

# PAM GROUT



**Wie Ihre Gedanken  
die Welt verändern  
Neun Beweise  
zum Selbsttesten**



*Allegria*

## Das Buch

Der Kurs im Wundern war der Anfang. The Secret erklärte einst die Zusammenhänge spiritueller Prinzipien. Pam Grout hingegen lässt uns diese Gesetze selbst und direkt erfahren. Dieses Buch tritt anhand von neun Experimenten den Beweis an, dass Wunder keine Frage des Glaubens sind, sondern von uns selbst erzeugt werden.

## Die Autorin

Pam Grout ist Weltreisende, Abenteuerin und Autorin zahlreicher Bücher und Artikel darüber, was sie auf ihren Reisen erlebt hat. Sie lebt mit ihrer Tochter in Lawrence, Kansas.

*[www.pamgrout.com](http://www.pamgrout.com)*

Von der Autorin in unserem Hause erschienen:

*E<sup>2</sup> + Neue Beweise zum Selbsttesten*  
*Atme dich schlank*

Pam Grout



Wie Ihre Gedanken die Welt verändern  
Neun Beweise zum Selbsttesten

Aus dem Amerikanischen übersetzt von  
Thomas Görden

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.ullstein-taschenbuch.de](http://www.ullstein-taschenbuch.de)



Neuausgabe im Ullstein Taschenbuch  
Ullstein Taschenbuch ist ein Verlag der  
Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin.

1. Auflage Februar 2015

© für die deutsche Ausgabe by

Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2013

© für die Originalausgabe

E<sup>2</sup> NINE DO-IT-YOURSELF ENERGY EXPERIMENTS  
THAT PROVE YOUR THOUGHTS CREATE REALITY

by Pam Grout 2013

Umschlaggestaltung: Ateet Frankl/frankldesign.de

Umschlagillustration © Amy Rose Grigoriou

Satz: Keller & Keller GmbH

Gesetzt aus der Minion

Papier: Pamo Super von

Arctic Paper Mochenwangen GmbH

Druck und Bindearbeiten:

GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-548-74623-4

# INHALT

*Vorwort* von Pierre Franckh 9

*Vorwort* von Dr. Joyce Barrett 11

*Zur Einführung* 13

*Einleitung:* Die Welle kollabiert: Wir lernen, wie schlecht informiert wir sind 30

*Die Vorbereitungen* 54

**1. Experiment:** Das Beweis-es-mir-Prinzip 59

Es gibt eine unsichtbare energetische Kraft oder ein Feld unbegrenzter Möglichkeiten

**2. Experiment:** Das Toyota-Prius-Prinzip 77

Du beeinflusst das Feld und ziehst aus ihm das in dein Leben, was deinen Glaubenssätzen und Erwartungen entspricht

**3. Experiment:** Das Alby-Einstein-Prinzip 91

Auch du bist ein Energiefeld

**4. Experiment:** Das Abrakadabra-Prinzip 107

Alles, worauf wir uns konzentrieren, wächst und vermehrt sich

**5. Experiment:** Das Leserbrief-Prinzip 133

Deine Verbundenheit mit dem Feld sorgt dafür, dass du jederzeit präzise und umfassende Wegweisungen erhältst

**6. Experiment:** Das Superhelden-Prinzip 151

Dein Denken und Bewusstsein wirkt sich auf die Materie aus

**7. Experiment:** Das Idealfigur-Prinzip 171  
Dein Denken und Bewusstsein steuert den Zustand  
deines physischen Körpers

**8. Experiment:** Das 101-Dalmatiner-Prinzip 185  
Du bist mit allem und jedem im Universum verbunden

**9. Experiment:** Das Brot-und-Fisch-Prinzip 201  
Das Universum ist grenzenlos, reich und sorgt auf  
erstaunliche Weise für uns

*Nachwort:* Inspiriert einander! 219

*Danksagung* 222

*Über die Autorin* 223

# VORWORT

von Pierre Franckh

Als Kinder haben wir fast alle an eine gute Macht geglaubt, die uns beisteht und in unserem Leben helfen kann. Wenn wir in einem christlichen Elternhaus aufgewachsen sind, haben wir diese Macht vielleicht Gott genannt. Wir hatten ein intuitives Gefühl dafür, dass unsere Wünsche und Hoffnungen direkten Einfluss auf unser Leben haben. Aber im Laufe unseres Erwachsenwerdens ging den meisten von uns dieses Gefühl verloren. Wir mussten immer wieder hören: Was du denkst, spielt keine Rolle! Was zählt, ist die Realität von Fakten, Zahlen und Beweisen.

Wenn ich heute erwachsene Menschen frage, warum sie nicht daran glauben, dass ihre Gedanken und Wünsche die Realität unmittelbar beeinflussen, ernte ich meist Unverständnis und Ratlosigkeit. Allein die Idee, darüber nachzudenken, finden viele albern. Die meisten Menschen beschäftigen sich nicht mehr damit. Wieso auch? Wenn man davon überzeugt ist, dass man sein Leben sowieso nicht ändern kann, ist es mühselig, sich darüber Gedanken zu machen ... Dass man jedoch gerade aufgrund dieser eigenen Überzeugung nicht in der Lage ist, sein Leben zu verändern, das ist das Fatale. Denn diese Glaubenssätze schreiben das Drehbuch unseres Lebens.

Durch die neuesten Erkenntnisse der Quantenphysik, der Quantenbiologie und der modernen Mathematik tritt immer deutlicher zutage, dass es stets die Kraft der menschlichen Überzeugungsmuster ist, die uns zu dem werden lässt, was wir zu sein glauben: von der Gesundheit bis zur Krankheit, von der Immunabwehr bis zu unserem Hormonhaushalt, von unseren Selbstthei-

lungskräften bis zu unserer Glücksfähigkeit. Die wahren Grenzen existieren nur in unserem Kopf. Ansonsten liegt ein Reich unbegrenzter Möglichkeiten vor uns. Und das Wunderbare ist, dass wir mit dieser Aussage nicht länger allein auf unseren Glauben oder auf reine Mutmaßung angewiesen sind, denn sie wird nun auch von der Wissenschaft begleitet, die uns genau in dieser Auffassung bestärkt und bestätigt.

Seit vielen Jahren verbreite ich diese Erkenntnis nun schon in Büchern und Seminaren. Und ich durfte erleben, wie sehr sich das Leben von Menschen mit ihr positiv verändern konnte. Trotzdem weiß ich, wie schwer wir uns alle mit dieser Erkenntnis tun. Wir würden gerne an die Macht unserer Gedanken glauben, aber wir wollen erst einmal Beweise. Quantenphysikalische Experimente unter Laborbedingungen können wir schlecht selbst durchführen. Uns von alten Glaubenssätzen zu trennen, ohne Beweise für neue zu haben, fällt uns nicht leicht.

Pam Grout hat für dieses Dilemma mit ihrem Buch einen wunderbaren Ausweg gefunden. Ihr wollt Beweise? Hier sind sie. Getreu dem alten Leitsatz »Probieren geht über Studieren« finden Sie auf den nächsten Seiten neun Experimente zum Selbstversuch, mit denen Sie sich selbst von der Macht Ihrer Gedanken überzeugen können. Diese Experimente sind in jeder Beziehung völlig ungefährlich außer in einer: Sie können Ihre bisherigen Glaubenssätze erheblich stören. Vielleicht sogar für immer verändern. Ich lege Ihnen dieses Buch ans Herz, weil ich weiß, wie sehr Sie Ihr Leben damit zum Besseren wenden können.

# VORWORT

von Dr. Joyce Barrett

Als Kind fragte ich in der Sonntagsschule meine Lehrerin, warum Wunder zwar zu biblischen Zeiten vorkamen, nicht aber im heutigen Leben geschehen. Sie hatte darauf keine Antwort, und ich nahm nun an, dass Gott, Kirche und Religion bedeutungslos waren und kaum etwas mit meinem Leben zu tun hatten (obwohl ich nie aufhörte, mich nach einem tieferen Sinn zu sehnen). Ich wandte mich von der Spiritualität ab und der Wissenschaft zu, die zumindest zu erklären versuchte, wie die Welt funktioniert.

Pam Grouts Bücher und Artikel sind eine wahre Entdeckung. Sie helfen Zweiflern wie mir, unsere Sehnsucht nach Spiritualität zu stillen. Sie zeigt uns (auf sehr unterhaltsame und allgemein verständliche Weise), dass Energie, Kraft und sogar Wunder existieren und allen Menschen zugänglich sind. Die Ideen und Experimente in diesem Buch haben mir vieles von dem begreifbar gemacht, was spirituelle Lehrer seit Jahrtausenden verkünden.

Ich empfehle dieses Buch ausdrücklich allen, die spirituelle Ideen besser verstehen wollen und lernen möchten, sie im Alltag anzuwenden – sogar jenen, die wie ich der organisierten Religion skeptisch gegenüberstehen. Unseren Geist umzuschulen funktioniert so ähnlich, darauf weist Pam Grout uns hin, wie man einen jungen Hund zur Stubenreinheit erzieht. Man muss ihn immer wieder mit nach draußen nehmen und ihm die Schönheit, das Erhabene und die Wahrheit zeigen. Mithilfe einfacher, Freude machender Schritte zeigt sie den Leserinnen und Lesern, dass Wunder auch heute möglich sind und dass für uns alle eine erstaunliche Energiequelle frei verfügbar ist.

»Die Art, wie wir das Leben bis jetzt  
wahrgenommen haben, muss aus dem Weg  
geräumt werden, damit die Wahrheit sichtbar wird.«

*Michele Longo O'Donnell, Gastgeberin der Radiosendung  
»Living Beyond Disease« (Leben jenseits der Krankheit)*

## ZUR EINFÜHRUNG

»Meine Religion besteht in einer demütigen Beziehung zu einer unbegrenzten geistigen Macht, die sich selbst in den kleinsten Dingen zeigt.«

*Albert Einstein, theoretischer Physiker*

Zwei Monate bevor ich 35 wurde, ließ mein langjähriger Freund mich wegen einer zehn Jahre jüngeren Jurastudentin sitzen. Bedenken Sie zudem, dass dies zu der Zeit geschah, als die Weibliche Singles/Meteor-Studie veröffentlicht wurde. Laut dieser Studie stand zweifelsfrei fest, dass für Frauen über 30 die Wahrscheinlichkeit, doch noch geheiratet zu werden, nicht größer ist als das Risiko, von einem Meteor erschlagen zu werden.

Nachdem ich mehrere Tage auf dem Bett gelegen und den Deckenventilator angestarrt hatte, gelangte ich zu dem Schluss, dass mir zwei Wahlmöglichkeiten blieben. Entweder konnte ich mir in warmem Badewasser die Pulsadern aufschneiden ... oder mich für ein einmonatiges Trainingsprogramm in Esalen anmelden, dem Selbstentwicklungs-Mekka in Big Sur, Kalifornien. Da ich wusste, wie sehr meine damalige Mitbewohnerin häusliche Unordnung hasste, entschied ich mich für Esalen.

Am zweiten Abend dort lernte ich einen attraktiven ehemaligen Surfer namens Stan kennen, der mich überredete, mit ihm der Meeresbrandung zu lauschen. Es endete damit, dass wir in einem der Massageräume zusammen einschliefen, eng aneinandergekuschelt, um uns warm zu halten. Nicht, dass es funktioniert hätte. Die Aprilwinde am Pazifik können wild sein, und trotz unserer vereinten Körperwärme wären wir fast erfroren. Wenn man darüber nachdenkt, hätte sich auf diese Weise fast

mein Selbstmord-Dilemma gelöst. Und wäre Stan nicht so süß gewesen und ich nicht so verzweifelt bestrebt, über diesen Kerl hinwegzukommen, der mich weggeworfen hatte wie eine leere Chipstüte, hätte ich mich vermutlich freundlich verabschiedet und wäre zu meinem kälteisolierten Schlafsack zurückgekehrt.

Aber ich blieb bis zum nächsten Morgen bei ihm, als »das erste Licht des Tages« uns offenbarte, dass gleich neben der Matratze, auf der wir uns zusammengesekelt hatten, ein Heizgerät stand. Ein Heizstrahler, mit dem wir es uns gemütlich warm hätten machen können!

Genau darum geht es in diesem Buch. Es gibt ein Heizgerät – oder, besser gesagt, eine unsichtbare energetische Kraft –, das jederzeit für uns verfügbar ist. Wir müssen es nur einschalten. Die meisten von uns sind sich gar nicht bewusst, dass dieses »Heizgerät« existiert. Wir glauben, das Leben sei ein auf reinem Zufall beruhendes Glücksspiel. *C'est la vie*.

Jene von uns, die von der Existenz des Heizgeräts wissen (also des Energiefeldes, das es uns ermöglicht, unser Leben selbst zu bestimmen und zu gestalten), wissen nicht, wie es funktioniert. Wir haben Gerüchte gehört, frau oder man könne es durch Gebete einschalten und durch gute Taten in Gang halten. Aber niemand scheint etwas Genaueres zu wissen. Ein Guru empfiehlt uns zu chanten. Der nächste rät zur Meditation. Der im vorigen Jahr beharrte darauf, wir müssten unser Denken reinigen und unsere Schwingungen anheben. Was ist nun richtig? Ist diese energetische Kraft wirklich so vage und mysteriös? Und warum funktioniert sie nur manchmal? Im besten Fall ist ihr Wirken unvorhersehbar und unzuverlässig. Man kann nicht auf sie bauen.

Stimmt das wirklich?

Ich behaupte, dass dieses unsichtbare Energiefeld zu hundert Prozent verlässlich ist. Es funktioniert in jedem Fall wie ein mathematisches Prinzip oder ein physikalisches Gesetz. Zwei plus zwei ergibt *immer* vier. Wenn man Bälle vom Dach wirft, fallen sie *immer* nach unten. Unsere Gedanken beeinflussen *immer* unsere physikalische Realität.

### *Sehen ist Glauben*

»Alles, was ich sicher zu wissen glaube, gleitet mir durch die Finger. Gewissheit ist nützlich, aber sie kann bewirken, dass wir unseren Geist vor dem wahren Licht verschließen.«

*David O. Russell, Filmemacher*

Wenn Sie *The Secret* gelesen haben oder schon einmal in der metaphysischen, spirituellen Szene unterwegs waren, wissen Sie bereits, dass Ihre Gedanken Ihre Realität erschaffen, dass es im Universum eine heilende Kraft gibt und dass Sie, und nur Sie allein, Ihr Leben gestalten. Nur gibt es da leider noch ein winzig kleines Problem:

Sie glauben nicht *wirklich* daran.

Die meisten Menschen handeln immer noch auf der Grundlage der geistigen Architektur unserer Vorfahren. Wir glauben, wir würden unser Leben mittels unserer brillanten Ideen und Gedanken lenken. Wir glauben, wir hätten klare Absichten und würden uns neue Möglichkeiten erschaffen, aber in Wirklichkeit recyceln wir lediglich alte Tonbänder, reflexartige Konditionierungen und Verhaltensautomatismen, die wir größtenteils schon vor dem sechsten Lebensjahr von anderen übernommen haben. Wie pawlowsche Hunde reagieren wir auf Muster, die wir über-

nommen haben, ehe wir intelligent genug waren, um eine kluge Auswahl zu treffen. Die meisten Gedanken, die wir für unsere eigenen halten, sind in Wirklichkeit von uns fast nie hinterfragte Glaubenssätze, die wir von anderen Menschen mitbekommen haben. Also liegt unser neues positives Denken im Widerstreit mit unserer alten, Ohnmachtsgefühle erzeugenden Programmierung. Mit anderen Worten, unser Bewusstsein, jene Kraft, die immer auf die physische Realität einwirkt, ist nicht bei sich selbst, sondern wird von äußeren Einflüssen beherrscht.

Nicht lange nach meinem Collegeabschluss, als ich meinen ersten Job gefunden und mein Leben selbst in die Hand genommen hatte, kamen mir negative Gedanken über das Geld heftig in die Quere. Ich machte mir ständig Sorgen wegen meines Einkommens und fragte mich, ob ich mir ein neues Fahrrad oder einen neuen Computer leisten konnte. Eines Tages, während meines frühmorgendlichen Joggens, kam mir plötzlich die Erkenntnis. Diese Gedanken waren schlicht und einfach exakte Wiederholungen von Bemerkungen, die meine Mutter oft gemacht hatte, während ich heranwuchs. Und obwohl es in meinem Leben objektiv gar keinen Grund für diese Ängste gab, hatte ich sie mir ins Bewusstsein heruntergeladen, ohne mir dessen bewusst zu sein.

Überflüssig zu sagen, dass dieses Paradigma nicht gerade meinem höchsten Wohl diene. Ich schrieb das Paradigma meines finanziellen Lebens bewusst um und sagte mir: »Ich kann mir alles leisten, was ich gerne haben möchte. Tatsächlich bin ich so wohlhabend, dass ich mir nie wieder finanzielle Sorgen machen muss.« Als freischaffende Autorin und Journalistin ernannte ich Gott zum Manager meiner beruflichen Zukunft. Ich sagte mir, dass ich in diesem unbeständigen Geschäft als freie Schriftstelle-

rin nur würde bestehen können, wenn ich mich von diesen negativen Programmierungen aus meiner Vergangenheit befreie. Ich benötigte eine neue energetische Ausrichtung.

*Hey, Leute, die Realität hat sich verändert!*

»Würden wir von der Annahme ausgehen, dass das, was als wahr akzeptiert wird, wirklich wahr ist, gäbe es kaum Hoffnung auf Fortschritt.«

*Orville Wright, amerikanischer Flugzeugbauer*

Obwohl die Mängel des reduktionistischen, mechanischen Weltbildes längst erwiesen sind, ist es immer noch zutiefst in unserer Kultur verankert. Die Neurowissenschaft sagt uns, dass 95 Prozent unserer Gedanken von unserem vorprogrammierten Unterbewusstsein kontrolliert werden. Statt wirklich selbstständig zu denken, schauen wir uns immer wieder einen »Kinofilm« aus unserer Vergangenheit an.

Wären Sie nicht ständig diesem bruchstückhaft auf Sie einprasselnden Gewohnheitsdenken ausgesetzt, könnten Sie Ihr Leben beliebig verändern und gestalten. Dann hätten Sie keine ums Geld kreisenden Ängste, Sie hätten nur gute Beziehungen zu anderen Menschen, und Sie wären so ekstatisch zufrieden, dass Sie nie auf die Idee kämen, ein Buch wie dieses zu lesen.

Aber, offen gesagt, bin ich froh, dass Sie es lesen. Dieses kleine Buch wird Ihnen ein für alle Mal den Beweis erbringen, dass Ihre Gedanken mächtig sind und dass ein Feld unbegrenzter Möglichkeiten auf Sie wartet. Und Sie werden lernen, das veraltete Denken, das bislang Ihr Leben bestimmt hat, komplett umzuschreiben.

Statt eine umfangreiche Argumentationskette zu präsentieren – von der Art, wie Sie sie schon in all den anderen Büchern über das Erschaffen der eigenen Realität gelesen haben –, werden in diesem Buch neun einfache Experimente vorgestellt. Mithilfe dieser Experimente können Sie sich selbst beweisen, dass Ihre Gedanken Ihre Realität erschaffen. Es wird dadurch für Sie zum Alltagswissen werden.

Noch ist es eine Theorie. Doch wenn Sie mit eigenen Augen sehen, dass Sie Ihre Realität ändern können, einfach indem Sie sie beobachten, wird das bei Ihnen eine Umprogrammierung bewirken, und damit werden Sie Ihre alte Konditionierung hinter sich lassen. Mithilfe wissenschaftlicher Experimente zu lernen, wie tief Sie mit dem Feld des Potenzials verbunden sind, wird Ihnen Ihre Freiheit zurückgeben.

### *Die Magie, die wir über Bord geworfen haben*

»Oh je, wie sehr doch die Leute ihre Käfige lieben!«

*Tess Lynch, Autorin*

In der Quantenphysik wird ein Feld als »unsichtbare bewegende Kraft« definiert, die »den physikalischen Raum beeinflusst«.

Durch dieses Buch werden Sie lernen, dieses **Feld des Potenzials** (ich nenne es gerne FP) zu Ihrem Vorteil zu nutzen. Weil Energie unsichtbar ist und weil wir immer noch aus dem alten Denken heraus handeln, dass die Materie an erste Stelle setzt, haben wir noch nicht gelernt, diese fundamentale schöpferische Kraft anzuwenden.

In den folgenden 21 Tagen – so lange dauert es ungefähr, die Experimente in diesem Buch auszuprobieren – bietet sich Ihnen

die seltene Gelegenheit, eine bewusste Beziehung zur Energie zu entwickeln (und auch Materie, sagte der Quantenphysiker David Bohm, ist nichts anderes als »gefrorenes Licht«). Sie werden lernen, aus Energie alles zu formen, was Ihr Herz begehrt – sei es seelischer Frieden, Geld oder eine neue, Ihnen mehr Erfüllung schenkende berufliche Perspektive. Sie können das FP sogar veranlassen, Ihnen zu einem Urlaub auf Tahiti zu verhelfen.

Nehmen Sie mich als Beispiel. Vor ein paar Jahren beschloss ich, einen Monat in Australien zu verbringen. Ich hatte mich heftig in einen Chiropraktiker verliebt, der einen Job angenommen hatte, bei dem er mit Aborigines draußen im australischen Outback arbeiten würde. Wie sollte ich ihn je für mich gewinnen, so fragte ich mich, wenn ich in Kansas hockte, während er fast 17 000 Kilometer weit weg war? Ein Blick auf mein Bankkonto hätte jeden halbwegs vernünftigen Menschen überzeugt, dass ein 1500 Dollar teurer Flug nach Sydney nicht infrage kam. Aber ich wollte unbedingt dorthin, und zum Glück wusste ich über das Feld des Potenzials Bescheid.

Ich fing an, die Reise zu planen, und stellte mir vor, wie ich in Sydney am Strand in der Brandung herumtollte. Dieses innere Bild malte ich mir so oft wie möglich aus.

Es verging bloß eine Woche, da rief mich meine Redakteurin vom Magazin *Modern Bride* an.

»Ich weiß, das kommt ein bisschen kurzfristig«, begann sie, »aber wärest du unter Umständen bereit, nach Australien zu fliegen, um für uns eine Flitterwochen-Geschichte zu schreiben? Wir zahlen dir auch einen kräftigen Zuschlag.«

»Na gut«, entgegnete ich, »wenn ihr unbedingt wollt.«

Sie können Energie transformieren, um Ihren Körper zu heilen und zu verändern. Einmal wanderte ich mit einer Freundin

in der Nähe von Steamboat Springs, Colorado. Sie stolperte über einen Stein, stürzte und sah mit Entsetzen, wie ihr Knöchel anschwell. Ich meine, dieser Knöchel wurde wirklich *dick*. Das wäre kein Problem gewesen, hätte sich gleich um die Ecke eine Arztpraxis befunden. Wir aber waren 70 Minuten (wenn man schnell ging, was sie mit ihrem Fuß nicht konnte) vom nächsten Telefon entfernt. Ich sagte ihr, sie solle ihren Körper dazu bringen, mit diesem Anschwellen aufzuhören. Also rief sie: »Hör auf anzuschwellen! Heile! Hör auf anzuschwellen! Heile!«

»Es genügt, das sanft und leise zu sagen«, erinnerte ich sie.

So schafften wir es zu unserem Zeltplatz zurück, und sie musste mit ihrem Knöchel gar nicht mehr zum Arzt.

### *FP = UP (Unendliches Potenzial)*

»Das Leben wartet überall, die Zukunft blüht überall,  
aber wir sehen nur einen winzigen Ausschnitt davon  
und zertreten sie so oft mit unseren Füßen ...«

*Hermann Hesse, deutsch-schweizerischer Dichter und Romancier*

Die neun Experimente in diesem Buch, von denen sich die meisten in nur 48 Stunden oder weniger durchführen lassen, beweisen, dass das FP wie die Elektrizität verlässlich und vorhersehbar funktioniert und für jeden jederzeit verfügbar ist, vom heiligen Franz von Assisi bis zu Barbara Walters. Diese Experimente belegen, was die Physiker in den letzten hundert Jahren herausgefunden haben – dass das Feld uns alle verbindet und dass wir unser Leben selbst steuern, weil jeder Gedanke, den wir denken, eine Energiewelle ist, die sich auf alles andere im Universum auswirkt.

Aber genau wie bei der Elektrizität müssen Sie zunächst den Stecker einstecken. Und Sie müssen damit aufhören, so schrecklich unentschlossen zu sein! Niemand, der einigermaßen bei Trost ist, würde bei einem Versandhaus anrufen und sagen: »Oh, schicken Sie mir einfach etwas, das mir gefällt.« Und wenn Ihre Toilette kaputt ist, würden Sie ganz sicher nicht den Klempner anrufen und sagen: »Kommen Sie einfach, wann es Ihnen passt.« Doch genau so interagieren die meisten Leute mit dem Feld. Wir sind entscheidungsschwach, vage und haben keine Ahnung, wie die Sache wirklich funktioniert.

In  $E^2$  wird nicht nur erklärt, wie das FP funktioniert, sondern Sie können mithilfe der neun Experimente beweisen, dass Gedanken in Wirklichkeit physische »Dinge« sind. Obendrein kosten diese Experimente kein Geld und erfordern nur wenig Zeitaufwand. Ja, Sie haben richtig gelesen: *beweisen*.

Die in diesem Buch vorgestellten neun Energieprinzipien bestätigen, dass das FP in Ihrem Leben am Werk ist, ob Sie sich seiner Existenz bewusst sind oder nicht. Sie werden lernen, dass es tiefgreifender als alle physikalischen Gesetze ist und zuverlässiger als das Gesetz der Schwerkraft – allerdings müssen Sie zunächst lernen, Ihre Absichten eindeutig und kristallklar zu definieren. Und Sie müssen bereit sein, konkrete Termine festzulegen. Und diese verrückte Illusion aufgeben, dass mit Ihnen irgendetwas nicht stimmt. Um diese spirituellen Gesetze wirkungsvoll anzuwenden, müssen Sie wirklich »kapieren«, dass das Universum unerschöpflich ist und Sie immer unterstützt.

Ich weiß nicht mehr genau, wann ich damit begonnen habe, Do-it-yourself-Experimente mit meinem Leben anzustellen. Ich weiß aber, dass mir immer klarer wurde, dass all die spirituellen

Theorien und Bücher und Seminare, die mich so faszinierten, letztlich wertlos waren, solange ich mich nicht wirklich aktiv darauf einließ.

Wie die meisten Menschen begann ich mit kleinen Schritten – mit so einfachen Zielen wie einen Parkplatz oder vierblättrige Kleeblätter zu finden oder Interviewtermine mit Personen zu bekommen, die gerade in den Schlagzeilen waren. Doch es gab etwas, das mich endgültig überzeugte, auf wissenschaftliche Weise mit dem FP zu experimentieren. Ich nenne es das Nagel-Wunder.

Seit Jahren hingte ich einen Kalender neben mein Bett. Von Zeit zu Zeit nahm ich ihn herunter, um wichtige Ereignisse zu notieren oder das Datum nachzuschauen, an dem ich zuletzt beim Friseur oder beim Zahnarzt gewesen war oder mich mit Soundso getroffen hatte. Eines Abends zog ich den Kalender etwas zu heftig von der Wand, sodass ich den kleinen Nagel mit herausriss, an dem er hing. Ich kroch auf Händen und Füßen herum und suchte ihn. Wie weit kann denn so ein kleiner Nagel schon entkommen? Ich suchte und suchte. Offenbar hatte dieser Nagel sich nach Art Harry Potters einen Tarnumhang übergezogen. Er war einfach unauffindbar.

Schließlich gelangte ich zu dem Schluss, dass ich genug Zeit damit verbracht hatte, auf dem Teppich herumzukriechen. Also würde ich einfach die klare Absicht ausstrahlen, dass der Nagel sich wieder einfinden solle. Innerhalb von 24 Stunden.

Als ich am nächsten Morgen erwachte, lag der Nagel wohlbehalten in meiner Hand, zwischen Daumen und Zeigefinger. Seitdem habe ich die coolsten Sachen manifestiert – von Dates mit heißen Typen über regelmäßige Aufträge als Reisejournalistin bis zu einem Toyota Prius. Aber nichts davon hat mich so beeindruckt wie damals dieser kleine Nagel.

Ich erzielte mit meinen Experimenten so überzeugende Resultate, dass ich es an der Zeit fand, sie zu reproduzieren, um herauszufinden, ob sie auch bei anderen Leuten funktionierten. Also schlug ich Freunden vor, einige dieser einfachen Experimente auszuprobieren. Eine Kollegin, eine Geistliche der Unity-Kirche, arbeitete mit ihrer ganzen Gemeinde mit den Laborberichten, die Sie am Ende jedes Kapitels finden.

Schon bald fingen die YOUs ihrer Gemeinde (YOU ist die Jugendorganisation der Unity-Kirche) an, mit ihren selbst gebastelten Einstein-Zauberstäben sichtbar Energie zu bewegen. Es fanden wöchentliche Treffen statt, um auf regelmäßiger Basis Experimente durchzuführen. Die Leute manifestierten wirklich verblüffende Dinge.

Ich bin sicher, dass man ein spirituelles Prinzip nicht dadurch versteht, dass man ein Buch darüber liest oder sich einen Vortrag anhört, sondern indem man es praktisch erprobt. Es in Aktion zu erleben, wie es bei diesen Experimenten der Fall ist, führt zu Gewissheit und Überzeugung. Nur auf diese Weise können Sie sich vom materialistischen Denken »alter Schule« befreien.

### *Der neue Lernstoff*

»Ich muss es hier finden, genau hier,  
zwischen all der Schlamperei, mittendrin  
im gewöhnlichen Alltagsleben.«

*Bob Savino, Poet und Weiser aus Kansas City*

**1. Das Beweis-es-mir-Prinzip.** Das ist das Grundprinzip, das Fundament, auf dem alle anderen ruhen. Eigentlich besagt es: »Es gibt eine unsichtbare energetische Kraft oder ein Feld unbe-

grenzter Möglichkeiten.« Das Experiment ist im Grunde genommen ein Ultimatum: Dabei geben Sie der Kraft 48 Stunden Zeit, Ihnen ihre Präsenz zu beweisen. Sie fordern ein klares, unmissverständliches Zeichen, etwas, das sich unmöglich als Zufall abtun lässt.

**2. Das Toyota-Prius-Prinzip.** Erinnern Sie sich noch an das neue Auto, das Sie vor ein paar Jahren kauften? Als Sie beschlossen, dass dies der Wagen Ihrer Träume sein würde, schien er Ihnen einzigartig. Sie dachten, Sie wären vermutlich der einzige Mensch in Ihrer Kleinstadt, der dieses Modell fahren würde. Aber nachdem Sie die Testberichte in den Autozeitschriften gelesen hatten und sich vom Autohändler Ihrer Wahl ein Angebot machen ließen, sahen Sie, dass mindestens jeder achte Pkw, der in der Gegend herumfuhr, auch ein Toyota Prius war oder was immer es für eine Marke und ein Modell war, für das Sie sich entschieden hatten. Denn das ist es, was geschieht, wenn Sie häufig über etwas nachdenken – Sie ziehen es in Ihr Leben.

Jeder Gedanke, den wir denken, jedes Werturteil, das wir fällen, wirkt auf das Feld des Potenzials ein. Tatsächlich besteht die Realität aus Möglichkeitswellen, die wir ins materielle Sein »hineinbeobachten«. Dieses Prinzip besagt: »Sie beeinflussen das Feld und ziehen aus ihm das in Ihr Leben, was Ihren Glaubenssätzen und Erwartungen entspricht.« Um das zu beweisen, formulieren Sie die folgende klare Absicht: »Genau diese Sache will ich innerhalb der nächsten 48 Stunden aus dem Feld in mein Leben ziehen.«

**3. Das Alby-Einstein-Prinzip.** Das Prinzip »Auch du bist ein Energiefeld« gehört zwar zu den grundlegenden spirituellen