



Inhalt



Vom Zauber der Weihnachtszeit 7

1. Advent

Der richtige Tipp, *Louise L. Hay* 13

2. Advent

Erzengel Michael, *Doreen Virtue* 17

3. Advent

Ein Wunder am Arbeitsplatz, *Louise L. Hay* 23

4. Advent

Heilende Kekse, *Doreen Virtue* 27

5. Advent

Wie ich mir eine wunderbare neue berufliche Aufgabe erschuf, *Louise L. Hay* 35

6. Advent

Von Feen, Fröschen und Libellen, *Doreen Virtue* 41

7. Advent

Das Wunder der Vergebung, *Louise L. Hay* 47

8. Advent

Das Haus, *Doreen Virtue* 51

9. Advent

Man kann seine Gedanken nur verändern,
wenn man weiß, was man denkt, *Louise L. Hay* 63

10. Advent

Das Robbenbaby, *Doreen Virtue* 67

11. Advent

Die Kinder, die auf mich warteten, *Louise L. Hay* 77

12. *Advent*

Flugangst, *Doreen Virtue* 81

13. *Advent*

Selbstliebe, *Louise L. Hay* 87

14. *Advent*

Rettung durch einen Traum, *Doreen Virtue* 91

15. *Advent*

Die Saat ausbringen, *Louise L. Hay* 97

16. *Advent*

Das Einhorn, *Doreen Virtue* 101

17. *Advent*

Eine Wiedergeburt, *Louise L. Hay* 105

18. *Advent*

Eine himmlische Stimme, *Doreen Virtue* 109

19. *Advent*

Wahl zwischen Liebe und Angst, *Louise L. Hay* 115

20. *Advent*

Führung der Engel, *Doreen Virtue* 121

21. *Advent*

Der Ruf meiner Seele, *Louise L. Hay* 127

22. *Advent*

Engel des Herzens, *Doreen Virtue* 131


23. *Advent*

Wie ich meine Kraft zurückgewann, *Louise L. Hay* 137

24. *Advent*

Geschenk der Engel, *Doreen Virtue* 141

Quellennachweis 151



Vom Zauber der Weihnachtszeit

Dieses kleine Buch ist gefüllt mit positiven Geschichten, die Ihnen zeigen, dass sich Ihr Kraftpunkt sich immer in der Gegenwart befindet, weil Sie hier und jetzt die Saat für Ihre zukünftigen Erfahrungen säen. Jederzeit können Sie neue Gedanken und Ideen wählen, und Ihre Zukunft kann immer positiver, liebevoller und reicher sein als Ihre Gegenwart. Der Advent ist die Zeit für Wunschzettel. Schreiben Sie Ihren persönlichen Wunschzettel mit klaren, ganz spezifischen Wünschen und hängen Sie ihn da auf, wo Sie ihn gelegentlich sehen. Denken Sie nicht ständig daran, aber behalten Sie ihn im Bewusstsein.

Denken Sie darüber nach, wie Sie gerne leben und was Sie gerne erreichen möchten. Jeden Tag werden Ihnen Affirmationen, wie in den Geschichten dieses Büchleins beschrieben, dabei helfen, Ihr Denken in positive Bahnen zu lenken, damit Sie Ihre Ziele verwirklichen. Während Sie die Geschichten in diesem Buch lesen, werden Sie erleben, wie Sie neue geistige Gewohnheiten entwickeln, die Ih-

nen für das ganze Leben von Nutzen sein werden! Gute Gedanken und gute Wünsche sind wie Samen, die man in die Erde setzt. Erst keimen sie, dann schlagen sie Wurzeln, und dann kommen sie ans Tageslicht und sprießen empor. Es braucht einige Zeit, bis aus einem Samenkorn eine ausgewachsene Pflanze geworden ist. Und so ist es auch mit Affirmationen – es vergeht einige Zeit vom ersten Aufsa-gen bis zur Manifestation dessen, was Sie sich wün-schen. Haben Sie Geduld.

Louise L. Hay





Ihre Schutzengel sind immer bei Ihnen, selbst wenn Sie sich ihrer Gegenwart nicht bewusst sind. Aber vielleicht fällt es uns in der Adventszeit leichter, an sie zu denken. Wir sind dann offener für den himmlischen Beistand, weil wir uns wieder daran erinnern, dass alles ein Geschenk Gottes ist. Die Engel wollen uns bei jedem Aspekt unseres Lebens helfen. Da Sie jedoch einen freien Willen haben, können Ihnen die Engel nur helfen, wenn Sie sie um ihren Beistand bitten. Engel sind mächtige und liebevolle göttliche Boten, die ungehindert von Zeit und Raum agieren und Ihnen auf diese Weise ununterbrochen bei allen kleinen, mittleren und großen Angelegenheiten zur Seite stehen können.

Jetzt ist eine gute Zeit, sich daran zu erinnern, dass wir als Kinder Gottes spirituelle Geschenke von unserem Schöpfer mitbekommen, die immer und jederzeit hervorragend wirken. Da unsere Macht eine Erweiterung der Macht Gottes ist, wird es nie eine Zeit geben, wo sie blockiert oder verringert wird – sie strahlt immer in ihrer ganzen, unverminderten Intensität, bereit, genutzt zu werden.

Unsere Willenskraft setzt unsere Gedanken, Gefühle und Wünsche in die Tat um. Da diese Kraft wie ein Laserstrahl wirkt, müssen wir achtsam sein, worauf wir sie richten. Wir sind bei allem, was wir mit unserem gottgegebenen Talent vollbringen, vom



Himmel geführt. Benutzen wir es in diesen Tagen, um liebevollen Gedanken und Gefühle zu verstärken. An einem einzigen besinnlichen Adventstag können wir so die Menge an Liebe, die wir erfahren, um ein Vielfaches vergrößern. Unsere himmlische Kraft kann alles für uns zum Besseren wenden, daher erlauben Sie ihr, sich nun auf liebevolle Weise zu äußern.

Doreen Virtue





Louise L. Hay

Der richtige Tipp

Eine der
schönsten
Geschichten,
wie eine einfache
Gedankenaffirmation
ein ganzes
Leben zum
Erbblühen bringt,
schrieb mir Andrea
aus New York. Sie fand
plötzlich den Ansatz,
ihr Leben zu verändern,
als ein Mann in einem Café
ihr einen Tipp gab. Manchmal ist alles, was man
braucht, die richtige Anregung im richtigen
Augenblick. So wie Andrea es erzählt:



MIT 28 JAHREN ging ich einer wunderbaren Arbeit nach und fühlte mich wie auf Wolke sieben. Dann wurde bei mir eine Schilddrüsenüberfunktion diagnostiziert. Die Ärzte rieten zu einer Behandlung mit radioaktivem Jod und Synthroid. Stattdessen stellte ich radikal meine Ernährung und meinen Lebensstil um, wodurch es mir gelang, meine Schilddrüse auf natürliche Weise zu heilen.



Bald nach meiner Heilung begann ich, mich nach der Arbeit leer und unerfüllt zu fühlen. Eine leise Stimme in mir sagte, dass ich lehren sollte, was ich selbst gelernt hatte, um auf diese Weise anderen Menschen zu helfen. Mein Wunsch, eine solche Lehrtätigkeit auszuüben, war stark, aber ich fürchtete mich davor, die Sicherheit meines bisherigen Jobs aufzugeben. Meine Ängste lähmten mich: *Wie soll ich ein eigenes Geschäft gründen? Wie soll ich mich selbst promoten und vermarkten? Wovon werde ich dann meine Miete bezahlen? Ich komme doch schon jetzt nur gerade eben mit meinem Gehalt zurecht.*

Eines Tages saß ich in einem Café und hing wieder einmal diesen negativen Gedanken nach. Ein Mann fragte, ob er sich zu mir an den Tisch setzen dürfe. Da keine anderen Stühle mehr frei waren,





sagte ich Ja. Offenbar bemerkte er, wie frustriert ich war, und erkundigte sich freundlich, was mir zu schaffen machte. Ich erzählte ihm, dass ich meinen Job kündigen und ein eigenes Geschäft gründen wollte, aber Angst vor diesem Schritt hatte. Er erzählte mir von einer Frau namens Louise L. Hay und schrieb mir den folgenden Satz auf: *Ich bin im Universum stets sicher und geborgen, und das Leben liebt und unterstützt mich.* Dann empfahl er mir, jeden negativen Gedanken, der mir in den Sinn kam, durch einen positiven zu ersetzen.

Während der nächsten drei Monate hielten sich die negativen Gedanken hartnäckig und prasselten aus meinem Inneren und von außen auf mich ein. Freunde und Verwandte meinten es gut, doch ihre Ängste und Warnungen bezüglich meines Vorhabens trugen nur dazu bei, meine eigenen Zweifel zu verstärken. Ich kämpfte darum, mein Denken zu verbessern, so wie ich zuvor um die Verbesserung meines Gesundheitszustands gekämpft hatte. Ich las Louises Bücher und wiederholte ständig die Affirmation, die der Mann mir aufgeschrieben hatte.

Während ich von der Arbeit nach Hause ging und still mein Mantra wiederholte, durchfuhr mich ein heftiger Stoß – ich war nicht von einem Taxi angefahren worden, sondern ein plötzlicher Stoß der Erkenntnis hatte mich getroffen: Ich war *wirk-*



lich im Universum sicher und geborgen, und das Leben liebte und unterstützte mich *tatsächlich*! Ich war so ergriffen, dass ich stehen blieb und meine Affirmation laut herausschrie. Die Leute in meiner Nähe gingen rasch weiter, da ich wahrscheinlich aussah und mich anhörte, als hätte ich den Verstand verloren. In Wahrheit hatte ich ihn in diesem Moment gefunden.

Am nächsten Tag kündigte ich. Seitdem verläuft mein Leben einfach nur staunenswert: Ich habe zwei erfolgreiche Bücher geschrieben und arbeite gerade an meinem dritten. Ich bin im Fernseh-Kochwettbewerb *Top Chef* aufgetreten, arbeite als Ernährungsexpertin für einen lokalen Fernsehsender und moderiere eine Kochsendung, in der es um gesunde Ernährung bei bestimmten Krankheiten geht. Bei mehreren Veranstaltungen unterrichte ich jährlich 2000 Schüler. Und, was das Beste ist: Ich bin im Universum stets sicher und geborgen, und das Leben liebt und unterstützt mich.

