

Jacqueline Mondenegro

---

**Mein Alltagsleben mit  
den Stars in Sachen  
Lebenshilfe –  
Esther & Jerry Hicks und  
Rhonda Byrne etc.**

Was geht und was geht nicht,  
persönliche Erlebnisse und  
Tatsachenberichte

Bibliografische Information durch die Deutsche Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-96008-429-7

Copyright (2016) Engelsdorfer Verlag Leipzig  
Alle Rechte beim Autor  
Illustration des Titelbilds: Jacqueline Mondenegro  
Hergestellt in Leipzig, Germany (EU)  
[www.engelsdorfer-verlag.de](http://www.engelsdorfer-verlag.de)

11,40 Euro (D)

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Dieses Buch ist Ihnen gewidmet. Mit meinem ganzen Herzen habe ich es für Sie geschrieben.

Damit ich Ihnen mit emotionalen Worten, ehrlich und offen meinen Lebensweg aufzeigen konnte, wollte ich dieses Buch mit meiner eigenen lebendigen Sprache schreiben, damit Sie gefühlsmäßig meine Reaktionen und Verhaltensweisen nachvollziehen können.

Deshalb wurde absichtlich auf ein Lektorat verzichtet. Somit bitte ich, Textfehler zu entschuldigen, da dieses Buch ansonsten nicht authentisch geworden wäre.

# Inhaltsverzeichnis

Danksagung.....	8
Vorwort.....	9
Wenn man es schafft, seine Gefühle und Gedanken zu verändern, ist die Vergangenheit abgeschlossen.....	17
Mit den Büchern von Bärbel Mohr fing alles an ... ..	19
Die ersten einschneidenden, tief greifenden Veränderungen zu einem leichteren, besseren Leben.....	21
Erste Schritte der Besserung in meinem Leben durch das Gefühl der Liebe in mir .....	26
Lange Zeit haben mich viele Ängste belastet .....	34
Lebensbereich um Lebensbereich wird abgearbeitet....	49
Eine Postkarte führte mich zu Esther & Jerry Hicks... ..	57
Ein weiterer revolutionärer Schritt in die richtige Richtung.....	62
Wenn man es nicht schafft, im Zustand einer guten Schwingung zu verbleiben, dreht man sich im Kreis und nichts geht voran.....	68
Ich übte mich in anderen Gedankengängen .....	80
Den gewünschten Zustand so schnell wie möglich erreichen .....	87

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Man muss sich selbst lieben, um Erfolg zu haben.....	93
Vertrauen zu meinem Universum entwickelte sich ....	101
Rhonda Byrne – mein persönliches Highlight.....	103
Meine Gefühle zum Geld veränderten sich .....	113
Das wirkliche Geheimnis der Macht der Liebe ist das Bewusstsein, dass man diese Macht in sich trägt .	122
Nun haben wir das Jahr 2016 .....	130
Kontakt mit der Autorin/Malerin/Künstlerin .....	132
Über die Autorin (Im Vordergrund mit zwei ihrer Malschüler) .....	133

## *Danksagung*

Mein Dank geht an Melina Schuler. Sie entsprach meiner Bitte, dieses Manuskript zu lesen. Durch ihr Feedback half sie mit, dass dieses Buch in dieser Form vorliegt.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

## Vorwort

Sind die Dinge, welche sich in unserem Leben ereignen, keine Zufälle, sondern die Resonanz auf unsere Gedanken? (Gesetz der Anziehung) Rhonda Byrne nennt es das Geheimnis.

**Können wir unser Leben mit veränderten Gedankengängen beeinflussen?**

**Begegnen uns im Leben oftmals Schwierigkeiten, weil wir unseren Aufmerksamkeitsfokus zu sehr auf die Unannehmlichkeiten richten?**

Das Leben sollte wunderbar sein, doch oftmals leiden wir und quälen uns. Wir suchen nach Lösungen und Veränderung.

In den Lebenshilfebüchern der Bestseller-Autoren wie Esther & Jerry Hicks sowie Rhonda Byrne werden Lebensveränderungen spannend und in beeindruckender Weise geschildert. Man erhält ganz viele positive Emotionen und möchte die dort mit dem Gesetz der Anziehung verbundenen Lektionen gleich umsetzen.

**Gibt es ein Gesetz der Anziehung?**

Um eine Antwort auf die obigen Fragen zu erhalten, muss man versuchen seine alten, eingestanzten Gedanken  
**Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!**

kengänge anders auszurichten, wie in den Büchern der vorgenannten Autoren beschrieben, um eine entsprechende Resonanz in der Realität zu bewirken.

## **Schafft man damit ein erfülltes Leben seiner Träume?**

Ich habe versucht dies in meinem Alltag umzusetzen. Meine jahrelangen Erfahrungen habe ich ehrlich in diesem Buch zusammengetragen. Deshalb ist dies ein Buch auch für Menschen, welche sich bislang noch nicht in irgendeiner Form mit dem Gesetz der Anziehung beschäftigt haben.

Millionen Menschen auf der ganzen Welt haben diese Lebenshilferatgeber von Hicks, Byrne oder Bärbel Mohr gelesen. Viele erhofften sich einen großen Geldbetrag oder vollkommene Gesundheit innerhalb einer kurzen Zeit.

Mit Buchtiteln wie *Wünschen und bekommen* verbindet man freudige Hoffnungen und ich habe den Eindruck, dass Probleme mit der Umsetzung der in diesen Werken aufgeführten Lehren nicht sonderlich hervorgehoben werden.

Dies kann den Eindruck erwecken, Fehler bei der Durchführung dieser Lehren zu machen, wenn sich eine Veränderung der Lebenssituation, wie bei Hicks oder

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!



Byrne beschrieben, einfach nicht einstellen möchte. Mir ist es jedenfalls so ergangen.

Man darf jetzt aber nicht vermuten, dass falsche Absichten dahinterstecken. Man muss die Menschen erst einmal darauf aufmerksam machen, dass vorrangig gedachte Gedankengänge zu Lebensmustern werden können.

Es ist auch wichtig, einen Ansporn zu bekommen, Verhaltens- und Denkweisen einfach mal zu ändern. Wer macht es schon gerne, sich von gewohnten Mustern zu trennen? Mit dem großen Geldbetrag im Hinterkopf versucht man dann doch mal sich anzustrengen, etwas in seinem Leben anders anzugehen.

Mein Gefühl sagt mir jedoch, dass es auch gefährlich sein kann, wenn sich Menschen in einer verzweifelten Situation zu sehr auf eine schnelle Veränderung in ihrem Leben versteifen. Da man in so einer Situation jedoch nicht „frei“ in seinem Denken ist, sondern voller Blockaden, wird es sehr schwer werden, etwas zu erreichen. Heute weiß ich, dass in so einer Situation das Wichtigste wäre, zu versuchen alles loszulassen. In meiner persönlichen Lebenssituation war es mir jedoch nicht möglich, dies in ein paar Tagen zu schaffen.

**Welche Menschen fühlen sich von den Büchern der Autoren Esther und Jerry Hicks, Rhonda Byrne oder Bärbel Mohr angezogen?**

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

Da sich ein großer Teil dieser Lehren und Lektionen auf die Anwendung des Gesetzes der Anziehung (Resonanzgesetz) bezieht, handelt es sich bei den meisten der Leser um Menschen, welche einen Mangel an Geld, materiellem Wohlstand oder der Erfüllung ihrer Wünsche verspüren.

Genau eine solche Sehnsucht nach diesen Dingen war auch der Grund, warum ich mich zu diesen Ratgebern hingezogen fühlte und mich hiernach sehnte. In erster Linie jedenfalls.

Immer mehr Menschen finden in einer schwierigen Lebenssituation Zugang zu diesen Büchern der Lebenshilfe, da sie eine Möglichkeit suchen, ihren Wünschen näher zu kommen. In vielen Internetplattformen kann man Berichte über enttäuschte Leser entdecken, welche sich sehr negativ hierzu äußern.

Die Attraktivität steigt mit dem Glauben an eine zeitnahe Erfüllung seiner Wünsche. Es ist auch schwierig, einen Leser für das Gesetz der Anziehung zu begeistern und auf eine jahrelange Entwicklung zu verweisen.

Oft ist man auch in dem Glauben, es würde sich alles so ereignen, wie man es sich in seiner Vorstellung ausmalt. Dabei spielen ganz unterschiedliche Faktoren eine Rolle.

Ich möchte dies an einem Beispiel erklären: Viele Jahre lang habe ich mir selbst jedes Buch von Hicks gekauft und versucht diese Lehren anzuwenden. Oftmals gelang

**Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!**

mir die Umsetzung nicht oder nicht so, wie ich es mir vorgestellt hatte. Ich habe immer nach Erfahrungsberichten von Lesern dieser Ratgeber gesucht. Deshalb habe ich dieses Buch hier geschrieben, um anderen Menschen aufzuzeigen, was mir letztendlich geholfen und gutgetan hat und welche Dinge sehr schwer umsetzbar gewesen sind.

In meinen Träumen haben die großen Verlage gleich einen Vertrag zur Veröffentlichung dieses Buches aufgesetzt. In der Realität jedoch haben die Verlage es gleich entsorgt. Letztendlich jedoch ist es aus meiner Sicht so gekommen, da der Verlag Knaur, wo das entsprechende Werk von Rhonda Byrne erscheint, und der Verlag Ullstein mit den Hicks-Büchern nicht noch zusätzliche Literatur vertreiben wollten, in der die Lehren, welche sie als Bestseller anbieten, mit realen Erfahrungswerten konfrontiert werden. Es könnte sich ja negativ auf ihre Verkaufszahlen und die Autoren auswirken.

Mir persönlich ist es oftmals sehr schwergefallen, die von Hicks und Byrne beschriebenen veränderten Denkweisen unter allen Umständen tagtäglich in meinem Leben einzubauen. Am Anfang versucht man es mit Freude und Enthusiasmus, aber dieser legt sich nach einiger Zeit. Meine Erfahrungen zeigen, dass sich Veränderungen einstellen, aber nur, wenn man beharrlich auf diesem Weg verbleibt. Manchmal möchte sich auch

**Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!**

überhaupt keine Veränderung einstellen – und ich habe Fehler gemacht.

Für Sie schreibe ich mit Freude dieses Buch, damit Sie es leichter angehen können. Die wichtigsten Ratschläge, welche mir am meisten geholfen haben, meinem Leben eine positive Wendung zu geben, habe ich der Reihe nach aufgeführt.

Letztendlich habe ich eine wunderbare Möglichkeit hinsichtlich der Umsetzung dieses Buches gefunden. Es war die einzig richtige Lösung, mit einem kleinen Verlag zusammenzuarbeiten, zumal die Mitarbeiter dort sehr nett sind und es gleich von Anfang an richtig Spaß gemacht hat.

Meine Traumvorstellung wäre aus Unkenntnis meinerseits zu Beginn einfach nicht umsetzbar gewesen. Hätte ich nun bei der ersten Absage eines Verlages nicht mehr an den Druck dieses Buches geglaubt, dann wäre ich auch nicht weiter auf diesen Weg geführt worden, obwohl er der Weg zum Ziel war, den ich erst nicht erkannte.

An diesem Beispiel können Sie erkennen, dass man Vertrauen **üben** muss. Wichtig ist auch, weiterhin eine gute Emotionen aufrechtzuerhalten, verbunden mit Gedanken an den Erfolg, um weiterhin geleitet und geführt zu werden, auch wenn es erst einmal nicht so aussieht, als würde man sein Ziel überhaupt erreichen

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

können. Oft fühlt man sich dann sehr verzweifelt. In solchen Fällen muss man sich andere Denkmuster zulegen, damit man nicht in negative Emotionen wie die der Enttäuschung verfällt.

Dabei sollte man erst einmal versuchen sich andere Verhaltensweisen hinsichtlich seiner Gedankengänge anzueignen und das kann in der Tat sehr schwierig werden. An diesen Punkten geben die meisten Menschen schon auf.

Ich habe in diesem Buch versucht meine ganze Entwicklung und all meine Erfahrungen hinsichtlich der Werke von Hicks und Byrne im Umgang mit dem Resonanzgesetz emotional und authentisch aufzuzeigen. Sehr wichtig ist es mir auch, Ihnen das Allerwichtigste zu vermitteln, alle Ratschläge, welche mir sehr geholfen haben, letztendlich ein erfülltes Leben zu führen und auch meine Schwierigkeiten offenzulegen, damit Sie diese für sich ein wenig leichter nehmen können, sollte es Ihnen ebenfalls so ergehen.

Oftmals reicht es schon aus, in gewissen Lebenssituationen gefangen zu sein, um ein gequältes Leidensgefühl in sich zu tragen. Deshalb kann sich in diesem Buch jeder Leser wiederfinden. Es müssen sich keine schweren Gewaltverbrechen oder gravierenden Schicksale ereignet haben, um das Leben nicht mehr ertragen zu können. Alltagmonotonie kann hierbei schon ausrei-

chen, wie Sie aus meinen eigenen Beispielen erkennen werden – aber ich konnte mich aus allem befreien.

Sehr stark geprägt haben mich, wie bereits geschildert, die Bücher der Autoren Esther und Jerry Hicks und Rhonda Byrne. Alles begann jedoch mit den Büchern von Bärbel Mohr und Werner Ablass. Letzterer führt sehr schön in die wichtigsten Regeln ein, deshalb muss ich unbedingt mit ihm beginnen, da er auch für Sie eine Bereicherung sein wird.

Wichtig ist jedoch, wenn man die Bücher von Hicks und Byrne wirklich zu verstehen beginnt und sie auf alle Bereiche des Lebens anzuwenden lernt, ergeben sie viel mehr, denn wenn man es wirklich schafft loszulassen, erkennt man den Sinn des Leben.

***Dieser ist darin zu verstehen, die Negativität in seinem Leben zu überwinden.***

*Wenn man es schafft, seine  
Gefühle und Gedanken zu  
verändern, ist die Vergangenheit  
abgeschlossen*

Hinsichtlich eines abgesicherten Lebens habe ich wohl den schlechtesten Beruf. Jedoch einen, der mir sehr viel Freude bringt, wenn auch die Umstände dementsprechend sind.

Als Absolventin der Kunsthochschule Frankfurt am Main schaffte ich es nach Abschluss und während meines Studiums tatsächlich, mich und meinen kleinen Sohn von meinen Portrait-Auftragsarbeiten zu ernähren. Als mein Großvater starb, vermachte er mir sein Bauernhaus mit wunderschönem großem Garten. Das Haus befand sich in einem erbärmlichen Zustand. Für eine Künstlerin jedoch ein Paradies zum Malen und Zeichnen.

Mein Leben war, eigentlich bereits als Kind, begleitet von Einsamkeit und traurigen Lebensumständen. Später kamen schwierige Arbeitsverhältnisse und Ängste hinzu, aber ... ich habe mein Leben in die Hand genommen und es hat sich tatsächlich alles gewandelt.



Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!



## Mit den Büchern von Bärbel Mohr fing alles an ...

Ich weiß nicht mehr, wann es gewesen ist, als eine Freundin mir von den Büchern von Bärbel Mohr berichtete. Da ich zu diesem Zeitpunkt jedoch noch keinerlei Erfahrung mit solchen Büchern hatte, war ich absolut begeistert. Sie sind leicht zu lesen und tun einfach gut. Sie geben mit Leichtigkeit einen oberflächlichen Eindruck für das breite Publikum.

Ich bin froh, dass Bärbel Mohr mein Anfang war. Ihre Bücher haben mich neugierig auf dieses Thema gemacht, dass es wohl eine Möglichkeit geben sollte, Einfluss auf sein Leben nehmen zu können.

Wäre mir zu dieser Zeit ein Buch von Esther und Jerry Hicks in die Hände gefallen, hätte ich es vielleicht abgelehnt zu lesen, da die Lehren von Abraham doch sehr fremd auf mich gewirkt hätten.

So habe ich es der Leichtigkeit von Bärbel Mohr zu verdanken, dass mich das Thema weiter interessierte. Im selben Verlag wurden die Bücher von Werner Ablass vorgestellt, welche ich im Anschluss – 2009 – las.

In den Werken von Werner Ablass *Liebe ist die Lösung* und *Leide nicht – liebe* beschreibt er sympathisch, welche tief greifenden Veränderungen sich im Leben einstellen, wenn man mit der stärksten Macht im Universum umzugehen lernt:

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

LIEBE.

**Eine der stärksten Mächte dieser Welt ist die Liebe.**

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!

## *Die ersten einschneidenden, tief greifenden Veränderungen zu einem leichteren, besseren Leben*

Alles mit einem innigen Gefühl der Liebe zu betrachten, war die erste große Veränderung in meinem Leben. Es half mir sofort und gab mir Erleichterung. Es hört sich etwas unwirklich an, aber das ist es nicht.

Gibt es etwas was Sie höher einschätzen als die Liebe im leben? Haben Sie sich erst einmal entschieden, Ihren Alltag mit einem innerlichen Gefühl der Liebe zu begegnen, ganz egal, ob andere Menschen daran beteiligt sind, wird Sie ein Strom des Wohlbehagens überkommen. Es ist einfach überwältigend.

Liebe ist eine Kraft von solchen Ausmaßen, dass in ihrem Namen die größten Taten vollbracht werden können. Es ist in der Tat ein ganz anderes Leben.

Zu diesem Zeitpunkt war mir noch nicht bewusst, dass es außer der Liebe zwischen Mann und Frau und anderen Lebewesen noch andere intensive, wirkliche Lieben gibt. Keinerlei Gedanken hatte ich mir bis dahin zu diesem Thema gemacht. Dabei sollte man diese Differenzierungen kennen. Werner Ablass verdeutlicht das Gefühl der machtvollen Liebe in unserem Innern, welche unabhängig zu der Liebe zwischen Mann und Frau besteht.

Zu einem späteren Zeitpunkt wurde ich noch einmal an diese aufklärende Lektion erinnert. In dem Buch *Der Jakobsweg* von Paulo Coelho wurden die drei Arten der Liebe ebenfalls auf wunderbare Weise erläutert. Ich versuche sie hier mit meinen Worten verständlich zu erläutern.

Diese Leseprobe ist urheberrechtlich geschützt!