

**DANKE**  
**lieber Gott**  
**für ALLES**



**Helmut Mühlbacher**

Titelbildgestaltung: Elisabeth Huber  
Foto auf Titelbild: Helmut Mühlbacher

Worte zu diesem Buch von Elisabeth Huber

Wau, voi schön, wau voi schön, mein Herz hüpfte vor Freude und ich liebe es auch, mei ist das berührend, strahlend, echt voi schön, ich spür die Herzlichkeit und Kraft die davon ausgeht,

und ich freu mich riesig wenn ich es in meinen Händen halte, und es sich auf die Reise macht zu vielen vielen vielen Herzen und viele viele Herzen erweckt mit deiner, eurer, meiner und der Danke lieber Gott für alles Lebensfreude .....

Weißt du eigentlich, dass du einen Auftrag Gottes erfüllt hast, ist dir das bewusst, lieber Helmut, danke für deinen Mut und die Zeit die du dir dafür genommen hast.

Alles Liebe und ich Danke dir dafür, dass ich dazu ein bisschen etwas beitragen durfte, vielen Dank Helmut

alles Liebe, Elisabeth

1. Auflage Juni 2013

ISBN

Copyright: 2013 Helmut Mühlbacher

Es ist ausdrücklich erlaubt und erwünscht, die Gedanken dieses Buches, Teile dieses Buches oder das ganze Buch zu vervielfältigen, zu verschenken, oder mit elektronischen Medien weiterzuverbreiten. Mein geistiges Eigentum teile ich gerne mit anderen Menschen.

Ein großer Dank gilt dem Verlag....., der mich in dieser Hinsicht unterstützt hat und ohne den ihr dieses Buch niemals lesen könntet.

## **Braucht die Welt dieses Buch ???**

Diese Frage habe ich mir gestellt, als ich das Buch geschrieben habe. Es gibt schon tausende von Büchern, die sicher genauso interessant zu lesen sind, wie dieses Buch hier. Da ich nur ein ganz einfacher Mensch bin und keine Ahnung habe, wie man ein Buch beschreibt, habe ich meinen Freund Werner gebeten, eine Beschreibung des Inhaltes zu machen.

### **Vorwort zu Helmut Mühlbachers Buch „Danke lieber Gott für alles“**

Als ich vor einiger Zeit das Manuskript zu dem Buch „Danke lieber Gott für alles“ in die Hand bekam, musste ich bei der Lektüre an einen Satz von Henry David Thoreau denken:

*„Ich ging in die Wälder, denn ich wollte wohlüberlegt leben. Intensiv leben wollte ich, das Mark des Lebens in mich aufsaugen, um alles auszurotten, was nicht Leben war. Damit ich nicht in der Todesstunde inne würde, dass ich gar nicht gelebt hatte.“*

Helmut Mühlbacher, der das Buch „Danke lieber Gott für alles“ geschrieben hat, lebt nach dem Motto von Thoreau:

Wenn er erscheint und mit den Menschen spricht, dann werden die Menschen fröhlich, er steckt mit seinem Lachen andere Menschen an.

Er ist ein Stern, der mit seinem Licht anderen Menschen Wegweisung gibt.  
Er ist ein Licht, das in die Dunkelheit anderer Menschen hineinleuchtet.  
Er ist eine Sonne, die mit ihrer Wärme die Herzen anderer Menschen erreicht.

Das Buch „Danke lieber Gott für alles“ ist durchdrungen von der Liebe zu den Menschen, von der Gewissheit, dass wir unsere Träume, wenn wir nur fest genug an sie glauben, verwirklichen können, von der Dankbarkeit gegenüber Gott für alles, was uns das Leben schenkt.

Wer das Buch von Helmut Mühlbacher liest, lernt an wundervollen praktischen Beispielen, wie er seine Träume verwirklichen kann, er lernt, niemals in seinem Leben aufzugeben, und er lernt, zufrieden zu sein und dankbar für das Glück des Augenblicks.

Das Buch „Danke lieber Gott für alles“ ist ein Buch, das zu einem aufmunternden Begleiter im Alltag werden kann, das uns Hoffnung und Zuversicht schenkt, wenn wir verzagen wollen, das uns gangbare Wege aufzeigt, wie wir das Glück unseres Lebens finden können.

Ich kann dieses Buch aus tiefstem Herzen jedem empfehlen, denn die Erkenntnisse und Lebensklugheit, die wir aus diesem Buch schöpfen können, helfen uns, unser Lebensschiff durch alle Unbilden des Lebens hindurch zusteuern und tiefe echte Freude zu empfinden.

**Werner Forneberg**

Diplom-Theologe Werner Forneberg  
Ideenwerkstatt und Lektorat  
Buchautor und Lektor  
Inselstraße 45  
28207 Bremen

Internetanschrift :  
[www.lektorat-forneberg.de](http://www.lektorat-forneberg.de)



Aus diesem Grund, bin ich zur Erkenntnis gekommen,

## **JA, JEDER MENSCH HIER AUF ERDEN SOLLTE DIESES BUCH LESEN!!!**

Das ist meine persönliche Überzeugung und damit begrüße ich Dich sehr herzlich in meiner Welt, welche ich mit diesem Buch gerne mit Dir teile.

Dieses Buch ist nicht nur eine Lebenshilfe oder Gebrauchsanleitung für ein zufriedenes, glückliches Leben, sondern es enthält einen Satz, der mein Leben bis heute stets begleitet hat;

**DANKE LIEBER GOTT FÜR ALLES**

Was für ein großartiger Satz !!

Durch diese 5 Worte ist es möglich, den Frieden in unserem Herzen zu finden.

In diesem Buch findest Du diesen Satz immer wieder, außerdem bitte ich Dich darum, nicht nur meine Worte zu lesen, sondern auch etwas zu TUN, um Dein Leben auf Dauer noch glücklicher und zufriedener zu gestalten.

Das Schöne an diesem Buch ist etwas ganz Wunderbares. Ich darf es schreiben und das mit voller Freude und Begeisterung. Was daraus wird, liegt in Gottes Hand. Will Gott, dass dieses Buch viele Menschen lesen und damit viel Freude haben, so wird dies auch so geschehen.



Du siehst also jetzt schon, egal, was ich mache und tue, ich vertraue immer auf Gott und das Leben. Allein die Tatsache, dass ich hier sitzen und dieses Buch schreiben darf (*meistens an einem wunderschönen Ort am See*) ist schon Grund genug, um DANKE lieber Gott für Alles zu sagen.

**Dieses Buch enthält auch einen entscheidenden Satz, der alle Gesetze, Verordnungen, alle Verbote und auch alle Gebote überflüssig macht.**

Dadurch ist ein Leben in Liebe und Frieden, mit Freude und Sonne im Herzen überall und zu jeder Zeit hier auf dieser Welt möglich.

**Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst.**

Diesen entscheidenden Satz sagte Jesus, als er gefragt wurde, was das höchste und größte Gebot hier auf Erden sei.

**Wir brauchen es nur zu TUN und ein wenig mehr danach zu leben.**

Normalerweise gibt es in einem Buch immer eine Danksagung.

**Ich sage einfach nur DANKE an Alle,  
die zum Erfolg dieses Buches beigetragen haben!!!**

Es sind so viele Menschen, die mir geholfen haben. Ich kann mich nur von Herzen dafür bedanken. Jede einzelne Leserin und jeder einzelne Leser trägt ebenso zum Erfolg dieses Buches bei, genauso wie alle Menschen, die nötig sind, damit dieses Buch gedruckt und gelesen werden kann.

Darum freue ich mich, dass wir miteinander verbunden sind. Du liest jetzt gerade dieses Buch, in dem es vor allem um den bedeutsamsten Menschen in unserem Leben geht. Wenn Du gerade beim Lesen bist, wird Dir jetzt kein Mensch gegenüberstehen.

Also bist in diesem Augenblick **DU** selbst, der bedeutsamste Mensch in Deinem Leben.

Ja, Du hast richtig verstanden, DICH selbst zu lieben, so wie Du bist oder wie Gott Dich geschaffen hat, das ist jetzt Deine wichtigste Aufgabe.

**WARUM ???**

**Nur wenn Du dich selbst liebst,  
bist Du auch fähig, andere zu lieben!!!**

**Die wichtigste Zeit in meinem Leben ist immer JETZT,  
der bedeutendste Mensch ist immer der, der mir gegenübersteht,  
und die wichtigste Aufgabe in meinem Leben ist immer die Liebe. .**

(ein wenig abgewandeltes Originalzitat von Meister Eckhart)

# INHALTSVERZEICHNIS

## **Vorwort**

|                              |         |
|------------------------------|---------|
| Braucht die Welt dieses Buch | Seite 3 |
|------------------------------|---------|

## **Gedanken des Autors**

|                          |           |
|--------------------------|-----------|
| Entstehung dieses Buches | Seite 4-8 |
|--------------------------|-----------|

## **Friede im Herzen**

|                                                        |             |
|--------------------------------------------------------|-------------|
| Wie ich meinen Seelenfrieden fand                      | Seite 9     |
| Warum soll ich für alles dankbar sein                  | Seite 11    |
| Die üble Nachrede                                      | Seite 12-13 |
| Liebe ich mich Selbst                                  | Seite 13-17 |
| Bedingungslose Liebe in der Partnerschaft              | Seite 18-21 |
| Bedingungslose Liebe in der Familie und zu den Kindern | Seite 22-26 |
| Bedingungslose Liebe zu den Eltern                     | Seite 27-29 |
| Bedingungslose Liebe in der Verwandtschaft             | Seite 30-32 |
| Bedingungslose Liebe zu Freunden                       | Seite 33-35 |
| Bedingungslose Liebe im Beruf                          | Seite 36-38 |
| Bedingungslose Liebe in der Gesellschaft               | Seite 39-40 |
| Bedingungslose Liebe zum Leben                         | Seite 41    |

## **Glaube**

|                                                |             |
|------------------------------------------------|-------------|
| Mein persönlicher Glaube                       | Seite 42-43 |
| Erfolg – Reichtum- Wohlstand                   | Seite 44-46 |
| Mitverantwortung für das Leid dieser Welt      | Seite 47-48 |
| Nur wenn wir handeln, können wir etwas bewegen | Seite 49    |
| Vater unser – wie ich es verstehe              | Seite 50-51 |

## **Eine Idee begeistert die Welt**

|                                                   |             |
|---------------------------------------------------|-------------|
| Vision der Dankbarkeits Stammtische               | Seite 52-55 |
| Gründung Dankbarkeits Stammtische                 | Seite 57-59 |
| Wofür soll ich dankbar sein                       | Seite 60-62 |
| Geschichte über Demut                             | Seite 63-66 |
| Für was kann ich alles dankbar sein               | Seite 67-68 |
| Vertrauen ist das Zauberwort                      | Seite 69    |
| Dankbarkeits Stammtische – Was können wir TUN     | Seite 70-71 |
| Warum die Bezeichnung Stammtisch – Sinn und Zweck | Seite 71-73 |

## **DANKE lieber Gott für ALLES**

|                                                                                                |             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Erfahrungen mit Auftritt in der Öffentlichkeit                                                 | Seite 75-76 |
| Liebe dich selbst und teile diese Liebe mit deinem Nächsten<br>(Begleitung mit Herz und Liebe) | Seite 77-79 |

## **Meine Träume und Wünsche**

|                                 |             |
|---------------------------------|-------------|
| Erfolgsrezept - Visionstafeln   | Seite 80    |
| Träume – Visionen - Ziele       | Seite 82-85 |
| Wünsche werden wahr (POKOSEMO)  | Seite 86-87 |
| Bewusstseinsebenen und Gedanken | Seite 88-89 |
| Das Unterbewusstsein            | Seite 90-91 |

## **Meine Träume wurden wahr**

|                                                              |               |
|--------------------------------------------------------------|---------------|
| Meine Traumfrau                                              | Seite 92-95   |
| Ein Paradies, indem ich wohnen, arbeiten und leben darf      | Seite 96-97   |
| Gedanken wenn Kinder verhungern – was hat das mit mir zu tun | Seite 97-98   |
| Ein Paradies für unsere Kinder                               | Seite 99      |
| Ein Paradies für unsere Tiere                                | Seite 100-106 |
| Meine eigene Homepage                                        | Seite 107-108 |
| Das Buch „DANKE lieber Gott für ALLES“                       | Seite 109     |
| Natur – Stille- Zeit                                         | Seite 110-111 |
| Innerer und äußerer Reichtum                                 | Seite 112-117 |
| Niemals aufgeben                                             | Seite 118     |

## **Liebe ist Alles**

|                                                         |               |
|---------------------------------------------------------|---------------|
| Entstehung einer Vision – Du bist Life dabei            | Seite 119     |
| Habe ich geliebt und werde ich geliebt                  | Seite 120-122 |
| Traum – Vision- Ziele- Teilziele- Erfolge- Wirklichkeit | Seite 123-124 |

## **Abschlussgedanken**

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| Glaube – Liebe - Dankbarkeit             | Seite 125 |
| Friede in mir und Gebet für die Menschen | Seite 125 |

## **Das Wunder vom Grabensee**

|                                                |               |
|------------------------------------------------|---------------|
| Ein modernes Märchen für Kinder und Erwachsene | Seite 126-130 |
|------------------------------------------------|---------------|

# Danke lieber Gott für Alles!!!

## Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst!!!

Diese 2 Sätze sind es, die Dein Leben und damit automatisch auch das vieler Deiner Mitmenschen entscheidend gestalten.

Wenn ich selbst beginne, diese einfache Wahrheit zu leben, dann erlebe ich auch den Frieden in meinem Herzen und trage diesen Frieden in die ganze Welt.

**Liebe Leserin, lieber Leser, jetzt kennst Du bereits den ganzen Inhalt dieses Buches.**

Du hast eine **Gebrauchsanweisung** für Dein Leben, aber auch eine echte **Lebenshilfe** für schwierige Augenblicke in Deiner Hand.

Wenn Du wissen willst, warum Du mich bei der Umsetzung meiner Vision in die Realität unterstützen solltest oder wie Du das kannst, lade ich Dich ein, die restlichen Seiten dieses Buches zu lesen.

Falls Du dieses Buch nicht mehr zu Ende lesen willst, danke ich Dir von ganzen Herzen für den Kauf und freue mich, wenn es mir gelungen ist, Dich an meinem zufriedenen Leben mit den einfachen Worten

**„Danke lieber Gott für Alles“** teilhaben zu lassen.

**Das Leben kann ja  
so einfach sein,  
wenn wir es nicht dauernd  
so kompliziert machen  
würden.  
(Helmut Mühlbacher)**





## **Herzlich Willkommen in meiner Welt !!**

Da ich ein Mensch bin, für den alles einfach und unkompliziert sein muss, habe ich mich schon vor 25 Jahren auf die Suche gemacht, wie ich mein Leben noch schöner, angenehmer und erfolgreicher gestalten kann.

Erfolg bedeutet für mich, mit mir selbst und meinen Mitmenschen besser zurechtzukommen in diesem Leben.

Zufriedenheit, Gelassenheit, Lebensqualität und Ausgeglichenheit zu erreichen. Ein Leben in Harmonie und Fülle in allem, was mir wichtig ist, ist mein Ziel.

Es ist möglich, Reichtum, Wohlstand, Glück, Zufriedenheit, Gelassenheit, Weisheit, Lebensfreude, Liebe und sogar Den Frieden im Herzen zu finden, doch dafür müssen wir immer etwas **T U N**.

**Mein Ziel ist es, das größte innere Glück zu erreichen, dabei aber auf das äußere Glück nicht verzichten zu müssen.**

Ich persönlich bin der Überzeugung, dass ich mit positiver Einstellung, Dankbarkeit, Achtsamkeit, Wertschätzung dem Anderen gegenüber sowie mit Vertrauen zu Gott und der Liebe dieses Ziel auch erreiche.

## **Das Wichtigste in meinem Leben ist der Friede im Herzen**

Hier nun kurz die Geschichte, wie ich diesen inneren Frieden in mir selbst gefunden habe:

*Es ist heute Freitag, der 27. Jänner 2012 um 18. 30 Uhr. Ich stehe gerade unter der Dusche und spüre plötzlich ein unbeschreibliches Gefühl des inneren Friedens. Dieses Gefühl lässt sich leider nicht in Worte fassen. Ich spüre und fühle, dass hier etwas Besonderes mit mir geschehen ist. Es ist auf einmal alles so klar, alles ergibt einen Sinn.*

*Der Verstand kann das nicht verarbeiten, auch kann ich es nicht wiedergeben, aber es ist die Inspiration zu diesem Buch. Es ist ein Gefühl, etwas, nach dem so viele Menschen suchen und es in ihrem Leben nie erfahren dürfen. Mir wurde die Gnade zuteil, das Geheimnis meines Lebens nicht nur zu entdecken, sondern auch erleben zu dürfen. Es heißt:*

## **DANKE lieber Gott für ALLES!!!**

Keine Erleuchtung, keine Erscheinung, keine Gespräche mit Gott wie dies anderen Autoren, geschehen ist, keine Heiligen oder besonderen Orte, sondern zu Hause unter der Dusche, völlig unspektakulär, wurde mir das Geheimnis meines Lebens offenbart.

Immer wenn ich mich an diese Situation erinnere, wird mir ganz warm ums Herz.

## 1. Warum soll ich für Alles dankbar sein?

**Wenn wir das „Gute“ in diesem Leben nehmen, müssen wir auch das „weniger Gute“ annehmen.**

Da ich an der Situation, wie sie ist, sowieso nichts ändern kann – es ist eben, wie es ist – kann ich daher auch gleich für diese Herausforderung dankbar sein. Oftmals bezeichnen wir etwas als böse oder schlecht, was wir dann Jahre später völlig anders sehen.

Es liegt immer nur an meiner Einstellung, wie ich auf eine Situation reagiere. Das Geschehene selbst kann ich ja unmöglich rückgängig machen. Ich kann mich ärgern, wütend oder zornig werden, kann mir Sorgen machen oder voller Angst und Zweifel sein, kann mich selbst bemitleiden oder alle Anderen dafür verantwortlich machen, aber deswegen ändert sich nichts. Im Gegenteil, meistens wird es dadurch nur noch schlimmer und wir fühlen uns von Gott und der Welt verlassen.

Das muss nicht sein, wir können auch sagen: **„Danke lieber Gott für Alles“ !!!**

Hier komme ich schon wieder auf den Satz zurück, welcher Jesus uns gelehrt hat:

**„Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst.“**

Liebe Leserin und lieber Leser, ihr werdet diesen Satz noch sehr oft lesen, denn er bedeutet für mich, dass ich Gott und dem Leben vertrauen darf. Es liegt doch nur an meiner **Einstellung**, warum soll ich mich denn von Gott verlassen fühlen und im Leben keinen Sinn mehr sehen?

Wenn ich Gott und dem Leben vertrauen kann, dann entscheide ich mich doch lieber fürs Vertrauen, die Hoffnung und die Zuversicht.

Jetzt, wo ich gerade dieses Buch schreibe, kann ich Euch sagen:

**Ich brauche nicht mehr an Gott zu glauben,  
denn ich weiß, dass es ihn gibt,  
und ich vertraue Gott und dem Leben.**

Schon der Volksmund sagt: *„Glauben heißt, nichts zu wissen.“* Ich weiß, dass es Gott gibt. Ich durfte es spüren und fühlen in meinem Herzen, meiner Seele und meinem ganzen **SEIN**. Mir wurde vieles im Leben bewusst. Oftmals handle ich ganz anders, als mein Herz es will. Auch dafür kann ich dankbar sein, denn vielen Menschen ist dies leider nicht bewusst.

Manchmal, wenn ich über einen Menschen negativ denke, über ihn urteile, über ihn lächle oder sogar schlecht über eine Person spreche, geht es mir meistens nachher selbst sehr schlecht.

Ich kann meine Verhaltensweise dann einfach nicht mit meinem Gewissen vereinbaren.  
Viel zu oft habe ich schon etwas gesagt oder getan, was ich nachher bereut habe.

**Wer glaube ich denn zu sein???**

**Gott lässt die Sonne über Gut und Böse  
gleichermaßen scheinen, er macht da  
keinen Unterschied.**



Was tue ich als Helmut Mühlbacher??

- ❖ Ich urteile nicht nur über andere Menschen, sondern habe sogar noch Vorurteile über Menschen, die ich noch nie gesehen habe.
- ❖ Ich maße mir an, über Menschen zu sprechen, die ich gar nicht richtig kenne.
- ❖ Ich plappere einfach etwas nach, was ich irgendwo von jemand gehört habe, ohne mit dieser betroffenen Person vorher gesprochen zu haben.

**Das ist keine bedingungslose Liebe.**

Hier stelle ich mich mit meinem Ego eindeutig über Gott, das kann nicht gut für mein Wohlbefinden sein. Ich darf noch sehr viel lernen, darum lese ich selbst auch, jetzt noch oft in diesem Buch.

Hier folgt eine sehr nachdenkliche, wunderbare Geschichte eines unbekannten Autors mit Gedanken meines Freundes Werner Forneberg aus Bremen, von dem ich ca. 500 Geschichten mit sehr tiefem Sinn über unser Leben und Gott bekommen habe.

Für mich sind diese Geschichten von Werner so etwas wie moderne Gleichnisse, mit denen schon Jesus das Wort Gottes den Menschen verständlich machte.

### **"Die üble Nachrede"**

*Ein Nachbar hatte über Künzelmann schlecht geredet und die Gerüchte waren bis zu Künzelmann gekommen.*

*Künzelmann stellte den Nachbarn zur Rede. "Ich werde es bestimmt nicht wieder tun", versprach der Nachbar. "Ich nehme alles zurück, was ich über Sie erzählt habe".*

*Künzelmann sah den Anderen ernst an. "Ich habe keinen Grund, Ihnen nicht zu verzeihen" erwiderte er. "Jedoch verlangt jede böse Tat ihre Sühne."*

*"Ich bin gerne zu allem bereit." sagte der Nachbar zerknirscht. Künzelmann erhob sich, ging ins sein Schlafzimmer und kam mit einem großen Kopfkissen zurück.*

*"Tragen Sie dieses Kissen in Ihr Haus, das hundert Schritte von meinem entfernt steht." sagte er. "Dann schneiden Sie ein großes Loch in das Kissen und kommen wieder zurück, indem Sie unterwegs immer Federn nach rechts und Federn nach links werfen. Dies ist der Sühne erster Teil."*

*Der Nachbar tat, wie ihm geheißen. Als er wieder vor Künzelmann stand und ihm die leere Kissenhülle überreichte, fragte er: "Und der zweite Teil meiner Buße?"*

*"Gehen sie jetzt wieder den Weg zu Ihrem Haus zurück und sammeln Sie alle Federn wieder ein." Der Nachbar stammelte verwirrt: "Ich kann doch unmöglich all die Federn wieder einsammeln! Ich streute sie wahllos aus, warf eine hierhin und eine dorthin. Inzwischen hat der Wind sie in alle Himmelsrichtungen getragen. Wie könnte ich sie alle wieder einfangen?"*

*Künzelmann nickte ernst: "Das wollte ich hören! Genau so ist es mit der üblen Nachrede und den Verleumdungen. Einmal ausgestreut, laufen sie durch alle Winde, wir wissen nicht wohin. Wie kann man sie also einfach wieder zurücknehmen?"*

*(Autor unbekannt – gelesen im Blog das Eselskind von meinem Freund Werner aus Bremen)*

Ihr Lieben, häufig begegne ich in meinem Alltag Menschen, Unbekannten, aber auch Freunden, Bekannten und Verwandten, die zu mir sagen: *Hast Du schon gehört?* Und dann wollen sie mir irgendetwas erzählen über jemand anderen und meist handelt es sich dabei um etwas Negatives.

Wenn ich dann nachhake, stelle ich oft fest, dass diese Menschen das, was sie mir weitererzählen, auch wiederum nur von anderen Menschen gehört haben.

Wir sollten uns im Alltag vornehmen, die Kette der üblen Nachrede zu zerbrechen. Das geht ganz einfach:

**Wir müssen uns nur weigern, Schlechtes über andere Menschen weiterzuerzählen.**

Aber da wir Menschen nun einmal im Gespräch mit anderen Menschen gerne über andere Menschen reden, fällt uns das sehr schwer.

Eine alte weise Frau hat mir vor vielen Jahren einen klugen Rat gegeben.

Sie sagte zu mir: „**Wenn Du eine schlechte Angewohnheit los werden willst, musst Du sie durch eine gute Gewohnheit ersetzen**“.

Dieser Rat hat mir sehr geholfen. Auch ich unterhalte mich häufig mit anderen Menschen über nicht anwesende Menschen, aber ich habe mir angewöhnt, dann nur positiv über die nicht anwesenden Menschen zu sprechen.

So ist es mir gelungen, die Kette der Verleumdung zu zerbrechen.

Dies sind also die Gedanken meines Freundes Werner Forneberg, welcher ein sehr großes Vorbild in Sachen bedingungslose Liebe für mich ist.

## **Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst**

Ein wunderschöner Satz. Leider scheitere ich selbst oft an der Umsetzung. Wir müssen diese Liebe auch tatsächlich leben, um den Frieden in unserem Herzen zu finden. Die nächste Frage, welche sich mir stellt, lautet:

### **Liebe ich mich selbst???**

Nur dann, wenn ich mich selbst im Herzen liebe, kann ich auch Andere lieben. Bei dieser Liebe geht es nicht um eine Selbstverliebtheit oder eine oberflächliche Liebe, sondern um eine tiefe, innerliche Liebe aus dem Herzen.

Der Sinn meines Lebens ist es, dass ich die bedingungslose Liebe zu allen Menschen, aber auch zu allen anderen Lebewesen hier auf Erden bringe und diese so oft wie möglich auch tatsächlich praktiziere. Bedingungslose Liebe bedeutet für mich:

Die Menschen und Situationen so anzunehmen wie sind, ohne zu werten, ohne urteilen, ohne zu verurteilen und vor allem ohne zu vergleichen.

Dieses Buch informiert dich darüber, wie ich diese Liebe versuche zu leben, manchmal gelingt es mir, dann halt wieder nicht. Bei dir wird das genauso sein. Wenn es mir gelingt, dann gibt dies meinem Leben einen tiefen Sinn.

Dazu ein Spruch von mir:

**Ich weiß, dass ich nichts weiß und bin  
keinesfalls perfekt, doch genau dafür  
liebe ich mich.**

(Helmut Mühlbacher)



- ☀ Ich liebe mich und dadurch das Göttliche in mir, welches durch Gott geschaffen wurde.
- ☀ Ich liebe das Leben und den jetzigen Augenblick.
- ☀ Ich liebe jene Menschen, welche Spuren in meinem Herzen hinterlassen haben.
- ☀ Ich liebe auch die anderen Menschen, Tiere und Lebewesen auf dieser Erde .
- ☀ Ich liebe die Natur, die Landschaft und alles, was mich umgibt.
- ☀ Ich liebe vor allem die Schönheit, die Harmonie, die Freude und viele andere positive Gefühle und Empfindungen.
- ☀ Ich liebe besonders meine positiven Gedanken, denn dadurch gestalte ich mein Leben.
- ☀ ICH liebe GOTT und seine Schöpfung.

**So, wie wir eben sind, passen wir genau in den Plan des Lebens, denn sonst wären wir ja anders.**

**Oder zweifelst Du an Gottes Plan?**

(Helmut Mühlbacher)



(alle Zeichnungen von Karin Mühlbacher)

Im Jahr 2011 habe ich auf meiner Homepage [www.herzundliebe.com](http://www.herzundliebe.com) eine 10-teilige Serie über meine Gedanken zur bedingungslosen Liebe veröffentlicht. Viele Menschen haben mir geschrieben, wie sehr ihnen diese Worte geholfen haben.

Vielleicht können sie auch Dir in schwierigen Zeiten und Augenblicken wieder Mut, Hoffnung und Zuversicht schenken oder einfach deine Lebensfreude erhöhen.

Dieses Buch handelt zwar von der Dankbarkeit, doch ohne bedingungslose Liebe kann es keine echte Dankbarkeit geben.

Viele verstehen etwas anderes unter dieser bedingungslosen Liebe. Ich bin gerne bereit, meine Sicht, dieser Liebe mit dir zu teilen. Vergiss aber niemals, dies ist nur die Meinung des Autors, für dich kann es ganz anders sein.

**Die Welt ist für dich so, wie du sie siehst, nicht wie der Autor sie sieht !!!!**

Ich teile nur meine Welt mit dir, denn ich bin sehr glücklich und zufrieden damit.

Nun was ist die Liebe in meinen Augen, welche Liebe gibt es, was macht die Liebe, kann man die Liebe überhaupt erklären??? Viele Fragen also.

## **Warum schreibe ich über die Liebe???**

Meiner Meinung nach wurde schon seit Tausenden von Jahren sehr viel über die Liebe geschrieben und gesagt, doch niemand konnte bis jetzt erklären, was Liebe überhaupt ist. Auch ich kann keine Erklärung liefern und ich kenne auch nicht die Wahrheit über die Liebe.

Da ich hier meine eigene Meinung und Gedanken niederschreibe, habe ich mir natürlich auch mein persönliches Bild von der Liebe gemacht.

Für mich ist die Liebe im Herzen etwas ganz Besonderes. Ich kann diese Liebe der Sonne im Herzen nicht erklären, sondern nur spüren und fühlen. Das Einzige, was ich täglich erleben darf, ist ihre Auswirkung.

*Es ist so wie beim elektrischen Strom: Wir können ihn nicht sehen, aber seine Eigenschaften nutzen wir alle täglich, auch wissen wir, wie er erzeugt wird und einige von uns haben ihn auch schon zu spüren bekommen.*

## **Bei der Liebe ist es nicht anders:**



Wir können Liebe nicht sehen.



Wir dürfen Liebe aber fühlen und spüren.



Wir erleben Liebe täglich und dazu ihre Auswirkung positiv und negativ.



Wir kennen die Eigenschaften der Liebe.



Wir wissen einiges darüber, wie Liebe entsteht.



Den ganzen Umfang der Liebe können wir jedoch niemals ganz erfassen.

Ein symbolisches Bild für meine Sicht der Liebe ist die Sonne im Herzen. Natürlich gibt es auch ab und zu noch Schatten, die diese Sonne verdecken, doch im Bewusstsein dieser Liebe im Herzen setzt sich die Sonne immer mehr durch. Sie verbreitet viel Licht in meinem Inneren und ihre Wärme schenkt mir Geborgenheit.

Ihr Lieben, das war nicht immer so und deshalb habe ich mir in einer sehr schwierigen Phase meines Lebens geschworen:

**Ich will niemals mehr von der Liebe eines anderen Menschen abhängig sein, sondern finde diese Liebe in mir selbst.**

(Helmut Mühlbacher)

Mit diesem Gedanken ist es mir gelungen, soviel Selbstliebe und Eigenliebe in mir zu erzeugen, um tatsächlich bedingungslos lieben zu können. Ich habe mich entwickeln und die Liebe in mir erkennen dürfen.

**Wir alle tragen diese Liebe in uns**, doch gelingt es sehr wenigen Menschen, diese Liebe auch zu entdecken, sie dankbar anzunehmen und in sich selbst zu spüren. Ich habe diese Gnade bekommen und bin sehr dankbar dafür.

Deshalb schreibe ich auch diese Serie von Herz und Liebe, um vielleicht die eine Leserin oder den anderen Leser zu inspirieren, ihre eigene Sonne im Herzen zu entdecken und diese Liebe in vollem Bewusstsein auch zu leben.



Umso mehr ich mich mit mir selbst beschäftige, erkenne ich, dass ich zwar viel Wissen habe, Allgemeinwissen, Fachwissen, Detailwissen, Spezialwissen, doch was weiß ich wirklich??

**Kommt es nicht viel mehr auf unser inneres Wissen an?**



Muss ich immer perfekt sein??

Ist das wichtig oder ist es nicht sinnvoller, einfach sein Bestes in jedem Augenblick zu geben und sich einzugestehen, dass man es halt nicht besser kann.  
Ich verblüffe in meiner Firma immer wieder die Menschen, weil ich so offen zu meinen Schwächen stehe.

**Seine Schwächen einzugestehen, sie zu akzeptieren und ein wenig darüber zu lächeln, das ist für mich der Schlüssel zu mehr Zufriedenheit und Glück**

(Helmut Mühlbacher)

Ich muss nicht immer den Erwartungen Anderer gerecht werden. Aus eigener Erfahrung weiß ich: Sobald man die Erwartung der Anderen erfüllt hat, werden diese automatisch höher geschraubt oder man wird einfach nicht mehr gebraucht.

**Anerkennung und Wertschätzung** als Mensch ist in unserer Leistungsgesellschaft ein Fremdwort für viele.

Da ich über meine Schwächen bestens informiert bin, was meistens durch Andere geschieht, so habe ich beschlossen, mich dafür einfach zu lieben. Natürlich kenne ich auch meine positiven Eigenschaften und bin sehr dankbar für diese.

Die Kunst, ein glückliches und zufriedenes Leben voller Lebensfreude zu führen, besteht bei mir genau darin, **mich selbst genauso anzunehmen, wie ich eben bin**. Das hat auch mit Vertrauen zu Gott und dem LEBEN zu tun.

Das war nicht immer so bei mir.



Wie oft habe ich versucht, meine Schwächen in Stärken umzuwandeln, doch jedes Scheitern war wiederum frustrierend.



Wie sehr wollte ich die Eigenschaften meiner Vorbilder haben und wie oft habe ich etwas schöneredet.



Wie oft habe ich versucht, durch mein Äußeres (Kleidung, Statussymbole, Besitz und Reichtum, aber auch Wissen) Anerkennung und Bewunderung zu finden.



Wie oft habe ich durch besonderen Einsatz und harte Arbeit versucht, Anderen und mir selbst etwas zu beweisen. **Die Erfolge haben mich bestätigt, doch glücklich wurde ich damit nicht.**

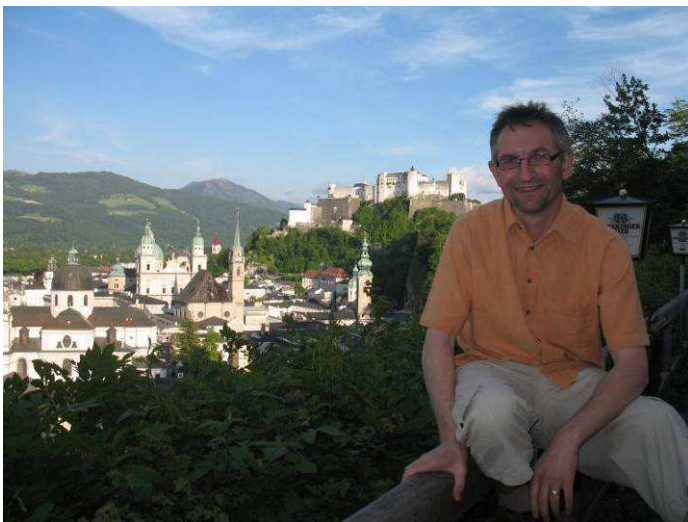
**Die Erfolge haben mich bestätigt,  
doch glücklich wurde ich damit nicht.**

(Helmut Mühlbacher)

Heute ist das ganz anders:.

**Wenn man einmal die bedingungslose Liebe zu sich selbst gefunden hat, ist man von nichts anderem mehr abhängig und führt sein Leben in vollkommener innerer Freiheit.**

Bis ich so weit war, haben mich viele Erfahrungen des Lebens geprägt, habe ich über 150 Bücher zu diesem Thema gelesen und an einem sehr wertvollen [Selbstliebekurs meines Freundes Jürgen Tesch](#) teilgenommen.



(©Bild von meinem Freund Jürgen Tesch [www.leben-lieben-lernen.de](http://www.leben-lieben-lernen.de))

Ich wünsche Euch allen nur, dass dies bei euch schneller geht als bei mir,  
**denn an der Selbstliebe führt kein Weg vorbei.**

## Die bedingungslose Liebe zu anderen Menschen

Für mich heißt bedingungslose Liebe, den Menschen meine Liebe, meine Wertschätzung, meine Achtsamkeit, meine Zeit und meine Lebensfreude zu schenken, ohne etwas dafür zu erwarten. Die Menschen so anzunehmen wie sie sind.

**Es ist ein gutes Gefühl, seine besten Eigenschaften mit jemand anderem teilen zu können.**

Bedingungslose Liebe ist für mich viel mehr als die Liebe zwischen zwei Menschen. Alles zu geben, ohne Erwartungen zu haben, ist aber auch für mich nicht immer möglich. Hierzu ein Zitat von mir:

**Man kann leicht über bedingungslose Liebe schreiben und reden, es ist aber etwas anderes, diese auch zu leben.**

(Helmut Mühlbacher)

Nun, wo habe ich mit der bedingungslosen Liebe zu anderen Menschen schon Erfahrungen gemacht und wie hat diese für mich ausgesehen?



Bedingungslose Liebe in der Partnerschaft



Bedingungslose Liebe in der Familie



Bedingungslose Liebe zu den Eltern und in der Verwandtschaft



Bedingungslose Liebe bei Freunden



Bedingungslose Liebe im Beruf zu den Kollegen, Kunden, Mitarbeitern, Chefs



Bedingungslose Liebe in der Gesellschaft, Freizeit, Hobby usw.

## Bedingungslose Liebe in der Partnerschaft



Entweder ich liebe meine Partnerin bedingungslos und aus vollem Herzen, dann darf sie so sein, wie sie ist. Mit all ihren Stärken und Schwächen.

Sie darf tun und lassen, was sie will, und nicht nur das, was mir und meinem Ego gefällt.

**Ich darf niemals meine eigene Liebe von der des Partners oder irgendeines anderen Menschen abhängig machen.**

(©Bild von unserem Freund Jürgen Wunderlich [www.jw-fotodesign.de](http://www.jw-fotodesign.de))



Natürlich gelingt mir das auch nicht immer, jedoch ist es mir sehr wohl bewusst.  
Dies hat den folgenden Vorteil: Immer dann, wenn mir am Partner etwas nicht passt, frage ich mich nachher:

Welches Recht habe ich überhaupt, dass ich von meinem Partner dies oder das erwarte oder ihn wegen einer Sache kritisiere?

**Besser wäre es, sich dies natürlich bereits vorher zu fragen.**

Wir alle sind Menschen und haben sehr viele alte Muster und Gewohnheiten gespeichert, darum kommt bei mir diese Erkenntnis manchmal eben erst später.

Wenn wir die bedingungslose Liebe tatsächlich leben, dann gibt es keine



Eifersucht und Neid



keinen Haß,



keinen Ärger,



keinen Streit,



keine Erwartungen



und vor allem keine Angst.

**Also ein Leben wie im Paradies, wir brauchen uns nur dafür zu entscheiden.**

Hört sich leicht an, ist es aber nicht.

Seien wir aber doch einmal ehrlich, unseren Partner oder auch jeden anderen Menschen können wir nicht ändern, auch wenn wir das noch so sehr wollen. Wenn der Andere dies nicht will, nützt all unser Tun nichts.

Was tun wir??

- Wir sind beleidigt, enttäuscht, eifersüchtig, ärgerlich, traurig, vielleicht sogar verzweifelt.
- Wir ziehen uns zurück in unser Schneckenhaus und bemitleiden uns selbst.
- Wir sind unglücklich und suchen uns eine Ersatzbefriedigung woanders usw.
- Manche schreien ihren Kummer und Ärger heraus, sind jähzornig oder schrecken sogar vor Gewalttaten und körperlichen Misshandlungen nicht zurück.

Was können wir TUN???

- Ganz einfach:  
**Bedingungslos lieben** – das ist die einzige Möglichkeit, um dauerhaft glücklich zu sein bzw. zu werden.
- Den Augenblick genießen – seien wir uns jedes schönen Augenblicks und Moments bewusst, denn dieser kehrt garantiert nicht wieder. Wenn es auch derselbe Mensch ist, aber es sind eine andere Zeit und eine andere Situation.

***Umso öfter es uns gelingt, die bedingungslose Liebe auch zu leben,  
umso schöner, glücklicher und zufriedener wird unser Leben sein.***  
(Helmut Mühlbacher)

Ich habe die Gnade, mir sehr oft dieser bedingungslosen Liebe bewusst zu sein und darf sehr viele glückliche Tage voller Lebensfreude erleben.

**Voraussetzung, um andere Menschen bedingungslos lieben zu können, ist allerdings genügend Selbstliebe.**

Ich bin der Meinung, diese Liebe zu sich selbst kann man nicht lernen, weder durch das Lesen von Büchern, den Besuch von Seminaren noch durch Gespräche mit anderen Menschen.

Aber wir können etwas anderes. Jeder von uns kann die Liebe in sich selbst entdecken und es gibt viele wunderbare Menschen, die uns helfen, diesen Schatz in uns selbst zu finden.

*Einfach zum Nachdenken, die Geschichte eines unbekannten Autors.*

*Mein Freund öffnete eine Schublade der Kommode seiner Frau und holte daraus ein kleines Paket hervor, welches in Seide eingewickelt war:*

*„Dies ist nicht einfach ein Paket, darin ist feine Wäsche.“ Er betrachtete die Seide und die Spitze. „Dies habe ich ihr vor 8 oder 9 Jahren in New York gekauft, aber sie hat es nie getragen. Sie wollte es aufbewahren, für eine besondere Gelegenheit.*

*Nun ja, ich glaube, jetzt ist der Moment gekommen.“ Er ging zum Bett und legte das Päckchen zu den anderen Sachen, die der Bestatter mitnehmen würde.*

*Seine Frau war gestorben.*

*Er drehte sich zu mir und sagte:*

*„Hebe niemals etwas für einen besonderen Anlass auf.*

***Jeder Tag, den Du erlebst, ist besonders!“***

*Ich denke immer an seine Worte, sie haben mein Leben verändert.*

- *Heute lese ich viel mehr als früher und putze weniger.*
- *Ich setze mich auf meine Terrasse und genieße den Blick in die Natur, ohne mich am Unkraut im Garten zu stören.*
- *Ich verbringe mehr Zeit mit meiner Familie und meinen Freunden und arbeite weniger.*
- *Ich habe begriffen, dass das Leben aus einer Sammlung an Erfahrungen besteht, die man zu schätzen wissen sollte.*
- *Außerdem schone ich nichts. Ich nehme die guten Kristallgläser jeden Tag und ziehe meine neue Jacke zum Einkaufen im Supermarkt an, wenn mir danach ist. Ich hebe mein bestes Parfum nicht mehr für Festtage auf, sondern trage es, wenn ich Lust habe.*

Sätze wie „irgendwann“ und „eines Tages“ werden aus meinem Vokabular verbannt.

Wann immer es sich lohnt, will ich, was mir in den Sinn kommt, gleich sehen, hören und machen.

Ich weiß nicht, was die Frau meines Freundes getan hätte, hätte sie gewusst, dass sie morgen nicht mehr da ist (ein Morgen, das uns viel zu sehr egal ist).

Ich denke, vielleicht hätte sie sich bei alten Freunden für einen Streit entschuldigt, der lange her war.

Ich stelle mir gern vor, dass sie noch essen gegangen wäre (in ihr Lieblings-Restaurant).

**Es sind die ganz kleinen, nie getanen Dinge, die mich ärgern würden, wenn ich wüsste, dass meine Stunden gezählt sind.**

Ich wäre traurig, gute Freunde nicht mehr getroffen zu haben, mit denen ich schon so lange Kontakt aufnehmen wollte (...irgendwann, eben).

Traurig, dass ich die Briefe nicht mehr geschrieben habe, die ich schreiben wollte (...irgendwann, eben).

Traurig, dass ich meinen Lieben nicht oft genug gesagt habe, dass ich sie liebe.

Inzwischen verschiebe ich nichts mehr, bewahre nichts für eine besondere Gelegenheit auf, was ein Lächeln in unser Leben bringen könnte.

Ich sage mir, dass jeder Tag ein besonderer Tag ist.

**Jeder Tag, jede Stunde, jede Minute ist besonders...**

Ihr Lieben, dieser kleinen Geschichte ist eigentlich nicht viel hinzuzufügen, sie spricht für sich selbst.

Lasst uns begreifen:

**Es ist JETZT die Zeit zu leben,  
es ist JETZT die Zeit zu lieben,  
es ist JETZT die Zeit zu genießen,  
es ist JETZT die Zeit, sich zu freuen,  
es ist JETZT die Zeit, glücklich zu sein!**

Ich danke meinem Freund Werner aus Bremen für diese schöne Geschichte.

Immer wieder denke ich daran, wie schnell die schönen Augenblicke vorbei sein können und deshalb bin ich immer bemüht, meine Partnerin bedingungslos zu lieben und so viel Zeit wie nur möglich gemeinsam mit ihr zu verbringen.

Ehrlich, wenn wir dies begriffen haben, kann es nichts Schöneres geben.

## **Bedingungslose Liebe in unserer Familie und zu den Kindern**

Zuerst möchte ich betonen, dass ich nicht weiß, ob ich ein guter Vater bin und alles richtig gemacht habe. Alles kann man nie richtig machen. Ob ich ein guter Vater und Familienmensch bin, lasse ich auch gerne Andere beurteilen.

Eines weiß ich aber ganz genau:

Unsere Kinder, 15 und 17 Jahre alt, haben beide unglaublich viel **Lebensfreude**, sind sehr selbstständig, haben ihren eigenen Willen und setzen diesen auch durch. Sie sagen mir auch heute noch ab und zu, dass sie glücklich sind, ein schönes Leben haben und dass es ihnen gut geht.

Dies ist immer schön zu hören, aber ich kann beim besten Willen keinesfalls sagen, wie sie sich weiterentwickeln. Als Eltern können wir ihnen nur das **BESTE** wünschen und sie begleiten, wenn sie unsere Hilfe benötigen.

Als Familienmensch und Vater habe ich es im Leben immer leichter, wenn ich die bedingungslose LIEBE lebe.

Genauso, wie überall anders, gelingt mir auch diese hier nicht ständig. Ich habe dennoch das große Glück, mir jeden Tag dieser bedingungslosen Liebe bewusst zu sein, auch wenn ich darauf einmal vergessen sollte und ärgerlich bin.

Wie in jeder anderen Familie gibt es auch bei uns Meinungsverschiedenheiten. Jeder hat seine eigene Wahrheit und es ist halt schwierig, dies immer so zu akzeptieren.

***Auch gehört für mich zur bedingungslosen Liebe,  
dass man den Kindern ihre Freiheit und ihren eigenen Willen lässt.***  
(Helmut Mühlbacher)

Schwierig wird es nur dann, wenn diese Freiheit ausgenutzt und das große Vertrauen, welches ich ihnen entgegenbringe, ab und zu missbraucht wird. Da kann auch ich einmal wütend werden und richtig schimpfen.

Oft erinnere ich mich nachher dann wieder an diese bedingungslose Liebe, weil alles andere in Wirklichkeit gar nichts bringt.

Heute, wo ich diese Zeilen schreibe, bin ich glücklich, dass unsere Tochter bereits einen fixen Freund hat, welcher sehr nett ist, und beide sind total verliebt. Das erinnert mich sehr an das Kennenlernen und die Liebe zu meiner Frau.

Dank der bedingungslosen Liebe hat diese Liebe immer Bestand, auch wenn es einmal nicht so gut läuft.

Vielleicht ist es uns gelungen, diese Art der Liebe auch an unsere Kinder zu vermitteln.

Wie lebe ich als Vater und Familienmensch nun diese bedingungslose Liebe?



Ich akzeptiere den freien Willen meiner Kinder und lasse ihnen so viel Freiheit wie möglich und vertretbar. Hier sind meine Frau und ich sehr tolerant. Ob dies richtig oder falsch ist, kann ich nicht sagen, aber im Herzen fühle ich mich wohl dabei.



Es gibt bei unseren Kindern keinen Leistungsdruck, weder in der Schule noch in ihrer Freizeit.

Unser Sohn spielt bereits 4 Jahre in der Musikkapelle mit seinen 15 Jahren, er hat das Bronzene Leistungsabzeichen geschafft und ist auch noch bei der Feuerwehr. Wenn er aufhören möchte und andere Wünsche hat, ist dies auch völlig in Ordnung.



Ich versuche, bei Herausforderungen und Problemen mit ihnen zu reden wie mit Freunden und niemals von oben herab. Ich habe hier ein Beispiel einer besonderen Begegnung mit unserer Tochter, die mir für immer in Erinnerung bleiben wird.

### **“Die besondere Begegnung” - eine wahre Geschichte**

*Unsere Tochter Maria (14) hatte in Geschichte eine 5 geschrieben und in Englisch musste sie nachsitzen, da die Hausaufgabe fehlte. Der Grund dafür war, sie hat einfach nichts gelernt und verbrachte die Zeit lieber bei Ihren Pferden und den Freunden in Facebook, anstatt sich um die Schule zu kümmern.*

*Da auch ich nur ein Mensch bin und für unsere Kinder nur das Beste will, wie viele andere Eltern, habe ich darauf natürlich reagiert. Nachdem die Diskussionen (gutes Zureden) nichts brachten, wurde schließlich der Internetzugang gesperrt und sie durfte auch nicht mit uns und den Freunden ausgehen, sondern musste alleine zu Hause bleiben.*

*Mir fiel jedoch auf, dass unserer Tochter dies völlig egal war, dann hat sie halt ein Buch genommen, gelesen und war genau so fröhlich wie vorher. Da Sanktionen offenbar nichts bringen, versuchte ich es anders und plötzlich begriff ich Folgendes:*

***Nicht Maria muss für das Leben noch etwas lernen, sondern ich kann von ihr noch sehr viel dazulernen, was das LEBEN betrifft.***

*Den nächsten Tag gingen wir beide gemeinsam in eine Pizzeria essen und ich habe Maria nicht wie der Vater seine Tochter, sondern wie eine sehr wertvolle gute Freundin behandelt.*

*Auf meine Frage, warum sie nichts lernt und kein Interesse an der Schule hat, wo doch dieses Zeugnis entscheidend für ihre Zukunft und ihren Traum als Pferdefachwirtin ist, bekam ich folgende Antwort.*

***“Ich lebe im Hier und Jetzt, die Schule macht mir momentan keine Freude, ich bin viel lieber bei den Pferden und außerdem, in der Fachschule für Pferdefachwirte werde ich sowieso aufgenommen. Ich kann reiten, ich liebe Pferde, mag alles darüber lernen, habe schon eine Visionstafel für das Gespräch mit der Direktorin gemacht und mich auf das Gespräch mit ihr vorbereitet.***

*Darum bin ich jetzt viel lieber bei meinen beiden Islandpferden und habe Freude im Leben. Warum soll ich mir für die Zukunft Gedanken machen, wenn ich sowieso nicht weiß, was diese bringen wird. Wenn ich nicht genommen werde, suche ich mir halt einen Partner, der einen Reiterhof besitzt, oder ich bekomme den Reiterhof auf anderem Wege. Meinen Traum erfülle ich mir auf jeden Fall und außerdem werde ich sowieso selbstständig.*

*Meine zweite Frage, wie sie sich selbst sieht, hat Maria so erklärt:*

*Ich liebe das Leben, mag mich selber, bin zufrieden mit mir, freue mich jeden Tag, habe das Gefühl, ein guter, sozialer, kontaktfreudiger Mensch zu sein, und dazu bin ich noch sehr tierlieb.*

*Daraufhin folgten mindestens 10 positive Eigenschaften, die sie mir auf Anhieb sagen konnte.*

*Dafür fiel ihr keine einzige Schwäche oder negative Eigenschaft ein oder sie war sich zumindest keiner bewusst.*

*Die Antwort von ihr:* *Mit so etwas beschäftigte ich mich nicht, außerdem interessiert mich die Vergangenheit auch nicht, denn die kann man sowieso nicht mehr ändern. Warum soll ich über etwas nachdenken, das mir keine Freude macht. Da genieße ich doch viel lieber all die schönen Augenblicke und die gute Pizza.*

*Meine dritte und letzte Frage lautete: Maria, gibt es Momente, wo Du nicht glücklich oder nicht zufrieden mit Dir bist?*

*Jetzt die verblüffende Antwort:* *Nein, warum, mir geht es immer gut, ich habe viel Spaß hier im Leben, ich weiß, was ich will und wie ich es auch bekomme. Sollte mich einmal irgendetwas nerven oder Du lästig sein, dann gehe ich einfach zu meinen Pferden und schon geht es mir wieder super.*

*Solange ich meine Pferde habe, bin ich wunschlos glücklich, falls aber eines stirbt, wie unser Pony Lilly, bin ich zwar traurig, doch dann gibt es sicher wieder etwas anderes, vielleicht sogar noch etwas viel Schöneres.*

*Jetzt erklärst du mir, wieso ich nun lernen soll, wenn sich doch mein Traum schon lange erfüllt hat. Da ist es doch viel sinnvoller, die Zeit mit dem zu verbringen, was ich von Herzen liebe und tun will. Noch dazu, wo ich mir sicher bin, in die Fachschule aufgenommen zu werden, da ich ganz fest daran glaube.*

Liebe Leserinnen und Leser, nach diesem Gespräch sehe ich meine Rolle als Vater ganz anders und ich bin froh, dass es mir nicht gelungen ist, Maria nach unserem besten Wissen und Gewissen zu erziehen.

Sie ist voll und ganz mit sich zufrieden und hat ihren eigenen Willen behalten. **Sie lebt ihr eigenes Leben**, nicht das der Eltern, Lehrer, Freunde oder anderer Dinge (Fernseher usw.), welche auf die Erziehung der Kinder großen Einfluss haben.

Maria lebt in ihrer eigenen Welt und will mit dem Erfolgsdruck da draußen nichts zu tun haben. Sie ist zufrieden und glücklich mit sich selbst, deshalb braucht sie auch nichts zu tun, um von Anderen Anerkennung und Beachtung zu bekommen.

Dazu hat sie ein unglaublich gutes Herz und eine große Hilfsbereitschaft. Auch ihre Tierliebe ist bewundernswert.



Sie sagt auch sehr oft und ganz offen (vielleicht manchmal zu direkt) ihre Meinung und steht dazu. Wenn jemand Kritik an ihr übt oder sie beschimpft, dann hat sie eine Gleichgültigkeit, die den Angreifer zur Verzweiflung bringen kann.

Maria ist aber auch bereit, sehr viel Verantwortung zu übernehmen. So kümmert sie sich alleine um die Pferde und um alles, was damit zu tun hat. Auch auf die Mithilfe beim Kühe melken im Melkstand können wir uns voll und ganz verlassen. Sie sieht sofort, wenn es einem Tier nicht so gut geht, und sagt uns dann Bescheid.

Dazu kommt noch, dass sie in der Schule zwar nichts lernt und dennoch meistens gute Noten hat. Falls sich ein Sinn in einer Tätigkeit erkennen lässt und sie ihr Freude macht, ist sie sehr gewissenhaft und erledigt alles zur vollsten Zufriedenheit.

Zum Abschluss möchte ich mich bei unserer Tochter Maria noch herzlich für die Lehrstunde **"Wie lebe und liebe ich mein Leben"** bedanken. Ich kann aus diesen Antworten noch so viel lernen, denn es ist doch eine Tatsache, dass wir Erwachsenen uns immer wieder wünschen, im Hier und Jetzt zu leben, ohne sich Gedanken über Schuld sowie Fehler der Vergangenheit zu machen oder sich um die Zukunft zu sorgen.

Wir wollen doch alle nichts lieber, als glücklich zu sein, den Frieden im Herzen finden und mit Freude dieses wunderbare Leben genießen.

**Wir haben jetzt nur dieses eine Leben, mit jeder Sekunde, die vergeht, verkürzt sich unser Dasein. Warum leben wir dann nicht voller Freude, ohne uns zu ärgern, uns Sorgen zu machen oder Zukunftsängste zu haben? Sehen wir doch all die schönen Dinge im Alltag und seien wir dankbar für jeden Augenblick, der uns geschenkt wird!**

## **DANKE LIEBER GOTT FÜR ALLES!!!**

Solltet ihr diese Geschichte gelesen haben, hier noch eine Anmerkung:

*Unsere Tochter wurde zu unserer großen Freude, ohne auch nur irgendeinen Eignungstest zu machen, in ihre Lieblingsschule, die Pferdefachschule, aufgenommen und hat sich hier hervorragend entwickelt.*

*Das alles nach 5 Genügend in ihrem Abschlusszeugnis der Hauptschule. Meine Frage lautet jetzt:*

***Warum sich Gedanken über Noten, Schule und Lehrer machen? Wenn wir nicht die wahren Fähigkeiten in uns entdecken, werden wir für immer unglücklich in unserem Berufsleben sein.***

**(Helmut Mühlbacher)**

Ich gebe meine Schwächen auch vor meinen Kindern zu und zeige ihnen, dass sie nicht perfekt sein müssen. Die größte Freude für sie ist es, wenn sie mich auf meine Fehler aufmerksam machen dürfen.

### **Immer dann, wenn ich nicht das lebe, was ich geschrieben habe, werde ich sofort von meinen Kindern darauf hingewiesen.**

Also muss ich besser aufpassen, was ich in Zukunft schreibe, oder besser, ich lebe genau das, was ich schreibe. Hört sich leicht an – ist aber manchmal sehr schwierig umzusetzen.

Wenn jetzt aber jemand glaubt, unsere Kinder würden nichts TUN, weil sie keinem Leistungsdruck ausgesetzt sind, der liegt falsch. Im Gegenteil: Es ist unglaublich, welche Verantwortung sie schon in so jungen Jahren übernehmen, ohne dass diese gefordert wird.



Maria 17 kümmert sich schon seit vielen Jahren ganz allein um die Islandpferde, meine Frau und ich können ihr da nicht einmal helfen. Ebenso kümmert sie sich auch noch liebevoll um die anderen Tiere und geht gemeinsam mit meiner Frau die Kühe melken. Dazu hat sie auch schon öfter für uns gekocht und bringt sehr viel Sonnenschein in unser Leben.

Besonders aber für ihre Mitmenschen übernimmt sie immer wieder auch einmal Verantwortung, egal ob in der Schule oder ihrer Freizeit.

Sie hat auch schon den Führerschein sowie ein Auto und arbeitet mittlerweile in ihrem Traumberuf als Bereiterin in einem großen Reitbetrieb in der Nähe der Stadt Salzburg.

Manuel ist der geborene Landwirt und Unternehmer, er ist schon im Alter von 8 Jahren mit den Traktoren gefahren und heute, mit 15, erledigt er alle Traktorarbeiten vollkommen alleine und selbstständig.



Auch mit den größten Maschinen fährt er mittlerweile auf der Wiese und am Privatgrund. Auch kümmert er sich um die Wartung und Pflege aller Maschinen. Zumindest gibt er mir immer Bescheid, was gerade zu TUN ist.

Manuel trifft sehr viele Entscheidungen schon selbst, ich passe nur mehr auf, ob sie sich auch umsetzen lassen, wenn ja, wird getan, was der Sohn sagt. Mittlerweile geht er in die Landwirtschaftsschule.

Ich wurde noch niemals richtig enttäuscht, auch wenn einige Dinge anfangs schiefgelaufen sind. **Nur durch diese Erfahrungen können die Kinder lernen, selbstständig zu werden.**

Sie wissen beide genau: Was sie sagen, wird gehört und wenn möglich auch umgesetzt. Sie dürfen sich beide so entwickeln, wie sie sein wollen, und sie nehmen sich auch das Recht heraus, mich sofort zu kritisieren, wenn ich in Gedanken woanders bin und nicht bei ihnen.

(Die Zeilen über unsere Kinder wurden gem. Absprache geschrieben und auch von ihnen für die Veröffentlichung genehmigt)

Deshalb kann ich nur sagen:

***Durch kein Buch, kein Seminar und keinen Lehrer dieser Welt  
durfte ich in meinem Leben so viel lernen,  
wie durch die täglichen Begegnungen mit unseren Kindern.  
(Helmut Mühlbacher)***

Die bedingungslose Liebe zu diesen wunderbaren Seelen ist das Mindeste, was ich ihnen schenken kann.

### **Bedingungslose Liebe zu den Eltern .**

Ich liebe meine Eltern bedingungslos, das heißt sie so anzunehmen wie sie sind und bin glücklich, diese Eltern zu haben. Warum?



Weil sie sich für mich entschieden haben und ich das Licht der Welt erblicken durfte, was heute nicht mehr so selbstverständlich ist.



Weil sie mich genährt und mit allem versorgt haben, was ich brauchte.



Weil sie sich um mich gekümmert haben, wenn ich krank war.



Weil sie mir Wärme, Liebe und Geborgenheit schenkten.



Weil sie mich durchs Leben begleitet haben.



Weil sie mich sehr viele Dinge gelehrt haben.



Weil sie mich unterstützt haben, wenn ich ihre Hilfe brauchte.



Weil sie mir meine Freiheit zu einem Teil gelassen haben.



Weil sie in vielen Dingen Verständnis für mich gehabt haben.



Weil sie meine Partnerin mögen und sie ihnen viel bedeutet.



Weil sie großartige Großeltern für unsere Kinder sind.



Weil sie uns auch heute noch immer bei der Arbeit auf dem Bauernhof helfen.



Weil ich erst durch ihre Arbeit und Mithilfe die Möglichkeit hatte, mich mental weiterzubilden, und meine wahren Fähigkeiten und Talente entdecken konnte.



Außerdem kümmern sie sich um die Tiere und den Bauernhof, wenn unsere Familie Ausflüge sowie Reisen oder Urlaub macht.

Ihr seht also, sehr viele Dinge, für die man einfach dankbar sein muss und dafür liebe ich meine Eltern auch. Sie dürfen so sein wie sie sind und ich bin mir bewusst, dass sie immer nur das Beste für uns Kinder wollten und dies auch heute noch so sehen.

Ich habe schon öfters versucht, ihnen dies zu sagen oder auch zu schreiben, aber sie können diese Worte nicht verstehen. Mir tut es leid und macht mich manchmal sehr traurig, dass meine Eltern die positiven Gefühle und Dankbarkeit, welche ich für sie empfinde, nicht annehmen können.

Dazu muss man wissen, dass mein Vater 1945 während der Besatzungszeit geboren worden ist und dass meine Eltern ihr Leben lang nichts anderes gekannt haben, als zu arbeiten. Sie gehören zur Nachkriegsgeneration, welche unser Land (Österreich) zu diesem Paradies entwickelt und aufgebaut hat. Da war für Gefühle nur wenig Platz.

Ich fühlte mich zwar geliebt und angenommen, doch es hat immer nur die Leistung gezählt. Lob und positive Worte konnte man sich nur durch harte Arbeit oder gute Leistung erwerben. Dies hat sich bis heute nicht geändert.

Meine Eltern sind richtig glücklich und zufrieden, wenn ich Erfolge erziele. Vielleicht haben sich auch deswegen alle meine Träume und Visionen erfüllt, weil sie mich gelehrt haben, dass man dafür auch etwas TUN muss. Dafür bin ich ebenfalls dankbar.

Mehr dazu findest Du auf Seite 81 in diesem Buch unter dem Titel:

*„Meine Träume und deren Erfüllung“ !!!*

Es tut mir aber im Herzen weh, dass für meine Eltern nur jene Menschen etwas zählen, die etwas haben und dabei möglichst viel haben. Sie vergleichen sich und auch unseren Bauernhof ständig mit anderen und für sie ist wichtig,

“WAS” jemand hat, “WER” jemand ist, und nicht, “WIE” jemand ist.

Es geht um Haben und nicht um SEIN.

Außerdem kommt noch hinzu, dass es bei allen Tätigkeiten und Aktionen nur darum geht:

***“Was könnten denn die Anderen dazu sagen?”***

Ihr könnt Euch also vorstellen, dass dies zu Spannungen und Meinungsverschiedenheiten führt. So ist es auch bezeichnend, dass unser größter Streit, an den ich mich je erinnern kann, wegen meiner “DANKBARKEITS-STAMMTISCHE” der Sonne im Herzen stattgefunden hat.

Darum habe ich mich auch entschieden, in unserer Umgebung und Nähe keine solchen Dankbarkeits Stammtische mehr durchzuführen, um den Frieden und die Harmonie mit meinen Eltern zu bewahren. Ich habe Respekt und Achtung vor meinen Eltern und muss mich nicht unbedingt wichtigmachen. Meine Eltern zu ehren und achten heißt aber keineswegs auf meine Träume oder gar auf meinen eigenen Willen verzichten zu müssen. Im Gegenteil.

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben, darum findet ihr in diesem Buch auf Seite 50 meine Vision, wie wir alle gemeinsam eine bessere und zufriedenerere Welt für uns und unsere Mitmenschen gestalten können. Nach dem Titel dieses Buches „Danke lieber Gott für Alles“ brauchen wir es nur zu TUN, wie, das erfährt ihr noch in diesem Buch.

Die Dankbarkeits Stammtische möchte ich ja nur deswegen regelmäßig machen, da in der heutigen Zeit so viel gejammert wird.

**Ich will damit eine bewusste Alternative zur heutigen Jammergesellschaft schaffen.** Ich hatte geplant, so viele Dankbarkeits Stammtische wie nur möglich, im Zeichen der Sonne im Herzen zu gründen, damit das Jammern ein Ende hat. Offenbar war dies noch nicht die richtige Zeit dafür.

Liebe Freunde, aufgrund meiner bedingungslosen Liebe zu meinen Eltern wollte ich nicht noch einmal auf Konfrontation gehen, sondern habe eine Alternative entwickelt.

Dadurch ist erst die **Begleitung mit Herz und Liebe** entstanden. Auch eine wunderbare Homepage, welche schon so vielen Menschen, Freude und schöne Momente gebracht hat, ist daraus hervorgegangen.

[www.herzundliebe.com](http://www.herzundliebe.com)



Ihr seht also, man muss nicht immer mit dem Kopf durch die Wand gehen, sondern ich habe gelernt, auch im richtigen Moment nachzugeben. Da fällt mir ein guter Spruch ein:

***Willst Du Recht haben oder glücklich sein?  
Ich entscheide mich fürs Glücklich sein.***

(Helmut Mühlbacher)

Wenn jetzt jemand glaubt, ich hätte meine Einstellung, meine Ideale und die Idee der Dankbarkeits Stammtische aufgegeben, der hat den falschen Glauben. Ich habe dieses Ziel einfach nach hinten verschoben, um den richtigen Zeitpunkt abzuwarten, und dann starte ich auch hier wieder voll durch, außerdem muss ich niemanden mehr etwas beweisen.

Ich habe dies deswegen so ausführlich geschildert, **weil unsere bedingungslose Liebe niemals von Kleinigkeiten abhängig sein darf.** Es ist immer wieder eine Herausforderung, im Leben zu sich selbst und den eigenen Idealen zu stehen, aber andere Menschen damit nicht zu verletzen. Auch dies durfte ich lernen.

Ich verstehe mich heute wieder sehr gut mit meinen Eltern, weil ich über meine Begleitung mit Herz und Liebe nicht spreche, **sondern diese einfach lebe.**

Wenn Ihr noch Eltern habt, dann versucht, sie zu verstehen und sie auch ohne Bedingung zu lieben. Wir dürfen niemals vergessen, dass sie für uns immer das für sie Beste und Mögliche getan haben. Lieben wir sie so, wie sie sind und nicht nur, wie wir sie gerne hätten.



## **Bedingungslose Liebe zur Verwandtschaft.**

Viele von Euch werden sich nun fragen: Wie soll und kann man alle Verwandten bedingungslos lieben? Ihr denkt vielleicht: Der erzählt uns da irgendwelche Märchen von einer schönen Welt, die es gar nicht gibt. Dazu darf Euch bitten, nochmals zu überlegen, was bedingungslos lieben bedeutet.

Bedingungslos lieben, bedeutet für mich, die Menschen und Situationen genauso anzunehmen, wie sie sind. Was hilft es mir, wenn ich jemanden nicht mag oder mich ärgere, geht es mir dann besser???

**NEIN** - darum hier nochmals zur Erinnerung die Zauberworte von Jesus für ein zufriedenes, glückliches Leben:

**Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst!!!**

Wir alle leben unter dem gleichen Himmel, für uns alle scheint dieselbe Sonne und wir ernähren uns von derselben Erde. Wir sind alle göttlichen Ursprungs und jeder hat etwas Göttliches in sich. Dieses Göttliche gilt es zu entdecken und zu lieben. Ich gebe Euch von mir persönlich ein paar Beispiele, damit Ihr dies besser verstehen könnt.

### **Bedingungslose Liebe zu den Schwiegereltern**

Ich habe das große Glück, wunderbare Schwiegereltern zu haben, und kann sie daher leicht und aus ganzem Herzen bedingungslos lieben.

Zu meiner großen Freude sind dies Schwiegereltern, die uns weder bei der Erziehung unserer Kinder noch sonst irgendwie dreingeredet (also gut gemeinte Ratschläge gegeben) haben.

Auch ohne diese gut gemeinten Ratschläge haben wir großartige Kinder und wir besuchen alle immer wieder sehr gerne unsere Schwiegereltern. Viele andere haben dieses Glück nicht, aber wie ich schon bei meinen 10 Wegen zum Glück geschrieben habe, kommt es auch immer auf die Einstellung an.

Was ich aussende (welche Schwingung), kehrt immer zu mir zurück. Ich habe meine Schwiegereltern immer respektiert und geliebt, sie haben dies gemerkt und deshalb bin ich heute sehr dankbar für diese Schwiegereltern.

Sie haben immer sehr großes Vertrauen in mich gehabt, doch dieses Vertrauen musste ich mir erst aufbauen und erarbeiten. Egal, immer wenn ich sie um einen Rat frage, dann antworten sie sehr diplomatisch, deshalb bin ich sehr dankbar für ihre Meinung.



Sie haben zwar manchmal über meine Pläne und Visionen gelächelt und heimlich zu sich gesagt: *“Lass ihn reden”*. Als aber immer mehr Träume von uns Realität wurden, haben sie uns überall unterstützt und helfen uns heute noch immer bei der Arbeit auf dem Bauernhof. Ein Telefonanruf genügt und mein Schwiegervater ist sofort da, um uns behilflich zu sein.

Es ist kaum zu glauben, nachdem was ich bei der Begleitung mit Herz und Liebe, in der Firma und überall sonst höre, haben sehr viele Menschen Probleme mit ihren Schwiegereltern. Ich kann deshalb nur dankbar sein, so eine Verwandtschaft zu haben. Ihr müsst Euch das einmal vorstellen:



Schwiegereltern, die immer an uns glauben, egal, was wir TUN.



Schwiegereltern, die nur dann Tipps geben, wenn sie danach gefragt werden.



Schwiegereltern, die sofort, wenn Hilfe benötigt wird, da sind und sich sonst im Hintergrund halten (ein Anruf genügt).



Schwiegereltern, die unsere Kinder bedingungslos lieben und sich nie in die Erziehung eingemischt haben.



Schwiegereltern, die zu 100 % zu ihren Kindern stehen, auch wenn einmal Probleme auftreten oder ein Schatten die Sonne im Herzen verdeckt.

und das Allerschönste für mich persönlich:

Schwiegereltern, die meinen Gründungsdankbarkeits Stammtisch der Sonne im Herzen besucht haben und auch hinter dieser Vision stehen.

Schwiegereltern, die dankbar sind und diese Dankbarkeit zugeben, auch wenn gesundheitliche Probleme vorhanden sind. Sie lesen regelmäßig meine Beiträge im Internet und geben mir sehr viel positive Rückmeldung, was mich zusätzlich motiviert.

Ich darf so sein, wie ich bin, mit all meinen Stärken und Schwächen. Genau dasselbe gilt auch umgekehrt. Nur so kann eine harmonische Beziehung zwischen Jung und Alt gelingen. In den Dankbarkeits Stammtischen der Sonne im Herzen, wollen wir uns genau das wieder in Erinnerung rufen.

Damit dies auch gelingt, habe ich selber noch viel zu lernen, besonders wie wir gemeinsam eine Sprache finden, die Jung und Alt verbindet.

***Bedingungslos lieben Menschen, die einen  
im Herzen verstehen, auch wenn wir so  
manchen Fehler begehen.***

(Helmut Mühlbacher)

## **Bedingungslose Liebe zu Geschwister und Schwager sowie Schwägerinnen und alle anderen Menschen, mit denen ich sonst irgendwie verwandt bin.**

*Hier ist zu sagen:*

Auch mit ihnen verstehe ich mich sehr gut, die einen können meine Sonne im Herzen sehen und sind ebenfalls offen für alles. Sie machen sich auch durchaus bewusst, dass wir mit unseren Gedanken die Realität erschaffen. Sie sind ebenfalls sehr dankbar für dieses Leben und waren auch Gäste bei dem 1. Dankbarkeits Stammtisch, in Berndorf.

Ich kann mich mit ihnen sehr gut über Werte, Gefühle und inneren Reichtum unterhalten. Dafür bin ich von Herzen dankbar und liebe sie alle ebenfalls bedingungslos.

Es gibt aber auch andere Menschen, diese wollen von Dankbarkeit, meinen Visionen und der Sonne im Herzen überhaupt nichts wissen, machen sich entweder darüber lustig oder beurteilen das Ganze als einen Riesenblödsinn. Sie lachen über andere Menschen, die nicht so denken wie die Masse der Gesellschaft. Meiner Frau und mir ist das völlig bewusst, darum wird in diesen Kreisen auch nicht über innere Werte und unsere Einstellung zum Leben gesprochen.

Es gibt Menschen in meiner Verwandtschaft, die haben nicht nur körperliche Probleme, sondern vor allem seelische, wollen dies aber nicht zugeben oder darüber reden. Finden überhaupt alles, was Karin und ich machen, nicht richtig, denn das bringt ja nix. Karin und ich ziehen es vor darüber zu schweigen und andere Anknüpfungspunkte zu suchen.

Besonders traurig empfinde ich immer wieder die Tatsache, dass bei manchen Gesprächen nur der eigene Reichtum mit dem der anderen verglichen wird. Dass viele andere Menschen beurteilt und verurteilt werden, und vor allem finde ich schlimm, dass es oftmals bei allen Entscheidungen nur darum geht, vor den Anderen gut da zustehen, **denn was könnten denn die Leute sagen**: So haben mir einige Verwandte erzählt, sie waren nicht beim Dankbarkeits Stammtisch, denn sonst hätten die Leute auch über sie schlecht geredet.

Nun, wie kann man hier bedingungslos lieben???

Ganz einfach, ich sehe diesen Teil meiner Verwandtschaft als ganz große und gute Lehrer, die mich immer wieder daran erinnern, wie ich selbst früher einmal war.

Ich halte diese Treffen immer für sehr lehrreich und bin auch diesen Menschen sehr dankbar, dass es sie gibt. Ich habe nicht das Recht über sie zu urteilen, sondern nehme sie dankbar an, so wie sie sind und mache das Beste daraus. **Außerdem bin ich zutiefst im Herzen dankbar für meine ganze Verwandtschaft**, denn es hat noch nie jemand gegeben, der meine Bitte abgelehnt hat, wenn ich ihn gefragt habe, ob er oder sie mir nicht beim Hausbau, Stallbau, Garagenbau, bei der Heuernte oder einfach nur so helfen kann.

Ich nehme meine ganze Verwandtschaft genauso wie sie ist, auch wenn sie oft anderer Meinung sind oder meine Meinung gar nicht zulassen. Ich finde, meine gesamte Verwandtschaft besteht aus großartigen Seelen, die alle die Sonne im Herzen tragen.

Eines kann ich aber TUN, abseits aller verschiedenen Meinungen:

**Sie alle bedingungslos lieben!!!**

## **Bedingungslose Liebe zu Freunden**

Heute geht es um die Freunde und Freundschaften. Für mich gehört zu einer Freundschaft auch, dass man weiß, was die Freunde mögen und was ihnen nicht so sehr gefällt. Aus Rücksicht und Wertschätzung auf unsere Freunde werde ich weder hier meine persönlichen Erfahrungen mit unseren Freunden schildern, noch Bilder von ihnen veröffentlichen.

Also was gibt es für mich persönlich für Freunde?



Die besten Freunde



Freunde und nähere Bekannte



Kameraden und Gleichgesinnte in Vereinen (Feuerwehr)



Nachbarn, Freunde aus Arbeitskreisen



Kurskollegen, Arbeitskollegen



Schulfreunde



Freunde im Internet und Brieffreunde

Für mich sind die besten Freunde:

Es hört sich vielleicht egoistisch an, **aber der beste Freund bin ich mir selbst**. Wenn ich Probleme oder Sorgen habe, kann nur ich diese selbst für mich lösen. Daher bin ich mir selbst auch der beste Freund und kann mit mir selbst über alles reden und mich auch verstehen. Viele können dies nicht und erwarten sich Hilfe von jemand anderem.

Der zweitbeste Freund für mich ist meine wunderbare Partnerin. Mit ihr kann ich über alles reden, vor allem dann, wenn es um unsere Partnerschaft und Beziehung geht. Meine Frau sagt immer, wir sind die besten Freunde und Geschäftspartner. Ich finde überhaupt, wenn es in der Beziehung einmal irgendwo ein Problem gibt, sollte dies gemeinsam mit dem Partner diskutiert werden und man sollte sich nicht bei einer dritten Person über sie oder ihn beklagen. Dass ändert an der Situation nichts, gelöst werden kann sie nämlich nur durch beide Partner gemeinsam.

Nun zu den besten Freunden allgemein:

Dazu zählt vor allem Vertrauen und dass man sich auf sie verlassen kann. Dass man seine Gefühle mit ihnen teilen kann, sei es Freude oder Trauer. Ich will für meine besten Freunde auch Tag und Nacht erreichbar sein, wenn sie etwas brauchen. Dazu haben sie ja meine Telefonnummer und wissen, wo ich wohne.

Meine Aufgabe als Freund sehe ich darin, vor allem zuhören zu können, ohne viele Tipps zu geben. Ihnen bei der Arbeit behilflich zu sein, wenn sie Hilfe benötigen und vor allem gemeinsam mit ihnen zusammen zu sein. Den Augenblick und die schöne gemeinsame Zeit richtig zu genießen. Einfach DA zu sein – mehr ist gar nicht nötig.

Was ich mir von meinen besten Freunden wünsche, sind Ehrlichkeit und Offenheit. Auch einmal etwas zu sagen, was mir nicht gefällt, meine Schwächen und unangenehmen Seiten anzusprechen.

Ich kann sehr schlecht Kritik vertragen, aber wenn sie von Freunden kommt, macht mir dies nicht so viel aus. Natürlich gefällt mir das nicht, aber mir ist Kritik von meinen besten Freunden 100 Mal lieber, als wenn sie von anderen kommt. Außerdem nehme ich diese Kritik und das Lob von Freunden viel besser an.

Schön ist es auch, wenn man Freunden seine Meinung der Dinge sagen kann, ohne dass die Freunde beleidigt sind oder diese Freundschaft zerbricht. Besonders wichtig für mich ist die Möglichkeit, mit meinen besten Freunden über Gefühle, wie Liebe, Glaube, Sehnsucht und Träume, sprechen zu können.

***In unserer heutigen Zeit wird oft zu wenig miteinander geredet, dafür leider viel zu viel übereinander.***

**(Helmut Mühlbacher)**

Um seine besten Freunde muss man sich bemühen, das läuft nicht von alleine.

**In unserer heutigen Zeit wird oft viel zu wenig miteinander geredet, dafür leider viel zu viel übereinander.**

Daher ist es wichtig, das Gespräch mit den besten Freunden immer wieder zu suchen, auch und gerade dann, wenn der Kontakt weniger wird oder sich ein Freund zurückziehen will.

Wertschätzung, Vertrauen und füreinander da zu sein, zähle ich zu den höchsten Werten einer guten Freundschaft.

Zu meinen besten Freunden zähle ich Menschen, die mich im Herzen verstehen. Dies kann nur mit bedingungsloser Liebe unseren Freunden gegenüber gelingen.

Alle anderen Freundschaften:

Sie sind für mich genauso wichtig, um mich richtig wohl zu fühlen.

**Kein Mensch ist mehr wert oder besser als der andere, dies ist meine Basis der bedingungslosen Liebe.**

Der einzige Unterschied gegenüber den besten Freunden ist für mich einzig und allein, dass der Kontakt nicht so intensiv ist und dadurch auch das Vertrauen auch nicht so stark wie bei den besten Freunden.

### Internetfreunde und Brieffreunde:

Leider muss ich gestehen, dass ich schon seit langer Zeit keinen Brief mehr geschrieben habe (Ausnahme die Karte an Werner nach Bremen). Hier habe ich noch Nachholbedarf und es wird in Zukunft sicher wieder einen persönlichen Brief an einen Freund von mir geben.

Die Internetfreundschaften sind so eine Sache. Einerseits freut man sich, viele Leserinnen und Leser als seine Freunde in sozialen Netzwerken zu haben und mit ihnen die eigenen Meinungen teilen zu können sowie sich an deren Beiträgen und Postings zu erfreuen.

Andererseits geht dadurch sehr viel wertvolle Zeit verloren, die man lieber in der Realität mit seinen Liebsten und seinen besten Freunden verbringen möchte.

Mir ist auch ganz klar bewusst, dass ich selbst viel zu viel im Internet bin, doch hat sich aus dem Internet schon eine wunderbare Freundschaft ergeben, die Realität geworden ist. Dieser Internetfreundschaft mit Jürgen Tesch ist es auch verdanken, dass es die Homepage [Herz und Liebe](http://www.herzundliebe.com).gibt.

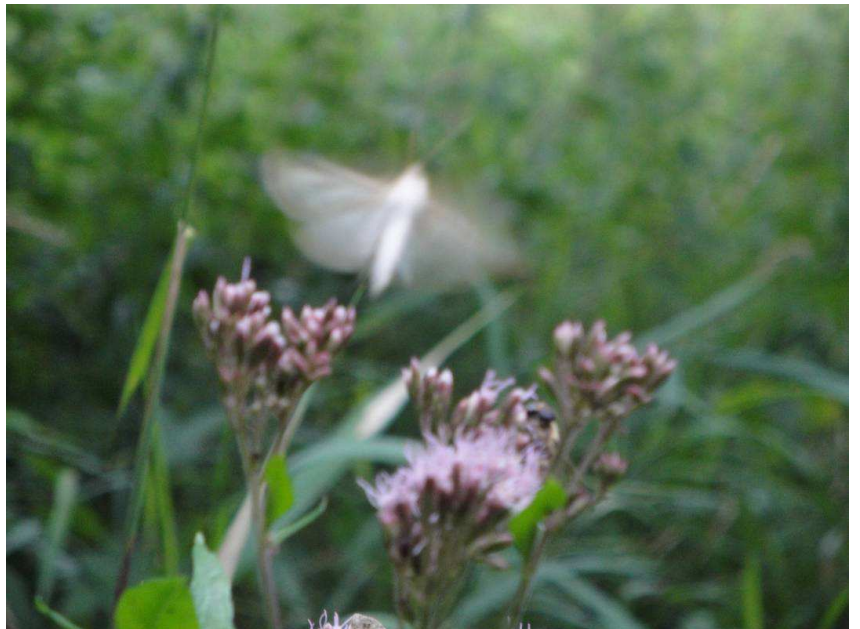
Ich liefere zwar alle Inhalte und die HP wurde genau nach meinen Ideen und Vorstellungen gestaltet, doch von der Technik habe ich keine Ahnung, das erledigt der Jürgen für mich.

Wir alle können ihm zu dieser hervorragenden Arbeit nur gratulieren. So hat auch die viele Zeit im Internet seine guten Seiten in der wirklichen Welt und so können aus Internetbekanntschaften auch echte und beste Freunde werden.

Zum Abschluss noch ein Zitat von mir, welches mir sehr am Herzen liegt:

***Ein einziger  
Freund, der  
mich im Herzen  
versteht, ist mir  
wichtiger als die  
Bewunderung  
der ganzen Welt.***

(Helmut Mühlbacher)



(©Helmut Mühlbacher [www.herzundliebe.com](http://www.herzundliebe.com) )

Jetzt kommt wohl das schwierigste Thema für alle Menschen, die sich in ihrer Arbeit nicht wohl fühlen, denn es geht um die

### **bedingungslose Liebe im Beruf : zu den Kollegen, Kunden, Mitarbeitern, Chefs**

Jetzt werden mich viele fragen: Wie soll ich bedingungslos lieben, wenn ich gemoppt, meine Arbeitskraft ausgenutzt wird und ich zu gering bezahlt werde?

Hier fällt mir gleich ein Zitat ein:

***Mobbing ist nur dann möglich, wenn ich mich auch mobben lasse.***

(Helmut Mühlbacher)

Darum ist es so wichtig, auf Angriffe mit bedingungsloser Liebe zu antworten. Ihr könnt mir glauben, ich kenne dies aus eigener Erfahrung. Nun, was habe ich gemacht?



Ausbildung und Arbeit als Landmaschinenmechaniker



Arbeit als Schlosser im öffentlichen Dienst



Arbeit als Technischer Übernehmer im öffentlichen Dienst



Arbeit als Lagerarbeiter in der Firma eines Freundes



Montagefahrten in Österreich und Deutschland für die Firma eines Freundes



Ausbildung als Mentaltrainer, Lebensfreudetrainer und Kuhpraktiker



Arbeit als Kuhpraktiker, Energetiker und Lebensfreudetrainer



Dazu noch die tägliche Arbeit auf unserem Bauernhof

Ihr seht also, ich habe schon viele verschiedene Arbeiten gemacht und derzeit übe ich 3 Berufe gleichzeitig aus. Da kommt es schon einmal vor, dass man angegriffen wird und man sehr viel Kritik ausgesetzt ist. Nun, warum ist dies so? Ganz einfach:

Ich liebe jede meiner Tätigkeiten und freue mich jeden Tag, wieder voll motiviert diese Tätigkeiten auch durchzuführen. Ich selbst bin mit meiner Arbeit sehr zufrieden.

In meinem Beruf als Technischer Übernehmer habe ich sehr viel mit Menschen zu tun, vor allem mit frustrierten, depressiven Menschen, die ihre Sonne im Herzen verloren haben. Sie sehen die Bilder von unserem Bauernhof, von meiner Familie und meiner großartigen Frau, welche auf meinem Schreibtisch stehen.

Dann sagen sie fast immer: **“Ja, Du hast es leicht.”**



Meine Antwort darauf lautet meistens:

## ***Ja, Du hast Recht, ich habe es leicht, denn ich nehme es leicht***

(Helmut Mühlbacher)

Dann folgen meist sehr viele Argumente, warum meine Kunden es nicht leicht haben, wie schrecklich das Leben doch ist usw. Dazu kommt jede Menge Neid und Missgunst von anderen Menschen, mit denen ich zusammenarbeite, da nichts für mich ein Problem darstellt.

Auch Vorgesetzte verzweifeln an mir, da Angriffe mir gegenüber durchgehen, als wäre ich Luft. (Buchempfehlung: *“Du musst nicht kämpfen, um zu siegen”*)

Ich werde in meiner derzeitigen Firma für alles verantwortlich gemacht, bin überall schuld, wenn in den Werkstätten, im Lager, bei der Arbeitsvorbereitung, bei der Ausscheidung, im Versand oder bei der Zusammenarbeit mit einer privaten Firma etwas nicht klappt.

Dazu kommen noch die Launen von meinen Vorgesetzten und dem Chef, für die ich anscheinend auch noch verantwortlich bin. Bei den Kunden bin natürlich auch ich schuldig, wenn ein Gerät nicht funktioniert oder nicht sofort repariert werden kann. Da könnte ich Euch noch eine Menge aufzählen, für was ich alles schuld sein soll.

Jetzt kommt aber der springende Punkt im Berufsalltag:

**Ich fühle mich selbst nirgends schuldig, da ich meine Arbeit für mich am besten erledige und ich für mich mit meiner Arbeit voll zufrieden bin.**

Ich habe die beste Antwort auf Angriffe, Vorwürfe und Kritik gefunden. Es sind dies ein Lächeln im Gesicht und die Liebe im Herzen zu dem Angreifer, damit hat er keinen Gegner mehr und wen soll er dann angreifen??

Mir ist schon klar, dass ich dies nicht immer und überall so leben kann, aber es ist schon einmal super, wenn mir dies in 80 % der Fälle gelingt. Es gibt keine Ausbildung oder keine Methode, welche die bedingungslose Liebe im Herzen ersetzen kann.

Wenn ich den Menschen, der mich angreift, oder meinen Chef nicht lieben kann, **dann liebe ich mich genau dafür, dass ich ihn nicht lieben kann.** Klingt kompliziert, ist es auch.

Hier nochmals eine einfachere Erklärung:

Wenn ich die bedingungslose Liebe tatsächlich lebe, dann ist es einem Menschen unmöglich, mich anzugreifen, denn, wenn ich ohne Bedingungen liebe, dann habe ich Verständnis für ihn und seine Situation. Ich entwickle sogar Mitgefühl mit dieser Person, da sie mit sich selbst nicht im Reinen und in ihrer Mitte ist.

Eine Situation kann nämlich immer nur ich selbst verbessern und nicht dadurch, dass ich einen Menschen angreife.

Ich mache mir dies im Alltag immer wieder bewusst, denn es ist mein Leben und mir ist eines klar geworden:

***Ich kann mich jeden Tag ärgern, aber keiner kann mich zwingen, dies auch zu TUN.***

*(Arthur Lassen in dem Buch „HEUTE – ist mein bester Tag“)*

Ihr seht also, obwohl es noch immer vereinzelt Menschen gibt, die glauben, mich angreifen zu müssen, haben sich fast alle Angriffe und Vorwürfe sowie Kritik an mir und meiner Arbeit von selbst erledigt, da ich einfach keine Angriffsfläche biete.

Ich akzeptiere den Menschen und seine Emotionen, ich lasse ihn so sein, wie er ist.

*Stellt Euch einfach vor, der Mensch, welcher euch kritisiert, hat einen Rucksack voller Emotionen und Gefühle bei sich. Nun versucht er, diesen Rucksack an Dich weiterzureichen. Da ich mich entschieden habe, ihn und die Situation anzunehmen, kann ich den Rucksack entweder stehen lassen, ihn entsorgen oder, was nicht so gut wäre, diesen weiterreichen.*

*Das wäre dann aber wiederum keine bedingungslose Liebe.*

*Ich für mich nehme den Rucksack des anderen an, entsorge die negativen Gefühle und Emotionen und fülle ihn mit Lebensfreude und der Sonne im Herzen sowie den schönen Dingen des Lebens wieder voll. Dann kann ich diesen Rucksack entweder selbst tragen oder ihn voller Freude und positivem Gefühl weiterreichen.*

Aus diesem Grund gibt es auch die HP [Herz und Liebe](#) und meine Begleitung mit Herz und Liebe, wo ich als Lebensfreudetrainer richtig glücklich bin und die Sonne im Herzen spüre.

In diesem Sinne wünsche ich Euch allen sehr viel Sonnenschein in Eurem Herzen, um die Rucksäcke Eurer Kunden, Mitarbeiter, Kollegen, Chefs usw. in neuem Licht erstrahlen zu lassen.

Ich lebe also den Grundsatz von Jesus: Wenn Dir jemand ins Gesicht schlägt, so halte ihm auch die andere Backe hin. Noch nie hat dann jemand auf die andere Backe bei mir geschlagen.

Ihr Lieben, wenn ich auf einen harten Gegenstand (Wand, Brett usw.) schlage, tut es weh, da sehr viel Widerstand vorhanden ist. Schlage ich hingegen auf einen Vorhang oder anderen Gegenstand, der nachgibt, ein, dann schlage ich ins Leere.

Damit sind wir schon wieder beim wichtigsten Satz dieses Buches und im Leben:

**Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst!!!**

## **Bedingungslose Liebe in der Gesellschaft**

Wie wir alle wissen, ist der Mensch ist soziales Wesen und braucht Kontakt zu anderen Menschen. Es gibt nur ein paar wenige Einsiedler. Alle anderen Seelen dieser Erde haben sich in Gruppen oder Gemeinschaften zusammengeschlossen. Wir leben in Partnerschaften, Familien, Vereinen, Interessensgemeinschaften, Gruppen oder Netzwerken, neudeutsch Networking.

Nun, was mich betrifft, so lebe ich ebenfalls in einer Gemeinschaft und bin Mitglied einiger Vereine und Interessensgemeinschaften. Ich halte es für sehr wichtig, irgendwo dazu zu gehören, sich zu Hause zu fühlen.

Jedoch darf dieses Sich-zu-Hause-Fühlen mir nicht meine Freiheit und Individualität rauben. Daher ziehe ich mich auch ganz gerne an einen stillen Ort zurück, um ein Buch zu lesen, auf meine innere Stimme zu hören oder einfach wieder in meine Mitte zu kommen.

Mein Weltbild besteht aus folgenden Worten: **“Der Mensch ist da, um gut zu sein”** nach dem gleichnamigen Titel eines Buches des Friedensnobelpreisträgers Desmond Tutu.

Ich bin überzeugt davon, dass jeder Mensch die Sonne in seinem Herzen trägt, nur wird sie oftmals von dunklen Schatten verdeckt. Meine Berufung sehe ich darin, diese Sonne im Herzen der Menschen wieder strahlen zu lassen.

Für viele in unserer Gesellschaft bin ich jedoch ein Außenseiter, da ich durch meine Ideale und Wertvorstellungen oftmals eine ganz andere Meinung vertrete als die Mehrheit unserer Gesellschaft.

Bei sehr viele Menschen in dieser Gesellschaft geht es hauptsächlich nur darum, unser EGO zu befriedigen, genauso wie ich früher war. Ich erinnere mich da an einen passenden Spruch, den ich von Eckhardt von Hirschhausen gehört habe:

***Die Menschen müssen immer mehr leisten, um mehr Geld zu verdienen, damit sie mit diesem Geld dann Dinge kaufen, die sie nicht brauchen, um jenen Leuten zu imponieren, die sie nicht mögen.***

*(Dr. Eckart von Hirschhausen)*

Und worum geht es tatsächlich bei den meisten Gesprächen, die ich höre???



Darum was andere Menschen verdienen.



Darum, was andere Menschen haben, Haus, Grund und Boden, Yacht, Geld, Autos, Frauen, Luxus, Statussymbole, URLAUB.



Darum, welche Beziehungen die anderen Menschen haben.



Darum, wie geglaubt wird, dass der andere Mensch denkt.



Darum, wo der andere Mensch nicht in unser Weltbild passt.



Um die Probleme und Schwierigkeiten mit anderen Menschen.



Um den schlechten Zustand der Welt und wie böse die Anderen sind.

Liebe Leserin und lieber Leser, fällt Dir etwas auf???

Ja, richtig, es wird immer nur über andere gesprochen, doch niemals über uns selbst. Es sei denn, wir vergleichen uns mit anderen und jammern, wie schlecht es uns geht. Mir fällt auch auf:

In dieser Gesellschaft wird verglichen, beurteilt, verurteilt, es wird alles zerlegt, analysiert usw. Jeder glaubt, die Weisheit für immer gepachtet zu haben. Alles wird schneller, alles wird komplizierter, es wird immer noch mehr Leistung verlangt, um immer mehr und immer Besseres zu haben.

**Leute, da kann ich nicht mehr mit und will es auch gar nicht.**

Ich werde niemanden für irgendetwas verurteilen, das habe ich lange genug getan. Ich beteilige mich auch nicht mehr an Gesprächen, in denen über andere geredet wird. Ich vergleiche mich auch mit niemand mehr und ich interessiere mich vor allem für das SEIN und nicht das Haben.

***Meine Gedanken drehen sich um das SEIN  
und nicht um das Haben,  
denn ich habe schon mehr, als ich brauche.***

(Helmut Mühlbacher)

Was der Mensch braucht und wie viel, muss jeder für sich selbst entscheiden. Dafür haben wir den freien Willen bekommen. Eines dürfen wir aber nicht vergessen:

**Wir alle sind EINS**, denn wir alle stammen von dem Einen Gott ab oder egal, welchen Namen wir ihm geben, und vor allem, **es ist genug für uns alle da**. Nur haben wir Menschen es falsch verteilt.

Ich will jetzt keine Moralpredigt halten und es geht mich auch nichts an, doch jede Leserin und jeder Leser, die/der dies nun liest, wird sich nun selbst fragen müssen, ob wir nicht mehr als genug haben???

**Brauchen wir dies alles???**

Mein Gesicht wird rot, mein Gewissen meldet sich und ich kann nur für mich selbst sprechen. Meiner Meinung nach brauche ich nicht so viel. Ich habe das große Glück in Luxus zu leben, wenn ich ehrlich zu mir bin. Es ist jetzt die Zeit, dankbar zu sein und mit anderen zu teilen.

Normalerweise müsste ich Vieles sofort verkaufen und das Geld jenen Menschen geben, die kaum etwas zum Überleben haben.

Ich muss wieder lernen, mehr und bewusster auf meine Mitmenschen zu schauen, denen es nicht so gut geht wie mir, anstatt zu jammern, was mir angeblich fehlt.

## Was tue ich???

Ich schreibe meine Gedanken und meine Gefühle in das Internet, um mich irgendwie wichtig zu machen oder um mein Ego zu befriedigen. Ich vermehre meinen Reichtum und mein Geld, um unseren Besitz zu erhalten oder diesen sogar noch auszubauen. Dazu "gönne" ich mir weiteren Luxus, den ich gar nicht brauche und spende dann im Jahr ca. € 1000.-, um mein Gewissen zu beruhigen.

***Eines kann ich Euch sagen, solange ich so weitermache  
und mein Bewusstsein sich nicht ändert,  
trage ich selbst bei, zum Leid auf dieser Erde***

(Helmut Mühlbacher)

Da brauche ich mich nicht über die Ungerechtigkeit in dieser Welt zu beklagen und auch nicht zu fragen:

## **Warum lässt Gott das alles zu?**

denn vergessen wir niemals:

**Wir alle sind EINS und es ist genug für ALLE da!**

Ein wenig nachdenklich über mein eigenes Verhalten und den fehlenden Mut, Entscheidendes für das Ende des Leides für den einen oder anderen Menschen dieser Welt zu TUN und nicht nur Almosen zur Gewissensberuhigung zu geben, freue ich mich dennoch über die Sonne in meinem Herzen und wünsche Allen, die dies hier lesen, mutiger zu sein, als ich es bin, um unsere Gedanken und Gefühle auch in Taten umzusetzen.

## **Bedingungslose Liebe zum Leben**

Da mir zu diesem Thema so viele Gedanken kommen, dass ich ein ganzes Buch damit füllen könnte, möchte ich diesmal fast gar nichts dazu schreiben, denn dieses Buch ist ja hauptsächlich für unser Herz und erst in zweiter Linie für unseren Verstand gedacht.



***Alles, was Du willst,  
dass die Menschen Dir tun,  
das TUE Du ihnen zuvor.***

(Goldene Regel für Leben)

Ihr Lieben, so wurde aus einem jähzornigen, jammernden, verzweifelnden, traurigen und depressiven Menschen voller Sorgen, Ängste und Zweifel der Lebensfreudetrainer, der ich heute bin.

**Ich liebe das Leben und das Leben liebt mich.**

Dies waren jetzt einige Gedanken zur bedingungslosen Liebe. Es ist schön, wenn mir diese Liebe sehr oft gelingt.

Jesus hat diese bedingungslose Liebe jeden Tag gelebt und viele andere großartige Menschen haben ihm dies gleich getan. Ich persönlich betrachte Jesus Christus als meinen Freund, der mich stets im Leben begleitet und immer für mich da ist.

#### Kurz zu meinem persönlichen Glauben:



Ich glaube an Gott, an die Liebe, an das Leben, an die Menschen und vor allem an mich selbst.



Ich habe Vertrauen zu Gott und dem Leben, manchmal wünsche ich mir mehr Gottvertrauen.



Ich lasse mich fallen in die Hand Gottes. (Loslassen v. Sorgen, Zweifeln usw.)



Ich glaube an ein Leben nach dem Tod, egal, wie es aussieht.



Ich glaube an das GUTE hier auf Erden und in den Menschen.



Ich rede sehr viel mit Gott, habe in ihm einen echten Freund, der mich niemals verurteilen würde und der mich bedingungslos liebt. Ich kann ihm alles sagen und höre ihm zu, was er mir mitteilen möchte.



Ich sage jeden Tag aus tiefstem Herzen:

## **Danke lieber Gott für Alles!!!**

#### Nun zu Jesus Christus:

Ich sehe Jesus als meinen Mentor, meinen Begleiter hier auf Erden.

Er ist ein sehr großes Vorbild für mich in Sachen Liebe.

Wenn ich um etwas bitte, so wende ich mich immer an Gott. Wenn mir etwas nicht passt oder mein EGO wieder einmal zu stark ist, dann kann ich auch schon einmal mit Gott streiten.

Jesus ist die Antwort auf alle meine Fragen, die ich an Gott stelle. Er begleitet mich durchs Leben in guten und in schlechten Tagen. Natürlich musste ich dazu etwas TUN.

Ich habe mehrmals die Bibel gelesen, beschäftige mich mit Büchern über Jesus und hatte sogar die große Gnade, einmal auf den Spuren Jesus in Israel pilgern zu dürfen.





Jesus hat für mich viele Bedeutungen:

Da ich auch diplomierter Mentaltrainer bin und sehr gerne als Lebensfreudetrainer bei vielen Menschen die Sonne wieder zum Strahlen bringen möchte, ist er auch in dieser Hinsicht ein großes Vorbild für mich.

***Jesus ist für mich der beste und erfolgreichste Mentaltrainer sowie Lebensfreudebegleiter aller Zeiten. Wer sich an seine Tipps hält, lebt glücklich und zufrieden mit viel Sonnenschein im Herzen.***

(Helmut Mühlbacher)

Warum:

Ganz einfach: Weil ich die besten und erfolgreichsten Erfolgstrainer, Mentaltrainer, Lebensbegleiter, Coachs, Gurus und Motivationstrainer, sowie Lebensberater live erlebt habe oder mit ihnen sprechen durfte. Ich nenne hier keine Namen, kann Dir aber sehr gerne die Namen persönlich verraten oder auch Bilder zeigen, auf denen ich mit ihnen zu sehen bin, falls Du mir nicht glauben solltest.

Ich möchte diesen Menschen natürlich besonders danken, ich habe sehr viel von ihnen gelernt und auch großartige Erfolge feiern dürfen. Es gibt nichts zu kritisieren.

Jesus aber spielt in einer anderen Liga.

**Hätte ich mich schon früher so intensiv mit Jesus und seinem Leben beschäftigt, wären alle Kurse, Seminare und Vorträge nicht nötig gewesen.**

Egal, wie auch immer, ich will damit nur sagen, dass ein Satz von Jesus für mich mehr bewirkt hat, als meine gesamte Ausbildung zum diplomierten Mental- und Lebensfreudetrainer, mehr als alle 150 Bücher, die ich gelesen habe, und mehr als alle Vorträge über ein erfolgreicherer Leben. Übrigens meine Ausbildung war sehr gut und einen Teil davon kann ich nur bestens empfehlen. Falls du dies auch einmal willst: [www.RE-agieren.at](http://www.RE-agieren.at) ansonsten gilt aber:

**Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst.**

Nur so kann mein Leben besser gelingen und ich meinen Frieden im Herzen finden. Bei Dir kann das ganz anders sein. Ich bitte Dich daher, alle meine Worte kritisch zu lesen und zu prüfen, ob sie für Dich und Dein Leben wertvoll sind.

Ich schreibe dieses Buch für mich, als Dank an Gott, an das Leben und an die vielen Menschen, welche ich schon mit meinen Worten erfreuen durfte und die mich ermutigt haben, dieses Buch zu schreiben.

**Wenn es auch nur ein Satz ist, der Dir das Leben erleichtert oder über den es sich nachzudenken lohnt, ist der Zweck meiner Tätigkeit bereits erfüllt.**

Es ist schon komisch, zuerst habe ich mich 20 Jahre mit Erfolg, Reichtum und Wohlstand befasst:



wie ich ihn bekomme,



wie ich ihn vermehre,

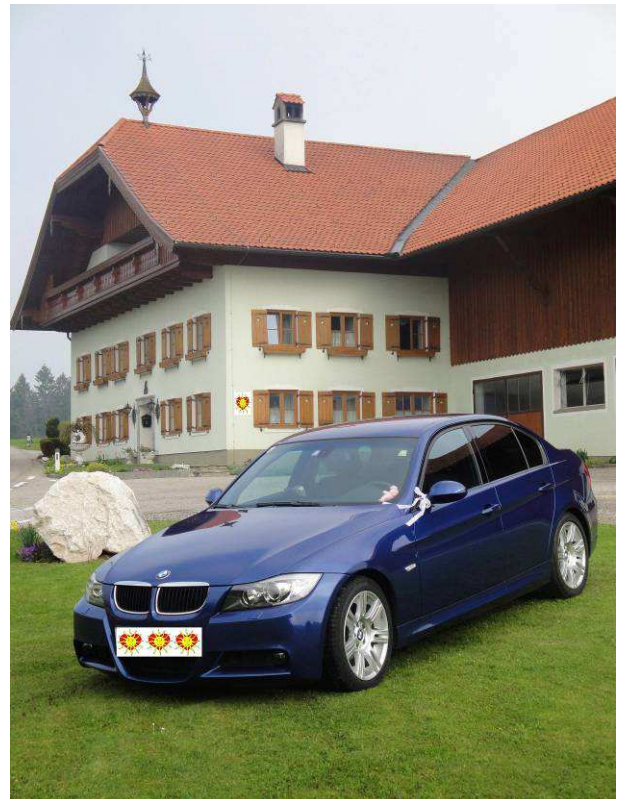


wie ich ihn behalte.

Nun, da ich jetzt wesentlich mehr habe, als ich jemals brauche, ist dies plötzlich kein Thema mehr.

Ich kann mich noch sehr gut daran erinnern, wie es immer wieder hieß:

**Wenn Du Deinen inneren Reichtum gefunden hast, dann kommt der äußere Reichtum automatisch, nur brauchst Du diesen dann nicht mehr.**



WOW, diese Worte sind fast nicht zu glauben, mir ging es genauso, wenn ich solche Sätze gelesen hatte oder in einem Vortrag hören konnte.



Es stimmt aber tatsächlich, erst dann, wenn Du einmal äußeren Reichtum gehabt hast, kannst Du vollkommen nach innen gehen, auf Deine Seele, Dein Herz und Deine innere Stimme hören.

Du hast den Erfolg schon gehabt, brauchst niemanden mehr etwas zu beweisen, sondern hast jetzt die Möglichkeit, voll und ganz GOTT zu vertrauen. Hier ist es aber entscheidend, auch einmal loslassen zu können.

(©alle Zeichnungen von Karin Mühlbacher)



Wir haben einen schönen Bauernhof und unsere Tiere fühlen sich sehr wohl.

Wir erzeugen derzeit ca. 170 000 Liter Bio Heumilch im Jahr, von der es in Europa nur mehr 2-3 % gibt. Mehr dazu hier: [www.heumilch.at](http://www.heumilch.at)

In den letzten 7 Jahren haben wir sehr viel Geld in das Wohlfühlen der Tiere und Modernisierung des Bauernhofes investiert.

**Dies ist aber für mich der falsche Weg!!!**

Es kann doch nicht sein, dass wir 48 Rinder auf unserem Bauernhof betreuen, das Doppelte zum eigenen Grund dazu pachten und noch Ausgleichszahlungen benötigen, um die Fixkosten bezahlen zu können. Da stimmt vieles nicht mehr, hier gilt es andere Lösungen zu finden.

Stellt Euch jetzt einmal vor:

Wir erzeugen derzeit am Tag ca. 400 Liter Milch. Würden die Menschen bereit sein, € 1,50.- oder € 2.- für einen Liter Bio Heumilch zu bezahlen, dann bräuchten wir am Tag nur 50 bis 70 Liter zu erzeugen. **Für Katzenmilch wird teilweise bis zu € 4.- pro Liter bezahlt !!!**

Dadurch hätten wir mit nur 10 Kühen mehr Gewinn als derzeit mit 30 und bräuchten keine Ausgleichszahlungen mehr. Der Energieverbrauch und die variablen Kosten sinken.



Es werden dazu auch noch viel weniger Ressourcen verbraucht und vor allem der Wasserverbrauch reduziert.

Kraftfutter wird auch keines mehr benötigt.

Der restliche Platz im Stall ist für Mutterkühe mit ihren Kälbern vorgesehen, die das ganze Jahr auf der Weide sind und die, wie von der Schöpfung vorgesehen, ihre Milch den Kälbern schenken.

Was hindert uns also noch daran, dies auch zu TUN???

Richtig, wir selber hindern uns daran, unsere Angst für dieses großartige Produkt auch entsprechende Kunden und Abnehmer zu finden.



Karin und ich versuchen nun einen neuen Weg zu gehen.

Wir haben uns entschieden, die jetzigen Kälber im Sinne der Schöpfung und der Natur nicht mehr enthornen zu lassen, seit wir wissen, welche wichtigen Aufgaben die Hörner von Kühen haben.

Oder habt ihr gewusst, dass die Rinder nur über die Hornspitzen das Sonnenlicht aufnehmen?



Antibiotika wurde in den letzten 7 Jahren nur 2 Mal bei einer Kuh verwendet, alles andere konnte meine Frau homöopathisch und mit viel Liebe zu den Tieren heilen.

Nachdem ich sehr viel gerechnet, kalkuliert und ständig versucht habe, etwas zu verbessern, habe ich großes Vertrauen zu Gott, dass wir 50 bis 70 Menschen finden, welche an dieser besonderen Milch ihre Freude haben und diese auch wertschätzen. **(Alle Kunden, die diese Milch eines Tages haben wollen, gleich auf Seite 120 blättern, zahlt sich echt aus!!!)**

Sie erhalten dadurch nicht nur ein Nahrungsmittel, sondern vor allem ein echtes, besonderes Lebensmittel und helfen dazu noch den Tieren sowie der Natur und Umwelt im Besonderen.

Alles andere ist für mich und meine Frau nicht mehr stimmig.

Das Interessante dabei ist: Alle Menschen in meiner Umgebung, denen ich diese Idee mitgeteilt habe, sind der Meinung, das funktioniert niemals. Kein einziger Mensch traut meiner Frau und mir das zu.

Da fällt mir auch ein sehr kluger Spruch von Frank Stronach ein:

**„Es gibt bei uns in Österreich viele Menschen, welche die doppelte Energie dafür aufwenden, um zu erklären, warum etwas nicht funktionieren kann, als es einfach zu versuchen.“**

**(Frank Stronach)**

Ich bin mir sicher, diese Menschen gibt es nicht nur bei uns in Österreich, sondern weltweit.

Wenn wir von Leid, Folter, Elend usw. hören, egal, ob bei Menschen oder Tieren, dann lautet meistens unsere 1. Frage:

Wie kann Gott das nur zulassen?

### **Warum wollen wir immer Gott für alles verantwortlich machen???**

Wir Menschen sind es doch, die so stolz auf unseren freien Willen sind, egal, ob wir diesen nun tatsächlich besitzen oder nicht.

Wir, Du und ich, können diese Welt zum Positiven verändern, aber wir müssen etwas TUN !!!

Es ist in meinen Augen viel zu wenig, sich nur darüber Gedanken zu machen, warum etwas nicht geht, oder vielleicht sogar andere zu belächeln, die aktiv handeln.

### **Mit solchen Methoden machen wir uns alle mitschuldig am Leid dieser Welt!**

Unsere Politiker, andere Leute oder Gott selbst für die Ungerechtigkeiten in dieser Welt verantwortlich zu machen, ist in meinen Augen der falsche Weg.

Ich kann mich und die Einstellung zum Leben ändern.

Ich kann zum Segen für die anderen Lebewesen werden, wenn ich nur will.

Mein eigenes EGO steht mir hier aber oftmals im Weg. Fehlender Mut, unbegründete Ängste und Sorgen oder einfach nur „Faulheit- Bequemlichkeit“ verhindern manchmal, dass ich etwas Entscheidendes im Sinne der Schöpfung ändere.

So ist es auch jetzt wieder, wo ich diese Worte schreibe.

Immer dann, wenn ich von negativen Schlagzeilen höre oder etwas Schlimmes auf der Welt passiert,

frage ich mich sofort immer wieder.



Was hat das mit mir zu tun??



Was will mir dieses Ereignis sagen??



Kann ich an mir etwas ändern???

Wir werden noch auf dieses Thema zurückkommen. Dann berichte ich Euch, wie ich auf den Spuren Jesus durch Israel reiste und was die Geschichte Jesu mir in unserer heutigen Zeit sagen will.



Unter anderem waren wir auch in der Holocaust Gedenkstätte YAD VASHEM, einem Denkmal für 2 Millionen ermordete Kinder und 4 Millionen ermordete Erwachsene.

Das ist nur ein kleines Beispiel, um uns das ganze Leid dieser Welt wieder in Erinnerung zu rufen.

Meine Aufgabe sehe ich darin, einen ganz kleinen Teil dieses Leides zu verringern, indem ich Freude ins Leben der Menschen bringe. Darum auch dieses Buch.

Ein großes Vorbild von mir auf dem Gebiet der Nächstenliebe, Mutter Theresa, hat einmal gesagt:

**„Lasse niemals zu, wenn ein Mensch von Dir weggeht,  
dass er dann nicht glücklicher ist als zuvor.“**  
(Mutter Theresa)

**Ihr seht also, wir können sehr wohl selbst  
etwas TUN und brauchen nicht auf Gott zu  
warten, bis er die Welt verbessert.**

(Helmut Mühlbacher)

Gründen wir doch Dankbarkeits Stammtische mit dem Logo der Sonne im Herzen und werden wir uns wieder bewusst, **wie viel wir haben, statt zu jammern, was uns fehlt.** Gemeinsam einmal im Monat darüber nachzudenken, uns selbst und unseren Mitmenschen in schwierigen Situationen Mut, Zuversicht und Hoffnung zu geben, ist eines der Ziele.

Es gibt einfach viel zu wenig DANKBARKEIT in dieser Welt, ich merke das sehr oft bei mir selbst.

Diese DANKBARKEIT für unser Leben und für unser SEIN in die Welt zu tragen, darin sehe ich meine wahre Berufung und den eigentlichen Sinn meines Lebens hier auf Erden.

**Vor allem durch mein TUN und weniger durch meine Worte !!!**

Wenn ihr jetzt diese Worte lest, so möchte ich Euch von Herzen danken, dass Ihr dieses Buch gekauft habt, dass ich das Talent habe, um zu schreiben, dass ich die Zeit und Möglichkeit hatte, Worte zu finden, welche die Menschen berühren.

Auch Du kannst dankbar sein, dass Du gesunde Augen hast, um diese Zeilen lesen zu können. Wir nehmen so Vieles, viel zu selbstverständlich in dieser Welt und jammern dann, wenn wir nicht genügend Geld oder Besitz haben. Ich möchte einmal eine etwas andere Frage stellen:

**Für wie viel Geld würdest Du Deine Augen verkaufen???**

*(bitte einfach darüber nachdenken)*



Da ich meistens nur die ersten zwei Drittel eines Buches mit voller Aufmerksamkeit lese, möchte ich jetzt gleich über meine Vision der weltweiten Dankbarkeits Stammtische etwas schreiben und Dich am Ende dieses Kapitels konkret bitten, etwas zu TUN.

***Nur wenn wir handeln,  
können wir etwas bewegen.***

(Helmut Mühlbacher)

Dazu habe ich einmal folgende Erklärung gehört: „Handeln leitet sich ab von der Hand, denn sonst würde es ja maulen heißen“. **Gemault habe ich früher – jetzt wird gehandelt!!!**

Dieses Buch ist nur einen Bruchteil wert, wenn es zwar gelesen wird, aber keiner etwas tut.

Ja, ja, ich fasse mich ja schon selbst an die Nase, denn auch ich könnte noch viel mehr tun als bisher. Anstatt hier zu sitzen und irgendwelche Weisheiten zum Besten zu geben, könnte ich ja schon die nächsten Dankbarkeits Stammtische organisieren.

Mir ist es aber ein besonderes Anliegen, auch über meinem Glauben an Gott und meine Sichtweise von Jesus zu schreiben. Bisher hat mir immer der Mut gefehlt, über Gott und meinem Glauben zu sprechen. Ehrlich: Über Sex oder den Glauben zu reden, ist fast nicht möglich in unserer jetzigen Zeit, denn wir alle wollen ja mehr erscheinen, als wir tatsächlich sind.

Über meine persönlichen sexuellen Erfahrungen werde ich natürlich schweigen, da dies auch noch andere Menschen betrifft. **Jedoch über meine Liebe und Dankbarkeit zu Gott schreibe ich von Herzen gerne, denn ohne ihn, den Schöpfer, hätte ich alle diese Erfahrungen niemals machen können.**

Richtig bewusst wurde mir das bei der letzten Firmvorbereitung in einem Gespräch unserer Firmlinge mit *Abt Johannes Perkmann*. Er gab mir indirekt den Anstoß, dieses Buch zu schreiben und mich so intensiv mit Gott und Jesus Christus in meinem Leben zu beschäftigen.

In der Firmung bekennen wir uns zu diesem Glauben an Gott, Jesus und den Heiligen Geist, jedoch wollen wir meistens nachher davon nichts mehr wissen, geschweige denn, darüber reden. Bei mir war das nicht anders, darum wäre es völlig falsch, hier jemanden zu kritisieren.

Jetzt, wo ich diese Liebe Gottes schon des Öfteren am eigenen Leib und in meinem Herzen erfahren durfte, ist das anders. Diese Gnade haben nicht viele Menschen, denn dazu muss man erst einmal bereit sein und sich voll und ganz auf Gott - andere nennen es auch das Höhere Bewusstsein - einlassen.

Bevor ich mit meiner Vision der Dankbarkeits Stammtische beginne, möchte ich noch ein Gebet, welches am Tag Millionen Mal gesprochen wird, auf meine Weise interpretieren.

Wenn wir es nicht wie üblich herunterleiern, sondern darüber einmal nachdenken, kann dieses Gebet eine unglaubliche Kraft und Energie in uns entfalten. **Wir müssen auch nicht immer etwas Neues erfinden, wenn sich etwas über viele Jahre bewährt hat.**

### Vater unser

(Es gibt irgendwo etwas Höheres als uns – ein Höheres Bewusstsein – jemand, an den ich mich immer wieder wenden kann – er ist für mich da – irgend jemand hat dieses Wunder Mensch und diese großartige Natur eines Tages erschaffen – es gibt eine unglaubliche Ordnung in dieser Welt, welche von uns Menschen oft gestört wird – er ist für uns alle da - ich kann Gott vertrauen – alles wird gut - egal, was ich tue, die Liebe Gottes hört niemals auf. )

### Im Himmel

(Welcher Himmel – ich erlebe immer wieder den Himmel auf Erden, wenn ich nach dem Grundsatz Jesus handle: **Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst** - oftmals glaube ich , im Paradies zu leben, wenn ich die herrliche Landschaft bei uns erlebe – ich bin überzeugt, wir bereiten uns selbst sehr oft die Hölle auf Erden – obwohl wir alle gemeinsam den Himmel auf Erden schaffen können, vielleicht sogar mit Dankbarkeits Stammtischen??? ☺)

### Geheiligt werde Dein Name

(Es bedeutet für mich Respekt – Anerkennung – Wertschätzung gegenüber Gott, früher wurde das Ehrfurcht vor Gott genannt, das finde ich nicht so gut, denn niemand soll sich fürchten, weder vor Gott noch in diesem Leben. Dankbarkeit gehört für mich genauso zur Wertschätzung für Gott - **Heilig** – heißt für mich auch ganz sein, wir sind nicht getrennt von Gott, aber auch nicht von den anderen Menschen – wir sind alle zusammen ein Ganzes, wir haben alle dieselbe Luft zum Atmen und leben alle auf derselben Erde, die genug Kostbarkeiten und Nahrung für uns alle bereithält, wir sind nur nicht bereit, diese auch mit allen anderen zu teilen,

**Es ist genug für uns alle da – vergessen wir das niemals!!!)**

### Dein Reich komme

(Hier liegt für mich ein Widerspruch – wir bitten um ein anderes, besseres Reich, doch das Reich Gottes ist mitten unter uns - wir brauchen dies nur zu leben - ich glaube nicht daran, dass es im Jenseits dieses Reich gibt, wenn ich es nicht in meinem Inneren finde - das Reich Gottes ist in mir, in meinem Herzen – das Reich Gottes ist, wenn ich mich an den Tipp von Jesus halte - Habe Vertrauen zu Gott oder im Leben und liebe **Deinen Nächsten wie Dich selbst**, dann haben wir alles - den Himmel auf Erden - das Reich Gottes und den Frieden in unserem Herzen)

### Dein Wille geschehe

(HINGABE – ist für mich das Schlüsselwort - das Leben ist, wie es ist – haben wir nun einen freien Willen oder nicht, ich weiß es nicht – doch wenn ich in HINGABE lebe, ist dies auch nicht mehr wichtig - es gibt da ein gutes altes Sprichwort: „Der Mensch denkt und Gott lenkt“. Dies bekommen wir alle öfter als einmal zu spüren im Leben. Auch alle Menschen, die nicht an Gott glauben – HINGABE ist eine gute Möglichkeit, um glücklich und zufrieden zu leben – ein gutes Beispiel ist dieses Buch, ich schreibe es voller Hingabe. Ob es ein Erfolg wird oder nicht, liegt nicht mehr in meiner Hand, sondern ob sich ein Verlag findet und wie viele Menschen es lesen.)

### Wie im Himmel so auch auf Erden

(Wenn ich mich dem Leben hingebe, als Mentaltrainer sage ich: im FLOW bin, sozusagen mit dem Leben fließe, dann habe ich den Himmel auf Erden - ich erinnere mich noch sehr gut an einen Satz von Nick Vujcic, welcher ohne Arme und Beine geboren wurde und heute als einer der besten Erfolgs- und Motivationstrainer weltweit gilt. Auf sein Leben bezogen, sagte er: GOTT macht keine Fehler, wir wissen niemals, welche Erfahrungen unsere Seele machen will.)

### **Unser tägliches Brot gib uns heute**

(Ganz klar, als Bauer weiß ich nur zu gut, wie ich vom Wetter abhängig bin - ohne Sonne und Regen wächst schon einmal gar nichts und ob die Chemieprodukte der Nahrungsindustrie auf Dauer für unser Wohlbefinden das Richtige sind, wage ich zu bezweifeln – daher kann ich bei diesem Satz nur DANKE sagen für alles, was ich bisher im Leben bekommen habe, danke für unser Wasser usw.)

### **Und vergib uns unsere Schuld**

(Welche Schuld ??? - Viele glauben, das wäre die Sünde, nein, das glaube ich nicht, denn wenn ich mich an das Gesagte von Jesus halte: Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen und Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst, dann kann es keine Sünde mehr geben!!! Ich bitte immer dann um Verzeihung, wenn ich nicht im Sinne der Liebe gehandelt habe. Es tut mir nachher sogar im Herzen weh, ich kann es aber nicht mehr ändern. Da darf ich die große Gnade erfahren. Wenn ich im Sinne dieser Liebe handle, geht es mir körperlich und seelisch hervorragend, ich bin glücklich und zufrieden mit meinem Leben. Dennoch handle ich im Alltag so selten danach, verrückt nicht wahr – wie geht's Dir dabei????)

### **Wie auch wir vergeben unseren Schuldigern**

(LOSLASSEN – ist hier das Zauberwort, ich beteilige mich schon lange nicht mehr an Gesprächen, in denen über andere Menschen Negatives gesagt wird – auch habe ich nichts davon, wenn ich jemanden böse bin, der mich verletzt hat – im Gegenteil: Umso öfter ich mich an Kränkungen, Verletzungen, Enttäuschungen und negative Erfahrungen erinnere - umso mehr belasten sie mich – daher alles loslassen, was mich bedrückt – den Menschen verzeihen, um so innerlich frei zu werden - die schlechten Gefühle, wie Wut, Rache, Ärger, Zorn spüren wir selbst, nicht die Anderen, die diese Gefühle in uns ausgelöst haben – Jesus sagte einmal: „*Wer ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein.*“ Immer dann, wenn ich andere Menschen beschuldigen will, frage ich mich zuerst, welche Fehler und Schwächen habe ich - wie oft habe ich schon andere Menschen verletzt, ohne es zu wollen – sei ehrlich zu Dir selbst, geht's Dir nicht auch so ???)

### **Und führe uns nicht in Versuchung**

(Welche Versuchung ist hier gemeint, ich lasse mich gerne in Versuchung führen - ein Arbeitskollege von mir sagte einmal: „Es kann doch nichts Schlechtes sein, wenn Du einer Frau etwas Gutes tust.“ Falls es auch für die Frau passt und sich niemand dadurch verletzt fühlt, bin ich voll und ganz seiner Meinung. - Sobald wir zu viel Schokolade essen, sagen wir auch, wir haben gesündigt. Die Schokolade, das Rauchen, der Alkohol, die Drogen, das Glücksspiel, das Internet, das Fernsehen, Frauen und Männer, all dies führt uns in Versuchung. Wenn wir jedoch übertreiben, tut das unserem Körper oder unseren Mitmenschen nicht gut. Hier schädigen wir entweder unsere Hülle für die Seele oder die Gefühle Anderer.

### **Sondern erlöse uns von dem Bösen**

(Was ist das Böse? - meiner Meinung nach für jeden Menschen etwas anderes - für mich ist es die Sucht - wenn ich von etwas abhängig bin, ist das immer schlecht - ja sogar vom Lesen und Schreiben kann man abhängig werden. Ich sitze sehr viel vorm Computer, um zu schreiben, Fragen zu beantworten oder auch um zu lesen - böse wird es dann, wenn ich dadurch andere Menschen oder eine Tätigkeit vernachlässige. Da ich keine Drogen nehme, nur ab und zu ein gutes Glas Wein oder Bier trinke, nicht rauche und auch sonst keine Süchte habe, können für mich sogar das Lesen und Schreiben zum Bösen werden.

***Also nichts übertreiben, ist hier meine Interpretation)***

# Ein Idee begeistert die Welt

(Das Märchen von der Dankbarkeit, welches kein Märchen bleiben muss)

Als ich meine Vision der weltweiten Dankbarkeits Stammtische zum ersten Mal in der Öffentlichkeit bekannt gab, sagten viele zu mir, ich sei ein Träumer und diese würde es nur in Märchen geben.

Nun, da alle meine Träume bis jetzt Realität geworden sind, bin ich überzeugt, auch dieses Märchen der weltweiten Dankbarkeits Stammtische kann Wirklichkeit werden.

Keine Angst, ich will Euch hier nicht mit meinen Erfolgserlebnissen langweilen und auch keine Ratschläge geben, wie Ihr Leben sollt, sondern dieses Buch soll Euch nur dazu inspirieren, ein wenig über Euch selbst und Euer Leben nachzudenken.

Ich persönlich kenne weder meine eigene Zukunft, noch kann ich sagen, was das Leben mir oder anderen Menschen bringt. Es wäre deshalb völlig falsch, Dir jetzt zu erklären, wie Dein Leben für Dich besser gelingen kann.

Die Dankbarkeits Stammtische dienen dazu, um ganz einfach über uns selbst und unser Leben nachzudenken und **sich des Wertes unseres Lebens bewusst zu werden**.

Also sind wir jetzt einmal für ein paar Dinge dankbar, bevor ich weiterschreibe:



*Danke lieber Gott, dass es mich und Dich gibt.*



*Danke lieber Gott für meine Eltern, die mir das Leben schenkten.*



*Danke lieber Gott für alle Menschen, die sich um mich gekümmert haben.*



*Danke lieber Gott, dass ich genug zu essen und sauberes Wasser habe.*



*Danke lieber Gott, dass ich lesen kann (Bildung gibt es nicht überall !!)*



*Danke lieber Gott, dass ich sehen kann (einmal unserer Sinne bewusst werden).*



*Danke lieber Gott, dass ich gesund bin und für mein neues Bewusstsein.*



*Danke lieber Gott für die Zeit und Chancen, welche ich jeden Tag neu bekomme.*



*Danke lieber Gott für die Eingebung und Inspiration zu diesem Buch.*



*Danke lieber Gott, in dieser herrlichen Natur leben und arbeiten zu dürfen.*



*Danke lieber Gott, arbeiten zu können und eine Arbeit zu haben.*

***Gott möchte uns erfolgreich sehen,  
also leben wir voller Freude, Liebe  
und Dankbarkeit.***

**(Helmut Mühlbacher)**

Die Frage die sich mir nun stellt, lautet:



**Wie will ich leben???**      **und**



**Warum lebe ich nicht schon jetzt so???**

Genau diesen Fragen wollen wir uns beim Dankbarkeits Stammtisch stellen und gemeinsam versuchen, darauf eine Antwort zu finden.

Falls Ihr jetzt schon die meiste Zeit glücklich und zufrieden seid, dann bitte ich Euch, zum Dankbarkeits Stammtisch zu kommen und dieses Glück mit uns zu teilen. Ihr macht damit vielen Menschen eine Freude und verbreitet große Hoffnung, Mut und Zuversicht.

Eure Sonne im Herzen vertreibt die dunklen Wolken in jenen Seelen, denen es nicht so gut geht. Damit beginnt auch in diesen Menschen ein kleines Licht zu leuchten. Durch Eurer SEIN beim Dankbarkeits Stammtisch lasst Ihr nicht nur Eure Sonne im Herzen scheinen, sondern auch die Eurer Mitmenschen.

Diese Dankbarkeitsstammtsiche können aber noch viel mehr!!!

Sie fördern den Zusammenhalt und schenken Dir, was so viele Menschen suchen.



Verständnis – Toleranz (einfach verstanden zu werden)



Anerkennung - Wertschätzung (nicht für ihren Erfolg, sondern für ihr SEIN)



Geborgenheit – dazu zu gehören (was bei uns am Land die Vereine erfüllen)



Zuhören – wir hören hin, was Du zu sagen hast



Und vor allem bedingungslose LIEBE – Selbstliebe – Liebe zum Leben

Hier sind wir schon wieder einmal bei dem wesentlichen Satz von Jesus, der uns noch oft in diesem Buch begegnen wird und zwar solange, bis wir ihn auch in unserem Leben umsetzen:



# **Du sollst Gott lieben mit Deinem ganzen Herzen sowie Deiner ganzen Seele und Deinen Nächsten wie Dich selbst.**

Da ich mich schon seit ca. 25 Jahre damit befasse, wie ich mit mir selbst, meinen Mitmenschen und diesem, mir und Dir von Gott geschenkten Leben am besten zurechtkomme, habe ich in dieser Zeit auch eine sehr interessante Studie gelesen.

Wir betrachten unser Leben meistens als etwas völlig Selbstverständliches, sind uns aber kaum des Wertes des Lebens bewusst und konzentrieren uns hauptsächlich auf materielle Werte.

Wir wollen vor allem:



Etwas erreichen



Etwas werden



Etwas haben

Sterbende Menschen haben nur eine einzige Frage: (Wir sterben alle eines Tages!)

## **Habe ich geliebt und gibt es jemanden, der mich liebt???**

Stellt Euch das einmal vor, so eine einfache einzige Frage entscheidet darüber, ob unser Leben hier auf Erden einen Sinn hatte oder nicht !!!

Für was sitze ich jetzt noch da und schreibe diese Seiten???

Es wäre viel klüger, sofort Menschen zu besuchen und ihnen mit Liebe zu begegnen.

**Niemand will einsam sein und alleine sterben** (soweit diese Studie).

Ich habe die große Gnade bekommen, jenen Menschen, der mich am meisten liebte und immer an mich geglaubt hat, beim Sterben begleiten zu dürfen: Ihre Hand zu halten, sie anzulächeln, ihr mein Herz zu schenken und ein wenig von der unglaublich großen Liebe, die sie mir geschenkt hat, wieder zurückgeben zu dürfen.

Ein ganz großes Dankeschön hier vor allem an meine Eltern, welche meine Oma aufopfernd und liebevoll auf unserem Bauernhof bis zu ihrem würdevollen Tod gepflegt haben.

Auch über dieses Thema darf beim Dankbarkeits Stammtisch gesprochen werden.

Es gibt so viele Menschen, die sich einsam und allein fühlen, die keinen Menschen zum Reden haben. Ich kenne genug davon und sie werden leider immer mehr.

**An ihren Taten werdet ihr sie erkennen** – nicht nur eine Aussage von Jesus, sondern das Leitmotiv unserer Dankbarkeits Stammtische mit der Sonne im Herzen.

Ich bin aber auch nur ein Mensch genauso wie Du!!!

**Wir alle sind EINS** - Du und ich, mit all unseren Stärken und Schwächen.  
Gemeinsam haben wir aber alle den göttlichen Kern und denselben Schöpfer.

Die Aufgabe dieses Buches und meine Mission ist es, diesen göttlichen Kern bei möglichst vielen Menschen wieder zum Vorschein zu bringen. Daher wird sich jeder Dankbarkeits Stammtisch mit mindestens einem sozialen Projekt beschäftigen.

Liebe Leserin und lieber Leser, ich mache jetzt eine gewagte Aussage, stehe aber dazu.

### **Dieses Buch hat den Sinn und Zweck, dass Ihr etwas TUT.**

Ich bitte Euch auf den nächsten Seiten, einen eigenen Dankbarkeits Stammtisch in Eurem Ort zu gründen oder zumindest einem beizutreten (wie das geht und was da gemacht wird, könnt Ihr ebenfalls hier lesen).

Ihr braucht\_ aber nicht unbedingt einen Dankbarkeits Stammtisch gründen, sondern könnt einfach die Sonne im Herzen (als Anhang in diesem Buch) ausdrucken oder kopieren und dann an Eure Mitmenschen mit einem Lächeln verschenken.

Damit machen wir nicht nur den anderen sehr viel Freude, sondern bringen die Sonne in unserem eigenen Herzen besonders hell zum Leuchten.

Solltet Ihr weder an Dankbarkeits Stammtischen Interesse haben, noch unseren Mitmenschen die Sonne im Herzen schenken wollen, ist es klüger, das Lesen jetzt zu beenden und dieses Buch jemand anderem zu schenken.

Es wäre schade um die kostbare Zeit, welche Dir in diesem Leben noch zur Verfügung steht.

*Herz und Liebe Tipp: Du brauchst mir weder etwas zu glauben, noch etwas zu tun, denn ich will auf keinen Fall Deinen freien Willen irgendwie beeinflussen (Das Wort „müssen“ mag ich nicht, ich tue immer gerne etwas, weil ich will, jedoch kaum, wenn ich muss).*

Eines ist mir aber völlig klar:

***Meine hier geschriebenen Worte und  
Dein Lesen bewirken gar nichts, wenn  
wir nicht endlich beginnen, etwas zu  
TUN !!!***

(Helmut Mühlbacher)

Wenn wir bereit sind, unsere eigene Welt und die unserer Mitmenschen positiv zu verändern, dann haben wir folgende Möglichkeiten:

- 1. Dankbarkeits Stammtisch in Eurem Ort zu gründen**
- 2. Mitglied eines Dankbarkeits Stammtisches zu werden**
- 3. Die Sonne im Herzen zu verschenken (*kopieren oder ausdrucken*)**

### **1. Dankbarkeits Stammtisch gründen:**

Wann immer es mir möglich ist, bin ich persönlich anwesend, um einen Stammtisch zu gründen und Dich bei der Weiterführung zu betreuen. Ich habe großes Vertrauen in Euch, dass Ihr wieder mehr Selbstverantwortung im Leben übernehmt, und in Euer Verständnis, dass wir nicht alles dem Staat und seinen Institutionen überlassen können.

Ich glaube ganz fest an Euch, denn ohne Eure Mitarbeit kann es keine Dankbarkeits Stammtische geben.

***Du findest auf der nächsten Seite eine Anmeldung zur Gründung eines Dankbarkeits Stammtisches der Sonne im Herzen. Einfach ausschneiden und mir ausgefüllt per Post, mit E-Mail oder per Fax senden. DANKE***

Ich melde mich dann bei Dir persönlich und wir vereinbaren einen Termin für den Gründungsstammtisch. Anfangs komme ich zum Stammtisch persönlich, wenn es mehrere Stammtische sind, wie ich hoffe, so melde ich per Videobotschaft.

Solange ich lebe und diese Aufgabe erfüllen darf, werde ich mit Euch in Verbindung sein. Die moderne Technik macht es möglich. Ihr werdet aber sehen, dass Ihr mich nach kurzer Zeit schon gar nicht mehr braucht.

Anfangs erkläre ich Euch den Inhalt und Ablauf eines Stammtisches der Sonne im Herzen. Ich zeige Euch verschiedene Möglichkeiten, diesen zu gestalten. Die Stammtische werden eine Gebrauchsanleitung für unser Leben sein, welche wir gleich in der Praxis ausprobieren.

Natürlich bekommt Ihr auch viele Tipps und Anregungen, für was wir alles dankbar sein dürfen und vor allem warum. Ich will Euch aber auf keinen Fall irgendein Konzept aufdrücken, sondern jeder Dankbarkeits Stammtisch entscheidet selbstständig, was er TUN will und vor allem auch, wie diese Veranstaltungen gestaltet werden.

Ich halte mich im Hintergrund, bin aber für alle Fragen erreichbar. Ihr könnt natürlich auch ohne mich und ohne die Sonne im Herzen solche Dankbarkeits Stammtische ins Leben rufen.

Für die Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen gibt es aber einige Richtlinien und Werte, an die wir uns bitte halten sollten:

**WERTSCHÄTZUNG – LIEBE – FREUDE** stehen ganz oben.

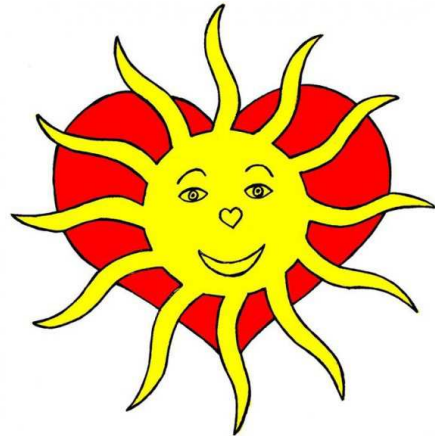
## Anmeldung zur Gründung eines Dankbarkeits Stammtisches

In.....(Ort)

Wunsch-Termin.....  
(des 1. Dankbarkeits Stammtisches

### Kontaktdaten:

Name:.....



Adresse Ort: .....Postleitzahl.....

Straße..... Hausnummer:.....

Telefonnummer:..... Fax:.....

E – Mail Adresse.....

Falls vorhanden Homepage:.....

### Anmerkung:

Mir persönlich genügen der Name, der Ort und die Erreichbarkeit, egal, ob per E-Mail, Fax oder Telefonnummer. Ich sammle keine Daten, darum brauchst Du auch nicht mehr auszufüllen als die Erreichbarkeit.

Solltest Du aber wünschen, dass wir mehr als nur telefonisch oder per E-Mail in Kontakt kommen (*finde ich immer so unpersönlich*), hast Du die Möglichkeit, mir Deine Adresse zu hinterlassen, dann besuche ich Dich vielleicht persönlich. Ist meiner Meinung nach viel menschlicher und ich fühle mich im direkten Kontakt viel wohler.

(ausschneiden oder ausdrucken und an folgende Adresse senden, faxen oder per E-Mail schreiben)

Du kannst mir Deine Anmeldung per Post oder mit E- Mail senden:

Hier meine Kontaktdaten:

Helmut Mühlbacher  
Kreised 1  
5165 Berndorf bei Salzburg  
Telefon: 0660/3514145  
FaxNr:

E-Mail: [info@herzundliebe.com](mailto:info@herzundliebe.com)

Homepage: [www.herzundliebe.com](http://www.herzundliebe.com)

Homepage: [www.freudeimleben.com](http://www.freudeimleben.com) (uralte Technik, aber sehr wertvoller Inhalt)



Danke für Deine Bereitschaft, einen Dankbarkeits Stammtisch der Sonne im Herzen gründen zu wollen und damit Dein Leben und das Deiner Mitmenschen mit Lebensfreude und Liebe zu bereichern.

Solange ich kann und es mir möglich ist, biete ich die Begleitung mit Herz und Liebe völlig gratis und kostenlos an. Ich bin der Meinung, so etwas ist einfach unbezahlbar wertvoll und außerdem ist **geteilte Freude ja doppelte Freude**.

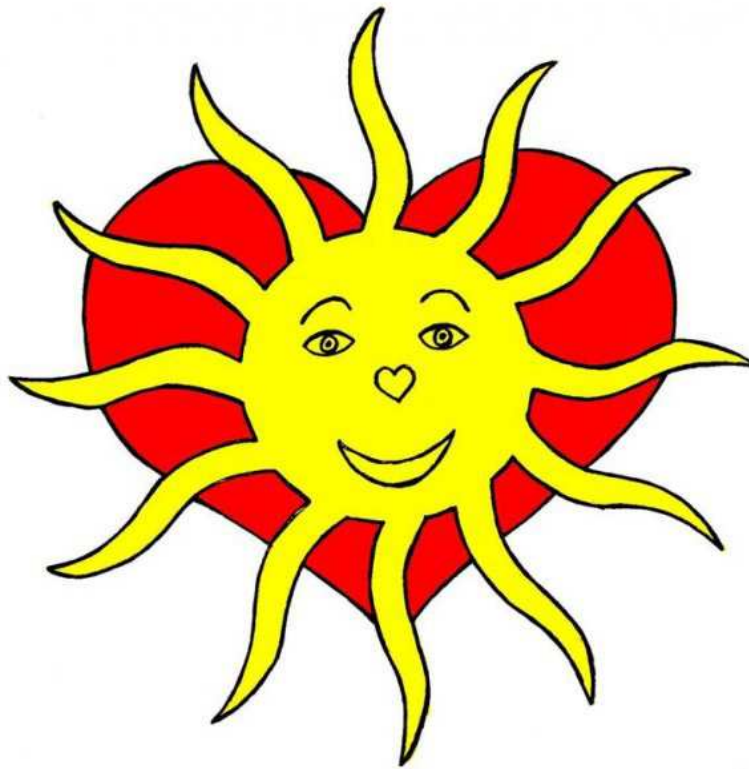


## **Die Sonne im Herzen zu verschenken:**

Für alle Leserinnen und Leser, die weder einen Dankbarkeits Stammtisch gründen wollen und auch kein Interesse daran haben, Mitglied in einem Dankbarkeits Stammtisch zu werden:

*Ihr könnt Euch hier und auf der letzten Seite dieses Buches die Sonne im Herzen ausdrucken und kopieren. Bitte verschenkt sie an alle Menschen, denen Ihr eine Freude machen wollt.*

# **Lächle und es geht die Sonne auf!!!!**



## **DANKE, schön dass Du da bist!!**

**Vergiss bitte niemals!!!**

Am Ende unseres Lebens zählt nur diese eine Frage:  
**Haben wir geliebt und werden wir geliebt?**



## 2. Dankbarkeits Stammtisch-Mitglied werden

Bevor Du Mitglied eines Dankbarkeits Stammtisches der Sonne im Herzen werden kannst, muss zuerst einmal ein solcher bestehen. Falls es in Deinem Ort oder Deiner näheren Umgebung noch keinen solchen gibt, hast Du die Möglichkeit, jemanden zu motivieren, einen zu gründen oder selbst aktiv zu werden. DANKE dafür!!! *(Die Infos zur Anmeldung hast Du ja schon gelesen)*

Des Weiteren finde ich es fair, wenn ich Euch vorher über die Regeln und meine Werte informiere.

1. **Regelmäßige Treffen einmal im Monat** – entweder an einem bestimmten Wochentag (Mo-SO) oder, was ich persönlich besser finde, an einem bestimmten Termin, Bsp. jeden 10. eines Monats, egal welcher Wochentag. Sich jeden 5., 10. oder 20. zu treffen - merken wir uns besser.
2. **Freie Wahl** – wie der Ablauf gestaltet wird und mit welchem Inhalt. Ihr könnt die jeweiligen Themenbeiträge bzw. Tipps von Herz und Liebe verwenden oder die Treffen selbst gestalten.
3. **Gemeinsames Logo** – bei allen Dankbarkeits Stammtischen ist die Sonne im Herzen, Ihr könnt gerne auch andere Logos verwenden, dann allerdings ohne mich. Ich freue mich auch, wenn es Dankbarkeits Stammtische ohne der Sonne im Herzen gibt. Im Grunde geht es nur darum, uns der Dankbarkeit wieder bewusst zu werden, egal wie und mit welchem Logo. Das Einzige, was zählt, ist das TUN!!!
4. **Nur eine bestimmte Person** – ist meine Kontaktperson, übernimmt die Moderation und falls nötig das Organisatorische. Die Gestaltung der Dankbarkeits Stammtische kann auch von anderen Personen durchgeführt werden.
5. **Soziales Projekt** - jeder Dankbarkeits Stammtisch einigt sich auf ein soziales Projekt oder eine soziale Tätigkeit, welche(s) laufend betreut wird bzw. einmal im Jahr durchgeführt wird.
6. **TUN** – Mitglieder können alle Menschen werden, die bereit sind, für sich selbst, für ihre Mitmenschen, für die Tiere oder für die Natur und unseren Lebensraum etwas zu TUN.
7. **Vielfalt** - es kann in einem Ort auch mehrere Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen geben,.
8. **Zusammenarbeit** – alle Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen arbeiten weltweit zusammen und unterstützen sich untereinander, darum auch nur eine bestimmte Kontaktperson
9. **Dankbarkeit** – Jedes Mitglied verpflichtet sich, 3 Dinge aufzuschreiben, für die es dankbar ist. Dies wird zwar nicht kontrolliert, aber bei jedem Dankbarkeits Stammtisch wird daran erinnert.

**10.) Ziel** – das ganz klare Ziel der Dankbarkeits Stammtische mit der Sonne im Herzen ist es, den sozialen Zusammenhalt in unserer Gesellschaft zu fördern und wieder zu stärken, um mehr Freude und Zufriedenheit in unser Leben zu bringen.

***Du kannst dich jetzt zurücklehnen und sagen:  
“ Ich kann sowieso nichts ändern“,  
oder HEUTE noch bei Dir selbst zu beginnen, etwas zu TUN!!!!  
(Helmut Mühlbacher)***

Das führt mich zu der Frage, die mir am häufigsten gestellt wird:

**„WOFÜR SOLL ICH DENN DANKBAR SEIN???“**

Kleine Anekdote dazu: Als ich vor ein paar Tagen einen Verlag für dieses Buch „DANKE lieber Gott für ALLES „ gesucht habe, sagte mir ein Vertreter eines Verlages: „Tut mir leid, solche Themen interessieren uns nicht.“ Er hat nicht einmal einen Blick in das Manuskript geworfen und gesagt, ich solle mich an einen Verlag mit Esoterik Büchern wenden. Eine halbe Stunde später habe ich ein Buch von Barbara Stöckl gefunden und an einem einzigen Tag 300 Seiten gelesen, weil es mich so interessiert hat. Es hat den Titel: „Wofür soll ich dankbar sein?“ Und jetzt ratet von welchem Verlag – ja richtig genau von diesem Verlag !!! Super nicht wahr – Hier zählt offenbar nur: „Wer jemand ist“ Jetzt aber ehrlich: Ich finde es sehr schade, denn der Verlag wurde mir sehr empfohlen und hat den Firmensitz in Salzburg. Also direkt vor der Haustür. Ich schätze die Autorin Barbara Stöckl sehr, sie kann nichts dafür. (Sie ist eine bekannte und beliebte Fernsehmoderatorin und Filmproduzentin, welche sich wundervoll für andere Menschen einsetzt. Sie trägt besonders viel Liebe und Sonnenschein in ihrem Herzen) . Ich hoffe ihr Buch wird ein echter Bestseller und ich finde auch für mein Buch einen Verlag, sonst können es nur ganz wenige Menschen lesen.

Meine Antwort: **FÜR ALLES, WAS WIR HABEN !!!**

Genau in diesem Augenblick bin ich mit mir selbst nicht zufrieden. Es kann doch nicht sein, dass wir nur dann dankbar sind, wenn jemand etwas für uns tut oder das Leben uns Geschenke bringt. Warum sollen wir nur immer dankbar sein für das, was wir haben? Sind wir doch einfach dankbar für unser SEIN!!!

Neue Antwort:

**FÜR ALLES WAS WIR SIND !!!**

Jetzt fühle ich mich wieder besser, das ist stimmiger. Mein fester Wille ist es, bei den Dankbarkeits Stammtischen positive Beispiele aufzuzeigen und unsere Gedanken auf alles Gute in dieser Welt zu richten. Die Schönheit und Harmonie dieses Lebens rufen wir uns wieder in Erinnerung.

Ich war und bin immer für alles sehr dankbar, habe absolut nichts als selbstverständlich empfunden und bringe diese Dankbarkeit auch zum Ausdruck. Damals vor vielen Jahren, als ich begann, die Dankbarkeit in meinem Herzen zu leben, wusste ich noch nichts von der Kraft der Gedanken, der Macht des Unterbewusstseins, von Mentaltraining, Weisheitslehren, Meditationen, Psychologie, Philosophie und interessierte mich auch kaum für den christlichen Glauben.

Das Ergebnis meiner gelebten Dankbarkeit war aber, dass mir sehr viele Menschen in meinem Leben schon geholfen haben. Ich habe durch diese im Herzen empfundene Dankbarkeit sehr viel Hilfsbereitschaft angezogen, ohne viel sagen zu müssen. Es blieb nicht nur bei der Hilfsbereitschaft der Menschen in meiner Umgebung, denn eine wahre Fülle von Möglichkeiten und Chancen hat sich inzwischen für mich in allen Bereichen meines Lebens geboten.

Jeden Abend oder spätestens am nächsten Morgen schreibe ich 3 bis 5 Dinge auf, für die ich dankbar bin.

**Unbedingt aufschreiben, das ist nur ein geringer Aufwand, denn sonst bringt das nichts.**

Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass der innere Schweinehund das zu verhindern versucht. Wir haben bestimmte Gewohnheiten und diese machen uns das Leben oft schwer. Probiere, 30 Tage lang einfach einmal jeden Tag nur einen Strich auf ein Blatt Papier zu zeichnen. Wenn es Dir so geht wie mir, ist sicher der eine oder andere Tag dabei, wo du das vergisst.

Wenn Du es jedoch schaffst, Dir jeden Tag 3 bis 5 Dinge aufzuschreiben, für die Du dankbar bist, werden auch die schweren und dunklen Stunden (welche es immer wieder einmal bei jedem von uns geben kann) wieder heller. Du hast automatisch mehr Hoffnung, Mut und Zuversicht, da es ja noch immer jeden Tag etwas Positives in Deinem Leben gibt.

Merke Dir einfach den einfachen Satz:

**Das ist nur heute so, wer weiß, vielleicht ist es Morgen ganz anders!!!**

nach dem Motto von Franz Beckenbauer: „Schaun ma mal.“

Hier nun ein paar Beispiele für das, wofür ich als Helmut Mühlbacher dankbar bin:



**Danke – Arbeit** : bedeutet: ich bin dankbar, Arbeit zu haben, und vor allem dankbar, arbeiten zu können. Wenn mir die Arbeit nicht gefällt – habe ich die Möglichkeit, jederzeit zu kündigen, mir eine andere Arbeit zu suchen oder mich selbstständig zu machen und selbst Arbeitgeber zu sein. Viele von uns haben diese Möglichkeit nicht!!!



**Danke – Zeit**: bedeutet: Zeit haben für mich, Zeit für meine Familie, Zeit zum Lesen und Schreiben, Zeit für alles, was ich gerne tue, Zeit für Gespräche, Zeit für meine Mitmenschen, Zeit für die Stille, Zeit, die Schönheit dieser Erde zu bewundern, Zeit zu genießen, Zeit für Dankbarkeit. ZEIT zum LEBEN !!! Zeit ist das kostbarste Gut in unserer Welt - Jeder Mensch hat gleich viel Zeit - die Frage ist nur, was wir daraus machen.



**Danke – Familie** (dazu gehören Karin-Kinder-Freunde-Eltern-Schwiegereltern)  
Danke, dass es Euch in meinen Leben gibt. Danke aber auch, dass Ihr so seid, wie Ihr eben seid. Richtig bewusst wird mir das immer erst dann richtig, wenn einer dieser Menschen einmal nicht in meiner Nähe ist. Warum ich diesen Menschen dankbar bin, habt Ihr ja schon zu Beginn dieses Buches gelesen, als es um die bedingungslose Liebe ging. Also, wenn ihr einmal Streit in Eurer Familie habt – denkt immer zuerst daran, wie es wäre, wenn dieser Mensch aus Eurem Leben verschwände.

Da jeder Mensch seinen freien Willen hat, kann es keine Garantie geben, ob und wie lange diese Menschen in unserem Leben bleiben, aber eines weiß ich sicher:

**Ich liebe und ich werde geliebt.**



**Danke – Gesundheit** bedeutet: Mir meines Körpers, aber mir auch meiner seelischen Gesundheit bewusst zu sein. Leider merke ich dies meistens erst dann, wenn es mir nicht gut geht und ich mich nicht wohlfühle. Wenn ich einmal krank sein sollte, erinnere ich mich sofort daran, was in meinem Körper alles gesund ist. Hier ein Artikel des Eselskindblogs meines Freundes Werner Forneberg aus Bremen. Er hat bis zum heutigen Tag, den 15.07.2012, über 508 000 Leser und ist ein großes Vorbild von mir, wenn es gilt, die bedingungslose Liebe auch zu leben. Einfach zum Nachdenken !!!

Ihr Lieben, heute Abend möchte ich Euch statt einer Geschichte einmal wichtige Gedanken meines Freundes Helmut Mühlbacher zu lesen geben:

„Ich schäme mich für alle meine Sorgen und Zweifel“

„In meinen heutigen Gedanken geht es um Demut. Ich habe dieses Wort bis gestern kaum gekannt und auch nicht verwendet. Wer von uns will schon demütig sein und vor allem, vor wem sollen wir demütig sein???

Seit gestern bin ich sehr demütig geworden.  
Demütig vor allem dem Leben gegenüber und auch vor Gott.

An diesem Tage habe das Buch mit dem Titel "Samuel Koch- Zwei Leben" gelesen. Es handelt von jenem jungen Mann, der bei „Wetten Dass...“ verunglückt ist.

Unvorstellbar diese Schmerzen und dieses Leid,  
welche viele Menschen, nicht nur Samuel, ertragen müssen.

Samuel Koch ist vom Hals ab gelähmt. Er erzählt in seinem Buch auch vom Schicksal anderer Menschen, wie dem eines 14-jährigen Mädchens, welches durch einen Wirbelsäulenkrebs ebenfalls vom Hals an gelähmt ist. (Anmerkung :ist inzwischen verstorben)

Er macht aber sich selbst und allen anderen Menschen (auch uns Lesern) viel Hoffnung, Mut und Zuversicht, wenn wir wieder einmal den Sinn des Lebens hinterfragen. Eine unglaubliche Lebensfreude ist trotz dieses Schicksals bei Samuel zu spüren.

Er hat in der Klinik, ans Bett gefesselt, sogar Thomas Gottschalk und Michele Hunziker aufgemuntert und mit seiner Lebensfreude angesteckt, obwohl er nicht mehr als nur seinen Kopf bewegen kann. Beide haben ihn öfters heimlich besucht und konnten von ihm noch einiges lernen. Wie man mit einem Leben umgeht, das so nicht geplant war, wie sie in ihrem Vorwort bzw. am Ende des Buches schreiben.

Was bin ich doch für ein armes Würstchen, wenn ich auch nur einen einzigen Gedanken an Sorgen, Probleme, Zweifel, Kummer, Leid oder Angst verschwende. (Zitat: Helmut Mühlbacher)

Ehrlich, liebe Leser, ich schäme mich dafür. Samuel ist schon glücklich, wenn er einen kleinen Zeh spüren oder gar bewegen kann, denn es gibt ihm Hoffnung, dass er eines Tages mehr als nur seinen Kopf bewegen darf.

Warum gibt es dann bei mir noch ab und zu Tage, an denen ich nicht glücklich und zufrieden bin??? (vielleicht geht es Euch genauso!?)

Mutter Theresa hat einmal gesagt:

"Ich habe noch nie so viel Leid und Armut in den Herzen der Menschen gesehen wie hier in Europa".

Angesichts der Unzufriedenheit vieler Menschen, welche mir jeden Tag in allen Variationen begegnen (Firma, Straßenverkehr, Gespräche, Begleitung mit Herz, Internet usw.) kann ich ihr nur voll und ganz zustimmen.

Gott sei Dank war ich schon immer sehr dankbar für alles in meinem Leben. Es ist nur schade und macht mich traurig, dass ich erst durch das Schicksal von Samuel diese Demut erfahren habe.

Demütig ist für mich etwas anderes, als nur dankbar zu sein. Dieses mein Leben jeden Tag leben zu dürfen und fast immer gesund zu sein, ist eine große Gnade und ein Riesengeschenk für mich.

Seit ich dieses Buch gelesen habe, ist mein LEBEN etwas ganz Besonderes für mich geworden. Etwas unvorstellbar Kostbares, ja ein echtes Wunder, welches ich viel zu wenig geschätzt habe bis jetzt.

Ab sofort sehe ich alle meine Herausforderungen als Geschenke dieses Lebens an, mit ihnen fertig zu werden und daran zu wachsen. Solange ich gesund bin, brauche ich über nichts zu klagen.

Diesmal habe ich beim Schreiben Tränen in den Augen und schäme mich nicht dafür. Es gibt nämlich noch immer Tage in meinem Leben, an denen ich nicht zufrieden bin, anstatt Gott für jede kostbare Minute in meinem wundervollen Leben zu danken.

Es gibt Milliarden Menschen, die dieses Glück nicht haben - so leben zu dürfen wie ich.

Ihr Lieben, wenn Ihr Euch zu diesem Beitrag entsprechende Gedanken macht, dann werdet auch Ihr erkennen, wie unvorstellbar reich wir eigentlich sind und wie vieles wir in diesem Leben einfach für selbstverständlich nehmen, ohne dafür dankbar zu sein.

Zum Abschluss noch eine Frage:

Wer von Euch würde für 1 Million Euro seine Augen verkaufen???

Noch eine Bitte: Wenn Ihr diesen Beitrag gelesen habt, teilt ihn mit so vielen Menschen wie möglich oder kauft Euch das Buch von Samuel Koch,

Ich persönlich habe nichts davon, aber wir alle können uns durch die Lektüre dieses Buches den Wert unseres Lebens wieder richtig bewusst werden.

Ihr Lieben,  
ich habe die Gedanken von Helmut Mühlbacher mehrmals gelesen und kann ihm nur zustimmen.

Was ich an Helmut so schätze, ist, dass er das Leben als solches nicht einfach hinnimmt, ohne darüber nachzudenken, sondern dass er über den Sinn des Lebens nachdenkt und darüber, welches die beste Weise ist, um das eigene Leben zu gestalten und zu führen.

Wenn wir darüber nachdenken, welche die rechte Weise ist, zu leben, dann wird es immer ganz unterschiedliche Meinungen geben, aber entscheidend ist, dass wir uns überhaupt erst einmal auf den inneren Weg machen, darüber nachzudenken.

Und was dieses Nachdenken betrifft, ist Helmut Mühlbacher ein ganz großes Vorbild. Er denkt über sich und seine Familie nach, über seinen Bauernhof, seine Tiere und alle Menschen, die ihm im Alltag begegnen.

Und das, was Helmut dabei im Blick hat, ist dieses: Er möchte den Menschen Liebe schenken, er möchte den Menschen Freude machen, er möchte Lichter der Hoffnung und Zuversicht entzünden.

Helmut Mühlbacher hat eines der größten Geheimnisse des Lebens begriffen: Er hat begriffen, dass man, wenn man etwas in dieser Welt verändern möchte, nicht nur reden darf, sondern auch handeln muss.

Die Erfolgsformel des Lebens besteht nur aus drei Buchstaben: **T-U-N**

Helmut hat in seinen Gedanken das wunderbare Wort DEMUT angesprochen. DEMUT wird immer wieder mit Bescheidenheit oder Zufriedenheit verwechselt. DEMUT geht aber weit über die Bescheidenheit und die Zufriedenheit hinaus. DEMUT ist nichts für Schwächlinge!

Ein Mensch, der demütig ist, ist ein starker Mensch. Er ist nicht nur zufrieden mit dem, was er hat, mit seinem Leben, das ihm von Gott geschenkt wurde, nein, er erkennt, dass sein Leben auch einen Sinn hat, nämlich den Sinn, anderen Menschen zu helfen, andere Menschen glücklich zu machen, andere Menschen zum Nachdenken zu bringen, anderen Menschen Hoffnung und Zuversicht zu schenken.

Ein Mensch, der demütig ist, ist also nicht nur zufrieden und bescheiden, sondern er hat begriffen, was der Sinn seines Lebens ist, nämlich anderen Menschen Liebe zu schenken und sich selbst dabei nicht vergessen.

DEMUT hat auch ganz viel mit Herzensbildung zu tun, denn der Mensch, der zufrieden und bescheiden anderen Menschen und sich Liebe schenkt, der tut dies aus tiefstem Herzen, sein Herz ist beteiligt.

DEMUT ist die Flamme der Kerze der Zufriedenheit und der Bescheidenheit und ihr größter Wunsch ist es, dass das Leben der Menschen um ihn herum hell werden möge.



Diese Haltung hat auch Samuel Koch, deshalb spricht er mit seinem Buch auch so viele Menschen an.

Er hat sich nicht in ein geistiges Schneckenhaus zurückgezogen, er hat nicht Andere für sein Unglück verantwortlich gemacht, er hat selbst die Verantwortung für sein Leben übernommen.

Er jammert heute nicht über sein Schicksal, sondern er versucht, Menschen in einer ähnlichen Lage Mut zu machen. Ich kann sein Buch, wie Helmut Mühlbacher das tut, vorbehaltlos zum Lesen empfehlen.

Immer wieder höre ich aber im Zusammenhang mit Samuel Koch den offen oder versteckt geäußerten Vorwurf, er sei an seinem Unglück selbst schuld. Wenn er die Wette nicht eingegangen wäre, dann könne er heute noch gesund und munter herumlaufen.

Dieser Ansicht möchte ich widersprechen.

Ich bin zum Beispiel ein begeisterter Bergsteiger und ich habe zusammen mit meinem älteren Sohn etliche hohe Berge erstiegen, z.B. die Zugspitze. Natürlich bestand dabei auch das Risiko, abzustürzen, so wie das jetzt bei 5 deutschen Bergsteigern in der Schweiz der Fall war, die erst 14, 14, 19, 20 und 43 Jahre alt waren.

Man kann natürlich versuchen, zuhause zu bleiben, um aller Gefahr zu entgehen, aber dann könnte durch einen Sturm das Haus einstürzen.

Wenn ich in Bremen einen Menschen besuchen möchte, um ihm ein wenig Licht in seine Einsamkeit zu bringen, dann muss ich mein Haus verlassen, dann muss ich auf mein Fahrrad steigen und damit gehe ich das Risiko ein, dass mich ein LKW überfährt.

Erst recht gilt: Wer in seinem Leben Ziele erreichen möchte, Träume verwirklichen möchte, der muss auch ein Risiko eingehen und leider kommt es dann hin und wieder auch zu einem Unglück.

Samuel Koch hat dies zutiefst begriffen. Deshalb jammert er heute auch nicht, denn er hat verstanden, dass er durch seine körperliche Behinderung heute plötzlich Menschen helfen kann, die in einer ähnlichen Lage sind wie er und denen er früher nicht helfen konnte, weil er sie nicht verstehen konnte.

Helmut Mühlbacher hat in ganz wunderbarer Weise erkannt, dass DEMUT Zufriedenheit und Bescheidenheit in sich trägt, dass DEMUT eine Herzensangelegenheit ist, die das Wohl der Menschen in der eigenen Umgebung im Blick hat, und dass DEMUT versucht, nicht zu jammern und zu klagen, sondern aus allen Lebenslagen immer das Beste zu machen.

Ihr Lieben,

ich wünsche Euch einen fröhlichen gesegneten Sonntag und grüße Euch herzlich aus Bremen

Euer Werner

**Vielleicht versteht Ihr jetzt, warum ich unbedingt überall Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen gründen will und meine Begleitung mit Herz und Liebe kostenlos anbiete.**

**Der Lohn für diese Tätigkeit wurde schon lange ausbezahlt, in Form von Gesundheit und Lebensfreude.**

**Wir haben allen Grund, mehr als dankbar zu sein und zu sagen:**



**DANKE  
LIEBER  
GOTT  
FÜR  
ALLES**



**Danke – Tiere**



**Danke – Natur**



**Danke – Lebensraum**



**Danke – Wasser**



**Danke – Nahrung**

Das sind alles Dinge, die wir zum Leben brauchen. Besonders ich als Bauer habe die verantwortungsvolle Aufgabe, diesen Lebensraum für uns zu erhalten und nachhaltig zu bewirtschaften. Ebenso ist es meine Pflicht, unsere Natur und Umwelt zu schützen sowie auf das Wohl unserer Tiere zu achten.

Dies gelingt mir nicht immer. Wir haben zwar das Beste aus den bestehenden Möglichkeiten gemacht, aber ich war zu feige, andere Möglichkeiten zu suchen und neue Wege zu gehen. Der Bauernhof muss auch wirtschaftlich sein, denn sonst brauchen wir erst gar nicht zu überlegen, wie wir das Wohl der Tiere noch verbessern können.

Hier stehe ich in einem Spannungsfeld der Gefühle. (Mehr dazu dann ab Seite 116 Du bist live bei der Erstellung einer Vision und Planung der neuen Ziele für unseren Bauernhof mit dabei.)

**Nichts und Niemand können mich daran hindern, jeden Tag ein wenig klüger zu werden und dies auch zuzugeben.**

(Helmut Mühlbacher)



**Danke – Schönheit** bedeutet: Alles Schöne und Positive in unserem Leben zu sehen. Wir brauchen das Leben jetzt nicht durch die „rosarote Brille betrachten oder alles schön zu reden versuchen.

Es gibt aber überall schöne Landschaften, schöne Augenblicke, schöne Momente, schöne Menschen (egal ob Frauen oder Männer). Vergessen wir auch nicht die Schönheit in uns, jeder trägt die Sonne im Herzen. Schönheit liegt immer im Auge des Betrachters.

**Egal, was war, wir können es nicht ändern,  
Egal, was kommt, wir wissen es nicht.**

**Jedoch können wir alle mit positiven Gedanken durch unser Leben gehen.  
Niemand kann uns daran hindern außer wir uns selbst.**

(Helmut Mühlbacher)



**Danke – für viele Gründe, dankbar zu sein,** wenn es mal passt, schreibe ich ein weiteres Buch, in dem ich über 500 Gründe aufzähle, wofür ich dankbar bin.



Ein ganz großes und spezielles Dankeschön schreibe ich aber jeden Tag extra zu meinen Gründen, warum ich dankbar bin. Es gibt meinem Leben einen tiefen Sinn und verleiht mir für den nächsten Tag viel Hoffnung, Mut und Zuversicht.

## **DANKE LIEBER GOTT FÜR ALLES!!!**

Diesen einen Satz könnt Ihr seit 4 Jahren täglich in meinem Terminkalender lesen. Er ist das Geheimnis meines erfolgreichen Lebens. Erinnerst Du Dich??? Gott will uns erfolgreich sehen!! Dazu habe ich eine perfekte Strategie:

Wie alle anderen Menschen läuft es auch in meinem Leben nicht immer rund, vor allem auf einem Bauernhof gibt es jede Menge Herausforderungen. Seit ich allerdings diesen einen Satz in meinem Herzen habe, gibt es keine Probleme mehr für mich.

☺ So ein Angeber! - wirst Du vielleicht jetzt denken und wahrscheinlich neidisch auf mich sein. Jetzt verrate ich Dir auch gleich mein Geheimnis:

**Lieber Gott,** (liebes Leben oder liebes Universum, oder was halt für Dich passt), **Du hast mir dieses Problem eingebrockt, darum darfst Du es auch wieder auslöffeln.**



(Zeichnung: Karin Mühlbacher)

## **VERTRAUEN ist hier das Zauberwort**

So einfach ist das und Du hast mit nichts mehr ein Problem.

Außerdem bin ich auch dankbar für viele Dinge und Situationen, die mir nicht gefallen. Oftmals habe ich später erst diesen Wert erkannt. Darüber reden wir dann in den Dankbarkeits Stammtischen.

Wie wollen wir uns denn weiterentwickeln und den inneren Reichtum vermehren, wenn wir nicht Herausforderungen zu bestehen hätten?

Genauso wie es die Sonne ohne Schatten nicht gibt, wird auch ein Leben ohne Herausforderungen nicht möglich sein.

Wie bei allem in unserem Dasein kommt es immer auf die Sichtweise an. Ich kann mich jeden Tag neu für das LEBEN entscheiden. Einen Buchtipps habe ich auch noch für dich: Das LOL²A – Prinzip von Rene`Egli aus der Schweiz.

**Nun lade ich Dich ein, mit mir gemeinsam zu erfahren, um was es bei den Dankbarkeits Stammtisch der Sonne im Herzen geht.**



**Begegnung von Mensch zu Mensch:** - Es gibt so viele Menschen, die sich einsam fühlen und denen wir einfach ein wenig unserer Zeit schenken wollen. Wir hören den anderen Menschen zu, was sie zu sagen haben. Wir ermutigen sie, das Wort zu ergreifen. Wir erzählen ihnen unsere Geschichte. Wir reden mehr miteinander – statt übereinander.



**Generationenaustausch zwischen Jung und Alt:** - Wir können alle viel voneinander lernen und uns auch untereinander helfen. Hier würde ich Euch bitten, ein soziales Projekt auszuwählen, welches dieser Dankbarkeits Stammtisch begleiten oder durchführen will.



**Gebrauchsanleitung zum Leben:** - Nach dem Motto des Buches von Dale Carnegie „Sorge dich nicht, Lebe“. Dazu gibt es Mentaltraining-Erfolgcoaching-Motivationstraining-Lebensweisheits- und Gesundheitsvorträge, je nachdem, was die Mitglieder wollen. In meiner Ausbildung und durch meine Leidenschaft habe ich schon sehr viele und erfolgreiche Persönlichkeiten kennenlernen dürfen. Darunter einige der weltbesten und bekanntesten Erfolgstrainer, aber auch durch persönliche Begegnungen mit Menschen wie du und ich habe ich sehr viel lernen dürfen. Meine Erfahrung hat gezeigt, dass es auch in unserer unmittelbaren Umgebung Menschen gibt, von denen wir alle noch etwas lernen und erfahren können. Ich höre diesen Leuten sehr gerne zu. Ob und was Ihr hören wollt, kann jeder Stammtisch für sich entscheiden.



**Märchen für Erwachsene:** - Nein, das sind keine Wahlversprechen, sondern Geschichten meines Freundes Werner Forneberg aus Bremen, von denen Du schon in diesem Buch einige kennenlernen durftest. Ich habe ca. 500 dieser Geschichten mit seinen Gedanken dazu und die große Ehre, diese auch verwenden zu dürfen. **Mein Tipp:** Bei jedem Dankbarkeits Stammtisch eine Geschichte vorlesen und dann darüber diskutieren, wie es uns damit in unserem Leben geht.



**Dankbarkeitsbuch –**



**Dankbarkeitsstein: -**



oder andere Symbole, welche uns immer daran erinnern, für was wir dankbar sein dürfen. Außerdem wird bei jedem Dankbarkeits Stammtisch darauf hingewiesen, 3 -5 Dinge jeden Tag aufzuschreiben, für die wir dankbar sind.

**Merke:** Ich will, dass es Euch auf Dauer besser geht und Ihr zufriedener und dankbarer durchs Leben geht, darum führt am Aufschreiben kein Weg vorbei. Wenn Du das nicht machst, ist es Deine Entscheidung.



**Empfehlungen:** - Bei meiner Begleitung mit Herz habe ich sehr viele Menschen kennengelernt, die anderen Menschen noch besser und effizienter helfen können als ich. Darum empfehle ich alle Personen gerne weiter, bei denen ich ein gutes Gefühl habe. Nichts ist mehr wert als eine persönliche Empfehlung von Mensch zu Mensch.





**Büchertausch:** - ich persönlich habe ca. 300 Bücher, die einen verschenke ich im Flohmarkt der Feuerwehr, andere würde ich sehr gerne an Menschen verleihen oder schenken, die sich darüber freuen. Wahrscheinlich geht es Euch genauso.



**Talente tausch:** - da ich Mitglied eines Tauschkreises bin und sich dieser sehr gut bewährt hat, bringe ich auch hier meine Erfahrung gerne ein. Gerade in der heutigen Zeit sind solche Tauschkreise faszinierende Projekte, welche bis zu Lebensgemeinschaften führen können, die sich selbst versorgen. Dankbarkeits Stammtische sind genau die richtigen Orte, um darüber zu reden. Jede und jeder, der möchte, stellt seine Talente und Fähigkeiten vor, ohne sich dabei zu etwas zu verpflichten.



**Meine 10 Wege zum Glücklich sein:** Für alle Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen biete ich sozusagen ein kostenloses Mental- und Lebensfreudetraining, verteilt auf 2 Jahre, mit folgendem Inhalt an:

1. Gedanken werden wahr (Du bist, was Du denkst)
2. Ziele erkennen (Vom Traum zur Vision - von der Vision zum Ziel)
3. Leben im Hier und Jetzt (ADVAITA und wie ich damit lebe)
4. Loslassen und Vertrauen
5. Ursache und Wirkung
6. Erfolg - Reichtum - Wohlstand
7. Körper - Geist und Seele
8. Glaube an mich selbst – an Gott – an das Leben – an die Menschen
9. Liebe – Selbstliebe – Nächstenliebe – bedingungslose Liebe
10. DANKBARKEIT und ZUFRIEDENHEIT – Friede in unserem Herzen



Den Abschluss bilden immer eine humorvolle Geschichte, ein Witz oder ein Kurzvideo, über das wir lachen können, um lächelnd diesen Dankbarkeits Stammtisch der Sonne im Herzen zu beenden.

Nun wisst Ihr also, wie so ein Dankbarkeits Stammtisch ablaufen kann. Natürlich kann man nicht alle aufgezählten Themen behandeln. Wir suchen uns 1 Thema heraus und reden darüber. Ebenso könnt Ihr gerne eigene, andere Themen einbringen.

Wenn ich so einen Dankbarkeits Stammtisch gründen will, muss ich mir natürlich auch Gedanken machen, wie dieser abläuft und wie ich diesen und Euch am besten betreuen kann.

Ich glaube, hier eine ganz gute Lösung gefunden zu haben, ich bin aber für Verbesserungen und neue Ideen jederzeit sehr dankbar. Vieles lässt sich dann auch erst in der Praxis sagen. Wir haben es dabei mit Menschen zu tun, welche alle einen freien Willen haben. Dieser freie Wille ist es, den ich fördern will und über alles schätze.

Vielleicht nehmt Ihr nur das LOGO von mir und entscheidet alles andere selbst.



# ***Umso mehr Wohlstand und Reichtum wir haben, desto mehr geht der soziale Zusammenhalt verloren.***

(Helmut Mühlbacher)

Ich nehme mich da selbst nicht aus. Darum ist es Zeit für Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen. Viele Menschen, mit denen ich gesprochen habe, stört der Name STAMMTISCH.

Ich respektiere jede andere Meinung, aber der Name und das LOGO der Sonne im Herzen bleiben auf jeden Fall bestehen, denn ich habe den Name Stammtisch aus folgendem Grund gewählt.



Ein Stammtisch steht für sozialen Zusammenhalt.



Menschen an Stammtischen haben ähnliche Interessen, aber dürfen verschiedene Meinungen haben.



Stammtische werden regelmäßig besucht und finden regelmäßig statt.



An Stammtischen wird noch miteinander geredet.



An Stammtischen sind alle gleich viel wert, niemand ist besser als die anderen.



An Stammtischen werden oft viele gute Ideen entwickelt.



An Stammtischen wird gemeinsam viel unternommen (Ausflüge, Veranstaltungen).



Auf Stammtische freut man sich und geht gerne hin.



Stammtische bedeuten Abwechslung im Leben.



Stammtische sind bodenständig und von unten gewachsen.



Stammtisch-Freundschaften halten oft ein Leben lang.



An Stammtischen zeigt sich die Lebensfreude und es wird viel gelacht.

Dies waren nun einige positive Dinge, welche mir zu den Stammtischen eingefallen sind. Natürlich gibt es auch die andere Seite, wie überall im Leben.

Nun aber aufgepasst:

Bei unseren Dankbarkeits Stammtischen der Sonne im Herzen ersetzen wir.....



Das Jammern und Klagen – durch positives Denken, Mut und Zuversicht



Das Nörgeln und Schimpfen – durch Anerkennung und Wertschätzung, Wir suchen den verborgenen Schatz in uns und lernen, andere Menschen, welche uns belasten, loszulassen.



Ängste und Sorgen – ersetzen wir durch Vertrauen



Hass und Misstrauen (Politikern, Bankern, Managern usw.). gegenüber – ersetzen wir durch Liebe und Verständnis. Erinnern wir uns daran, diese sind ebenfalls Menschen, auch wenn sie sich oft anders verhalten.



Streit begegnen wir mit Versöhnung. Wir werden uns auch bewusst, dass wir nicht besser als Andere sind.

In den Dankbarkeits Stammtischen machen wir uns eine Welt, so wie sie uns gefällt, und reden darüber, was wir davon in die Realität umsetzen können. Was hindert uns daran, unsere Träume auch zu leben – genau richtig geraten:

### **Nur wir selbst hindern uns daran!!!**

Wir verbessern die Welt – vor allem unsere eigene Welt, denn, wie ein altes Sprichwort sagt, es ist immer ratsam, zuerst einmal vor der eigenen Tür zu kehren, sprich, sich selbst zu ändern, bevor wir die Welt verändern können.

#### **„Das Puzzle“**

„Ein kleiner Junge kam zu seinem Vater und wollte mit ihm spielen. Der aber hatte keine Zeit für den Jungen und auch keine Lust zum Spielen. Also überlegte er, wie er den Buben beschäftigen könnte.

In einer Zeitschrift fand er eine komplizierte und detaillierte Abbildung der Erde. Dieses Bild riss er aus und zerschnipselte es dann in viele kleine Teile und gab es dem Jungen, weil er dachte, dass er nun mit dem schwierigen Puzzle wohl eine Zeit beschäftigt sei.

Der Junge zog sich in eine Ecke zurück und begann mit dem Puzzle.

Nach einigen Minuten kam er zum Vater und zeigte ihm das fertig zusammengesetzte Bild.

Der Vater konnte es kaum glauben und fragte seinen Sohn, wie er das geschafft habe. Das Kind sagte: "Ach, auf der Rückseite, da war ein Mensch abgebildet. Den habe ich richtig zusammengesetzt.

### **Und als der Mensch in Ordnung war, war es auch die Welt."**

(unbekannter Autor – bekommen von meinem Freund Werner aus Bremen)

# Dankbarkeits Stammtische weltweit

Ein Professor an einer Eliteschule in den USA hat einmal all seine Schülerinnen und Schüler gefragt:

„Wer von Euch kann sich vorstellen, einmal Präsident der Vereinigten Staaten von Amerika zu sein??“

Daraufhin herrschte großes Schweigen und niemand hat sich gemeldet. Der Professor antwortete:

„Wenn Ihr es Euch nicht einmal vorstellen könnt, wie wollt Ihr es dann jemals werden????“

Dieser eine Satz hat mich in meinem Leben sehr geprägt. Wenn ich mir etwas nicht einmal vorstellen kann, wie soll ich dann in meinem Leben etwas



Erreichen



Etwas haben



Etwas sein



Oder gar ein glückliches und zufriedenes Leben führen?

Genauso ist es auch mit den weltweiten Dankbarkeits Stammtischen. Wenn ich es nicht mir vorstellen kann, solche weltweit zu gründen, wird es diese auch niemals geben.

Ich habe einmal davon geträumt, dass ich weltweit Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen gründe und kann es mir auch vorstellen. Deshalb habe ich aus meinem Traum eine klare Vision mit einem Ziel und vielen kleinen Teilzielen gemacht.

Es ist wie bei meinem Navi im Auto – Ich habe eine klare Vorstellung vom Ziel – gebe dieses Ziel ins Navi ein und vertraue darauf, dass mich dieses Navi ans Ziel bringt. Zwischendurch kontrolliere ich immer wieder, ob ich auf dem richtigen Weg bin und genieße dabei die Landschaft.

Nun, in meinem Leben bedeutet das:

Ich kenne mein Ziel – ich tue etwas, um dieses zu erreichen (Eingabe) – ich vertraue Gott und dem Leben, dass ich ans gewünschte Ziel auch komme – ich begeben mich auf den Weg und genieße dabei alles, was ich sehe, höre, rieche, schmecke und mit meinen Händen berühren darf – kurz, ich genieße mein Leben, weil ich darauf vertrauen kann, dass Gott mich zum gewünschten Ziel bringt. Es ist ein sehr schönes Ziel, für das es sich lohnt, auch Umwege in Kauf zu nehmen, Hindernisse zu überwinden und lange dafür auf dem Weg zu sein. Ebenso ist es eine Freude, den Weg selbst zu genießen und die Schönheit dieser Reise zu sehen.

Dieses Buch ist ein erster Schritt zur Erreichung meines Zieles.

## **DANKE LIEBER GOTT FÜR ALLES !!! – Teil 3**

Ihr Lieben, Gratulation, wenn ihr dieses Buch bis hierher gelesen habt. 4 Monate war nun Pause, da ich keine passenden Eingaben mehr hatte. Wie ihr wisst, schreibe ich aus dem Herzen und weigere mich, nur Worte zu schreiben, um ein Buch fertig zu stellen.

Nach dem Kapitel über die bedingungslose Liebe und der Dankbarkeit folgt nun endlich der Teil, wie alle meine Wünsche und Träume Wirklichkeit geworden sind.

***Für mich ist nur wichtig, ob ich an meine Träume glaube und diese beginne zu leben. Wenn sie sich nicht erfüllen habe ich mir deshalb selbst nie etwas vorzuwerfen.***

***(Helmut Mühlbacher)***

Nun weiß ich auch warum ich 4 Monate nicht die richtige Eingebung hatte. In diesen 4 Monaten hat sich unglaublich viel getan. Hätte ich vorher meine Gedanken aufgeschrieben, würdest du jetzt etwas völlig anderes lesen. Du bist also Live bei der Entstehung dieses Buches dabei.

Vor ca. einem Monat war ich bei der Barbara Karlich Show (einer Talksendung des ORF) eingeladen und dadurch hat sich so einiges verändert. Sprechen wollte ich über Dankbarkeit, meine Vision der weltweiten Dankbarkeits-Stammtische und natürlich auch über dieses Buch. Ja ich gebe es schon zu, der Hauptgrund warum ich die Einladung zur Sendung angenommen habe, war um Werbung für dieses Buch hier zu machen und einen Verlag zu finden.

Ich als Helmut Mühlbacher wollte mich wieder einmal hinter der Sonne im Herzen verstecken und dadurch die Welt positiv verändern. Das funktioniert so leider nicht und deshalb kam alles ganz anders.

Ihr müsst euch vorstellen, da habe ich mich 3 Wochen darauf vorbereitet, wie ich die Sonne im Herzen und damit die Dankbarkeit am besten in der Öffentlichkeit bekannt mache.

Was hat die Moderatorin dieser Sendung dann vor meinem Auftritt gesagt???

*„Irgendwann werdet ihr merken, dass man Geld nicht essen kann, sagt Helmut. Er ist bekennder Gutmensch und braucht kein Geld zum „Glücklich“ sein. Wenn er sich etwas wünscht, dann kriegt er das auch. Hier ist der Helmut.“*

BUMM, UNGLAUBLICH, das war eine Überraschung und ich gleich der erste Gast – Da bist du erst einmal sprachlos. Das ging aber auch nicht, da alle Kameras auf mich gerichtet waren. Die ganze Vorbereitung komplett umsonst, das Konzept für mich mit einem Schlag nichts mehr wert.

Mir blieb also nichts anderes übrig, als der zu sein, der ich wirklich bin. Aus war es, sich hinter der Sonne im Herzen zu verstecken. Es gab jetzt in diesem Augenblick einzig und allein nur mich als Person mit meinen Überzeugungen.

Es war ein sehr gutes Gespräch und die Moderatorin Barbara Karlich nach der die Sendung benannt ist, war sehr nett zu mir.

Die Redakteurin Sabrina hat mir alle Freiheiten gelassen, nur die Werbung für dieses Buch wurde bewusst herausgeschnitten. Kann ich auch verstehen.

(©ORF/Die Barbara Karlich Show, Montag – Freitag, 16:00 Uhr, ORF2)



Ich möchte mich an dieser Stelle sehr herzlich bei Barbara, Sabrina und dem ganzen Team der Sendung für die liebevolle Betreuung und sehr interessante Erfahrung bedanken.

Ich bin als lebensfroher Mensch rübergekommen, der sich locker und leicht alle Träume erfüllt hat.

- ☀ Ein Mensch, der sich vor allem zuerst selbst glücklich macht.
- ☀ Ein Mensch, der das Leben liebt und voller Freude lebt
- ☀ Ein Mensch, der es leicht hat im Leben und tut, was er will
- ☀ Ein Mensch, der an erste Stelle sich selbst stellt und dann den anderen hilft
- ☀ Ein Mensch, der sehr dankbar ist und gerne seinen Reichtum mit anderen teilt.

Habt ihr etwas gemerkt????  
JA RICHTIG !!!

***Zuerst muss ich mich einmal selbst lieben, um andere lieben zu können.  
Wie soll ich denn andere glücklich machen, wenn ich selbst nicht  
glücklich und zufrieden bin???***

**(Helmut Mühlbacher)**

- Wie soll ich anderen Freude schenken, wenn ich selbst keine Lebensfreude habe??
- Wie soll ich mit anderen teilen, wenn ich selbst nichts besitze???

**Vergessen wir niemals – Ich kann immer nur geben, was ich selber habe!!!**

Viele Menschen jedoch wollen glücklich werden, indem sie für andere etwas TUN, für andere da sind und sich für andere aufopfern. Leute glaubt mir, das geht auch mit Gottes Hilfe nicht. Leider werden gerade diese Menschen, welche sich für andere aufopfern oftmals enttäuscht oder haben selbst schwere Schicksalsschläge zu tragen.

Ihnen fehlen die Energie, die Liebe und der Glaube an sich selbst.

Ich habe unglaublich viel Energie, Lebensfreude, sowie Liebe im Herzen, weil ich mich zuerst einmal selbst glücklich mache und dieses Glück dann mit vielen anderen Menschen teile.

#### Ein kurzes Beispiel:

*Ich unterstütze monatlich 3 Patenkinder in Peru, Nepal und Benin, gebe spontan für Menschen in Not schon mal € 500.-, wir haben auch schon auf Skiurlaube oder anderes verzichtet, um Geld für eine gute Sache zu spenden und mache ganz bewusst die Begleitung mit Herz und Liebe als Lebensfreudetrainer gratis, damit auch jene etwas davon haben, die sich keine Stunden bei Lebensberatern leisten können.*

Ihr seht also, ich kann dies nur geben und tun, weil ich selbst etwas habe und besitze. Sei es Geld, Wissen, Begeisterung, Mitgefühl, Dankbarkeit oder eben die bedingungslose Liebe. Das wichtigste, was ich aber habe, ist mein Vertrauen und Glaube an Gott. Damit sind wir schon wieder bei einem Lieblingssatz von mir, den Jesus gesprochen hat.

### **Liebe deinen Nächsten wie dich selbst !!!** -- habt ihr verstanden????

Uns selbst müssen wir zuerst lieben, dann können wir diese Liebe teilen. Daher drehen wir diesen Satz einfach mal um und sagen:

### **Liebe dich selbst und teile diese Liebe mit deinem Nächstem!!!**

Vielleicht habe ich als Kind und in all den letzten Jahren in der katholischen Kirche und meiner Erziehung zu Hause etwas falsch verstanden, womit ich ein persönliches Problem hatte und zum Teil noch habe.

Ich habe immer geglaubt, wenn wir uns für andere einsetzen, für andere etwas tun und für andere da sind, werden wir glücklich und zufrieden sein.

Ja nie von sich persönlich sprechen, denn dann gelten wir entweder als „Jammerer oder Angeber“. Am besten sich zurückhalten und nicht zu viel von sich verraten, denn

**„Was könnten den die anderen sagen!!!“** Nur ja nicht zu sehr in der Öffentlichkeit auf sich selber schauen dafür aber die anderen in den Vordergrund stellen.

Wisst ihr was, bei dem Satz **„Was könnten den die anderen sagen“** werde ich emotional, da muss ich mich auch jetzt in diesem Moment ärgern. Ich mag diese Worte nicht, da verliere ich meine bedingungslose Liebe, meinen Frieden im Herzen und teilweise auch meine Beherrschung.

Ich habe diesen furchtbaren Satz jetzt schon über 40 Jahre lang von meinen Eltern gehört und diese Worte zählen für sie mehr als alle meine Träume und Visionen.

Unglaublich wie viele Leistungen, Hoffnungen und Zukunftsvisionen, aber auch Begeisterung und Motivation wurden durch diesen einen Satz schon zerstört, nicht nur bei mir, sondern auch bei vielen anderen Menschen weltweit.



- ☀ Sollen wir alle denn nur Schauspieler in diesem Leben sein und sein wahres ICH für sich selbst behalten??
- ☀ Genügt es, nur verschiedene Rollen zu spielen, den anderen und auch uns selbst etwas vorzugaukeln???
- ☀ Haben wir nicht auch gelernt, die ehrliche Wahrheit zu sagen???

## **Die Wahrheit wie es uns tatsächlich geht, was sich in uns drinnen abspielt!!!**

Es ist doch wohl ein echter Witz, dass, wenn wir fragen: „Wie geht es dir?“ immer dieselbe Antwort bekommen. „Danke es geht mir gut.“

**Seien wir doch endlich ehrlich** und sagen, wenn es uns nicht gut geht. Wenn wir Niederlagen einstecken mussten und wenn wir wieder einmal an allem Zweifeln. Ja was glaubt ihr denn, wie viele schmerzliche Niederlagen ich schon hinnehmen musste, wie oft ich am Boden lag und wie sehr man dann noch auf mich draufgehauen hat.

Ich habe dann aber ehrlich gesagt, wie es tatsächlich in mir drinnen aussieht. Das Gute daran ist: „Immer wenn ich den Mut habe, jemanden zu sagen, wie es mir wirklich geht, ist es augenblicklich besser geworden.“

Um den Menschen, die niemanden zum Zuhören haben eine Möglichkeit zu geben ihre Träume, Wünsche und Visionen jemanden mitzuteilen und sie zu motivieren ihre Träume auch zu leben, biete ich die Begleitung mit Herz und Liebe. Sofern ich Zeit und Freude habe, nehme ich die Menschen genauso wie sie sind und versuche sie und ihre Worte zu verstehen.



((©ORF/Die Barbara Karlich Show, Montag – Freitag, 16:00 Uhr, ORF2))

Als ich vor kurzem von Barbara bei der Show gefragt wurde, was die Begleitung mit Herz und Liebe ist, habe ich leider so schnell keine passende Antwort gefunden. Hier ist sie.

## **Begleitung mit Herz und Liebe bedeutet für mich**

- ☀ Menschen zuhören zu können
- ☀ Menschen meine Lebensfreude spüren zu lassen
- ☀ Menschen zu verstehen
- ☀ von Menschen zu lernen
- ☀ Menschen mit dem Herzen zu berühren
- ☀ Menschen die schönen und angenehmen Dinge im Leben zu zeigen
- ☀ Dankbar für dieses Leben zu sein und dies auch zu zeigen
- ☀ mein Glück mit anderen zu teilen
- ☀ Freude im Leben zu geben
- ☀ GOTT im Herzen zu spüren und dem Leben zu vertrauen

**Hören wir endlich auf, mit der Schauspielerei und uns gegenseitig anzulügen, nur damit wir gut dastehen.**

- ❖ Warum glaubt ihr wohl, werden so viele Antidepressiva, Medikamente, Nikotin, Suchtmittel, Psychologen, Lebensberater, aber auch Alkohol gebraucht???
- ❖ Warum gibt es so viele traurige, energielose, depressive Menschen und Selbstmorde???
- ❖ Warum fühlen sich immer weniger Menschen verstanden und angenommen???
- ❖ Warum sehen so viele Menschen keinen Sinn mehr in ihrem Leben

**Weil wir uns alle im Leben etwas vorspielen,  
das ist die ungeschminkte Realität!!!!**

Auf meiner Visitenkarte steht:

***Mit Herz und Liebe will ich Freude dir schenken und deine Gedanken auf das Gute und Schöne in diesem Leben lenken***

Mit **Herz** deswegen, weil ich überzeugt bin, ein großes Herz zu haben. Außerdem bin ich ein sehr fröhlicher Mensch und trage die Sonne im Herzen.

Mit **Liebe** vor allem, weil ich die Menschen so annehme und akzeptiere, wie sie tatsächlich sind. Wie ich diese Liebe lebe, habe ich euch ja schon weiter vorne in diesem Buch beschrieben. Da ich selber unglaublich viel Liebe in meinem Herzen spüre, bin ich gerne bereit diese auch mit anderen Menschen zu teilen.

Ich mache diese Begleitung mit Herz und Liebe, da mich nichts glücklicher macht, als den Menschen "Freude im Leben" zu geben. Ebenso höre ich gerne Lebensgeschichten und kann für mich und mein Leben noch sehr viel dabei lernen.



Außerdem ist Lebensfreude, Liebe und die Sonne im Herzen unbezahlbar.

***Ich bin daher ein glücklicher Egoist, der es liebt, sein Glück, seine Freude und seine Liebe mit anderen zu teilen***

(Helmut Mühlbacher)

## Nun aber zu meinen Träumen und deren Erfüllung:



Diese Seiten sollen dich darüber informieren, wie es möglich ist seine Träume und Wünsche Realität werden zu lassen. Spätestens seit dem Buch und DVD „The Secret“ glauben immer mehr Menschen daran. Mittlerweile gibt es tausende Bücher und Internetseiten, aber auch schon eigene Wunschseminare.

Es gibt auch konkrete Beispiele in meiner unmittelbaren Nähe, wo ich in Gesprächen erfahren habe, dass sich erfolgreiche Unternehmer und Persönlichkeiten sehr wohl mit diesem Thema beschäftigen.

Für mich persönlich mag es alle diese Hilfsmittel geben und ich habe vieles davon ausprobiert und auch angewandt. Besonders als Mental- und Erfolgstrainer ist es sehr wichtig, davon Bescheid zu wissen.

Mein Erfolgsrezept ist aber etwas ganz anderes:



## GLAUBE an Gott



🌟 GLAUBE an mich selbst



# GLAUBE an das Leben



🌟 GLAUBE an das GUTE in den Menschen und der Glaube an die Menschen



🌟 GLAUBE an das Gelingen und den Erfolg

## Nun wie gehe ich nun konkret vor?

1. Zuerst habe ich einen Traum – (*Paradies für Tiere, Dankbarkeit Stammtische*)
2. Dann folgt meine Vision in Form einer Visionstafel, wo ich meinen Traum und meine Wünsche in Form von Bildern oder geschriebenen Worten festhalte.
3. Ich bespreche diese Vision mit einer oder mehreren Personen meines Vertrauens.
4. Ich kann aber auch um göttlichen Beistand, eine Idee oder Eingebung bitten und mit Gott über meine Träume sprechen. Gott hört immer zu.
5. Wir erstellen eine gemeinsame Vision und dadurch wird daraus ein konkretes Ziel, für das ich ab nun etwas TUN muss.



(Beispiele für Visionstafeln)



## Was ist der Unterschied von einem Ziel zu einem Traum?

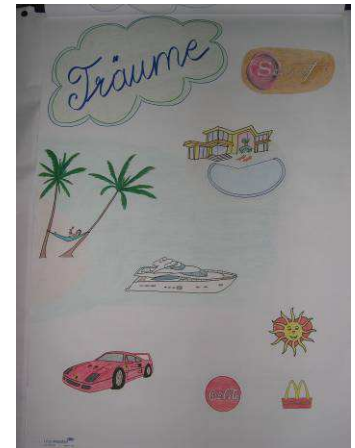
Ein **Ziel** ist im Gegensatz zu einem **Traum** etwas, für das ich mich bewusst entschieden habe. Darüber hinaus sind Träume in der Regel nicht so konkret und genau wie Ziele.

### **In einem Traum vernachlässige ich oft die weiteren Umstände oder Konsequenzen meiner Vorstellung.**

Ich träume z.B. davon berühmt zu sein, lasse dabei aber die möglichen unangenehmen Konsequenzen außer Acht. (berühmter Schriftsteller, Autor und Lebensfreudetrainer)

Als berühmte Person bin ich monatelang auf vielen Teilen dieser Erde unterwegs, lebe dabei nur aus Koffern und habe kaum Kontakt zu meiner Familie, meiner Heimat und meinen Freunden. Mein Privatleben wird durch Fotografen und die Medien beeinträchtigt und ich stehe unter enormen Druck immer wieder Leistung zu bringen, die bei den Menschen ankommt.

Diese unangenehmen Umstände werden beim Träumen einfach nicht beachtet. Wenn ich also weltweit Dankbarkeit Stammtische gründen will, muss ich mit all diesen Konsequenzen rechnen. Bin ich damit einverstanden, wird aus meinem Traum und Vision ein klares Ziel.



## Träume, Visionen oder Ziele ... was ist wichtiger?

Bedürfnisse, Träume und Ziele hängen eng miteinander zusammen.



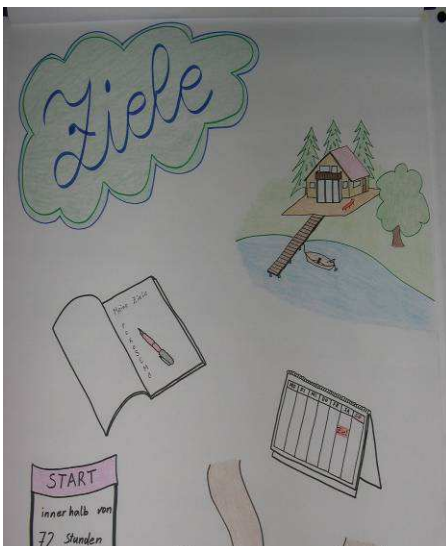
Ohne Ziele werde ich meine Träume nicht verwirklichen können.



Ohne die Fähigkeit zu Träumen werde ich keine Zielvorstellung entwickeln können.



Ohne Visionen wird mir die Kreativität zur Überwindung von Hindernissen oder dem geschickten Umgang mit Problemen fehlen.



**Ich kann weder auf meine Träume noch auf meine Ziele verzichten!**



**„Erfolgreich zu sein setzt zwei Dinge voraus:**

**Klare Ziele und den brennenden Wunsch, sie zu erreichen.“**

Johann Wolfgang von Goethe.



Träume können meine Bedürfnisse zum Ausdruck bringen. *(etwas zum Positiven in dieser Welt zu verändern und meinen inneren, sowie äußeren Reichtum mit anderen zu teilen)*

Um einen Traum zu verwirklichen oder ein Bedürfnis in konstruktiver Weise zu befriedigen brauche ich Ziele, die mir den Weg weisen.

Bei der Entwicklung und Verwirklichung meiner Ziele kann mich die Kreativität meiner Träume unterstützen.

**Oft ist es leider so, dass die Menschen ihre wahren Träume und Ziele liegenlassen, weil sie zu beschäftigt sind ihr Leben zu führen.**

Wie kann man denn zu beschäftigt sein, um seinen innersten Lebensträumen nachzugehen?

Wenn in unserem Leben Bedürfnisse, Träume oder Ziele fehlen oder nur sehr schwach ausgeprägt sind, werden wir mit Sicherheit nicht das Gefühl haben, ein *erfülltes Leben* zu führen.

**Wir brauchen also nicht *nur Ziele* sondern unbedingt auch *Träume*!**

Wecken wir unsere Motivation und Begeisterung für den Erfolg und unsere Träume.

**Wahre Begeisterung entsteht erst, wenn wir das tun, was wir lieben.**

Wir brauchen keine Bücher, Programme oder Berater, um unser Lebensglück zu erreichen. Du brauchst auch mich nicht als Lebensfreudetrainer, Mentaltrainer oder Erfolgstrainer. Alles, was du tun musst, ist diese Frage zu beantworten.

**“Will ich mein Lebensziel aus ganzem Herzen verwirklichen und meinen Weg gehen?”**

**Ja ich will – Freude im Leben den Menschen geben**

Falls wir uns für das neue Lebensziel entschieden haben, muss die Entscheidung unumkehrbar sein. Es wird nicht immer leicht sein und wir werden uns jeden Tag aufs Neue motivieren müssen, doch die Mühen sind es wert.



Bauen wir uns aus den Steinen, die uns in den Weg zum Ziel gelegt werden einfach einen neuen Weg!!!

Malen wir uns dieses Leben in allen Einzelheiten aus. Stellen wir uns die fantastische Zukunft vor und erlauben wir uns, zu träumen. Entscheiden wir jetzt, ob unser Traumleben weiterhin ein Traum bleiben soll oder ob wir es zur Wirklichkeit machen wollen. Wahren Erfolg im Leben können wir nicht kopieren oder von anderen lernen.

Da jeder Mensch anders ist, verschiedene Fähigkeiten, Talente und Stärken besitzt, sind auch die Ziele jeden Einzelnen andere.



Beginnen wir heute noch mit der Verwirklichung unseres Traumes.

Wie ihr an diesem Bild sehen könnt, sitze ich heute hier und schreibe an dem Buch, dass mein Traum Wirklichkeit wird. Die Dankbarkeit, die Liebe und die Lebensfreude zu den Menschen zu bringen.

Wir müssen immer etwas TUN, sonst bleibt es nur ein Traum.

Ein Grund warum viele Menschen Ihren Träumen nicht folgen ist, dass es einfacher ist die Dinge zu akzeptieren wie sie sind.

Es ist einfacher zu sagen "Das ist unmöglich!" oder "Das schaffe ich nie!" als das Risiko auf sich zu nehmen und einfach anzufangen. Der Friedensnobelpreisträger Nelson Mandela hat einmal folgendes gesagt.

*„Unsere tiefgehendste Angst ist nicht, wir könnten ungenügend sein.*

*Unsere tiefste Angst ist, **über alles Messbare hinaus kraftvoll zu sein.***

*Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, das uns am meisten Angst macht.*

*Wir fragen uns, wer bin ich, mich brilliant, großartig, talentiert, phantastisch zu nennen?*

*Aber wer bist Du, Dich nicht so zu nennen?*

*Du bist ein Kind Gottes.*

***Dich selbst klein zu halten, dient nicht der Welt.** Es ist nichts Erleuchtetes daran, sich klein zu machen, damit andere um dich herum sich nicht unsicher fühlen.*

*Wir sind alle dazu bestimmt, zu leuchten, wie es die Kinder tun.*

*Wir sind geboren, um den Glanz Gottes, der in uns ist, zu manifestieren.*

*Er ist nicht nur in einigen von uns, er ist in jedem Einzelnen.*

*Und wenn wir unser Licht erscheinen lassen, geben wir unbewusst anderen Menschen die Erlaubnis, dasselbe zu tun.*

*Wenn wir von unserer eigenen Angst befreit sind, befreit unsere Gegenwart von selbst andere.“  
(Nelson Mandela)*



Dazu noch ein paar Gedanken meines Freundes Werner, die ich euch alle gerne ans Herz legen möchte. Hören wir endlich auf, Angst vor unserer Größe, unseren wahren Fähigkeiten, und unserer inneren Stärke zu haben. Gehen wir hinaus in die Welt, teilen unsere Talente, Dankbarkeit, Liebe, Freude und bringen somit mehr Sonne in die Herzen der Menschen.

Ihr Lieben, ich gehöre noch zu der Generation, die mit dem Spruch groß wurde: „Eigenlob stinkt!“

Man durfte nicht zu dem eigenen Können, den eigenen Fähigkeiten, den eigenen Talenten stehen. Wer das tat, galt als „Angeber“.

Dabei gibt es nichts Wunderbareres, als wenn ein Mensch tief in sich entdeckt, was für wundervolle Talente er in sich hat, wenn er entdeckt, zu welcher Liebe er fähig ist, wenn er merkt, dass er mit seinem Licht diese Welt erhellen kann.

Wenn ich Euch manchmal in meinen Betrachtungen zurufe, dass Ihr alle, jeder Einzelne von Euch, etwas ganz Besonderes seid, dann ist das nicht so dahin geredet, sondern das kommt aus meinem tiefsten Herzen und NIEMALS meinte ich etwas ernster!!!

Schaut mich an:

In meiner Kindheit und Jugend hat man mich wie den letzten Dreck behandelt, hat mir gar nichts zugetraut und sehr häufig hörte ich den Satz:  
„Du bist nicht mehr wert als ein Stück Scheiße!“

Ich saß, - wenn auch auf eine ganz andere Art und Weise -, wie Nelson Mandela im Gefängnis!

Hätte ich auf alle diese Menschen gehört, die mich verachteten und auf mich herabblickten, hätte ich mir entweder das Leben genommen oder wäre in Depressionen versunken.

Ihr Lieben, nehmt Euch die Zeit, die Talente in Euch zu entdecken und lasst Euch nicht entmutigen durch die, die Euch einreden wollen, Ihr hättet keine Talente, keine großartigen Fähigkeiten.

**Ich glaube, dass Nelson Mandela recht hat, dass wir sogar Angst davor haben, zu entdecken, zu welch wunderbaren Taten wir fähig sind.** Lasst uns mutig auf unserem Weg voranschreiten und uns etwas zutrauen.

Deshalb rufe ich noch einmal jedem Einzelnen von Euch zu:

„DU bist etwas ganz Besonderes, glaube es nur endlich und fange an, den Schatz in Dir zu heben!“

Ich wünsche Euch ein fröhliches Wochenende und grüße Euch alle ganz herzlich

Euer fröhlicher und zuversichtlicher Werner

Ich bin der Meinung, dem ist nichts mehr hinzuzufügen. Lasst mir aber bitte ein paar Worte und Zeilen zu meinem Freund Werner Forneberg aus Bremen schreiben. Wir lernten uns vor einigen Jahren durch Facebook kennen.

Mich haben schon immer die Gleichnisse und Geschichten von Jesus fasziniert. Wie es ihm damals gelang mit ganz einfachen Mitteln eine Verbindung zu den Menschen herzustellen. Er hat für jeden einzelnen Menschen immer die passenden Worte gefunden. Er hat unendlich viel Mut, Kraft, Stärke, Hoffnung und Zuversicht gegeben und die Menschen wieder an eine gute, positive Zukunft glauben lassen. Er bewirkte viele große und kleine Wunder.

Mein Freund Werner erinnert mich mit seinen Geschichten und Gedanken sehr an diese Gleichnisse von Jesus. Am besten schreibe ich euch, was auf seiner Homepage steht, dann könnt ihr mich vielleicht besser verstehen. Einige Geschichten kennt ihr ja bereits.



**Auf dem ESELSKIND-Blog stehen inzwischen rund 2.400 Geschichten und montags, mittwochs und freitags kommt jeweils eine weitere hinzu.**

**Ich wünsche jeder Leserin und jedem Leser recht viel Freude beim Lesen der Geschichten und ich hoffe, dass Euch die Geschichten ein wenig ermutigen und Euch veranlassen, niemals aufzugeben, denn denkt bitte immer daran:  
Ihr seid etwas Besonderes, Ihr müsst nur Eurer Licht zum Leuchten bringen**

**Ich lebe, um anderen Menschen und mir Freude zu bereiten und ich lebe nach dem Motto:  
Niemals aufgeben. Beruflich als Lektor gilt:  
Unmögliches wird sofort erledigt, Wunder dauern etwas länger.**

(Bild Werner Forneberg, [www.das-eselskind.com](http://www.das-eselskind.com) )

Ich habe die große Ehre, nicht nur alle Geschichten und Gedanken von Werner bekommen zu haben, sondern diese auch veröffentlichen zu dürfen.

In den Dankbarkeit Stammtischen der Sonne im Herzen wird es immer wieder eine Märchenstunde für Erwachsene geben, wo die eine oder andere Geschichte von Werner vorkommt. Noch viel mehr freut mich aber die Freundschaft und seine persönlichen Nachrichten, Kommentare und Briefe, welche er mir regelmäßig zusendet. Er gibt mir damit unglaublich viel Motivation und Energie, bringt mich aber auch immer wieder zum nachdenken über mich und mein Leben.

Es ist unglaublich, am 15. Juli 2012 als ich seine Worte über meine Geschichte von der Demut gelesen habe hatte er ca. 508 000 Zugriffe auf seiner Homepage <http://www.das-eselskind.com/> am heutigen Tag dem 25. Dezember 2012 sind es schon über 776 000 Zugriffe.

Das bedeutet, eine unglaubliche Menge an Menschen, die regelmäßig seine Geschichten und Gedanken lesen. Ich bin sehr dankbar Werner kennen zu dürfen und freue mich, sein Lebenswerk in seinem Sinne fortführen, begleiten und bereichern zu können.

An dieser Stelle nun bitte ich euch, kurz inne zu halten und Werner zu danken, für all die Freude, Hoffnung, Zuversicht und Liebe, welche er mit seinen Geschichten und Gedanken den Menschen schenkt.

Er schreibt nicht nur darüber, sondern er lebt das auch, davon konnte ich mich schon selbst überzeugen.

Was hat das alles mit Wunscherfüllung und der Verwirklichung von unseren Träumen zu tun??

**Wenn wir nicht an uns und unsere Träume glauben, oder uns von anderen entmutigen lassen, ist es sinnlos uns mit Techniken der Wunscherfüllung oder Zielerreichung zu befassen.**

(Helmut Mühlbacher)

## **Unser Glaube ist die Grundvoraussetzung der Wunscherfüllung**

### **Wünsche werden wahr**



Wir wissen schon ziemlich genau, was wir wollen, haben konkrete Vorstellungen



Das Formulieren von klaren Zielen fällt uns leicht und wir machen dies schriftlich, am Besten mit Bildern, Visionstafeln und dem entsprechenden guten Gefühlen



Wir sehen uns schon in der Situation als wenn der Wunsch bereits erfüllt ist



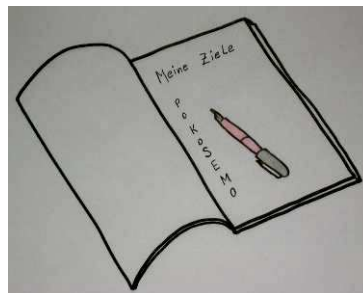
Wir glauben fest an die Erfüllung des Wunsches und lassen ihn dann los



Wir fangen sofort jetzt an, etwas für die Erfüllung des Wunsches zu **T U N**

Im Seminar „Bäuerliches Familienunternehmen“ BFU haben wir gelernt wie wir unsere Ziele in der Sprache unseres Unterbewusstseins am besten formulieren.

- schriftlich,
- präzise, in der Gegenwart,
- positiv,
- konkret,
- selbstverantwortlich,
- motivierend , POKOSEMO



Glaubt mir, das funktioniert wirklich, mit dieser Technik habe ich bis jetzt alle meine Ziele erreicht bzw. übertroffen. Funktioniert auch bei meiner Frau und als Team in der Firma oder am Bauernhof.

**Was immer wir uns vorstellen, können wir auch erreichen, wenn wir nur fest genug daran glauben und dafür etwas TUN**

(Helmut Mühlbacher)

Ich möchte aber noch hinzufügen: Um glücklich zu sein, ist es nicht so sehr von Bedeutung, ob wir uns tatsächlich alle unsere Wünsche erfüllen. Viel wichtiger für mich ist es,

## **DAS BESTE AUS JEDER SITUATION ZU MACHEN**



**„Auch wenn wir die Situation nicht ändern können,  
unsere Einstellung können wir immer ändern“**



|                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b><i>Trenne dich nie von<br/>deinen Visionen und<br/>Träumen</i></b></p> <p><b><i>Wenn sie verschwunden<br/>sind, wirst du zwar<br/>weiter existieren, aber<br/>aufgehört haben<br/>zu leben</i></b><br/>(Mark Twain)</p> |  | <p><b><i>Nenne dich nicht arm,<br/>wenn deine Träume<br/>nicht in Erfüllung<br/>gehen</i></b></p> <p><b><i>Wirklich arm sind nur<br/>jene Menschen, die nie<br/>geträumt haben.</i></b><br/>(Marie von Ebner-Eschenbach)</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

(Alle gezeichneten Bilder sind von meiner Frau Karin Mühlbacher)



**„ERFOLG sollte stets nur die Folge  
Nie aber das Ziel des Handelns sein;**  
(Gustave Flaubert)

Hier nun für unseren Verstand eine kleine Erklärung, wie die Wunscherfüllung funktioniert.

### **Die 3 Bewusstseinssebenen:**

Das **ÜBERBEWUSSTSEIN** ist der universelle und **richtige Ratgeber** für optimale Entscheidungen. Dadurch sind wir in jeder Situation sicher geführt und vermeiden Fehler.



Ich bezeichne dieses Überbewusstsein meine Verbindung mit Gott. Entweder durch Gebet oder Meditation, aber auch einfach in die Stille zu gehen, ist es möglich mit Gott in Verbindung zu treten.

Ohne den direkten Draht und das Gespräch mit Gott wäre dieser Erfolg für mich niemals möglich gewesen.

Andere Menschen nennen dieses Überbewusstsein auch Bauchgefühl, Intuition oder innere Stimme.

Das **ALLTAGS – oder TAGESBEWUSSTSEIN** ist der innere, verstandesbewusste Geist, "der denkt und spricht". Er übt eine logische, verstandesmäßige Kontrolle über das Unterbewusstsein aus.

Zugleich besitzt das Tagesbewusstsein mit seiner Gedanken- und Wortkraft ein großes Potential, das Leben zu bestimmen und die **Macht der Manifestation** (sichtbar machen, was vorher nicht existent war)

- 🌐 Gedanken gestalten meine Wirklichkeit
- 🌐 Durch meine Gedanken setzte ich die schöpferische Urkraft in Tätigkeit
- 🌐 Wenn ich meine Gedanken auf ein Ziel richte, wirken sie wie ein Laserstrahl
- 🌐 Durch die Harmonie meiner Gedanken bestimme ich auch meine Gesundheit
- 🌐 Meine dominierenden Gedanken bestimmen mein „SCHICKSAL“
- 🌐 Durch Gedankendisziplin bestimme ich alle Umstände und damit mein LEBEN

***Das Leben eines Menschen ist - was sein Denken daraus macht.***

(Marcus Aurelius)

## Etwas über unsere Gedanken

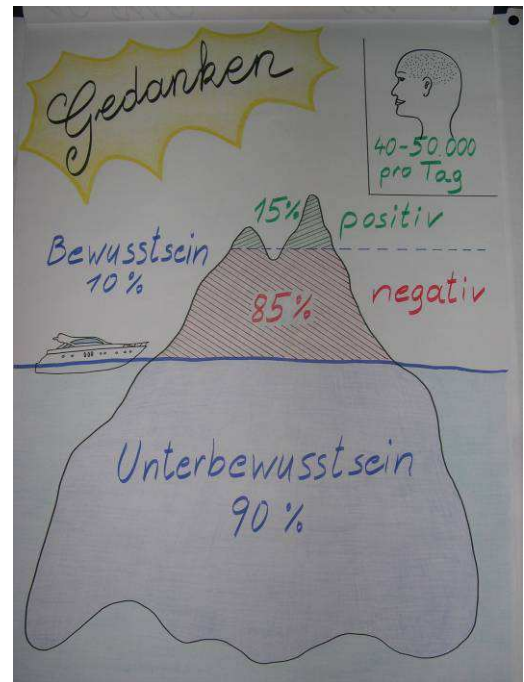
Wir denken pro Tag ca. 40.000 – 50.000 Gedanken

Davon sind uns 10 % dieser Gedanken bewusst

Von diesen 10 % bewussten Gedanken sind nur 15 % positive Gedanken und 85 % davon negativ.

Bleiben noch 90 % unserer Gedanken im Unterbewusstsein verborgen.

Das **UNTER - BEWUSSTSEIN** speichert und erinnert sich an all unsere Erfahrungen und an alle Gefühle, die wir je hatten. Es übergibt diese programmierten Erinnerungen und Lerninhalte wieder an das **BEWUSSTSEIN**.



Die Sprache des Unterbewusstseins sind die inneren Bilder. Indem ich mein U.B. zum Freund gewinne, beherrsche ich auch die unbewussten Energien, **die Gefühle**.

Unser U.B. ist die Summe aller Vorstellungen, Erinnerungen, Eindrücke, Motive und Einstellungen, die in uns sind, die aber zurzeit nicht aktiv sind.



**Beispiel:** Wenn wir lernen Auto zu fahren, müssen wir viele Dinge gleichzeitig tun. Am Anfang fällt uns das schwer. Wir müssen jeden Handgriff bewusst tun. Mit der Zeit automatisieren sich all diese Dinge und wir brauchen gar nicht mehr darüber nachzudenken, was wir tun müssen.

Uns ist das Autofahren in Fleisch und Blut übergegangen oder besser gesagt:

Unser Unterbewusstsein steuert nun viele unserer Handgriffe automatisch, während wir uns auf andere Dinge konzentrieren können.

Weil unser U.B. sehr viel mehr aufnimmt, als uns bewusst ist, kann es uns in entscheidenden Momenten z.B. **den Weg weisen**.

Manchmal kommen auch ganz plötzlich in uns Gefühle auf und wir müssen ohne ersichtlichen Grund weinen oder lachen. Oder wir fühlen uns scheinbar grundlos zu einer fremden Person sehr hingezogen, die wir kaum kennen. In all diesen Situationen übernimmt unser Unterbewusstsein für kurze Momente die Führung.



## Nutzen wir unser Unterbewusstsein

Wir können uns das Wissen und die Kraft unseres U.B. zu Nutzen machen, wenn wir lernen zu verstehen, was es uns sagen will und wie das U.B. arbeitet.

**Unser U.B. hat sehr viel mehr Macht und Einfluss auf uns und unser Leben als uns bewusst ist.**

**Es ist eine Tatsache, dass unser Unterbewusstsein unser Leben bestimmt.**

Wenn wir lernen, diesen Einfluss mehr und mehr für unsere Zielsetzungen zu nutzen, finden wir in unserem U.B. Hilfe und Unter-Stützung.

- ❖ Unser U.B. lässt uns beispielsweise bestimmte Dinge sagen, die wir mit ein bisschen mehr Überlegung so nicht gesagt hätten.
- ❖ Oder es sorgt dafür, dass wir eine bestimmte Entscheidung treffen, die wir vom Kopf her nicht erklären können.
- ❖ Unser U.B. lässt uns manchmal auch zu einem bestimmten Buch greifen, in dem wir eine für uns **wichtige Botschaft finden**.
- ❖ Oder es versucht uns durch Unwohlsein, Erkrankungen oder ähnlichem von etwas abzubringen, z.B. einem Ziel oder von zu viel Arbeit.

Oft boykottieren wir uns unbewusst selbst und wundern uns, warum nichts von dem, was wir uns vornehmen, klappt. Hier gilt es herauszufinden, warum und inwieweit das Unterbewusstsein gegen uns arbeitet.

## Das Unterbewusstsein hat Einfluss auf folgende Bereiche unseres Lebens:

- ☀ auf unsere Verhaltensweisen und Reaktionen
- ☀ auf unsere Einstellungen und Überzeugungen
- ☀ auf unsere Wahrnehmung
- ☀ auf die Bedeutung, die wir den Dingen geben, die geschehen
- ☀ auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden,
- ☀ auf unsere Leistungsfähigkeit und unsere persönlichen Erfolge

Es ist nicht leicht, unser Unterbewusstsein besser kennen zu lernen, gerade weil uns ja vieles nicht bewusst ist.

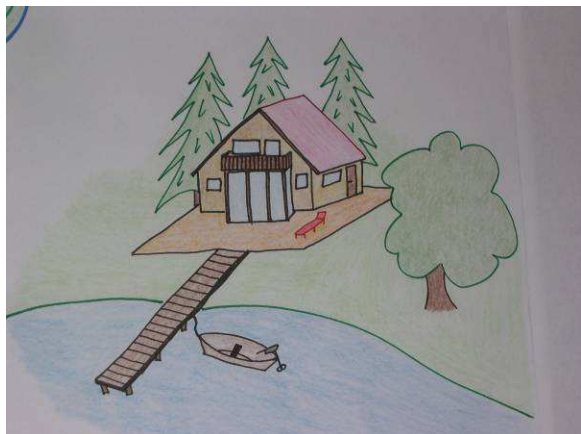
Aber wir können uns einfach mit viel Neugier und Aufmerksamkeit **selbst beobachten** und so sehr viel über unser Verhalten erfahren. Nicht nur unsere Verhaltensweisen und Reaktionen kommen zum Großteil aus unserem U.B, sondern auch **viele unserer Einstellungen**.

Wir haben in unserer Vergangenheit gelernt, welchen Dingen wir positiv und welchen Dingen wir negativ gegenüber eingestellt sind. Unsere Einstellungen beeinflussen nun unbewusst unsere **Verhaltensweisen und Entscheidungen**.

Wenn wir z.B. in unserem U.B einen Glaubenssatz haben, der besagt, dass viel Geld charakterschwach macht oder schlecht sei, dann ist es nicht verwunderlich, wenn wir uns selbst daran hindern, viel Geld zu verdienen. **Unser U.B. ist immer aktiv.**

Wir haben nur nicht immer Kontakt oder Zugriff dazu. Auch wenn wir schlafen, ist unser U.B. aktiv. Es produziert Bilder und ganze Spielfilme – **unsere Träume.**

Wie wir an dem Phänomen der Träume sehen können, liebt das U.B. die Sprache der Bilder. Setzen wir deshalb Bilder und detailreiche Beschreibungen dessen ein, was wir erreichen wollen.



Malen wir uns z.B. die Situation aus, in der wir unser Ziel erreicht haben, in allen Details. Weil das U.B. durch Bilder stark motiviert und angeregt wird, lässt sich die z.B. auch die Methode der **Visualisierung** nutzbringend einsetzen. Auch wenn wir zunächst vieles, was uns unser U.B. zu sagen versucht, nicht verstehen und wenn wir uns vielleicht auch oft über unsere unbewussten Handlungen ärgern – eines ist wichtig:

### **Unser Unterbewusstsein will nur unser Bestes.**

Wenn Du weitere Informationen haben willst, kann ich Dir das Buch von Joseph Murphy „**Die Macht des Unterbewusstseins**“ empfehlen.

Viele erfolgreiche Freunde und Bekannte haben mit diesem Buch begonnen ihr Leben positiv zu verändern und sind sehr erfolgreiche Menschen geworden.

Doch nicht nur auf das Geschäftsleben wirkt sich die Macht des U.B. aus, sondern auch auf die Gesundheit, die Beziehungen und das soziale Umfeld.

Ich möchte mit diesen paar Zeilen nur aufzeigen, wie unser Unterbewusstsein arbeitet, aber wie wichtig auch unser Glaube ist.

Wenn ihr mehr darüber wissen wollt, wie Gedanken wirken und wie wir diese Gedanken steuern, können wir uns gerne darüber bei den Dankbarkeit Stammtischen unterhalten.

Meine Diplomarbeit als Mentaltrainer handelt hauptsächlich von Gedanken und wie wir unsere Ziele erreichen können. Dazu kann ich auch jede Menge Buchempfehlungen geben, falls ihr dies wünscht. Für mich gilt allerdings:



**DANKE LIEBER GOTT FÜR ALLES**

Nun aber zu mir, wie sich meine Träume erfüllt haben und warum ich mich so intensiv mit diesem Thema beschäftige.

## Ich hatte den Traum:



((©alle Zeichnungen von Karin Mühlbacher))

- ☀ von einer harmonischen, wunderbaren, liebevollen, freundschaftlichen Beziehung, mit einer netten zu mir passenden, sowie auch gutaussehenden Partnerin mit der ich eine Familie mit Kindern gründen kann und ewig glücklich bin
- ☀ von einem Paradies in dem ich wohnen, leben und arbeiten darf, Bauernhof – Haus am See
- ☀ von einem Paradies für unsere Kinder
- ☀ von einem Paradies für unsere Tiere
- ☀ von einer eigenen Homepage
- ☀ eines Tages ein Buch zu schreiben
- ☀ mich in die Natur und Stille zurückziehen zu können
- ☀ meinen inneren und äußeren Reichtum mit anderen Menschen zu teilen
- ☀ und natürlich von weltweiten Dankbarkeit Stammtischen der Sonne im Herzen

## **Und meine Träume wurden wahr, denn ich habe bekommen:**



### ☀ Mit Karin meine Traumfrau

liebevoll, fürsorglich, wohlwollend, aufbauend, ehrlich, romantisch, motivierend, sehr gut aussehend, mit großem Herzen. Sie ist immer für mich da und eine wundervolle Mutter.

Außerdem kümmert sie sich rührend und voller Aufmerksamkeit um unsere Tiere, die sie alle homöopathisch, mit Hausmittel und viel Liebe behandelt genauso wie mich und unsere Kinder.

Durch ihren Beruf als Tischlerin hat sie wesentlich dazu beigetragen, aus unserem Zuhause ein echtes Paradies zu machen.

(©Bild von unserem Freund Jürgen Wunderlich [www.jw-fotodesign.de](http://www.jw-fotodesign.de) )

Was mich betrifft kann ich mich für diese Traumfrau nur bedanken, jeden Augenblick mit Ihr genießen, sie mit Respekt, Wertschätzung, Achtsamkeit und Zärtlichkeit behandeln, sowie ihr meine ganze Liebe schenken.

Nun werdet ihr euch fragen, was habe ich dazu beigetragen???

Ehrliche Antwort: **NICHTS**

Warum???

Ich habe nur an die große Liebe und eine perfekte Beziehung für mich geglaubt. Mehr konnte ich nicht tun. Alles andere wurde mir von GOTT, dem Leben, dem Universum, dem Schicksal oder egal wie ihr das nennen wollt, gegeben.

Mittlerweile ist nach 20 Jahren aus der „großen Liebe“ eine bedingungslose Liebe geworden und eine perfekte Beziehung wie ich immer geglaubt habe, gibt es nicht.

**Nein unsere Beziehung ist perfekt so wie sie ist – das zu erkennen ist der Schlüssel zum Glück.**

Genauso müssen wir auch die anderen Menschen sehen. Jeder ist perfekt, genauso wie er oder wie sie ist.

Ich bin jedenfalls glücklich und zufrieden mit meiner Partnerin, aber das habe ich euch ja schon weiter vorne geschrieben.



Das war nicht immer so.

Nun habe ich sehr lange überlegt, ob ich die folgenden Zeilen schreiben soll oder nicht. Mein Herz sagt mir, ich muss es tun.

Meine persönliche Geschichte:

Schon als Jugendlicher habe ich die Frauen immer als etwas „Besonderes“ gesehen, denen ich meine ganze Liebe schenken will. Ich habe immer an die große Liebe geglaubt und Sex war für mich kein großes Thema. Meine erste Freundin war eine sehr schöne Frau, die allerdings nur mit mir gespielt hat. Schon mit 16 träumte ich von der ewigen großen Liebe mit Ihr. In Erinnerung blieben mir viele traurige Momente, Enttäuschungen, jede Menge Ausgaben und viele Tränen, die ich wegen ihr geweint habe.

Daraufhin wurde ich dann Bezirksleiter der Landjugend und war auch im Landesvorstand, um durch diese Tätigkeit und verantwortungsvolle Aufgabe die Sehnsucht nach der großen Liebe zu verdrängen. Als damaliger „Chef“ von 20 Ortsgruppen und ca. 2600 Jugendlichen zwischen 15 und 30 Jahren hatte ich natürlich sehr viele Bekanntschaften vor allem von Mädchen, da ich auch noch ein leidenschaftlicher Tänzer bin. Als Frauenheld war ich überall bekannt, doch ich wollte doch nur das „EINE“ – nicht Sex, wie viele glauben und was in diesem Alter normal wäre – nein ich wollte nur die **„EINE“ große Liebe** für mich.

Könnt ihr das verstehen, man sehnt sich so sehr nach der einen großen Liebe, sucht immer nur nach der passenden Partnerin fürs Leben und bekommt dafür nur jede Menge erotische Abenteuer.

Eines Tages kam sie die „EINE“ – die große Liebe, nach der ich mich ein Leben lang gesehnt hatte. Ich war der glücklichste Mensch auf Erden, alles ging auf einmal wie von selbst, beruflich wie privat, nichts mehr war für mich ein Problem. Mein größter Traum hatte sich tatsächlich erfüllt. Es war der Himmel auf Erden. Leider stürzte dieser Himmel nach ca. einem Jahr komplett ein. Sie hat es sich plötzlich über Nacht anders überlegt und wollte lieber Wirtin werden statt Bäuerin. Alles was sie mir zu sagen hatte war: „Du brauchst nicht mehr zu kommen, denn ich liebe einen anderen mehr“.

Das war alles, einfach so, nach einem Jahr höchster Glücksgefühle und keiner einzigen Meinungsverschiedenheit.

Warum habe ich entschieden, euch das hier zu erzählen?.

Weil es auch heute noch sehr viele Menschen gibt, denen es so geht wie mir damals. Plötzlich taucht aus dem Nichts eine Situation auf, mit der wir niemals gerechnet hätten und eine Welt droht für uns einzustürzen. Nichts ist mehr wie es vorher war.

Viele von uns sind dazu noch in einer Rolle gefangen und müssen diese spielen, ohne ihre wahren Gefühle zeigen zu dürfen. Jeden Abend und natürlich auch jedes Wochenende war ich der Mittelpunkt der Jugend in unserem schönen Land Salzburg. Die Mädchen gingen wieder reihenweise mit mir aus, da ich noch immer sehr beliebt war. Ich verhandelte mit Politikern, war im Parlament in Österreich eingeladen, aber auch bei anderen Jugendorganisationen in Italien, Deutschland und der Schweiz. Es gelang mir, sogar alle 20 Ortsgruppen zur Mitarbeit zu motivieren und schon damals vor 24 Jahren organisierte ich ein Gratis Taxi für den Bezirksball, was heute überall Standard ist.

In Wirklichkeit wollte ich jedoch nur sterben. Das alles und überhaupt das ganze Leben hatte für mich keinen Sinn mehr. Wäre ich nicht zu feige gewesen, hätte ich mir sicher das Leben genommen. All der schöne Schein, die große Beliebtheit, die vielen Mädchen und die Erfolge waren sinnlos für mich. Bei jedem Auftritt in der Öffentlichkeit und unter anderen Menschen war mein Lachen und meine gute Laune im Vordergrund, doch in Wirklichkeit hätte ich nur noch weinen können. Nichts und niemand konnten mir noch einen Sinn im Leben geben.

Niemand außer ich mir selbst, konnte mir da raus helfen. Heute als Lebensfreudetrainer und Begleiter mit Herz und Liebe werde ich auch sehr oft mit Liebeskummer konfrontiert und vielen Menschen geht es ähnlich wie mir damals. Es gibt so viele Seelen, die wegen einer zerbrochenen Liebe keinen Sinn mehr im Leben sehen. Durch meine persönliche Erfahrung und meine Geschichte fällt es mir deshalb leichter andere Menschen zu verstehen und ihnen Hoffnung, Mut und Zuversicht zu vermitteln.

Rauskommen aus dieser Situation müssen sie allerdings selber.



Nun wieder zu der Erfüllung meines Traumes:

Jetzt in diesem Augenblick, wo ich trotz aller Bedenken entschieden habe, meine Geschichte mit euch zu teilen bin ich 19 Jahre mit Karin zusammen. Ich darf mit einer Frau zusammen sein, die alle meine Träume und Wünsche übertroffen hat. Während ich hier sitze und euch meine Gedanken mitteile, bereitet sie gerade das Silvestermenü für unsere Familie und unsere Freunde vor. Ich habe diesen Engel plötzlich aus dem Nichts bekommen – einfach nur so, weil ich den Glaube an die große Liebe nie ganz verloren habe und diese Liebe mit ihr teile.



**Wenn man Liebe nicht  
bedingungslos Geben und  
nehmen kann,  
ist es keine Liebe,  
sondern ein Handel**

(Emma Goldman)

Was ist also geschehen, von den Ansichten über mein sinnloses Leben, bis zur Erfüllung meines größten Traumes???

**Ich habe einfach nur meine Gedanken geändert!!!**

So einfach ist das – oder eben auch nicht, wenn wir in unseren alten Mustern und Gewohnheiten gefangen sind und in Selbstmitleid zerfließen.

**Ich habe gelernt mich selbst so sehr zu lieben, dass ich niemals mehr auf die Liebe eines anderen Menschen angewiesen bin, sondern im Gegenteil, ich darf diese Liebe in mir jetzt mit anderen Menschen teilen**

(Helmut Mühlbacher)

Dadurch kann ich dir helfen aus deinem Selbstmitleid und alten Mustern auszusteigen. Hören wir endlich auf, Mitleid mit uns selbst und anderen Menschen zu haben.

Zu Leiden bringt keinem etwas.

Entwickeln wir dafür wieder mehr Mitgefühl und Verständnis für uns und andere.





## Ein Paradies indem ich wohnen, leben und arbeiten darf

Da wir in einer landschaftlichen sehr schönen Gegend wohnen und das große Glück haben einen Bauernhof bewirtschaften zu dürfen, war es kein Problem, gemeinsam mit Karin als Tischlerin und meinen Eltern ein kleines Paradies für uns zu schaffen, wo wir leben sowie arbeiten dürfen und sich alle wohlfühlen.

Karin und ich haben an das schöne neue Heim geglaubt und uns mit viel Arbeit, Liebe und der großartigen Hilfe vieler Menschen diesen Wohnraum erfüllt. Dies ist wiederum ein Beweis, wie Träume Wirklichkeit werden können.

Da ich als Beamter nur € 1.300.- im Monat verdiente, wäre dies mit diesem Gehalt unmöglich gewesen. Unser U.B. hatte das eindeutige Ziel diesen Traum zu erfüllen und so arbeiteten Karin und ich noch nebenbei beim Flughafen in Salzburg (ich) Baumax und Lienbacher (beide). Innerhalb von 5 Jahren konnten wir uns somit dieses Paradies errichten.

Dies soll für alle eine Ermutigung sein, welche glauben sich ihre Wünsche und Träume nicht leisten zu können. Auch wenn es anfangs so aussieht, als würde dieser Traum nie umsetzbar sein, ist alles möglich.

Wenn ihr aus euren Träumen eine Vision macht und diese dann in konkretes, wie vorhin beschriebenes Ziel umwandelt, zieht ihr genau die Dinge an, um euer Ziel zu erreichen.

**Das Zauberwort um Träume zu verwirklichen hat nur 3 Buchstaben und heißt**

**T U N**





## Mit Maria und Manuel zwei wundervolle Kinder

Die mir sehr viel Rückhalt geben, mich immer wieder neu motivieren, schon so vieles im Leben anders sehen, einfach im Hier und Jetzt leben. Dabei können wir Erwachsenen noch so viel lernen von unseren wunderbaren Kindern.

Sie sind unser bestes Spiegelbild und ich bin dafür Gott von Herzen dankbar, so gesunde, liebevolle und glückliche Kinder haben zu dürfen, mit ihnen spielen zu können und das Lachen in ihren Gesichtern zu sehen.

Das wunderbarste was Eltern von den Kindern hören können ist: „Mir geht es gut, ich bin so richtig glücklich“ diesen Satz darf ich sehr viele Tage im Jahr von meinen Kindern hören.

Dabei ist es doch völlig egal, ob die Noten besser oder schlechter sind, solange die Kinder Freude im Leben haben. Außerdem finde ich, haben die Kinder immer viel zu viel Hausaufgaben auf. Unsere Gesellschaft ist zu sehr auf Leistung und Druck aufgebaut, wobei das Leben viel zu oft auf der Strecke bleibt.

## **Arbeiten wir um zu LEBEN, doch Leben wir nicht, um nur zu arbeiten.**

Dabei sind es doch gerade die Ideen und deren Verwirklichung, welche die meisten Arbeitsplätze schaffen. Also müsste vielmehr auf die Kreativität der Kinder eingegangen werden. Leistungsdruck hat noch nie Arbeitsplätze, die Gesundheit und das Wohlbefinden gefördert. Kreativen Erfindungen haben wir unseren ganzen Wohlstand zu verdanken.

### Ein paar Gedanken zu Kindern

von Neale Donald Walsch gelesen im Buch „Der Sturm vor der Ruhe – Gespräche mit der Menschheit“ welche mich sehr betroffen machen.



**„Niemals würdet ihr zulassen, dass ein Mitglied eurer Familie vor eurer Haustür verhungert. Dennoch lassen wir zu, dass in jeder Stunde 400 Kinder verhungern – auf einem Planeten, auf dem es mehr als genug gibt, um sie alle zu ernähren. Das Problem ist nur, dass wir diese Kinder nicht als Mitglied unserer Familie betrachten!!!“ (Zitat von Neale Donald Walsch)**

Was Neale hier anspricht ist ein echtes Glaubensproblem, das hat nichts mit der wirtschaftlichen Lage zu tun. Würden wir endlich anerkennen, dass andere Kinder genauso viel wert sind wie unsere eigenen Kinder, würde es diese traurige Realität nicht geben.

## **Hören wir endlich auf zu sagen, das kann ich sowieso nicht ändern und beginnen wir etwas zu TUN!!!**

Nachdem ihr dies gelesen habt, werdet ihr sagen: „Der soll doch endlich aufhören uns zu sagen, was wir tun sollen und dafür selber tätig werden.“

Liebe Leserinnen und Leser ich möchte mich bei allen diesen 400 Kinder welche stündlich an Hunger sterben entschuldigen und Gott um Verzeihung bitten, dass ich nicht mehr tue!!!

Wie ihr alle wisst, versuche ich meistens das Beste aus jeder Situation zu machen. Da Karin und ich zwei gesunde Kinder bekommen haben, sind wir nicht nur im Herzen dankbar dafür, sondern spenden jedes Jahr an Menschen die beeinträchtigte Kinder haben oder an Licht ins Dunkel einen kleinen Teil, auch wenn wir dafür auf etwas verzichten müssen.

Inzwischen besuchen unsere Kinder die Pferdefachschule bzw. die Landwirtschaftliche Fachschule und wohnen im Internat. Da sie noch kein eigenes Geld verdienen, aber dennoch Ausgaben haben (Tochter für Auto, tanken, Versicherung usw.- Sohn Moped usw.) überweise ich ihnen monatlich € 100.- als Taschengeld. Da mir aber das Leid und der Hunger anderer Kinder sehr wohl bewusst sind, unterstützen wir seit 2 Jahren auch noch 3 Patenkinder des SOS Kinderdorfes in (Nepal, Peru und Benin) mit € 100.-

**Jetzt überlegt mal:** Nur mit jenem Geld, dass eines unserer Kinder als Taschengeld bekommt, kann ich 3 anderen Kindern nicht nur das Leben garantieren, sondern auch die Schulbildung finanzieren. Normalerweise müsste ich 10 Patenkinder unterstützen, wenn sie annähernd gleich viel wert sein sollen wie unsere Kinder. **Da habe auch ich noch einen weiten Weg vor mir.**

Eines ist aber ganz klar für mich: Sollte irgendwann der Zeitpunkt kommen, wo ich das Gefühl habe, zu wenig Geld zur Verfügung zu haben, um meine Ausgaben bezahlen zu können, wird der Dauerauftrag für unsere Patenkinder erst als allerletztes gekündigt.

**Ja ich weiß, ich könnte noch viel mehr tun und solange ich nicht selber mehr tue, werde ich niemals andere Menschen für ihr Verhalten kritisieren !**

Dieses Buch kostet ja auch eine Menge Geld, bevor es dann als Bestseller den entsprechenden Gewinn bringt. Was ist nun klüger, die Kosten welches dieses Buch bei der Entstehung verursacht jetzt gleich zu spenden oder darauf zu vertrauen, dass dieses Buch „Danke lieber Gott „ ein echter Bestseller wird und ich mit diesem Gewinn (nach Abzug der Steuern) dann Hunderte Patenkinder sowie andere, denen es nicht so gut geht unterstützen kann ???

**Mitleid ist hier der falsche Weg, denn davon werden die hungernden Kinder nicht satt!!!**

Mitgefühl und konkretes TUN – sowie eine Bewusstseinsänderung bei vielen Menschen herbeizuführen ist hier die echte Lösung, um auch diesen Kindern ein Leben in Würde zu garantieren.

**DANKE LIEBER GOTT FÜR ALLES und  
LIEBE DEINEN NÄCHSTEN WIE DICH  
SELBST!!!**





## Ein Paradies für unsere Kinder

Trotz allem Leid dieser Welt - wenn ich bereit bin für andere etwas zu TUN, ist es herrlich, zu sehen, wie gut es unseren Kindern geht, wie zufrieden und glücklich sie sind. Ich habe das große Glück ihnen alles geben zu können, was Kinder brauchen.

- ❖ Liebe,
- ❖ Zeit,
- ❖ die Natur
- ❖ Verständnis, Toleranz
- ❖ Zuhören, Gespräche
- ❖ und den freien Willen selbständig entscheiden zu können was für sie wichtig erscheint.

**Ihr seht also, das kostet alles kein Geld, macht das Leben aber um so vieles schöner.**

Anfangs war es noch ein kleiner Spielplatz, doch seit Manuel 8 Jahre alt war, fährt er bereits mit den großen Traktoren und mit 11 Jahren erledigte er schon alle Traktorarbeiten alleine. Heute ist er schon 15 und wir beide bilden ein Super Team, wenn es um die Arbeit am Bauernhof geht. Maria 17 ist sehr sozial und tierliebend, arbeitet mit Freude im Stall mit, geht gerne reiten, liest sehr viel, kümmert sich auch um andere Menschen und natürlich um Tiere. Hat gemeinsam mit meiner Frau Tierkommunikationskurse besucht, um unsere Tiere noch besser verstehen zu lernen.

Als die Kinder noch klein waren, haben Karin und ich ihnen einen tollen Spielplatz errichtet, um sich am Bauernhof so richtig wie im Paradies zu fühlen. Später als die Kinder die Schule besuchten, veranstalteten wir auch „Schule am Bauernhof“ und luden die Kinder bei Wanderausflügen auf unseren Spielplatz ein, sodass an einem Tag schon mal über 100 Kinder auf dem Bauernhof waren. Der Spielplatz hat diesem Ansturm leider nicht mehr standgehalten.

*Es ist gar nicht so einfach Bilder von diesem Spielplatz hier zu veröffentlichen, da ich von jedem Kind bzw. deren Eltern das Einverständnis brauche. Unser Sohn hat mir den Auftrag gegeben, in diesem Buch und auch sonst wo keine Bilder zu verwenden, wo er zu sehen ist. (Ausnahme jene paar Bilder, die er mir erlaubt hat zu veröffentlichen). Ich respektiere diesen Wunsch natürlich..*





## Ein Paradies für unsere Tiere

Diesen Traum verwirklicht zu haben, darauf sind wir am meisten dankbar. Denn einen Laufstall zu bauen, damit sich alle Tiere frei bewegen können, war immer unser Wunsch. Jedoch ist dies mit sehr hohen Kosten verbunden.

Darum erschien uns das Anfangs völlig unmöglich zu sein, da wir durch den Hausumbau und Investitionen in verschiedene Maschinen kein Geld mehr für dieses Vorhaben zur Verfügung hatten.

2003 planten wir schon ganz konkret, wie unser Traum verwirklicht werden soll. Karin zeichnete den Plan und ich übernahm alles Organisatorische. Da wir ganz fest und ohne Zweifel an **unsere Wunscherfüllung glaubten** und auch dafür schon etwas getan haben, lernte ich viele großartige Menschen kennen, die uns richtig beraten, ja uns sogar finanziell geholfen und uns immer unterstützt haben.

Danke dafür allen, vor allem aber der Firma Stockinger. Erst durch die großartige Hilfe von Familie Stockinger wurde dieser Traum zur Realität. Ich gebe es ehrlich zu, ohne Franz Stockinger hätten wir niemals den Mut gehabt ohne Geld diesen Laufstall zu bauen. Durch unseren Glauben, haben wir genau **die richtigen Menschen angezogen**, und so konnten wir uns ohne Startkapital und mit Hilfe unserer Eltern, Schwiegereltern, Freunde und Verwandten unseren Traum von einem Paradies für Tiere erfüllen.

Wir haben von 2005 bis 2007 gebaut, sehr vieles selber gemacht, wobei die Kosten dennoch € 350.000.- waren. Und jetzt kommt das Unglaubliche. Heute am 31.12.2012 sind wir schuldenfrei. Auch der geförderte 20 jährige Investitionskredit ist schon zu 2/3 zurückbezahlt. Ihr seht also damit eindeutig, was der Glaube an den Erfolg bewirken kann, doch der Glaube allein ohne etwas zu TUN bewirkt gar nichts.

**Unseren Tieren ein echtes Paradies zu bieten, davon sind wir noch weit entfernt, sofern wir sie nur für unsere Zwecke benutzen, auch wenn wir dies noch so liebevoll tun!!**

(Helmut Mühlbacher)

Die Lösung und das Ziel kann nur sein:

Unseren Bauernhof wirtschaftlich unabhängig vom Milchpreis zu machen. Wenn wir die kleine bäuerliche Landwirtschaft erhalten wollen, müssen wir unsere Produkte und Mittel zum Leben wieder mehr wertschätzen und dementsprechend auch wesentlich mehr für unsere hervorragenden Produkte Erlösen. Doch müssen wir zuerst säen – bevor wir ernten können.

Karin und ich haben deswegen schon eine neue Vision entwickelt, jetzt gilt es

- Andere Betriebe in ähnlicher Richtung zu besichtigen und das Beste daraus zu machen
- Unsere Kinder und falls möglich auch unsere Eltern von dieser Lösung zu begeistern
- Die Vision gemeinsam im Team umzusetzen



Anlässlich des Welttierschutz Tages habe ich mir Gedanken über unseren Bauernhof, unsere Tiere, den Umgang mit unseren Tieren und der anderer Landwirte gemacht.

Wir in Österreich leben ja noch in einem wahren Paradies mit vielen kleinen Bauernhöfen und Landwirte, die sich noch besonders um ihre Tiere kümmern. Viele davon sind im Nebenerwerb, wo sich dann vor allem die Frauen um das Wohl der Tiere sorgen.

Aufgrund meiner Tätigkeit als Lebensfreudetrainer und Naturschutzpraktiker habe ich auch sehr viele Kontakte zu aktiven Tier und Umweltschützern. Leider wird von diesen Organisationen vor allem das Negative an den Pranger gestellt und furchtbare Bilder im Internet verbreitet, doch von positiven Beispielen, wie es auch möglich wäre, hört und sieht man kaum etwas.

Meine Aufgabe als Bauer und Lebensfreudetrainer sehe ich vor allem darin, hier das Positive und Schöne in den Vordergrund zu stellen und Möglichkeiten aufzuzeigen wie eine gewinnbringende Zusammenarbeit für beide Seiten möglich wäre. Darum habe ich Fotos von den Tieren auf unserem Bauernhof gemacht. Hier eine kleine Bilderserie, wie Tierhaltung auch möglich wäre und wie sie von vielen Bauern in Salzburg auch tatsächlich durchgeführt wird.

### **Ein paar Eindrücke von unseren Tieren:**



Je nach Lust und Laune können die Tiere Tag und Nacht vom Auslauf oder dem Stall auf die Weide. Einzige Ausnahme: bei Regenwetter bleiben sie im Auslauf um den Boden zu schonen. Im Sommer sind die Kühe vor allem nachts auf der Weide und im Herbst genießen sie die Sonne am Tag.



direkt vom Auslauf auf die Weide mit Bäumen, die Schatten spenden

Die Kühe können entweder im Auslauf auf den Kuhmatratzen liegen bleiben, oder auf der Weide sich unter einen Baum legen.

Hier sind die Geschmäcker ganz verschieden.





Gummimatten bieten Schutz für die Klauen vor Schotter und Steinen und sorgen bei Nässe und Regenwetter dafür, dass der Zugang zur Weide immer sauber bleibt.



Unseren Tieren stehen 15 ha grüne Wiesen rund um unseren Bauernhof zur Verfügung.

Im Hintergrund schön zu sehen der Grabensee ein echtes Natur- und Umweltparadies, wo die Welt noch heil ist. Dazu kommen dann noch der Mattsee und Obertrumnersee mit den Bergen und der Mozartstadt Salzburg in unmittelbarer Nähe.



#### Wellness für die Kühe!!!

Wer will, kann nach der Weide noch eine Massage genießen.

Dafür steht diese Massage- und Reinigungsbürste Tag und Nacht zur Verfügung.

Auch viele andere Landwirte bieten diesen Luxus ihren Tieren

besonders gerne wird auch diese mechanische Massagebürste benützt

Im Auslauf stehen noch 2 mechanische Massagebürsten zur Verfügung, die sehr gerne angenommen und benützt werden.

Ist nicht teuer, bringt aber für das Wohlbefinden der Tiere sehr viel. Auch diese Bürsten werden bei vielen anderen Bauern verwendet.



Für Alle Tiere besteht die Möglichkeit rund um die Uhr frisches Gras zu fressen.

Durch das Futterband können unsere Tiere Tag und Nacht das frische Gras oder im Winter das Heu fressen. Sie können jederzeit ihren Platz wechseln, eine kann der anderen das Futter zuschieben, sodass alle immer genug zu fressen haben.



Heu zusätzlich zu frischen Gras

Da unsere Tiere schon sehr verwöhnt sind, können sie rund um die Uhr auch im Sommer Heu fressen, sollte ihnen das Gras nicht mehr schmecken. Dieses Bild gibt mir auch die Gelegenheit auf eine Kritik zu antworten. Leider müssen wir diese Ohrmarken bei den Tieren verwenden. Es ist dies eine Vorschrift der EU. Sollte auch nur bei einem Tier keine Ohrmarke vorhanden sein, wird unser Betrieb für eine bestimmte Zeit gesperrt und wir bekommen eine Strafe. Wir wollen dies zwar nicht, müssen uns aber daran halten.



Hier sehen wir unsere Kuh Vera nachdem sie frisches Wasser getrunken hat. Es stehen fünf Tränkebecken zur Verfügung, sodass alle Tiere immer genügend frisches Wasser zu trinken haben.

Auch hat jedes Tier einen Namen bei uns. (Von den Pferden bis zu den Katzen)

Je nach Wunsch können sich unsere Kühe aussuchen ob sie lieber im Stall auf dem Mistbett mit Stroh liegen, oder auf der Kuhmatratze. Im Auslauf steht ihnen ebenfalls eine Kuhmatratze zur Verfügung oder sie legen sich einfach auf die Weide.







Sollte es im Sommer zu heiß sein, stehen 4 Kuhduschen zur Verfügung. Schön zu sehen auch der breite Gang und der Lichteinfall durch die Sonne in den Stall.

Im Sommer halten sich die Kühe meistens im Stall und nur nachts auf der Weide auf.



Unsere Tiere bekommen auch nur natürliches Salz aus Berg Kern, welches kein Jod enthält. Dazu gibt es dann noch Mineralstoffe, welche sie benötigen. Vieles ist ja bereits in unserem Boden vorhanden.



Da es im Winter keine Weide gibt, dürfen sich die Tiere im Schnee austoben. Sollte es ihnen zu anstrengend werden, warten im Stall ja die Massagebürsten, Kuhmatratzen und Liegeboxen mit Stroheinstreu – alles von der Firma Stockinger. (Sorry, diese Werbung muss einfach sein ☺ ☺ ☺)





Hier können sich die Kühe austoben, Heu von der Futterraufe fressen oder sich auf den Kuhmatratzen ausruhen.

Im Sommer sind nachts und am frühen Morgen alle Liegeplätze belegt. Es kann sogar vorkommen dass einzelne Kühe lieber auf Beton als auf der Wiese oder der Kuhmatratze liegen, wie man hier deutlich sieht, wäre noch genügend Platz auf der Kuhmatratze.

Hier warten die Tiere bis sie auf die Weide dürfen. Da sie eine Straße überqueren müssen, wird der Zugang zur Weide für die Zeit der Milchabholung gesperrt.

Meistens unterhalten sich die Kühe dann mit unseren Katzen, die sehr verspielt sind.



Der wohl umstrittenste Punkt bei Diskussionen mit Tierschützern und Veganern ist die Milchproduktion und das melken der Kühe.

Hier ist zu sagen unsere Kühe sind keineswegs überzüchtet, geben beste Milch und fühlen sich dank modernster Technik auch beim melken wohl.

Alle Kälber bei uns werden zuerst mit Muttermilch (Biestmilch und später mit normaler Milch von anderen Kühen versorgt) Auf unserem Bauernhof werden auch noch Kühe gemolken, die nur auf 3 Vierteln (Zitzen) Milch geben und alle Tiere werden seit 7 Jahren nur homöopathisch behandelt.

Meine Frau kennt jede Kuh nicht nur beim Namen, sondern auch alle ihre Eigenheiten und Charaktereigenschaften, sodass sie über 100 verschiedene homöopathische Mitteln und verschiedene Hausmittel in Verwendung hat. Je nachdem was zu der jeweiligen Kuh gerade passt. Die Klauenpflege und Hufpflege bei unseren Pferden wird ebenfalls von meiner Frau persönlich durchgeführt. Ohne Homöopathie hätten wir die Milchproduktion schon aufgegeben.

Die Alternative sind Agrarfabriken mit über 100 Kühen oder gleich alles vom Ausland importieren. Nicht zu vergessen, dass gerade wir unseren Boden nachhaltig und biologisch bewirtschaften und somit unser Wasser schützen, und für diese schöne Landschaft sorgen.





Hier gäbe es natürlich auch eine Alternative zur Tierhaltung denn wir könnten Elefantengras säen oder Mais für die Energieproduktion anbauen, während anderswo Millionen Menschen hungern. Das werden wir sicherlich nicht tun !!!

Hier noch ein Bild von unserem Paradies mit 3 Seen und den Bergen im Hintergrund.



Stellt euch mal vor, wenn es keine Milchproduktion gibt und hier Weiden oder Elefantengras für die Energieproduktion angebaut wird, wie dann diese Landschaft aussehen würde.

Also wenn schon Kritik zum Welt Tierschutztag dann bitte auch die Folgen bedenken wie unsere Landschaft ohne Tiere aussehen würde und ein Leben ohne bäuerliche Landwirtschaft.

Als Abschluss habe ich noch einige Bilder von unseren Kälber, Pferden und Katzen zugefügt.







## Eine eigene Homepage

Auch dieser Wunsch hat sich erfüllt und ich habe seit 2009 die Homepage [www.freude-im-leben.com](http://www.freude-im-leben.com) wo vor allem alle Geschichten von meinem Freund Werner in einem eigenen Link zu lesen sind. Diese Homepage ist eine echte Hilfe zur Selbsthilfe, da ich von 2 der besten Psychotherapeuten Deutschlands Dr. Rolf Merkle und Dr. Doris Wolf die Erlaubnis erhalten habe ihre Tipps in Verlinkungen den Lesern dieser Homepage zur Verfügung zu stellen.

Solltet ihr also mal „Hilfe zur Selbsthilfe“ benötigen unbedingt diese Homepage besuchen, was seit 2009 schon über 60.000 Besucher getan haben.

The screenshot shows a website with a yellow background. At the top left is a logo of a smiling sun. Below it is a list of links: Geschichten von Werner, 10 Wege zum Glück, Träume werden wahr, Bücher für Dich, Dankbarkeitsbuch, Über mich, Tipps/Selbsthilfe, Aktuelles, Unser Paradies/Fotos, Wunschbuch, Helmut's Blog. To the right of the list is a small text: 'Letzte Aktualisierung immer Aktualisiert', 'Optimiert für eine Auflösung 1024x768'. At the top right is a navigation bar with links: Startseite, Gästebuch, Glücksinfo, Freunde, Kontakt, Impressum. Below the navigation bar is a large image of a sunset over water with the text 'Schön, dass Du da bist' and 'und Dir Zeit nimmst für Dich'. Below this is a large orange banner with the text 'Freude im Leben will ich Dir geben'. Below the banner is a text block: 'Forum für Lebensfreude, Liebe, Gedankenaustausch, Dankbarkeit, Wünsche, Träume, Freunde finden, Mentaltraining, Spiritualität, Glaube, Gelassenheit, Ruhe, Natur, Erfolg, Achtsamkeit, Wertschätzung und Friede im Herzen durch die 10 Wege zum Glück.' Below this is a section titled 'Facebook-Profilbanner' with a sub-header 'Helmut Mühlbacher | Erstelle dein Profilbanner' and a row of four small images. Below this is a section titled 'Herz und Liebe' with a sub-header 'Begleitung mit Herz und Liebe' and a list of links: Freude im Leben, Herz und Liebe, Herz und Liebe Blog, Herz und Liebe Dankbarkeit, Lebensfreude. Below this is a section titled 'Wer bin ich ?' with a sub-header 'Helmut Mühlbacher' and a small image of a man. To the right of the 'Facebook-Profilbanner' section is a text block dated 'Sonntag, 16. Dezember 2012' with the title 'Die Geschichte der Kerze' and the subtitle 'Gedanken zur Barbara Karlich Show'. The text block contains several paragraphs of text, including a quote from Helmut Mühlbacher: 'Es kann doch nichts Schlechtes sein, wenn wir jemanden etwas Gutes tun. (Helmut Mühlbacher)'. Below the text block is a section titled 'Die Geschichte der Kerze:' with a sub-header 'Jetzt habt ihr mich angezündet und schaut in mein Licht. Ihr freut Euch an meiner Helligkeit, an der Wärme, die ich spende und ich freue mich, dass ich für euch brennen darf.'

Danke an meinen Arbeitskollegen Manfred Schmid für die Gestaltung dieser Webseite. Da diese Homepage bereits sehr veraltet ist und ich keine besonderen Kenntnisse habe, wie ich sie verändern kann, habe ich meinen Freund Jürgen Tesch gebeten eine neue Webseite für mich zu gestalten, welche ich jederzeit verändern und selber neu gestalten kann.

Aus dieser Idee ist dann die Begleitung mit Herz und Liebe entstanden. Ihr könnt die neue Webseite unter [www.herzundliebe.com](http://www.herzundliebe.com) finden. Dort habe ich alle meine Gedanken reingeschrieben welche ich bereit bin mit den Menschen zu teilen. Es ist eine große Freude für mich, dass schon über 50000 Zugriffe innerhalb eines Jahres auf diese Seite erfolgten. Hier könnt ihr euch dann auch dieses Buch runterladen und ausdrucken, falls ihr es euch nicht kaufen könnt oder kaufen wollt.



Hier ist der Inhalt dieser Webseite zu sehen: <http://herzundliebe.com/>



Weil ich etwas getan und daran geglaubt habe wurde auch dieser Wunsch zur Realität



## Eines Tages ein Buch zu schreiben



Auch dieser Traum wurde bereits wahr, sonst hättest du dieses Buch nicht in den Händen.  
Irgendwann einmal in Pension ein Buch über meine 10 Wege zum Glück zu schreiben, war immer mein Traum.

Nun fühle ich mich noch sehr jung und in Pension will ich gar nicht gehen, da es mein Ziel ist, mit 95 Jahren als Lebensfreudetrainer den Menschen noch viel Mut, Hoffnung und Zuversicht zu geben.

Da sich mit 43 schon alle meine Träume erfüllt haben, ist genau jetzt der richtige Zeitpunkt ein Buch darüber zu schreiben. Außerdem befindet sich in diesem Buch auch noch das Anmeldeformular für die Dankbarkeit Stammtische, damit auch mein letzter Traum mit eurer Hilfe noch Wirklichkeit wird.

### **Hast du dich schon angemeldet?**

Es ist ein unbeschreibliches Gefühl entweder am See zu sitzen oder hier in der warmen Stube und mein Wissen, meine Erfahrungen und meine Gedanken mit euch zu teilen. Da lesen schon immer meine größte Leidenschaft war, habe ich schon über 500 Bücher gelesen und mir Notizen davon gemacht. Vielleicht klingt das jetzt ein wenig großspurig, aber ich habe noch nie so ein Buch in den Händen gehabt, wie dieses hier. Vielleicht wollte ich gerade deshalb selbst ein Buch schreiben, weil es ein solches noch nicht gibt.

Es handelt von der bedingungslosen Liebe, der Dankbarkeit mit der Bitte und dem Anmeldeformular konkret etwas zu tun. Ihr erfährt etwas über meine 10 Wege zum Glück, über Wunscherfüllung, über unseren Bauernhof, meine Visionen und nicht vergessen. Dieses Buch ist eine echte Gebrauchsanleitung zum LEBEN und zeigt euch wie ihr zufrieden und glücklich sein könnt. Wisst Ihr noch wie ????

## **Das Beste aus jeder Situation zu machen und DANKE lieber Gott für ALLES!!!**

Das Interessanteste in diesem Buch kommt aber noch. Ihr seid direkt dabei, wie aus einem Traum eine Vision und daraus ein konkretes Ziel entsteht.

### **ACHTUNG WICHTIG !!!**

**Auch wenn ich dir hier in dem Buch meine Gedanken, Ideen und Ansichten präsentiere, achte nur auf dein Gefühl, deine Intuition und deine Wahrnehmung.  
Du sollst nur das glauben, was für dich stimmig ist. Es sind nur meine Worte, die ich mit dir teile – niemals endgültige Wahrheiten. Wer weiß schon, was wahr und richtig ist.**

Sollte das eine oder andere Geschriebene hier deinem Leben mehr Freude, Schönheit, Liebe oder Erfolg bringen, so ist das die absolute Erfüllung eines weiteren Wunsches von mir.





## **Mich in die Stille und Natur zurückziehen zu können**

Jetzt werdet ihr euch wundern, warum ich als Bauer in mitten der Natur genau davon geträumt habe. Es geht um die Zeit diese Natur und Stille auch genießen zu können. Nichts auf dieser Welt ist so wertvoll wie die Zeit.

Hier eine kleine Geschichte, die ich in Form eines wunderschönen PPS bekommen habe:

Stelle dir vor, du hast bei einem Wettbewerb folgenden Preis gewonnen:

Jeden Morgen, stellt dir die Bank 86400 Euro auf deinem Bankkonto zur Verfügung.

Doch dieses Spiel hat auch Regeln, so wie jedes Spiel bestimmte Regeln hat.

**Die erste Regel ist:** Alles was du im Laufe des Tages nicht ausgegeben hast, wird dir wieder weggenommen, du kannst das Geld nicht einfach auf ein anderes Konto überweisen, du kannst es nur ausgeben.

Aber jeden Morgen, wenn du erwachst, eröffnet dir die Bank ein neues Konto mit neuen 86400 Euro für den kommenden Tag.

**Zweite Regel:** Die Bank kann das Spiel ohne Vorwarnung beenden, zu jeder Zeit kann sie sagen: Es ist vorbei. Das Spiel ist aus. Sie kann das Konto schließen und du bekommst kein neues Geld mehr.

Was würdest du tun???

Du würdest dir alles kaufen was du möchtest?

Nicht nur für dich selbst, auch für alle Menschen die du liebst - vielleicht sogar für Menschen die du nicht kennst, da du das nie alles nur für dich alleine ausgeben könntest.

Du würdest versuchen, jeden Cent auszugeben und ihn zu nutzen oder???

Aber eigentlich ist dieses Spiel die Realität:

Jeder von uns hat so eine "magische Bank"

Wir sehen das nur nicht

### **Die magische Bank ist die Zeit**

Jeden Morgen, wenn wir aufwachen, bekommen wir 86400 Sekunden Leben für den Tag geschenkt und wenn wir am Abend einschlafen, wird uns die übrige Zeit nicht gutgeschrieben

Was wir an diesem Tag nicht gelebt haben, ist verloren, für immer verloren, Gestern ist vergangen. Jeden Morgen beginnt sich das Konto neu zu füllen, aber die Bank kann das Konto jederzeit auflösen, ohne Vorwarnung – einfach so, aus und vorbei.

Was machst du also mit deinen täglichen 86400 Sekunden???

**Sind sie nicht viel mehr wert als die gleiche Menge in Euro?**

Also fangen wir endlich an unser Leben zu leben!!! ...und zu lieben!!!

Egal was passiert, ich nehme mir immer wieder mal –



Zeit für mich, um in der Natur und Stille aufzutanken



Zeit für meine Frau und unsere Kinder



Zeit für unsere Freunde



Zeit für alle Menschen, die mir wichtig sind



Zeit um zu träumen



Zeit um meine Träume in die Realität umzusetzen



Und natürlich Zeit für „Gespräche mit Gott“ um zu beten und zu DANKEN

**Zeit haben nur diejenigen, die es zu nichts gebracht haben. Und damit haben sie es weitergebracht als alle anderen**

(Giovanni Guareschi)



Hier einer meiner Lieblingsplätze am Obertrummersee





## Meinen inneren und äußeren Reichtum mit anderen zu teilen

In der Gesellschaft genießt leider nur jener Bewunderung und Anerkennung, der cool und durchsetzungsstark wirkt. Mitgefühl gilt jedoch bei vielen als Zeichen der Schwäche und wird vielfach belächelt. Ich persönlich merke das auch immer wieder, wenn ich von Dankbarkeits Stammtischen spreche.

Bei Dankbarkeit fühlen sich die Menschen oftmals unwohl und können damit wenig anfangen. Anstatt dankbar zu sein und dies auch zu sagen, wird dieses Thema sehr gerne in die esoterische, spirituelle Ecke gestellt. (siehe Anekdote mit dem Vertreter des ecowin- Verlages)

### **Ist es da verwunderlich, dass viele Menschen deprimiert und unzufrieden sind, wenn sie schon ein Problem mit dem Wort DANKE haben???**

So sind wir in Sachen Dankbarkeit und Selbstlosigkeit rettungslos zwiespältig. Wir wollen daran glauben, können es aber nicht und wenn wir es doch können, geben wir es nicht zu. Genauso ist es bei der Liebe.

Wir sind oft zu stolz, zuzugeben, dass wir uns nach Liebe sehnen. Um nach außen das Gesicht zu wahren, verzichten wir lieber auf die Liebe, obwohl sie doch das ist, was wir uns am meisten wünschen und wonach wir uns am meisten sehnen.

***„Das Zentrum des Lebens ist die Liebe,  
ihr solltet wir unsere ganze Kraft schenken.“***  
(Werner Forneberg)

Ich bin der Meinung, dass die Bereitschaft zur Hingabe, aber auch die Liebe in unserem Herzen auf die wahre Stärke des Menschen hinweisen.

An meinem inneren Reichtum arbeite ich ständig. Es gibt für mich nichts Wichtigeres und Wertvolleres.

Da ich ein sehr leidenschaftlicher und gefühlsbetonter Mensch bin, kann es schon einmal passieren, dass ich laut werde, mich ärgere oder andere Menschen mit meinen Worten verletze.

Um mich zu bessern, habe ich die folgenden Worte von Dr. Joseph Murphy aus dem Buch „Die Macht deines Unterbewusstseins“ auf dem Bildschirm in der Firma stehen:



Von nun an bin ich beherrscher und immer gut gelaunt



Freude, Glück und Fröhlichkeit herrschen ab jetzt immer in meinem Geist



Mit jedem Tag begegne ich meinen Mitmenschen mit größerem Verständnis und Liebe



Diese innere Stimmung in mir wird ab jetzt zum Normalfall!!!

Wisst Ihr, warum ich diese Worte am Computer jeden Tag lese und auch in meiner Brieftasche ständig bei mir trage??

## **Weil ich nur das teilen und geben kann, was ich selbst besitze.**

Wenn ich ständig diese Sätze lese, prägen sie sich unweigerlich in mein Unterbewusstsein ein und werden zur Realität. Dann kann ich diese wunderbaren Eigenschaften auch anderen entgegenbringen.

### Weil wir gerade beim Reichtum sind:

Viele von Euch werden Franz Beckenbauer kennen. Er war in Punkto Erfolg immer das größte Vorbild für mich, obwohl ich mich kaum für Fußball interessiere. Er hat Dinge geschafft, von denen besonders wir Österreicher nur träumen können. Für mich hat der Franz deswegen eine so große Vorbildwirkung, weil er Dinge, welche unmöglich schienen – möglich machte.

Daher waren meine Gedanken und Worte folgende:

### Wenn es dem Franz Beckenbauer gelingt:

- Weltmeister im eigenen Land zu werden
- Als Trainer der Deutschen Nationalmannschaft in Italien Weltmeister zu werden
- Die Weltmeisterschaft nach Deutschland zu holen
- Und mithilfe vieler anderer eine perfekte WM zu organisieren

### Dann gelingt es auch meiner Frau und mir:

- ☀ Unser Bauernhaus zu renovieren (obwohl dazu das Geld fehlte)
- ☀ Ein Paradies für unsere Kinder und andere (Schule am Bauernhof) zu errichten
- ☀ Einen Laufstall und damit ein Paradies für unsere Tiere zu bauen, (obwohl dazu ebenfalls das Geld fehlte)
- ☀ Einen Bestseller zu schreiben, (obwohl für Werbung auch kein Geld vorhanden ist und ich auch noch keinen Verlag gefunden habe)
- ☀ In einem Haus am See leben, arbeiten und schreiben zu dürfen (erfüllt)
- ☀ Ein besonderes Produkt aus unserer BIO-Heumilch herzustellen und dieses erfolgreich zu vermarkten, um unabhängig von der Milchproduktion am Weltmarkt und den Ausgleichszahlungen zu sein (hier fehlen noch die zündende Idee und das Geld für die Umsetzung)
- ☀ Und natürlich weltweit Dankbarkeits Stammtische zu gründen (liegt nicht mehr in meiner Hand, sondern hängt davon ab, ob Du Dich dafür anmeldest)

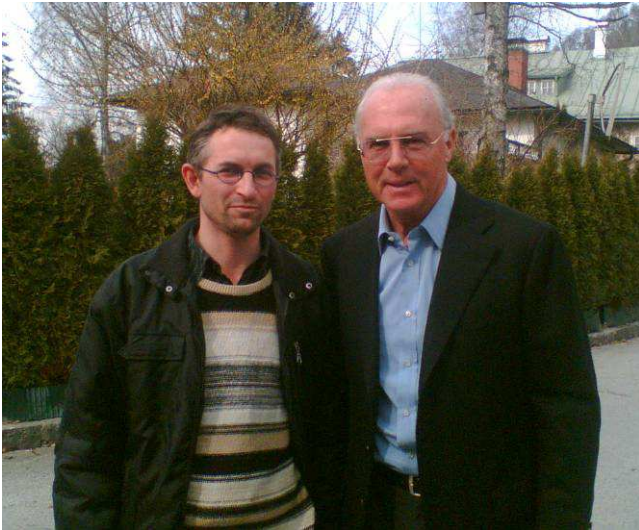
Ihr seht also, es liegt nur an unserem Glauben!!!

**Und wir müssen natürlich entsprechend diesem Glauben auch Handeln!!!**

Wenn wir wie Franz Beckenbauer glauben, auch unmöglich scheinende Dinge in die Realität umsetzen zu können, dann kann das auch Wirklichkeit werden.

In 4 Punkten ist dies auch uns schon gelungen. Bei den anderen bin ich gerade bei der Umsetzung. Ich hatte das große Glück, Franz Beckenbauer einmal persönlich zu begegnen und ein Satz von ihm wird mir für immer im Gedächtnis bleiben.

Auf die Frage, was denn der Sinn des Lebens sei, antwortete er:



**„Jo mei, der Sinn meines Lebens ist es, jeden Tag ein besserer Mensch zu sein als Tags zuvor.“**

Seht Ihr, „Der Kaiser“ (Fußballkaiser) hat nicht nur jede Menge äußeren Reichtum, sondern auch viel inneren Reichtum in seinem Herzen

und vielleicht hat er gerade deshalb so unglaubliche Erfolge feiern dürfen.

(Bild: Handy Schnappschuss in Salzburg mit Genehmigung von Franz Beckenbauer persönlich, sowohl für Wort und Bild, Danke Franz)

Der Franz ist, wie er ist, er braucht sich nicht zu verstellen. Er steht zu sich selbst und allen seinen Tätigkeiten, auch wenn er dafür kritisiert wurde. Er ist einfach ein super Mensch und genau das machte ihn zu einer „Lichtgestalt“ nicht nur im Sport.

Seht Ihr, darum ist es so wichtig, zuerst seine Schatzkammer im Inneren zu finden, bevor wir diesen Reichtum im Außen umsetzen können. Jetzt klinge ich schon wie all die Erfolgs- und Motivationstrainer, die ich im Laufe der Jahre gehört und studiert habe.

Jeder Erfolg geht immer von unserem Inneren aus, sei es eine Idee, ein Gedanke oder einfach nur ein Traum, den wir umsetzen.

**„Wirklich glücklich werden nur die Menschen, die entdeckt haben, wie sie für andere da sein können.“**

(Albert Schweitzer)

In unserer heutigen Zeit sind immer mehr Menschen auf der Suche nach dem schnellen Erfolg. Wir wollen immer mehr in immer kürzerer Zeit haben, **doch die menschliche Gier nach schnellem Profit verbaut uns den dauerhaften Erfolg.**

Genauso wie die Suche nach dem Glück, die echte Glückseligkeit (Happyness) und den wahren inneren Frieden verhindert.

Ich persönlich glaube immer an die Liebe und das Gute im Menschen.

Viel wichtiger nämlich als das, was man sich mit Geld kaufen kann, ist die Geschichte hinter dem Geld und das entsprechende Gefühl dazu.

Durch fröhliches Geben und Teilen können wir dadurch nicht nur die Sonne in die Herzen der Menschen zaubern, sondern auch ein Strahlen in ihre Gesichter.



### **Gott schenkte uns das Gesicht, doch lächeln müssen wir selbst!!!**

Je mehr Freude wir beim Teilen empfinden, umso mehr geben wir auch.

Wer anderen mehr gibt, als er von ihnen bekommt, hat vordergründig einen Nachteil. Langfristig gesehen, hat sich die Bereitschaft zur Hingabe noch immer ausgezahlt.

(©Bild von unserem Freund Jürgen Wunderlich [www.jw-fotodesign.de](http://www.jw-fotodesign.de) )

Dies zu erwarten, wäre aber völlig falsch und es muss sich der Gegenwert auch nicht im Materiellen widerspiegeln. Es sind einfach die damit verbundenen Gefühle, die uns selbstlos geben lassen.

Was nützt mir auch all mein Wissen, wenn ich es nicht weitergebe? Du hast die Möglichkeit, viele Geschichten, Buchzusammenfassungen und Informationen gratis auf meiner Homepage <http://herzundliebe.com/> herunterzuladen. Genauso kannst Du aber auch viele Artikel und Beiträge sowie 10-teilige Serien in meinem Herz und Liebe Blog <http://herzundliebe.com/blog/> lesen.

Noch besser ist es, einfach auf den INHALT meiner HP zu gehen und alles herunterladen, was Dich interessiert.

Ihr Lieben, wie ich schon öfters geschrieben habe, liebe ich Geld und bin dafür sehr dankbar. Mit Geld kann ich ja viel „GUTES“ tun. Aber das ist natürlich auch ohne Geld möglich.

#### Kurzes Beispiel:

Als wir gerade beim Stallumbau waren und € 150.000.- Schulden hatten, erlebte ich eines meiner größten Glücksgefühle. Zu Weihnachten verschenken meine Frau und ich immer eine gewisse Menge Geld persönlich an Menschen, bei denen wir das Gefühl haben, dass sie es dringend benötigen. Zufällig ergab sich bei einem Gespräch mit unserem Pfarrer die Möglichkeit, eine Frau zu unterstützen, welche sich in Bolivien um kranke und besonders arme, obdachlose Kinder kümmerte.

Wir haben diese Frau und unseren Pfarrer zu uns zum Mittagessen eingeladen und viel über ihre Projekte gesprochen. Bevor unsere Gäste wieder gingen, übergab ich dieser Frau ein Kuvert mit € 400.- für diese Kinder. Den Glanz in ihren Augen, die Freude und die Dankbarkeit in ihrem Herzen habe ich bis heute nicht vergessen.

Dieser Frau etwas geben zu können, löste ein Glücksgefühl in mir aus, welches ich einfach nicht beschreiben kann. Auch heute freue ich mich noch immer, wenn ich an diese Situation denke. Vergesst bitte nicht: Wir hatten damals € 150.000.- Schulden.

Dabei hat unser Pfarrer Folgendes gesagt:

**„Danke, Ihr habt die Welt ein kleines Stück besser gemacht und ich wünsche Euch viel Frieden im Herzen.“**

Meine Antwort zu diesem Zeitpunkt war:

*„Oder besser gesagt viel Gesundheit.“*

Pfarrer Königsberger sagte mir dann diesen weisen Satz:

**„Nein, ich wünsche Euch viel Friede im Herzen, denn wenn Ihr krank seid, doch den Friede im Herzen habt, dann könnt Ihr damit leben.**

**Wenn Euch aber der Friede im Herzen fehlt, nützt auch die beste Gesundheit nichts“**

**(Pfarrer Franz Königsberger)**

Eine sehr schöne Weisheit, die sich jeder von uns zu Herzen nehmen sollte.

Ein Traum von mir ist es auch, in einem Haus am See zu sitzen mit Steg, Boot und einer schönen Terrasse. Auch dieser Traum wurde bereits Realität und das ganz ohne Geld.

Nun werdet Ihr Euch fragen, wie kann man in einem Haus am See sitzen, lesen, schreiben und arbeiten, wenn man dafür kein Geld hat?

Es ist ganz einfach erklärt:

Ich habe mich bereit erklärt, mich ein wenig um das Haus, welches jemand anderem gehört, zu kümmern. Ein paar Mal Rasen zu mähen, die Mülltonnen zur Straße zu bringen, zu lüften und auf das Haus zu achten, das ist nicht sehr viel Arbeit. Dafür darf ich dieses Haus am See mit 3000 m<sup>2</sup> Grundstück die meiste Zeit alleine (ca. 8 Monate) im Jahr nutzen.

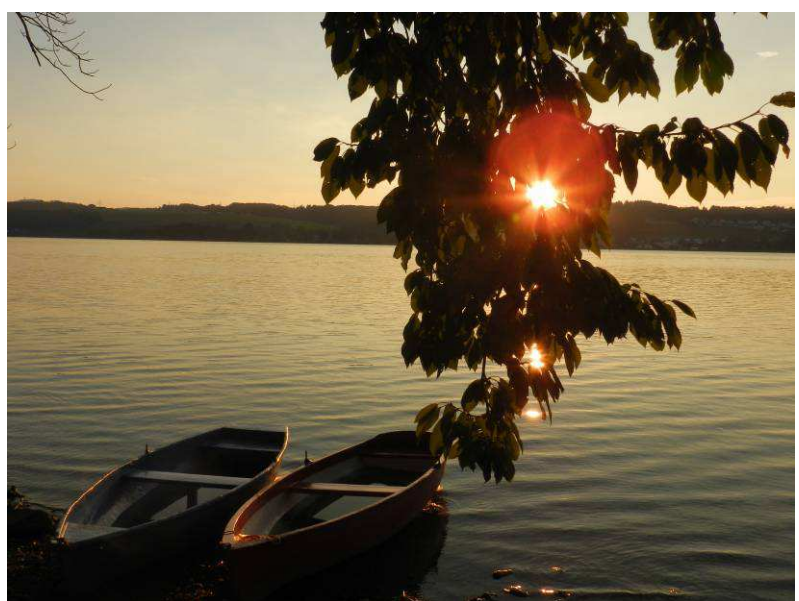
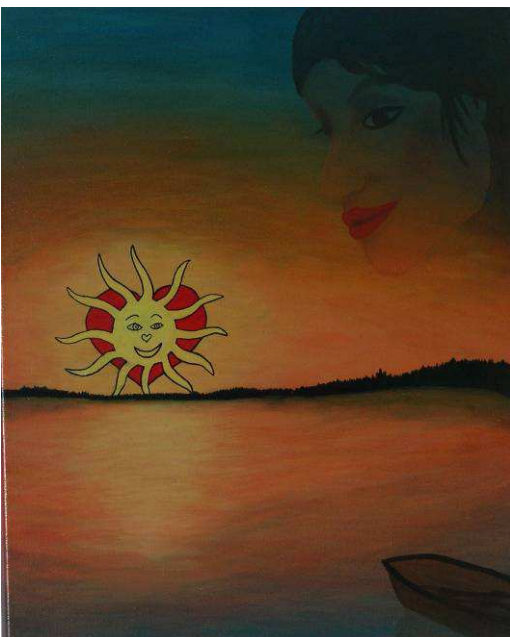
So können sich auch Träume erfüllen. Ich habe für das Seegrundstück, das Haus und auch sonst nichts bezahlen müssen. Es fallen keine Betriebskosten an. Außerdem kann ich den Besitzern eine echte Freude bereiten, wenn ich ab und zu behilflich bin. Ihr seht also, alles ist möglich.



Hier ein paar Bilder vom Seegrundstück, das Haus zeige ich bewusst nicht.



Dieses Bild hat mir meine Frau gemalt, noch bevor ich dieses Grundstück am See nutzen durfte. So hat damals meine Vision ausgesehen und nun ist die Realität.





## **Weltweit Dankbarkeits Stammtische zu gründen**

Wie wir gerade gesehen haben, ist im Leben alles möglich, wenn man seinen Traum niemals aufgibt. Mehr dazu habe ich ja schon in der Mitte dieses Buches geschrieben.

So, liebe Leserinnen und Leser dieses Buches. Jetzt kennt Ihr viele meiner Träume, habt gesehen, wie sie sich verwirklichen lassen und wie einfach das im Prinzip ist.

Wir brauchen nur zu glauben und felsenfest davon überzeugt sein, dass unser Wunsch in Erfüllung geht, dann wird er sich auch erfüllen.

Hört sich irgendwie esoterisch an und ist kaum zu glauben. Ihr könnt jetzt denken, ja, der Autor kann leicht reden, bei mir ist das ganz anders.

### **Frage: Habt Ihr schon vergessen?**

- Ich habe den einzigen Menschen in meinem Leben verloren, der an mich und meine Träume mit mir geglaubt hat.
- Ich habe die große Liebe gesucht und wurde so schwer enttäuscht, dass ich nicht mehr leben wollte, bis ich sie schließlich in mir selber fand.
- Ich habe gemeinsam mit meiner Frau ein Paradies für uns, für unsere Kinder und unsere Tiere errichtet, obwohl wir niemals genügend Geld hatten.
- Wir haben € 400.- an arme Kinder gespendet, als wir € 150.000.- Schulden hatten.
- Ich habe den ersten Dankbarkeits Stammtisch in unserem Ort gegründet, obwohl sich mein Sohn, meine Eltern und die halbe Verwandtschaft für mich geschämt haben. Das halbe Dorf hat schlecht über mich gesprochen und meine Mutter traute sich nicht mehr, in die Kirche zu gehen.
- Ehrlich gesagt, es gab viele Augenblicke und Momente, in denen ich trotz meines Wissens über die Macht der Gedanken verzweifelt war, unzufrieden mit mir selbst und alles hinschmeißen wollte.
- Wenn Du weißt, wie Gedanken Dein Leben beeinflussen, und es gelingt Dir nicht, die negativen Gedanken mit positiven Einstellungen zu überwinden, ist das noch viel frustrierender, als wenn man einfach ohne dieses Wissen lebt.

### **Dennoch:**

Es haben sich viele meiner Träume erfüllt und meine Erwartungen wurden bei Weitem übertroffen.

Niemals habe ich aufgegeben und immer an die Erfüllung meiner Wünsche geglaubt.

Manchmal ist es selbst schwer zu verstehen, wie das funktionieren soll, aber wir müssen das auch gar nicht verstehen, es genügt, wenn wir diesen Satz zu unserer Lebenseinstellung machen:

# **DANKE lieber Gott für ALLES !!!**



Bevor wir zum Abschluss dieses Buches kommen, habe ich Dir ja noch versprochen, dass Du bei der Entstehung unserer Vision direkt dabei sein darfst.

Wie Ihr ja schon lesen konntet und auf den Bildern gesehen habt, haben wir einen sehr schönen Bauernhof und liebe zufriedene Tiere. Es ist jedoch möglich, ständig etwas zu verbessern.

Meine Frau hat da viele gute Ideen. Erst heute bekam ich wieder einen Anruf in der Firma, ob es denn nicht möglich wäre, wieder einen Stier für unsere Kühe zu behalten statt der künstlichen Befruchtung. Vor Kurzem haben wir uns ja entschieden, unsere Kühe nicht mehr zu enthornen. Sie dürfen also wieder ihre Hörner tragen, auch im Laufstall.

Das Einzige, was meiner Frau und mir aber jedes Mal einen Stich ins Herz gibt, ist die Tatsache, dass wir nur wenige Tage nach der Geburt der Mutter ihr Kalb wegnehmen müssen. Wir können sonst keine Milch produzieren und davon leben nun einmal unser Bauernhof, die Tiere sowie unsere ganze Familie.

Hier sind wir noch auf der Suche nach einer Lösung.

Um eine Vision in die Realität umzusetzen, ist die Grundvoraussetzung, dass wir daran glauben und zwar beide oder ein ganzes Team. Dazu haben meine Frau und ich jeweils eine eigene Visionstafel erstellt. Hier die meiner Frau:



Wie Ihr auf dem Bild sehen könnt, dreht sich hier alles um Liebe:



Liebe zur Natur



Liebe zu den Tieren



Liebe zu den Menschen

Sie träumt von der Freiheit für viele unserer Tiere: freilaufende Hühner, freilaufende Schweine, freilaufende Kühe gemeinsam mit ihren Kälbern (Mutterkuh-Haltung) und natürlich von Pferden, welche ebenfalls in Freiheit leben.

Sie träumt von Freiheit für sich selbst und vor allem davon, nicht mehr abhängig zu sein, weder finanziell, noch sonst irgendwie. Karin führt auch regelmäßig jeden Tag zu Sonnenaufgang und Sonnenuntergang Agnihotra durch (eine Feuerzeremonie aus Indien, welche unglaubliche Wirkung auf die Natur, die Umwelt, die Tiere und auch den Menschen hat.

Sie träumt davon, sich selbst und auch andere Menschen zu verwöhnen, entweder mit hawaiianischen LOMI LOMI NUI Massagen, REIKI oder verschiedenen anderen Talenten und Fähigkeiten. Weiter will sie unseren Bauernhof wieder zum Selbstversorgerhof machen, auf dem wir die Produkte, welche wir nicht selbst benötigen, an andere direkt verkaufen oder verschenken.

Sie träumt davon, einen Teil unseres Bauernhofs und ihre Talente mit anderen Menschen zu teilen. Dazu möchte sie ihr Wissen, wie wir unsere BIO Heu- Milch zu sehr guten Produkten, wie Mozzarella, Weichkäse, Butter, Molke -Getränke, Joghurt usw., verarbeiten können, mit vielen gleichgesinnten und interessierten Menschen teilen.

Meine Frau hat also sehr viele gute Ideen und Visionen, wie wir unseren Bauernhof, unser eigenes Leben und das vieler anderer Menschen noch entscheidend verbessern können.

Wenn ich diese Vision sehe, dann beginnt meine Sonne im Herzen so richtig hell zu strahlen, denn alle Visionen und Träumen von Karin meiner Frau haben nur ein Ziel:

# LIEBE IST ALLES

Könnt Ihr Euch noch erinnern, als ich in diesem Buch geschrieben habe: Ob unser Leben hier auf Erden einen Sinn hat oder nicht, besteht nur aus einer einzigen Frage:

## Habe ich geliebt und werde ich geliebt?

Jetzt komme ich ins Spiel und alles ist plötzlich ganz anders. Verzeiht mir bitte, aber auch wenn ich Mentaltrainer, Lebensfreudetrainer, Visionär und ein Mensch voller Dankbarkeit und der Sonne im Herzen bin, kann ich ab und zu sehr dämliche Fragen stellen.

Eine davon lautet:

**„Das ist ja alles sehr schön, doch wie sollen wir dies bezahlen?“**

Und schon wieder ist eine Vision, ja sogar ein Lebenstraum kurzfristig zerstört und wahrscheinlich auch viel Vertrauen, Mut, Hoffnung und Zuversicht.

Ja, liebe Freunde, so schnell kann aus einem Lebensfreudetrainer plötzlich ein Pessimist werden, der mit nur einer Frage die schönsten Visionen zerstört. *„Liebe Karin, ich möchte mich bei Dir auch hier entschuldigen. Du hast es früher und schneller begriffen, wie wir unserem Leben einen echten Sinn geben können.“*

**LIEBE IST ALLES!!!** Das ist das einzig wirklich Wichtige auf unserem Planeten, wir wollen ihn nicht restlos ausbeuten und zerstören.

**LIEBE IST ALLES!!!** Das ist das einzig wirklich Wichtige und der Sinn unseres Lebens. Gott, die Kirche, Jesus, Buddha, Mohamed, alle Weisheitslehrer, alle Götter, Philosophen, Dichter, Musiker usw. sprechen oder schreiben über die Liebe, doch wer lebt sie wirklich???

**LIEBE IST ALLES!!!** Das ist das einzig wirklich Wichtige zwischen zwei Menschen, in einer Partnerschaft, in der Familie, in unserer Gesellschaft.

**LIEBE IST ALLES!!!** Das ist das einzig wirklich Wichtige im Zusammenleben mit unseren Mitgeschöpfen, den Menschen, den Tieren und allen anderen Lebewesen hier auf Erden, der Natur, unserer Landschaft und der Umwelt in der und mit der wir leben.

**LIEBE IST ALLES!!!** Das ist das einzig wirklich Wichtige, um uns selbst zu lieben, wertzuschätzen, gesund, glücklich und zufrieden zu sein mit unserem eigenen Leben.

Was mache ich mir da.....

- ❖ Gedanken über Geld,
- ❖ Gedanken, wie ich die Visionen von Karin finanzieren soll,
- ❖ Gedanken, wie wir unseren Bauernhof erhalten können
- ❖ Gedanken, wie wir alle Rechnungen ohne Milchgeld bezahlen sollen
- ❖ Gedanken, mit welchem Produkt wir in Zukunft Gewinne erzielen können
- ❖ Gedanken, wo wir das Geld herbekommen, um die Umstellung zu schaffen
- ❖ Gedanken, wie das alles möglich sein soll

Ja ehrlich, auch als Mentaltrainer, der sich selbst alle Träume erfüllt hat, habe ich mir diese Gedanken gemacht. Ich wette, dass würden viele von Euch Leserinnen und Lesern auch tun.



## **Wir leben nun einmal in dieser Zeit, eine andere gibt es noch nicht.**

Auch wenn wir alle Arbeiten in Form eines Tauschkreises mithilfe anderer Menschen erledigen können, sind noch keine Steuern, keine Sozialabgaben und andere Fixausgaben bezahlt.

Deshalb ist es nun einmal Realität, alle meine Wünsche und Träume auch bezahlen zu müssen. Was habe ich von den tollsten und sinnvollsten Visionen in Bezug auf den Bauernhof, wenn ich dann keinen Bauernhof mehr habe. Mein Ansatz ist da ein anderer:

**Ich lebe deshalb so glücklich und zufrieden, weil ich aus allen Situationen das BESTE aus meinen Möglichkeiten mache.**

(Helmut Mühlbacher)

Wie ich schon des Öfteren erwähnt habe, ist immer genug Geld zu mir gekommen, wenn ich es benötigt habe. Dafür musste ich aber jedes Mal etwas TUN – anders hat es noch nicht funktioniert.

## **Ich liebe Geld ganz einfach – weil ich damit sehr viel „GUTES“ tun kann.**

Wenn ich Geld ablehne, warum sollte ich dann Geld besitzen???  
Würdest Du zu jemand gehen, der Dich ablehnt??

Also ist es das Beste, in unserer heutigen Zeit das Geld einfach zu lieben, es mit freudigem, dankbarem Herzen auszugeben und darauf zu vertrauen, dass es in vielfacher Weise wieder zu mir zurückkommt.

Sorry, ohne Geld hätte ich mir kaum einen Traum erfüllen können, außer den Traum vom Haus am See, wofür ich ja auch etwas tue.

Wir brauchen in unserer heutigen Gesellschaft zwar das Geld,  
doch der Sinn des Lebens ist ein völliger anderer,  
nämlich die Vision meiner Frau **„LIEBE IST ALLES“ !!!**



Was also tun??? – Hier die Lösung –

Eine gemeinsame Vision entstehen lassen, welche Alles beinhaltet, sich aber auch verwirklichen lässt. Du weißt schon:

**Traum – Vision – Ziele – Teilziele – Erfolge -Wirklichkeit**



Also, was wollen wir auf unserem Bauernhof???

- ☀ Das ganze Leben am Bauernhof steht unter dem Motto: „**LIEBE ist ALLES**“ !!
- ☀ Lebensfreude in und mit der Natur – Liebe zu Gott und seiner Schöpfung
- ☀ Unsere Tiere dürfen wieder Hörner tragen
- ☀ Unsere Kälber dürfen bei der Mutter bleiben und sie schenken uns dennoch genügend Milch und beste Qualität, um den Bauernhof noch weiter zu verbessern für unsere Tiere
- ☀ Die Kühe dürfen nicht nur ihre Kälber behalten, sondern kommen auch noch in den Genuss eines Stieres statt der künstlichen Befruchtung
- ☀ Unsere Kühe behalten ihre Milchleistung, ohne Kraftfutter zu benötigen - das wär mein Wunsch – das heißt für mich:

- ❖ In Zukunft erzeugen wir auf unserem Bauernhof weiterhin Bio-Heumilch
- ❖ von Kühen mit Hörnern,
- ❖ welche ihre Kälber nach der Geburt behalten dürfen,
- ❖ von einem Stier besamt werden
- ❖ und kein Kraftfutter mehr zu sich nehmen.

Wir machen ganz einfach das, was Jahrhunderte lang alle anderen Bauern auch gemacht haben, und erhalten damit nicht nur unseren Bauernhof, sondern bauen dieses Paradies für Tiere noch weiter aus.

Ein frommer Wunsch werden jetzt viele meiner Berufskollegen denken, das ist in unserer heutigen Zeit völlig unmöglich.

Wenn ich ganz ehrlich bin, habe ich bis vor ein paar Tagen auch nicht so richtig daran geglaubt, dass so etwas tatsächlich funktioniert.

Am Samstag, den 19.01.2013, war ich mit meiner Frau bei einem Seminar von BIO Austria und habe dort Martin Ott, einen BIO-Bauern und eine großartige Persönlichkeit aus der Schweiz kennengelernt. Ich danke Martin Ott und BIO Austria für diese Begegnung. Ja, eigentlich bin ich der Meinung, dieser BIO-Bauer aus der Schweiz wurde uns direkt von Gott geschickt.

Mit seinen Ausführungen und den Erfahrungen auf seinem Hof hat er uns viel Mut, Zuversicht und Hoffnung gegeben, dass unsere Familie und ich dies auch auf unserem Bauernhof umsetzen können. Damit wären alle Visionen und Träume von Karin, was das Wohlfühlen unserer Tiere betrifft, schon erfüllt.

Ihr seht also, wie schnell aus einer Vision ein klares Ziel mit vielen kleinen Teilzielen werden kann. Damit gelingt es auch, solche Realisten wie mich zu überzeugen und an den Erfolg zu glauben. Optimistisch und voller Lebensfreude fahren wir nun so bald als möglich in die Schweiz und nach Bayern, um einige Bauernhöfe zu besichtigen und das Beste aus allem auf unserem Hof zu verwirklichen.

So ganz nebenbei hat der Martin Ott auch noch ein Buch geschrieben mit dem Titel: **„Kühe verstehen – eine neue Partnerschaft beginnt“**, in dem es darum geht, die Kommunikation zwischen Mensch und Tier zu verbessern.

Wenn wir endlich begreifen, dass Tiere ein wundervolles Wesen Gottes sind, und wenn wir versuchen, sie und ihre Seele zu verstehen, dann kann eine großartige Partnerschaft entstehen, wobei nicht nur der Milchertrag, sondern vor allem die Gesundheit und Langlebigkeit der Tiere steigen.

## **Erinnern wir uns aber, GEBEN kommt vor dem Nehmen!!!!**

Aus diesem Grund wartet noch sehr viel Arbeit auf Karin, unsere Familie und mich, das ist uns allen sehr wohl bewusst, doch wir haben uns entschieden, diesen Weg zu gehen. Eine ganz große Freude ist es auch, dass uns noch andere Bauern auf diesem Weg begleiten wollen!

Liebe Leserinnen und Leser dieses Buches!!

Ich habe Euch nun anhand meines Lebens erzählt, wie alle meine Träume und Visionen Wirklichkeit wurden. Ihr seid „LIVE“ dabei gewesen, wie aus einem Traum ein konkretes Ziel entstanden ist, und ihr habt HIER und JETZT eine echte Gebrauchsanweisung für Euer Leben in der Hand.

Denkt zurück an die ersten beiden Kapitel von der bedingungslosen Liebe und der Dankbarkeit. Es sind die Erfahrungen aus meinem Leben. Sie haben mich zu diesem glücklichen und zufriedenen Menschen gemacht, der ich heute bin.

Nicht der Besitz, das Eigentum oder die Erfüllung vieler meiner Wünsche lassen die Sonne in meinem Herzen leuchten, sondern

- ❖ der Glaube
- ❖ die Liebe
- ❖ und vor allem die Dankbarkeit mit dem einen Satz

**DANKE lieber Gott für Alles und liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst !!!**

Mit diesem Satz schließt sich nun der Kreis wieder.

Auf den ersten Seiten habe ich geschrieben, wie ich meinen inneren Frieden in mir selbst gefunden habe.

Nun, ihr Lieben, kann ich ihn wieder spüren, diesen Frieden in meinem Herzen, dieses schöne wohltuende Gefühl, welches sich so viele wünschen. Es ist heute der 23.01.2013 um 02:00 Uhr und nach genau einem Jahr, in dem ich dieses unbeschreibliche Gefühl zum ersten Mal kennenlernen durfte, ist es jetzt wieder hier.

Leute, ich kann Euch sagen, es ist viel intensiver, als ich es jemals zuvor spüren und fühlen durfte. Teilweise kann ich gar nicht schreiben, denn ich habe Freudentränen in den Augen.

Zum Abschluss noch ein Gebet:

*Danke lieber Gott für Alles, für diese innige Verbundenheit mit Dir und dem ganzen Universum. Mein Leben ist von jedem Tag zum anderen noch schöner und meine Sonne im Herzen konnte schon so viele Seelen erfreuen. Ich habe die große Ehre gehabt, meine Gedanken und Gefühle in diesem Buch auszudrücken und mit allen Menschen, die dies hier lesen, zu teilen.*

*Ich wünsche mir von Herzen, dass jede Seele, die dieses Buch liest, ein ähnliches angenehmes Gefühl in seinem Herzen spüren darf, wie ich in diesem Moment. Schenke mir und allen Menschen vor allem den Glaube an das Leben, an die Liebe und an uns selbst.*

*Sonnige Grüße aus meinem Herzen*

Als Nachwort möchte ich euch ein Märchen erzählen, welches schon bald Realität ist.

## **DAS WUNDER VOM GRABENSEE**

(Ein modernes Märchen für Kinder und Erwachsene)

Es war einmal eine Zeit, in der die Menschen vor allem dem Geld nachliefen und wo nur die Leistung zählte. Je mehr Geld und Besitz die Leute hatten, umso angesehener waren sie. Also wollten möglichst viele Leute immer mehr haben. Das konnte nicht lange gut gehen und viele Seelen zerbrachen daran. Es gab zwar einige Leute, die sehr viel äußeren Reichtum besaßen, dafür lebten aber immer mehr Menschen in Armut.

Auch die Bauern mussten immer mehr erzeugen, weil sie für ihre Produkte nur sehr wenig bekommen haben. Wenn die Nahrung zu teuer war, wurde sie einfach aus anderen Ländern geholt. Hauptsache billig, egal wie viel Leid für die Menschen, für die Tiere und für die Umwelt damit verbunden war. Wichtig war nur, dass einige große Firmen und der Handel reich wurden. Die Händler wollten immer die besten Produkte zum billigsten Preis haben.

Die Reichen Leute bezahlten auch nicht mehr, denn sie gaben ihr Geld Großteils für Freizeit, Kleidung, Schuhe, Autos, Häuser, Villen, Jachten, Urlaube und anderen Luxus aus. Die armen Menschen mussten dafür immer mehr arbeiten, um sich und ihre Familie mit den billigsten Lebensmitteln ernähren zu können. Viele wurden krank und hatten auch keine Zeit mehr für ihre Kinder.

Die Kinder wurden darum in Krabbelstuben, Kindergärten, Betreuungseinrichtungen oder bei Tagesmüttern abgegeben und nach der Arbeit wieder geholt.

Menschen gaben nur mehr sehr wenig Geld für gesunde Lebensmittel aus, dafür aber in vielen anderen Bereichen, wie Handys, Computer, Unterhaltungsindustrie usw. So kam es, dass in nur 3 Jahren (von 2009 – 2012) über 157 000 Bauern ihre Höfe aufgeben mussten. Die Tiere dieser Bauern kamen in große Betriebe, hatten keine Namen mehr, sondern waren nur noch Nummern. Es wurde von ihnen verlangt, immer mehr Milch zu geben. Sie bekamen Silage, Kraftfutter, Getreide, Mais und vor allem Soja zu fressen, um die Milchleistung ständig zu steigern. Für das Soja wurden in den armen Ländern in Südamerika ganze Wälder gerodet. Damit eine Kuh in Europa im Jahr über 10.000 Liter Milch geben konnte, mussten viele Menschen in den armen Ländern an Hunger leiden.

***Die Kuh der Reichen fraß das Brot der Armen, obwohl die Kuh ein Wiederkäuer und kein Schwein ist.***



Die Kuh frisst normalerweise nur Gras und Heu. Damit die Menschen billige Nahrungsmittel bekamen, um ihr Geld für andere Dinge auszugeben, waren die übrigen Bauern gezwungen auf der ganzen Welt die Natur und Umwelt, sowie die Gesundheit der Tiere auszubeuten. Viele wollten das nicht, hätten sie aber nicht so gehandelt, wären auch ihre Höfe für immer geschlossen worden. Sie mussten immer mehr zu billigeren Preisen produzieren, da es viel zu viel Milch in Europa gab.

Da wurden die Bäuerinnen und Bauern richtig wütend. Sie schimpften auf die Politiker, auf die Händler und die Verarbeiter der Milch. Als Zeichen dafür wurde die Milch mit Feuerwehrschräuchen auf die Gebäude der Europapolitiker gespritzt oder einfach verschüttet. Vielen tat dabei ihr Herz weh, aber sie mussten irgendwie auf ihre Anliegen aufmerksam machen. In Europa begann durch die Gier der Reichen und Mächtigen eine große Jammergesellschaft zu entstehen. Die Menschen waren nicht mehr zufrieden und jeder schimpfte auf jeden.

Am Grabensee, im schönen Land Salzburg lebte auf einem kleinen Bauernhof eine junge Familie. Auch sie haben getan, was alle anderen ebenfalls zu dieser Zeit machten, nämlich Milch produzieren. Als jedoch die Milch in Europa verschüttet wurde, **während weltweit jede Stunde 400 Kinder an Unterernährung starben**, konnten sie das mit ihrem Gewissen unmöglich vereinbaren und machten nicht mehr mit.

Auf die Tierhaltung wollten sie nicht verzichten, da die Bäuerin ihre Tiere von Herzen liebte. Die Kühe durften Tag und Nacht auf die Weide, wobei sie nur noch Gras und Heu zu fressen bekamen. Die Milch der Kühe war in erster Linie für ihre Kälber bestimmt. So durften auch nach der Geburt die Kälber wieder bei ihren Müttern bleiben und bekamen beste Muttermilch zu trinken. Was die Kälber übrig ließen, wurde von der Bäuerin selbst verarbeitet oder an eine kleine Käserei in der Nähe geschickt.

Die Tiere bekamen keine Antibiotika, sondern wurden bei Krankheit mit Homöopathie oder überlieferten Hausmittel versorgt. Die Kühe und Kälber durften ihre Hörner behalten und statt der künstlichen Befruchtung, vergnügten sie sich wieder mit einem Stier. Wenn sie Bedürfnis hatten, ließen sie sich nicht nur von dem Stier verwöhnen, sondern auch von der elektrischen Massagebürste oder den Streicheleinheiten der Bauernfamilie. Danach legten sie sich auf die Kuhmatratze oder das Strohbett, um zu ruhen.

Leider waren die Menschen noch immer nicht bereit, für diese BIO – Heumilch von der es nur 2 -3 % in Europa gab, entsprechend mehr Geld zu bezahlen. Es fehlte einfach die Wertschätzung für die Milch, sowie für den Mehraufwand und die Kosten, welche diese Form der Tierhaltung mit sich brachte.

Darum begann die Bäuerin selber die verschiedensten Milchprodukte herzustellen. Es wurde nur BIO-Heumilch verwendet, welche uns von den Kälbern noch übrig gelassen wurde und von Kühen mit Hörnern stammt. Zusätzlich wurde diese Milch noch durch Agnihotra, eine Feuerzeremonie welche zu Sonnenaufgang und Sonnenuntergang durchgeführt wird energetisiert. (mit Energie – Sonnenlicht aufgeladen)

Es wurden mit dieser Milch die besten Produkte wie Joghurts, Frischkäse, Weichkäse, eingelegter Käse in Öl, Kräuterkäse, Schnittkäse, Mozzarella, Trinkjoghurts und Molkegetränke hergestellt. Leider verhinderten Gesetze und Vorschriften, dass andere Menschen diese herrlichen Produkte kaufen konnten.

So wurde aus der natürlichsten und voller Liebe erzeugten Milch,

**die teuerste Milch der Welt.** Niemand durfte diese Milch und ihre Produkte kaufen. Es gab zwar diese kostbaren Produkte, doch sie waren unerschwinglich. Die einzige Möglichkeit in den Genuss dieser besonderen Milch zu kommen, war sie als Geschenk zu erhalten.

Es war echt nicht lustig, die wertvollsten Milchprodukte durften nicht verkauft werden und andererseits, war der Bauernhof massiv gefährdet, für immer die Tore schließen zu müssen.

Eines Tages jedoch, als der Bauer an seinem Lieblingsplatz am Grabensee saß und Gott für die Schönheit dieses herrlichem Naturparadies dankte, hörte er eine innere Stimme.

Sie sagte zu ihm: *“Du musst die Menschen dazu bringen, dass sie ihr Geld für Wertschätzung, Liebe und Achtsamkeit ausgeben! Sie müssen wieder einen respektvollen Umgang mit der Schöpfung lernen.”* Autos, Handys, Computer, Fernseher, Urlaube und all der andere Luxus machen niemanden glücklich, wenn die Lebensgrundlage einmal zerstört ist.

**Lernt wieder mehr DANKBAR zu sein !!!** sagte die innere Stimme.

Der Bauer schrieb daraufhin ein Buch mit dem Titel: “DANKE lieber Gott für ALLES” wo es vor allem um die Werte der Liebe, Glaube, Achtsamkeit, Wertschätzung, Schönheit, Lebensfreude, Gelassenheit, Hingabe und natürlich Dankbarkeit ging. Die Leute konnten das Buch aber nicht lesen, da kein Verlag dieses Buch drucken und zu den Menschen bringen wollte. Sie sagten: *“Dass Jemand für Werte bezahlt ohne etwas dafür zu verlangen oder eine Gegenleistung zu erwarten, gibt es nur im Märchen”.*

Also schrieb der Bauer genau dieses Märchen und damit begann das Wunder vom Grabensee. Er verbreitet seine Geschichte im Internet und unter allen Menschen, die ihm begegneten. Jede

Menschenseele, die "Das Wunder vom Grabensee" gelesen hatte, teilte es mit ihren Freunden oder erzählte diese Geschichte weiter.

Daraufhin begannen sich viele Menschen für die Dankbarkeit und andere Werte zu interessieren. Das Buch "DANKE lieber Gott für ALLES" wurde zu einem echten Bestseller und viele Dankbarkeits Stammtische der Sonne im Herzen konnten gegründet werden. Andere wiederum gaben Tipps und halfen mit, den kleinen Bauernhof zu einem echten Paradies für die Menschen, die Tiere, sowie unsere Natur und Umwelt auszubauen.

Nach dem Motto "**Leben in und mit der Natur**" gab es:

-  freilaufende Kühe gemeinsam mit ihren Kälbern im Stall, im Auslauf und natürlich auf der Weide.
-  freilaufende Schweine, die sich im Dreck richtig wohl fühlten.
-  freilaufende Pferde zum Wanderreiten und für Reittherapie.
-  freilaufende Hühner und Enten.
-  Streichelzoo mit kleinen Tieren wie Katzen, Hasen usw.

Eine Besonderheit war auch die Möglichkeit zur **Selbstversorgung** der Menschen mit Obst, Gemüse, Salate, Kräuter, Kartoffel und Milchprodukte. Die Bauernfamilie stellte den Grund für Permakultur, Hügelbeete, Teiche, Ackerbau usw. zur Verfügung. Arbeiten und Ernten durften die Menschen selber.

Alles was nicht für den Eigenverbrauch benötigt wurde, verschenkte man an arme Leute, die keine Möglichkeit hatten, sich selbst zu versorgen. Dazu gab es jährlich ein großes Pflanz- und Erntedankfest, welches die Menschen näher zusammen brachte und die Gemeinschaft förderte.

Auf dem Bauernhof der Sonne im Herzen, durften die Menschen selber die Kühe melken, nachdem die Kälber versorgt waren. Sie lernten gemeinsam mit der Bäuerin ihre eigenen Produkte herzustellen, die sie dann mit nach Hause nehmen durften. Dazu gab es Lebensfreude – Seminare, Kurse, und auch immer wieder Führungen am Bauernhof und durch das Naturparadies am Grabensee. Viele großartige Menschen lernten anderen Menschen, verschiedene Tätigkeiten und hielten interessante Vorträge. Daraus entstand eine völlig neue Partnerschaft und Wertschätzung zwischen den Menschen, den Tieren und der Natur.

Beeinträchtigte Menschen durften ebenfalls am Bauernhof mitarbeiten und bekamen so das Gefühl, etwas sehr Wertvolles zu leisten. Man vermittelte ihnen, dass sie gebraucht werden und Teil des großen Ganzen sind. Der Kontakt zu den Tieren hat sehr viel Positives in den Herzen dieser Menschen bewirkt. Niemand war auf diesem Bauernhof mehr wert, als Andere. Jede Seele hatte ihren Platz.

Gemeinsam gab man der Umwelt und Natur ihren ursprünglichen Platz wieder zurück.

Die Vision der Bauersfamilie **“LIEBE IST ALLES- Leben in und mit der Natur”** wurde also Wirklichkeit, indem viele Menschen, dieses Märchen vom Wunder am Grabensee an andere Leute weitergaben oder ihnen davon erzählten.

Dass die Menschen bereit waren, auf diesem Bauernhof für Werte wie Liebe, Achtsamkeit, Wertschätzung und für das Wohl der Tiere und der Umwelt ihr Geld auszugeben, ohne dafür ein Produkt oder andere Leistungen zu verlangen ist das eigentliche

### **Wunder vom Grabensee!!!**

Wenn du das Märchen nun gelesen hast und es anderen erzählst, bist auch du ein Teil dieses Wunders.

Danke dafür.



Kuh Mara mit ihrem Buam und die kleine Bellis saugt bei ihrer Mutter Bella

