentlich hohen Maße unser Geschöpf, ungeachtet seiner eingeborenen individuellen Wesenheit.
Zwar ist es so, dass der Kern gegeben sein muss, um durch Schliff edlen Stoff zum Leuchten zu bringen. Doch versagt der Schliff, kommt das edle Gestein nicht zur Geltung. Es kann natürlich sein, dass der Kern tatsächlich nichts taugt, doch wie wollten wir das erkennen, bevor wir nicht unser heißestes Bemühen darangesetzt hätten, ihn ernsthaft sichtbar und bewusst zu machen? Denn das ist das Geheimnis der Erziehung, der Seele emporzuhelfen aus dem Unbewussten, ungeachtet wie tief sich ihre guten Eigenschaften auch befinden mögen.

Nicht auf das Hineinlegen in die Seele eines Kindes kommt es an, sondern auf das Herausholen aus ihr an Gutem, was immer nur in ihr steckt, und darin zeigt sich wahres Künstlertum im erzieherischen Bemühen, wieweit wir dazu imstande sind und welche Wunder in schwierigen Fällen wir dabei zuwege bringen.
Es ist wahr, dass organische Behinderungen oft größte Schwierigkeiten mit sich bringen, doch wer wollte sagen, dass es schließlich nicht doch gelingt, diese Hemmnisse zu meistern, sofern wir nicht alles, aber auch alles versucht haben, den Bann zu brechen? Erziehungsarbeit kommt der Arbeit eines Gärtners gleich. Muss nicht das beste Pflänzchen verkümmern, wenn der Boden, auf dem es wächst, untauglich ist und sich niemand um das Pflänzchen müht, niemand da ist, der es sorgsam hegt und pflegt, damit es sich so entwickeln und entfalten kann, wie es der Schöpfer gewollt hat? Wir müssen den Gedanken ausmerzen, dass es mit einem jungen Menschenkind anders sein könnte.
Allein deshalb, weil wir nicht den nötigen Abstand von unserem Fleisch und Blut haben und gerade deshalb in ständiger Verblendung leben, handeln wir anders als der gute Gärtner, sind wir nachlässig und lassen uns gehen.
Würden sich Väter und Mütter wirklich darüber im Klaren sein, welches lebende Menschenwerk ihren Händen entwächst, wüsste jeder Erzieher in jedem Augenblick ganz genau, von welch ungeheurer Bedeutung sein Einfluss ist, würde in den Grundfragen der Erziehung sehr bald Wandel geschaffen sein. Und damit beginnt die positive Erziehung, dass man sich absolut zweifelsfrei und kristallklar der Wirkung des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns auf die Seele des Kindes bewusst ist, die zusammengenommen den Mutterboden bilden, aus dem die uns anvertrauten Menschenpflänzchen ihre Gesundheit und Lebenskraft beziehen.
Es ist der Wunsch aller Eltern, an ihren Kindern Freude zu erleben. Auch hier gilt Bacons entscheidendes Wort: *„Wissen und Macht fällt in eins zusammen, weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt."* Man kann und wird diese Freude nur haben, wenn man auch hier das Richtige tut.
In Erkenntnis dieser Notwendigkeit lassen Sie uns nunmehr die Fragen einer positiven Erziehung von der Praxis aus sehen, meine verehrten Leser und Leserinnen. Ich bin sicher, Ihnen dadurch manche Handhabe zu bieten, um auch bei schwer erziehbaren Kindern noch gute Erfolge zu erzielen.

Kräfte und Eigenschaften des positiven Erziehers: Viel Liebe - Innere Ruhe - Logisches Denken - Wohlwollende Bestimmtheit - Konsequenz - Gläubige Geduld

Die oberste Forderung ist auch hier: Gedankenklarheit! Wenn wir die Kräfte und Eigenschaften des positiven Erziehers nicht besitzen, ist der Erfolg bei Kindern ebenso fraglich, wie im Umgang mit Erwachsenen. Unser Weg zur positiven Persönlichkeit ist daher auch für das Lebensglück unserer Kinder unerlässlich. Im Verlaufe unserer Darlegungen wird es sich erweisen, dass wir nur dadurch fähig werden, den Bedingungen erfolgreicher Charakterbildung zu entsprechen.
Dass wir von aufrichtiger Liebe zu den von einem gütigen Geschick in unsere Hände

gegebenen Geschöpfen erfüllt sind, bedarf keiner Frage, und auch dann, wenn uns gelegentlich verzweifelte Stimmungen durch das Misslingen unserer Absichten überkommen. Anders steht es mit unserer inneren Ruhe und der Logik, die meist zu wünschen übrig lassen. Und weil es darin fehlt, mangelt es auch an der unbedingt erforderlichen klaren Linie in unseren Erziehungsmaßnahmen, ganz zu schweigen von einem System in der Erziehung, das im Elternhaus praktisch überhaupt nicht zur Anwendung kommt, einfach deshalb, weil man kein System kennt, und es meist auch nicht für erforderlich hält, sich mit den Faktoren auseinander zu setzen, die zur Anwendung eines bestimmten Erziehungssystems verstanden und beachtet werden müssen.

Ganz allgemein erzieht man seine Kinder so, wie man selbst erzogen worden ist. Man macht das aber nicht bewusst, sondern rein gefühlsmäßig. Man schimpft und schlägt, arbeitet mit Einschüchterungen und Drohungen, oder, wenn man weniger auf Gewalt eingestellt ist, mit Bitten, Versprechungen und Ermahnungen.
Alles aber ohne wirkliche Klarheit über die jeweiligen Tiefenwirkungen einer Maßnahme. Wenn trotzdem in beiden Fällen Ergebnisse erzielt werden, so erst zuletzt durch diese **Methoden**, vielmehr durch einen ganz anderen Faktor, der weit stärkeren Einfluss ausübt: **die suggestive Macht des Beispiels!** Was wir meinen, das sagt das Sprichwort: *„Wie die Alten sungen, so zwitschern auch die Jungen."*
Mit jedem Wort, das wir sprechen, wirken wir auf die Seele des Kindes, jede Gebärde, jede Art von Verhalten färbt ab und wirkt formend und bildend, und zwar im guten wie im schlechten Sinne.
Es ist wahr: **Das Beispiel ist der beste Lehrmeister!** Die Seele des Kindes ist wie Wachs und jeder Beeindruckung zugänglich. Und was von größter Bedeutung ist: schon von der ersten Lebensminute an und in den ersten Monaten und Jahren am nachhaltigsten.
Man muss sich vergegenwärtigen, was das bedeutet! Wie groß und schwer wiegend die Verstöße sind, die bei einer Nichtachtung dieses Faktums begangen werden! Und man verstößt andauernd hiergegen, wie die Praxis zeigt, denkt gar nicht hierüber nach, misst diesem Einfluss keine oder nur geringe Bedeutung bei.
„Das Kind versteht ja noch nichts ...!" Das ist die allgemeine Ansicht, sofern man überhaupt über diese Zusammenhänge einmal nachdenkt. Außerdem wird diese gefährliche Haltung dem Bewusstsein verschleiert durch die Ansicht, dass es ja doch auf die Veranlagung eines Kindes ankomme, wenn sich etwas Negatives in ihm entwickelt.
Grundsätzlich ist es hier wie bei einer Infektion: Mancher ist immun, mancher besonders leicht anfällig. Bedeutet das aber, dass man es darauf ankommen lässt, ob man krank wird oder nicht? Klugerweise beugt man vor, lässt sich einen Gefahrenherd erst gar nicht entwickeln.
Wer seine Kinder liebt, muss beseelt sein von dem Glauben, dass alle guten Eigenschaften in Ihnen liegen, die er durch sein Beispiel und sein positives Verhalten wecken will. Ohne diesen Glauben verliert die beste Erziehungsmethode Ihre Kraft!
Ist eine große Bereitschaft für die Entwicklung schlechter Eigenschaften vorhanden,

dann bildet diese Einstellung den besten Schutz gegen ihr Aufkeimen. Außerdem wären alle Versuche zum Misserfolg verurteilt, die es sich zum Ziele setzen, möglichst hochwertige Charaktere heranzubilden, denn was im Elternhaus nicht möglich ist, das wäre ja dann auch in Erziehungsinstituten zum Scheitern verurteilt. Das ist aber keineswegs der Fall, wie es die Erfahrung in ungezählten Einzelfällen bewiesen hat und immerfort beweist. Ist dem aber so, dann trifft jeden Vater und jede Mutter wie überhaupt jeden Erzieher der Vorwurf der Fahrlässigkeit und eines überaus leichtfertigen Verhaltens gegenüber den ihnen unterstehenden Kindern. Zweifellos klingt das hart, und das Gefühl wehrt sich gegen diesen Vorwurf, denn immer glaubt man, wirklich sein Bestes getan zu haben. Aber dennoch: Unkenntnis schützt auch hier nicht vor Strafe! Die Erziehung hat trotzdem versagt, wenn auch wider den guten Willen.

Wie schlechte Beispiele gute Sitten und schlechter Umgang den Charakter verderben, so verkümmert ein Kind oder blüht auf, wird es ein gehorsames und williges Kind oder ein Tunichtgut, je nach dem Umwelteinfluss, in dem es aufwächst, und je nach der Einsicht in die Entfaltungsvorgänge der Seele, die seine Erzieher leitet.

Warum spricht man denn von einer Verwahrlosung der Jugend? Warum von einer guten oder schlechten Kinderstube? Allein doch nur deshalb, weil sich alles eindrückt in das seelische Gefüge und die innere Struktur, die das Wesen des Kindes ebenso begünstigt oder benachteiligt wie die Ernährung den Entwicklungsprozess des Körpers.

Dieser Vergleich ist übrigens besonders zutreffend und einleuchtend: Die körperlichen Anlagen mögen bei einem Neugeborenen völlig normal und in Ordnung sein. Wird es falsch ernährt und naturwidrig behandelt, gedeiht es trotzdem nicht. **Ursache und Wirkung!**

Umgekehrt kann ein schwächliches Kind gesund und stark werden, wenn man die Wachstumsbedingungen entsprechend gestaltet. Großstadtkinder, die in sonnenarmen, muffigen, unsauberen Hinterhöfen aufwachsen, werden dadurch nicht nur organisch, sondern auch seelisch zu Krüppeln! Gewiss, es gibt Ausnahmen, doch diese bestätigen nur die Regel. Die Mehrzahl der Kriminellen unter den Jugendlichen sind Opfer trauriger Familienverhältnisse und sozialer Notstände. Entscheidend ist aber, dass immer die gleichen Faktoren die verschiedenen Charakterbilder erzeugen und allen voran, das gute oder schlechte Beispiel.

Erste Regel positiver Erziehung

Wissen wir das alles, mein verehrter Leser, dann ist es verständlich, wenn wir für eine positive Erziehung als erstes Gedankenklarheit verlangen und in allen Fragen neben der Liebe der Logik bevorzugt das Wort reden. Beide Kräfte müssen außerdem stets Hand in Hand gehen, wenn es uns möglich werden soll, unsere Regeln der positiven Erziehung zur Anwendung zu bringen. Mehr noch als sonst kommt es auf Einsicht und guten Willen an, ja auf noch mehr, auf Weisheit! Aus allem ergibt sich die erste Regel positiver Erziehung:

Sei selbst so, wie du dein Kind haben willst! Bedenke die suggestive Macht des Beispiels!

Zu den Eigenschaften des positiven Erziehers zählten wir die **Ruhe.** Dies aus vielerlei Gründen. Zur Hauptsache: Nur aus der Ruhe können Klarheit und Nachdruck kommen. Klarheit, damit wir stets mit Vorbedacht handeln und keine psychologischen Fehler machen, und dann, um uns dem kindlichen Gemüt und dem augenblicklichen geistigen Fassungsvermögen des Kindes so verständlich zu machen, dass wir tatsächlich die Wirkung auf sein Empfinden und Wollen erzielen, die wir beabsichtigen.
Klarheit allein ist jedoch nicht ausreichend. Es ist notwendig, dass wir **Einfluss** haben. Dazu brauchen wir ein **starkes persönliches Fluidum**, das unseren Worten Nachdruck gibt und dem sich das Kind mit seinem natürlichen Gefühl für das Erfahrene ohne inneren Widerspruch fügt.
Diese Kraft der Persönlichkeit ist ohne innere Ruhe nicht vorhanden. Was dabei magnetisch und suggestiv wirkt, ist nicht die Ruhe an sich, sondern die Vernunft, die Zielklarheit und die Entschlossenheit und zugleich der Glaube an den Erfolg der Erziehungsabsichten, die darin zum Ausdruck kommen.
Solange es dem Kinde nicht möglich ist, verstandesmäßig die Willensrichtung des Vaters oder der Mutter zu erfassen, reagiert es in diesem Sinne mit seinem Gefühl. Es entwickelt dabei Fähigkeiten, die dem Erkennungsvermögen des Erwachsenen weit überlegen sind, und dies schon in der Wiege.
Grundsätzlich verhält sich die Seele des Kindes schon in frühestem Stadium der Bewusstwerdung genau so wie im Erwachsenen: Sie will das tun, was sie selber möchte und nicht was die andern wollen, wobei es nicht so sehr auf das Ziel als auf den Drang zur Selbständigkeit, den Willen zur Freiheit ankommt, dessen Ahnung als höchstes Glück des Menschseins ihr eingeboren ist. Die Äußerung dieses Dranges erfolgt im weiten Umfange hemmungslos und spielerisch. Aufgabe der Erziehung ist es, diesen Trieb in positive Bahnen zu lenken und nach und nach unter die Kontrolle der sich allmählich entfaltenden Verstandeskräfte zu bringen.
Dass uns das in wünschenswerter Weise gelingt, ist Sache unserer pädagogischen Geschicklichkeit und in erster Linie die Frucht unseres persönlichen Einflusses. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, diesen Einfluss auszustrahlen, doch die Grundlage ist die Positivität unseres Wesens und die dadurch **in uns herrschende Ruhe**, die der vom Kinde fühlbare Ausdruck von Besonnenheit und seelischer Stärke ist.

Zweite Regel positiver Erziehung

Aus der Zusammenfassung dieser Erkenntnisse ergibt sich eine weitere Regel positiver Erziehung:
Dein Kind gehorcht dir, wenn du innerlich stark bist. Du bist stark durch innere Ruhe!
Als weitere Eigenschaft des erfolgreichen Erziehers wurde **wohlwollende Bestimmtheit** genannt. Das ist ein Begriff, der für sich selber spricht. Er verkörpert alles in unserem Verhalten, Sprechen und Reagieren, was in der Liebe, Logik und Ruhe des positiven Menschen aktiv ist.
Wohlwollende Bestimmtheit kennt keinen Zweifel, kein Schwanken, keine Unsicherheit, weder im Tonfall noch in den Sätzen, die gesprochen werden, noch sonstwo im Umgange mit dem Kinde.

Immer ist zielende Sicherheit da, genaues Wissen, was man will, immer entschiedene Festigkeit, gesteuert jedoch nicht von Starre und Unbeugsamkeit, sondern von gütiger Besonnenheit.
Erkennende Liebe ist die Triebfeder, und gerade darum sprechen wir auch von wohlwollender Bestimmtheit. Diese Bestimmtheit meint es gut mit dem Kinde, und sie ist überhaupt nur deshalb so entschieden und fest, weil es zum Besten ist. Ganz im Gegensatz zu Vätern und Müttern, bei denen bestimmtes Wesen der Ausdruck eines herrischen Charakters ist.
Sie müssen hier sehr genau verstehen, was wir meinen: Es gibt ein befehlendes Wesen, das aus der Auffassung stammt, dass Kinder immerzu nur dankbar zu sein haben, dass man sie am Leben erhält und für sie arbeitet. Kinder sollten gehorchen, das ist richtig und unerlässlich, aber nicht aus Unterwürfigkeit den Eltern gegenüber, sondern in ihrem eigenen Interesse, ebenso wie sie in der Schule nicht lernen, um dem Lehrer zu gefallen. Bevor ein Kind so weit ist, dass man mit ihm hierüber sprechen kann, was so früh wie möglich geschehen soll, muss das in unserem ganzen Verhalten zum Ausdruck kommen.

Dritte Regel positiver Erziehung

Wie sich wohlwollende Bestimmtheit im Einzelnen äußert, werden wir später sehen. Einstweilen die Hauptregel hierfür:
Bei Anordnungen: Vermeidung jeder Umschweife! Konzentration auf wenige Wörter! Bestimmender Tonfall, getragen von herzlicher Selbstverständlichkeit!
Mancher Erzieher steht auf dem Standpunkt, dass es nur zwei Mittel gibt, um ein Kind folgsam zu halten: Belohnung und Strafe oder, krass ausgedrückt, Zuckerbrot? und Peitsche. Und dass die Erziehungskunst darin besteht, von diesen beiden Mitteln jeweils das Passende anzuwenden.
Diese Einstellung kennzeichnet den Grad der Unwissenheit, die man in den Dingen der Seele hat. Es kommt nicht nur darauf an, dass ein Kind tut, was man sagt, ebenso darauf, dass der Antrieb zum Gehorsam ganz und gar positiv ist und die Sicherheit in sich trägt, dass aus ihm keine negativen Folgen für die Zukunft erwachsen. Das ist weder bei der Erwartung von Belohnungen noch bei der Furcht vor Strafe der Fall.
Beide Antriebe sind absolut unbrauchbar für die Förderung lauterer Eigenschaften, die sich wohl für Dressurzwecke, nicht aber für die Erziehung des Menschen zum Menschen eignen.
Das schließt nicht aus, dass man gelegentlich belohnt und auch bestraft, doch keineswegs so darf das geschehen, dass sich daraus Motive entwickeln, die die magnetische Kraft, die aus dem Wesen des Erziehers strahlt, abschwächen oder unwirksam machen.
Um hier klar zu sehen, muss man sich das Entscheidende jedes Erziehungsvorganges deutlich machen: Erziehen ist ein Ziehen, ein Hinziehen des Kindes zum Guten, zum Positiven, zu dem, was notwendig ist, um in der menschlichen Gemeinschaft als Mensch unter Menschen bestehen zu können. Was gezogen wird, das ist die Seele im Menschen, die der körperlichen Form eingeborene Kraft, die vermittels ihrer Be-

gabungen in der Lage ist, durch die Sinnesfunktionen und die wunderbare Beschaffenheit des Gehirns zu einem menschlichen Wesen, zu einer menschlichen Person zu werden.

Dem neun Monate währenden körperlichen Geburtsvorgang folgt unmittelbar ein zweiter: die Geburt des Menschen! Er dauert wesentlich länger und unter Umständen ein ganzes Leben lang.

Verfolgen wir die Entwicklung des körperlichen Menschenkeimes im Mutterleibe, so erleben wir einen Durchlauf der Form durch die Entwicklungsepochen der Menschheit. Es ist ein beständiges Umbilden und Vervollkommnen im Gange, bis schließlich aus dem Embryo ein Geschöpf mit Menschenantlitz wird. Unverkennbar vollzieht sich dieser Vorgang nach einem Plan, mit der Absicht und dem Ziel, einen Menschen zu schaffen, doch dass der Plan in allen Einzelheiten gelingt, ist auch hierbei schon eine Sache des Mutterbodens.

Je nach den Anlagen, nach der Gesundheit von Mutter und Vater, und dies auch in seelischer Hinsicht, wird die Mutter einem kräftigen oder schwächlichen Kinde das Leben geben, wird ein gesundes Kind oder ein organisch verkrüppeltes das Licht der Welt erblicken. Ernährungsschäden, Übertreibungen, Krankheiten, Gifte, alles wirkt ein auf den Entfaltungsvorgang, hemmt und stört ihn, und nicht selten hat ein Mensch sein ganzes Leben lang dadurch zu leiden.

Und genau so, wie es mit der Entfaltung der körperlichen Form des Menschen steht, so ist es mit seiner zweiten Geburt, mit der Geburt seiner Seele. Auch dafür besteht ein Plan, auch dieser Prozess vollzieht sich nach einer Absicht, einem genauen Ziel. Ob es jedoch und wie weit es erreicht wird, ist ebenfalls in weitem Maße von den Umständen abhängig, die diesem Plan günstig oder ungünstig sind. Es muss nicht unbedingt so kommen, wie es sein müsste, es kann auch ganz anders kommen, ganz anders, wenn auch hier infolge von Giften und Krankheiten, die in diesem Falle Erziehungssünden sind, Organe verkrüppeln.

Die Entfaltung des Menschenkeimes im Mutterleibe ist die erste Phase der Menschwerdung. Die zweite beginnt mit dem ersten Schrei des Kindes und dauert an, bis es die Seele gelernt hat, sich mit Hilfe des Körpers in der Welt zurechtzufinden.

Wie gut das gelingt, ist zu allererst eine Sache des geistigen und seelischen Mutterbodens, in dem sie ihre Kindheit verbringt, später dann eine Sache des ablaufenden Lebens und der Selbsterkenntnis.

Wie wir unseren Kindern ein körperliches Erbe mit auf den Lebensweg geben, dass ihnen bis ans Ende ihrer Tage zum Fluche oder zum Segen werden kann, so geben wir ihnen auch ein geistiges und seelisches Erbe mit auf den Weg.

Es wird positiv sein, wenn wir selbst positiv sind: Die guten Gewohnheiten, die wir ihnen beim Gebrauch der Sinne, des Gehirns und des Körpers einpflanzen, die guten Regeln, nach denen sie ihr Leben führen lernen, die schönen Gedanken, die in ihnen wachgerufen werden, die edlen Gefühle, die wir in ihnen wecken, das Licht der Erkenntnis, das durch die Anleitung zum rechten Gebrauch der Kräfte des Geistes in ihren Seelen entzündet wird.

Zu all diesem heißt es, die Seele hinziehen, zu diesem Streben sie veranlassen, in diesem Wollen üben und trainieren, ganz zum Zwecke, damit sie wird, was sie werden kann. Es ist ein behutsames Aufbrechen ihres inneren Kernes, ein äußerst bedachtsa-

mes und sorgsames Hegen und Pflegen aller Anlagen, deren ein Mensch bedarf, um ein Mensch zu sein, und in Sonderheit jener, die davon schwach und manchmal kaum erkennbar vorhanden sind.
Jedes Menschen Seele ist anders angelegt, immer liegt ein anderer Plan zugrunde. Unergründlich sind die Schicksalskräfte, die sie ins Leben rufen und die ganze Menschheitsentwicklung ist daran beteiligt. Doch es ist kein unwiderruflich fertiges Bild, das uns übermittelt wird, es liegt an uns, was wir daraus machen und wie weit wir es damit bringen: Wie wir einem schwächlichen Körper durch Liebe, Glauben und Vernunft Stärke verleihen können, in der Entwicklung gehemmten Organen durch Elixiere besseres Wachstum geben und dadurch bewusst eingreifen in das Schicksal des Menschen, so können wir auch unseren Kindern zu einer klaren Seele und einem positiven Charakter verhelfen, wenn wir nur wissen, wie dem beizukommen ist. Zumindest können wir bessern und noch größeren Schaden verhüten, wenn eine unglückliche Veranlagung keinen ganzen Erfolg zulässt.

Man versteht, mein verehrter Leser, warum wir von einem Künstlertum bei der Erziehung sprechen, und wie sehr es zutrifft, wenn wir das Mühen des Erziehers der Arbeit eines Gärtners gleichsetzen. Und ebenso, dass eine so pfleglich und bedachtsam zu leistende Zieharbeit nicht mit primitiven Dressurmitteln durchgeführt werden kann. Deshalb:
Nur die magnetische Kraft des Erziehers ist das der Menschenseele gemäße Mittel zur Hervorbringung ihrer positiven Eigenschaften, Kräfte und Fähigkeiten. Menschenseele kann nur von Menschenseele entfaltet werden! Und wenn ein grober Reiz unerlässlich ist, dann nur als Ausnahme, niemals als Regel.
Dann ist die Erziehung positiv, wenn das Kind folgt, ohne zu empfinden, dass es folgt, vielmehr einfach tut, was man ihm sagt und dabei zugleich von innerer Freude erfüllt ist. Wenn es aus Liebe hört, und es dabei die zurückstrahlende Liebe des Vaters oder der Mutter ist. Wenn nach dem Übergangsstadium vom Säugling zum Kleinkind eine Freiwilligkeit erreicht ist, die sich gründet auf dem Glücklichsein des Kindes durch das Eingebettetsein in die wohlige Lebenswärme der Liebe seiner Eltern.

Natürlich ist das ein Idealbild positiver Erziehung, und nur erreichbar bei wirklich starker Persönlichkeitswirkung und gutartiger Veranlagung. Man mache aber ja nicht den Fehler, diese Gutartigkeit für seine eigenen Kinder in Abrede zu stellen. Ob eine nicht zu meisternde negative Veranlagung vorliegt, kann wirklich erst dann gesagt werden, wenn im Sinne positiver Erziehungsregeln längere Zeit hindurch verfahren wurde.
Johann Heinrich Pestalozzi, der große Kinderfreund und Erzieher, behauptete z. B., dass alle Kinder klug wären. Aber er verlangt auch, dass man erst die Erzieher erziehen muss, wenn gute Erfolge möglich werden sollen.
Der Wahrheit gemäß wäre die Frage nach der charakterlichen Beschaffenheit der eigenen Kinder für viele Eltern so zu formulieren: Sind unsere Kinder so gut veranlagt, dass sie auch dann gute Kinder werden und bleiben, wenn wir uns als Eltern in der Erziehung überhaupt nicht um die Entwicklungsgesetze kümmern und einfach so handeln, wie es uns gerade passt?

Die magnetische Kraft des Erziehers und seine Liebe darf man natürlich nicht verkennen. Das Gegenteil von Drohung und Strafe ist keineswegs Gutmütigkeit oder Weichheit. Das Kind würde diese Schwächen sehr schnell ausnutzen, ohne dass man ihm daraus einen Vorwurf machen kann.
Kinder durch Liebe zu gewinnen und an sich zu fesseln ist erst eine Seite des positiven Handelns, und man kann das sehr gut auch durch Gutmütigkeit erreichen. Doch es kommt darauf an, dass sie zuhören und folgen, und das ist ohne Positivismus nicht möglich.
Wer gutmütig ist, dem tanzt man auf dem Kopfe herum, das ist bei Kindern so wie bei Erwachsenen. Was wir brauchen, ist Güte und Festigkeit, das aber ist wohlwollende Bestimmtheit und nicht Gutmütigkeit.
Kraft muss strahlen, von positivem Denken gesteuerte Kraft, das ergibt den Magnetismus des erfolgreichen Vaters und der erfolgreichen Mutter!
Nun, und wenn die Kinder manchmal trotzdem nicht zu leiten sind, dann haben wir ja noch eine andere Eigenschaft des positiven Erziehers zur Verfügung: **die Konsequenz.**
Um zu verstehen, was wir damit meinen, muss man an das Gegenteil denken, also an Inkonsequenz. Wer ist inkonsequent? Wer zuerst A sagt und dann nicht B! Wer etwas androht, und dem Kinde Furcht vor Strafe einjagt und dann doch anders handelt, wer immer wieder herumzukriegen ist und so immer irgendwie mit sich spielen lässt. Außerdem: Wer viele Worte und langes Federlesen macht.
Es ist für die Erziehung von größter Wichtigkeit, dass ein Kind genau weiß, dass ganz bestimmte Gesetze im Familienleben und in der Kinderstube gelten und dass diese Gesetze unverletzbar sind. Dieses Wissen muss als eine gefühlsmäßige Selbstverständlichkeit verankert werden, was zwangsläufig eintritt durch konsequentes Verhalten bei Nichtbeachtung dieser Gesetze.
Macht Konsequenz eine Strafe unumgänglich, genügt es also nicht, durch verbale Zurechtweisung das Kind zur Ordnung zu rufen, was nur im Wiederholungsfalle angezeigt ist, so muss alles getan werden, damit dem Kinde die eigene Verfehlung wirklich bewusst wird.
Ein so genannter „Denkzettel" vielleicht in Form einer Ohrfeige z. B. verfehlt absolut ihren Zweck, wenn sie nur die Aufregung oder Strenge des Vaters oder der Mutter dem Kinde zum Bewusstsein bringt.

Vierte Regel positiver Erziehung

Über die Anwendung von Konsequenz haben wir uns noch mehr zu sagen. Hören Sie zunächst die Hauptregel hierfür:
Erst denke, dann entscheide und verbleibe dabei! Sei gut, aber nicht gutmütig! Setze Grenzen und achte auf Einhaltung! Konsequenz verhütet Härte; Härte nur als Konsequenz taugt in den meisten Fällen nichts!
Vier Regeln, positiver Erziehung kennen wir jetzt, entsprechend der Liebe, der inneren Ruhe, der Logik, der wohlwollenden Bestimmtheit und der Konsequenz, die wir brauchen, um unseren Kindern positive Erzieher, positive Väter und Mütter zu sein.

Die 5. und letzte der wichtigen Grundregeln bezieht sich auf die **gläubige Geduld.**
Auch dieser Begriff spricht für sich selbst: Geduld haben aus Glauben, aus der Gewissheit, dass wir volles Vertrauen haben und Erfolg in unserem positiven Wollen bei der Erziehungsarbeit. Und dies aus zwei Gründen: Einmal, weil wir von unseren Kindern nicht annehmen, dass ausgerechnet aus ihnen Tunichtgute werden, und zweitens aus Einsichten in die Gesetzmäßigkeiten der Entwicklung des Charakters und der Fähigkeiten.
Geduld ist weniger eine Eigenschaft als eine **Fähigkeit**. Ein geduldiger Mensch ist einer, der sich nicht beirren lässt, der vieles ertragen kann, was gegen den Strich geht und nicht die Nerven verliert dabei. Und wo wäre das wohl mehr vonnöten, als gerade bei der Erziehung von Kindern?
Unsere Einsicht in die Entfaltungs- und Entwicklungsvorgänge bezieht sich hierbei vor allem auf die Gesetze des Wachstums. Wir haben Geduld, weil wir wissen, dass unsere Bemühungen nicht vergeblich sind, weil wir wissen, dass sich ein Erfolg nur in Ausnahmefällen augenblicklich zeigt, sondern immer erst dann, wenn der auf das Kind übertragene Einfluss sich so verstärkt und verdichtet hat, dass er das kindliche Denken, Fühlen und Handeln vom Unterbewussten her steuert.
Wenn wir eine Eichel in die Erde stecken, verlangen wir in keinem Falle, dass schon morgen daraus ein Baum wird. Das ist uns absolut natürlich und selbstverständlich. Genau so selbstverständlich muss es uns sein, dass auch unsere Erziehungsmaßnahmen erst immer nach geraumer Zeit Früchte tragen. Ein Kind ist kein Automat, in den man oben einen Groschen einwirft, um unten sofort eine gute Charaktereigenschaft herausnehmen zu können.

Fünfte Regel positiver Erziehung

Die Folgerungen, die sich aus gläubiger Geduld für die Erziehungsarbeit ergeben, umfassen alle Gebiete der Erziehung. Hören wir auch hierzu zunächst die Grundregel:
Habe Vertrauen zum guten Kern deines Kindes und zu den Gesetzen des Wachstums! Die Früchte der Erziehungsarbeit reifen unbemerkt und auch schon in der Zeit, während das Kind noch nicht so handelt, wie es handeln soll. Beweise dein Vertrauen durch gleichmäßiges Weiterschreiten auf dem eingeschlagenen positiven Wege.

Kinder richtig verstehen, heißt die ganze Welt verstehen!

Meine verehrten Leserinnen und Leser! Alles, was wir bisher über positive Erziehung gehört haben, war erst eine Einführung in dieses so hoch wichtige und entscheidende Gebiet. Wie überall in der bewussten Lebensführung richtet sich auch in der Kindererziehung unser ganzes Handeln und Verhalten nach unserer Erfolgsformel: **„Richtigmachen = Erfolg, Falschmachen = Misserfolg!“**
Aber zum Richtigmachen gehört Wissen! Der Umfang des Wissens, das man eigent-

lich hier beherrschen müsste, ist so groß und vielseitig, dass ein mehrjähriges Studium dazu gehört, um es für die Praxis anwendungsreif zu machen. Um so erstaunlicher ist die Tatsache, wie naiv und unvorbereitet die meisten Eltern an die Meisterung der Erziehungsaufgaben herangehen. Für eine große Zahl scheint es völlig zu genügen, wenn man mit der körperlichen Pflege des Säuglings einigermaßen Bescheid weiß, obwohl es auch dabei noch hapert.

Das Problem ist zu ernst und zu schwer wiegend, um daran immer noch weiter mit Scheuklappen vorbeizulaufen. Es ist nun mal so, dass aus den jungen Menschenkindern von heute die Bürger von morgen werden und dass diese Bürger nur dann zu einem friedlichen und harmonischen Beieinanderleben und Zusammenarbeiten kommen, wenn die charakterlichen Qualitäten dazu gegeben sind.
Das aber ist nicht nur eine Sache der Selbsterziehung, sondern ganz wesentlich auch die Frucht einer positiven Kinderstube. Gilt schon für praktische Fähigkeiten das geflügelte Wort: *„Was Hänschen nicht lernt, das lernt Hans nimmermehr“*, so gilt das erst recht für die charakterliche Struktur, an deren Bildung die Jugenderziehung und in Sonderheit die allerfrühste, größten Anteil hat.
Man spricht davon, dass der Mensch im Alter geistig verhärtet und verknöchert und sich dann nicht mehr umstellen kann. Es tritt aber auch schon im Kindesalter eine Verhärtung, zumindest eine Verknorpelung ein, die, falls sie ungünstig ist, später im Leben nur durch große Anstrengungen auszugleichen und zu überwinden ist.
Wurde das Bäumchen erst zum Baum, gibt es oft nur noch ein Brechen. Wir alle sind Beispiele für diese Tatsache. Mancher Wesenszug an uns, manche Eigentümlichkeit gehört heute so selbstverständlich zu unserer Natur, dass wir gar nicht glauben können, ohne sie der Mensch zu sein, der wir sind. Und doch ist diese Eigenheit vielfach nur der Niederschlag der Einflüsse unserer Kindheit. Nur durch den Glauben an eine bewusste Charakterformung rechfertigen sich übrigens alle Lehren zur positiven Erziehung, abgesehen von der Tatsache, dass die gesamte Zivilisation darauf aufbaut, dass eine Veredelung und Vervollkommnung des Menschen möglich ist, und wobei die Kindererziehung ein entscheidendes Glied in der Kette der hierauf abzielenden Bemühungen ist. Im Übrigen ist unsere Selbsterziehung zum positiven Menschen ja auch nur möglich, weil es eben eine bewusste Charakterformung gibt.
Und was bei uns erreichbar ist, das lässt sich am „grünen Holz“ erst recht erreichen, und um so leichter, je besser wir mit dem Wissen um die Gesetzmäßigkeiten der Vorgänge vertraut sind, je klarer wir die Kräfte erkennen, die im Untergrunde des Bewusstseins am Werke sind und die es auf positive Bahnen hinzulenken gilt. Aber gerade hierzu ist ein gründliches Studium erforderlich, das uns eigene Erfahrungen nur zum Teil ersetzen kann.

Der Umfang des Komplexes, den wir eigentlich beherrschen müssten, um in allen Fragen der Erziehung meisterlich zu handeln, geht uns auf, wenn wir wissen: **Kinder richtig verstehen, heißt die ganze Welt verstehen!**
Allein darum ist auch Erziehung eine künstlerische Aufgabe, weil Meisterschaft auch hierbei eine Sache höherer Eingebung ist. Und auch das Geheimnis zur Erschließung der dazu erforderlichen Kräfte und Fähigkeiten ist das Gleiche wie bei jeder Kunst:

das Maß der Liebe! So, wie die Liebe dem Dichter das Innere auftut zu schöpferischer Gestaltungskraft, so erleuchtet die Liebe zum Kinde das Gemüt, wenn es um Weisheit geht! Dennoch ist auch Verstandeswissen nötig, ebenso nötig wie das handwerkliche Können zur Kunst. Es ist das Verbindungsmittel zum Wissen der Seele, der Schlüssel zum Öffnen der inneren Pforte.
Viel wäre hierbei zu sagen über das magische Geheimnis echter Mutterliebe, die in Selbstaufopferung und bedingungsloser Hingabe das Leben der durch sie geborenen Geschöpfe betreut. Diese Liebe beflügelt nicht nur, sondern macht auch hellsichtig und hellhörig, erfühlt nicht nur jede Gefahr, die ihren Schützlingen droht, sondern auch jede Regung ihrer Herzen. Sie sieht dem Kinde an der Nasenspitze an, wenn es anders denkt, als es spricht, liest alle Wünsche von den Augen ab und ahnt jede Sorge und jede Verstimmung, noch bevor ein Wort gesprochen wird.
Dieser Naturinstinkt ging vielen Müttern unserer Tage verloren, nicht zuletzt durch den Lebenskampf und die Unrast der Gegenwart. Aber auch deshalb, und nicht zuletzt, weil durch den Einfluss der Ereignisse die Menschen ganz allgemein oberflächlicher und dadurch liebloser geworden sind.
Die großen Ideale fehlen, um derentwillen wir Liebende sind, Ideale, die das Herz gläubig machen und das Gemüt über die Ratio erheben. Wenn wir es unternehmen, in der Erziehung unserer Kinder das Mögliche möglich zu machen, und wenn es sein muss, uns dazu völlig zu wandeln und umzukrempeln, so folgen wir damit dem Wege aufrichtiger Liebe, den vor uns alle guten Eltern gegangen sind und auf dem uns echte Mutterliebe das erhabene Vorbild ist. Und wenn es uns schwer fallen will, die Erziehung unserer Kinder wirklich positiv zu gestalten, so lassen Sie uns aufmerksam in das Antlitz unserer Kinder schauen und auf Herz und Nieren prüfen, wo es bei ihnen fehlt, was wir an ihnen auszusetzen haben und was unbedingt besser sein müsste und besser sein könnte, wenn wir nicht trotz bester Bemühungen, in vielen Punkten versagt hätten.
Das Wesen unserer Kinder offenbart uns, wie wir selbst sind, enthüllt uns schonungslos und unbarmherzig, wo es bei uns nicht stimmt, ist das Spiegelbild unserer ganzen Persönlichkeit und nur in Ausnahmefällen haben wir das Recht, uns schuldlos zu wissen!
Dort allein, wo entweder ein Fall von Entartung vorliegt oder ein störender Faktor verhinderte, dass wir uns behaupten und durchsetzen konnten. Lassen Sie uns immer wieder von Neuem der **Verantwortung** bewusst werden, die wir tragen und uns ernsthaft vornehmen, in Zukunft die Schäden auszugleichen, die unsere Gedankenlosigkeit und Unbedachtsamkeit und vielleicht auch unsere Selbstsucht bislang schon angerichtet haben.
Es muss jeder Mutter und jedem Vater abgesprochen werden, dass sie ihre Kinder wirklich lieben, wenn sie hieraus keine Konsequenzen ziehen. Wenn äußere materielle Erfolge nur erreichbar sind über eine Wandlung des eigenen Wesens, so kann man sich davor drücken, wenn man die dazu erforderliche Arbeit am eigenen Ich nicht leisten will. Nicht aber ist es so bei der Verantwortung, die man für die Lebenstüchtigung und das Glück seiner Kinder trägt. Wir sagten eingangs: Erziehungsfragen sind immer sehr ernste Fragen.
Es ist wirklich so, meine verehrten Leser und Leserinnen, denn wenn die Entwick-

lung unserer Kinder so sehr von unserem Verhalten abhängt, wie es die Gesetzmäßigkeiten in der Charakter- und Seelenentwicklung beweisen, dann beladen wir uns mit einer nicht wieder gut zu machenden schweren Schuld, wenn wir nicht danach handeln.

Wir haben uns bereits im 5. Teil des Erfolgs-Systems mit der Charakterbildung beim Kinde beschäftigt, als wir über die Macht der Gewohnheit sprachen. Wir hörten dort: ***„Jede Handlung, wie überhaupt jeder Vorgang im Körper hat nach bestimmten Gesetzen das Bestreben, sich stets unter gleichen Bedingungen zu wiederholen und wiederholt sich gewohnheitsmäßig bestimmt, wenn er eine gewisse Zeitlang in gleicher Weise eingetreten ist.“***
Dieses **Gesetz der Gewohnheit** (vgl. 16. Denkgesetz) spielt in der ganzen Erziehung eine hervorragende Rolle. Es bietet die Möglichkeit, die Tätigkeit der Körperorgane ebenso zu beeinflussen und im weiten Umfange willkürlich zu bestimmen, wie den Organismus des Geistes und der Seele.
Das geht so weit, dass dadurch der Mensch nahezu ein Automat werden kann, wie es z. B. der Drill auf dem Kasernenhof bewiesen hat, und wie es die Verfassung vieler Menschen beweist, die durch die Auswirkung dieses Gesetzes so hochgradig gehemmt sind, dass sie überall versagen und zu nichts zu gebrauchen sind, ohne dabei aber organisch belastet zu sein.
Aus diesem Grunde kann man auch ein Kind total verziehen, wenn bewusst oder unbewusst das Gesetz der Gewohnheit negativ angewandt wird, insbesondere in solchen Fällen, wo die Gesamtanlage eines Kindes hierfür inkliniert, wo also z. B. Organe des Gehirns, die zur Entwicklung eines klaren, selbständigen Geistes unerlässlich sind, durch Erbeinflüsse und Wachstumshemmungen so mangelhaft arbeiten, dass sich dem Einfluss von außen kein Widerstand entgegensetzt. Es ist notwendig, dass wir zum Verstehen der hier obwaltenden Gesetzmäßigkeiten das Endziel aller erzieherischen Maßnahmen vor Augen haben.
Das Endziel ist nicht der „gut erzogene Junge“ und das „gut erzogene Mädel“, sondern die positiv im Leben stehende, selbst verantwortliche, freie Persönlichkeit.
Wir stellten schon heraus, dass die Ahnung der Freiheit als höchstes Glück des Menschseins jedem menschlichen Wesen eingeboren ist. Wohlverstanden: nicht dem körperlichen Menschen, sondern der im Körper tätigen Kraft, die sein Lebendigsein als Menschenwesen bewirkt. Es ist eine Frage der Entwicklung, richtiger der Entfaltung, wieweit es dieser Kraft, also der Seele, gelingt, sich vermittels des Körpers in den Besitz dieser Freiheit zu setzen. Entscheidend ist dabei, ob es die Organe des Körpers entwicklungsmäßig zulassen, dass dieses Ziel erreicht wird.
Und das ist die Hauptaufgabe der Erziehung, dass wir es erreichen, durch geschickte Lenkung der Betätigung der Seelenkraft im Körper vornehmlich die Organe in Funktion zu bringen und durch Übung zu kräftigen, mit deren Hilfe die Seele, die zur Freiheit unerlässliche Selbstbewusstwerdung zuwege bringen kann.
Dass unsere Bemühungen hierbei besonders sorgfältig und feinfühlig sein müssen, wenn wir bei unseren Kindern in dieser Richtung Schwächen feststellen, versteht sich von selbst. Zugleich beweisen diese Überlegungen, dass unsere Maßnahmen immer zugleich zwei Punkte klar im Auge haben müssen:

Erstens, dass wir positive Gewohnheiten schaffen, und zweitens, dass wir immer auf dem Sprung sind, dem Aufkeimen selbständiger Regungen im Kinde beständig neue Nahrung zu geben.

Es gibt wundervoll erzogene Kinder, mit denen eitle Eltern bei jeder Gelegenheit Staat machen und die im Grunde genommen doch Nieten sind, weil die Erziehungsmethoden dieser Eltern entscheidende geistige Impulse bewusst kleingehalten haben, natürlich in Verkennung der Zusammenhänge und im guten Glauben, dass sie es richtig machten. Trotzdem war es aber falsch, denn es kommt ja nicht darauf an, dass ein Kind nur artig und sittsam ist, sondern ein wirklicher, vollwertiger Mensch wird.

Erneut zeigt sich hier, dass Erziehung wirklich die schwerste aller Künste ist, denn es gehört ein außerordentlich hohes Maß von seelischem Feingefühl dazu, um die Regungen der kindlichen Seele richtig zu deuten, und es ist durchaus nicht immer Unart, wenn ein Kind z. B. ungehorsam und eigenwillig ist. Wer die Seele des Kindes versteht, weiß, dass viele dieser kleinen Geschöpfe in einem beständigen Kampfe mit ihren unvernünftigen Eltern und mit der ganzen Umwelt liegen, der uns Erwachsenen die Nervenkraft zerstören würde, wären wir in einer ähnlichen Lage.

Zum Glück ist das Freiheitsstreben des Kindes ein unbewusstes und nur darum dieser Kampf überhaupt erträglich. Wollen wir das begreifen, so müssen wir an die auch uns Erwachsene aus dem Unbewussten treibenden und quälenden Kräfte denken, die nicht nur in einem, sondern in hundert Fällen zu Handlungen und Reaktionen treiben, die wir weder gutheißen noch überhaupt wollen. Anstatt darüber böse zu sein und zu schimpfen, sollten wir uns über die Eigenwilligkeit unserer Kinder lieber freuen, denn sie ist ein klarer Beweis dafür, dass wir Hoffnungen auf sie setzen dürfen, dies allerdings in der Voraussetzung, dass wir es verstehen, die sich äußernden Kräfte so zu lenken und zu steuern, dass sie zu Zugpferden auf dem Wege zum angestrebten Ziele werden.

Ein Kind, dessen Dummheiten und Tollheiten uns schier zur Verzweiflung zu bringen drohen, kann sich bei positiver Führung ins genaue Gegenteil verwandeln, dies aber nicht, indem wir es nur in Schach halten, sondern indem wir den Kräften, die sich in ihm „austoben", positive Betätigungsmöglichkeiten schaffen. Man muss dabei vor Augen haben, dass auch schon für die Seele des Kindes das Erwachen zum Leben einen ganz klaren Zweck hat, dass also der Äußerung der Lebenskräfte ein Sinn zugrunde liegt, und der auf keinen Fall darin besteht, nur lediglich das Licht der Welt erblickt zu haben und dann auf das Erleben des Daseins zu verzichten. Es ist genau so wie bei jeder Kreatur: Es treibt die gleiche Kraft, die die Lerche jubilieren lässt und das Fohlen auf der Weide zu tollkühnen Sprüngen verleitet.

Es ist die Lust, die Freude am Dasein, die das Geschöpf beherrscht und die ihre Gegenwart niemals in der Ruhe, sondern ausschließlich in der Bewegung, im Tätigsein Erlebnis werden lässt.

Und es ist auch die gleiche Kraft, die uns Große treibt, nur, dass wir durch die bereits erlangte Reife diesen Lebensdrang auf anderen Ebenen erleben und fähig geworden sind, ihn unter Kontrolle zu halten und in solche Bahnen zu lenken, wo er sich schöpferisch auswirken kann.

Glücklich darum, wessen Kinder Lebendigkeit und Temperament entwickeln, immer

bereit sind zum Tollen und Spaßen, ganz zu schweigen von der Tatsache, dass sich darin auch körperliches Wohlbefinden erweist. Das hat gar nichts zu tun mit negativen Eigenschaften, sondern allein mit der Lebenslust und dem Lebenswillen, und es ist nur eine Frage positiver Führung, um auch in solchen Kindern folgsame Kinder zu haben.

Wir können nicht von Liebe zu unseren Kindern reden, wenn wir nicht bereit sind, sie glücklich zu sehen. Darin aber besteht ja gerade das Glück des Kindes, dass es sich wohl fühlt in seiner Haut, dass es nicht nur gezwungenermaßen, sondern von Herzen gern unser Kind ist, dass es um seine Daseinsberechtigung nicht mit uns zu kämpfen braucht, was immerfort der Fall ist, wenn wir ihm schon die geringste Äußerung von Lebenslust verargen und verübeln, wenn wir es als Störenfried empfinden, wo es obendrein weder das Bewusstsein noch die Absicht hat, ein Störenfried zu sein.

Das Kind kann zwar nicht denken in unserem Sinne, was ihm unvernünftige Eltern nur zu gerne andichten, aber es kann fühlen, und es fühlt durchaus und ganz genau, wenn es, anstatt ein Mensch zu sein, nur ein Gefangener der bösen Erwachsenen ist. Ist der Lebenswille stark, so rebelliert es hiergegen und rüttelt an den Gitterstäben seines Gefängnisses wie jede von den Menschen aus ihrem natürlichen Lebensrhythmus gewaltsam herausgerissene Kreatur, oder, um es weniger scharf zu sagen, wie ein Singvogel, den wir in einen Käfig sperren, und es kommt nur auf das Maß an Lebenskraft an, wie sehr er sich dagegen wehrt oder wie lange es dauert, bis er an dieser Unfreiwilligkeit zugrunde geht.

Wir haben also ernsthaft zu prüfen, ob die vielen Verbotstafeln, die wir unseren Kindern bislang aufgerichtet haben und die wir zu respektieren verlangen, nicht in Wahrheit Unmenschlichkeiten darstellen, und nicht, wie wir es glauben, dem Wohle des Kindes, sondern nur unserer Bequemlichkeit und nervösen Empfindlichkeit und unserem Egoismus dienen.

Wie können wir verlangen, dass sich unsere Kinder in einem fort nur nach unseren Launen und Wünschen richten? Wir müssen wohl überlegen, und genau so wie uns, auch Ihnen ein gutes Maß an Daseinsfreude einräumen. Das bewirkt aber nicht eine Vergoldung ihres Käfigs, die dem Kinde absolut gleichgültig ist, weil ja seinem Lebensrhythmus andere Wertmaßstäbe zugrunde liegen als uns Erwachsenen, sondern allein das Eingehen auf die Eigengesetzlichkeit der kindlichen Natur. Das alles schafft einen grundsätzlichen Standpunkt, den wir unseren Kindern gegenüber einnehmen müssen und der von höherer Warte aus allein tragbar ist.

Wir müssen unsere Kinder ernst nehmen und die Achtung vor der Würde der menschlichen Person auch Ihnen gegenüber gelten lassen.

Die Konsequenzen, die sich hieraus ergeben, erstrecken sich auf jede unbedachte Handlung unseren Kindern gegenüber, ja, auf jedes unbedachte Wort, das durch Verärgerung oder Aufregung unserem Munde entschlüpft, denn immer treffen wir damit nicht nur unser Fleisch und Blut, sondern zugleich die Seele des Kindes, die durchaus nicht unser alleiniges Eigentum ist, sondern uns nur zu treuer Fürsorge übergeben wurde.

Dass man eine solche Wandlung seines Standpunktes nur befürworten und anerkennen wird, wenn man mit seiner Welt- und Lebensbetrachtung auf geistig-religiösem

Boden steht, bedarf keiner Frage. Wer den Schöpfer leugnet, leugnet zwangsläufig auch sein Geschöpf. Darum steht und fällt eine wahrhaft positive Kindererziehung auch mit unserer sonstigen Haltung Welt und Leben gegenüber. Man kann unmöglich auf der einen Seite die Daseinswerte des höheren Menschen verleugnen und sie gleichzeitig bei der Erziehung seiner Kinder zur Anwendung bringen wollen. Alles wäre dann nur Mache, und das aus Gründen eines positiven Einflusses unerlässliche Fluidum käme nicht zustande.

Tatsache ist, dass dieser Widerspruch aber vielfach besteht. Man bemüht sich, sein Kind zur Aufrichtigkeit und Ehrlichkeit zu erziehen, während man selber verlogen und unehrlich ist. Man glaubt, das Kind verspüre nichts von diesem Widerspruch und werde davon nicht beeindruckt.

Wenn wir sagen, dass das Beispiel der beste Lehrmeister ist, so bezieht sich das nicht nur auf die dem Kinde objektiv erlebbaren Handlungen, sondern ebenso sehr und noch stärker auf alles, was unsere eigenen seelischen Regungen betrifft, in die das Kind ebenso eingeschaltet ist, wie in die Welt der Gegenstände, die es umgeben.

Es ist vollkommen falsch, wenn man glaubt, dass man sein Innenleben vor dem Kinde verbergen könnte. Alle Theaterspielerei ist fehl am Platze. Es gibt keine Täuschungskunst, hierbei. Die Sensibilität des Kindes, von der es so lange abhängig ist, wie es sich nicht mit den Gedanken der Erwachsenen in seiner Welt zurechtzufinden vermag, ist so hochgradig, dass davon das Schwingen seines Unbewussten beständig beeinflusst wird.

In manchem Falle geht das so weit, dass ein Kind in seinem Bettchen keine Ruhe findet, wenn z. B. die Mutter in Unruhe ist. Es ist also vorauszusetzen, dass wir immerfort nicht nur äußerlich, sondern auch seelisch auf unsere Kinder einwirken, und der Gesamteinfluss unseres Innenlebens wird dadurch entweder negativ oder positiv sein. Hier zeigt sich schon eine der Konsequenzen, die sich aus der Veränderung des Standpunktes ergeben.

Wir können nicht erwarten, dass sich unter unserem Einfluss ein harmonisches, liebenswertes Kind entwickelt, wenn wir selbst nicht liebenswert und harmonisch sind. Wissen wir das, so bleibt uns also gar nichts anderes übrig, als uns zu wandeln!

Wenn von unglücklichen Ehen die Rede ist, so gilt das zweite Wort immer gleich den Kindern: Wie sehr die armen Wesen zu bedauern wären, weil Vater und Mutter sich nicht verständen usw. Man trifft damit durchaus den Kern, nur dass man längst noch nicht weit genug geht, denn man hat ja bei solchen Äußerungen immer mehr die Gegenwartssituation der Kinder vor Augen und nicht die Auswirkungen der Disharmonie für das ganze zukünftige Leben.

Man darf sich nicht der Täuschung hingeben, dass man Kinder durch Zärtlichkeiten, Beschwichtigungen und Ablenkungen für das objektive Geschehen sozusagen blind machen kann. Das ist nur eine Scheinblindheit. Die Tiefenwirkung des seelischen Einflusses wird davon nicht berührt.

Die Macht des Gedankens ist aus diesen Gründen auch in der Kindererziehung ein außerordentlich wichtiger Faktor, und um so entscheidender, je jünger das Kind ist.

Hier hinein spielt auch das Problem der vorgeburtlichen Erziehung. Man kann nicht erwarten, dass ein harmonisches, ruhiges Kind im Mutterleibe heranwächst, wenn sich während der Schwangerschaftszeit die Mutter in dauernder Sorge und Aufregung befindet. Nicht nur für die nervöse Verfassung spielt das eine Rolle, sondern auch schon für die charakterliche Artung. Ein Kind, dessen Geburt nicht mit größter Herzlichkeit und Zärtlichkeit erwartet wird, kann unmöglich ein Geschöpf der Liebe sein.
Wie stark das Seelenleben der Mutter die Leibesfrucht zu beeinflussen vermag, zeigen die Fälle, wo durch Angst, Wahn oder Schreck sogar anatomische Veränderungen der Leibesfrucht hervorgerufen wurden. Feinfühlige Menschen haben es darum auch schon immer für richtig gehalten, von einer Schwangeren alles Bedrückende, Unliebsame und Disharmonische fernzuhalten und ihr möglichst eine Umgebung zu schaffen, die nur idealen Vorstellungen Nahrung gibt. Allerdings ist das erst die halbe Wahrheit für positive vorgeburtliche Erziehungseinflüsse, denn was das Leben und der Daseinskampf brauchen, sind ja nicht nur harmonische und schöne Menschen, sondern zugleich charakterstarke Naturen. Da entsteht der richtige vorgeburtliche Einfluss, wo man aufrecht und mit Herz im Leben steht und gerade dadurch auch erreicht, dass disharmonische Einflüsse der Außenwelt die eigene Seele nicht in Unordnung zu bringen vermögen.
Die einfache Formel gilt: Wie du selber denkst und empfindest, so beeinflusst du dein Kind!
Hieraus erwächst nicht nur für die Mutter, sondern auch für den Vater eine verpflichtende Aufgabe, denn zu einem bedeutenden Teil liegt es ja auch an ihm, wie das Seelenleben der Mutter schwingt. Er wird deshalb dafür sorgen, dass der Kraftstrom der positiven Lebenseinstellung beständig neue Nahrung erhält, nicht zuletzt dadurch, dass die Grundsätze zur „Vergoldung des Alltags“, wie wir sie im „ Erfolgs-System“ kennen lernen, praktisch gelebt und verwirklicht werden.
Wie man sieht, meine verehrten Leser und Leserinnen spielt hier die Erziehung unserer Kinder unmittelbar in das Hauptproblem eines glücklichen Familienlebens hinein: Die Harmonie der Geschlechter und das Verstehen zwischen Mann und Frau! Ein positives Leben ist undenkbar, ohne auch hierbei zu einer beide Teile befriedigenden Klärung zu kommen. **Ohne ein glückliches Familienleben gibt es auch keine wirklich glückliche Kinderstube.**

Das Verstehen zwischen Mann und Frau hat besondere Bedeutung für die Einheitlichkeit der Erziehung, die unbedingt gewährleistet sein muss. Aus diesem Grunde ist im Interesse der Kinder auch dringend zu wünschen, dass beide Eltern den schwer wiegenden Fragen, die das Erziehungsproblem aufwirft, erkenntnismäßig auf den Grund zu kommen versuchen, was verlangt, dass man sich immer wieder von Neuem darüber ausspricht, und zwar nicht vom Standpunkt des Rechthabens, wie es leider oft geschieht, sondern allein vom Standpunkte des Wohles der Kinder.
Man muss sich darüber klar sein, dass nicht der gute Wille, sondern Naturgesetze bestimmen, in deren Anerkennung und Beachtung man vollkommen einer Meinung werden muss.
Ist das geistige Fassungsvermögen unterschiedlich, so müssen Mitgefühl und Ver-

ständnis dafür sorgen, dass diese Lücke ausgeglichen wird. Auf keinen Fall dürfen grundsätzliche Unterschiede in den Meinungen bestehen, wenn es um Konsequenzen geht, und auch hierbei ist der Gefühlseinfluss von entscheidender Bedeutung. **Das Kind muss also fühlen, dass Vater und Mutter einer Meinung sind.** Ist dieses Gefühl nicht vorhanden, so kann auch in ihm keine einheitliche Willensrichtung aufkommen und dabei kommt es dann sehr darauf an, von welcher Seite der stärkere Einfluss ausgeht, der es zwingt, sich unterzuordnen.
Die kluge Erziehung wird stets auf eine positive Fügsamkeit des Kindes hinzielen, die völlig zwanglos als Selbstverständlichkeit auftritt, wenn die Anordnungen des Vaters oder der Mutter immer von vornherein die beiderseitige selbstverständliche Billigung finden. Anstatt sich gegenseitig den erzieherischen Einfluss zu schmälern, muss das Handeln darauf hinauslaufen, den beiderseitigen Einfluss zu stärken.
Das Erziehungsproblem ist, was den unerlässlichen persönlichen Einfluss betrifft, ein **Autoritätsproblem**. Die Eltern untergraben einander gegenseitig ihre Autorität, wenn sie in Erziehungsfragen widersprechender Meinung sind; am schlimmsten natürlich, wenn das Kind nicht nur gefühlsmäßig, sondern auch ganz offensichtlich zum Zeugen dieser Meinungsverschiedenheiten wird.
Zwei mächtige Gefühle ringen im Erwachsenen wie im Kinde miteinander beständig um die Vorherrschaft, solange der Kampf durch höhere Einsicht nicht zugunsten des edlen Gefühles entschieden wurde: Liebe und Hass und als die Ausstrahlung dieser Gegenpole: Sympathie und Antipathie.

Wir forderten, dass wir unsere Kinder ernst nehmen müssten. Das bezieht sich gerade auch hierauf. Wir müssen also voraussetzen, dass auch im Kinde genau so wie im Erwachsenen diese beiden Gefühle beständig miteinander im Kampfe liegen, und zwar als ein Phänomen mit Wurzeln in den tiefsten Urgrund der Menschheit.
Wir müssen ihm also uneingeschränkt zubilligen, dass es ebenso liebt, wie es hassen kann, und die Konzession, die wir ihm dabei machen, muss noch viel weiter gehen als bei irgendeinem erwachsenen Menschen, deshalb nämlich, weil es ja noch in keiner Weise in der Lage ist, zwischen der Richtigkeit bzw. Berechtigung der Vorherrschaft des einen oder anderen Gefühls objektiv zu unterscheiden. Es empfindet einfach Liebe oder Hass oder in milderen Formen: Sympathie oder Antipathie. Dass diese Empfindungen Menschen und auch Dingen gegenüber entstehen, ist auf die Erlebnisse zurückzuführen, die es mit ihnen hat.
Man kann sagen: Von diesen Erlebnissen entstehen im Kinde Erinnerungsbilder, die je nach ihrer Aufladung mit anziehenden oder abstoßenden Kräften Gefühle der Sympathie oder Antipathie entstehen lassen. Man kann sich, wenn man das weiß, sehr leicht vorstellen, wieso es kommt, dass ein Kind den Vater manchmal mehr liebt als die Mutter oder umgekehrt, wozu außerdem noch zu wissen ist, dass nicht nur die Erlebnisse sich fixieren, die unmittelbar mit seinem eigenen Leben im Zusammenhang stehen, sondern auch alle anderen, mit denen es Fühlung hat.
Sympathie oder Antipathie gegenüber dem Vater entsteht z. B. auch dann, wenn das Kind Zeuge wird, wenn zwischen dem Vater und der Mutter oder den Geschwistern sich etwas abspielt, was angenehme oder unangenehme Gefühlswellen ausstrahlt. Immer befindet sich das Kind mittendrin in dieser Strahlung, mag es auch so scheinen, als ob es unbeteiligt sei.

Es ist immer beteiligt, und zwar nicht erst im Kleinkindalter, sondern schon in der Wiege. Es ist wie ein Empfangsgerät für elektrische Wellen, nur mit dem Unterschied, dass die aufgenommenen Wellen nicht sämtlich gleich wieder abgestrahlt werden, sondern sich erst verdichten und konservieren, und das gilt außerdem nicht nur für gefühlsbetonte Niederschläge, sondern grundsätzlich für alle Eindrücke der Außenwelt. Wie sollte es auch anders sein, damit sich aus dem zuerst völlig unwissenden Geschöpf ein Wesen entwickelt, mit dem wir uns in unserer Muttersprache unterhalten können. Sicher ist es richtig, dass es mit unserer Hilfe sprechen lernt, doch die dazu erforderliche Vorarbeit begann schon längst, bevor wir daran dachten, dass es plappern könne. Sie begann mit dem ersten Tage seiner Anwesenheit in unserem Lebenskreise, also viel früher noch, bevor es noch sehen und hören konnte, und mit diesem Tage beginnt nach dem vorangegangenen vorgeburtlichen Seeleneinfluss der Mutter auch schon die Erziehung des Kindes.
Jeder liebenden Mutter und jedem liebenden Vater ist das Kind immer wieder von Neuem ein großes Wunder, wenn man erlebt, wie aus dem zunächst krebsroten, strampelnden Schreihälschen mit seinen noch unentwickelten Formen in wenigen Monaten und Jahren ein bildschönes, herziges Kind werden kann, ohne dass man mit Ausnahme der Ernährung und Körperpflege viel dazu tut. Und doch geschieht eine Unmenge von unserer Seite, wie wir nun erkennen, und wie das Kind durch unser Zutun körperlich ins Dasein tritt, so erblickt es auch seelisch das Licht der Welt durch unseren Einfluss. Und wenn die Seele durch die körperlichen Augen Welt und Leben sehen lernt, so zunächst in der Art, wie wir selber unsere Sinne gebrauchen.
Dass sich dieser Rhythmus im Fortlauf der Entwicklung später verschiebt und der Eigengesetzlichkeit des Kindes folgt, darf kein Grund sein, um uns von der Schuld für das Missraten eines Kindes zu entbinden, es sei denn, dass wir bei der Frage nach der Schuld auch den Einfluss unseres Wesens im frühesten Kindesalter in die Pflichterfüllung einrechnen, die wir dem Kinde gegenüber haben. Wer aber könnte da mit reinem Gewissen jede Schuld von sich weisen, nachdem er nun weiß, auf welchem Wege sich das Wesen des Kindes bildet und die Bewusstwerdung seiner Seele erfolgt?

Nicht die bewusst werdenden Erziehungssünden wiegen allein schwer, sondern ebenso und viel, viel mehr noch die unbewussten, die wir in Unkenntnis begehen, und wobei die schlimmsten nicht die wenigen großen Sünden sind, sondern die fortlaufende Kette der vielen, vielen kleinen Sünden, die vielen kleinen Unachtsamkeiten und Gedankenlosigkeiten, die man sich zuschulden kommen lässt, und meist nur aus mangelnder Aufmerksamkeit und Bequemlichkeit. Sie sind der stete Tropfen, der den Stein höhlt und mit vorauszusehender Sicherheit einer möglichen Entartung Vorschub leistet.
Der missratene Sohn übersetzt nur ins Große, was sich schon beim Söhnchen durch unsere Unachtsamkeit anbahnte, spiegelt nur zurück, was sich von seinen frühesten Tagen an in seine Seele hineinspiegelte, und weil wir versäumten, seiner unguten Veranlagung zielbewusst einen Wall zu bauen, weil wir ihn als Kind nicht ernst genug nahmen und in dem Wahn lebten, nur unser eigen Fleisch vor uns zu haben.
Dass sich Kindesliebe in Gleichgültigkeit und Nichtachtung der Eltern, ja, in einzel-

nen Fällen sogar in Gegnerschaft verwandelte, hat weniger im Oberbewusstsein als im Unterbewusstsein seine Ursache, und vielfach bildet sich da die alleinige Ursache mangelnder Folgsamkeit. Der seelische Kontakt ging verloren und damit auch die Autorität. Die negativen Gefühlseinflüsse verdichteten sich derart, dass Gehorsam zum Widerwillen wurde. Selbst härteste Strafe verfehlt hier ihren Zweck, da der Grund ganz woanders liegt.

Mit solchen Kindern wird man einfach nicht mehr fertig, es sei denn, man sucht die Schuld dort, wo sie wirklich liegt: im eigenen Versagen, in der Disharmonie der Familie zum Beispiel, im Machtkampf zwischen Mann und Frau, in dem Widerspruch zwischen dem negativen Beispiel, das wir durch unsere Lebensführung geben und den Anforderungen, die wir an den Gehorsam und die Lebensart unserer Kinder stellen, und nicht zuletzt in dem mangelnden Verständnis für die Wünsche und Interessen des Kindes und sein Verlangen nach Lebensharmonie und Glück.
Dort liegt die Schuld und erst zuletzt beim Kinde selbst, wenn überhaupt. Wo das Heilmittel liegt, um eine Wende zum Positiven herbeizuführen, ergibt sich daraus von selbst: Ein Umbau in der Seele des Kindes muss stattfinden, eine vollkommene Umstimmung im Unbewussten. Wie aber könnte das möglich sein ohne eine Änderung unseres eigenen Wesens, ohne Konsequenzen für unsere ganze Lebensführung, für unsere Ehe, für das ganze Leben in der Familie? Sicherlich ist das viel verlangt, denn nur zu oft wandelt der dauernde Kampf um die Besserung des Charakters, der die Nerven zermürbt und in nicht wenigen Fällen das ganze Lebensglück zu zerstören droht, auch bei den Eltern, die erst so große Liebe um in gefühlsmäßige Abneigung, wenn man sich das auch nicht selber eingesteht.
Und nun bei sich selbst auch noch die Hauptschuld suchen? Hiergegen wehrt sich das Gefühl, aber doch muss es sein, oder wir müssen aufgeben und die Schuld bis ans Ende unserer Tage tragen. Hier besteht ein Widerspruch: Einerseits glaubt man in seinem Kinde ganz und gar sein Eigentum zu sehen, andererseits empfindet man bei seiner Entartung etwas Fremdes, das man abzustoßen versucht, wenn es nicht hören will, und schließlich ist man froh, wenn es den Kampf mit dem Dasein aus eigener Kraft beginnt. Gar zu leicht zerreißen die Bande des Herzens bei solcher Einstellung, obwohl auch in vielen verzweifelten Fällen noch Hoffnung besteht.
Was für die charakterliche Artung gilt, das gilt auch für die geistige Entfaltung: Oh, wüssten doch die Eltern, wie sehr sie selber daran schuld sind, dass ihre Kinder in der Schule versagen, an Hemmungen leiden und so wenig Lebenstüchtigkeit entwickeln.
Es ist so einfach, z. B. mangelnde Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnisschwäche auf mangelnde Begabung oder Funktionsstörungen im Drüsensystem zurückzuführen. Es besteht kein Zweifel, dass dies die Ursache für einen erheblichen Prozentsatz geistiger Minderleistungen ist, doch ebenso schwer wiegt das Versagen der Erziehung, wobei neben psychologischen Techniken auch wieder seelische Einflüsse eine Hauptrolle spielen.

Meine verehrte Leserin mein verehrter Leser, wir nähern uns nun dem Ende dieses Kapitels. Es bedarf keiner Frage, dass wir mit den Hinweisen zur positiven Erziehung erst einen winzigen Bruchteil des Erkennens freigelegt haben, dem wir uns im

Interesse unserer Kinder verbunden fühlen müssen. Doch es wird genügen, um in diesem Sinne jede Lehre des Erfolgssystems zu prüfen, in welcher Form und wie weit wir sie der positiven Einstellung zu unseren Kindern nutzbar machen können. Und die wichtigste Erkenntnis, die aus allen Betrachtungen zu diesem Thema hervorgeht, ist wohl die, dass wir das Werden des Menschen und sein Aufwachsen im Elternhaus mit ganz anderen Augen ansehen müssen, als das zumeist geschieht, und dass uns schwere Schuld trifft, wenn den Fragen der Erziehung nur so viel Interesse entgegengebracht wird, wie es uns selber genehm ist.

Viele Eltern befinden sich heute in einem wahrhaft verzweifelten Ringen um die Seelen ihrer Kinder. Ursache hierfür sind die großen Krisen unserer Zeit, die auf die Entwicklung vieler Jugendlicher nicht ohne Einfluss geblieben sind. Allen voran die Krise des Vertrauens von Mensch zu Mensch und zu einer gerechten Ordnung im menschlichen Dasein.

Die Stellung des Menschen in Welt und Leben dünkt ganz und gar fragwürdig geworden. Dies aber nicht, weil neuartige philosophische Betrachtungsweisen das wahrhaben wollen, sondern, weil ja tatsächlich alles drunter und drüber geht in der Welt und auf nichts mehr Verlass zu sein scheint, was ehedem unverrückbares Gesetz war.

Doch es ist nicht positiv, diesen Pessimismus zu teilen, vielmehr glauben wir, dass alles nur Vorbereitung ist zu Neuem und Besserem. Aber diese Gärung kann viel Schaden anrichten, wenn ihr der Mensch in Unwissenheit ausgeliefert ist. Die Kräfte der negativen Beeinflussung sind ungeheuer stark und können den besten Kern zum Kränkeln bringen. Um das zu vermeiden, müssen wir heute schon so denken, fühlen und handeln lernen, wie das nach der Zeit des Überganges in eine bessere Periode der Fall sein wird. Und zu dieser positiven Lebensart müssen wir vor allem auch unsere Kinder erziehen, nicht zuletzt deshalb, weil sie es ja sind, die unsere Zukunft sind!

Wer seine Kinder positiv erzieht, der erweist ihnen wahrlich den besten Dienst, den er ihnen leisten kann. Was dabei von den Eltern verlangt wird, ist gewiss nicht leicht, aber wie wir wissen, dienen wir damit in einem ganz ungewöhnlichen Ausmaß auch unserem eigenen Lebensglück. Es lohnt sich also, auch in der Kindererziehung ganz und gar positiv zu sein.

„Die Erziehungskunst muss wesentlich und in allen ihren Teilen zu einer Wissenschaft erhoben werden, die aus der tiefsten Kenntnis der Menschennatur hervorgeht und auf sie gebaut werden muss." (Pestalozzi)

XVII. Teil
Die Harmonisierung des Alltags
Vom positiven Erleben des Daseins durch den richtigen geistigen Standort

„Richtig zu leben ist eine doppelte Kunst: eine des Herzens und eine der Vernunft!“

Der Alltag hat noch eine andere Seite als die des reinen Erfolgs-Strebens. Dort, wo wir mit Goethe sagen können: ***„Hier bin ich Mensch, hier darf ich´s sein!"*** Wo die positive Lebensführung umschaltet auf das persönliche Lebensglück im Kreise der Familie, im Kreise der Freunde und geneigter Mitmenschen. Wo wir also ganz **privat** sein können, ungeachtet der Stürme, die es sonst zu bestehen gilt.

Im Laufe unserer Erfolgsüberlegungen haben wir uns schon wiederholt mit diesem persönlichen Glück beschäftigt. Nun, da wir unser Blickfeld für die Gesetzmäßigkeiten des Daseins schon so erweitert haben, dass wir wissen, wie groß unser Einfluss auf den Ablauf des Lebens sein kann, wenn wir es nur verstehen, das Gesetz von Ursache und Wirkung genügend zu berücksichtigen, wollen wir diese Seite des ganz privaten Daseins so gestalten lernen, dass sich daraus eine weitgehende Harmonisierung, ja, eine Vergoldung des Alltags ergibt.

Da diese Harmonisierung von den Werten des Herzens bestimmt wird, werden wir in den dazu aufklingenden Gedankengängen dem Gemüt den Vorrang einräumen. Wir sind sicher, dass wir damit nicht den Tonfall des engherzigen Ichmenschen treffen. Doch was kommt es darauf an, da dieser beim Streben nach Erfolg ja sowieso nur an Äußerlichkeiten denkt.

Zugegeben, dass der Daseinskampf in dieser Entwicklungsepoche der Menschheit nicht viel Raum lässt für praktischen Idealismus, dass immer wieder hart im Raume sich die Sachen stoßen, wenn auch noch so friedlich die Gedanken beieinander wohnen, so müssen wir doch unser Möglichstes tun, um auch der Würde des Menschen gerecht zu werden. Wie aber wäre das möglich ohne Idealismus?

Dass Idealisten durchaus keine Träumer und Phantasten zu sein brauchen, beweist unsere Lehre vom positiven Leben. Aber es ist so, dass sich Idealismus auf vielen Gebieten nur behaupten kann, wenn er neben dem guten Herzen zugleich auch dem Wissen um die menschlichen Schwächen und Abhängigkeiten Gehör schenkt.

Das erhabene Wort**: *„Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!"*** ist die Zielsetzung des größten Idealismus aller Zeiten und das vollkommenste Gebot wahrer Menschlichkeit. Würde es ernsthaft gelebt, gäbe es weder Krieg noch Not unter den Menschen. Das weiß jeder und muss jeder bejahen. Trotzdem ist aber genau das Gegenteil am Wirken und es besteht auch vorläufig keine Aussicht, dass sich dieser Zustand ändern könnte. Aber warum eigentlich, wo doch der größte Teil der Menschheit dadurch endlich frei würde von allen Folgen des Bösen?

Die Antwort vieler und durchaus nicht beschränkter Köpfe lautet: ***„Weil es nicht möglich ist, dieses Gebot in die Praxis umzusetzen, weil alle, die das tun, Schiffbruch erleiden!"***

Ja, aber wie kommt das denn? Sind die Menschen denn so schlecht? ***„Nein, allgemein sind sie es nicht, aber sie sind nicht frei in ihrem Denken, und daraus ergibt sich das Dilemma."*** Dann bleibt also nichts anderes übrig, als auch so zu handeln wie die meisten, also nur an sich selber denken, nur immer den eigenen Vorteil im Auge haben? Und warum? ***„Weil es ohnehin alle so machen und weil man sonst nicht bestehen kann!"***

Also: Jeder ist sich selbst der Nächste, und das ist dann der Tod des Idealismus, totgetreten und zertrampelt von den Nächsten selbst, die man gerade lieben soll!

Natürlich ist das falsch, aber es ist dennoch der Gedankengang der Menschen. Die

Folge davon ist der Kampf aller gegen alle oder jedes gegen jeden, den wir Tag für Tag auf der ganzen Linie des Existenzkampfes erleben.
Und jeder sagt dasselbe: ***„Ich will ja nur leben und nicht untergehen, ich wehre mich ja nur meiner Haut!"*** Richtig, das stimmt auch, und doch ist ein **Denkfehler** in allem, und das gerade ist das Verhängnis!
Darin besteht der Denkfehler, dass man meint, das Gebot der Nächstenliebe sei ungeeignet, Wandel zu schaffen, und der daraus sich ergebende Idealismus eine Utopie, ein Hirngespinst frommer Phantasten, aber nichts für die raue Wirklichkeit. Und man beweist das damit, dass man alle seit je gekreuzigt hat, die es unternahmen, danach zu handeln. Und alle, die widersprechen, haben keinen Gegenbeweis, denn der Materialist operiert mit der Not der Armen und der brutalen Gewalt gegen Recht und Menschlichkeit.
Und doch wissen wir, dass Frieden und Segen nur werden können aus der Verwirklichung des Gebotes der Nächstenliebe, mag es auch sein, dass eines Tages Gesetze kommen, die es gegen den zweifelnden Verstand verwirklichen. Aber alles wird verständlich, wenn man bedenkt, dass die Menschen nur deshalb nicht nach dem Gebot der Nächstenliebe handeln, weil sie es nicht zu können wagen! Möchten möchten sie es alle gern, jedenfalls die Mehrheit der Menschen, aber der Irrglaube, dass es nicht geht, ist zu groß und steht im Wege. Also müssen wir sagen, dass die Menschen Gefangene ihres Geistes sind. Ja, so ist es, und darum brauchen sie auch Erlösung: Man muss ihnen beweisen, dass es auch anders geht. Dass es also doch mit Idealismus geht, wenn man es nur richtig anstellt.
Und man stellt es richtig an, „wenn man die Menschen so behandelt, als wären sie bereits das, was sie sein sollen! Aber damit daraus Idealismus wird, aus der Klugheit der Lebensführung also, aus den Lehren über die Bewusstseinsvorgänge im Menschen, aus den Erkenntnissen über die Gesetze des Denkens usw., muss man nicht nur **klug** sein, sondern zugleich *„das Herz einer Taube"* haben!
Bislang hatte die Mehrheit derer, die es angeht, nur ein gutes Herz. Aber das gute Herz allein kann sich nicht durchsetzen in dieser Welt der geistigen Gefangenschaft. Also bekam das Herz einen Panzer und durfte nur selten zu Worte kommen. Nun muss zum guten Herzen höhere Grundkenntnis kommen, dann geht es, dann ist der Weg frei und dann bewährt sich auch das gute Herz!
Idealismus ist das einzig Richtige und einzig Mögliche zur Wandlung der Welt und zur Besserung aller Verhältnisse.
Aber er ist wie das Spiel mit dem Feuer: Der Unwissende verbrennt sich die Finger! Nicht das Feuer ist daran schuld, sondern die Unkenntnis der Bedingungen. Also haben wir die **Bedingungen** zu beachten, die den Idealismus als beste Arznei gegen alle Not zur Wirkung kommen lassen!
Wer am Idealismus zerbricht, der will es. Meist aber mangelt es am Wissen: Man macht Fehler, verstößt gegen Gesetzmäßigkeiten, will mit dem Kopf durch die Wand. ***„Seid klug wie die Schlangen, habt aber ein Herz wie die Tauben"*,** welches Wort der Heiligen Schrift könnte den Kern wohl besser treffen als dieses?
Wir haben mehrfach im Erfolgs-System Konsequenzen aufgezeigt, die in der Lage sind, die zwischenmenschlichen Beziehungen durch eine positive Einstellung zu harmonisieren. Damit wurde schon bewiesen, wie sehr sich das menschliche Dasein in

glückliche Bahnen lenken lässt, wenn wir nur den guten Willen dazu haben und mit Klugheit und Herz vorgehen. Nun wollen wir auch in unserem ganz persönlichen Leben und in unserem engsten Kreis unter Beweis stellen, dass alles viel besser stehen kann, sobald wir unseren Standort aus den Ebenen materialistischer Gesichtsverengung in die Regionen höherer Einsicht verlegen.

Die Harmonisierung des Alltags wurzelt in der Kunst, den alltäglichen Sorgen für uns und alle, die wir lieben, die Spitze abzubrechen und dem Leben auch in engsten Grenzen reichen Inhalt zu geben. Dazu gehört das Wissen um die Bedeutung der Zeit: Man muss Lebenskünstler sein und alles vermeiden, was die Zeit verplempert, dies jedoch, ohne das Leben in eine Schablone zu pressen und ohne dadurch in Hast oder Unruhe zu geraten. Das will sagen, dass man vom Ablauf der Zeit Gewinn haben muss. Diesen Gewinn hat man nur, wenn man das Dasein zu einem **Erlebnis** macht.
Man muss also erleben, dass man lebt. Das kennzeichnet einen Bewusstseinszustand: den Zustand der **Wachheit** des Geistes und dies vor allem gegenüber den Glückswerten des Daseins. Dazu hörten wir an anderer Stelle: **Glück ist ein Zustand unseres gefühlsmäßigen Befindens und eine Denk- und Bewusstseinssache.** Es kennzeichnet sich durch **seelische Zufriedenheit** und dadurch bedingte **innere Harmonie**. Wenn wir erleben, dass wir leben, und wenn Glück eine Sache des Bewusstseins ist, so bietet sich uns dadurch die Möglichkeit, völlig aus eigener Kraft dieses Erleben harmonisch zu machen. Hiermit wird neben der Zeit, die wir durch das Erleben gegenwärtig machen und was einer Bewusstwerdung der Zeit entspricht, das große lebenskünstlerische Gestaltungsmittel sichtbar, durch das wir zu einem positiven Erleben des Daseins kommen: die Macht unseres Standortes!
Wir wissen, dass es gute und schlechte Brillen gibt. Gute Brillen geben klare Bilder, schlechte verzerren und machen die Dinge schief. Daneben gibt es schmutzige und saubere, dunkle und farbige Brillen. Jede wirkt nach ihrer Art. Haben wir die Wahl, so wählen wir die Brille, die uns die Dinge am zweckmäßigsten zeigt. Eine Brille, die trübe ist, lehnen wir ab, ebenso Verkleinerungs- und Vergrößerungsbrillen. Bei der Verkleinerung bleiben uns wichtige Einzelheiten verborgen, bei der Vergrößerung sehen wir im eigenen und fremden Gesicht zu viel Unschönes. Tut uns das Licht in den Augen weh, so wählen wir eine Sonnenbrille. Alles strahlt dann milder und angenehmer.
Wie kommt es aber, dass sich die Dinge so verändern, lediglich durch ein Stück mehr oder weniger gebogenes Glas? Was verändert sich eigentlich? Das scheint sich leicht zu beantworten, doch nur deshalb, weil man die **Wahrheit** außer acht lässt und glaubt, anstatt zu wissen. Weil man nicht unter Betracht stellt, was man überhaupt von den Dingen weiß, und ob man nicht nur das sieht, was man gerade sehen will, richtiger, was man in die Dinge hineinsieht!

In jedes Menschen Kopfe sieht die Welt anders aus, und doch sind die physiologischen Bedingungen, durch die die Augen der Menschen sehen können, fast immer gleich. Die Brillen verschiedenster Art sind hierfür ein Gleichnis und verbildlichen uns diesen Erlebnisvorgang. Richtig, das ist es, worauf es ankommt:

Was wir beim Sehen erleben! Und noch genauer: **Ob wir überhaupt etwas erleben, was voraussetzt, dass uns das Sehen überhaupt bewusst wird.**

Für uns Erwachsene ist die Puppe unseres Kindes ein totes und vielleicht schmutziges und hässliches Ding, das schon längst auf den Müll gehörte. Ganz anders für unser Kind: Nehmen wir sie ihm fort, so weint es bitterlich und trauert ihr nach, wie einem Geschöpf aus Fleisch und Blut. Wir sagen dann einfach, es habe die Puppe lieb. Warum aber? Deshalb, weil es eben nicht nur darauf ankommt, wie die Dinge aussehen, sondern wie sie in uns **leben.**
Der **Standort** entscheidet, der Wertmesser, den wir in uns tragen, und je nachdem, wie er beschaffen ist, verändern die Dinge ihr Gesicht. Und nicht nur die Dinge, sondern erst recht auch die Menschen und ihr Verhalten und dazu auch alle Umstände und Verhältnisse. Es ist die Brille unseres Geistes, die allem Wert oder Unwert verleiht und das Dasein versüßt oder auch verbittert. Und alles deshalb, weil es auf das Bewusstsein ankommt.
Hieraus geht ganz klipp und klar und ganz eindeutig hervor, dass es einen absoluten Grund, um unglücklich zu sein, in Wahrheit überhaupt nicht gibt, sobald wir uns von dem großen Blender **Materie** frei gemacht haben! Und weiter: Dass alles Leid dieser Welt, soweit es sich nicht unmittelbar aus Krankheit(-)und Mangel am unmittelbar Notwendigen ergibt, aus einer falschen Lebensschau herrührt und einer dadurch bedingten Disharmonie der Seele. **Daraus resultiert: Wer sich selbst besitzt, der hat schon alles, was überhaupt ein Mensch vom Besitz der Welt haben kann. Und dass jedermann, der dieses Geheimnis für sich erschließt, sein Daseinserlebnis bis zum Glücksrausch steigern kann, ohne dass er deshalb im Überfluss leben muss.**

Natürlich denken wir nicht daran, deshalb auf die Welt und ihre Annehmlichkeiten zu verzichten, obwohl die Weisen aller Zeiten sich darüber einig sind, dass es ein größeres Gut als die Freiheit im Geiste, d. h. den Besitz seiner selbst, nicht gibt. Aber als Regulativ brauchen wir diese Einstellung, als bestes Mittel, um uns von den Einflüssen der materiellen Welt in hohem Maße unabhängig zu machen und Herrschaft über sie zu erlangen.
Wir haben in jedem Falle die Wahl: Herr zu sein über die Einflüsse der Körperwelt oder ihr Knecht zu sein. Das entscheidet im Kleinsten und Allerfeinsten wie im Großen und Größten über unser Denken, Fühlen und Wollen und damit auch immer darüber, ob wir glücklich sind oder nicht.
Es kommt auf den Schwerpunkt unseres Daseins an. Liegt er in den Erscheinungen, also in der körperlichen Welt, so kann uns alles aus der Fassung bringen, was die materiellen Umstände verändert. Liegt der Schwerpunkt jedoch in uns selber, sind wir für uns das Primäre, unsere geistige Einstellung zur Außenwelt das Ausschlaggebende, so bleiben wir unberührt von allen Veränderungen. Die Seelenhaltung, die sich daraus ergibt, ist innere Gelassenheit, und als deren heilsame und das ganze Dasein harmonisierende Frucht: die Unbeeinflussbarkeit für negative Kräfte, die aus der Lebensangst, dem Wechsel des Schicksals, der Bosheit und der Dummheit der Menschen kommen.

Was heißt Idealismus? Erst in zweiter Linie heißt das Selbstaufopferung und dies nur in Ausnahmefällen. In erster Linie heißt das:
In der Welt der Ideen das Entscheidende sehen und indem wir darin leben, das ganze Dasein durch sie verändern und umgestalten, also verbessern, veredeln, vervollkommnen, und zuerst bezieht sich das natürlich auf Menschen.
Ein Tier lebt ohne Ideen, ist ganz und gar nur Organ der Natur, und zwar nicht nur der Erfahrenen und Weisen, ebenso sehr der auf ungezählten Gebieten noch Blinden und darum Niederen und Grausamen. Und so ist es auch mit uns selbst bestellt, solange wir nur im Fleische und nicht in der Welt der Ideen leben:
Erst durch die Macht der Ideen überwinden wir die Kreatur in uns, befreien wir uns von Ihrem Zwang, von ihrem Mechanismus. Hier aber zeigt sich uns das große Geheimnis vollendeter Lebenskunst und Lebensmeisterung: In der Fähigkeit, aufzustehen gegen die Verwirrung der Natur, die unseren Geist gefangen hält und es dadurch unmöglich macht, anders zu wollen, als es unsere Triebe, Leidenschaften und Neigungen wollen.
Denn nicht wir sind es ja, die die Konfusion und den Unfug in unseren Gefühlen und Empfindungen veranlassen und damit unser Wollen bestimmen, sondern diese in der Tiefe unseres Wesens wirkenden Kräfte.
Der Mensch ist nicht frei, nur darum handelt er so dumm, so verrückt, so unglaublich falsch! Wer das begreift, der begreift alles!

Aber die Situation ändert sich, wenn unsere Lebensschau positiv wird und wir beginnen, gemäß den Gesetzen des Denkens nicht mehr gegen den Stachel zu löcken. Denn wie wir wissen, genügt es ja nicht, dass wir nur den guten Willen zur Änderung haben. Die Macht in uns muss gebrochen werden, der Zwang, dem unser Denken unterliegt und der von unseren Trieben und Gewohnheiten, von unserer seelischen Blindheit ausgeht. Die Folgerungen, die sich hieraus für die Lebensführung ergeben, ziehen sich wie ein roter Faden durch alle Betrachtungen des Erfolgs-Systems, denn der Standpunkt, der die positive Lebensschau bestimmt, ist ja das Ergebnis aller Überlegungen, die sich mit den Eigentümlichkeiten unseres inneren Wesens beschäftigen. Es kommt jetzt nur darauf an, dass wir hieraus auch für die Harmonisierung des Alltags die Konsequenzen ziehen.
Wir sagten, dass wir im bewussten Erleben der Zeit stehen müssen, und dass beides, nämlich Zeit und richtiger Standort, dazu ausgenutzt werden kann, um ein Höchstmaß an Glück aus dem Dasein herauszuholen. Gleichzeitig wissen wir, dass Glück, als Zustand des Bewusstseins, innere Zufriedenheit und Harmonie bedeutet. Worauf kommt es nun an, wenn sich aus diesen Faktoren eine Harmonisierung des Alltags ergeben soll? Die Antwort heißt: **Verstehen, wohlwollen, genießen und gelassen sein!** Lassen Sie uns prüfen, mein verehrter Leser, wie weit wir mit diesen Maximen einer positiven Lebensschau kommen und inwiefern wir damit den Alltag vergolden können.

Verstehen:

In der Ehe den Partner verstehen, und zwar so, wie der Einzelne ist, nicht wie man ihn sich zurechtdenkt. Mit allen Vorzügen, die man sich bewusst machen muss, aber

auch mit allen Schwächen, die man aus höherer Einsicht begreifen muss. Dann das Verstehen der Kinder, die richtige Deutung ihrer Eigenart, die so sein muss, wie es sie innerlich treibt, und die wir nur ändern können, wenn wir auch dabei den seelischen Gesetzmäßigkeiten Rechnung tragen. Dazu das Verstehen des Lebens in allen seinen Licht- und Schattenseiten.
Es kann nicht alle Tage die Sonne scheinen, oft kommen Wolken und manchmal Donner, Blitz und Hagelschlag, doch alles geht zuletzt vorüber und löst sich auf in Harmonie. Und dann der Erkenntnis höchste Leistung: Sich selber verstehen! Nicht nur als Menschen schlechthin, als Erdenbürger und Zeitgenossen, sondern auch als Seelenwesen und Ebenbild des Höchsten. Verstehen in der eigenen Bestimmung und im Lauf der Welt, im eigenen Wollen, Können und Müssen. Verstehen auch der Freunde und Feinde und immer aus der gleichen Erkenntnistiefe: Dass es kaum jemanden gibt, der frei ist im Wollen, dass alle Getriebene sind in hundert Richtungen. Und dass es weniger schlechte als schwache Menschen gibt.

Wohlwollen:

Wer wohl will, meint es gut, handelt nicht aus Eigensucht, sondern aus Liebe zum Nächsten. Wohlwollen beweist sich durch Entgegenkommen, Hilfsbereitschaft und gütiges Wesen. Wo Wohlwollen herrscht, herrschen Friede und Eintracht. Man streitet nicht, man will nicht recht haben um des Rechthabens willen. Man versucht nicht zu unterdrücken, man sieht die guten Seiten, anerkennt die Leistungen, spricht liebe Worte, tröstet in schwachen Stunden, hat Mitgefühl, ist voller Hingabe, Zuneigung und Vertrauen und voll Interesse für die Eigenart der anderen, für den Mann, die Frau, die Kinder, die Freunde.

Genießen:

Genießen ist erleben. Ungetrübt genießen können ist Lebenskunst! Das heißt frei sein von negativen Nebengedanken, aufgeschlossen sein für den Genuss. Dies aber nicht nur bei Höhepunkten der Lebensfreude, sondern auf der ganzen Linie des Daseinserlebnisses. Die Zeit genießen, den Augenblick, so wie er ist und wie er kommt. Durch die positive Einstellung den Augenblick vergolden. Aus ihm etwas machen, aus ihm einen Wert herausholen. Uns ihn bewusst machen, wissen, dass er da ist und auf unsere Gestaltung wartet. Dadurch z. B., dass wir anstatt zu poltern und zu schimpfen, fröhlich sind und guter Dinge. Wir haben die Wahl, es gibt immer zwei Möglichkeiten: Lebenskünstler sein oder Welt und Menschen mit trüben Augen sehen.

Gelassen sein:

Allem Bösen und Unangenehmen die Spitze nehmen. Zuversicht haben aus dem Glauben an das Ewige. Was kann schon passieren? Alles fließt, alles geht vorbei, nichts, gar nichts ist beständig. Der Gelassene ist stärker als das Schicksal! Er löckt nicht wider den Stachel, er nimmt hin, was sich nicht ändern lässt. Dies nicht aus geistiger Enge, sondern aus der Weite und Tiefe des Geistes, aus Einsicht, aus Weisheit, aus Verbundenheit zum Ewigen. Der Gelassene bedenkt das Ende, bedenkt, was kommt und unabänderlich ist. Aber er ist nicht beunruhigt. Er schließt Frieden

mit allen und allem, was in Sorge bringen, entmutigen oder aufreizen könnte. Seine Grundstimmung ist wissende Heiterkeit.
Was die praktische Anwendung dieser Maximen betrifft, so lässt sich daraus ein dickes Buch voll Lebensklugheiten machen. Doch hätten wir es, es würde nie genügen, um der Vielfalt und Buntheit des Lebens zu entsprechen. Dem individuellen Sein entspricht keine Schablone. Was wir brauchen, sind Anregungen zum selbständigen Denken, Grundregeln, sonst nichts.
Unser ganzes Buch ist eine Grundregel. Sie heißt: Du bist keine Null, glaube an Dich! Dein Denken ist Macht, benutze es! Das gilt auch für die Vergoldung des Alltags.
Das Allerwichtigste ist immer wieder, dass wir Kontrolle über uns erlangen, dass wir mit offenen Augen leben, dass wir bewusst leben. Es ist geradezu unheimlich, wie sehr die Menschen dösen und sich treiben lassen. Immer wieder müsste man dem Einzelnen zurufen:
„Sei gegenwärtig, überlege, was Du tust, überlege, was Du sprichst, kontrolliere, was Du denkst!"“Es ist kein Spiel, es ist tiefster Ernst, denn aus unserem Verhalten, Handeln und Reagieren wird ja Schicksal, wird ja Glück und Unglück.

Denken wir hierbei an das Glück der Ehe: Ist es nicht so, dass die meisten Zerwürfnisse unter Eheleuten nur auf mangelhafte Selbstkontrolle und falsche Standorte zurückzuführen sind? Es ist ein richtiger Zirkus, den unsere Gefühle und Empfindungen mit uns treiben, wenn wir ohne höhere Erkenntnis leben und keine Gewalt über uns haben. Mancher richtet dadurch großen Schaden an, den er später tief bereut.
Es ist nicht damit abgetan, hierbei nur von Affekten, Durchgehen der Nerven usw. zu reden. Die Ursache liegt tiefer: Das Geschehen ist so, als ob ein Tier in uns ist, ein Dämon, der die edlen Gefühle lähmt und alle Kräfte und Fähigkeiten unseres Körpers und unseres Geistes in seinen Dienst zwingt. Ein Raubtier, nur von einem Instinkt getrieben: an sich zu reißen, was seine Gier verlangt. Worauf sich diese Gier jeweils erstreckt, das macht unsere Eigenart aus. Es kann ebenso eine fixe Idee sein, wie die Gier nach Macht, nach Besitz oder nach Triebbefriedigung. Und immer ist das Kennzeichen dieses Getriebenseins die Nichtachtung der Vernunft und meist auch der Gefühle, Rechte und der Freiheit der anderen.
Nur sich selbst kennt dieses Tier, dieser Zwang der Niedrigkeit oder auch der Dummheit, Verbohrtheit oder eines Wahns. Man mag das bemänteln, wie man will, man mag es bezeichnen mit Schwäche, mit Leidenschaft, Fanatismus oder sonstwie, es bleibt doch immer das Gleiche: Es ist die Macht seelischer Finsternis, das Wirken unerlöster Natur, die in uns noch nicht zur Klarheit gefunden hat und daher die eigenen Kräfte dazu benutzt, um wie ein dummes Kind zu zerstören und zu vernichten, anstatt aufzubauen und Segen zu stiften.
Die Untersuchung der Zusammenhänge führt hinab bis in die tiefsten Abgründe der Seele und bis in fernste Entwicklungsepochen der Menschwerdung. Die ganze Rätselhaftigkeit des Menschen geht uns dabei auf und noch weit über den Rahmen dessen, was wir schon über dieses Wunderding gehört haben. Aber wie weit wir auch vorstoßen, wie umfassend wir unsere Sicht auch gestalten mögen, zuletzt bleibt uns doch nur des Doktor Faustens Schicksal: Dass wir durch Leid geläutert werden müs-

sen, um der Wunder der Seele und eines glückhaften Daseins teilhaftig zu werden, wenn wir uns nicht von vornherein für Gott, d. h. für das Gute entscheiden.
Das ist im Kleinen und im Kleinsten so wie im ganz Großen: Dieser Ablauf bestimmt das Schicksal der Menschheit wie unseren Alltag! Es geht darum auch nicht ohne die Erkenntnis der Wahrheit. Sie allein kann uns erlösen und unser Leben sinnvoll machen. Und darum ist auch die Macht der Erkenntnis größer als die Macht des Willens. Bestimmt höhere Einsicht unseren Standort, dann besitzen wir die Wunderbrille, die uns das ganze Dasein positiv erscheinen lässt: **Im Lichte verstehender Liebe!** Und was wir als Wichtigstes dabei erkennen, ist dieses: Dass die Schöpfung nicht etwas ist, was war, sondern noch im vollen Gange ist. Und geht uns diese Wahrheit auf, so sind wir schon auf dem besten Wege, um uns mit allem auszusöhnen, was wir ohne diese Erkenntnis nie begreifen würden: Die ganze Verrücktheit und Unvollkommenheit der Menschenwelt, einschließlich der Mängel und Schwächen aller Mitmenschen, von denen unser persönliches Glück abhängig ist.
Es wird uns klar, dass es ja nicht die Menschen und Dinge sind, die uns ärgern und quälen durch ihre Unvollkommenheit und Disharmonie, sondern wir selbst, weil wir so töricht sind, dort Vollkommenes zu verlangen, wo Vollendung noch gar nicht sein kann. Und weiter: Dort Wunscherfüllung zu erhoffen, wo man gar nicht fähig ist, uns in unseren Wünschen zu erfassen. Und noch mehr: Dort Glück zu erwarten, wo nichts ist als Schaum, Schein und Selbsttäuschung.

Prüfen wir uns ehrlich und aufrichtig: Muss nicht alles gleich anders sein, wenn wir unseren Standort wechseln? So gesehen, kann uns das einfachste und kleinste Ding oder Geschehen zum Beweggrund innerer Harmonie und Lebensfreude werden. Darauf aber kommt es an, wenn wir mit dem Leben zufrieden sein wollen.
Sind wir verliebt, sind wir selig in der ärmlichsten Hütte. Sind wir es nicht, kann nichts die Leere füllen, die dann in uns besteht. Doch ob wir lieben, hängt bei rechter Erkenntnis weitgehend von uns selbst ab. Und gerade darum haben wir die Möglichkeit, jederzeit und beinahe unter allen Umständen glücklich zu sein. Es ist der Standort, der dieses Wunder bewirkt, die Macht der Wunderbrille vor unserem geistigen Auge.
Und so, wie dem Verliebten beinahe alles recht, alles gut, alles schön, alles liebenswert, alles erträglich und alles harmonisch ist, so wandelt sich die ganze Welt durch die Macht der Erkenntnis. Das schließt nicht aus, dass wir immerfort dabei sind, das Schicksalshaus, in das wir hineingeboren wurden, immer wohnlicher und angenehmer zu gestalten, konsequent danach zu streben, mit allen Techniken des Erfolges unseren Lebensstandard zu verbessern usw., aber glücklich zu sein werden wir dabei nicht vergessen und den Augenblick auszukosten, der neben der Macht unseres Erkennens der wertvollste Baustoff eines glückhaften Daseins ist.
Kann man damit in der Praxis wirklich etwas anfangen, wenn man nicht gerade wie ein Jogi nur in Meditationen glücklich sein will? **Oh, ja, man muss hier nur richtig verstehen.** Das ist zwar Idealismus, aber mit durch und durch positiven Vorzeichen! Es ist gar nichts Problematisches dabei, sobald erst einmal der gute Wille da ist, das Pferd nicht mehr beim Schwanz aufzuzäumen, sondern so, wie es sich für erkennende Menschen gehört. Aber es geht nicht ohne Herz, nicht ohne Idealismus!

Da wir wissen, dass sich die Welt ändert, wenn wir unseren Standort ändern, liegt es nun an uns, ganz bewusst diese Änderung herbeizuführen. Wenn sich Ihr Inneres hiergegen sträubt, meine verehrten Leser und Leserinnen, so trauen Sie dem Frieden nicht!
Es gibt nur eine Macht, die das nicht will: **Das Dämonische, verkörpert in der Selbstsucht, die seelische Blindheit bewirkt.** Natürlich kann es sein, dass man dieses Dämonische mehr liebt als den Frieden, mehr liebt als die Harmonie, mehr als das Gute und wahrhaft Menschliche. Doch das muss man dann mit sich selbst abmachen, und man muss dann eben durch Erfahrung klug werden. Es fragt sich nur, ob es sich lohnt, und ob es nicht wirklich klüger ist, gleich von Anfang an den positiven Weg zu gehen.
Natürlich kann man auch daran zweifeln, ob das Anstreben von Lebensharmonie überhaupt das Richtige ist für das höchste Wohl des Menschen. Ebenso könnte man dann aber auch der Meinung sein, dass auch die Not der Armen nicht unbedingt ausgeschaltet zu werden braucht und vielleicht sogar von Gott gewollt ist, wie es manche Fanatiker wahrhaben wollen. Ich persönlich bin jedoch anderer Ansicht: Ich meine, dass Gott gerade darum Gott ist, dass er wie ein guter Vater alle seine Geschöpfe von ganzem Herzen glücklich sehen möchte.
Und dann denke ich, dass schon Wasser genug den Berg heruntergeflossen ist und wir endlich aufhören sollten, völlig unnötigerweise aus der Welt ein Jammertal zu machen. Es ist sicher wahr, dass es noch eine Fortsetzung dieses Lebens auf Erden gibt, und sicher wird es einen Tod im eigentlichen Sinne überhaupt nicht geben, ich jedenfalls glaube daran, aber es ist nicht einzusehen, warum deshalb unser jetziges Leben ohne richtiges Glück verlaufen soll. Und da hierzu auch gehört, dass man entsprechend den Errungenschaften von Kultur und Zivilisation leben kann, d. h. ohne materielle Not und unter menschenwürdigen Umständen, so finde ich es absolut in Ordnung, dass jeder sein Möglichstes tut, um sich und seinen Mitmenschen das Dasein so angenehm wie möglich zu machen.
Dazu aber gehört Logik und das ist **Positivismus**! Wie aber kann man logisch sein, wenn man durch die Wand will, anstatt durch die Tür zu gehen? Das tut weder dem Kopfe noch der Wand gut. Das Leben auf Erden ist eine begeisternde Sache, und die Welt mit ihren hunderttausend Wundern ist es wirklich wert, bis in den letzten Winkel erobert zu werden!
Und das alles, obwohl die Vernunft der Menschen im Allgemeinen noch sehr zu wünschen übrig lässt. **Doch muss das unbedingt auch uns verrückt machen? Halten wir uns lieber an die Fröhlichen anstatt an die Querulanten und Skeptiker.**

Es ist schon etwas dran, wenn uns der gute Rat gegeben wurde, so zu werden wie die Kinder! Wollen wir die Welt trüber sehen als der Schöpfer, der nun schon so viele Millionen Jahre dieses Getriebe erlebt? Gewiss, es ist viel Unheil in der Welt und die Aussicht auf einen Atombombenkrieg ist bestimmt keine angenehme Sache. Doch können wir etwas daran ändern, wenn wir uns dauernd mit dieser Aussicht belasten? Außerdem: Wenn ein solches Unheil verhütet werden soll, dann doch nur, wenn die Menschen endlich anfangen, wie wirkliche Menschen zu denken und zu handeln! Wenn sich überall der Standort im positiven Sinne ändert, wenn man über-

all beginnt, aus der geistigen Versklavung durch das Unbewusste herauszukommen. Dem Atomzeitalter muss eine ebenso umwälzende neue Mentalität entsprechen: eine durch und durch positive Auffassung vom Menschen und dem ganzen Dasein!
Und das beginnt damit, dass man den Schwerpunkt der Einschätzung und Bewertung von Welt, Menschen und Dingen in das Gemüt verlegt und die dadurch erreichbar werdende Freiheit aus Erkenntnis als den allerköstlichsten Besitz begreifen und schätzen lernt, den ein Mensch auf Erden haben kann.

Man lobt die Zivilisation, den Fortschritt der Technik, doch was hat der unbemittelte Erdenbürger davon? Nur mit Mühe und Not kommt er durch mit seiner Familie. Trotz Fleiß bleibt sein Einkommen so klein, dass es kaum zum Allernotwendigsten reicht. Ist das Fortschritt? Ist das alles, was auf dieser Erde für die Gesamtheit der Menschen zu erreichen ist?

Aber es ist ein Irrtum, wenn man glaubt, dass hier nur durch Maßnahmen von **oben** Wandel geschaffen werden könnte. Das wird schon seit Jahrtausenden versucht, wenn auch nicht so massiv wie gerade in unserer Zeit. Die Menschen müssen sich wandeln, dann wandeln sich auch die Verhältnisse. Und solange das nicht der Fall ist, bleibt alles ebenso Krampf, wie unser persönliches Dasein ohne Änderung der Lebensauffassung Krampf bleibt.

XVIII. Teil
Die goldene Brücke
Überwindung der Gegensätze und Spannungen durch schöpferisches Neudenken

„Völlige Begriffsklarheit ist die oberste Forderung zur Gedanken- und Zielklarheit.
Der Lauf der Weltgeschichte und der Entwicklung der Menschheit kommen nicht von ungefähr.
Es ist zuerst manchmal schwierig, in größeren logischen Zusammenhängen zu denken, weil wichtige Faktoren unbekannt sind.
Trotzdem kommt das Verständnis mehr und mehr, je größer unsere Begriffsklarheit wird.“

Es liegt vieles im Argen in unserer Zeit, sowohl in der Welt im Allgemeinen, wie auch in unserem Land. Es scheint, dass sich die Probleme so gehäuft haben, dass mancher an eine vernünftige Zukunft überhaupt nicht mehr zu denken wagt. Chronische Pessimisten werden darum nicht müde, ihren Ruf, dass die Welt vor ihrem Untergange stehe, immer von neuem und immer eindringlicher zu wiederholen. Wir wollen hier einige der wichtigsten Probleme ins Auge fassen und uns darüber von unserem positiven Standpunkt aus einige Gedanken machen.
Wir glauben nicht daran, dass das Elend und die Verworrenheit in der Welt auf die Herrschaft des Satans oder kosmische Einflüsse zurückzuführen sind, wohl aber daran, dass sich die Menschheit, richtiger die Intelligenz der Menschheit, aus verschiedenen Gründen in eine Sackgasse hineinmanövrieren hat.

Es geht darum nicht weiter, alles wurstelt durcheinander, eben, weil wir uns in einer Sackgasse befinden. Das will sagen, dass der Weg falsch war, den die Menschheit in den letzten Jahrzehnten gegangen ist. Bleibt man in dieser Sackgasse drin, kann es gar nicht ausbleiben, dass in einiger Zeit nur eine gewaltsame Explosion die Panne beseitigen kann, mit dem Ziele, dass wir dann eben mit Gewalt wieder auf den richtigen Weg zurückgebracht werden, sofern wir nicht durch unsere Vernunft schon vorher wieder zu ihm finden.

Natürlich haben wir als positive Menschen größtes Interesse daran, dass allein die Vernunft Ordnung schafft und nicht die Gewalt. Dazu ist höhere Erkenntnis vonnöten, und nicht nur in den Köpfen der Regierenden, sondern in weitestem Maße auch im Denken der Völker und der so genannten breiten Massen.
Vor allem muss man dazu die Probleme richtig sehen, d. h. nicht einseitig, sondern so, wie sie sich generell ausnehmen und wirksam sind.
Hier zeigt sich schon eine der größten geistigen Krankheiten unserer Zeit: Wir denken nicht fortschrittlich, sondern in bestimmten Grundzügen und Bezirken noch immer so, wie vor 20, 30 oder noch mehr Jahren. Man bedenkt nicht genug, welchen ungeheuren Wandel die Welt in den letzten Jahrzehnten durchgemacht hat.

Viele Ursachen haben das bewirkt, wie die umwälzenden Kräfte der Wissenschaft und der Technik, die Nachrichtenmittel, allem voran Rundfunk, dann Fernsehen und Computer, und nicht zuletzt das Anwachsen der Menschheit auf weit über 6 Milliarden Menschen.
Überall erwachten die Massen zum Bewusstsein der eigenen Möglichkeiten. Dementsprechend wuchsen die Ansprüche und wiederum dementsprechend die Spannungen. Es kommt hinzu, dass der immer größere Bevölkerungszuwachs eines Landes zwangsläufig dazu führte, in einen immer schärfer werdenden Wettkampf mit anderen Ländern zu treten, wenn man seine eigenen Erzeugnisse verkaufen wollte, um dafür deren Produkte einzuführen.

Ein Vorgang, der Jahr für Jahr größere Bedeutung gewann und heute alle Völker in Abhängigkeit voneinander zwingt, die nicht im eigenen Land das produzieren können, was sie zum Überleben brauchen. Der Gegenwartsmensch ist hoch verwöhnt

gegenüber unseren Ahnen. Er verlangt, dass ohne Rücksicht auf das **woher**, auch ihm die Errungenschaften der modernen Zeit zugute kommen. Und das nicht nur bei uns in Deutschland, sondern überall in der Welt.

Überwindung der Gegensätze und Spannungen

Die nachstehenden Gedanken haben die Aufgabe, die Überlegungen zur Überwindung der Spannungen im wirtschaftlichen und sozialen Leben so zu verdichten, soweit es die positive Zusammenarbeit von Unternehmertum und Mitarbeiterschaft betrifft - dass sich daraus völlige Klarheit für die praktischen Konsequenzen ergibt.

1. Der friedliche und sichere Weg zur Überwindung der Gegensätze und Spannungen im wirtschaftlichen und sozialen Leben führt nur über eine Änderung der gegenseitigen Einstellung von Mensch zu Mensch. Es muss erreicht werden, dass die verschiedenen Kräftegruppen, die das wirtschaftliche Leben tragen und daher für den allgemeinen Wohlstand verantwortlich sind, zu einem völlig neuen Verstehen kommen. Dieses Verstehen muss bewirken, dass der Machtkampf zwischen den Gruppen zugunsten von Vernunft und echtem Menschentum entschieden wird.

2. Die Vernunft besteht in der Einsicht, dass wir Alle aufeinander angewiesen sind, und darin, dass die Zusammenarbeit im Interesse einer maximalen Lebensqualität unbedingt positiv sein muss.

3. Eine positive Zusammenarbeit ist nur möglich, wenn von allen Seiten der entschlossene **gute Wille** vorhanden ist. Dieser gute Wille ist von Voraussetzungen abhängig, die sich wechselseitig beeinflussen und bedingen. In der Lösung dieses Problems ruht das Geheimnis des Erfolges. Es sind Voraussetzungen wirtschaftlicher und geistiger Art.

4. Das Problem klärt sich, wenn die Wünsche aufgezeigt werden, die den guten Willen zur Zusammenarbeit und zum Zusammenleben erreichbar werden lassen.
Zum Beispiel Wünsche des arbeitenden Menschen: Befriedigende Arbeitsbedingungen, größtmögliches Einkommen aus der eigenen Arbeit, Wertung als echten Mitarbeiter und echten Wirtschaftspartner.
Wünsche des Unternehmers: Maximaler menschlicher und arbeitsmäßiger Einsatz seitens der Arbeitnehmer, sparsamste und rationellste Handhabung der Betriebsmittel zugunsten einer größtmöglichen Ausnutzung der durch den Betrieb gegebenen Erfolgsmöglichkeiten.

5. Es ist einleuchtend, dass diese Forderungen und Wünsche nur erfüllbar sind, wenn sich alle Seiten auf einer völlig neuen Linie gegenseitiger Bewertung entgegenkommen.
Das ist nicht nur eine Hauptfrage wirtschaftlicher, sondern auch philosophischer Einsicht: Aus wirtschaftlicher Einsicht muss hervorgehen, dass ange-

sichts einer unumgänglichen Gewaltlösung, auf welche die Verhältnisse sich sonst gesetzmäßig zuspitzen, der Lebensstandard des arbeitenden Menschen unter allen Umständen sehr erheblich verbessert werden muss.
Die philosophische Einsicht bezieht sich auf die Maximen einer positiven Lebensauffassung und Handlungsweise, in deren Mittelpunkt die Erkenntnis steht, dass jeder Mensch in erster Linie ein Mensch ist. Wobei die Achtung des Einzelnen sich gründen muss auf die Wahrung der Würde des Menschen als Wesen aus Gott, ungeachtet vorhandener Schwächen und Entwicklungsmängel.

6. Hieraus ergibt sich ein umwälzend wirkendes schöpferisches Neudenken, das nicht nur den gegenseitigen guten Willen hervorruft, sondern auch die berufliche Leistungsfähigkeit aller Partner in einer, bis dahin ungekannten Weise steigert. Beides ist notwendig, um die materiellen Mittel zu schaffen, die zur Bewältigung der gestellten Aufgabe notwendig sind.

7. Die Fähigkeit zum Können ist abhängig von schöpferischer Selbsterkenntnis und positiver Selbstbehandlung, wie wir diese im Erfolgs-System kennen gelernt haben und die völlig sicher aus der menschlichen Null und dem fünften Rad am Wagen die umsichtige, äußerst leistungsfähige Persönlichkeit macht.

8. Unsere gegenwärtige Zeit befindet sich in einem Dilemma: Es ist nicht mehr möglich, die Massen zu übergehen, weil der wissenschaftliche und technische Fortschritt und die revolutionären Bewegungen das Bewusstsein für den eigenen starken Arm so entwickelt haben, dass die Massen nicht mehr gewillt sind, auf die Anerkennung ihrer Rechte und Lebensansprüche zu verzichten.
Hieraus ergibt sich auch der Führungs- und Mitbestimmungsanspruch der Massen. Doch wer führend oder mitbestimmend sein will, braucht dazu nicht nur äußere, sondern vor allem geistige Freiheit.
Geistig freie Menschen sind Persönlichkeiten, doch daran fehlt es in den breiten Schichten überall. Das aber nicht, weil es nicht genügend befähigte Menschen gibt, sondern deshalb, weil unsere Zeit zur Primitivität und dadurch zur Vermassung zwingt. Ursache hierfür ist die seelische Abstumpfung für individuelle Höherentwicklung, u. a. durch Armut, Leid, Hoffnungslosigkeit, Lebensangst, aber auch durch die Gleichgültigkeit gegenüber moralischen und sittlichen Werten.

9. Hiergegen muss ein mächtiger Gegeneinfluss mobilisiert werden, der sich, wegen des bestehenden Misstrauens gegen jede neue Idee, jedoch nur über das kritische Denken entwickeln lässt. Es muss absolut glaubhaft werden, dass allen Widerständen zum Trotz die Probleme in **Güte und Frieden** gelöst werden können, demnach also eine **„Wende zum Guten“** möglich ist. Die Argumente, die diesen Glauben erzeugen sollen, müssen auf genau die

gleichen Gedanken eingehen, die sich jeder denkende Mensch schon in irgendeiner Form über die Ursachen der Notzustände in der Welt gemacht hat.

10. Die Frage nach der Ursache dieses Zustandes offenbart das Ausmaß der Hilflosigkeit diesem entscheidenden Problem gegenüber. Wenn alle wollten, wäre es über Nacht gelöst! Warum will man nicht?
Weil der entscheidende Antrieb fehlt und aus der Verworrenheit der ganzen Situation auch nicht entstehen kann, weil gegenseitiges Misstrauen herrscht und weil keine Einsicht in die hierfür entscheidenden Erfolgsgesetze vorhanden ist.

11. Tatsächlich ist es so, dass sich größte Leistungen auf verschiedenen Wegen erreichen lassen, sofern es nur gelingt, Köpfe und Hände zu einer maximal rationellen Zusammenarbeit zu bringen. Aber das ist gerade das Problem, dass dieser Erfolg ohne Zwang und ohne seelischen Druck möglich wird.
Man muss darum erreichen, dass die Menschen aus einem „ganz bestimmten Grund zu größter Aktivität kommen. **Dieser ganz bestimmte Grund wäre die „Wende zum Guten in der Not und den Bedrohungen unserer Zeit."**
Doch es ist nicht möglich, dass man an diese Wende glauben kann, solange nicht etwas geschieht, was die Mentalität der Menschen grundlegend ändert, und wodurch es allein möglich ist, die unerlässliche positive Zusammenarbeit der Kräfte aus der Freiwilligkeit zu erreichen.

12. Eine Änderung der Mentalität kann z. B. aus Angst vor dem eigenen Untergang kommen, wodurch dann sofort alle Köpfe nur ein Ziel kennen, nämlich durch konzentriertesten Krafteinsatz sich das Leben zu erhalten, oder aber durch den tiefen Wunsch nach einer besseren Zukunft durch Einsicht und Erkenntnis.
Objektiv betrachtet ist die Ursache aller negativen Verhältnisse auf Erden, die durch das Handeln des Menschen beeinflussbar sind, nur die Folge von Verirrungen des Geistes, die den Menschen dumm und egoistisch machen.
Die Lehren des „Erfolgs-Systems" beweisen, dass sich der Mensch von diesem Bann befreien kann. Er erlebt das Wunder der schöpferischen Selbsterkenntnis, die sein ganzes Dasein mit einem Schlage völlig verändern kann.

13. Es wurde gesagt, dass es gelingen muss, der Vermassung Einhalt zu gebieten, die aus den Nöten und der Hoffnungslosigkeit unserer Zeit resultiert, und dass der dazu erforderliche Gegeneinfluss wegen des bestehenden Misstrauens gegenüber jeder neuen Idee nur über das kritische Denken entwickelt werden kann.
Es müsste absolut glaubhaft werden, dass allen Widerständen zum Trotz

dennoch eine Wende zum Guten möglich ist: Im Erfolgs-System ist der Weg zu diesem befreienden Glauben völlig klar aufgezeigt, und zwar in einer Art, die selbst der einfachste Mensch verstehen und begreifen kann.
Es wird vor Augen geführt, dass es möglich ist, in einem ganz außerordentlichen Maße der „menschlichen Dummheit" Einhalt zu gebieten, dass Dummheit in einer großen Mehrzahl der Fälle kein Erbübel, sondern eine Geistesverfassung ist, die sich ändern lässt. **Der Schlüssel dazu ist die Macht, die der Mensch durch sein Denken über sich erlangt!**

14. Weil die Mehrzahl aller Menschen Gefangene des eigenen Geistes sind, darum ist so viel Elend in der Welt. Werden sie von diesem Zwang erlöst, so ändert sich ihr Wesen vom Negativen zum Positiven. Unsere Gegenwart ist voll von den Phänomenen, die aus der Macht des Geistes und der Seele möglich geworden sind und die beweisen, dass auch in kranken und schwachen Menschen ganz außergewöhnliche Willensenergien zur Wirkung gebracht werden können.
Man kann aber keine Kraft im Menschen wachrufen, wenn sie nicht in ihm wäre. **Durch den Mental-Positivismus, der Lehre vom positiven Denken wird man sich der Macht bewusst, die dem Denken innewohnt und dass nur durch das Denken und sonst durch nichts anderes eine Wende zum Guten herbeizuführen ist.**
Das gesamte Denken wird positiv orientiert und dadurch zu einer mächtigen Kraftquelle! Man lernt erkennen, dass es wahr ist, dass der Geist die Materie beherrscht: **Aus der Furcht vor dem Untergang wird der Glaube an eine glückliche Zukunft! Aus dem gegenseitigen Misstrauen das Vertrauen zum überall vorhandenen guten Willen! Darin aber liegt der Anfang der Wende zum Guten.**

15. Die Erkenntnis vom positiven Denken und seinen Möglichkeiten erlöst den Menschen von suggestiv erzeugten Minderwertigkeitskomplexen und seelischen Hemmungen, die ihn trotz seiner sonstigen Intelligenz zur Machtlosigkeit gegenüber dem persönlichen Schicksal verurteilen und es verhinderten, dass nicht schon längst das ganze Dasein für den Einzelnen, wie für die Allgemeinheit viel sorgenfreier und glücklicher wurde.
Jedermann handelt in Wahrung seiner eigenen Interessen, wenn er der sich zusammenbrauenden Katastrophe, der die zivilisierte Welt entgegeneilt, nicht mehr tatenlos zusieht! Die Zivilisation wird aber nicht ein Opfer von Dämonen, sondern von Fehlschaltungen des Denkens.
Es ist nicht wahr, dass der Mensch ohnmächtig ist gegenüber seinem Schicksal! Aber die Mehrzahl der Menschen sind irregeleitete, verängstigte Wesen, beherrscht von negativen Suggestionen und gänzlich falschen Vorstellungen von ihrer inneren Natur.
Das Buch „Mein Erfolgs-System" bietet tausend Anregungen, um diese entscheidenden Fragen in allen Gemeinschaften zu einem Hauptthema der Diskussion zu machen.

Wer mit sehenden Augen die Zuspitzung der Gegensätze in der Welt verfolgt, einen klaren Begriff hat von der zermalmenden Wucht der gegnerischen Kräfte und nur eine Spur daran glaubt, was menschlicher Geist vermag, wenn Millionen Hirne positiv zu schwingen beginnen, der mache sich zum Mitkämpfer des Geistes, der aus der Macht positiver Gedankenführung erwächst. In jedem Amt, auf jedem Posten ist das möglich, denn ob wir positiv sind oder nicht, das ist nicht eine Frage der Zugehörigkeit zu einer Organisation, sondern allein eine solche der Vernunft und höherer Einsicht!

Eine negative Menschheit wird erliegen, eine Positive wird stärker sein als alle Gewalt! Wenn Millionen glauben lernen, dass es besser wird, dann wird es besser, denn die Macht dieser Überzeugung wird ein neues Handeln auslösen!

Welt und Menschen sind so, wie wir **sie** sehen: Sehen wir alles vom Standpunkt der Feindschaft, vom Standpunkt des Versagens und des Unvermögens, dann wird die Welt zum Jammertal. Dann handeln wir so, als ob es so wäre, und das Unglück kommt mit Gesetzmäßigkeit! Und das ist die Wahrheit, dass wir alles falsch sehen, dass sich die Menschheit in einen Wahn hineingesteigert hat, der sie das genaue Gegenteil von dem tun lässt, was sie tun muss, um ihr Schicksal glücklich zu gestalten.

16. Das soziale Problem ist nur eines der großen Probleme unserer Zeit, wenn auch das drängendste. Auch unser persönliches Dasein bedarf einer Neueinstellung unseres Denkens: Weil alle Ideale zerbrachen, haben wir uns in unseren Auffassungen verlaufen und sind nun das Opfer falscher Ansichten. Überall klappt es nicht mehr richtig, überall herrscht Unzufriedenheit. Unsere Gedanken sind schmutzig, fiebrig und töricht geworden, unaufhörlich versündigen wir uns an unseren Mitmenschen und an uns selbst.
Die Folgen sind überall offenbar: die vielen unglücklichen Ehen, die mangelnde Lebenslust, die mangelnde Schaffenskraft, die vielen Streitigkeiten und Zerwürfnisse unter den Menschen usw.

17. Es wurde gezeigt, dass der Mensch durch die Lehren des Erfolgs-Systems in hohem Maße sein Verhalten ändern kann. Man beginnt damit in ganz persönlichen Dingen und im engsten Umkreis. Und indem man dabei erlebt, von welch wunderbarer Magie das positive Denken ist, lernt man zugleich glauben, dass auch im Leben der Allgemeinheit sich vieles zum Besten zu wandeln vermag.
Dadurch wird man zu einem Strahlzentrum der Idee des schöpferischen Neudenkens. Man wird mit Freunden darüber sprechen, mit allen Bekannten, mit seinen Arbeitskameraden, und, wenn uns ein Vorgesetzter nur halbwegs entgegenkommt, auch mit ihm.
Der Kreis von Menschen, der durch das Erfolgs-System die Gesetze des Denkens und die Lehren einer positiven Lebensführung kennen lernte, ist durch

die hohe Zahl der Auflagen dieses Werkes und anderer Publikationen in gleicher Richtung bereits riesengroß.
Die Zeit ist reif für eine Umschaltung im Denken, und es kommt nur darauf an, dass man die wohlgemeinten Anregungen allseitig aufnimmt, um sehr bald einen Wandel in der geistigen Haltung der Menschen zu erleben.
Sicher gibt es manchen Skeptiker, der nicht daran glauben kann, dass sich die Menschen ändern können und der es für richtiger hält, stets nur mit der Schlechtigkeit und mit der Dummheit zu rechnen. Und er wird dabei verweisen auf die Skrupellosigkeit und Hinterhältigkeit in so vielen Dingen des politischen, geschäftlichen und gesellschaftlichen Lebens.

18. Dass wir uns mitten in einer Zeitenwende befinden, daran kann niemand zweifeln. Warum soll es unbedingt bergab gehen? Ist es nicht viel wünschenswerter, dass der Weg nach oben führt? Dass es im Augenblick noch so trübe aussieht in den zwischenmenschlichen Beziehungen, will nichts besagen. Das alles ist nur eine Frucht der bösen Saat von gestern, jetzt müssen alle nur erreichbaren Kanäle geöffnet und benutzt werden, um der Idee des schöpferischen Neudenkens den Weg zu bahnen und man wird sehen, wie gut man damit fährt!

19. Es kann nur Segen bringen, wenn man positiv lebt! Was meint wohl Goethe, wenn er sagt: „Selbst den Stempel der Natur verändert Übung!" Dass wir in vielen Dingen unseres Handelns keineswegs dazu verurteilt sind, immer so zu bleiben, wie wir sind. Dass es auch anders geht, ganz anders! Und es soll, wird und muss anders gehen als bisher: Besser! Klüger! Erfolgreicher! Die Erfolgsberichte der Leser des Erfolgs-Systems sind das einzigartige Dokument einer seit Jahrzehnten laufenden Erprobung der Lehren dieses Buches zur Lebensbemeisterung! Ist das nicht Grund genug, nun auch selbst damit einen Versuch zu unternehmen?

Es muss nicht sein, dass wir Menschen des XX. und XXI. Jahrhunderts uns noch immer weiter das Leben zur Hölle machen!
Zwar gibt es Grenzen für unseren Einfluss auf das Schicksal, doch der Spielraum bis dahin ist so groß, dass wir uns wirklich nach Herzenslust frei bewegen können, um aus eigener Kraft aus unserem Leben etwas Vernünftiges und Befriedigendes zu machen. Und was uns betrifft, das hat auch Geltung für das Schicksal unseres Volkes.

Trotz allem, was geschah, glaube ich daran, dass wir doch noch eine Mission haben! Es wäre herrlich, wenn es diese wäre: **Aller Welt zu zeigen, dass es möglich ist, allein durch die Kraft des Geistes alle Spannungen auszugleichen, die das menschliche Dasein in unserer Zeit so mit Nerven zerstörender Angst, Sorge und Unruhe erfüllen.**

Brücke und Beispiel zu sein für den Segen bringenden Einfluss menschlichen Verstehens, gegenseitiger Achtung und Wertschätzung und vertrauensvoller positiver Zusammenarbeit!

Auch der Friede in der Welt ist nur auf diesem Wege zu erhalten und zu sichern. Gewiss, ein schwieriges Unterfangen, dennoch, keine Aufgabe kann lohnender sein.
Ist das eine Utopie? Ganz gewiss nicht, es kommt nur darauf an, dass der Ball aufgenommen wird und immer mehr Erkennende damit beginnen, sich selbst und ihre Umwelt mit lebensbejahendem positiven Denken zu erfüllen.

„Der Menschen Wissen und Macht fällt in Eins zusammen,
weil Unkenntnis der Ursachen den Erfolg vereitelt."
(Francis Beacon)

XIX. Teil
Das „M“ in unserer Hand

„Es ist gut, wenn die verrinnende Zeit nicht als etwas erscheint,
dass uns verbraucht und zerstört wie die Handvoll Sand,
sondern als etwas, das uns vollendet.“
(Antoine de Saint-Exupery)

Auf dem Einband dieses Buches sehen wir in einem Kreis ein goldenes „M“, das Symbol des Mental-Positivismus, unserer zuversichtlichen Lebenseinstellung und des „M-Schlüssels“.
Auch in unseren Händen finden wir dieses Symbol, bei einem stärker, beim anderen etwas weniger ausgeprägt. Ist das Zufall? Mag sein, dennoch aber ein Symbol und das beste Erinnerungszeichen für unser positives Streben, das wir uns denken können, natürlich vorausgesetzt, dass wir immer wieder einen lichten Augenblick haben, um uns durch dieses Zeichen auf uns selbst und unseren Positivismus im Denken, Fühlen und Handeln zu besinnen.
Dieses „Besinnen“ ist auch der Grund, weshalb wir den Einband mit diesem „M“ versehen haben, eingedenk der Tatsache, dass es in allem, was die Lebensbemeisterung und die Erfolgssystematik angeht, zu allererst auf die Bewusstwerdung unseres positiven Zielstrebens ankommt. Deshalb, weil der **Automatismus** des Denkens uns nur zu leicht verführt, immer wieder von Neuem in den alten Schlendrian einer negativen Geistes- und Seelenhaltung zu verfallen.

Machen wir uns einmal die Situation klar, in der sich der Mensch im Alltag befindet, bei manchem ist es noch schlimmer, als wir es hier beschreiben: Er lebt nicht, sondern **wird gelebt!** Er handelt nicht selbst, sondern Triebe, Instinkte, Gewohnheiten, Hemmungen und Zwangsgedanken bestimmen ihn.
Mit einem Wort: **Er ist unfrei, ein Sklave, ein getriebenes Wesen** und alles, was er erlebt und empfindet, ist die Folge von Zwangsabläufen.
Ein Wunder überhaupt, dass er sich trotzdem so bewegt, dass man ihn nicht ganz und gar als bloße Kreatur sieht. Dass es wirklich so ist, beweist sein Verhalten, sein Reden, sein Reagieren, sein Handeln, das in hundert Dingen, ja in tausend ganz und gar negativ ist und das genaue Gegenteil von dem, wie es sein müsste, wollte er gesund, leistungsstark, erfolgreich und glücklich sein.

Hier ein paar Beispiele: Er ärgert sich, obwohl Ärgern krank macht. Er schimpft, poltert und räsonniert, obwohl er damit nur Antipathie und Unbehagen erzeugt. Er lässt sich von Ängsten quälen, obwohl damit nur negativen Kräften Vorschub geleistet wird, lässt sich von Misstrauen, Zweifeln, Lieblosigkeit, Selbstsucht, Eifersucht und Hass leiten, obwohl gerade dadurch das Böse gegen ihn rebellisch wird.
Und das alles nur deshalb, weil er wie ein Nachtwandler durchs Leben läuft, sich gehen und treiben lässt von seinen Gefühlen, bar jeder Selbstkontrolle und Bewusstwerdung seiner tatsächlichen Situation. Und manche so sehr, dass von vernünftigen Wesen überhaupt nicht zu reden ist, sondern allein von Dummen, von Verrückten, die nicht wissen, was sie tun.

Wie aber kommt das alles? Wie sind soviel Unvernunft und Verranntheit möglich, wo der gleiche Mensch auf anderen Gebieten und in Dingen des praktischen Lebens durchaus logisch und normal denkt?
Ursache: Der **Zwangsablauf im Denken** und das fehlende Bewusstsein für den eigenen Standort und das e**igene Ich**.
Es ist wahr: Man lebt nicht, sondern wird gelebt! Der **M-Schlüssel ist nicht aktiv**,

die innere Erleuchtung fehlt, man ist eine Marionette, ein Spielzeug der Gefühle. Die Selbstkontrolle fehlt, die Selbstbeobachtung, die Logik, die Vernunft, das positive Denken. Und warum?
Man lebt aus seinen Gefühlen heraus und nicht aus seinem Kopf! Alles verändert sich dadurch im Denken, ändert sein Gesicht, seine Bedeutung, wird – **verrückt!** Ja, verrückt, das heißt, fort- gerückt, weggerückt von der logischen Mitte der Dinge.

Manchmal ändert sich dadurch die Welt ins Rosarote, oft ins Bizarre oder ins Dunkle und Hässliche. Immer jedoch ist Gefahr im Verzuge, dadurch nämlich, dass sich **Tatsachen** verzeichnen und verzerren, die auf keinen Fall verkannt werden dürfen, wenn wir mit dem Leben fertig werden und nicht Schiffbruch erleiden wollen.
Aber das muss kein unheilbarer Dauerzustand sein, wenn wir uns eingestehen, dass wir nicht länger in dieser Vernebelung schwimmen wollen. **Rettung bringt die Einsicht, die uns überkommt, wenn uns dieser Zustand klar gemacht wird.**
Schuld an dieser Verirrung ist nicht unsere Seele, unser wirkliches Ich. Es sind die **Werkzeuge**, deren sich unsere Seele bedient: Das sind der Körper mit seinen Nerven und die Denkmaschine. Darüber müssen wir Herr werden.
Ob das geht? Es muss gehen, weil wir sonst niemals frei werden von der Ver - rücktheit. Das bedeutet, dass wir herausrücken müssen aus uns, wie aus unseren Kleidern, heraus aus dem Gefängnis unserer Traumtänzerei.

Stellen Sie sich vor, dass auf unserem linken Knie eine „Marionette“ sitzt, die unseren Körper darstellt, und auf dem rechten Knie eine andere, die unsere Denkmaschine ist und die wir beide willkürlich und ganz nach unseren Wünschen lenken und steuern lernen müssen.
Körper und Geist fest in unserer Hand, das ist gemeint! Und keine der beiden „ Marionetten“ darf machen, was sie will, sondern allein das, was unserem Ich, uns selbst genehm ist.
Gelingt das, und das gerade ist das Geheimnis des M-Schlüssels und das Ziel unseres positiven Strebens, dann erst beginnen wir **wirklich** ein Mensch zu sein, im Gegensatz zur Kreatur, die müssen muss.

Richtigmachen = Erfolg!

Lebensweisheit ist eine regelrechte Wissenschaft, also nicht nur eine Sache so nebenher, durch die man sein Dasein ein bisschen mehr oder weniger reibungslos macht, sondern eine ernste **zielbewusste** Aufgabe. Natürlich auch dann mit der entsprechenden Erwartung eines maximal großen Erfolges auf allen Gebieten, auf denen wir uns betätigen.
Wer zum ersten Mal das Erfolgs-System in die Hand nimmt, ohne es in seiner Struktur zu kennen, denkt leicht, er habe eine Sammlung von lauter Selbstverständlichkeiten vor sich. Leider, denn das ist die Ursache, dass man dieses für so viele Menschen kostbar und unentbehrlich gewordene Buch wieder aus der Hand legt und seinen alten Trott weiterlebt.
Hierin zeigt sich ein Kardinalfehler der meisten Menschen: Man macht nicht ernst

mit der **bewussten** Führung des Lebens, sondern lässt sich gehen und treiben, wie es gerade kommt, bzw. wie es die in einem auftauchenden Gefühle gerade wollen.
Kein Wunder, wenn deshalb der Geist für das umwälzend Neue nicht aufnahmefähig ist, wie es ja bei unserem Mental-Positivismus der Fall ist. Und nicht nur das: Dass er, wenn ihm etwas Besonderes vor die Nase kommt, er immer meint, er wisse und kenne schon alles und brauche auch das nicht mit anderen Augen zu betrachten. Es erweist sich hier die Richtigkeit eines Bibelwortes: *„Sie haben Augen und sie sehen doch nicht, und sie haben Ohren und sie hören trotzdem nicht:“*

Würde es sich bei unserem Mental-Positivismus und beim Erfolgs-System nur um eine belehrende Unterhaltungslektüre handeln, wäre das nicht so schlimm. So aber ist es verhängnisvoll, denn in dem Maße, wie man an unserer Lebenslehre vorbeisieht, in dem Maße bekommt man unentwegt Nackenschläge vom Schicksal.
Wie recht hat doch Benjamin Franklin, wenn er sagt: *„Das Leben ist eine teure Schule, aber Narren wollen nur in dieser und auch in ihr kaum etwas lernen. Wir können den Menschen wohl guten Rat geben, aber wir können ihr Tun nicht leiten. Wem nicht zu raten, dem ist darum auch nicht zu helfen, und wer der Vernunft nicht Gehör schenken will, dem schlägt sie sicherlich mit dem Stock auf die Finger.*"

Ja, so ist es tatsächlich und darum ist auch einer der entscheidendsten Faktoren, um das eigene Leben glücklich und erfolgreich zu gestalten, die **Fähigkeit zur Einsicht**. Aber das ist nicht eine Sache allein der Intelligenz, sondern vornehmlich auch des guten Willens - man will nicht einsehen!
Diese innere Bereitschaft fehlt, aber das kommt auch nicht von selbst, sondern ist die Auswirkung der charakterlichen Grundschwingung des Menschen. Man wehrt sich gegen die Einsicht, weil ein Gefühl dagegen steht. Ob man diesen Antrieb richtig erkennt, entscheidet darüber, ob man in einem Menschen guten Willen erzeugen kann oder nicht.

Wissen ist Macht und gibt Macht

Wissen ist Macht und gibt Macht und in erster Linie auch in den Fragen erfolgreicher Lebensgestaltung. Wie aber wird man zu besserer Beachtung und zum gründlicheren Studium der Lehren des Erfolges kommen? Doch nur, wenn man dies alles einsieht und ernst macht mit dem guten Willen.
Man gehe deshalb mit sich zu Rate und frage sich, wieweit man bisher wirklich interessiert war am Studium der Erfolgs- und Lebensgesetze. Und ob man sich wirklich mit der Praxis einer bewussten Lebensführung beschäftigen will! Und wenn man merkt, dass Unlustgefühle in dieser Hinsicht das eigene Innere bewegen, so suche man solange nach der Ursache dieser Hemmungen, bis man die Antriebe erkannt und als Feinde seines Lebensglückes entlarvt hat.

Es ist wahr, dass manchmal das große Schicksal Ursache und Ausschlag gibt, dass Verkettungen dramatischer Art unentrinnbare Wirren und Verstrickungen schaffen können, doch in der Mehrzahl der Fälle sind wir zur Hauptsache selbst unseres Unglückes Schmied.

Wollten wir nur besser hierauf achten und den Zusammenhängen ehrlicher auf den Grund gehen, wir kämen sehr schnell dahinter, dass es so ist. Ist es aber so, gebietet es da nicht gesunder Menschenverstand, dass wir dann so handeln lernen, wie es für uns förderlich ist? Und ist dazu nicht Voraussetzung, dass wir die Meisterung des Lebens unentwegt ernsthaft studieren?
Welchen Gewinn kann man haben, wenn man nur einige der Erkenntnisse dieses Buches sich zu eigen macht! Aber das ist unmöglich, wenn man nur über die Seiten hinliest, ohne darüber nachzudenken oder man ohne innere Aufgeschlossenheit an das Studium herangeht.

Wir erklärten schon wiederholt, dass Lesen eine Kunst ist, die gelernt sein will. Goethe gesteht am Ende seines Lebens, dass er siebzig Jahre gebraucht habe, um diese Kunst zu meistern, worauf wir schon gleich im Vorwort hingewiesen haben. Es steht in den Zeilen nicht das darin, was man meint, sondern immer das, was ein Autor in sie hineinlegte. Dies zu erfassen und voll zu erkennen ist das Geheimnis. Es ist eine Frage der geistigen Sammlung ob man das vermag, aber schon diese Sammlung ist eine Frucht der Einsicht und des guten Willens.
Wie wir in allen Fragen der Lebensbemeisterung der Macht der Erkenntnis den Vorrang einräumen und nicht der bloßen Betätigung des Willens, so steht es auch hier: Man sieht wirklich den Wald vor lauter Bäumen nicht, wenn man nur wissen und erfassen will, ohne auch hierbei die Gesetze zu beachten, die das Erkennen erst ermöglichen.

Nochmals deshalb: Nur, wer langsam Wort für Wort eines Satzes in sich aufleuchten lässt und nicht weiter geht im Erfassen der Buchstaben, bevor er nicht zu völliger Klarheit kam über das zuerst Gelesene, gibt seinem Geist die Möglichkeit, den Kern einer Sache zu begreifen. Halten Sie sich hier immer wieder das bekannte Goethewort vor Augen:
„Was ist das Schwerste von allem? Was dir das Leichteste dünkt: Mit den Augen zu sehn, was vor den Augen dir liegt!"

Nutze die Zeit

Verehrte Leserinnen, verehrte Leser, wir haben uns mit der richtigen Ausnutzung von Zeit und Kraft schon sehr eingehend in unserem Buche auseinander gesetzt. Das alles ist wichtig und so entscheidend für den Aufbau eines glückhaften Lebens, dass wir es gar nicht ernst genug nehmen können. Wie schnell sind die wenigen Jahre unseres Lebens dahin und nichts ist dann mehr nachzuholen.
Wer Tag für Tag sich selbst kontrolliert und sich Rechenschaft gibt über die Ausnutzung der einzelnen viertel, halben und ganzen Stunden eines jeden Tages, dem wird sehr bald klar, welch unermessliches Kapital an Zeit durch Monate und Jahre hindurch buchstäblich nutzlos verrinnt, wenn man ohne Planung in den Tag hineinlebt.
Ein Blick in das Leben der Erfolgreichen beweist uns, dass sie nur deshalb erfolgreich sind, weil sie die vielen Stunden, die der Alltagsmensch verbringt mit fruchtlosem Grübeln, mit Streiten, mit Ärgern, mit Sorgenmachen oder mit höchst langweili-

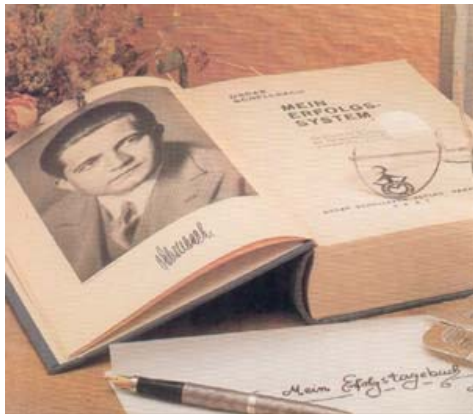
ger und zum Teil dümmster und albernster Beschäftigung, erfüllen mit zielbewusstem positiven Handeln.

Selbst das größte Bauwerk entsteht aus einzelnen kleinen Bausteinen. So ist es auch mit den Erfolgen unseres Lebens: Einfach und leicht ist das Schaffen, wenn der Blick auf das Ziel selbst im Kleinsten das Handeln bestimmt.
Wie aber so ein Bauwerk nur entstehen kann, wenn nach einem Plan die Einzelteile folgerichtig zusammen gefügt werden, so wird auch eine rationelle Ausnutzung der Zeit nur möglich, wenn auch dem Bau unseres Lebens ein Plan zugrunde liegt.

Aber, wie gesagt, wenn von Planung und Organisation gesprochen wird, dann gilt das nicht nur für den Ausnahmemenschen, sondern für jedermann, und nicht nur für den Existenzkampf im Berufs- und Geschäftsleben, ebenso in der Familie, in der Partnerschaft bis hin zur Freizeitgestaltung. Wir haben keinen Grund, uns positive Menschen zu nennen, wenn wir in diesem wichtigen Punkt zielbewusster Lebensgestaltung versagen.

„Das fruchtbarste Lernen ist die Überwindung des eigenen Irrtums.
Wer keinen Irrtum eingestehen will, kann ein großer Gelehrter sein,
aber er ist kein großer Lerner.
Wer sich des Irrtums schämt, der sträubt sich, ihn zu erkennen und
zuzugeben; d.h. er sträubt sich vor einem besten innerlichen Gewinn.
Da jedermann irrt, da die Weisesten geirrt haben, so haben wir keinen Grund,
unseren Irrtum als etwas Schändliches zu empfinden.“

Der Oscar Schellbach-Verlag
Erfolgs-Rezepte zum Lesen und Hören



Der Oscar Schellbach-Verlag ist seit seiner Gründung im Jahre **1921** einer der erfolgreichsten Verlage im Bereich des positiven Denkens, der Lebenshilfe und Erfolgs-Systematik.

Viele Auflagen-Millionen von Büchern, Schallplatten, Kassetten und CDs haben unzähligen Menschen aus allen Kontinenten neue Welten, neue Ziele und ein neues Leben erschlossen. Denn keines dieser Werke präsentiert nur die „graue Theorie" - der Schwerpunkt liegt dabei immer in der Praxis: der direkten Umsetzung des „Positiven Denkens“ im Alltag, im Beruf und im Privaten.

Glück, Erfolg und Harmonie durch ein realistisches, positives Denken steht als gemeinsames Motto über dem gesamten Verlagsprogramm und über jedem einzelnen Werk.

Auch heute hat das Schellbach System nichts von seiner Aktualität verloren. Einmal durch die ständige Weiterentwicklung und Ergänzung und zum anderen durch den Einsatz der neuesten Medien. Heute ist dieses System durch den Einsatz des Internet und der modernsten Medien, wie Einzel-CDs, Schulungswerken auf Cds, Bücher und E-Books.

Das Schellbach-Verlagsprogramm ist so umfassend und vielseitig, dass wir Ihnen in dieser Übersicht nur einen schnellen Überblick über die verschiedenen Produkte geben können. Ausführliche Informationen zu allen Werken von Oscar Schellbach finden Sie auf unserer Webseite. Dort bieten wir Ihnen zu den verschiedenen Werken auch **Lese- und Hörproben** an. Bitte besuchen Sie uns, wir freuen uns über Ihren Besuch.

Oscar Schellbach-Verlag
25807 Husum, Postfach 1732
Telefon: (04842) 900 651
Fax: (04842) 900 1970
www:schellbach-verlag.de
eMail: Verlag@schellbach-verlag.de

Die Gesetze des Erfolges



Ein Hauptkapitel des Erfolgs-Systems sind die drei Gespräche über die Gesetze des Denkens.
Diese Gespräche führt Oscar Schellbach mit einem seiner Schüler, den er Stufe um Stufe in die Anwendung der Gesetze des Denkens einführt.
Durch das Stellen von Fragen und das leicht fassliche Zwiegespräch ergibt sich eine besonders intensive Methode zum Erfassen der erfolgsentscheidenden Aussagen der Schellbach-Lehren.

Aus diesen Gesprächen können Sie erkennen, was im Erfolgs-System tatsächlich steht und wie unendlich wertvoll die darin enthaltenen Lehren für die Gestaltung eines erfolgreichen Lebens sind.

1. Gespräch:
„Wie man in sich die Überzeugung entwickelt, dass es Gesetzmäßigkeiten der Lebensbemeisterung gibt und dass durch die Beachtung dieser Gesetzmäßigkeiten das eigene Schicksal tatsachlich weit gehend beeinflusst werden kann."

2. Gespräch
„Einführung in das Verstehen der Gesetze des Denkens und wie man sich aus negativen Zwangsabläufen befreit und ein „Richtigdenker" aus guter Gewohnheit wird."
Ein wichtiger Abschnitt ist hierbei das Erkennen der Bedeutung unserer seelischen Kräfte. Diese Kräfte können im wahren Sinne des Wortes Berge von Lebensschwierigkeiten versetzen und beweisen, wie wahr es ist, was schon uralte Weisheitslehren behaupten, dass Herrschaft über das Denken Macht über Leib und Leben gibt.

3. Gespräch:
„Die dritte Stufe dieses Weges behandelt die richtige, positive Steuerung der seelischen Kräfte und die Bedeutung der Bejahung. Das Ziel ist das Erkennen der Schritte, die im Interesse eines erfolgreichen und glücklichen Lebens zu gehen sind."

6 Audio CDs in Archiv-Box, € 300,-
Original Schallplattenproduktion von Oscar Schellbach die für die neue CD Serie komplett digital überarbeitet wurde.

7 x Lebenskunst

„Anleitung zum Glücklichsein“



Glücklich leben ist eine Kunst, zu der auch die Wissenschaft ihren Teil beiträgt: Psychologie und Medizin bilden eine wichtige Grundlage bei dem Gedanken- und Erkenntnisgebäude von Oscar Schellbach. „Siebenmal Lebenskunst" sammelt diese Erkenntnisse und vermittelt sie Ihnen innerhalb kürzester Zeit lebensnah. Lesen Sie dieses Buch und Sie werden völlig neue Erkenntnisse zur Gestaltung eines glücklichen und erfolgreichen Lebens gewinnen. Dieses Buch ist in Hardcover Version und als E-Book lieferbar.

Hardcover, 200 Seiten, ISBN 3-921585-00-7, € 25,80
E-Book, Adobe PDF, ISBN 3-921585-01-5, € 19,80



Auf A14 CDs

Anleitung zum Glücklichsein

7 x Lebenskunst

Erlangen Sie ein Höchstmaß an seelischer Kraft und Freiheit, körperlicher und geistiger Gesundheit, Schaffenskraft, persönlichem Einfluss, Lebensharmonie und Wohlergehen. Verfasst auf Grund langjähriger Erfahrung des Autors bei der Unterweisung von Zehntausenden von Lehrgangsteilnehmern aus allen Bevölkerungskreisen auf allen Gebieten einer glücklichen und erfolgreichen Lebensführung.

1. Vortrag: Die Grundlagen glücklicher Lebensführung
Ein Höchstmaß an Erfolg durch ein Höchstmaß an Vernunft - Wie man die Logik in seine Lebensführung einbauen muss.

2. Vortrag: Geheime Fehler in der Selbstbehandlung
Die Kunst, die Denkmaschine" richtig zu steuern - Zielbewusster Einsatz der aufbauenden Kräfte - „Köpfchen", darauf kommt es an.

3. Vortrag: Glück erzeugen durch positive Menschenbehandlung
Aufschließung der inneren Wesenheit - Ursachen zur Änderung des Charakters - Wie man sich viele Menschen zu ehrlichen Freunden macht.

4. Vortrag: Leben auf Kugellagern
Wie man ein Höchstmaß an effektiver Leistung erzielt, ohne sich zu überarbeiten - Die Philosophie des Lebenskünstlers - Die Seele will spielen.

5. Vortrag: Herrschaft über die Kraft des Geistes
Wie das Gehirn zwanglos und krampflos arbeiten lernt - Fachmann werden auf dem Gebiet der Lebensmeisterung.

6. Vortrag: Vervielfältigung der Schaffenskraft
Auslösung dynamischer Kräfte - Wodurch die Fähigkeiten des Unterbewusstseins erwachen und sich betätigen.

7. Vortrag: Die Vergoldung des Alltags
Der ganze Alltag: Mann, Frau, Familie und das ganze Leben unter dem Zeichen wahrer und wirklicher Lebenskunst - Anleitung zur Organisation einer größtmöglichen Fülle an Lebensglück.

14 Audio CDs in zwei Archiv-Boxen, € 490,-
Original Schallplattenproduktion von Oscar Schellbach die für die neue CD Serie komplett digital überarbeitet wurde.



Automation und Meditation

Automation- und Meditationstraining ist eine wesentliche Hilfe und Unterstützung, die wir für unseren persönlichen Erfolg und unser Lebensglück einsetzen können. Es ist ein Hilfsmittel zur Gesunderhaltung unseres Körpers, unseres Geistes und unserer Seele. Es aktiviert und koordiniert die Kräfte unseres Unterbewusstseins und unserer Seele.

Auf diesen 2 CDs finden Sie, neben einer umfassenden Einweisung in die Automations- und Meditationstechnik, 9 Automations- und 4 Meditationsübungen mit der beseelten Sprache von Oscar Schellbach.

Box mit 2 CDs, € 100,-
Original Schallplattenproduktion von Oscar Schellbach, die für die neue CD Serie komplett digital überarbeitet wurde.

Die bewusste Steuerung der seelischen Kräfte
Die Seelephonie Serie



Sie können mehr Erfolg haben, mehr Lebensfreude und eine bessere Gesundheit, die Audio CDs der Seelephonie Serie unterstützen Sie dabei. Sie hören in sich hinein und sprechen zu Ihrem Unterbewusstsein. Denn nur dann, wenn Sie sich selbst verstehen, sind auch Ihr Körper, Ihr Geist und Ihre Seele im Einverständnis miteinander.
Diese CDs mit der suggestiven Stimme von Oscar Schellbach sind immer wieder ein entscheidender Anstoß, wenn es um Ihre Gesundheit, Ihren Lebenserfolg und um Ihr Lebensglück geht.

SER 1, Teil 1: „So stehen wir über den Dingen." Die Grundhaltung des positiven Menschen. Meditation über die Einstellung zum Unabänderlichen und dem höheren Sinn des Daseins.
Teil 2: „So meistern wir unsere Nerven." Gewinnung von innerer Ruhe, Nervenkraft, Harmonie und Lebenszuversicht.

SER 2, Teil 1: „So meistern wir alle Hemmungen." Darlegung des Weges zur Einflussnahme auf unser Denken zur Befreiung von bedrückenden Stimmungen, Komplexen, Angstgefühlen und seelischen Hemmungen. Teil 2: „So sind wir erfolgreich im Umgang." Die Lehren der positiven Lebensführung zur Gewinnung von Achtung, Vertrauen und Zuneigung in allen Lebenslagen. Die positive Persönlichkeit im Denken, Fühlen und Handeln.

SER 3, Teil 1: „Sie werden müde und schlafen ein." Flüsterton-Suggestion zur Erzeugung eines tiefen und ruhigen Schlafes. Teil 2: Brainwavesynchronisation „Sie werden müde und schlafen ein ." Teil 3: „Der Satz vom guten Mute." Eine Lektion über die aufbauende Kraft positiver Gedanken für Gesunde und Kranke.

SER 4, Teil 1: „Glaube an deine Seele." Innerer Friede, Entspannung und Harmonisierung im Blick auf das Ewige. Orgelklänge nach Motiven alter Meister. Teil 2: „Der Sinn des Lebens."
Kurzmeditation mit Musikuntermalung über den Sinn des Lebens. Lösung von allen Belastungen, Spannungen und Disharmonien. Teil 3: „Ich glaube an mich." Durch Entspannung und Meditation erlangen Sie einen tiefen und festen Glauben an das eigene Können.

SER 5, Teil 1: „Atme dich leistungsstark." Körperliches Wohlbefinden und geistige Leistungsfähigkeit durch richtige Atmung. Einführung in die Bedeutung gleichmäßiger Tiefatmung für das körperliche Wohlbefinden und die geistige Leistungskraft. Teil 2: Vier-Stufen-Atemübung zum systematischen Mitüben und zur Automatisierung einer gleichmäßigen Tiefatmung.

SER 6, Teil 1, Life Meditation: „Vertrauen zum Schicksal." Meditation über den Weg zu einem harmonischen und glücklichen Leben. Vertrauen in die innere Kraft. Die Schöpferkraft der Natur in uns. Teil 2, Life Meditation: „Vertrauen zur eigenen Kraft." Meditation zum Thema: Meisterung des Lebens durch positives Denken. Das große Loslassen. Körperliche Entspannung, die Voraussetzung zur Sammlung der eigenen Kräfte.
Bestell-Nr. SER 06

SER 7, Teil 1: „Glaube an das Gute." Meditation zur Versenkung in das Mysterium der Macht positiver Gedanken. Harmonisierung des eigenen Lebens, neuer Lebensmut und neuer Lebensinhalt. Teil 2: „ Ewigkeitsgedanken deutscher Mystiker." Meditation über die Worte von Meister Eckart, Thomas von Kempis, Jacob Böhme, Paracelsus, Angelus Silesius.

Einzel CD, SER1 - SER7, € 50,-
Gesamtprogramm mit 7 CDs in Archiv-Box, € 300,-



Der Original Oscar Schellbach Intensiv-Kursus

Alle können besser leben

Der in über vierzig Schaffensjahren bewährte Spezial-Kursus zur Einführung in das Gesamtgebiet einer erfolgreichen Lebensgestaltung durch die Methoden und Techniken der Schellbach-Lehre. Live-Aufnahmen aus dem Hörsaal des Schellbach-Instituts für positive Lebensführung in Baden-Baden. Im Mittelpunkt steht die Entfaltung zur leistungsstarken, tatkräftigen, lebensklugen und schöpferischen Persönlichkeit.

Durch dieses Programm auf **24 CDs** ist es jetzt jedermann möglich, das umfangreiche Studienmaterial des Intensiv-Kursus in aller Ruhe und in kleinen Portionen dem eigenen Denken einzuverleiben. Hierdurch entstehen eine ganz und gar positive Lebenseinstellung und ein völlig neues erfolgreiches Denken, Fühlen und Handeln.

Eine ganz neue Welt tut sich auf

Die große Umschaltung, von der Wirkungs- auf die Ursachenebene, in Verbindung mit dem Automationstraining des M-Schlüssels ist die konsequente Ausnutzung aller Erkenntnisse neuzeitlicher Tiefenpsychologie: **Unser Unterbewusstsein wird veranlasst, für uns zu arbeiten, ohne dass wir selber unsere Anstrengung erhöhen!**
Das erkannten am besten bisher nur unsere Kursusteilnehmer, denn aus Büchern ist die ganze Wahrheit nur herauszulesen, wenn man den Schlüssel zum Verstehen schon in sich bewusst gemacht hat.
Dieses Programm auf 24 CDs besitzt, genau wie der persönliche Unterricht, die magische Kraft zur Befreiung von ungezählten Hemmungen und Sperrungen, um deren Beseitigung und Überwindung man sich oft schon Jahrzehnte vergeblich bemühte. Es bringt das Ende aller Unklarheit über den tatsächlich besten und wirklich gangbaren Weg zum persönlichen Erfolg und eröffnet eine ganz neue Ära der Selbstentfaltung! Wie der persönliche Intensiv-Kursus gibt er Antwort auf alle entscheidenden Lebensfragen und erprobten Rat in den schwierigsten Problemen.

Das Programm des Intensiv-Kursus ist bei diesem Lehrwerk auf Audio CDs genau das Gleiche wie beim persönlichen Kursus! Es ist überhaupt kein Unterschied, denn alle Tonaufnahmen des Kursus sind Originalaufnahmen, darum auch die unmittelbare Wirkung von Mensch zu Mensch! Schon von der ersten Minute an vergessen Sie die Zeit, erleben Sie das Wunder der Versenkung, in die Oscar Schellbach seine Hörer versetzt!

24 CDs in zwei repräsentativen Archiv-Boxen, € 840,-
Original Schallplattenproduktion von Oscar Schellbach, die für die neue CD Serie komplett digital überarbeitet wurde.

Der Weg zur Aktivierung aller geistigen und seelischen Kräfte

Erkennen — Schaffen — Vollenden



Das umfassendste Werk der Gesamtlehre des Mental-Positivismus. Dieser Zyklus beinhaltet neben den gesicherten Erkenntnissen der Lehre vom positiven Leben, optimale arbeitstechnische Methoden, deren Beachtung und Anwendung frei machen von Unsicherheit, Lebensangst und Verschaltungen, die zu einem erfolgreichen, glücklichen und zufriedenen Dasein führen.

Einsetzbar ist dieses Wissen für alle privaten und beruflichen Zwecke, bei allen Unternehmungen und Zielsetzungen. Sie werden eingeführt in die sieben Stufen der Konzentration, die Sie befähigen, die schöpferischen Kräfte des Unterbewusstseins willkürlich zu beeinflussen.

Das Werk umfasst außerdem großen Lehrteil 12 Repetitorien, 12 Stufen-Automationsübungen zur Entfaltung der Persönlichkeit und zur Meisterung von Schwächen und Hemmungen und 12 Stufen-Meditationsübungen zur Aktivierung der Schöpferkräfte des Unterbewusstseins.

Es umfasst ein Höchstmaß an arbeitstechnischen Methoden, deren Beachtung und Anwendung freimachen von Verschaltungen, Unsicherheit und Lebensangst und zu einem positiven, glücklichen und zufriedenen Dasein führen.

Auszug aus einem Urteil:

„Das Wachstum der eigenen geistigen und seelischen Kräfte ist, wie das Training in allen sportlichen Disziplinen, eine regelrechte Wissenschaft. Man begreift davon immer mehr, je mehr man besser und tiefer in die Materie eindringt und nach den gewonnenen Einsichten handelt. So, wie jeder Artist Hochleistungen des körperlichen und geistigen Könnens erzielt, so muss man sich selbst schulen und ausbilden in den Kräften und Fähigkeiten des persönlichen Erfolges. Im Begreifen dieser Notwendigkeit beginnt jeder Aufstieg im Sektor persönlicher Überlegenheit.

Was uns mit dem Lehrwerk ERKENNEN-SCHAFFEN-VOLLENDEN für die Steigerung der eigenen Intelligenz, der Geisteskraft, des schöpferischen Könnens - kurz gesagt, der erfolgreichen Meisterung des Lebens geboten wird, ist absolut einmalig!"

25 Audio CDs in drei Archiv-Boxen, € 870,-

Original Schallplattenproduktion von Oscar Schellbach, die für die neue CD Serie komplett digital überarbeitet wurde.



Werkstatt der Seele

Die Werkstatt der Seele ist die erkenntnisphilosophische Grundlage des Mentalpositivismus, es ist die esoterische Lehre der Lebensmeisterung.
Bereits im Jahr 1928 prägte Oscar Schellbach den Begriff Mentalpositivismus und führte in der „Werkstatt der Seele" aus, welche Kräfte und Mächte unser Leben durchdringen und wie es der Mensch durch die Macht der Erkenntnis ermöglichen kann, den Einfluss auf das eigene Schicksal positiv zu gestalten.
Zehntausende kennen dieses geistige Werk aus der Buchausgabe, aber erst die meisterhaft beseelte Sprache des Autors gestaltet den Inhalt so fasslich, instruktiv und einprägsam, dass erst dadurch wirklich bewusst wird, was es zu geben vermag: Allen, die in unserer Zeit der Disharmonie und Ziellosigkeit nach einer Beantwortung der letzten Fragen suchen, finden entscheidende Antworten und damit auch einen Weg zu einem neuen Lebenssinn.

1. Teil: Einführung in die Voraussetzungen logischen Erkennens zum Begreifen der Gerechtigkeit des Schöpfers und seiner Absichten.
Einführung in die Gesetze des Werdens und Seins in der Menschenwelt.

2. Teil: Parapsychologie und Metaphysik.
Das geistige überirdische Zentrum des eigenen Wesens

3. Teil: Des Menschen Geschick.
Unser Unterbewusstsein, die geniale Werkstatt der Seele.

4. Teil: Mentalpositivismus
Die Praxis der neuen Mentalität und ihre Wirkung auf die eigene Lebensführung.

12 Audio CDs in 2 repräsentativen Archiv-Boxen, € 600,-
Original Schallplattenproduktion von Oscar Schellbach, die für die neue CD Serie komplett digital überarbeitet wurde.

Ausführliche Informationen erhalten Sie durch den

Oscar Schellbach-Verlag
25807 Husum, Postfach 1732
Telefon: (04842) 900 651
Fax: (04842) 900 1970
www:schellbach-verlag.de
eMail: Verlag@schellbach-verlag.de