

*Gedanken & Gefühle*  
**Transformationsbuch**

## ENTWICKLUNG – WANDLUNG – TRANSFORMATION

### *Wie ist dieses Buch entstanden?*

Wenn ich ein Buch lese und mich auf ein Thema einlasse, dann beginnen sich in mir die Energien zu bewegen. In Form meiner Emotionen und Gefühle. Ich habe gelernt, diese Energien zu beobachten und dadurch beginnen sie sich wie von selbst zu transformieren. Ich lasse sie einfach fließen. Ich bewerte sie nicht, ich unterdrücke sie nicht. Ich verdränge sie nicht. Ich mische mich nicht ein. Ich beobachte sie einfach. Nicht mit meinem Verstand oder meinem Ego alleine. Nein, mit meinem ganzen Sein, mit jeder Zelle meines Körpers nehme ich sie in allen Facetten wahr. Und dann schreibe ich die Wörter nieder, die sich in mir bilden, einfach so, ohne nachzudenken. Und durch dieses Schreiben, entwickelt, wandelt und transformiert sich in mir das, was gerade DA IST. Und wenn meine Hand ruhig wird und keine Worte mehr kommen, dann schließe ich dieses Buch und ich bin frei und fühle mich leicht und lebendig. Manchmal lese ich die Worte ein paar Tage später und zumeist bin ich erstaunt, manchmal betroffen und immer wieder auch tief berührt. Ab und zu muss ich auch herzlich lachen. Über genau diese Worte, die da geschrieben stehen, die aus mir herausgekommen sind und die mich und mein Wesen in einer verletzlichen, authentischen Nacktheit zeigen. Durch die Neuauflage des Buches „Vici – die Kraft der Übergänge“ ist dieses Transformations-Buch entstanden. Ohne Wollen, einfach so. Völlig mühelos.

### *Wie kann ich das Transformations-Buch anwenden?*

Nimm das Buch „Vici – die Kraft der Übergänge“ oder ein Buch aus deiner Bibliothek, schlage eine Seite auf und lies die Zeilen, die da für dich stehen. Lies diese Zeilen gegebenenfalls mehrmals, lass die Worte auf dich wirken und beobachte, ob das Geschriebene etwas mit dir macht. Nimm dir dazu Zeit. Sei bereit für die Botschaft, die sich im Moment für dich zeigt. Lass dich ein auf die Emotionen, die Gefühle, die in dir aufsteigen und beobachte sie. Schreib dann die Worte, die aus dir kommen, in dieses Buch – die Energie wird sich transformieren und dir als frische Lebensenergie zur Verfügung stehen.

### ***Was bedeutet das Wasserzeichen auf jeder Seite?***

Das Y als Wasserzeichen hat die Aufgabe die Transformation zu unterstützen. Negative Worte wandeln sich um ins Positive und positive Worte werden nochmals verstärkt. Das Ypsilon ist wie ein Trichter: Oben kommt die Energie hereingeströmt, die Mitte bündelt diese und das Ende regeneriert alles. Wenn Du Energie tanken möchtest, so stelle dich aufrecht hin, hebe die Arme und bilde mit dem ganzen Körper ein Ypsilon. Auch Pflanzen wissen um die Wirkung des Ypsilons. Ein Baum, der auf einer Wasserader steht, verzweigt sich wie ein Y. Ebenso haben Antikörper in unserem Immunsystem die Geometrie des Y als Basis. Wir nutzen in diesem Buch die Kraft dieses Ypsilons, um zu transformieren oder zu verstärken. „Es tut“ – einfach indem wir niederschreiben, was uns bewegt.

### ***Der Nutzen dieses Buches?***

Dieses Transformationsbuch soll dir dienen. Es soll dich dabei begleiten, dich und deine Emotionen, Gefühle und Energien zu entwickeln, zu wandeln und zu transformieren. Dies geschieht einfach und unkompliziert. Indem du es einfach tust. Du begibst dich auf deine Reise zu dir selbst. Immer dann, wenn dir danach ist. Damit immer mehr Menschen im Herz frei werden und dadurch die Lebendigkeit und die Einzigartigkeit jedes Einzelnen sich zeigen kann und darf. Ich stelle mir eine Welt vor, in der alle Menschen frei sind. Frei von Vorwürfen, Selbsterniedrigung und Stress. Eine Welt, die von Freude, Lebendigkeit und Liebe durchdrungen ist. Eine Welt in der jeder Mensch seine ursprüngliche Gabe, seine Talente und Fähigkeiten lebt und diese auch mit anderen teilt.

***Ich wünsche dir vor allem Freude auf diesem Weg mit und zu dir selbst, zu deiner befreiten Lebensenergie, durch die von dir genutzte Zeit, deine Worte, dein Beobachten und das Schreiben.***

*Ursula Waldl*





































