

## Das Gesetz der Anziehung - wie wir bekommen, was wir wollen

Das Leben ist wie ein Bahnhof, sagt Waltraud Berle. Unendlich viele Gleise, unendlich viele Möglichkeiten. Die Welt steht einem offen – sofern man die richtige Weiche nimmt. Berle hat sich nach der Schule für die Vernunft und gegen das Gefühl entschieden. Sie wurde Radiomoderatorin. Große Reportagen, die Mutter stolz, die eigene Seele immer unzufriedener. Mitte 40 beschloss die Wahl-Münchenerin, umzusatteln und Psychologie zu studieren. Sie ist jetzt Expertin für Zielerreichungen. Auf ihrem Weg, stieß Berle auch auf das Gesetz der Anziehung – eine zielführende Lebensphilosophie...

Frau Dr. Berle, was verbirgt sich hinter dem Gesetz der Anziehung?

Waltraud Berle: Ich glaube fest daran, dass der Mensch ein energetisches Wesen ist. Genauso besteht die Welt, die uns umgibt, aus Energie. Unsere Gefühle und Gedanken wiederum erzeugen eine Frequenz, auf die unsere Umwelt reagiert. Dabei gilt: Gleiches zieht Gleiches an. Wer das verstanden hat, kann die Wirklichkeit nach seinen Vorstellungen gestalten.

Wer positiv, freudig denkt, zieht also automatisch Freude an?

Berle: Nicht automatisch. Man muss schon was tun dabei. Aber jeder von uns hat doch diesen einen Freund, dem das Glück regelrecht zuzufliegen scheint. Die Karriere läuft leicht, alles gelingt, Glück in der Liebe .... Zufall? Nein! Dieser Mensch hat sich bewusst oder unbewusst dazu entschieden, auf die Sonnenseite zu stehen, nicht zu jammern und zu maulen, sondern selbstbewusst und im Glauben an das mögliche Gute zu agieren. Im Prinzip ist es ganz einfach: Was ich ausstrahle, bekomme ich zurück. Oder anders ausgedrückt: Gedanken werden Dinge.

Bedeutet das, ich kann alles erreichen, wenn ich nur fest daran glaube?

Berle: „Nur“ ist gut! Das Glauben ist für die meisten das Schwerste! Zunächst einmal ist es wichtig, sich überhaupt Ziele zu setzen – ehrliche und gefühlstragende Ziele. Denn: Sobald ich mit dem Herzen bei einer Sache bin, passiert auch in meinem Kopf etwas: ich werde zuversichtlich, das flutet die Zellen mit Glückshormonen. Wer sich auf etwas freut, strahlt Freude aus. Und bekommt gemäß dem Gesetz der Anziehung eben diese zurück.

Manchmal sind es die Umstände, die uns in die Knie zwingen. Wenn der Partner fremdgeht zum Beispiel oder die Eltern zum Pflegefall werden...

Berle: Natürlich gibt es Situationen im Leben, in denen es schier unmöglich erscheint, positiv zu denken. Aber: Genau in den dunklen Momenten ist es wichtig, nach Möglichkeiten zu schauen! Glück ist so gesehen eine Willensentscheidung. Das Gute daran ist: Wir können lernen, unsere Gedanken zu beherrschen, sie umzupolen.

Wie denn?

Berle: Indem wir uns auf unsere Stärken fokussieren. Jeder Mensch hat Heldengeschichten zu erzählen. Wie lautet Ihre? Haben Sie ein Studium abgeschlossen? Eine schwere Krankheit überwunden oder ein Kind zur Welt gebracht? Schreiben Sie Ihre Geschichte auf, erinnern Sie sich. Und ich garantiere Ihnen, es geht Ihnen augenblicklich besser.

Wie sieht es mit materiellen Dingen aus – Kann ich die auch in mein Leben ziehen?

Berle: Ja, denn auch hier gilt: Gleiches zieht Gleiches an. Stellen Sie sich vor, dass Sie das Objekt Ihrer Begierde bereits besitzen. Visualisieren Sie Ihren Traum. Fühlen Sie ihn. Wichtig dabei ist: Man kann nichts erzwingen oder beschleunigen. Manchmal kommt die Lösung aus einer Ecke geschossen, in der wir niemals nachgesehen hätten. Und wir müssen Entwicklung zulassen, mitmachen!

Das heißt, wir müssen bewusst nach unserem Glück suchen?

Berle: Eher mit offenen Augen durch die Welt spazieren. Glück für möglich halten! Wer positiv denkt, geht automatisch aufrecht. Dadurch nehmen wir die Welt ganz anders wahr. Wir erkennen die Chancen! Unmöglich – Dieses Wort existiert nur so lange, bis einer kommt und es macht. Denken Sie nur an die Erfindung der Glühbirne oder die Vermessung der Welt.

Freude, Kraft und Geld - ein erfülltes Leben. Für jeden einzelnen auf dieser Welt?

Berle: Die Erde ist ein reicher Ort. Und glücklicherweise wünschen wir uns nicht alle das Gleiche. Im Grunde gibt es kein Limit.

Das klingt fast zu schön, um wahr zu sein...

Berle: Das wunderbare am Gesetz der Anziehung ist: Es wirkt! Ob wir daran glauben oder nicht. Aber: Wer es sich bewusst zu Nutze macht, wird staunen, wie viel Schönheit die Welt zu bieten hat.