

James Allen • Charles B. Patterson

Das Herz denkt mit

James Allen
Autor des Klassikers

Wie wir denken, so leben wir

Aus dem Englischen von Günter W. Kienitz



Das Herz denkt mit

[Über dieses Buch](#)

[Vorwort des Autors](#)

[1 - Das Herz und das Leben](#)

[2 - Natur und Macht des Geistes](#)

[3 - Gewohnheiten formen](#)

[4 - Tun und Wissen](#)

[5 - Erste Schritte in ein Höheres Leben](#)

[6 - Geisteszustände und ihre Effekte](#)

[7 - Ermunterung](#)

[Anhang](#)

[Weiterführende Literatur](#)

[Impressum](#)

Über dieses Buch

Pflanzt man ein Samenkorn in fruchtbare Erde, beginnt es, einem inneren Drang folgend, zu wachsen und zu dem zu werden, was in ihm angelegt ist: ein unscheinbares Blümchen am Straßenrand, eine Maisstaude, ein Holunderbusch oder ein gigantischer Mammutbaum.

Menschen haben einen ähnlichen inneren Drang, zu wachsen und zu werden. Was hat dich dazu gebracht, das erste Mal den Kopf zu heben, das erste Wort zu plappern, aufzustehen und nach vielen vergeblichen Versuchen die ersten Schritte zu gehen?

Wir haben das, aus einem inneren Antrieb heraus, uns zu entwickeln, alle getan. Erstaunlich, wie viel Energie und visionäre Kraft in Kindern steckt! Und wie rasch verschwindet die Vorstellung *Alles ist möglich!*, die unsere Kindheit bestimmt, sobald die äußere Welt übernimmt und unser Leben mehr und mehr bestimmt, während unser innerer Drang leiser und leiser wird und schließlich verstummt.

Früher oder später im Leben stellt man sich die Frage: Muss ich das, was ich jetzt bin, für den Rest meines Lebens bleiben? Oder gibt es einen Weg, mich und meine Lebensumstände zu verbessern? Die Antwort lautet „nein“ auf die erste und „ja, selbstverständlich“ auf die zweite Frage.

Und besser noch: Dich zu bemühen, dich selbst zu optimieren, ist das Nobelpste, was du tun kannst. Denn damit verbesserst du nicht nur dein eigenes, sondern auch das Leben Anderer, und damit die Welt als Ganzes.

Viele Leserinnen und Leser betrachten *Das Herz denkt mit (Out from the Heart)* als die Fortsetzung von James Allens berühmtestem Buch *Wie wir denken, so leben wir (As a Man Thinketh)*, das 1902 erstmals veröffentlicht wurde. Die grundlegende Botschaft beider Bücher lautet: Deine Gedanken gestalten dein Leben – im Inneren wie im Äußeren. Du bist der Schöpfer deines Lebens; du schaffst deine Welt aus deinem Herzen heraus. So viele Menschen verfehlen ihr

Ziel, indem sie versuchen, etwas in der äußeren Welt zu verbessern, weil ihnen nicht bewusst ist, dass die Lösung jedes Problems im eigenen Inneren zu finden ist.

Das Herz denkt mit liefert einen mehr praxisorientierten Zugang zu James Allens Philosophie; es ist sozusagen die How-to-Version. Er begleitet dich bei den ersten Schritten auf deinem Weg, Meister deiner Gedanken und damit deines Lebens und deiner Erfahrungen zu werden. Wenn du *Wie wir denken, so leben wir* gelesen hast und nützlich fandest, wirst du von diesem Nachfolgebund sicher ebenfalls profitieren.

Falls dir der Text ein bisschen verstaubt vorkommt, vergiss nicht: er ist über hundert Jahre alt. Wenn du aber bereit bist, die Spinnweben, die sich im Lauf der Zeit angesammelt haben, wohlwollend beiseite zu schieben, wirst du seinen inspirierenden Kern entdecken.

Der schmale Band ist rasch gelesen. Den Inhalt allerdings in das tägliche Leben zu übertragen und entsprechende Gewohnheiten zu entwickeln, nimmt natürlich erheblich mehr Zeit in Anspruch. Sei also geduldig. Die Mühe lohnt sich. Nimm jeden Fortschritt zur Kenntnis und schätze ihn, so klein er auch sein mag. Behalte dein Ziel fest im Auge und sei dir gewiss, dass du es erreichen wirst. Es gibt niemanden, der dich aufhalten könnte – außer du selbst.

Du stehst am Anfang einer Reise zu dir selbst. Übernimm die Kontrolle über dein Denken und beobachte staunend, wie sich die Welt vor deinen Augen verwandelt.

*Gestern war ich klug,
und wollte die Welt verändern.
Heute bin ich weise
und verändere mich selbst.*

~ Rūmī ~

Rumi¹

PS: Für James Allen war *Wahrheit* ein zentraler Begriff, dessen damalige Bedeutung sich uns heute nicht ohne weiteres erschließt. Deshalb habe ich im Anhang ein Kapitel aus dem Buch *Dominion and Power* (deutsch: *Vorherrschaft und Macht*) von Charles B. Patterson² eingefügt, dessen Werke James Allen seinen Lesern zur Lektüre empfahl, und das Einblicke in Sichtweisen seiner Zeit und die Kultur vermittelt, die ihn prägte.

-
1. Dschalāl ad-Dīn Muhammad Rūmī (1207-1273) – kurz **Rūmī** genannt – war ein Sufi-Mystiker, Gelehrter, Theologe und einer der bedeutendsten persischsprachigen Dichter des Mittelalters.
 2. Der gebürtige Kanadier **Charles Brodie Patterson** (1854–1917) wanderte in den 1880er-Jahren in die USA aus, wo er sich als Verleger und Autor für die Themen New Thought und Metaphysik engagierte.