

Visualisieren gestaltet Wirklichkeit

Unser Körper, unser Gefühlsleben und unser Gedankensystem beeinflussen sich gegenseitig. So können wir dadurch, dass wir unsere Körperhaltung verändern, unseren Gefühlszustand und unsere Gedanken verändern: Wenn wir aufrecht sitzen, fühlen wir uns gleich besser. Es funktioniert auch umgekehrt: Wenn wir unsere Gedanken verändern, dann verändert sich automatisch unsere Körperhaltung. Haben wir gute Laune, wird unser Schritt fester, unser Gang selbstbewusster und elastischer.

Das Wissen um diese Zusammenhänge können wir bewußt anwenden, um unser Leben in die Richtung zu lenken, die wir uns wünschen, oder um schon vorhandene positive Entwicklungen zu verstärken. Durch unsere gedankliche Vorstellung und Visualisierung läßt sich die unerschöpfliche Kraft des Universums in Bewegung setzen. Die Chinesen nennen es Chi, in Indien spricht man von Prana. Diese Kraft können wir mit unserem Bewußtsein bündeln.

Ein bildliches Beispiel erklärt diesen Vorgang sehr gut: Um ein Blatt Papier mit Hilfe des Sonnenlichts zu entzünden, genügt es nicht, einfach die Sonne darauf scheinen zu lassen; man braucht eine konvexe Linse dazu. Diese bündelt das Licht, und wenn man den Fokus, den Brennpunkt, genau auf das Papier richtet, beginnt es zu brennen.

Sonnenlicht ist in Hülle und Fülle vorhanden, aber wenn wir es nicht auf einen Punkt fokussieren, brennt das Papier nicht. Genauso ist die unerschöpfliche Kraft des Universums überall, aber erst wenn wir sie mit der Linse unserer schöpferischen gedanklichen und bildlichen Vorstellung auf einen bestimmten Punkt in unserem Leben konzentrieren und auf unser Ziel hin strahlen lassen, kann diese Kraft so wirken, dass sie unsere Vorstellungen verwirklicht.

Welche konkreten Hoffnungen, Ziele und Wünsche, die Sie verwirklichen wollen, tragen Sie in sich? Sind Sie bereit, durch alle Schichten Ihres Bewußtseins hindurch so klar zu werden, daß die Energie des Universums, die Energie Ihres Lebensplans und Ihre persönliche Energie ungehindert zur Erfüllung Ihrer Wünsche zusammenwirken können?

Es gibt Menschen, die mit Visualisierungen Erfolg haben und solche, die keinen haben, obwohl sie sich genauso anstrengen. Menschen, die viel „Glück“ haben und deren Wünsche sich realisieren, stehen meist intuitiv in engem Kontakt mit dem seelischen Aspekt in sich, der sie im Sinne ihres Lebensplans führt und ihnen die ihnen gemäßen Wünsche und Ziele übermittelt. Daraus entsteht die emotionale Stärke, mit der sie Ihre Vorstellungen kreieren und schließlich verwirklichen.

Über die Stärke der Wünsche

Der Lehrer sagte: „Verlangst du nach Gott, so wird Gott zu dir kommen.“

Der Schüler verstand den Lehrer nicht ganz. Eines Tages badeten beide im Fluß, und der Lehrer sagte: „Tauche unter!“ Der Schüler tat es. Sofort war der Lehrer über ihm und hielt ihn unter Wasser, bis der Schüler keine Luft mehr bekam. Fast wäre er ertrunken. Dann erst ließ der Lehrer ihn frei und fragte: „Was empfandest du da unten?“ - „Ich hätte alles für einen Atemzug gegeben!“ „Wünschst du dir Gott ebenso stark?“ - „Nein,“ antwortete der Schüler.

Da sprach der Lehrer: „Erst wenn du dir Gott ebenso stark wünschst, wirst du Gott finden.“

Quelle unbekannt