

Bärbel Mohr

Bestellungen beim Universum

Ein Handbuch zur Wunscherfüllung

Omega



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Omega-Verlag ist ein Imprint der Verlag »Die Silberschnur« GmbH

Copyright © 1998 Omega-Verlag

Copyright © 2016 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-516-9

1. - 47. Auflage erschienen im Omega-Verlag

48. überarbeitete Auflage 2016

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: Doro Koch und Stefan Lehmbruck, Düsseldorf

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Inhalt

| | |
|--|----|
| Vorwort | 7 |
| 1 Wie ich den »Bestellservice« entdeckte | 9 |
| 2 Wir üben »bestellen« | 17 |
| 3 Selbsttest: Bin ich der Typ, bei dem Bestellungen gut funktionieren? | 25 |
| 4 Wieso funktioniert diese Technik? | 29 |
| 5 Wie funktioniert diese Bestelltechnik und warum soll ich dazu gut drauf sein? | 35 |
| 6 Wie lerne ich, auf meine innere Stimme zu hören? | 39 |
| 7 Dein natürlicher Zustand ist, entspannt zu sein | 55 |
| 8 Innerer Friede – ein Allheilmittel | 61 |
| 9 Grau ist alle Theorie – das Erleben ist wichtig | 71 |

| | | |
|----|--|-----|
| 10 | Die genaue Bestelltechnik – alle Details | 79 |
| 11 | Was ist los im Jenseits – gibt's das überhaupt? | 91 |
| 12 | »ET nach Hause telefonieren ...« | 95 |
| 13 | Resümee | 99 |
| 14 | Lebenstipps für jeden Tag | 101 |
| | | |
| | Buchempfehlungen | 141 |
| | Über die Autorin | 149 |

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

ich erlaube mir, euch im Folgenden mit »du« anzusprechen. Erstens, weil ich denke, dass wir Gefährten desselben Weges sind und daher geistig und seelisch keine Fremden, und zweitens, weil ich mich wohler damit fühle und flüssiger schreiben kann. Ich hoffe, es sind alle einverstanden.

»Das was man kann, das lebt man, und was man nicht kann, das lernt man.« Das heißt, ich kann es auch nicht perfekt, und das Leben ist eine tägliche Übung für mich. Allerdings übe ich völlig ohne Anstrengung. Denn wenn es anstrengend wäre, hätte ich schon längst wieder aufgehört. Ich bin manchmal ziemlich bequem und mittlerweile auch verwöhnt durch diesen ausgezeichneten Bestellservice!

Für mich:

- ☺ muss es leicht gehen,
- ☺ es muss Spaß machen,
- ☺ und die Energie, die man hineinsteckt, muss sich positiv in alle Richtungen vervielfältigen.

Das ist gegeben. Nachmachen ist daher sehr empfehlenswert!

Viel Spaß beim Lesen!

Eure Bärbel

PS: Du musst übrigens nicht erst alle Kapitel gelesen haben, um mit dem Bestellen anfangen zu können. Fang an, wann immer du willst, und lies so viel oder so wenig du willst. Es sind viele Tipps und Hilfen. Such dir raus, was immer dich interessiert. Immer mal wieder etwas lesen oder einfach irgendwo aufschlagen ist hilfreicher, als brav und ordentlich Kapitel für Kapitel abzuhaken. Aber auch das ist erlaubt – wenn du es möchtest. Nur du kannst wissen, was dir am meisten Freude macht. Horch einfach mal hinein in dich!

Wie ich den »Bestellservice« entdeckte

Das Ganze fing vor einigen Jahren mit einem Streitgespräch mit einer Freundin an. Sie hatte ein Buch über positives Denken gelesen und schlug mir vor, mir einen Mann mit allen passenden Eigenschaften »herbeizudenken« und quasi beim Universum zu »bestellen«. Ich hielt damals noch nicht allzu viel von solchen Ideen und geriet im Laufe des Gesprächs ziemlich aus dem Häuschen. Ich meinte, meine Freundin vor der völligen Verdummung retten zu müssen.

Wir beendeten unseren Streit schließlich damit, dass ich eine Testbestellung aufgab, um ihr zu beweisen, was für ein totaler Humbug das ist. Eine 9-Punkte-Liste hatte ich damals: Vegetarier, Antialkoholiker, Nichtraucher sollte er sein, Tai Chi können usw. usf.

Um die statistische Wahrscheinlichkeit für einen Zufall möglichst gering zu halten, legte ich das Lieferdatum ebenfalls genau fest – nämlich innerhalb einer bestimmten Woche, die noch circa drei Monate weit weg lag. Damit war die Diskussion damals erst mal beendet.

Bis dann die besagte Woche kam und die Lieferung mit allen neun Punkten prompt erfolgte. Waaaahnsinn! dachte ich. Ich ließ mich ziemlich schnell überzeugen, dass diese Technik das Ausprobieren in jedem Fall wert ist, und geriet in einen Bestellrausch.

Ich mache im täglichen Leben durchaus alles, was ich mache, so gut ich es in dem Moment kann, und der passive Typ bin ich sicher auch nicht, der sich in die Hängematte legt und nur noch bestellt. Aber wann immer etwas auftauchte, das ich gerne gehabt hätte, aber selbst keinen Weg sah, es zu erreichen – das wurde »bestellt«! Büro, Geld (klappte bei mir in Beträgen von einigen tausend Mark – bei höheren Beträgen habe ich zu viele Zweifel, das blockiert den Fluss), Job, Wohnung etc. pp.

Einmal hatte ich eine Arbeitsstelle in einer Presseagentur und erstellte dort unter anderem ein zusammenkopiertes Infoblatt, das ich selbst frei gestalten konnte. Das machte mir so viel Spaß, dass ich Zeitschriftengestaltung lernen woll-

te. Die Abendkurse in Computergrafik (heute werden fast alle Zeitschriften am Computer erstellt) waren aber sehr teuer und dauerten jahrelang. Das war es mir nicht wert.

Ein eindeutiger Fall für eine weitere Bestellung – just for fun. Kann ja nicht schaden. Und da ich schon dabei war, wollte ich gerne in einem kleinen gemütlichen Laden auf dem Land arbeiten, und der Chef der Firma sollte bitte schön in meinem Alter und ein reizender, uncholerischer Mensch sein.

Kurz darauf kündigte eine Kollegin von mir. Sie zog innerhalb von ein paar Monaten durch mehrere Arbeitsstellen und landete schließlich in einer kleinen Agentur auf dem Lande. Chef reizend, 26 Jahre alt, und sie machte die Grafik dort komplett alleine. Ich war vorübergehend fassungslos – ich bestelle, und sie bekommt genau das, was ich bestelle. Nicht zu glauben!

Nun hatte ich parallel noch eine weitere »Bestellung« laufen. Ein Exfreund (einer, den ich nicht bestellt hatte ...) schuldete mir ziemlich viel Geld. Ich hatte diesen Betrag »zurückbestellt«, egal woher. Das Geld musste also nicht von ihm kommen, er hatte ja sowieso keins mehr. Ich wechselte dann ebenfalls die Arbeitsstelle und ging zu einer Zeitschrift. Die Zeitschrift wurde nach vier Monaten eingestellt, und aufgrund der

langen Kündigungsfristen bekam ich in etwa den Betrag, den ich »bestellt« hatte (über 20.000 Mark) als Abfindung. Herrlich! Damit wollte ich erst mal ins Ausland und Italienisch lernen.

Daraus wurde aber nichts – die erste Bestellung kam in die Auslieferungsphase: Die ehemalige Kollegin rief an, sie brauchte dringend Verstärkung. Ihrem Chef (dem 26-Jährigen) hatte sie verklickert, dass er ihr einen Monat Zeit geben solle. Das würde reichen, um mir das Layouten beizubringen.

Es war auf dem Land, wir hatten einen Holztisch mit Bank im Garten, machten sechs völlig verschiedene Fachzeitschriften zu zweit, der Chef schmiss mit Radiergummis, und ich blieb zwei Jahre dort. Es war super!

Meine Lieblingsbestellobjekte aber waren damals die Männer. Nach der 9-Punkte-Liste kam die verbesserte 15-Punkte-Liste, und als auch das scheiterte, wollte ich gegen alle Eventualitäten gewappnet sein, und es folgte die 25-Punkte-Bestellliste! Immer mit Lieferdatum. Nicht, dass »die da oben« sich womöglich jahrelang Zeit lassen ...

Naja, die Sache hat einen Haken. Man sollte es nicht glauben, wie viele Varianten es gibt, mit denen man nicht rechnet. Und die fünfundzwanzig Punkte waren alle da. Trotzdem habe ich mit den fünfundzwanzig Punkten mehr Stress gehabt als mit so

manchem »0-Punkte-Typ«. Die Anzahl der Punkte ist offensichtlich keine Garantie für irgendetwas.

Erst vor Kurzem brachte mich ein guter Freund auf die glorreiche Idee, doch einfach »denjenigen, der für mich jetzt im Moment am besten passt«, zu bestellen. Entweder bin ich auf so eine simple Idee einfach nicht gekommen, oder es fehlte mir an Vertrauen, dass »die da oben« dann auch was Gescheites aussuchen. Jener Freund von mir jedenfalls schwört auf seine Formulierung und war hochzufrieden mit der Lieferung, die drei Tage später erfolgte.

Ich fürchte, es ist eine Sache des Vertrauens bei mir. Ich unterstelle insgeheim dem »universellen Bestellservice«, dass »die« erst mal noch eine Weile ganz geruhsam »Harfe spielen«, bevor sich da was tut, wenn ich nicht »Druck mache« und das Lieferdatum mit angebe ... Und genau andersherum ist es. Je mehr Vertrauen ich habe, desto schneller geht es.

Meine allererste Bestellung habe ich übrigens romantisch bei Mondenschein auf dem Balkon aufgegeben; mittlerweile bestelle ich von überall aus und wie es mir gerade einfällt. Einmal wollte ich innerhalb einer Woche ein billiges Büro ganz bei mir in der Nähe haben. Das habe ich vom Schreibtisch aus bestellt. Nach drei Tagen rief mir eine Nachbarin hinterher und bot mir genau

so ein Büro an. Ich war daraufhin direkt etwas verschreckt und nahm es am Schluss doch nicht, weil das ganze Projekt infrage stand. Ich hatte da etwas voreilig bestellt.

MERKE: Sieh dich vor, was du dir wünschst und bestellst – es könnte umgehend kommen! Sonst weiß man vielleicht irgendwann vor lauter Bestellen nicht mehr, ob die Dinge, die man da alle bestellt, überhaupt gut für einen sind. Ein wenig innehalten und in sich hineinfühlen kann ratsam sein. Einem besonders lieben Freund von mir fällt vor Lachen immer fast der Hörer aus der Hand, wenn ich ihm wieder von meinen Bestell-erfolgen erzähle. Er meint dazu: »Wen Gott bestrafen will, dem erfüllt er seine Wünsche.«

Der Spruch ist natürlich völlig überholt. Bestrafen ist out, mega-out. Im Gegenteil, ich finde auch Bestellungen, die ich, kaum dass ich die Lieferung erhalten habe, nicht mehr brauche, äußerst nützlich. Denn wer weiß, wie lange ich ansonsten gebraucht hätte, um herauszufinden, dass ich sie nicht haben will. Vielleicht wäre ich diesem oder jenem Traum jahrelang hinterhergelaufen. So komme ich schneller an die Essenz dessen heran, was ich im Leben denn wirklich haben möchte. Aber wer öfter mal innehält und

in sich hineinhorcht, erspart sich so manche überflüssige Bestellung.

MERKE ZWEITENS: Du brauchst keine spezielle Atemtechnik anzuwenden oder in Trance zu gehen, um dein Unterbewusstsein zu programmieren. Du musst dir die Bestelllisten auch nicht im Kopfstand unter Hypnose vorlesen. Du brauchst nur ganz kindlich arglos einfach zu sagen, denken und fühlen, was du haben willst, und es wird kommen.

ABER: Das, was du insgeheim befürchtest, ist das, was als Erstes kommt. Weder dein Unterbewusstsein noch das Universum verstehen die Formulierung: »Ich will NICHT das und das.« Oder: »Hoffentlich passiert nicht doch das und das.« Die Wörter »kein« und »nicht« werden gestrichen, und das Bild, das du dabei im Kopf hattest, fängt an, wirklich zu werden.

Beispiel: Setz dich ruhig hin, und denke drei Minuten lang NICHT an einen Eisbär! So intensiv hast du wahrscheinlich noch nie an Eisbären gedacht wie in diesem Fall. Also: Alles, was du NICHT haben willst und als Bild vor Augen hast, blockiert zumindest den wahren Wunsch.

»Zuerst muss der Glaube da sein, dann das Vertrauen, und anschließend kommt der universelle Beweis. Er manifestiert sich durch deinen

Glauben. Dies ist ein geistiges Gesetz des Universums.«

Irgendwann wirst du WISSEN (= vertrauender Glaube ohne Zweifel), dass alles, was du wünschst und brauchst, sowieso kommt. Wenn etwas scheinbar schiefgeht, kann das nur bedeuten, dass noch etwas Besseres auf dich wartet oder die Sache einen Haken hat, den du jetzt noch nicht sehen kannst. Du wirst wissen, dass das Beste noch kommt, und zwar bald.

Für den Anfang brauchst du eigentlich noch nicht einmal richtig dran zu glauben – das habe ich bei dem Streitgespräch mit meiner Freundin ja auch nicht getan. ES GENÜGT, OFFEN FÜR DIE MÖGLICHKEIT zu sein, dass es funktionieren könnte. Du wirst Hilfe aus deinem Inneren erhalten, denn die Natur ist an glücklichen Menschen interessiert. Glückliche Menschen achten die Natur und gehen bewusst mit ihr um.

2

Wir üben »bestellen«

Man kann auch mit ganz kleinen und »unbedeutenden« Bestellungen »üben«. Das Vertrauen wächst dadurch, und wenn das Vertrauen wächst, verwirklichen die Wünsche sich schneller.

Meine Wohnung ist zum Beispiel zu klein für eine Waschmaschine, und ich gehe deshalb immer in den Waschsalon. Neulich fand ich heraus, dass der Trockner Nummer 9 der heißeste ist und am schnellsten trocknet. Nummer 11 hingegen ist einer der flauesten und trocknet am langsamsten. »O.k. – also nächstes Mal will ich gleich den Trockner Nummer 9 haben, bitte schön«, lautete meine Bestellung des Tages.

Letzte Woche im Waschsalon: Ich hatte die Wäsche schon in der Schleuder und guckte zu den Trocknern rüber. »Moment mal – hatte ich nicht Nummer 9 bestellt? Hm, war wohl nichts – Nummer

9 ist belegt. Dafür ist mein »Liebling« Nummer 11 frei. Naja, vielleicht ist Nummer 9 nur noch kurz belegt. Kann ja nicht sein, dass nur der schlechteste Trockner für mich frei ist ...« Und selbst wenn, sich wegen eines Trockners zu ärgern, dazu ging es mir ja wohl viel zu gut. »Humdidumdidum«, summte ich vor mich hin. Meine Schleuder stoppte und drehte sich aus. In der Sekunde, in der der Deckel aufsprang, blieb der Trockner Nummer 9 stehen – uuuuund die Dame war fertig und räumte ihn aus. Somit hatte ich meine bestellte Nummer 9 auf die Sekunde genau erhalten.

Wenn so etwas einmal im Jahr passiert, kann man es für willkürlichen Zufall halten. Aber je offener man ist, umso öfter passiert es, und am Schluss fügen sich die Dinge täglich genauso ineinander, wie man es gerne hätte. Man muss sich, egal was man macht, einfach weniger anstrengen im Leben, und dann hat man mehr Grund zur Freude, mehr Freizeit und überhaupt.

Eine weitere Beispielbestellung: Meine Wohnung ist wie erwähnt ziemlich klein und hat nur vierzig Quadratmeter, und da wohne, schlafe und arbeite ich. Ziemlich eng. Etwas Größeres wäre manchmal nicht schlecht. So ein nettes kleines Schloss zum Beispiel. Aber kosten darf es natürlich nichts, denn jetzt zahle ich auch nur sieben Mark fünfzig pro Quadratmeter, und mehr zahlen

möchte ich eigentlich nicht. Sonst müsste ich mehr arbeiten, und das nur für die Miete, das macht ja keinen Spaß ...

Mehr zum Spaß sandte ich die folgende Bestellung ans Universum: Bitte Schloss schicken! Circa ein Jahr nach dieser Spaßbestellung, die ich mit einem Freund zusammen aufgegeben hatte, ergab es sich, dass ein anderer Freund von mir doch tatsächlich auf ein Schloss zog. Er wohnt und arbeitet dort seit Kurzem. Ich lernte es bei einem Wochenendbesuch kennen und war total verliebt in dieses Schloss. Es hat etwas von einer Villa Kunterbunt (die von Pippi Langstrumpf) für Erwachsene. Überall sind Gänge, Treppen, Ecken, Winkel und Aufgänge. Es ist groß und trotzdem gemütlich.

Dieses Schloss sehen und denken, dass so eine nette Wohn- und Arbeitsgemeinschaft dort doch ideal wäre, lag nicht weit auseinander. Ein paar Wochen später riefen dieser Freund von mir und der Schlossbesitzer an: Sie bräuchten Verstärkung im Team, und vielleicht könnte ich ja bei ihnen mitarbeiten und natürlich auch im Schloss wohnen.

Worauf ich nochmals dort war und erst einmal drei weitere schöne Zufallsgeschichten für mein Buch zum Thema »Zufälle« erhielt (ich sammle die schönsten Zufallsgeschichten aller möglichen

Menschen). Mit der Zusammenarbeit auf dem Schloss klappte es aber höchstens in Teilzeit, weil ich nicht ganz die richtigen Kenntnisse hatte, die sie benötigten. Außerdem hätte ich dann auch etwas sehr weit weg von meinem Freund gewohnt, was mir auch nicht so recht gefiel. Und so schön dieses Schloss samt Kapelle und dreiundsechzig Zimmern ja war – es war eigentlich mehr eine Burg, lag im Berghang und hatte keinen Park.

Also Schloss mit Park und mehr in der Nähe von meinem Freund wär schon besser. Aber Wohngemeinschaft und da arbeiten, das passt schon! Das dachte ich nur so vor mich hin. Und manchmal, wenn ich so etwas vor mich hin denke, frage ich mich, ob da einer in meinem Hirn sitzt und mir eingibt, mir genau das zu wünschen, was sowieso passiert. Es kann unmöglich sein, dass so oft alles genauso passiert, wie ich es haben will?

Ein anderer Freund von mir hat nämlich mittlerweile ein weiteres Schloss aufgetan. Es wird gerade zu einem Seminarzentrum mit vegetarischer Lehrküche ausgebaut. Es liegt südlich von München und mehr in der Richtung des Wohnortes meines Freundes. Und es hat einen wunderschönen schnuckligen Park – natürlich mit Seeblick von der Terrasse aus. Klar, dass mich jener Freund mal zu einem Sonntagsausflug dorthin mitgenom-

men hat, und klar auch, dass der Manager trotz Sonntag gerade da war. Sowieso klar, dass ich ihn sehr nett fand, und ebenso klar, dass dort, wenn die Ausbauten fertig sind, Mitarbeiter für alles Mögliche gebraucht werden. Man kann sich ja mal zusammensetzen und drüber reden ...

Mittlerweile schreibe ich nun an dem Zufallsbuch und gebe auch eine eigene (positive) Zeitschrift heraus, die viel Zeit in Anspruch nimmt. Das heißt, ob ich jemals auf irgendeinem Schloss mitarbeite, ist völlig offen. Das warf bei einer Bekannten von mir die Frage auf, ob ich nie Angst hätte vor der »Rechnung«, die mir mein »Versandhaus« da mal stellen könnte? Hier sitze ich und bestelle »sinnlos« die utopischsten Dinge, bekomme sie angeboten und nutze sie nicht. Das gehöre sich doch wohl so nicht.

»Die Welt ist das, was man von ihr denkt«, konnte ich ihr darauf nur antworten. Wenn man im Hinterstübchen den Gedanken hat, »es steht mir nicht zu«, dann wird es auch nichts werden. Und wenn man noch dazu Angst vor »Rechnungen« oder gar »Bestrafungen« hat, dann wird man sich diese HÖCHSTPERSÖNLICH kreieren. Denn »die Welt ist das, was man von ihr denkt«!

Ich habe im Gegenteil das Gefühl, dass ich noch extra belohnt werde für die schönen vielen Bestellungen. So als würden die Mitarbeiter des

Versandhauses bei einer hohen Bestellmenge noch extra Werbegeschenke hinterher senden.

Diese Technik hat nämlich den unschätzbaren Vorteil, dass man sich auf mysteriöse Weise nie so ganz allein fühlt. Und dieses Gefühl wird umso stärker, je öfter man das »Bestellen« anwendet. – »Dear universe, ich finde meine Brille nicht ... Bitte ein Hinweis, wo ich sie diesmal hingelegt habe. Ahhhh hier – vielen Dank.«

»Zu diesem Artikel für die Zeitschrift soundso brauche ich noch unbedingt einen kleinen ›Kick‹. He Versandhaus – hättet ihr da eine Idee? Wie, wo? – In welcher Kiste soll ich wühlen? Da ist doch nur Schrott drin! Nein, nicht zu glauben – das ist ja schon Jahre her, dass ich den Notizzettel mal aufgehoben habe. Passt haarscharf, genau das, was ich für den Artikel noch gesucht hab!«

Vielleicht redet man da auch nur mit sich selbst, mit dem eigenen Unterbewusstsein. Das ist ja völlig egal, solange es klappt. Die jahrelangen Forschungen von Frau Dr. Elisabeth Kübler-Ross zu Nahtoderlebnissen (siehe Kapitel 11) und auch die Erfahrungen einiger medial begabter Freunde geben mir allerdings öfter zu denken. Man kann ja mal offen sein für alle Möglichkeiten, denke ich mir. Ich sehe es pragmatisch – Hauptsache, es klappt!

Jedenfalls, um auf meine »Kleinkrambestellungen« zurückzukommen: Manchmal gibt es im

Leben ja auch Krisensituationen (möglicherweise). Vor lauter Schreck fällt einem nichts mehr dazu ein, wie man sich aus dieser Situation jetzt raushelfen könnte. Oder auch nicht, wie man jemand anderem helfen könnte. Kann man überhaupt? Je normaler das »Bestellen« ist, desto leichter bestellt man sich Eingebungen und Lösungen für Krisensituationen. Man bewahrt auch mehr Ruhe. Ich habe immer im Hinterstübchen: »Naja, wenn ich es selbst nicht hinbekomme, bestelle ich mir halt was.« Und sei es nur eine nützliche Idee.

Unbewusst habe ich mir sicher auch die Krise bestellt. Alles war zuerst in mir drinnen. Aber ist es nicht praktisch, dass man sich dann wenigstens bewusst eine gute Lösung bestellen kann, wenn man mal einen Blackout hat? Vom Opfer zum Schöpfer ist meine Devise. Ein »wacher« Mensch ist nach meiner Vorstellung nicht einer, der immer alles weiß und bei dem immer alles klappt. Aber einer, der sich selbst beobachten und bewusst in jeder Situation entscheiden kann: Was will ich denken und was will ich mir durch meine Gedanken und Gefühle kreieren? Klare Absichten (= Bestellungen) fördern klare Lieferungen. Und wie man sieht, sind auch Schlösser und viele andere sehr unwahrscheinliche Wünsche voll im »Lieferumfang« enthalten!

Nachfolgend einige Kapitel mit Tipps und Anregungen, wie man leichter »in den Fluss« kommt, offener und vertrauensvoll wird. Quasi eine Art »Bestelltraining«. Es ist nämlich doch nicht so einfach ... Im Gegenteil, es ist furchtbar schwierig. Es gibt nur eine einzige Schwierigkeit, und die liegt darin, mit Leib und Seele zu begreifen, wie kinderleicht es ist (babyleicht würde meine elfjährige Cousine sagen). Bei uns läuft oft ein inneres Programm ab, das uns vormacht, das Leben wäre schwer. Begreife, dass es einfach ist, und es wird ab sofort einfach sein!