

DAS GEHEIMNIS  
DES HERZMAGNETEN





RUEDIGER SCHACHE

DAS GEHEIMNIS  
DES HERZMAGNETEN



*nymphenburger*

Weitere Informationen und Anleitungen  
zur Arbeit mit dem Herzmagneten finden Sie unter  
[www.herzmagnet.de](http://www.herzmagnet.de)

Alle Angaben in diesem Buch erfolgen nach bestem Wissen und Gewissen. Sorgfalt bei der Umsetzung ist indes dennoch geboten. Der Verlag und der Autor übernehmen keinerlei Haftung für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden, die aus der Anwendung der Vorgestellten Materialien und Methoden entstehen könnten.

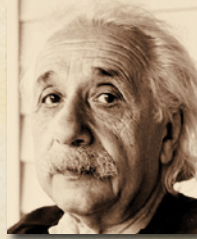
© 2008 nymphenburger in der  
F. A. Herbig Verlagsbuchhandlung GmbH, Stuttgart.  
Alle Rechte vorbehalten.

Illustrationen: Dana Sitarzewski  
Umschlaggestaltung nach einer Idee von Ruediger Schache  
Satz und Layout: Grafikdesign Storch, Rosenheim  
ISBN 978-3-485-02968-1

[www.nymphenburger-verlag.de](http://www.nymphenburger-verlag.de)



*„Gott würfeln nicht.“*



Albert Einstein  
Physiker, Philosoph

\* 14. 03. 1879 - Ulm

† 18. 04. 1955 - Princeton/New Jersey

**W**as zwischen Menschen geschieht, ist kein Zufall. Was bisher in Ihrem Leben geschah, war kein Zufall. Welche Arten von Beziehungen Sie haben und wie diese ablaufen, ist nicht zufällig. Es gibt eine Kraft in Ihnen. Sie ist die Ursache für alles, was in Ihrem Leben geschieht, für jedes Ereignis, das Ihr Leben geprägt hat. Sie ist der Grund, warum genau diese Menschen und nicht andere in Ihrem Leben aufgetaucht sind und sogar dafür, wie sie sich verhalten haben. Diese Kraft wirkt ständig, ganz gleich, ob Sie es glauben oder nicht und ob Sie es wollen oder nicht.

Diese Kraft ist das Geheimnis Ihres Herzmagneten und Sie können sie verändern. Sie werden dabei immer mehr Liebe erleben, zu sich selbst, zu Ihrem Leben und zu anderen. Und je klarer Sie diese Liebe in sich spüren, desto mehr werden Sie liebende Menschen und erfüllende Ereignisse anziehen.

Wenn Sie sich auf diese Erfahrung einlassen, werden Sie erleben, wie immer mehr von dem geschieht, was Sie sich ersehnen.







Das erste Geheimnis

„Jeder Mensch,  
der Ihre Nähe sucht,  
wird von etwas angezogen,  
das in Ihrem Magneten  
enthalten ist.“



## Anziehung

**W**arum können sich manche Menschen vor Zuneigung kaum retten, während andere um Liebe ringen?

Warum zieht Sie ein bestimmter Typ von Mann oder Frau wie magisch an und andere - obwohl für eine funktionierende Partnerschaft besser geeignet - nicht?

Warum laufen Ihre Beziehungen immer wieder so auffällig ähnlich ab, ganz gleich, wie sehr Sie versuchen, es zu ändern?

Warum kann sich Ihr Partner auf Dauer gar nicht anders verhalten, als er es tut, egal, wie sehr er sich bemüht?

Warum bekommen Sie vom Universum, obwohl Sie etwas mit aller Kraft bestellen, dennoch das Gegenteil oder gar nichts geliefert?

Der Grund ist die Anziehungskraft Ihres Herzmagneten. Sie wirkt jenseits von Aussehen, Bildung, Alter, Sprache und materiellen Umständen. Diese Kraft funktioniert einerseits wie ein Magnet, der dafür sorgt, dass Sie und bestimmte Menschen oder Umstände sich anziehen oder abstoßen, dass Sie reagieren oder unberührt bleiben. Gleichzeitig wirkt sie wie ein Programm, welches bewirkt, dass sich die Beteiligten genau so und nicht anders verhalten.



### **Alles reagiert auf alles**

Sie sind viel mehr als die Materie, die Sie sehen. Ihr Körper, Ihre Gedanken und Ihre Gefühle sind Formen von Energie, die auf andere Formen von Energie einwirken.

Das Grundgesetz der Schwingung und Resonanz bewirkt, dass Gleichartiges oder Gegensätzliches besonders deutlich aufeinander reagieren. Sie gehen »in Resonanz«. Wie auch immer diese Reaktion abläuft - Sie werden es fühlen und als passend oder unpassend, als angenehm oder unangenehm empfinden. Auf diese Gefühle reagieren Sie dann wiederum mit entsprechenden Gedanken und Handlungen.

### **Nichts geschieht grundlos**

Jeder Mensch, der zu Ihnen kommt und Sie auf die eine oder andere Art emotional berührt, wurde zu achtzig Prozent von der Kraft in Ihrem Magneten und zu zwanzig Prozent von äußerlichen Faktoren angezogen. Selbst wenn Menschen oder Ereignisse scheinbar zusammenhangslos in Ihr Leben treten, hat es tatsächlich doch einen Grund, nur liegt er in diesen Fällen nicht so offensichtlich an der Oberfläche. Je besser Sie die Geheimnisse Ihres Herzmagneten verstehen, desto klarer werden Ihnen die jeweiligen Ursachen werden und Sie werden eine wunderbare Entdeckungsreise zu sich selbst und anderen erleben.

### **Und alles hat einen Sinn**

Sehen Sie sich den Menschen an, mit dem Sie jetzt gerade eine Beziehung haben. Oder erinnern Sie sich an den letzten. Das Gefühl von Zuneigung oder Liebe ist nicht der alleinige Grund, warum Sie

ihn gefunden haben. Dieser Mensch hat oder hatte etwas, nach dem Sie sich sehnen, oder er verkörpert etwas Vertrautes und zu Ihnen Ähnliches. Sehr wahrscheinlich ist es eine Mischung aus beidem. Zusätzlich hat er Eigenschaften, die so verschieden von Ihnen sind, dass sie immer wieder Anlass für Konflikte geben.

Abgesehen von dem, was Sie zusammen erleben, gibt es einen tieferen Sinn für Ihr Zusammenkommen: Der andere Mensch hilft Ihnen dabei, Ihre ganz persönlichen Antworten auf zwei der grundlegendsten Fragen zu finden: »Wer bin ich?« und »Was ist Liebe?«

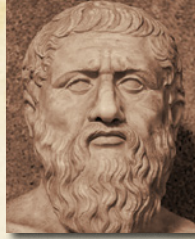
Über das Zusammensein, den Austausch und die ganz alltäglichen Situationen mit dem anderen finden Sie viel mehr über sich selbst heraus, als es allein jemals möglich wäre. Entweder beginnen Sie, sich und Ihr Leben zu lieben, weil der andere Ihnen Ihre Schönheit zeigt und Sie fördert. Oder er hemmt Sie durch sein Verhalten und führt Sie letztlich in Ihre Stärke, zu Ihrem Selbstbewusstsein und zu Ihrer inneren Freiheit. Manchmal geht es schnell, manchmal dauert es etwas länger, doch der Sinn ist immer derselbe.



*Jeder Kontakt mit einem anderen Menschen  
hat einen Sinn:*

- ◆ *Vorhandenes zu verstärken,*
- ◆ *Fehlendes zu ergänzen,*
- ◆ *an Andersartigem zu wachsen*
- ◆ *und sich selbst zu erkennen.*

*„Der Beginn ist der wichtigste Teil der Arbeit.“*



Plato

griechischer Philosoph und Gelehrter

\* 427 v. Chr. † 347 v. Chr.

### **Woraus Ihr Magnet besteht**

Gehen Sie gerne ins Kino? Lieben Sie Filme, Romane oder gute Geschichten? Warum?

Ein Film bietet Ihnen neben dem gesellschaftlichen Ereignis und der Freizeitbeschäftigung vor allem eines: Gefühle. In einer Liebeskomödie werden durchschnittlich andere Menschen sitzen als in einem Kriegsfilm. Eine Dokumentation wird andere Besucher haben als ein Märchenfilm. Jeder Film zieht sein ganz spezielles Publikum an, weil die Besucher sich spezielle Gefühlserlebnisse versprechen.

Der Inhalt Ihres Magneteten besteht vor allem aus Ihren ganz persönlichen, mit Gefühlen verbundenen »Filmszenen«. Was immer Sie erlebt haben oder sich zu erleben wünschen, ist Ihr individuelles »Gefühlskino«. Die Menschen in Ihrer Umgebung werden Ihre Filmwerbung »spüren« und sich angezogen, gefühlsneutral oder abge-

stoßen fühlen. Je nachdem, welche Gefühle sie selbst erleben oder vermeiden wollen.

Dies zu wissen ist der Beginn einer grundlegenden Veränderung Ihres Beziehungslebens. Es erspart Ihnen viel Suchen und Ausprobieren. Es spart Ihnen Geld, Zeit und eine Menge Enttäuschungen. Und wenn etwas einmal nicht so läuft, wie Sie es wollten, werden Sie weniger Zeit mit Selbstvorwürfen, sondern mehr Zeit mit der Neuausrichtung verbringen. Das Wissen um den Inhalt Ihres eigenen Magneten macht Sie zu einem Menschen, der bewusst gestaltet und entscheidet, was zu ihm kommt. Und der gleichzeitig immer besser versteht, warum andere Menschen genau so und nicht anders handeln.



*Was Sie fühlen und wie Sie sich fühlen  
bestimmt Ihre Ausstrahlung.*

*Es zieht Menschen an, die genau dies suchen.  
Wenn auch aus unterschiedlichen Gründen.*

### **Wen Sie anziehen und warum**

Sie ziehen nicht automatisch Menschen an, die zu Ihnen passen, sondern solche, die das brauchen können, was Sie ausstrahlen. Die Bestandteile in Ihrem Magneten, die auf andere Menschen anziehend oder abstoßend wirken, sind vor allem:

- ◆ Ihre schönen und unschönen Erfahrungen sowie die anderer Menschen, sofern Sie diese ungeprüft in Ihr Gedankengut übernehmen.

- ◆ Ihre Erwartungen, Erwägungen und Befürchtungen sowie die anderer Menschen.
- ◆ Ihre Sehnsüchte, Ideen, Ziele und inneren Entscheidungen.
- ◆ Ihr wahrer Wesenskern.
- ◆ Sowie einige weitere Bestandteile, die Sie später kennenlernen werden.

Mit die stärkste Wirkung haben diejenigen Bestandteile, derer Sie sich im Moment weniger bewusst sind. Würde nur Ihr wahrer Wesenskern Ihre Ausstrahlung bestimmen, würden Sie reihenweise perfekt passende Menschen und Ereignisse in Ihr Leben ziehen. Es würde vor allem zu Ihnen kommen, was zu Ihnen passt. Sie würden sich oft wundern und noch öfters freuen. Sie wüssten selten, warum etwas kommt, würden aber spüren, wie wunderbar es sich zu Ihnen und Ihrem Leben fügt. Die Ausstrahlung Ihres innersten Wesenskerns immer weiter aus allen anderen Einflüssen herauszuschälen ist eines der größten Geschenke, die Sie sich selbst machen können.



### **Der männliche und der weibliche Magnet**

Das Geheimnis der männlichen und der weiblichen Ausstrahlung ist ein besonders wertvoller Schlüssel für die eigene Ausrichtung bei der Partnersuche und in der Partnerschaft.

Jeder Mann verfügt über weibliche Anteile in sich und jede Frau trägt männliche Anteile in sich. Als eher weiblich empfunden wer-

den: Gefühl, Diplomatie, Kümmern, Einfühlungsvermögen, soziales Interesse, zwischenmenschliche Fähigkeiten, Integration. Zu den eher männlichen Eigenschaften zählen: Verstand, Logik, Dominanz, Handeln, Macht ausüben, Ziele verfolgen, Entweder-oder-Entscheidungen treffen.

Mann und Frau suchen unbewusst immer danach, insgesamt »ein Ganzes« zu werden, also vom anderen möglichst die Anteile zu bekommen, die ihnen selbst fehlen. Es gibt keinen Mann, der ausschließlich männliche Eigenschaften hat, und keine Frau, die nur weiblich ist.

Es geht dabei nicht darum, ob eine Frau oder ein Mann auf den ersten Blick »optisch« besonders weiblich oder männlich wirkt. Eine viel stärkere Anziehung geht vom »Typ« aus, also von den gelebten Eigenschaften. Bei den meisten Menschen liegt das innere Verhältnis ihrer Eigenschaften bei 60/40 bis 70/30.



*Was Sie selbst an männlichen und weiblichen Anteilen in Ihrem Magneten tragen, bewirkt, wie männlich oder weiblich der Partner ist, den Sie anziehen.*

### **Das »starke Frauen - weiche Männer«-Paradoxon**

Viele Frauen, die ihr Leben selbstständig führen und gut »im Griff« haben, erleben bei den Männern, die mit Ihnen in Kontakt kommen, ein seltsames Phänomen: Sie werden bewundert und respektiert, aber gleichzeitig erscheint es, als hätten manche Männer eine unerklärliche Angst vor ihnen und trauten sich nicht, eine Beziehung mit Nähe zuzulassen.



Der Grund ist, dass ein Mann sich einerseits von den Eigenschaften angezogen fühlt, die ihm fehlen, sich aber gleichzeitig neben einer Frau auch »männlich« fühlen möchte. Das gelingt ihm umso weniger, je mehr die Frau ihre männlichen Anteile in der Beziehung auslebt. Gleichzeitig sehnt sich die Frau nach den gefühlvollen Eigenschaften des Mannes, kann ihn aber oft als »richtigen Mann« nicht für voll nehmen, wenn er zu viel im Gefühl lebt.

Der umgekehrte Fall: Wenn ein Mann einfühlsam, kompromissbereit, diplomatisch, fürsorglich und am Wohlergehen anderer interessiert ist, strahlt sein Magnet viele weibliche Eigenschaften aus. Dies sorgt dafür, dass er auf Frauen attraktiv wirkt, die genau diese weibliche Energie suchen, beispielsweise, weil sie selbst viele männliche Eigenschaften leben. Es könnten also Frauen kommen, die im Berufsleben »ihren Mann stehen«. Frauen, die die Welt vor allem über Nachdenken begreifen und Probleme durch konsequentes Handeln lösen.



*Nicht was Sie tun, sagen oder wie Sie sich kleiden,  
sondern wie Sie sich fühlen, ist der Schlüssel  
für die männliche oder weibliche Ausstrahlung  
Ihres Herzmagneten.*

Wenn ein Mann sich männlich (kraftvoll, klar, selbstbewusst) fühlt, werden Frauen dieses Gefühl empfangen und deutlich stärker darauf reagieren als auf das Ergebnis von Körpertraining, maskuliner Kleidung oder auf Statussymbole.



## Markus und die Muskeln

Markus ist ein attraktiver Mann mit viel Gefühl und etwas, was man ein »offenes Herz« nennt. Er interessiert sich für andere Menschen und ist eine Quelle von Mitgefühl und Verständnis. Bis Mitte dreißig hatte er noch keine Beziehung erlebt, in der die Frau den Wunsch verspürte, mit ihm zusammenzuleben. Auf den ersten Blick unverständlich, denn Markus sieht in jeder Hinsicht gut aus.

Eine seiner Partnerinnen erklärte ihm beim Abschied, dass ihm einfach »das gewisse Etwas« fehlen würde, das Frauen als attraktiv empfinden. Sie konnte es nur mit den Worten »männliche Ausstrahlung« beschreiben.

Markus ist vom Wesen her kein Opfer. Immer wieder stellte er sich vor den Spiegel und überlegte, was er tun könnte, um männlicher zu werden. Schließlich meldete er sich in einem Fitnesscenter an und trainierte mehrere Male in der Woche. Nach über einem Jahr war sein Körper gut durchtrainiert, aber dennoch keine Frau in Sicht. Markus' Gefühl nach hatte sich seine innere und äußere Situation trotz der intensiven Arbeit an seinem Körper nicht geändert. Ihm wurde klar, dass es auf diesem Weg nicht funktionierte. Was seine Ausstrahlung bestimmte, war sein Gefühl über sich selbst, und er fühlte sich gegenüber attraktiven Frauen noch immer unterlegen.

Markus suchte nach den verborgenen Gedanken, die seinen Magneten mit dem Gefühl fütterten, kein ganzer Mann zu sein. Er erinnerte sich, dass er seinen Vater als jähzornigen, unsensiblen Menschen wahrgenommen hatte, der nicht einmal seiner eigenen Frau Respekt und Liebe zeigen konnte. Als Junge hatte Markus beschlossen, niemals so

mit Frauen umzugehen. Wenn das, was sein Vater tat, bedeutete, ein erwachsener Mann zu sein, wollte er es nicht werden. Über sein Bemühen, besonders verständnisvoll, liebevoll und einfühlsam zu sein, hatte Markus sich selbst verboten, seine ebenfalls vorhandenen männlichen Stärken zu spüren und auszustrahlen.

Das Ergebnis war, dass Frauen, die ihm begegneten, diese Stärken ebenfalls nicht spüren konnten. Sie genossen ihn als Freund und Vertrauten und lehnten ihn als Mann und Partner ab.

Markus erkannte, dass er die Wahl hatte, weiterhin das Gegenteil seines Vaters sein zu wollen oder klar zu seiner Sehnsucht nach einer Lebenspartnerin zu stehen. Beides zusammen funktionierte offenbar nicht. Er entschied sich dafür, den Mann in sich zu spüren und ihn als Ausstrahlung in seinem Magneten zuzulassen. Er fand für sich die Lösung darin, speziell in Situationen, in denen er früher versucht hatte, besonders nett und einfühlsam zu sein, um gemocht zu werden, den Satz zu denken: »Ich bin ein Mann.« Und er stellte fest, dass Frauen begannen, sich für ihn zu interessieren, ohne dass er etwas tun musste. Sein Gefühl, ein Mann sein zu dürfen, verband sich mit seinem trainierten Körper zu einem attraktiven Gesamtpaket.



### Der innere Schalter - Wie Sie Ihre Ausstrahlung sofort verändern

Stellen Sie sich vor, Sie hätten in sich einen Schalter, mit dem Sie zwischen zwei Einstellungen hin- und herschalten können. Sehen Sie den Schalter vor Ihrem inneren Auge? Gut! In der jetzigen Stellung steht er für Ihre momentane Ausstrahlung.

Was wollen Sie ab sofort ausstrahlen? Wenn Sie eine Frau sind: Wollen Sie von Ihrem Partner als attraktive Frau wahrgenommen werden? Das ist einfach: Fühlen Sie sich so! Stellen Sie Ihren inneren Schalter auf »attraktive erwachsene Frau«. Oder auf »verführerische Weiblichkeit«. Wählen Sie einen Begriff, der in Ihnen ein »Ja, das will ich« auslöst. Und dann schalten Sie einfach um und spüren Sie, was in Ihnen geschieht.

Spüren Sie mit jedem Schritt und jeder Bewegung, wie Sie eine attraktive Frau sind. Sie müssen nicht in den Spiegel sehen und sich selbst einreden, dass es so wäre. Spüren Sie einfach nur die Veränderung in sich. Erzählen Sie niemandem davon. Beobachten Sie einfach nur, wie sich Ihre Mitmenschen verhalten.



*Es ist nicht Ihr Körper.*

*Es ist viel einfacher.*

*Es ist Ihre Ausstrahlung!*

Wenn Sie den richtigen Schalter für sich erschaffen haben, wird sich sehr wahrscheinlich etwas verändern, ohne dass Sie sonst etwas tun müssen. Ihre einzige Aufgabe besteht darin, sich an den Schalter zu erinnern und zu fühlen, was geschieht, wenn Sie ihn betätigen.

Sie können auf jede Ausstrahlung umschalten, die Sie möchten. Von »Opfer« auf »Entscheider«, von »kindlicher Typ« auf »Mann«,

von »schüchtern« auf »souverän«, von »bedürftig« auf »frei«. Der Schalter ist ein Spiel und gleichzeitig ein sehr wirksames Werkzeug. Er löst nicht einfach ein Problem mit dieser Person oder jener Situation. Er bewirkt etwas viel Grundlegenderes: Sie werden erkennen, dass allein Ihr verändertes Selbstgefühl auf andere Menschen wirkt und deren Verhalten sich ändert.



**Glauben Sie nicht einfach. Beobachten Sie selbst!**

Das, was Ihre Ausstrahlung bestimmt, entsteht nicht durch Wissen. Es entsteht durch Erlebnisse und Erfahrungen. Es entsteht durch das, was Sie über die Beschaffenheit Ihrer Realität fühlen. »Erlebtes und gefühltes Wissen« wirkt viel stärker als erlerntes Wissen. Es wird zum Bestandteil Ihres Wesens, gibt Ihnen Kraft, Sicherheit und Souveränität. Je mehr Ihnen klar wird, wie Ihr eigenes Leben »funktioniert«, desto besser sind Sie gegen fremde Einflüsse geschützt und desto stärker zieht Ihr Magnet an, was zu Ihnen gehört.

Beobachten Sie Menschen. Sich selbst und andere. Es gibt nichts Besseres, um Sicherheit zu bekommen. Nehmen Sie das Wissen über das Geheimnis des Herzmagneten, gehen Sie hinaus in Ihre Welt und sehen Sie nach, ob diese es Ihnen bestätigt. Ihr Blick wird nie mehr derselbe sein wie früher.

