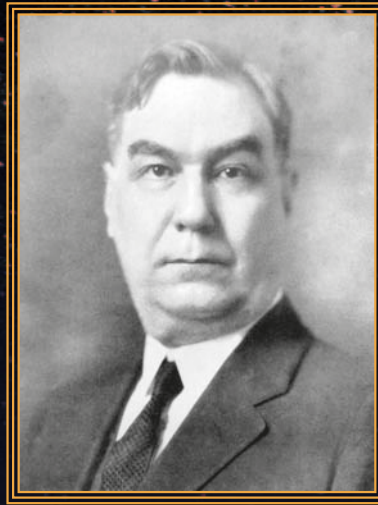


MrMasterKey.com und Helmar Rudolph präsentieren:



CHARLES F. HAANEL

DER MASTER KEY SYSTEM STUDIENSERVICE

• Die 24 Checklisten •



www.mrmasterkey.com

© 2009, JAH Holding Inc. • Alle Rechte vorbehalten.

HERZLICH WILLKOMMEN..

..zum Master Key System Studienservice von MrMasterKey.com - schön, dass du dabei bist. Es ist mir eine Freude und Ehre, dich auf dieser Reise begleiten zu dürfen.

Du wirst bereits - vor allem, wenn du neu bist in der Materie - festgestellt haben, dass es mit dem einfachen Lesen des Buches nicht getan ist. Dafür gibt es diesen Studienservice und diese Checklisten. Diese werden dich über die nächsten 6 Monate begleiten und deine Fortschritte dokumentieren. Du siehst, dass die Anforderungen mit den Teilen wachsen, d.h. die Antworten werden dir nicht einfach so kommen, sondern bedürfen deiner Überlegung und somit umgehenden Anwendung des Erlernten.

Wenn du mit deinem Studium durch bist, d.h. die 6+ Monate absolviert hast, kann es durchaus sein, dass du wieder von vorn beginnen wirst. Das passiert aber nicht aufgrund deines Scheiterns, sondern - ganz im Gegenteil - weil du nunmehr im Besitz völlig neuer Erkenntnisse bist. Somit gehst du an das Material mit einem anderen Bewusstsein ran und wirst aus denselben Worten ganz andere Bedeutungen herauslesen.

Bedenke, dass das Master Key System aus 3 Komponenten besteht, welche schön mit dem Automobil verglichen werden können, wobei dieser Studienservice die 3. Komponente erweitert:

1. Der Text (Das Auto)
2. Die Übungen (die Fahrstunden)
3. Die Fragen und Antworten sowie diese Checkliste (die Führerscheinprüfung)

Am Ende deines Studiums hast du sowohl das Vehikel, wie auch die Befähigung und die anfängliche Praxis. Wohin du dann mit dem Auto fährst, d.h. in welche Richtung du dein Leben nun bewusst lenkst, das liegt ganz allein bei dir. Du kannst dich von nun an nur noch über die richtigen Ziele (Destinationen) freuen, die du ansteuerst, denn beschweren kannst du dich nicht mehr.

Versprechen kann ich dir mit dem Studium somit nichts, obwohl ich weiß, dass sich gewisse Qualitäten einstellen oder verstärken werden. Diese aufzulisten bedarf es nicht, denn sie stehen allesamt im Vorwort von F.H. Burgess im Master Key System Buch drin. Sie entsprechen der Wahrheit, und deine Fähigkeit, diese Wahrheit zum Ausdruck zu bringen, hängt allein von deiner Aufmerksamkeit und Disziplin ab, die du dem Studium entgegenbringst.

Solltest du Fragen haben, kannst du dich jederzeit im Forum informieren. Du kannst davon ausgehen, dass dort so ziemlich alles behandelt und besprochen wurde. Einzelne Details, d.h. Auswirkungen spielen dabei keine Rolle, denn es kommt auf die Ursachen an.

Ich wünsche dir auf dieser tollen Reise in die Tiefen deines Selbsts alles Liebe und Gute und bedanke mich für das mir entgegengebrachte Vertrauen. Wenn du für das dir zur Verfügung gestellte Material Verbesserungsvorschläge haben solltest, würde ich mich über eine Kontaktaufnahme sehr freuen.

Alles Liebe,

Helmar

Lüchow (Wendland), im Juli 2009

TEIL 1 - EIN BEWUSSTSEIN, EINE KRAFT

1. Schreibe hier stichwortartig die Veränderungen auf, die du in dieser Woche in deinem Bewusstsein erkannt hast. (Beispiel: einen negativen Gedanken erkannt und ihn durch einen positiven Gegenvorschlag ersetzt.)

2. Schreibe die 3 wichtigsten Dinge auf, was Du von diesem Teil gelernt hast.

1. _____

2. _____

3. _____

3. Schreibe auf, wie du das neu gewonnene Wissen von nun an in deinem Leben anwenden wirst.

4. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Ich habe einer anderen Person gegenüber bewusst mein Verhalten geändert.
- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.
- Ich habe eine "Kleinigkeit" in meiner Umgebung bewusster wahrgenommen.
- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe ein mir gewöhnliches Objekt/Thema mal mit ganz anderen Augen betrachtet.
- Eine neue Person ist in mein Leben eingetreten, mit der ich mich gut verstehe.
- Jemand hat mir unerwartet etwas geschenkt.
- Ich habe ein Tier / eine Pflanze gestreichelt und/oder mit ihm/ihr gesprochen.
- Ich habe bewusst auf meinen Atem geachtet.
- Ich habe bewusst einem anderen Menschen eine unerwartete Freude gemacht.
- Ich habe vor dem Schlafengehen einen Dank für den vergangenen Tag ausgesprochen.

5. Schreibe auf, was du dir sehnlichst im Leben wünschst. Mache es einfach und nicht zu ausführlich.

6. Zeige durch ein **X** an, wie sehr du durch dein verändertes Denken und Handeln diesem Wunsch näher gekommen bist.

- Wunsch wurde erfüllt.
- Sehr viel näher gekommen.
- Etwas näher gekommen.
- Trete noch auf der Stelle.

7. Schreibe auf, welche Hindernisse dir deines Erachtens nach immer noch im Wege stehen und wie du sie zu beseitigen hegst. (Lege Dir diesen Teil die nächste Woche erneut vor.)

8. Schreibe auf, wem oder was du diese Woche dankbar warst. (**Tipp:** Mache es dir zur Angewohnheit, vor dem Schlafengehen den Tag nochmal Revue passieren zu lassen und dir der Dinge bewusst zu werden, für die du dankbar sein kannst. So schläft es sich schön ein.)

9. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

- Dein Selbstwert: _____
- Dein Energieniveau: _____
- Dein Glücksgefühl: _____
- Deine Tatkraft: _____
- Deine Gesundheit: _____
- Dein Reichtum: _____



10. Ich habe diese Woche ca. ____ Menschen vom Master Key System erzählt.

11. Zeige durch ein **X** an, wie sehr du dich auf das Lernmaterial des nächsten Teils freust.


- Ich kann es gar nicht mehr abwarten!
- Ich freue mich sehr!
- Ich kann es kaum in Worte fassen.
- Ja, ja, ja.. ich will MEHR davon!

Notizen

Literaturhinweis

-  Wenn dir das MKS anfänglich schwer verständlich erscheint, gibt es von Robin Sharma ein tolles Buch: „*Der Mönch, der seinen Ferrari verkaufte*“. Das liest sich einfach und ist - wie ich es gerne sage - vollkommen MKS-konform.
-  Neale Donald Walschs „*Gespräche mit Gott*“ sind eine hervorragende Einführung in die Materie. Vor allem deuten sie auf die Macht und Kraft hin, die wirklich in uns steckt.

Tipp

-  Affirmationen wie „*Es geht mir jeden Tag in jeglicher Hinsicht besser und besser*“ o.ä. sind dazu da, dein Denken umzulenken und dir bewusst zu machen, dass du dich in die richtige Richtung bewegst. Nur mit der Affirmation ist es allerdings nicht getan, denn ihr müssen klare und harmonische Worte und Taten folgen. Sie ist aber für den Anfang unabdingbar, lenkt sie dich doch in eine bisher unbekannte und bewusste Richtung.

TEIL 2 - DIE METHODE DER WAHRHEITSFINDUNG

1. Schreibe hier stichwortartig die Male auf, wo du dich im Moment gefangen und deinen Gedanken bewusst in die entgegengesetzte Richtung gelenkt hast.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe die 3 wichtigsten Dinge auf, die du von diesem Teil gelernt hast, insbesondere was die Funktion des Unterbewusstseins anbelangt.

1. _____

2. _____

3. _____

4. Schreibe auf, welche bisher "ungünstigen" Situationen du jetzt bewusster angehen und somit zu einem anderen Ergebnis bringen willst.

5. Zeige durch ein X an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.
- Ich bin mir zunehmend bewusst über meine Fähigkeit, meine Gedanken aktiv zu steuern.
- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe mir Ereignisse aus meiner Vergangenheit nochmal ins Bewusstsein geholt.
- Ich konnte dadurch neue Erkenntnisse erlangen, die ich als hilfreich betrachte.

- Ich habe bewusst auf meinen Atem geachtet.
- Ich habe fange mich mehr und mehr "im Moment" und beobachte mich beim Denken.
- Ich habe bewusst einem anderen Menschen eine unerwartete Freude gemacht.
- Ich habe vor dem Schlafengehen einen Dank für den vergangenen Tag ausgesprochen.
- Ich fühle mich beim Aufstehen energievoller und optimistischer.
- Ich habe diese Woche __ Zeilen angekreuzt. Das sind __ mehr/weniger als letzte Woche.

6. Schreibe dir einen neuen Wunsch auf, den du dir noch nicht erfüllt hast.

7. Zeige durch ein **X** an, wie sehr du durch dein verändertes Denken und Handeln diesem Wunsch näher gekommen bist.

- Wunsch wurde erfüllt.
- Sehr viel näher gekommen.
- Etwas näher gekommen.
- Trete noch auf der Stelle.

8. Schreibe auf, welche Hindernisse dir immer noch im Wege stehen und wie du sie zu beseitigen hegst. (Lege Dir diesen Teil die nächste Woche erneut vor. Lies dir den Teil der Vorwoche nochmal durch.)

9. Schreibe auf, in welchen Situationen du noch unbedacht negative Emotionen zum Ausdruck bringst. **Tipp:** *Versuche, vollkommen unvoreingenommen etwas tiefer zu schauen, um herauszufinden, was die darunterliegende Ursache sein könnte.*

10. Schreibe auf, wie du dich fühlst, wenn du diese Emotionen ausgedrückt hast.

11. Schreibe auf, was sich deines Erachtens nach ändern würde, wenn du stattdessen eine positive Emotion ausdrückst. Wie würdest du dich dann in diesem speziellen Fall fühlen?

TEIL 3 - GEDANKEN WERDEN ZU DINGEN

1. Schreibe hier noch einmal auf, wie der bewusste Verstand mit dem Unterbewusstsein in Verbindung steht und welcher Körperteil für deine "magnetische Präsenz" verantwortlich ist.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe die 3 wichtigsten Dinge auf, die du von diesem Teil gelernt hast, insbesondere was die körperliche und geistige Entspannung angeht.

1. _____

2. _____

3. _____

4. Schreibe auf, welche Handlungen du unternommen hast, um momentanen oder vergangenen Umständen negativer Art zu begegnen, sie aufzulösen und durch positive Gegenvorschläge zu ersetzen.

5. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.
- Ich bin mir zunehmend bewusst über meine Fähigkeit, meine Gedanken aktiv zu steuern.

- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe mir Ereignisse aus meiner Vergangenheit nochmal bewusst gemacht, ohne sie zu bewerten.
- Ich konnte dadurch neue Erkenntnisse erlangen, die ich als hilfreich betrachte.
- Ich habe bewusst auf meinen Atem geachtet und im Anschluss mehrere lange, tiefe Atemzüge gemacht.
- Ich habe fange mich mehr und mehr "im Moment" und analysiere meine Handlungsweise.
- Ich habe bewusst einem anderen Menschen eine unerwartete Freude gemacht.
- Ich habe vor dem Schlafengehen einen Dank für den vergangenen Tag ausgesprochen.
- Ich fühle mich morgens beim Aufstehen energievoller und optimistischer.
- Ich habe diese Woche __ Zeilen angekreuzt. Das sind __ mehr/weniger als letzte Woche.

6. Schreibe eine Sache auf, die du kommende Woche mit besonderer Aufmerksamkeit besehen wirst, um letztere etwas intensiver zu schulen.

7. Schreibe auf, in welchen Situationen du **bewusst** positive Emotionen zum Ausdruck gebracht hast, wo du vorher noch anders reagiert hättest.

8. Schreibe auf, wie du dich fühlst, wenn du diese Emotionen ausgedrückt hast.

9. Schreibe auf, was sich nach der Übung in dir geändert hat? Wie hat es sich angefühlt, sich total zu entspannen?

10. Zeige durch ein X an, wie sehr du dich auf das Lernmaterial des nächsten Teils freust.

- Ich kann es gar nicht mehr abwarten!
- Ich freue mich sehr!
- Ich kann es kaum in Worte fassen.
- Ja, ja, ja.. ich will MEHR davon!!

TEIL 4 - DAS WAHRE „ICH“

1. Schreibe hier stichwortartig auf, wie sich das Unterscheiden zwischen Ursache und Wirkung in dieser Woche in deinem Leben dargestellt hat.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe die 3 wichtigsten Dinge auf, die Du von diesem Teil gelernt hast, aber auch, wie sich dein Wissen über deine Verbundenheit mit dem Universellen körperlich und seelisch anfühlt.

1. _____

2. _____

3. _____

4. Schreibe auf, wie sich das Verständnis des wahren "Ich" von nun an in deinem Leben zeigen wird.

5. Schreibe 3 Dinge auf, die du mittels der Affirmation "*Ich kann sein, was ich sein will*" in dein Leben zu ziehen gedenkst.

1. _____

2. _____

3. _____

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.
- Ich habe eine "Kleinigkeit" in meiner Umgebung bewusster wahrgenommen.
- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe ein mir gewöhntes Objekt/Thema mal mit ganz anderen Augen betrachtet.
- Eine neue Person ist in mein Leben eingetreten, mit der ich mich gut verstehe.
- Jemand hat mir unerwartet etwas geschenkt.
- Ich habe ein Tier / eine Pflanze gestreichelt und/oder mit ihm/ihr gesprochen.
- Ich achte bewusst auf meinen Atem und habe immer mehr bewusst tief geatmet.
- Ich habe bewusst meine Aufmerksamkeit auf das Große Ganze gerichtet und mich als Teil davon gesehen.
- Ich habe vor dem Schlafengehen einen Dank für den vergangenen Tag ausgesprochen.

7. Schreibe auf, warum das Wohlergehen eines jeden Teils davon abhängt, inwieweit das Gesamtinteresse berücksichtigt wird.

8. Schreibe auf, warum es so wichtig ist, eine angefangene Sache zuende zu führen.

9. Ich habe diese Woche ___ Mal bewusst meine Sinne gestillt, um zu einer anderen Einsicht zu kommen.

10. Zeige durch ein **X** an, wie sehr du dich auf das Lernmaterial des nächsten Teils freust.

- Ich kann es gar nicht mehr abwarten!
- Ich freue mich sehr!
- Ich kann es kaum in Worte fassen.
- Ja, ja, ja.. ich will MEHR davon!!

TEIL 5 - DAS BEWUSSTSEIN ALS ZENTRUM ALLEN SEINS

1. Schreibe hier stichwortartig auf, wie sich deine Bewusstseinerweiterung in der letzten Woche unzweifelhaft dargestellt hat.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe die 3 wichtigsten Dinge auf, die Du von diesem Teil gelernt hast

1. _____

2. _____

3. _____

4. Schreibe auf, wie es sich anfühlt, außerhalb der Meinung eines anderen Menschen zu stehen und sie unparteiisch aus der Distanz zu beobachten.

5. Schreibe auf, wie sich die Erkenntnis deiner Beziehung zu deiner häuslichen, geschäftlichen und sozialen Umgebung aufzeigt und welchen Nutzen du daraus ziehst.

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.
- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe die Meinung eines anderen Menschen als diese erkannt und nicht mit mir assoziiert.
- Ich habe wiederholt bewusst Anweisungen an mein Unterbewusstsein geschickt.
- Ich habe einem anderen Menschen eine unerwartete Freude gemacht.
- Mein Atem ist tiefer, gleichmäßiger und ruhiger geworden.
- Ich bin mir meiner Einheit mit dem Universellen besonders bewusst geworden.
- Mein Ess- und Trinkverhalten habe ich meiner neuen Denkweise angepasst.
- Ich habe auch meine körperliche Ertüchtigung meiner geistigen angepasst.
- Ich zeige im Stillen, aber auch öffentlich meine zunehmende Dankbarkeit.

7. Schreibe auf, was "Reichtumbewusstsein" für dich speziell bedeutet und wie es sich in den letzten Wochen für dich bereits im Außen gezeigt hat.

8. Schreibe auf, was es für dich bedeutet, mit der Allmacht verbunden zu sein, , z.B. wie es sich in deinem täglichen Leben zeigt.

9. Schreibe auf, warum viele trotz ihres andauernden Wünschens nicht die entsprechenden Ergebnisse herbeiführen und wie du genau das vermeiden wirst.

TEIL 6 - DURCH AUFMERKSAMKEIT ZUM ERFOLG

1. Schreibe hier auf, wie sich deine Aufmerksamkeit und Konzentration in dieser Woche verbessert hat.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe die 3 wichtigsten Dinge auf, die Du von diesem Teil gelernt hast

1. _____

2. _____

3. _____

4. Schreibe auf, warum du jede Woche die Übungen gewissenhaft durchführst.

5. Schreibe auf, warum der Gedanke konstruktiv und kreativ sein muss.

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.

- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.
- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe die Meinung eines anderen Menschen als diese erkannt und nicht mit mir assoziiert.
- Ich habe erkannt, dass Aufmerksamkeit mit einer erhöhten Informationsaufnahme gleichgestellt werden kann, beides aber vollkommen wertneutral ist.
- Ich habe einem anderen Menschen eine unerwartete Freude gemacht.
- Mein Atmen wird zunehmend tiefer, länger und gleichmäßiger.
- Ich bin mir meiner Einheit mit dem Universellen besonders bewusst geworden.
- Ich habe besonders auf mein Ess- und Trinkverhalten geachtet.
- Ich habe meine körperliche Ertüchtigung meiner geistigen angepasst.
- Ich zeige im Stillen, aber auch öffentlich meine zunehmende Dankbarkeit.

7. Schreibe auf, warum es so wichtig ist, sich zurückzuziehen, in die Stille zu gehen.

8. Schreibe auf, warum die Möglichkeiten als Individuum unerschöpflich sind.

9. Schreibe auf, auf was du dich nun speziell zum Erreichen deiner gesetzten Ziele konzentrieren wirst.

10. Zeige durch ein **X** an, wie sehr du dich auf das Lernmaterial des nächsten Teils freust.

- Ich kann es gar nicht mehr abwarten!
- Ich freue mich sehr!
- Ich kann es kaum in Worte fassen.
- Ja, ja, ja.. ich will MEHR davon!!

TEIL 7 - DIE MACHT DER VORSTELLUNGSKRAFT

1. Schreibe auf, auf welche Art und Weise du dir aus den unendlichen Möglichkeiten diejenigen anziehen kannst, die du zum Erreichen deines Höchsten Gutes benötigst.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe die 4 Schritte zur Verwirklichung einer jeden Angelegenheit auf:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

4. Schreibe auf, warum das von dir geschaffene Bild klar und genau sein muss.

5. Wille, Gedanke und Gefühl verhalten sich zueinander wie Verlangen, Erwartung und Wunsch. Was steckt dahinter?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Ich bin einer nicht-wünschenswerten Situation gegenüber gelassener gewesen.

- Ich habe mir vor einer Entscheidung überlegt, welches Resultat daraus entstehen würde.
- Ich habe die Meinung eines anderen Menschen als diese erkannt und nicht mit mir assoziiert.
- Mein Atem wird zunehmend tiefer, länger und regelmäßiger.
- Ich habe mir Dinge vorstellen können, die vor kurzem noch undenkbar gewesen wären.
- Mein Ess- und Trinkgewohnheiten haben sich seit Beginn des Studiums stark verbessert.
- Ich bewege mich regelmäßig und sage dabei meine Affirmationen auf.
- Ich bin zunehmend dankbar für all das Schöne, was mir tagtäglich im Leben auffällt.


7. Schreibe auf, warum du dich nicht mehr mit äußeren Angelegenheiten abgibst.

8. Was ist das richtige Prinzip zum Erreichen all dessen, was man sich im Leben wünscht?

9. Warum hast du in diesem Teil gelernt, dein Selbst auszudrücken und deine Individualität zu zeigen?

10. Verweile ein wenig auf dem Wort "Vorstellungskraft" und versuche, dich in sein Wesen und seine Energie zu versetzen.

Literaturhinweis

 Es gibt zahlreiche Bücher im Bereich der Schulung der Vorstellungskraft. Wenn du es „antik“ magst, gibt es im Antiquariat ein aus dem Jahre 1916 stammendes Buch von F. A. Brecht, „*Die Schulung der Phantasie*“. Dort wirst du Schritt für Schritt herangeführt und deine Vorstellungskraft steigt immer mehr an. Das ist sehr wichtig, weil es in den kommenden Wochen immer mehr darum geht, sich etwas vorzustellen, was einem vorher schlichtweg unmöglich erschien.

TEIL 8 - DER WERT WAHRHAFTEN DENKENS

1. Erkläre die Bedeutung von Dienst. Schreibe auf, warum es so wichtig ist, dass unser Handeln auf das Wohl aller ausgerichtet ist.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe auf, warum alle Fehler lediglich Fehler von Ignoranz sind:

4. Schreibe auf, warum das von dir erschaffene Ideal konstant im Geiste gehalten werden muss

5. Schreibe auf, warum das Erkennen von Ursache und Wirkung in deinem Leben so wichtig ist.

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutrifft:


- Mein Denken wird zunehmend von mir selber kontrolliert
- Ich fühle mich souverän und voller Tatendrang.
- Ich kann immer besser Dingen auf den Grund gehen und die Ursache erkennen.
- Ich stelle fest, dass ich mit meinem Denken letztlich die ultimative Ursache bin.
- Ich kann komplexe Zusammenhänge erkennen und in ihre Einzelheiten „zerlegen“.
- Mir fällt immer mehr auf, wie die Natur im Überfluss produziert.
- Mein Atem wird zunehmend tiefer, länger und regelmäßiger.
- Ich bin mir meiner Einheit mit dem Universellen besonders bewusst geworden.
- Ich kann mir zunehmend große Dinge vorstellen und dass sie auch für mich erreichbar sind.
- Ich affirmiere mir, dass ich gut genug bin und dass ich nur Gutes verdient habe.
- Meine Dankbarkeit wird auch von anderen zunehmend anerkannt.

7. Schreibe auf, wie die Vorstellungskraft kultiviert werden kann.

8. Suche nochmal Punkt 17 auf. Schreibe ihn hier nieder.

9. Was bedeutet es für dich, in Einheit mit allem Leben zu leben?

Literaturhinweis

 Die „*Anastasia*“ Bücher von Wladimir Megré sind eine wunderschöne Erweiterung zum Thema „Einheit mit allem Leben“. Wenn du sie noch nicht kennen solltest, schau sie dir doch beim nächsten Besuch deiner Buchhandlung mal an. Mir selber gefallen sie sehr gut, weil einem dort ganz andere Einsichten über das Leben vermittelt werden.

TEIL 9 - DIE TAT ALS BLÜTE DES GEDANKENS

1. Erkläre, warum wir das von uns Gewünschte als bereits bestehende Tatsache anerkennen müssen, warum es zwischen uns und dem Ziel keine „Distanz“ mehr geben darf.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Über welches Gesetz können wir die von uns gewünschten Umstände herbeiführen?

4. Schreibe auf, warum es so wichtig ist, die Wahrheit zu kennen.

5. Erkläre das Prinzip hinter der Aussage, dass ein positiver Gedanke einen negativen vertreiben wird.

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutrifft:

- Mein Verhalten anderen Personen gegenüber wird immer freundlicher und zuvorkommender.
- Ich bin jederzeit gelassen, überlegen und souverän.
- Ich betrachte mein eigenes Verhalten und das Verhalten anderer neutral.
- Ich habe die Meinung eines anderen Menschen als diese erkannt und nicht mit mir assoziiert.
- Ich spüre meinen Solarplexus mehr und mehr oder richte meine Aufmerksamkeit auf ihn, um ihn zum Strahlen zu bringen.
- Ich erkenne zunehmend, wie das Leben funktioniert, und dass alles darauf abgerichtet ist, in der Evolution weiterzukommen, einschließlich der „negativen“ Dinge.
- Ich atme ruhig, tief und regelmäßig. Die Auswirkungen werden mir mehr und mehr bewusst.
- Ich dusche (auch) kalt.
- Ich motiviere mich, meine gesteckten Ziele auch zu erreichen.

7. Schreibe die Affirmation aus Punkt 11 hier nochmal auf.

8. Verinnerliche dir erneut Punkt 30. Schreibe dann nieder, wie sich deine geänderte Geisteshaltung innerhalb der letzten 2 Monate bereits im Leben dargestellt hat.

9. Was bringt uns das Gesetz der Anziehung?

TEIL 10 - DAS LEBEN IM EINKLANG MIT NATÜRLICHEN GESETZEN

1. Erkläre, warum Überfluss ein Naturgesetz des Universums ist. Schreibe dann nieder, was für Auswirkungen es auf dein Leben hat.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Was unterscheidet einen erfolgreichen von einem gewöhnlichen Menschen, was Ursache und Wirkung anbelangt?

4. Schreibe auf, warum Besitztümer nur von Wert sind, wenn sie Macht verleihen, Ergebnisse nur dann von Bedeutung sind, wenn sie sich auf Macht auswirken.

5. "Das Denken ist das Bindeglied zwischen dem Unendlichen und dem Endlichen". Warum ist das so?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutrifft

- Ich erkenne, welche Dinge oder Personen mein Leben bereichern.
- Nicht-wünschenswerte Situationen haben sich in den letzten Wochen vermindert.
- Meine zunehmend positive Ausstrahlung fällt auch anderen Menschen auf.
- Mehr und mehr Menschen fragen mich um meinen Rat oder suchen Hilfe bei mir.
- Meine zunehmende körperliche Fitness fällt mir bereits auf.
- Ich weiß, warum mein Denken im Einklang mit den natürlichen Gesetzen sein muss.

7. Warum muss schöpferisches Denken harmonisch sein und was bewirkt es?

8. Erkläre, warum der Gedanke mit dem schöpferischen Prinzip der Natur in Einklang sein muss.

9. Schreibe auf, was das Erschaffens von Polarität für uns im Leben bedeutet.

TEIL 11 - INDUKTIVES DENKEN

1. Erkläre, was Induktives Denken ist und warum es in deinem Leben so wichtig ist, „Dingen auf den Grund zu gehen“.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Warum müssen wir glauben, dass uns unser Wunsch bereits erfüllt wurde, bevor er sich verwirklicht?

4. Schreibe auf, woraus sich die schöpferische Kraft des Gedankens zusammensetzt.

5. Was bedeutet es in deinem Leben, „absolut“ zu denken?

6. "Weisheit beginnt mit logischem Denken". Warum ist das so?


7. Erkläre, warum es nichts mehr zu zweifeln gibt, sobald wir uns ein Ideal geschaffen haben.


8. Schreibe auf, wo du diese Woche bewusst Gebrauch vom Induktiven Denken gemacht hast.

9. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

- Ich denke immer öfter, anstatt nur lose Gedanken zu haben.
- Ich erkenne immer mehr die Zusammenhänge zwischen den „Dingen“
- Ich affirmiere mir, dass das, was sich vor mir abspielt, nicht „ich“ bin, nicht „meine“ Story ist.
- Ich fange mich in Momenten und erkenne klar, dass ich in dem Moment nur Gedanken habe, aber nicht denke, da Denken systematisch und konstruktiv ist.
- Meine Freude am Leben wird immer größer.
- Meinem Umfeld fallen die Veränderungen in und bei mir auf, und sie kommentieren sie positiv.

Literaturhinweise

 „*Transsurfing*“ von Vadim Zeland ist eine hervorragende Lektüre, die das MKS erweitert.

 „*Auf der Spur des wilden Pendels*“ von Itzhak Bentov ist ein sehr empfehlenswertes Buch, was die Mechanik des Bewusstseins, Holografie und Quantenphysik angeht. Dort wird auch erklärt, was passiert, wenn wir meditieren.

TEIL 12 - DAS ERSTELLEN EINES IDEALS

1. Schreibe dein dir momentan wichtigstes Ideal auf und wie dieses Ideal nicht nur dir selber zugute kommt, sondern auch anderen Menschen.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Erkläre die Rolle der Visualisierung bei der Erstellung eines Ideals.

4. Warum ist es so wichtig, dass du an deinem Ideal festhältst?

5. Warum kann das Unendliche nicht geändert werden?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der folgenden Aussagen auf dich zutrifft:

- Ich habe mein Verhalten einer anderen Person gegenüber geändert.
- Ich reagiere auf alle Situationen gelassen oder lasse sie zumindest nicht mehr negativ an mich heran.
- Mein Ideal / Meine Ideale stehen fest und solide.
- Ich lache öfter über mich und meine „Fehler“.
- Ich erkenne das Universelle (Gott) in allem.
- Ich fühle mich mehr und mehr verbunden mit dem Großen Ganzen.
- Ich dusche kalt und freue ich über die Reaktion meines Körpers.
- Ich bin gesund.
- Ich lenke immer mehr Aufmerksamkeit auf Reichtum, ganz gleich, ob er in Form von Geld oder einfach nur „genug von der Sache“ kommt.

7. "Das Gesetz der Anziehung ist nichts Anderes als eine andere Bezeichnung für Liebe".
Warum ist das so?

8. Erkläre, warum jeder dauerhafte Macht und Kraft lediglich auf positive Art und Weise verliehen werden kann.

9. Die Absicht leitet die Aufmerksamkeit. Was verstehst du darunter?

Notizen

TEIL 13 - DAS GESETZ VON URSACHE UND WIRKUNG

1. Schreibe auf, welche Rolle Harmonie und Glückseligkeit in deinem Leben spielen.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Erkläre, warum wir erst geben müssen, bevor wir erhalten können.

4. Denken muss bewusst, systematisch und konstruktiv sein. Warum?

5. Ungewöhnliche Beobachtungen und Tatsachen haben den höchsten Wert. Was bedeutet das für dein eigenes Leben?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der folgenden Aussagen auf dich zutrifft:

- Das Gesetz von Ursache und Wirkung ist mir zunehmend bewusst geworden.
- Ich erkenne, dass jeder Gedanke von mir eine Ursache ist.
- Ich erkenne, dass meine Wahrnehmung negativer Dinge nicht gleichbedeutend damit ist, dass ich auch diese Eigenschaften in mir trage.
- Jeden Tag fülle ich meine Lungen mit frischer Luft und erfreue mich der pranischen Energie, die ich dabei aufnehme.
- Ich beobachte, wie Hunde und Katzen sich mir gegenüber anders verhalten.
- Ich zeige zunehmend meine Dankbarkeit für die Schöpfung.
- Ich fühle mich als bewusster Mitschöpfer.
- Ich bin aktiv dabei, meine Wünsche zur gelebten Wirklichkeit zu machen.
- Ich bin mir meines eigenen Reichtums und Wohlstandes mehr und mehr bewusst.

7. Was für eine Art von Bewusstsein muss vorhanden sein, damit sich Glück ausdrücken kann?

8. Erkläre, was es für dich speziell bedeutet, dass Wissen sich selber nicht anwendet.

9. Du bist ein Teil des Ganzen. Schreibe auf, wo du dir dieses Wissen bereits zunutze gemacht hast.

TEIL 14 - DIE DISZIPLIN DES DENKENS

1. Schreibe auf, warum das Verleugnen unbefriedigender Zustände ebenso wirksam ist, wie das Konzentrieren auf wünschenswerte Zustände.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe auf, welche negativen Zustände du von nun an mit Nichtbeachtung belegst.

4. Das Individuum ist lediglich der Kanal für die Verteilung. Was bedeutet das für dich als Person?

5. Dinge selbst haben weder Ursprung, noch Beständigkeit, noch Realität. Warum ist dem so?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutrifft:

- Punkt 3 habe ich leer gelassen, denn wenn ich etwas niedergeschrieben hätte, hätte ich es mit Beachtung versehen und nicht mit Nichtbeachtung.
- Ich bin diszipliniert in meinem Denken und dem Durchführen meiner MKS Übungen
- Ich unterscheide Ursache und Wirkung.
- Ich fange mich bewusst in Momenten negativer Gedanken und kehre sie umgehend in positive Gedanken um.
- Ich bin mit mir selber verständnisvoll und geduldig.
- Ich suche immer mehr Orte der Stille und der Inspiration.
- Ich affirmiere für mich Stärke und Gesundheit und lasse dem Taten folgen.
- Ich erkenne die Liebe des Großen Ganzen an, und fühle auch mich selber von ihm/ihr geliebt.
- Ich bin motiviert und brenne gerade darauf, zu neuen Erkenntnissen im Leben zu kommen.

7. Der Mensch ist das Spiegelbild seiner Gedanken. Was bedeutet das für dich in Bezug auf deine Zukunft?

8. Erkläre, welche Rolle das Unterbewusstsein bei der Erfüllung deiner Wünsche spielt.

9. Schreibe auf, warum es so wichtig ist, dass sich niemand in deine Entscheidungen einmischt.

TEIL 15 - DIE BEWUSSTE ZUSAMMENARBEIT MIT DER ALLMACHT

1. Schreibe auf, warum alle Gesetze zu unserem Vorteil arbeiten.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe auf, was uns Schwierigkeiten, Disharmonie und Hindernisse aufzeigen.

4. Warum können wir nur empfangen, was wir geben?


5. Warum sind alle Umstände und Erfahrungen, die zu uns kommen, zu unserem eigenen Nutzen?

6. "Es gibt kein Prinzip des Fehlers." Was bedeutet das?

7. Erkläre die Bedeutung von Einsicht in deinem Leben.

8. Schreibe auf, warum eine harmonische Sprache für die Verwirklichung unserer Ziele so wichtig ist.

Literaturhinweis

 Walter Russell hat ein wunderbares Buch geschrieben: „*Geheimnis des Lichtes*“. Es ist im Genuis-Verlag erschienen und wird weiteres Licht auf Gott, die Schöpfung, dich, dein Leben und deine Realität scheinen. Sehr empfehlenswert!

TEIL 16 - DAS ERSCHAFFEN WISSENSCHAFTLICH WAHRER IDEALE

1. Schreibe auf, warum dich Dinge nicht mehr stören, die scheinbar falsch laufen.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Schreibe auf, warum Wohlstand lediglich ein Hilfsmittel sein soll.

4. Welche sind die drei Schritte schöpferischer Macht?

1. _____

2. _____

3. _____

5. "Gebrauch bestimmt über Existenz." Erkläre diese Aussage.

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutreffen

- Ich bin ganz (gesund).
- Ich bin perfekt.
- Ich bin stark.
- Ich bin mächtig.
- Ich bin liebevoll.
- Ich bin harmonisch.
- Ich bin wohlhabend.
- Ich bin glücklich.


7. Falls zutreffend, schreibe auf, was dich davon abgehalten hat, alle obigen Kästchen anzukreuzen. (Erinnere dich dabei an Teil 4, wo du gelernt hast, dass das wahre "Ich" nichts außer perfekt sein kann.)

8. Wovon hängt die Lebenskraft eines Gedankens ab und warum ist dem so?

9. Wenn der Gedanke aus Schlagkraft, Stärke, Mut und Bestimmtheit ist, woraus wird dann das Material sein?

10. Die Verbesserung unserer Fähigkeiten bringt ein größeres Leistungsvermögen mit sich. Bringe das in Zusammenhang mit dem Wort "Frequenzerhöhung".

Literaturhinweis

 Jörg Starkmuths Buch „*Die Entstehung der Realität*“ ist für alle empfehlenswert, die das Universum links-hirrig besser verstehen wollen. :)

TEIL 17 - DURCH KONZENTRATION ZU INTUITIVER WAHRNEHMUNG

1. Erkläre, warum physische Macht bedeutungslos wird

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Wie kann eine Beschleunigung des Bewusstseins erreicht werden?

4. Warum darf Konzentration nicht mit Anstrengung verwechselt werden?

5. Warum führt bewusstes Wünschen nur selten zur Verwirklichung des Objekts?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutreffen:

- Ich beende alles, was ich begonnen habe.
- Ich zeige Freude während meiner Arbeit.
- Ich bin dankbar.
- Ich weiß, dass mein Körper der lebendige Tempel Gottes ist, und ich verhalte mich ihm gegenüber dementsprechend.
- Ich setze mir ausschließlich Ziele, die ich erreichen kann.
- Ich gehe immer wieder zu den vorherigen Teilen zurück und nehme dadurch neues Wissen auf oder erinnere mich an bedeutsame Aussagen.

7. Auf welche Art und Weise können wir dem begrenzten Erfolg entwachsen?

8. Mit bloßem Denken ist es nicht getan. Warum muss der Gedanke in brauchbare Werte umgewandelt werden?

9. Schreibe auf, warum es so wichtig ist, nur große Gedanken zu denken und nur höhere Dinge zu schätzen?

10. Wie aktivierst du die intuitive Kraft?

11. Warum ist es so wichtig, in die Stille zu gehen?

12. Was bedeutet es für dich, inspiriert zu werden?

TEIL 18 - DAS GESETZ DER ANZIEHUNG

1. Erkläre, was es bedeutet, das Selbst als Individualisierung der Universellen Intelligenz anzuerkennen.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Erkläre, warum die schöpferische Kraft nicht aus dem Individuellen entspringt.

4. Was ist die unsichtbare Verbindung, mit dem das Individuelle mit dem Universellen kommuniziert?

5. Warum ist nur der Glaube von Wert, der auf die Probe gestellt werden kann?

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutrifft:

- Ich ziehe mich immer öfter zurück und suche Orte der Stille.
- Meine Konzentrationsfähigkeit hat sich verbessert.
- Ich kann mir Dinge vorstellen und sie mit umfangreichen Details versehen.
- Ich kann mich in eine Situation hineinfühlen und die Energie körperlich spüren.
- Ich erkenne meine Rolle als Mensch in der Evolution der Menschheit.
- Ich bin mir meiner Verantwortung anderer Wesenheiten gegenüber bewusst.
- Ich bin dankbar für die vielen neuen Einsichten, die sich durch das Studium ergeben haben.
- Meine körperliche Leistungsfähigkeit steigt mit meiner geistigen Kraft.

7. Auf der spirituellen Ebene zieht Gleiches Gleiches an. Warum ist das so?

8. Warum ist es so wichtig, sein Herz in eine Sache mit einzugeben?

9. Wovon hängt Macht ab?

10. Wovon hängt Aufmerksamkeit ab?

Tipp

- ☞ Um das Große zu schätzen, bedarf es das Kleine schätzen zu lernen. Schau dir mal Dinge bewusst an, denen du sonst keinerlei Aufmerksamkeit schenken würdest. Du wirst Details wahrnehmen, was deine Beurteilung oft grundlegend ändert. Je mehr Details du erkennst, desto größer deine Schätzung für alles-was-ist.

Literaturhinweis

- 📖 Die „*Thoth*“ Bücher von Kerstin Simoné sind zwar Channelings, aber sie haben mir geholfen, zu verstehen, was es mit unserem Entwicklungspfad auf sich hat. Auch diese Bücher sind MKS-konform. Die Wahrheit ist eh immer nur eine. :)

TEIL 19 - DIE ENTWICKLUNG DER LEBENSKRAFT

1. Erkläre, wie Angst ein für alle Mal überwunden werden kann.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Wonach suchen wir, wenn wir nach der Wahrheit suchen?

4. Wovon werden deine Erfahrungen mit dem von dir gewonnenen Wissen von nun an abhängig sein?

5. Erkläre, was es bedeutet, dass beide Extreme einer Sache relativ sind.

6. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

- Ich weiß, dass es Verantwortung gibt, aber keine Schuld.
- Ich lenke meine Aufmerksamkeit bewusst auf das, was Prinzip hat.
- Ich kooperiere mit anderen Menschen bei dem Erreichen meiner Ziele.
- Ich kommuniziere klar und deutlich.
- Meine Sprache ist wohlwollend und harmonisch.
- Ich halte mich von Tratsch und Geschwätz fern.

7. Warum ist der Geist das einzig wirksame Prinzip, das es gibt?

8. "Aller Wohlstand ist das Ergebnis von Macht. Besitztümer sind nur soweit von Wert, wie sie Macht verleihen. Ereignisse sind nur dann von Bedeutung, wenn sie sich auf Macht auswirken; alle Dinge stellen gewisse Formen und Grade von Macht da." Erkläre die Bedeutung dieser Aussage.

9. Erkläre das Prinzip der Polarität und welchen nutzen dieses Verständnis für dich bedeutet.

Tipp

- ☞ Lade dir das *Kybalion* runter. Es ist kostenlos als PDF bei www.mrmasterkey.com verfügbar. Im *Kybalion* werden die hermetischen Prinzipien erklärt, die dem Master Key System zugrunde liegen.
- ☞ Unser Kalender bestimmt unser Bewusstsein. Da er aber linear ist, während sich das Bewusstsein exponentiell entwickelt, ist es ratsam, sich neu auszurichten. Dazu eignet sich der Tzolkin Kalender der Maya. Unter www.mayakalender.net kannst du dir Informationen bezüglich der Tagesqualitäten besorgen. Der asymmetrische Rhythmus von 13-20 richtet dein Bewusstsein neu aus. Versuche es - Durch Aufmerksamkeit zum Erfolg! :)

Literaturhinweis

- 📖 Die Bücher von Gregg Braden sind allesamt lesenswert. Dort lernen wir über die *Göttliche Matrix*, *Fraktale Zeit*, die *Kraft des Betens* oder *Die Wissenschaft der Wunder*, u.v.m. Seine Webseite findest du unter www.greggbraden.com

TEIL 20 - DAS DENKEN ALS WIRKLICHE AUFGABE DES LEBENS

1. Schreibe auf, wann ein Ergebnis als "gut" bezeichnet wird.

2. Verinnerliche dir, warum "gut" und "böse" letztendlich einem Prinzip zugrunde liegen.

3. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

4. Was ruft die Anerkennung des Geistes einer Sache hervor?

5. Was ist die wahre Aufgabe des Lebens, und was ist das Ergebnis?

6. Was ist das Geheimnis der Macht?

7. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutreffen:

- Ich bin souverän im Denken.
- Ich überlege erst, bevor ich spreche.
- Ich meditiere regelmäßig oder suche die Stille.
- Ich kann mich mit Leichtigkeit auf *Einsicht* konzentrieren.
- „Negative“ Bemerkungen anderer Menschen bewirken bei mir nichts mehr.
- Ich habe einem anderen Menschen eine unerwartete Freude gemacht.
- Meine Sprache ist harmonisch und wohlwollend.

- Ich fühle jeden Tag meine Verbindung mit der Allmacht.
- Ich habe Liebe, Gesundheit und Erfolg verdient.
- Ich bin gut genug, ein Leben im Überfluss zu leben.
- Ich bin mutig und voller Tatendrang.
- Mein körperlicher Zustand spiegelt meinen geistigen Zustand wider.

8. Wo kann sich Wahrnehmungsvermögen entwickeln?

9. Was muss getan werden, damit ein größeres Angebot sichergestellt werden kann?

10. Was ist die Kosmische Energie und wie kann sie aktiviert werden?

11. Wovon hängt die Qualität der geschaffenen Umstände ab?

12. Wie kann unser dauerhaftes Wohlbefinden bewahrt werden?

Tipp

- ☞ In den letzten Wochen haben wir gelernt, uns zu konzentrieren. Davor haben wir gelernt, unsere Vorstellungskraft zu schulen und zu erweitern. Viele Aufgaben davon haben deinen Verstand geprüft und deine Aufmerksamkeit erweitert. Versuche als Ausgleich dazu immer öfter einfach nur „zu sein“, d.h. einfach zu erlauben, zuzulassen, loszulassen. Das ist ein wahrer Ausdruck von Macht und Kontrolle über dich selber, denn du triffst hier bewusst die Entscheidung, nicht in eine Sache einzugreifen, sondern sie sich einfach entwickeln zu lassen. Du beobachtest unparteiisch aus der Distanz und kannst daraus wieder ganz andere Schlüsse ziehen.

TEIL 21 - GROSSE GEDANKEN ALS GEHEIMNIS DES ERFOLGS

1. Schreibe auf, was vorhanden sein muss, damit unserem Bewusstsein etwas aufgeprägt werden kann.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Wodurch wird das Universum geregelt?

4. Was ist das Resultat unseres Denkens?

5. Was hat es zur Folge, wenn wir uns unser Einheit mit dem Universellen bewusst werden?

6. Große Ideen verdrängen kleine Ideen. Warum ist diese Aussage wissenschaftlich wahr?

7. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutreffen:

- Eine andere Person hat ihr Verhalten mir gegenüber geändert.
- Meine großen Ideen stoßen bei meinen Mitmenschen auf Gegenliebe.
- Ich bekomme Unterstützung für mein Ideal oder Ziel.
- Ich spüre die sich in mir entwickelnde Macht und Kraft jetzt auch physisch in mir.
- Ich entscheide bewusst, worauf ich meine Aufmerksamkeit/Energie richte.
- Ich mache täglich die Übungen dieses Teils.
- Ich spüre die Liebe meiner Mitmenschen in mir.
- Ich spüre die Liebe zu mir selber in mir.
- Ich erfreue mich am Leben.
- Ich bin voller Energie und Zuversicht.

8. Durch welches Gesetz kommen unsere Erfahrungen zu uns?

9. Wie können wir äußere Umstände ändern?

10. Der gestalterische Gedanke wird von einem Ideal bestimmt. Wovon wird der passive Gedanke bestimmt?

11. Der göttliche Geist macht keine Ausnahmen. Erkläre, warum dem so ist.

12. Was ist Allmacht selbst?

TEIL 22 - NEUES DENKEN, NEUER MENSCH

1. Schreibe auf, durch welche beiden Vorgänge Lebensvorgänge aufrecht erhalten werden.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Was ist die Ursache aller Krankheiten?

4. Worauf beruht unsere momentane körperliche Verfassung?

5. Was muss zum Erreichen körperlicher Perfektion getan werden, damit sie sich verwirklichen kann?

6. Was ändern wir, wenn wir die Schwingungsfrequenz ändern?

7. Durch welches Gesetz übt der Geist Kontrolle über seinen Körper aus?

8. Durch welches Gesetz kommen wir zu perfekter Gesundheit?

9. Was wird aktiviert, wenn wir fortschrittliche, mutige, edle, aufbauende und freundliche Gedanken hegen, und wie drücken sie sich in Form aus?


10. Warum dürfen dem Unterbewusstsein nur perfekte Bilder vorgelegt werden?


11. Wie wirkt sich eine höhere Schwingungsfrequenz auf eine niedrigere aus?

12. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Aussagen auf dich zutreffen.

- Mein Leben hat sich in den vergangenen 22 Wochen vollkommen geändert.
- Ich bin diszipliniert.
- Ich kann mir große Ziele vorstellen und weiß auch, wie ich sie erreichen kann.
- Meine Mitmenschen arbeiten mir zu.
- Synchronizitäten treten heutzutage viel häufiger auf als vorher.
- Ich habe mein Idealgewicht.
- Ich bin viel stärker als noch bei Beginn meines Studiums.
- Ich bin mir etlicher alter Muster und Programmierungen bewusst geworden und weiß nun, wie ich sie allesamt auflösen und zurück ins Licht schicken kann.
- Ich umgebe mich mit Menschen, die auf derselben Wellenlänge sind wie ich.

Literaturhinweis

 Charles Haanels „*Ein Buch über Dich*“ verbindet auf eindrucksvolle Weise das Wissen des Altertums und bindet die verschiedensten Formen von Schwingungen in unser Leben ein. Er erklärt, wie Planeten auf uns wirken und welchen Chakren sie zugeordnet sind, ebenso wie die Manifestationen anderer Arten von Schwingungen. Es kostet 21,95 Euro, als eBook nur 13,95 Euro. Beide sind über www.mrmasterkey.com erhältlich.

 Wer noch mehr über bewusste Atemtechniken wissen möchte, der sollte Charles Haanels letztes Buch, „*Die erstaunlichen Geheimnisse der Yogis*“ lesen. Dort gibt es viel darüber zu lernen und gleich praktisch anzuwenden, wie z.B. eine Übung, die die Angst überwindet. Das mag für dich nicht mehr zutreffen, kann aber auch anderen Menschen helfen. Der Preis ist derselbe wie beim obengenannten Buch.

TEIL 23 - DAS GELDBEWUSSTSEIN IM DIENSTE DER MENSCHHEIT

1. Schreibe auf, was der "Hauptgedanke" des Universums ist, und welche Auswirkungen das auf dein Leben hat.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 1 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Was ist das Gegenteil vom Armutsbewusstsein?

4. Was ist das erste Erfolgsgesetz und worauf baut es auf?

5. Was ist unsere Herausforderung, was die unbeständigen Kräfte des Lebens anbelangt?

6. Was ist der erste Schritt, aus dir einen Geldmagneten zu machen?

7. "Was für einen von Nutzen ist, muss für alle von Nutzen sein." Warum?

8. Warum ist es so wichtig, dass wir ausschließlich selbständig denken und es auf keinen Fall anderen überlassen?

9. Was ist die praktischste Sache überhaupt, die eine Person nur hoffen kann, zu finden?

10. Warum hat das Universelle keinen Einspruch gegen deine Inanspruchnahme spiritueller Gesetzmäßigkeiten?

11. Erkläre die Bedeutung von Geld im Bezug auf die von uns gewünschten Umstände.

Tipp

- ☞ Wenn finanzieller Wohlstand für dich immer noch ein Thema ist, nimm dir Zeit für dich und überlege, was du wirklich dafür getan hast, um mehr Geld zu erhalten. Du erhältst immer nur einen Teil dessen, was du für andere an Werten geschaffen hast. Wenn du also €10.000 auf deinem Konto sehen willst, überlege dir, wie du Werte in Höhe von €80-100.000 schaffen kannst. Darauf muss deine Aufmerksamkeit gerichtet sein und **NICHT** auf das Endresultat. Die 10.000 sind nur die Auswirkung deiner großen Gedanken und deines Dienens.

TEIL 24 - DIE WAHRHEIT, DIE DICH FREI MACHT

1. Schreibe auf, warum du dem Leben erst geben musst, was du möchtest, bevor du das erhalten kannst, was du dir wünschst.

2. Bewerte hier auf einer Skala von 10 – 10, wie du dich diese Woche gefühlt hast.

	Vorwoche	Jetzt
Dein Selbstwert:	_____	_____
Dein Energieniveau:	_____	_____
Dein Glücksgefühl:	_____	_____
Deine Tatkraft:	_____	_____
Deine Gesundheit:	_____	_____
Dein Reichtum:	_____	_____

3. Warum können wir uns nicht auf die Hinweise unserer Sinne verlassen?

4. Warum ist jede Form von Leiden, Krankheit, Mangel und Beschränkung eine Form falschen Denkens?

5. Was unterscheidet diejenigen, die Gesundheit, Liebe und Reichtum besitzen, von denjenigen, die nicht im Besitz dieser Qualitäten sind?

6. Welche ist die passende Methode, jegliche Art von Fehler zu beheben?

7. Was ist die richtige Methode, anderen zu helfen?

8. Warum haben Umstände keine Wirklichkeit?

9. Was deutet auf den Fortschritt hin, den wir machen?

10. Was ist das Produkt logischen Trainings?

11. Was bedeutet, die Wahrheit zu denken?

12. Zeige durch ein **X** an, welche der untenstehenden Taten oder Handlungen du diese Woche unternommen hast oder welche eingetreten sind:

- Andere Personen erfüllen die Wünsche, die ich ihnen auftrage. Diese Wünsche sind harmonisch.
- Es gibt keine nichtwünschenswerten Situationen mehr. Sie sind einfach nur noch.
- Ich muss mir immer weniger überlegen, was ich zu denken habe, weil es Teil meines Unterbewusstseins geworden ist.
- Die Meinung anderer Menschen ist mir wichtig, doch ich überlasse niemandem die Entscheidungen.
- Mein Unterbewusstsein wird von mir dort aktiv gelenkt, wo es noch nötig ist.
- Ich mache anderen Menschen andauernd Freuden. Das macht mir Freude!
- Mein Atmen ist harmonisch, tief und lange.
- Ich gehe in die Stille und suche dort nach Eingebung und Einsicht.
- Ich bin eine Einheit mit dem Universellen.
- Meine Ess- und Trinkverhalten sind harmonisch und lebensrichtig. Ich nehme Licht in mich auf und gebe Licht an andere ab.
- Meine körperliche Verfassung ist zu meiner vollsten Zufriedenheit. Ich strotze vor Kraft und Beweglichkeit.
- Ich zeige still aber auch öffentlich meine immer zunehmende Dankbarkeit.
- Ich bin erfüllt mit Liebe. Ich zeige sie allen, mit denen ich in Kontakt komme.
- Ich schwelge im Reichtum und teile ihn mit meinen Mitmenschen.
- Ich bin mir meiner göttlichen Natur bewusst und freue mich auf all die Aufgaben, die mir noch zuteil werden.

13. Ich habe den Master Key erlangt, wenn ich begriffen habe, dass Gedanken schöpferisch sind, da Spirit schöpferisch ist; dass diese Macht unpersönlich ist und sie uns befähigt, Gedanken zu unserem Nutzen und dem anderer einzusetzen. Ist das eine wahre Aussage?
-

Wenn deine Antwort "Ja" ist, dann überreiche ich dir hiermit den Master Key!



Herzlichen Glückwunsch!

Für mindestens sechs Monate warst du dabei, mehr über dich, deine Göttlichkeit, deine wahre Macht und Kraft in Erfahrung zu bringen. Du hast neue Erkenntnisse gesammelt und die Übungen des MKS konsequent angewendet. Das hat dich befähigt, dein Wissen auch zur gelebten Wahrheit werden zu lassen.

Du weißt, wer du bist und wie du etwas aus dem Feinstofflichen ins Materielle holen kannst. Nichts ist dir unmöglich. Du befindest dich nun auf einer vollkommen anderen Stufe des Schöpfens - du bist ein bewusster Mitschöpfer geworden.

Ich könnte noch so viel schreiben, aber ich freue mich einfach mit dir und über all deinen Errungenschaften, ganz gleich welcher Natur sie sein mögen.

Ich bin stolz auf dich, denn das, was du erreicht hast, das haben nur sehr wenige erreicht. Deine Beharrlichkeit, dein Durchsetzungsvermögen, deine Disziplin, deine Freude am Lernen und dein Wissenshunger sind die idealen Voraussetzungen für ein selbstbestimmtes Leben.

Schön, dass du die ganze Zeit dabei warst!

Alles Liebe und DANKE!

Helmar

Ein (letzter) Literaturhinweis

📖 Um dich auf die *nächste Stufe* vorzubereiten, empfehle ich dir die beiden Bücher von Baird Spalding, „*Leben und Lehren der Meister im Fernen Osten*“. Sie sind im Schirner Verlag erschienen. Halte auch Ausschau nach P.G. Bowens „*The Sayings of the Ancient One*“.