

**James Allen**

*Wie wir denken,  
so leben wir*



**As A Man Thinketh**

Weisheiten aus Jahrtausenden

## **Hinweis des Herausgebers**

Das vorliegende Buch, das 1902 erstmals veröffentlicht wurde, informiert über Methoden der Persönlichkeitsentwicklung, die auf alten Traditionen und persönlichen Erfahrungen des Autors beruhen. Wer sie anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Weder Autor noch Herausgeber beabsichtigen, Diagnosen zu stellen oder therapeutische Ratschläge zu geben. Die nachstehend beschriebenen Methoden sind keinesfalls als Ersatz für professionelle therapeutische Behandlung bei psychischen oder gesundheitlichen Problemen zu verstehen.

# Inhalt

Über dieses Buch

Vorwort des Autors

Denkweise und Charakter

Die Wirkung des Denkens auf die Umstände

Wie Gedanken auf Gesundheit und Körper wirken

Gedanken und Ziele

Die Rolle des Denkens auf dem Weg zum Erfolg

Visionen und Ideale

Klarheit und Gelassenheit

Über den Autor

Andere Denker zur Macht der Gedanken

## Über dieses Buch

**M**it seinem Buch *As A Man Thinketh* liefert James Allen nichts Geringeres als einen Schlüssel zu einem selbstbestimmten Leben. Er macht kein Geheimnis daraus, dass er diesen Schlüssel nicht „erfunden“ hat. Vielmehr hat er ihn wiederentdeckt: in alten Schriften wie der Bibel und dem Dhammapada (einer Anthologie von Aussprüchen des historischen Buddha), in traditionellen westlichen und östlichen Philosophien und Denkweisen.

Was er schließlich, auf Drängen seiner Ehefrau Lily, zu Papier brachte, beruhte auf den Erkenntnissen, die er aus diesen Lehren gezogen hatte, und vor allem auf seinen persönlichen Erfahrungen. Denn James Allen war alles andere als ein Theoretiker.

Er hat sich kurz gefasst, und das ist ein Vorteil, denn ein Buch wie dieses liest man nicht einmal, sondern wieder und wieder, bis das vermittelte Wissen sich dem Unbewussten eingeprägt hat und zur verlässlichen Grundlage des eigenen Denkens und Handelns geworden ist. Das ist wichtig, denn erst dann kann es seine Wirkung entfalten und zu nachhaltigen Veränderungen führen.

*As A Man Thinketh* war James Allens drittes Buch und sein erfolgreichstes. Es hat den Autor berühmt gemacht, wenn auch erst nach dessen Ableben, als sich das Buch im Lauf der Jahre nicht nur in England, sondern rund um den Globus verbreitete.

Wenn ein Buch über hundert Jahre nach seiner Erstveröffentlichung im Jahr 1902 noch immer millionenfach gekauft und gelesen wird, kommt das sicher nicht von ungefähr, sondern ist ein deutlicher Hinweis darauf, dass es Substanz hat und zeitloses Wissen vermittelt. Welches heute veröffentlichte Buch wird wohl in weiteren hundert Jahren noch in den Buchläden (falls es solche Einrichtungen dann überhaupt noch gibt) stehen? Mir fällt auf Anhieb keines ein. Heutzutage ist das Buchgeschäft so schnelllebig wie alles andere. Bücher kommen und gehen - und sind in den meisten Fällen bereits nach wenigen Jahren vergriffen und vergessen.

Vielleicht wird das Buch deshalb heute noch gelesen, weil der Autor sein Wissen darin kurz und bündig vermittelt, ohne darauf zu schielen, dass ein dickeres Buch mehr Geld einbringen würde. Deshalb braucht er das, was er zu sagen hat, nicht künstlich aufzuplustern.

Vielleicht liegt der lang anhaltende Erfolg aber auch daran, dass James Allen einer der ersten Autoren war, der die *Macht der Gedanken* als Buchthema entdeckt hatte und verfolgte. Zudem spürt man, dass er selbst glaubt und lebt, was er verkündet. Das verleiht dem Buch Authentizität.

Das Buch hat unzählige Autorinnen und Autoren, die später Bücher zum selben Thema verfasst haben, nachhaltig beeinflusst - direkt oder indirekt. Es würde mich nicht wundern, wenn es auch Rhonda Byrne mit dazu inspiriert hätte, den Film *The Secret* zu produzieren, der die Vorstellung, dass Gedanken einen Einfluss auf das Leben und seine Umstände haben, einem Millionenpublikum nahegebracht hat. Auf der offiziellen *The Secret*-Website wird es jedenfalls als weiterführende Lektüre empfohlen. Und nicht nur dort.

Vielleicht stößt sein Buch aber auch schlicht und einfach deshalb über so lange Zeit auf Interesse, weil der Autor sich das so ausgemalt hat. Wenn Ihnen dies völlig unplausibel erscheint, liegt das womöglich daran, dass Sie es noch nicht gelesen haben. Nach der Lektüre sehen Sie die Idee wahrscheinlich mit anderen Augen.

Denn genau darum geht es in *Wie wir denken, so leben wir (As A Man Thinketh)*: um die erstaunliche Erkenntnis, dass wir mit unserem Denken Einfluss auf unser Umfeld und „den Lauf der Dinge“ haben und zwar viel mehr, als Sie sich das wahrscheinlich vorstellen können.

Falls Sie von dieser Denkweise noch nie gehört haben, mag sie Ihnen – nun, sagen wir's ruhig – verrückt erscheinen. Schließlich ist Denken etwas, das im Kopf stattfindet. Wie sollte dieser abstrakte Vorgang eine Wirkung in der Außenwelt haben können?

Verrückt ist diese Vorstellung auf den zweiten Blick aber ganz und gar nicht. Schauen Sie sich bloß einmal um und betrachten Sie alles um Sie herum, das von Menschenhand geschaffen wurde. Was sehen Sie? Einen Tisch vielleicht, einen Stuhl, eine Couch, ein Fenster, eine Lampe, einen Monitor. Jedes dieser Dinge war, bevor es zum ersten Mal Wirklichkeit wurde, ein Gedanke im Kopf eines oder mehrerer Menschen.

Denken Sie an Ihren Job. Wie sind Sie dazu gekommen? Letztendlich durch den Gedanken: Das möchte ich werden. Falls Sie sich Ihren Job aber nicht selbst ausgesucht haben, hat Sie trotzdem ein Gedanke dazu veranlasst, ihn anzunehmen, auch wenn dieser Gedanke nicht Ihr eigener, sondern der Ihrer Mutter, Ihres Vaters oder eines Berufsberaters war.