

Inhaltsverzeichnis

1. [Inhaltsverzeichnis](#)
2. [Manifestiere ein besseres Leben](#)
 1. [Anmerkung des Verfassers](#)
 2. [Motivation](#)
 3. [Für Wen Ist Dieses Buch](#)
 4. [Für Wen Ist Dieses Buch Nicht](#)
 5. [Wie Du Mich Kontaktieren Kannst](#)
 6. [Danksagungen](#)
 7. [Fotos](#)
3. [Vorwort](#)
4. [Meine erste Manifestation](#)
5. [Passives Einkommen](#)
6. [Psych-K](#)
 1. [Muskeltest \(Kinesologie\)](#)
 2. [Glaubenssatz mit Psych-K löschen](#)
 3. [Manifestation mittels Psych-K](#)
7. [Regnose](#)
 1. [Autorität](#)
 2. [Wirtschaft](#)
8. [Angst](#)
9. [Meditation zum Manifestieren](#)
10. [Inspiration](#)
11. [Nachwort](#)
12. [Über den Autor](#)
13. [Impressum](#)

Manifestiere ein besseres Leben

Ich mach mir die Welt, widde widde wie sie mir gefällt
von Olaf Art Ananda

Anmerkung des Verfassers

"Zwei mal Drei macht Vier, widde widde witt und drei macht Neune, ich mach mir die Welt, widde widde wie sie mir gefällt."

Die ist ein Zitat der deutschen Fassung von Pippi Langstrumpf, das ursprünglich von Astrid Lindgren verfasst wurde.

Ich biete dir dieses Buch im Geist des Geschenks an. Dieses Buch unterliegt der Creative-Commons-Lizenz, die es dir erlaubt, es für alle nicht kommerziellen Zwecke frei zu verwenden. Das heißt, dass du Auszüge aus dem Buch kopieren und in Blogs etc. verwenden darfst, solange du davon nichts verkaufst oder als Werbeträger verwendest. Ich ersuche dich hiermit auch die Quelle zu zitieren, damit meine Arbeiten auch für andere Menschen zugänglich sind.

Weitere gesetzliche Details findest du auf der Creative-Commons-Webseite: creativecommons.org

Die Eigenschaft von Geschenken ist, dass das Gegengeschenk nicht im Voraus festgelegt wird. Wenn du dieses Buch kostenlos erhalten hast oder verbreitest, begrüße ich ein freiwilliges Gegengeschenk, das die Dankbarkeit oder Wertschätzung zum Ausdruck bringt, die du vielleicht empfindest. Du kannst das auch über die folgende Webseite tun. Einen großen Teil meines Wissens in diesem Buch habe ich seinerzeit auch geschenkt bekommen und schenke es hiermit an dich weiter.

Web: artananda.github.io/manifestation

Facebook: facebook.com/artanidos

Motivation

Seit meinem Ausstieg aus dem Arbeitsalltag 2014 habe ich eine grandiose Wandlung durchgemacht und herausgefunden, wie das Leben funktioniert. Zumindest nehme ich an, es zu wissen. Dieses Wissen möchte ich gerne mit allen Menschen, die dafür offen sind teilen, weil ich es alleine im Paradies viel zu langweilig finde ;-)

Für Wen Ist Dieses Buch

Für jeden Menschen, der bereits erwacht ist und sein Leben selber in die Hand nehmen möchte.

Für Wen Ist Dieses Buch Nicht

Für Menschen, die noch an den Weihnachtsmann, den Osterhasen oder an die Politiker glauben.

Wie Du Mich Kontaktieren Kannst

Solltest du eine Frage oder ein Kommentar zu diesem Buch haben, scheue dich nicht, mir eine Email zu schreiben. Sende deine Fragen und Kommentare einfach an: olafartananda@protonmail.com

Danksagungen

Zu aller erst bin ich meinem Körper dankbar, weil er mich zur richtigen Zeit auf die richtigen Wege geführt hat. Ich weiß, das klingt bestimmt ein bisschen verrückt, aber da ich Maschinenschlosser gelernt habe und bereits nach wenigen Jahren, Rückenschmerzen bekam und über ein halbes Jahr krank war, habe ich angefangen Maschinenbau zu studieren und während des Studiums habe ich dann mit dem Programmieren angefangen. Zu der Zeit habe ich mich entschieden, mein Studium abzubrechen und als Softwareentwickler zu arbeiten.

Dann hat mir mein Körper vor 7 Jahren mit gleich zwei Burnouts zu verstehen gegeben, mich aus dem Arbeitsleben zurückzuziehen. Nun habe ich viel Zeit, um Open Source Software zu schreiben und neue Dinge auszuprobieren, wie zum Beispiel Bücher wie dieses hier zu schreiben.

Und außerdem bin ich allen Autoren da draußen dankbar, weil sie so tolle Bücher über **The Law of Attraction** und **The Secret** geschrieben haben. Hier gilt es ein paar Autoren zu erwähnen:

Joseph Murphy (Die Macht des Unterbewusstseins)

Neal Donald Walsh (Gespräche mit Gott, Die kleine Seele spricht mit Gott)

Joe Vitali (Zero Limits)

Und zu guter Letzt bin ich jedem Menschen dankbar, der mich in den letzten Jahren begleitet und mir Dinge gespiegelt hat, um mich verändern zu können.

Vielen Dank auch an Bauchi, für das Vorwort und dafür, das du mir mit deinem Buch, die Regnose gezeigt hast.

Vielen lieben Dank an EO für die tolle Kurzgeschichte, die am Ende des Buches zur Inspiration des Lesers zu finden ist.

Fotos

All diese hübschen Fotos habe ich von pixabay.com.
Die kann man dort kostenlos herunterladen.

Vorwort

von [Jesus Bruder Bauchi](#)

Alles ist im Wandel. Das kann in diesen Zeiten wohl kaum noch jemand übersehen. In Zeiten von Corona und immer größere werdender Verwirrung kann einem ganz schwindelig werden. Doch nicht nur die Welt da draußen ändert sich, sondern sehr viel auch in unserem Inneren. Diese Zeiten zwingen uns regelrecht dazu, uns wieder auf uns selbst zu konzentrieren. Darauf, was wir überhaupt sind, und was uns eigentlich ausmacht. Und so kommen in genau diesen Zeiten immer mehr Menschen dahinter, dass unser ganzes Leben viel mehr in unserem Kopf abläuft als irgendwo „da draußen“.

Immer mehr Bücher werden geschrieben, immer mehr Videos erscheinen auf YouTube, immer mehr Gespräche werden geführt, in denen es darum geht, dass die Welt für jeden Einzelnen von uns genau so aussieht, wie wir selbst sie wahrnehmen.

Was, wenn die Welt genau so ist, wie sie sein soll, wenn sie in Abhängigkeit davon existiert, wie wir sie wahrnehmen?

Auch das vorliegende Buch ist eines dieser Träger von Gedanken und Inspirationen, die uns auf einen anderen, einen neuen Weg führen. Einen Weg, den wir bisher nicht gehen konnten, weil wir dachten, das Leben sei einfach nur das, was wir gelernt haben darin zu sehen. Einen Weg, der uns auf wundervolle Weise zeigt, dass wesentlich mehr in uns steckt, als wir auf diese Weise zu sehen in der Lage waren.

Und immer einleuchtender präsentiert sich auf diesem Weg eine neue Wahrheit:

Wir sind keine Opfer äußerer Umstände. Wir sind Kreaturen, ja, aber wir sind ebenso die Kreatureure all dessen, was wir erleben.

Es erschließt sich, dass die „**Welt**“ wesentlich mehr einer virtuellen Natur entspricht, die sich dem beugt, was wir vorgeben, und nicht umgekehrt. Viel mehr, als dass wir durch diese Welt laufen können, projizieren wir sie um uns herum. Wir sind nicht ein Stück Materie in einer materiellen Welt, sondern wir sind etwas Wahrnehmendes, Geistiges, Feinstoffliches, das in der Lage ist, eine Matrix im Sinn einer Erlebniswelt zu gebrauchen, um jedes nur erdenkliche Erlebnis real erleben zu können. Unsere Erlebnisse sind real, nicht die Dinge um uns herum.

Diese Erlebniswelt funktioniert seit jeher perfekt, und unbewusst sind wir Meister darin, sie zu lenken und zu steuern. Was uns bisher fehlte war, das bewusst auch nach unseren eigenen Ideen zu tun. Sie so aussehen zu lassen, und das zu erleben, was wir auch wirklich erleben wollen. Als Opfer

äußerer Umstände haben wir zu dieser Fähigkeit keinen Zugang, deswegen ist es so erfrischend hilfreich, uns immer weniger als solche Opfer zu sehen.

Es erfordert einen gewissen Mut, sich dieser Sache zu stellen, denn sie zu akzeptieren und wieder bewusst nutzen zu lernen, erfordert, dass man auch akzeptiert, dass man für alles Unschöne, das wir erlebt haben, selbst verantwortlich waren. Doch wer diesen einen Schritt gehen kann, dem eröffnet sich ein völlig neuer Weg in völlig anderen Dimensionen. Bisher waren wir Meister darin, die Welt so zu gestalten, wie andere das wollten.

Die Zeit ist gekommen, sie so zu gestalten wie wir selbst das wollen.

Dieses Buch liefert Anregungen und Anleitungen, wie genau man das macht. Ich wünsche jedem von Herzen den kleinen Piraten in sich, der ungehorsam lernt, zu ignorieren, was andere von ihm wollen. Vor uns liegt eine völlig neue Welt, die es zu entdecken gilt, auch wenn sie immer schon vor unseren Nasen lag. Angst braucht vor dieser Welt keiner zu haben. Angst gebührte der Welt, in die wir geboren wurden und so gut zu kennen glauben, dass es uns schwer fällt, sie infrage zu stellen. Doch tun wir genau das einmal, erleben wir ein blaues Wunder nach dem anderen. Anfangs sind nicht alle davon angenehm. Aber mit jedem einzelnen gewöhnen wir uns an etwas Neues, und ich kenne niemanden, der, einmal damit begonnen, je wieder zurück in die Alte Welt gewollt hätte.

Um den Zugang in die Neue Welt zu erleichtern, lies einfach weiter.

Meine erste Manifestation



Ich war ungefähr 10 Jahre alt und spielte mit einem Freund auf seiner Carrera 124. Wenn du über 40 sein solltest, kennst du diese Spielzeug-Rennbahn eventuell ja noch. Er war Unternehmersohn und hatte natürlich viele viele Spielsachen. Jedes Mal, wenn ich ihn im Autorennen geschlagen habe, ging er an seinen Schrank und holte eine Packung mit einem silbernen 911er Porsche raus. Dieser war nicht nur schneller als die anderen Autos, nein er hatte sogar Moosgummireifen, damit er mehr Grip in den Kurven hatte. Ich hatte damals keine Chance gegen dies Auto. Ich schwor mir damals, irgendwann werde ich auch so einen Flitzer haben, aber einen richtigen.

30 Jahre später hatte ich ihn. Nachdem ich meinen Porsche Boxter nun drei Jahre lang geleast hatte, besorgte ich mir einen richtigen Porsche. Es sollte ein 911 Turbo werden. Mir wurde von dem Händler in Frankfurt allerdings gesagt, das der ganze drei Jahre Lieferzeit hätte, andere Kunden solange aber einen normalen 911er kaufen würden.

Na gut, dachte ich mir, dann nehme ich den 911 Carrera 4 und bestelle mir gleich dies Aero-Packet (Frontspoiler, Seitenschweller und Heckflügel) mit und dann sieht das Teil wie ein Turbo aus.

Zwei Wochen später durfte ich ihn dann fahren. Was soll ich sagen? Nicht schlecht, aber der Porsche Boxter hat mir mit seinem Verdeck, bzw. offen,

besser gefallen. Auch den Sound fand ich besser. Die Straßenlage mit Mittelmotor war natürlich auch viel geiler.

Aber was soll's, ich hatte meine 911er lange Zeit vorher beim Universum bestellt.

Diese Manifestation war meine bisher längste. Ich musste dafür die Realschule zu Ende machen, eine Ausbildung als Maschinenschlosser abschließen, Maschinenbau studieren, während des Studiums einen Informatik-Kurs belegen, das Ruder komplett rumreißen, mein Studium aufgeben und dann noch mal ein paar Jahre als Softwareentwickler arbeiten.

Ich würde sagen, diese Manifestation habe ich eher meiner Beharrlichkeit zu verdanken als dem Universum, aber...

...sicherlich hat das Universum dabei mitgeholfen, denn wer macht als Realschüler schon so eine Karriere. Ich habe nicht einmal Informatik studiert. Dieser Kurs in C-Programmieren war lediglich 60 Stunden in der Volkshochschule.

Heute musst du nicht nur mindestens 6 Jahre Informatik studieren, nein du musst auch noch starke Ellenbogen haben und auch dann wirst du nur als Angestellter tätig sein können. Da ist nichts mit Porsche Leasing.

Passives Einkommen



Wenn du wirklich **frei** sein möchtest, dann rate ich dir, ein passives Einkommen zu manifestieren.

Vor zwei Jahren saß ich in Berlin mit einer Freundin zusammen und wir versuchten ein passives Einkommen für uns zu manifestieren.

Zu dieser Zeit haben wir beide noch von Harz4 leben müssen und fühlten uns abhängig. Immerhin durften wir ,um den Anspruch aufrecht zu erhalten, Berlin nicht verlassen und mussten jede Einladung des Jobcenters nachkommen und dort vorsprechen.

Die anderen armen Menschen dort draußen müssen sogar jeden noch so üblen Job annehmen, da ihnen ansonsten Sanktionen in Höhe von bis zu 100% drohten. Na klar ist, bzw.. war das gegen die Menschenrechte, denn Zwangsarbeit ist nach wie vor verboten. Aber das interessiert doch die Mitarbeiter vom Jobcenter nicht. Wenn die die Harz4-Empfänger nicht gängeln, dann sind die ihren Job doch auch los.

Wir wollten also beide unsere Unabhängigkeit.

Nein, arbeiten wollte ich zu diesem Zeitpunkt auf gar keinen Fall. Ich hatte noch 4 Jahre zuvor nach meinem zweiten Burnout ein Nahtoderlebnis, bedingt durch den Umstand, das mich mein Job ausgebrannt hat. So etwas wollte ich auf jeden Fall vermeiden.

Wir nutzen dafür ein Video, das ich auf Youtube gefunden hatte. [How To Manifest Anything! -Very Powerful Tool! \(Law Of Attraction\)](#)

Das passive Einkommen stellte sich natürlich nicht sofort ein. Wir hatten ja nicht einmal eine Idee, woher denn das Einkommen kommen könnte. Ja, ich bin Softwareentwickler und könnte Software schreiben und tausendfach Lizenzen verkaufen. Meine Freundin hatte die Idee, Kinderbücher zu schreiben. Ein Buch hatte ich bis dahin auch bereits geschrieben und hatte es mindestens 5 mal verkauft ;-)

Es heißt, [Die Kunst zu leben und zu lieben](#) Das mit der Software hat auch nicht so gut geklappt, weil ich Open Source Software schreibe und die halt kostenlos ist.

Woher sollte das passive Einkommen nun kommen?

Wenn du glaubst, du setzt dich einfach in den Schneidersitz, schließt die Augen, murmelst ein paar Mantrien und schwupps öffnest du die Augen und vor dir liegt ein Diamant. Träum weiter...

So schnell geht das alles nicht.

Aber, es geht... Es war weder mein erstes Buch, das Geld einbrachte, noch war es mein zweites Buch, nein, es war mein drittes Buch [Python GUI - Create Cross Platform GUI Applications using Python, Qt and PyQt5](#). In diesem Buch geht es um Programmierung. Um Benutzerinterface-Programmierung. Ein Thema, das ich noch vor meinem Burnout in der Schweiz studiert hatte. Dieses Buch war schon kurz nach der Veröffentlichung auf **Platz #1 der Sparte Cross Platform Development**, nur weil ich einen kleinen aber feinen Marketing-Trick angewandt habe. Ich schreibe in meinem Buch [Step Out - A guideline how you can step out of this system and live a fulfilling life in abundance without the need to work at all](#) über dieses Thema. Du musst einfach nur beharrlich sein und wenn du eine gute Idee hast, es auch durchziehen.

Als ich [Camp Eden - How we have re-created our paradises](#) letztes Jahr auf Englisch übersetzt hatte, zog es mich nach Portugal, um es dann auch zu leben. In dem Buch schreibe ich darüber, wie ich mit ein paar Leuten eine Gemeinschaft in Portugal gründe. Ich war vom Jobcenter sanktioniert und hatte nur so um die 300,- € in der Tasche. Ich wusste aber, das ich es irgendwie schaffen kann. Normalerweise komme ich mit 300,- € keinen

Monat aus und schon gar kann ich mit meinem Wohnmobil 3.000 Kilometer mit 300 € fahren. Ich würde nach Portugal ca. 350,- € für Diesel brauchen. Aber egal, ich fuhr los.

In München machte ich bei einer Freundin halt, die ich in Berlin bei einer Demo mit Extinction Rebellion kennen gelernt hatte. Sie lud mich ein paar mal zum Essen bei sich Zuhause ein. Vielen lieben Dank noch mal dafür <3

Dann wurde ich von einer ungarischen Freundin nach Wien eingeladen, sie ist eine der weniger, die mein Buch [Die Kunst zu leben und zu lieben](#) gelesen hatte und wollte mich kennenlernen und zahlte mir den Flixbus von München nach Wien. Auch wenn ich nur 5 Kopien verkauft habe, das Geld bzw. der Lohn für dieses Buch kommt auf andere Wege rein. Sie fragte mich vorher schon mal, nach meiner Bankverbindung und überwies mir ganze 100,- €. Aus Dankbarkeit oder um mir zu helfen. Vielen vielen Dank an dieser Stelle noch einmal.

Ich bin nun also in Wien und wohne dort ein paar Tage mit dieser tollen Frau. Für Essen brauche ich auch nichts zu zahlen. So kommt man gut über die Runden.

Mein Weg führte mich weiter nach Zürich, um meine Ehefrau dort zu treffen. Leider hat sie gar keine Zeit für mich und ich zog weiter nach Bern. Dort wollte ich mich von einer ganz lieben Freundin verabschieden. Ich wusste zu dem Zeitpunkt nicht, ob ich jemals nach Deutschland oder in die Schweiz zurückkommen würde, als war dies eine Art Abschiedstour.

Ich hatte dieses nette Mädchen auf einem Tantramassage-Seminar kennengelernt, sie war es bei der ich mein Herz so richtig öffnen konnte. Ich war immer noch voller Liebe für sie.

Als ich sie dann an der Aare wiedertraf, war für mich klar, ich kann sie jetzt loslassen, denn sie war im 5 Monat schwanger.

Nicht das ich sie nicht mehr mochte, aber da war ja jetzt jemand anderes in ihrem Leben und da wollte ich mich nicht einmischen.

Da ich nun aber schon mal in Bern war, wollte ich die Zeit auch sinnvoll nutzen und ging in die Uni-Bibliothek um online sein zu können. Ich glaube dort habe ich angefangen, mein Buch [Python GUI](#) zu schreiben.

Außerdem wollte mich eine andere liebe Freundin, die dort eine Massagepraxis hat, wiedersehen. Ach dieses liebe Wesen lud mich zum Essen bei sich Zuhause und an meinem Geburtstag zu einem Bier im Pub ein. Dort lernte ich einen anderen wundervollen Menschen kennen, der mich sofort zu sich auf seinen Bauernhof einludt. Ich sollte mich wie Zuhause fühlen. Er zeigte mir ein Bett in dem ich schlafen konnte, zeigte mir seine

Küche, in der ich mich nach Belieben bedienen sollte und er hat mir sogar seine Weinvorräte angeboten.

Er war einer der 5 Lesen meines ersten Buch und wollte mich unbedingt kennenlernen. Ich wurde von Dankbarkeit völlig überschwemmt. Zu dieser Zeit war er grad in einer schweren Krise und ich sah es als meine Aufgabe, ihm auf irgendeine Art und Weise zu helfen. Ich bot ihm Massagen an und zeigte ihm eine Technik, um Glaubenssätze zu löschen. Diese Technik nennt sich Psych-K. Mit dieser Technik kann man unter anderem auch Dinge manifestieren. Aber dazu komme ich später noch.

Wir hatten eine tolle Zeit zusammen. Zwei Wochen war ich dort und als der Monat zuende ging, konnte ich weiter reisen, denn zum einen kam wieder Geld vom Jobcenter rein und zum anderen hat mich dieser Freund göttlich belohnt. Er gab mir u.a. seine Tankkarte inkl. Geheimnummer und lud mich ein, mein Wohnmobil voll zu tanken. Nochmals vielen Dank mein Bruder, werde bitte wieder gesund, ich liebe Dich <3

Nun konnte ich bis kurz vor Lissabon fahren. Da ich in Madrid von einem Trickbetrüger beklaut wurde, mein Handy wurde gestohlen, mußte ich auf die Navigation in meinem Handy verzichten und verfuhr mich um ca. 240 Kilometer. Es reichte also nicht bis nach Lissabon, aber ich kam in Caldas da Rheina an. Welch eine göttliche Fügung. In dieser Stadt lernte ich einen Jungen Strassenmusiker kennen, mit dem ich zusammen Musik gemacht habe und das allererste Mal auf der Strasse Gitarre gespielt hatte. Auf diese Weise war es mir möglich, zwischen 15 und 20,-€ für 1-2 Stunden Strassenmusik zu verdienen.

Das reicht völlig, um zu überleben.

Nach dem mir das klar wurde, hat es nur ein paar Wochen gedauert und das Jobcenter hat auch die Zahlungen an mich eingestellt, da ich deren Aufforderungen, persönlich vorzusprechen nicht nachkam.

Egal, ich komme nun trotzdem über die Runden und das mit Musike.

Hm, und nun? Nun sperren die mir doch glatt die Leute in ihre Wohnungen und keiner schmeißt mir mehr Münzen oder Obst in meine Gitarrenbox. Auch kamen die Bauern nicht mehr auf den Markt, wo ich kurz vor Schluß noch Gemüse und Obst retten konnte.

Kein Geld mehr vom Jobcenter, kein Geld mehr von der Strassenmusik, wie soll das nun bitte weitergehen?

Und die Antwort kam prompt...der erste Scheck...bzw. die erste Überweisung von Amazon für meine Bücher kam rein. Halleluja

Anfangs waren es noch 50,- €.

Heute kam schon mal 55,- € von Tolino (deutscher Verlag) und Dienstag werden von Amazon so ca. 100,- € kommen.

Ja ja, das sind bestimmt Peanuts aus der Sicht eines deutschen Arbeiters. Und glaube mir, noch vor 10 Jahren, vor meinem Burnout habe ich im Monat 5 stellig verdient in der Schweiz.

Aber hier in Portugal, im Wohnmobil lebend, ist das ausreichend.

Und wie du sehen kannst, schreibe ich bereits ein neues Buch. Und auch dieses Buch kann ein Bestseller werden, denn es kann dir und anderen Menschen helfen, auch ein passives Einkommen oder was auch immer du möchtest, zu manifestieren.

Wie du sehen kannst, habe ich es geschafft, ein passives Einkommen zu manifestieren. Es ging zwar nicht Simsalabim, aber immerhin, hab ich es jetzt geschafft. Und der Strom an Ideen für neue Bücher reißt ja nicht ab. Immerhin habe ich nun wirklich genug Zeit, um die großen Dinge zu manifestieren, denn nun bin ich nicht mehr von Existenzängsten abgelenkt und muss für irgendjemanden Arbeiten gehen, damit der reich wird.

Am Ende dieses Buches findest du die deutsche Übersetzung der verwendeten Meditation.

Psych-K



Psych-K ist eine Methode mit der du Glaubenssätze löschen und umprogrammieren kannst.

Psych-K ist eine sehr gute und schnelle Methode, um dein Unterbewusstsein neu zu programmieren. Mit dieser Methode kombinierst du beide Teile des Gehirns, gehst in einen meditativen Geisteszustand über und überlegst dir, woher dieser Glaube kommt. Oft kommen Überzeugungen von Eltern, Brüdern, Schwestern, Freunden, der Schule usw.. Nicht alle Überzeugungen basieren auf einer soliden Erfahrung von uns selbst. Selbst wenn wir eine Erfahrung gemacht haben, glaubt und reagiert unser Unterbewusstsein immer noch auf der Grundlage von Überzeugungen. Wenn ich sage, dass es reagiert, meine ich, dass wir die meiste Zeit mit Autopilot fahren. Erinnerst du dich an das erste Mal, als du mit dem Fahrrad gefahren bist? Ich musste an fast jeden einzelnen Muskel denken, um mich zur richtigen Zeit in der richtigen Reihenfolge zu bewegen. Heute denke ich nicht einmal mehr an meine Muskeln. Ich fahre einfach irgend wohin. Mein Unterbewusstsein macht das alleine. Gleiches gilt für Atmung, Herzschlag, das Wachsen der Fingernägel, das Heilen der Wunden, das Wachsen der

Haare sowie das Spalten und Regenerieren von Zellen. Alles auf Autopilot. Wenn wir uns also neu programmieren, können wir unser Leben komplett verändern. Dies gilt auch für Ängste. Und mit dieser Methode ist es möglich, Dinge zu manifestieren.

Muskeltest (Kinesologie)



Um Psych-K durchführen zu können, benötigen wir noch eine zusätzliche Methode, den Muskeltest.

Man kann diesen Muskeltest zu zweit durchführen, ich zeige dir hier aber die Version, die du auch alleine durchführen kannst.

Berühre dafür bitte den Daumen der linken Hand mit dem Zeigefinger der linken Hand und bilde so einen Kreis. Nun machst du selbiges mit den Fingern der rechten Hand und führst diese beiden Kreise ineinander.

Denke nun an das Wort "JA" und versuche deine Finger, also die beiden Kreise, auseinander zu ziehen. Merke dir bitte, wie viel Kraft du dafür aufgewendet hast.

Nun denke an ein "NEIN" und versuche wiederum die Finger auseinander zu ziehen.

Hierfür sollte nun weniger Kraft nötig gewesen sein, da dein Körper beim Gedanken an ein Nein eher in Stress kommt und dabei die Muskeln nicht so viel Kraft haben.

Mache diesen Test gleich noch einmal. Nutze nun in beiden Tests genau so viel Kraft, wie es nötig war, um deine Finger bei einem Nein auseinander zu ziehen, aber nur so viel, das die Finger bei einem Ja zusammen bleiben.

Spiele ein wenig damit herum. Sage zum Beispiel: "Mein Name ist ..."

Ersetze die Punkte mit deinem Namen. Die Antwort deines Körpers in Form

von Kraft, sollte Ja sein. Setzte nun einen anderen Namen als deinen ein und mache den Test erneut. Die Finger sollten nun auseinander gehen. Die Antwort ist also Nein.

Mit dieser Methode kannst du unter anderem aktive limitierende Glaubenssätze in deinem Unterbewusstsein aufspüren.

Möchtest du zum Beispiel ein eigenes Haus für dich und deine Kinder manifestieren wollen. In deinem Unterbewusstsein aber ein limitierenden Glaubenssatz aktiv sein, der das verhindert oder dich zweifeln lässt, so kannst du dir die Manifestation sparen.

Reinige hierfür erst einmal deine Programmierung. Lösche hierfür erst einmal den limitierenden oder behindernden Glaubenssatz auf.

Sage dir zum Beispiel: "Ich schaffe es nicht, ein eigenes Haus für mich und meine Kinder zu manifestieren." und mache dann den Muskeltest. Aber Vorsicht, zuerst einmal musst du den zu überprüfenden Glaubenssatz anpassen, denn wir haben es hier mit einer Verneinung zu tun. Denke bitte nicht an einen rosa Elefanten.

Und an was hast du gedacht? An einen rosa Elefanten?

Ich sagte aber, denke bitte NICHT...

Wie du sehen kannst, bekommt nicht einmal dein Bewusstsein diese Verneinung mit. genau so ist es mit deinem Unterbewusstsein.

Mir müssen also wie folgt testen: "Ich schaffe es, ein eigenes Haus für mich und meine Kinder zu manifestieren."

Bleiben deine Muskeln bei diesem Test stark? Dann können wir den nächsten Schritt überspringen. Geben deine Finger jedoch nach, dann müssen wir diesen Glaubenssatz löschen oder umwandeln.

Glaubenssatz mit Psych-K löschen

Hierfür setze dich bitte auf einen Stuhl, eine Bettkante oder auf den Boden. Kreuze nun deine Beine bzw.. deine Füße übereinander. Prüfe nun mittels dem Muskeltest, ob die Füße richtig herum gekreuzt wurden. Ist der Test

negativ, dann kreuze die Füße anders herum.



Verschränke nun deine Hände und drehe sie in Richtung deiner Brust herum.

Stelle dir nun die Frage, ob die Hände richtig herum gekreuzt wurden. Im Falle von Ja, tendiert dein Körper eher nach vorne zu kippen und im Falle von Nein, tendiert dein Körper eher nach Hinten zu kippen.

Korrigiere deine Hände bei Bedarf.

Schließe nun die Augen und atme drei mal tief in dein Becken herunter ein. Beobachte deinen Atem eine Zeit lang und kontempliere nun über deinen zu löschenden Glaubenssatz.

- Was kommen da für Gedanken dazu hoch?
- Von wem kommt dieser Glaubenssatz?
- Wann ist der Glaubenssatz in dein System gekommen?

Schau die Bilder die da kommen könnten genau an. Spüre rein, was es mit dir macht.

Ich hatte vor ein paar Jahren noch den nachfolgenden Glaubenssatz aktiv: "Ich bin zu klein". Glaube mir, dieser Glaubenssatz hat es in sich und viele von uns schleppen den oder "Ich bin zu groß" mit sich herum. Bei mir war es die Schule die den Glaubenssatz in mein Unterbewusstsein gepflanzt hatte. Einer meiner Lehrer oder eher der Schularzt bat meine Eltern mit mir, ich war gerade mal 12 Jahre alt, zum Arzt zu gehen und etwas mit meiner Größe zu machen. Ich war tatsächlich nicht der größte in meiner Klasse.

Nun stand ich da und meine Mutter sagte: "Herr Doktor, Olaf ist zu klein für sein Alter, kann man da denn nichts dagegen tun?"

Kannst du dir vorstellen, was das mit klein Olaf gemacht hat?

Seit dem Tag wurde ich wegen meiner Größe von den anderen Schülern gehänselt.

Daran sind gar nicht mal die anderen Schüler schuld. Nein, ich selber habe das ab dem Tag ausgestrahlt und dementsprechend angezogen, denn ich war ja zu klein. Das konnte mir jeder dort draußen bestätigen.

So nun habe ich diesen Glaubenssatz im Alter von 53 glaube ich, mittels Psych-K gelöscht. In meiner Sitzung kam mir ein Bild, in der ich in der Schule von anderen größeren Schülern umgeben war und alle auf mich herabgeblickt und mich gehänselt haben. Ich glaube, das habe ich so in der Art nie wirklich erlebt, aber in dieser Sitzung sah ich es halt so. Das machte mich richtig traurig. Ich leidete dies noch einmal so richtig aus.

Nachdem ich die Qualen hinter mich gebracht hatte, sagte ich mir: "Du bist in der Lage die Realität zu verändern, manifestiere in Zukunft einfach nur noch kleine Menschen in dein Leben."

Das fand ich als einen tollen Einfall. Und ja, zu diesem Zeitpunkt wusste ich bereits von einem buddhistischen Mönch, das wir unsere Realität selber erzeugen.

Drei Jahre nach dieser Sitzung bin ich in Portugal angekommen und hier sind die Menschen tatsächlich etwas kleiner als in Deutschland. Manifestation abgeschlossen.

Nun aber zurück zum Thema. Versuche also alle Details zu deinem Glaubenssatz aufzuschnappen und auszuleiden, wenn nötig.

Dann denke bitte über den neuen Glaubenssatz beziehungsweise über den für dich richtigen Glaubenssatz nach. Ist es wirklich das, was du bewusst glaubst? Wie fühlt es sich nun an? Fühlt es sich jetzt richtig an? Kommen da eventuell ein paar Schauer über deinen Rücken oder hast du Gänsehaut? Sage dir nun den neuen Glaubenssatz leise und lasse ihn in dein

Unterbewusstsein sinken.

Dadurch, das du deinen Arme und Beine verschränkt hast, haben sich deine beiden Gehirnhälften aktiviert. Die linke Gehirnhälfte steuert die rechte Körperseite und die rechte steuert die linke Seite. Durch die Verschränkung sind nun beide aktiv und alles was du nun in deinem meditativen Zustand denkst und vor allen Dingen fühlst, geht direkt in dein Unterbewusstsein über.

Nachdem du nun deinen Glaubenssatz verankert hast, löst du die Verschränkung und versuchst an etwas ganz anderes oder noch besser an nichts oder einfach nur an deine Atmung zu denken.

Abschließend prüfst du nun mittels dem Muskeltest, ob der Prozess abgeschlossen ist und öffnest langsam die Augen.

Manifestation mittels Psych-K

Der Prozess zum Manifestieren von Dingen oder Situationen sieht ähnlich dem der Glaubenssätze aus. Eigentlich fügst du auf diese Weise einen neuen Glaubenssatz hinzu. Im Falle des eigenen Hauses fügst du deinem Unterbewusstsein ein Programm hinzu, das dafür sorgt, das du ein eigenes Haus bekommst. Das ist wie mit den Placebos. Wenn du fest daran glaubst, das dir diese **Zuckerpille** (Placebo) dabei hilft, gesund zu werden, dann wirst du auch gesund.

Unser Glaube versetzt Berge heißt es in einem alten Buch. Ich habe die Bibel zwar nie gelesen, aber dieser Satz ist mir wohl bekannt.

Du kreuzt also wieder deine Beine und Arme und gehst in einen meditativen Zustand über.

Die Meditation kannst du am besten damit einleiten, dass du anfängst bewusst, tief in dein Becken zu atmen. Stelle dir nun deinen Wunsch vor deinem inneren Auge vor. Versuche jedes Detail aufzuschnappen bzw. zu visualisieren. Spüre, wie sich das alles anfühlt. Träume deinen Traum. Wenn dein Wunsch wirklich im Einklang mit deinem Herzen ist, dann wirst du es sicher spüren können. Dann lacht dein Herz. Dann kullern die Tränen. Dann spürst du wie deine Aura immer größer wird. Dann fühlst du dich immer mehr wie ein Gott oder eine Göttin. Dann kommst du deinem höheren Selbst immer näher.

Es gibt da draußen zwar einige Buchautoren, die auch über die Manifestation und das Gesetz der Anziehung schreiben. Die schreiben auch darüber, das man auch viel Geld und Reichtum in sein Leben ziehen kann, aber ist das wirklich wirklich wichtig?

Müssen wir erst reich werden, um uns unser Kraft bewusst zu werden?

Ich war vor einigen Tagen tatsächlich kurz davor, mir ein passives Einkommen in Höhe von 30.000 Euro zu manifestieren. Ich wollte damit eigentlich nur testen, ob ich wirklich schon so etwas wie ein Gott bin. Und so ganz nebenbei hätte ich dann wieder Geld für einen Sportwagen und ein Haus am Strand.

All diese Ideen kamen mir als ich *Zero Limits* und später *The Attractor Factor*, beide von Joe Vitali gelesen hatte. In dem Buch *Zero limits* geht es ja noch um Heilung, was ich total wichtig finde, wenn ich einen anderen Menschen heilen kann und mich dann gleichzeitig auch heile. Joe erklärt es allerdings anders herum.

Er heilt sich, mit der beschriebenen Methode. Ich nutze die Methode (Self IDentity through Ho'oponopono) eher bei anderen und wenn's mich auch heilt, um so besser.

In dem zweiten Buch *The Attractor Factor* schreibt Jo aber, das er der erste Trillionär auf der Erde werden wollte. Joe hat übrigens in dem Film *The Secret* mitgespielt. Als ich das gehört habe ist mir klar geworden, das kann nicht MEIN Ziel sein. Er erwähnte auch sein Buch über Marketing. Er hat also tatsächlich nur das Geld im Kopf. Armer Mann diese Joe. Geld hat er doch bereits genug, warum will er denn noch mehr?

Ok, ich will ja gar nicht meckern oder verurteilen. Ich wollte dir nur auf den Weg mitgeben, das das Manifestieren von Geld nicht das Ziel sein sollte. Auch Reichtum in Form von einem großen Haus und eines dicken Autos kann nicht das Ziel sein.

Ich kann mir nicht vorstellen, das sich das während der Imagination gut anfühlt. Und wenn ich es nicht fühlen kann, dann bin ich damit nicht im Einklang mit meinem Herzen, dann wird es nicht eintreten. Und wenn es eintritt, wird es sich auch dann nicht gut anfühlen.

Überdenke also vorher deine Wünsche.

Aber ich sollte dir eben noch die Psych-K Methode fertig erklären. Du bist also nun visuell und vom Gefühl her in deinem Traum. Du stellst dir dein neues Leben in allen Einzelheiten vor und spürst schon mal rein. Bist du nun lange genug in diesem Zustand, dann löse langsam die Verschränkungen der Beine und Arme und setze dich gerade hin. Denke nun wieder an etwas ganz anderes oder folge einfach deinem Atem.

Nach ein paar Minuten kannst du mit dem Muskeltest prüfen, ob der Prozess nun abgeschlossen ist und öffnest nun langsam wieder die Augen und lässt das Außen aus dir heraus scheinen.

Ich muss dir den letzten Satz noch etwas näher bringen, denke ich. Das habe ich mal so in der Art während eines Lomi Lomi Massage-Kurses gehört. Damals hat es für mich noch keinen Sinn gemacht. Heute weiß ich, oder besser gesagt, ich bin mir fast sicher es zu wissen, das wir unsere Realität selber kreieren. Also denke ich, und da bin ich einer Meinung mit all den Gurus da draußen, das wir unsere Realität nach Außen projizieren.

Deshalb funktioniert auch Psych-K. Wir ändern einfach unsere Programmierung und im Außen ändert sich etwas. Diese Änderung geschehen natürlich nicht sofort.

Das wäre ja auch fatal.

Stell dir nur einmal vor, du denkst nun wirklich mal an einen rosa Elefanten und schwups sitzt der neben dir ;-)

Alles benötigt seine Zeit.

Das Außen ändert sich ja auch nicht wirklich, du änderst lediglich deine Wahrnehmung.

Stelle dir einmal vor, das das Licht, das wir sehen können, nur ein Bruchteil von dem ausmacht, was wirklich da ist. Wir sehen zum Beispiel kein Infrarot. Aber dies Infrarot ist da.

So könnte es doch auch sein, das wir durch unsere Umprogrammierung ganz einfach diverse Filter fallen lassen und nun unseren Fokus auch auf andere Dinge richten können.

Mache doch bitte mal einen Versuch und zähle morgen mal alle grünen Autos in deiner Stadt. Du wirst dich wundern, das es doch so viele sein können. Das nennt man selektive Wahrnehmung. Da du deinen Fokus nun auf grüne Autos richtest, wirst du auch vermehrt grüne Autos sehen. Ich habe das Experiment gemacht und für mich hat es, zumindest beim zweiten Versuch, geklappt. Beim ersten Versuch war ich auf dem Land, da hatte ich grad mal 10 Autos pro Tag gesehen und keines war grün.

Auch machte ich nachfolgendes Experiment, das ich dir rate, auch mal zu machen. Nimm dir zwei Drähte, so ca. 40 cm lang und biege sie zu einem L.

Halte die Drähte nun am kurzen Ende in deinen Händen und strecke deine Hände aus.

Denke nun an etwas Positives und beobachte die Drähte. Gehen die Drahtende zusammen oder auseinander? Denke im zweiten Versuch nun an etwas Negatives und beobachte wieder die Drähte.

Bei mir änderte sich die Richtung der Drähte, auf Basis meiner Gedanken!

Für mich ist das der Beweis, das ich mit Hilfe meiner Gedanken, die Realität beeinflussen kann.

Somit kann sich die Realität ändern, sobald wir unser Unterbewusstsein umprogrammieren. Auf diese Weise sind wir in der Lage, alles, was wir uns erträumen, zu manifestieren.

Eines sei aber noch gesagt, wenn du nun denkst du kannst dir eine Million Euro herbeimanifestieren, dann sei gewarnt.

Das kann nur funktionieren, wenn du 100% daran glaubst.

Ich persönlich habe damit Schwierigkeiten, denn ich benötige nicht so viel Geld. Ich bekomme von meinem Herzen kein Zeichen, das dies gehen könnte, da mein Herz da einen anderen, wichtigeren Weg gehen möchte.

Eo, eine Freundin von mir, hat uns da eine kleine Geschichte geschrieben, wie die Welt für uns aussehen könnte. Du findest sie am Ende dieses Buches unter "Inspiration". Mit dieser Geschichte geht mein Herz in Resonanz. Dieses Leben kann ich anziehen und zu meiner Realität machen.

Aber was immer du möchtest, kann in Erfüllung gehen. Eventuell hast du ja eine Idee, wie du Obdachlosen mit einer Million Euro einen Wohnraum zur Verfügung stellen kannst. Oder du kaufst Land zum Preis von einer Million und gründest dort eine Gemeinschaft in der die Menschen ihr Essen selber anbauen können.

Das Geld ist ja nicht schlecht, wir sollten uns bei der Manifestation aber lieber auf das fokussieren, was wir mit dem Geld erreichen wollen. Das können wir dann auch besser imaginieren und spüren.

Regnose



Eine Regnose ist quasi das Gegenteil einer Prognose. Bei einer Prognose prognostizierst du, wie die Zukunft aussehen könnte. Du versuchst also, die Zukunft vorauszusagen.

Bei einer Regnose sagst du die Zukunft nicht voraus, du bestimmst die Zukunft und berichtest aus der Zukunft, wie es ausgehend von Heute dazu gekommen ist. Während du eine Regnose, also ein Buch schreibst, kannst du fühlen, wie es sich dort anfühlt, du kannst imaginieren, wie es dort aussieht und du kannst jeden Schritt aufzeigen, wie es dazu gekommen ist, das zu erreichen. Du gehst ausgehend von deinem Ziel, deinem Wunsch rückwärts und zeigst jeden Punkt auf, der nötig ist, bzw. nötig war.

Du solltest einmal mein Buch, [Camp Eden - Wie wir das Paradies wieder erschafft haben](#), lesen, dann weißt du, was mit einer Regnose gemeint ist. In diesem Buch erzähle ich meinen Enkelkindern im Jahre 2039, wie wir das erreicht haben, was wir dort vorfinden. Dort leben wir alle im Paradies. Wir leben in einer Gemeinschaft, in der wir weder Geld haben, noch Tausch, noch Handel betreiben, sondern jeder das gibt, was er kann oder worin er talentiert ist, ohne etwas im Gegenzug zu erwarten.

Das Buch ist Anfang 2019 in deutscher Sprache erschienen. Im November 2019 habe ich es dann auf Englisch übersetzt und die Lokation, damals Venezuela auf Algarve in Portugal geändert.

Ganz ehrlich, ich war zu dem Zeitpunkt noch nie in Portugal und schon gar nicht an der Algarve. Aber heute, acht Monate, nach dem ich das Buch übersetzt und umgeschrieben habe, sitze ich im Wohnmobil auf dem Berg von Camp Eden. Ein Berg in der Größenordnung von 60 Hektar, mit einer

eigenen Wasserquelle, einer alten Ruine unter im Tal und einem Garten, den ich zusammen mit drei Freunden bewirtschaftete. Wir erschaffen uns hier das Paradies. Einer meiner Freunde, ich werde hier keine Namen nennen, hat das Land von seinem Großvater geerbt und konnte es all die Jahre zuvor nicht wirklich nutzen, da er zum einen 17 Jahre lang in Südafrika gelebt hat und auch noch Land mit einem Haus in der Nähe der Küste besitzt und sein Fokus eher dort liegt. Wir mussten dieses Land also nicht einmal erwerben.

Ein anderer Freund hat mir grad geschrieben, was ich mir denn anmaßen würde, wenn ich sage, "ich habe das Land für uns manifestiert". Er hat ja Recht. Es hört sich tatsächlich etwas komisch an, wenn ich sage, ich habe es manifestiert. Denn es war ja vorher schon da. Nur habe ich es vorher nicht gesehen. Ich kannte den Besitzer vorher auch noch gar nicht. Ich habe die Zusammenkunft mit dem Freund aber in mein Leben gerufen. Es quasi in die Welt hinausgeschickt und mein Ruf hat ihn erreicht und wir haben uns nun gefunden und nutzen sein Land zusammen.

Hier hat also das Gesetz der Anziehung gewirkt.

Diese Methode der Manifestation habe ich nicht selbst erfunden, sondern eher gefunden, nach dem ich das Buch, [2020 - Die neue Erde](#) von Jesus Bruder Bauchi, einem Freund von mir gelesen habe. Bauchi verwendet genau diese Technik. Er veröffentlicht sein Buch im Jahr 2015, also 5 Jahre vor der Zeitreise, die der Protagonist in dem Buch unternimmt.

Als ich das Buch lese, gehe ich sofort in Resonanz. Ich habe gefühlt, das alles was in dem Buch beschrieben wurde, stattfinden wird. Heute schreiben wir das Jahr 2020. Heute haben wir eine weltweite Krise wegen dem Corona-Virus. Ich lasse es einfach mal offen, ob es diesen Virus wirklich gibt, es eher eine harmlose Grippe ist und von den Regierungen benutzt wird um andere Dinge zu vertuschen oder oder oder...

Fakt ist, das sich grad einiges auf dieser Welt tut.

Autorität

Bauchi stellt einem Antagonisten in dem Buch folgende Frage: "Wie seit ihr die Reichen und die Regierungen losgeworden?". Es wird wie folgt geantwortet: "Wir haben ihnen ihre Macht nicht mehr gegeben und ihr Geld nicht mehr benutzt."

Genau so sehe ich die aktuelle Situation auch gerade. Wenn wir denen dort oben ihre Macht nicht mehr geben, ihnen also ihre Autorität nehmen, in dem wir zum Beispiel den Ungehorsam betreiben und keine Maske tragen, dann sehen sie, das wir uns nicht mehr unterordnen. Wenn dich eine Bobby in London fragt, "Do you understand me?", und du antwortest, "No, I don't

understand you, but I can hear you", antwortest, dann weiß der Sheriff, dass er keinerlei Macht mehr über dich hat. Du unterstehst ihm nicht mehr.

Wirtschaft

Genau so können wir die Wirtschaft ändern. Zu aller erst, sollten wir keine Kredite mehr aufnehmen, das macht die Banken auf kurz oder lang pleite. Dann haben die kein Spielgeld mehr, um damit auf dem Aktien- und Derivatemarkt zu zocken.

Wenn wir uns nun auch nicht mehr der Werbung Untertan machen und all diese unnützen Produkte und Dienstleistungen nicht mehr kaufen, dann fallen ganze Wirtschaftsimperien in sich zusammen.

Wenn wir die ganzen Dinge nicht mehr kaufen, dann müssen wir auch nicht mehr so viel arbeiten. Und wenn wir nicht mehr so viel arbeiten, dann verdienen wir weniger Geld und zahlen weniger Steuern.

Wenn wir weniger Steuern zahlen, dann müssen unsere Regierungen über kurz oder lang Konkurs anmelden, Venezuela hat es bereits getan, und die Politiker suchen sich dann ein neues Beschäftigungsfeld. Dann werden keine Kriege mehr geführt. Dann kann kein Geld mehr in Rüstung verprasst werden.

Wir alle haben es in der Hand.

Was ich eigentlich sagen will, ist das ich glaube, dass Bauchi genau das mit seinem Buch, [2020-Die neue Erde](#), erreicht hat. Die Menschen wachen auf.

Wenn du nun auch eine Regnose schreiben möchtest, dann scheue dich nicht, es in Form eines Buches niederzuschreiben und zu veröffentlichen. Sicherlich wirst du auf diese Weise gleichgesinnte Menschen finden, die damit in Resonanz gehen und dann erschafft ihr zusammen diesen Traum. Zumindest ergeht es mir gerade so.

Wenn du nicht weißt, wie man ein Buch schreibt oder veröffentlicht, dann kann ich dir dabei sicherlich und gerne helfen.

Schreib mir einfach eine Email: olafartananda@protonmail.com

Angst



Ein nicht ganz unwichtiges Thema ist die Angst.

Wenn wir vor etwas Angst haben, dann sind wir auf das, was uns in unseren Gedanken quält sehr fokussiert. Und wenn wir uns auf etwas fokussieren, dann ziehen wir es in unsere Realität.

Erinnerst du dich an das zählen der grünen Autos?

Wenn wir nun zum Beispiel Angst davor haben, eine Prüfung zu versammeln, dann werden wir sie auch versammeln.

Wenn wir Angst davor haben, beim Schwarzfahren erwischt zu werden, dann werden wir auch erwischt.

Das ist das Gesetz der Anziehung!

Wie wäre es nun, wenn wir dieses Gesetz für uns nutzen? Wir haben das vor ein paar Jahren mal auf einem Rainbow-Gathering gemacht. Es hat geregnet und wir, eine liebe Freundin von mir und ich sassen im Zelt und uns war langweilig.

Wir wollten beide mit ein paar Frauen kuscheln.

Nun fing ich an zu sagen, "Ich habe voll Angst, das gleich zwei Frauen zu uns ins Zelt kommen, ihre nassen Klamotten ausziehen und sich zu uns legen." Meine Freundin hat sofort gewusst, was ich vor hatte und bog in die selbe Kurve ein. "Ich hab auch voll Bammel, das gleich zwei schöne Frauen zu uns ins Zelt kommen und wir eine tolle Zeit miteinander haben.", sagte sie.

Du wirst es kaum Glauben, es dauerte keine 10 Minuten und...
Eigentlich finde ich es voll blöd, keine Namen nennen zu können, denn das nimmt diesem Buch die Authentizität, aber ich möchte meine Freude damit schützen.

10 Minuten später kam dann eine weitere Freundin zu uns ins Zelt und ich gab ihr eine Tantramassage. Anschließend kuschelten wir alle zusammen. Nach weiteren 20 Minuten hörte ich draußen "Art Connection". Man suchte mich. Es war eine liebe Freundin, die ich auf diesem Gathering kennengelernt hatte. Sie wollte sich von mir verabschieden.

Die Manifestation war komplett.

Um ehrlich zu sein, mag ich diese Art der Manifestation nicht wirklich, denn ich mag keine Ängste.

Ich habe dieses Kapitel nur noch hier erwähnt, weil wir uns leider sehr leicht im Außen beeinflussen lassen und alles glauben, was man uns so erzählt.

Uns wird bewusst Angst gemacht und wenn wir dann an diese Dinge glauben, dann ziehen wir sie in unser Leben.

Ich persönlich musste erst einmal sterben, um Angstfrei zu werden. Ja, ich hatte 2014 nach meinem Burnout ein Nahtoderlebnis. Erst seit dem bin ich Angstfrei.

Würde ich nun aber noch in der Stadt leben und mit dem, was da so alles passiert konfrontiert werden, dann könnte ich rückfällig werden. Zumindest würde ich dann öfter als mir lieb ist mit Dingen konfrontiert, die Angst machen könnten.

Außerdem ist es schwer mit anzusehen, das die Menschen um mich herum Angst haben. Das sind keine schönen Spiegel.

Zum Glück können wir uns aussuchen, wo und wie wir leben wollen.

Meditation zum Manifestieren



Hier habe ich dir einmal eine Meditation auf Deutsch übersetzt, die mir persönlich geholfen hat, mein passives Einkommen zu manifestieren. Am besten wäre es, wenn du dir die Meditation herunterlädst und dir anhörst, während du bequem sitzt oder liegst.

Sende mit einfach eine Email an olafartananda@protonmail.com mit der Bitte, dir die Manifestation zu diesem Buch zukommen zu lassen.

Auf dieser Meditation werde ich dich dazu führen, alles zu manifestieren, was du dir vorstellen kannst. Du solltest diese Sitzung machen, wenn du alleine in einem ruhigen Raum bist und bitte nicht beim fahren oder während du etwas anderes machst. Konzentriere dich nur auf meine Stimme. Zunächst möchte ich, dass du eine Absicht wählst. Was willst du erreichen. Was möchten Sie manifestieren? Wähle vorerst nur eine Sache aus.

Du kannst diesen Manifestationsprozess so oft durchführen, wie du möchtest, aber jedes Mal, wenn du dies tust, wähle nur eine Sache, auf die du dich konzentrieren möchtest. Was ist deine Absicht gerade jetzt? Hast du

es. OK. Dann fangen wir an. Bitte mache es dir so bequem wie möglich. Und in den nächsten Augenblicken werden wir unseren Geist und Körper zentrieren und unsere Energie konzentrieren und unsere innersten Wünsche manifestieren. Tief durchatmen und anfangen dich zu entspannen. Lasse einfach deinen Körper entspannen.

Dein Geist und Körper lassen los. Die äußeren Geräusche, die du während dieser Sitzung hörst, helfen dir, im gegenwärtigen Moment zu bleiben. Obwohl wir dies tun und erreichen wollen, wird es in diesem gegenwärtigen Moment geschaffen, nicht in der Vergangenheit, nicht in der Zukunft. Lasse für die nächsten Momente die Welt um dich herum, wie du sie gerade kennst los. Und wenn du zurückkommst, wird sich die Welt um dich herum, zum Besseren verändert haben.

Atme einfach weiter tief und langsam. Stelle dir jetzt in diesem Moment einen Strahl strahlenden Lichts vor, der in deinen Kopf eindringt und dieses Energiezentrum in deinem Kopf öffnet.

Ein glühend, heller Strahl erfüllt deinen Geist mit positiver Energie. Kannst du dieses helle Licht positiver Energie, das durch deine Wirbelsäule fließt sehen, fühlen und spüren? Öffne alle deine Energiezentren in deiner Wirbelsäule. Einfach sehen und fühlen. Der Strahl bereitet dir keine Schmerzen. Und jetzt vergrößern wir den Strahl. Erhöhen den Fluss positiver Energie. Stelle dir nun vor, dass dieses helle Licht positiver Energie aus der Mitte deiner Brust, aus deinem Herzzentrum scheint. Erweitere es einfach, strahle es aus und senden diese Energie an alles und jeden.

Erinnere dich das irgendwelche Außengeräusche, während der Sitzung, dich nur daran erinnern, im Moment zu bleiben. Du bringst in diesem Moment dein volles Potenzial zur Geltung und wirst zu allem, was du kannst und willst. Deine Kraft kommt aus deinem Glauben. Wenn du es glaubst, erschaffst du es. Erkenne das jetzt in diesem Moment. Nicht in der Zukunft, sondern hier und jetzt. Was immer du möchtest, wird mit der positiven Energie, die du aussendest erschaffen und auf schnellste und liebevollste Weise zu dir gebracht.

Die positive Energie, die du aussendest, wird auf die beste und liebevollste Weise zu dir zurückkehren. Für alles, was wir aussenden, schaffen wir in unserer Erfahrung. Verstehe und glaube, dass sich die Umstände und der Zustand der Menschen in der Welt um dich herum bereits geändert haben. In diesem Moment.

Glaube, dass es jetzt passiert. Keine Notwendigkeit, nach Beweisen zu suchen. Wir wissen, dass dies bereits in der Gegenwart und in der Zukunft gleichzeitig geschehen ist. In diesem Moment kannst du dein volles

Potenzial ausschöpfen. Positive Energie in die Welt in alle Räume und Zeiten senden und auf die bestmögliche Weise zurückbringen. Alles was du erschaffst, alles was du brauchst und alles was du in diesem Leben erleben willst.

Es wurde bereits erstellt. Lass es einfach los und lass es sein. Atme tief durch und entspanne dich weiter. Zu erkennen, dass jeder Gedanke, den du denkst, seine eigene energetische Schwingungsfrequenz hat. Alles wird durch energetische Schwingung erzeugt. Sende nun die energetische Schwingung deiner Absicht aus. Weil dir klar ist, was du willst. Nichts ist wichtiger als dich auf das zu konzentrieren, was du willst. Du konzentrierst dich auf das, was du willst. Du gehst den Weg des geringsten Widerstands.

Du musst wissen, glauben und verstehen, dass du in diesem Moment das schaffst, was du deine Zukunft nennst. Es ist schon da. Es ist bereits herum gebildet, du siehst es in diesem Moment. Fühle es, spüre es. Visualisiere es in diesem Moment. Jetzt, in der Vergangenheit, in der Zukunft, in diesem Moment gerade jetzt. Erkenne, dass das Gesetz der Anziehung aktiviert wurde. In diesem Moment magnetisiert es dein Verlangen und bringt es zu dir.

Nur das Vertrauen in das Gesetz der Anziehung funktioniert mit mathematischer Genauigkeit. Keine Variation.

Das Gesetz funktioniert jedes Mal perfekt. Was auch immer du sendest, findet die Schwingungsübereinstimmung und wird von dir angezogen. Nun, gerade jetzt. Du musst nicht darauf warten. Es ist schon da. Und das passiert gerade. Wir können nicht genug betonen, wie wichtig dies in diesem Moment ist. Es ist schon so. Ich muss nicht danach suchen. Du musst nicht hoffen oder wünschen, dass etwas passieren wird. Es ist schon da. Ich muss es nur fühlen, spüren und wissen.

Noch einmal, irgendwelche äußeren Geräusche, die du hörst, helfen dir, in diesem Moment zu bleiben. Für die nächsten Momente. Genieße einfach die absolute Verwirklichung deiner Absicht. Ja, fahre fort. Genieße das jetzt.

Das fühlt sich wunderbar an, nicht wahr? Ist es nicht toll zu wissen, dass du haben kannst, was du willst? Nun möchte ich, dass du dein Absicht freigibst. Lass es direkt aus deinem Kopf gehen, lass es einfach los. Das stimmt. Perfekt. Gönn dir jetzt etwas Freiheit und öffne deinen Geist für die Möglichkeit, eine Botschaft von deinem höheren Selbst zu erhalten. Ermögliche einen offenen Raum für dein höheres Selbst, dir eine Botschaft zu bringen. Jetzt sofort. Was auch immer es ist.

Wir dachten, jede Handlung, jede Idee, die Inspiration enthält, wird von deinem höheren Selbst geleitet und begleitet, diesem größeren Teil von dir, der eins mit dem Universum ist.

Du bist der größere Teil von dir. Du kannst nicht davon getrennt werden. Hat dich dein höheres Selbst zu deinem Verlangen geführt? Was muss ich als nächstes tun oder welche Maßnahmen muss ich ergreifen, um mein Wunsch hervorzubringen?

Ich werde das wiederholen. Was muss ich als nächstes tun oder welche Maßnahmen muss ich ergreifen, um meinen Wunsch hervorzubringen?

Stelle dir weiterhin diese Frage: Was muss ich als Nächstes tun oder welche Maßnahmen muss ich ergreifen, um meinen Wunsch zu wecken?

Unabhängig davon, ob du die Antwort sofort oder zu einem anderen Zeitpunkt erhältst, musst du sie auf jeden Fall befolgen. Vertraue und wisse, dass du geführt wirst. Die Anleitung wird auf viele Arten zu dir kommen. Aber du musst ihr folgen und Maßnahmen ergreifen. Selbst der kleinste Schritt kann der Wendepunkt sein. Lasse das Universum, das alles miteinander verbindet, sich um den Prozess oder die Details kümmern. Wenn du dich auf das Endergebnis konzentrierst, wirst du zu den spezifischen Personen, Umständen oder Bedingungen geführt, die deinen Wunsch hervorbringen können.

Das Universum kennt die Essenz dessen, wonach du greifst, und gibt dir, was du wirklich in diesem Moment willst.

Erlaube dir auch, offen für die Möglichkeit zu sein, dass du zu etwas noch Besserem geführt wirst. Dies kann geschehen, folge einfach deiner Intuition. Du bist in keiner Weise eingeschränkt. Stelle fest, dass es an nichts mangelt, was du dir wünschst. Wenn du eine Gelegenheit verpassen solltest, öffne dich für eine andere, dann für eine andere und dann für eine andere. Dein Strom von Möglichkeiten läuft nie aus. Du musst wissen, dass das Universum, das durch das Gesetz der Anziehung wirkt, alles hervorbringt, was du dir wünschst, und dass dir nichts vorenthalten wird.

Alle Dinge sind in dem Moment

Nehme dir jetzt einen Moment Zeit und stelle dir vor, du hast deine Absicht oder deinen Wunsch bereits erreicht. Nicht in der Zukunft. Es ist jetzt hier. Stelle dir vor, wie es sich anfühlen würde, wenn du es absolut wüsstest, dass du bereits das hast, was du wolltest. Fühle dieses Gefühl jetzt. Die positive Schwingungsenergie, die du ausgesendet hast, hat sie bereits erzeugt. Aber sei aufgeregt darüber, sei aufgeregt darüber. Jetzt öffne deine

Augen und schau dich um. Gehe nun durch dein Zimmer, höre die Geräusche, fühlen die Temperatur. Du strahlst in diesem Moment immer noch diese positive Energie aus und weißt, dass du deinen Wunsch manifestiert hast.

Höre dir diese Wörter an und wiederhole sie häufig. Das, was ich suche, sucht mich. Und lass los, wie es zu mir kommen wird. Mein Fokus und mein Herzenswunsch. Mein höheres Selbst in mir weiß, wie es geschehen kann. Ich entspanne mich einfach und lasse los. Alles, was zur Erfüllung meiner Wünsche notwendig ist, zieht mich liebevoll und harmonisch an. Ich akzeptiere das oder etwas Besseres. Bereit, empfänglich und dankbar. So ist es.

Inspiration

von Eo



Ich wache morgens auf, wenn die ersten Sonnenstrahlen auf mein Gesicht treffen. In Stille gehe ich zu einem Baum, ich nähere mich langsam und behutsam, lege, nach einer innerlich ausgesprochenen Begrüßung sanft meine Hand an den Stamm und spüre den Kontakt. Ich lasse den Kontakt auf mich wirken. Ich weiß um die Weisheit des Baumes, um seine Gelassenheit und Kraft.

Der Baum erinnert mich. Jeden Tag hilft er mir mich zu erinnern. Wir sind geschaffen, um in Liebe zu leben. Einige Jahre meines Lebens habe ich, sowie die meisten meiner Mitmenschen in der Ablenkung gelebt. Wir haben uns förmlich gegenseitig immer wieder von der Natur allen Seins abgelenkt. Und sind dabei in jede Menge Illusionen von Abhängigkeiten geraten. Einzig und allein, weil wir die Natur allen Seins vergessen hatten. Ich bin sehr tief berührt und dankbar, dass vor einigen Jahren ein Bewusstseins Shift in allen Menschen stattgefunden hat, der uns alle an die Wahrheit unseres Seins erinnert hat, die Natur. Wir alle sind ein Teil der Natur. Die Natur ist wie eine große Mutter und versorgt uns alle. Vielmehr sagen wir heute, sie beschenkt uns alle, denn Sorgen sind keine mehr nötig.

Wir leben im Einklang mit der Natur. Wir dürfen uns freuen, wenn sie uns mit süßen Früchten beschenkt. Freude ist unser wahrer Zustand. Wir brauchen nichts. Dieses Gefühl überwältigt mich jedes Mal, ich schaue mit Liebe aus meinem Inneren durch meine Augen in die Welt, die mich jetzt in diesem Moment umgibt, und ich will nichts als tief einatmen und ausatmen.

Ich bedanke mich bei dem Baum und löse meine Hand.

Ich wende mich zur Sonne (ganz gleich, ob ich sie gerade sehe oder ob sie von Wolken bedeckt ist) und fülle mich mit Licht. Ich spüre meine Füße auf dem Boden. Dieses Gefühl versichert mir mein Vertrauen. Ich bin hier, ich gehöre hier her, ich bin getragen.

Die pure Lebensfreude, die mich dabei überkommt, lässt mich leichtfüßig fast tänzelnd über die Wiese laufen.

An manchen Stellen ist das Gras sehr hoch und ich spüre wie es meine Haut sanft kitzelt. Ich genieße das kribbeln und erfreue mich daran. Ein anderes Menschenkind springt über die Wiese, ein Stück weiter entfernt spielt jemensch mit den Tieren, die dort gerade Lust darauf haben. Ich schlendere über die bunte Wiese und lasse mich treiben.

Ich genieße die allmählich stärker werdende Wärme der morgendlichen Sonnenstrahlen auf meiner nackten Haut.

Ich sehe einen Mensch an einen Baum gelehnt stehen und spüre bei meinem Anblick dessen einfach etwas sehr liebevolles, zärtliches, Bewunderung für die kleinen Details. Der Bauch dieses Menschen zieht mich wie magisch an und ich gebe ihm einen sehr liebevollen Streichler. Der Mensch atmet die Berührung genießend ein und lächelt sanft.

Ich gehe schon weiter, denn ich bin voller Energie. Ich schwimme durch den Fluss und spiele am anderen Ufer mit ein paar anderen als wären wir Hunde Welpen.

Ab und an finde ich ein paar schöne Wildkräuter und Beeren, von denen ich ein wenig nasche. Mein Spaziergang führt mich heute weiter auf eine andere Wiese, die ich noch als Wiese in einem Park kenne. Dieser Park existiert auch noch, nur sind seine Grenzen eigtl nicht mehr zu erkennen. Früher gab es nämlich in der Stadt Straßen, vor allem für Autos und Busse, aber auch Fahrräder nutzten die Straßen ab und an. Diese Straßen umgaben den Park, und an die Straße grenzten viele Häuser an. Auch die Häuser gibt es noch. Aber da es keine Straßen mehr gibt, ist jetzt auch grün überall zwischen den Häusern. Die Grenze zwischen Park und Wohngebiet ist komplett verschwommen. Die Häuser sind zum Teil grün bewachsen. Im Gegenteil zu früher, sehen sie sehr natürlich im Gesamtbild des ewigen Parks aus. Ewig deshalb weil mensch sagen könnte, dass die ganze Welt ein Park ist, sich dieser also überall hin erstreckt und gar keine Grenze hat. A propos, da fällt mir ein, dass es ja früher auch Landesgrenzen gab. Die gibt es nicht mehr. Ich kann wandern wie und in welche Richtung ich möchte.

Die Menschen sowie alle Wesen hier sind sehr frei. Alles andere wäre auch

sehr unnatürlich und dadurch komisch.

Aber bleiben wir noch kurz bei meiner Erinnerung an die Straßen. Wow, es macht mir so viel Freude all dieses grün, überall Wiese und Pflanzen zu sehen.

Ja, die Straßen wurden nicht mehr gebraucht. Zunächst wurden kleine fliegende Kapseln erfunden, die allen zum schnellen Transport von A nach B zur Verfügung standen. Das war allerdings fast überflüssig und es gab sie nur sehr kurz, denn der Bewusstseinswandel war schon im Gange und die Menschen lernten sich zu teletransportieren. Gleichzeitig dazu, dass sie diese Fähigkeit entwickelten, brachte das neue Bewusstsein aber auch eine so allumfassende Zufriedenheit mit sich, dass wir Menschen (sowie alle anderen Wesen auch) keine Bedürfnisse mehr verspürten, es also gar keine Notwendigkeit zum Reisen mehr gab. Dadurch, dass wir mehr und mehr anfangen und mit der häufigeren Nutzung immer geübter darin wurden, unsere Intuition und "sieben", den telepathischen, Sinn zu nutzen, können wir jeden Menschen, jeden Ort, jede Zeit jederzeit besuchen.

Vielleicht kann ich es ein wenig mit dem früheren Telefonieren vergleichen, wenn ich jetzt per Telepathie meine Oma besuche und mit ihr spreche. Das Internet half uns dabei diesen großen Sprung zu machen, da es immer besser darin wurde, die Illusion möglichst real, in möglichst vielen Facetten zu übermitteln. Ich erinnere mich, erst gab es das Telefon, wo mensch nur den anderen hörte, dann gab es das mit Bild, dann mit Video, mit mehreren Menschen verschiedener Orte gleichzeitig, und so weiter. Bis wir schließlich diese Wellen, mit denen die Geräte das alles übertragen haben, selbst wahrnehmen und senden konnten. Das konnten wir eigentlich immer, nur hatten wir das vergessen zu nutzen und waren nicht geübt darin.

Also Strom verwenden wir heute auch nicht mehr, weil es diese Geräte nicht mehr gibt, die Strom brauchten.

Ich spüre eine Umarmung. Jemensch kam von hinter mir ebenfalls über die Wiese und erfreute sich mich zu sehen.

Mmmhhh, ich spüre die Wärme dieses anderen Körpers und rieche den Duft.

Ich drehe mich um und fühle mich sehr lustvoll. Wir fühlen uns beide sehr aufgeladen, und, wo ich doch gerade an Strom dachte, wir lassen den Strom durch uns fließen. Ich gebe mich meiner Lust und Ekstase hin. Ah, es ist so erfrischend, so frei! Dieser Mensch gibt mir einen Kuss und streicht mir sanft über Haare und Schultern, und zieht dann weiter ihres*seines Weges. Ich genieße mein Ein- und Ausatmen, und lächle. Für eine Weile bleibe ich so.

Unsere Sprache ist viel einfacher geworden, wir sprechen auch gar nicht viel, wir spüren viel mehr. Wir nutzen das Spüren auch als Kommunikation.

Ich höre Musik und schlendere in die Richtung, aus der ich das höre. Hinter dem Haus, das was früher ein Parkplatz war, ist jetzt ein wunderschöner Garten, ist eine Gruppe am Musizieren und Tanzen. Die Musizierenden inspirieren die Tanzenden zu ihren Bewegungen, die Tanzenden motivieren wiederum die Musizierenden zu kräftigeren und sanfteren Rhythmen und Klängen. Es gibt hier keine Form mehr davon, wer Musik und wer Tanz macht. Die Schönheit fließt durch alle, das genieße ich zu sehen und bin auch schon mittendrin im selbst musizierenden Tanzen.

Inzwischen ist es fast Abend geworden, ich blicke einem Wesen aus der Tanzgruppe in die Augen. Für viele Minuten, Sekunden, Stunden (ich weiß es nicht, wir haben keine Zeitrechnung mehr) blicken wir uns ununterbrochen an, und in diesem Blick blicken wir in einander hinein. Ich empfangen diesen Blick, und es öffnet mein Herz. Unsere beiden Herzen gehen auf und wir blicken ins Universum. Wir liegen im Gras und blicken ins Universum bis es so dunkel geworden ist, dass die Sterne über uns funkeln. Die Erde riecht jetzt nach Regen, daher gehe ich lieber ins Haus zum schlafen.

Die Häuser sind die von früher. Sie werden zwar kaum noch bewohnt, sind aber sehr gepflegt. Alle Menschen sind sehr liebevoll und daher auch achtsam und pflegsam mit allem was es auf der Welt gibt.

Ich nehme die freie Wohnung im Dachgeschoss. Abgesehen von meiner Intuition kann ich an einer Markierung erkennen, dass diese Wohnung gerade nicht von jemensch anderem genutzt wird. Es gibt quasi keine festen Wohnungen mehr. Mensch ist, wo mensch gerade ist. Am morgen gibt es meist keinen Plan für den Tag, von daher ist es auch sehr praktisch, dass wir quasi überall sein und schlafen können. Ich habe schon vergessen, wie das Gefühl war mit Autoritäten, mit Miete und so, zu leben. Das war sehr kompliziert.

Ich liebe wie einfach jetzt alles ist, und wir einfach sind!

Und während ich einfach bin, ist neben mir auch dieses wunderschöne Wesen. Und während wir einfach mit unserem Herz in das Universum blicken, sinken wir in einen Schlaf, der uns in den nächsten Tag trägt.

Nachwort

Ich bin froh, dass du bis hierher gelesen hast.

Ich hoffe, das dir dieses Buch helfen konnte, ein paar neue Möglichkeiten der Manifestation kennen zu lernen.

Ich wünsche dir viel Erfolg auf deinem weiteren Weg.

Wenn du das Buch magst dann würde ich mich sehr freuen, wenn du eine kurze Rezension hinterlassen könntest, damit andere Menschen auch dieses Buch finden können.

Über den Autor



Olaf Art Ananda, ist 1963 in Hamburg, Deutschland geboren und arbeitete über 30 Jahren als Softwareentwickler.

Olaf hat für mehrere Top 500 Unternehmen wie Dupont, Dresdner Bank, Commerzbank und Zürcher Kantonalbank gearbeitet, um nur einige zu nennen. Nach seinem Burnout und einer Nahtoderfahrung beschloss er, nicht mehr für Profit zu arbeiten. Seit 2016 schreibt er Open Source Software. Er hat auch die folgenden Bücher geschrieben: Camp Eden - Wie wir unsere Paradies wieder erschafft haben und Step Out - Guideline to step

out of the system. Seit 2016 lebt er in seinem Wohnmobil, derzeit in Portugal, und spielt auf der Straße Gitarre für ein paar Münzen. Das ist ein leichtes Leben.

Impressum

Olaf Art Ananda olafartananda@protonmail.com