



Roman Schärli

FREI UND
ERFOLGREICH –
EIN KONZEPT
MIT KÖPFCHEN

be-free

R. G. Fischer



Roman Schärli

FREI UND
ERFOLGREICH –
EIN KONZEPT
MIT KÖPFCHEN

be-free

R. G. Fischer Verlag

*Als Dank an meine Frau,
meine Kinder und mein Umfeld,
welches mich in meinem Tun
immer unterstützt und bestärkt hat.*

© 2019 by Roman Schärli
Alle Rechte vorbehalten

Titelbilder: lightwise / 123rf.com, dancestrokes / 123rf.com
TheHilaryClark / pixabay.com, photomatz / shutterstock.com
Titelbildmontage: Roman Schärli

Gesetzt aus der Times New Roman 11 pt
Herstellung: rgf/bf/1A

ISBN 978-3-8301-1806-0 PDF

www.rgfischer-verlag.de

Inhalt

1	Entstehung dieses Buches	5
1.1	Anleitung zur Verwendung dieses Buches	8
1.2	Was das Buch NICHT will	9
1.3	Was das Buch will	10
1.4	be-free – Einführung zum »Modell der Freiheit«	16
1.5	Freiheit – was bitte schön ist das?	18
1.6	Widersprüche – und weshalb ich sie mag	19
2	Das be-free Universum	22
2.1	Das be-free Grundmodell	23
3	Formel jeder geistigen Freiheit	30
3.1	Kreislauf zum nachhaltigen Erfolg – Funktion, Ziel und Zweck	32
3.2	Kreislauf zum nachhaltigen Erfolg – die Anwendung	36
3.3	Leere Vorlage Kreislauf zum nachhaltigen Erfolg	41
4	Kernelement Gedanken – Schlüssel zum Erfolg	42
4.1	BlockadeFrei – Schlüssel zur Unabhängigkeit	45
4.2	Wissen – Schlüssel zum Können	61
4.3	Bewusstseinsebenen – Schlüssel zur Steuerung deiner Gedanken	63
4.4	Universum – Schlüssel zum Sinn	75
5	Kernelement Licht – Schlüssel zur Wirkung	91
5.1	Warum die Vorstellung von Licht der Turbo zu Resultaten ist	93
5.2	Wie integriere ich Licht in meinen Gedanken-Alltag?	95
5.3	Die Vorstellung von Licht in der Praxis	98
5.4	Licht und Energien im Universum	101
5.5	Licht – Schlüssel zur Heilung	104
5.6	Licht – Schlüssel zur inneren Kraft	108
6	Methoden und Wirksamkeit – Schlüssel zu Richtig und Gut	111
6.1	Methoden und Anleitungen in diesem Buch	114
6.2	Chakren – (Licht) Energiezentren	121
6.3	Express-Methoden zum klaren Verstand	134

7	Express-Verständnis zum Buch	140
7.1	Ziel und Zweck dieses Buches	140
7.2	Was ist geistige Freiheit und was sind ihre Voraussetzungen?	141
7.3	Methoden zur geistigen Freiheit	146
8	Index und Verzeichnisse	147
8.1	Bilderindex	147
8.2	Literaturverzeichnis	148
8.3	Textindex	149

1 Entstehung dieses Buches

Stell dir vor, es gäbe ein Modell, welches ...

<input type="checkbox"/>	hilft, die täglichen Herausforderungen mit gesundem Menschenverstand anzugehen.
<input type="checkbox"/>	hilft, klaren Kopf im Alltag für richtige und gute Entscheidungen zu bewahren.
<input type="checkbox"/>	hilft, die Komplexität jeder geistigen Freiheit und deren Potential besser zu verstehen und damit zu nutzen.
<input type="checkbox"/>	hilft, Ängste, Sorgen und Stress für immer loszuwerden.
<input type="checkbox"/>	aufzeigt, was die wichtigsten Elemente jeder geistigen Freiheit sind und wie diese zu deinem Erfolg nutzbar werden.
<input type="checkbox"/>	ein Konzept für das Meistern von Herausforderungen im Alltag mit Schritt für Schritt-Anleitungen bietet.
<input type="checkbox"/>	dir aufzeigt, warum die geistige Freiheit die Basis persönlicher Authentizität und Erfolgs ist.
<input type="checkbox"/>	Klarheit schafft, wie gewünschte Veränderungen zur Realität werden.
<input type="checkbox"/>	hilft, ein noch verantwortungsbewussteres, selbstständigeres und freieres Leben zu führen.
<input type="checkbox"/>	hilft, dich in der unsichtbaren Welt der mentalen Kräfte besser zurechtzufinden.

Wenn du die Vorstellungen der vorhergehenden Aufzählungen mit mir teilen kannst, bin ich überzeugt, dass du von diesem Buch genauso fasziniert sein wirst, wie ich es war, als ich angefangen habe, es zu schreiben.


Ich habe viele Bücher gelesen, die mir Erkenntnisse und Weisheiten sowie wichtige Inhalte für meinen aktuellen Bedarf vermittelten und meinen Horizont erweiterten. Doch fand ich bis anhin kein Buch, welches mir folgendes Punkte vermittelte:

- Was sind die Elemente jedes nachhaltigen Erfolgs?
- Welche Modelle und Übersichten sind notwendig, damit ich mich orientieren und Zusammenhänge verstehen kann?
- Was ist notwendig, um die täglichen Herausforderungen an der Wurzel ihrer Entstehung anzupacken?
- Wie kann ich mentale Kraft in meinen Business- und Familien-Alltag integrieren?
- Wie kann ich prüfen, welche Wirkung geistige Arbeit auf mich hat?
- Welche persönlichen Werte sind mir hinter meinem nachhaltigen Erfolg wichtig?
- Nach welchen Werten kann ich ein Unternehmen oder Team nachhaltig ausrichten?

Genau um die Antworten zu diesen Fragen geht es in diesem Buch, um praktische Methoden für Erfolg. Horden von Menschen schleppen ihre innersten Blockaden jahrzehntelang mit sich herum. Sie belasten sich damit unnötig im Alltag und finden keine Lösungen. Ob im täglichen Business-, Familien- oder Single-Alltag. Nur wenige Menschen kümmern sich um die Basis für jeden nachhaltigen Erfolg – unsere Gedanken. Dieses Buch bietet mit seinen Inhalten, Modellen und Schritt für Schritt-Anleitungen die Möglichkeit, dies zu ändern. Die Erfahrungen, welche ich als Mensch, Therapeut, Vater und Führungskraft sammeln und vermitteln konnte, sprechen für sich.

Der ursprüngliche Auslöser für dieses Buch war mein Wunsch, meine Autobiografie zu schreiben. Ich war und bin überzeugt, dass diese für andere Menschen interessant sein könnte. Nicht, weil ich extreme Dinge mache, tue oder vorlebe. Ganz im Gegenteil: Weil ich *so normal* bin. *Normal* unter der Prämisse, dass ich mich als Mensch bezeichne, der keinerlei besondere Begabungen oder Exzesse vorweisen kann. *Nicht normal* aus meinen Erfahrungen und der Sicht meiner Mitmenschen, weil ich keinerlei Rucksäcke voller Ängste oder sonstigen geistigen Blockaden mit mir herumschleppe. Außerdem habe ich bisher keine Methode gefunden, die auf simple Art und

Weise vermitteln kann, wie ich solchen Ballast für immer loswerden kann. So, dass ich weder eine spirituelle noch eine esoterische Ausbildung benötige oder mir irgendeinen Glauben aneignen muss, der mir die Freiheit verspricht. Denn gerade in solchen Glaubenskreisen findet man oft die grössten Abhängigkeiten. Und wenn es nur jene ist, zuerst an etwas intensiv glauben zu müssen, um frei zu sein. Das Buch, so mein Ziel, soll ein Buch aus der Praxis für die Praxis sein. Ein Buch, welches hilft, die täglichen Herausforderungen an der Basis zu beeinflussen und damit nachhaltig zu verbessern.

1998 machte ich eine Ausbildung zum Hypnose-Therapeuten beim American Board of Hypnotherapy. Während dieser Ausbildung wurde mir klar, dass alles mit unseren Gedanken beginnt. Ich begriff, wo und wie ich diese Kraft nutzen kann, um die gewünschten Resultate Realität werden zu lassen. Daraus habe ich in den letzten Jahren die Formel und Modelle zur geistigen Freiheit entwickelt und als jahrelange Führungs-Persönlichkeit in der IT-Branche perfektioniert. Die Wirksamkeit der in diesem Buch vermittelten Modelle und Konzepte haben sich bei mir und meinem Umfeld hundertfach bewährt. Die Erkenntnisse sind dermaßen faszinierend, dass ich ein ganzes Konzept rund um dieses Buch entwickelte. Alles dazu findest du auf der  *be-free App* oder Website *www.be-free.eu*.

Mit den damals erlernten Methoden konnte ich erleben, wie einfach, effektiv und effizient ich in der Lage war, Schritt für Schritt nachhaltigen Erfolg zu produzieren. In dieser Zeit war ich hauptberuflich Informatiker, nebenberuflich Hypnose-Therapeut und außerdem Familienvater; eine für mich sehr wertvolle, intensive und lehrreiche Zeit. Eine Zeit, in der ich festzustellen begann, wie viele Menschen manchmal über Jahrzehnte Altlasten mit sich herumschleppen, von denen sie oft gar nichts wissen. Erlebnisse und Dinge, welche nie richtig verarbeitet und angesprochen, geschweige denn abgeschlossen wurden.

Dank meiner jahrelangen Erfahrung als Leiter IT im Malik Management Zentrum in St. Gallen, Schweiz, kam dann dieses letzte, fehlende Puzzle-Teil dazu: die Erfahrung eines integrierten Modell-Konzepts. Die dort vorhandenen Modelle, deren Anwendung und Resultate faszinieren mich bis heute. Die Erfahrungen mit ihnen haben mich maßgebend dazu inspiriert, den Versuch zur Entwicklung eines universalen Modells für den nachhaltigen Erfolg zu entwickeln. Mit diesem erworbenen Wissen und der jahrelangen Auseinandersetzung damit entstanden die Modelle und Inhalte in diesem Buch. Schlussendlich ist es ein Konzept geworden, das meine persönlichen

Erfahrungen im Hinblick auf nachhaltigen Erfolg teilt und widerspiegelt. Die in diesem Buch vorkommenden Modelle bilden die Grundlage für einen einzigartigen Werkzeugkoffer auf dem Weg der persönlichen Nachhaltigkeit. Damit schaffen sie einen einfachen und schnellen Zugang zu den vermittelnden Inhalten.

1.1 Anleitung zur Verwendung dieses Buches

Bei diesem Buch handelt es sich um ein umfangreiches Sachbuch. Ziel dieses Buches ist, die Leser auf dem Weg zu ihrer geistigen Freiheit, und damit zur Basis für jeden Erfolg, zu begleiten und sämtliches Hintergrundwissen zu vermitteln. Um den Einstieg in diese Thematik zu erleichtern, habe ich zwei Möglichkeiten geschaffen, dieses Buch zu lesen:

Möglichkeit 1: Verständnis zum Buch in 15 Minuten

Zeit ist Geld. Deshalb möchtest du innerhalb von 15 Minuten wissen, um was es grundsätzlich in diesem Buch geht. Wenn du zu dieser Zielgruppe gehörst: Dann springst du nach diesem Kapitel zum *Kapitel 7*.

Möglichkeit 2: Lesen und damit arbeiten

Die zweite Möglichkeit erlaubt es dir, dich mit der Basis für deinen persönlichen Erfolg intensiv auseinanderzusetzen.

- Kapitel 1** Was das Buch will und was es nicht will. Freiheit, Erfolg und geistige Freiheit. Was ich darunter verstehe. Widersprüche und weshalb diese zum Leben dazugehören.
- Kapitel 2** Einstieg in die Theorie, aus welchen Grundelementen sich jeder nachhaltige Erfolg zusammensetzt.
- Kapitel 3** Die aus dem Kapitel 2 hervorgehenden Elemente, die abgeleitete *Formel jeder geistigen Freiheit*. Die Anwendung dieser Formel in der Praxis für nachhaltigen Erfolg mit Hilfe des *Kreislaufs zum nachhaltigen Erfolg*.
- Kapitel 4** Kernelement Gedanken. Warum jede Herausforderung mit ihnen anfängt. Die Schlüsselemente zu deiner Gedankenkraft. Woraus diese bestehen und wie du diese nutzt.

Kapitel 5 Kernelement Licht. Warum Licht der Schlüssel für echte Resultate ist. Antwort auf die Frage, warum Licht in deiner Vorstellung jene Kraft in dir ist, welche den gewünschten Erfolg in deinem Alltag massiv beschleunigt.

Kapitel 6 Methoden und Wirksamkeit. Wie du die für dich besten Methoden für den nachhaltigen Erfolg findest. Methoden, welche die Erkenntnisse aus der *Formel jeder geistigen Freiheit* nutzen und deshalb hochwirksam sind. Neben diesen beiden Varianten gibt es noch eine dritte: du kannst und willst dich jetzt nicht entscheiden und liest einfach weiter. Bei Bedarf springst du auf das entsprechende Kapitel und wieder zurück. Das ist kein Problem, denn sämtliche Modelle, Methoden und Inhalte in diesem Buch greifen ineinander. Jedes Element kann im Detail einzeln betrachtet werden, jedes dieser vorkommenden Elemente ist jedoch in das gesamte Konzept integriert.

Das be-free *Digital-Portal*

Zusätzlich zu diesen oben erwähnten möglichen Vorgehensweisen, stehen dir die digitalen Inhalte als Ergänzung zu diesem Buch zur Verfügung. Dort findest du die Schritt für Schritt-Anleitungen für die praktische Anwendung der in diesem Buch vermittelten Inhalte. Registriere dich noch heute Gratis im be-free *Digital-Portal*. Dort findest ebenfalls sämtliche Modelle zu diesem Buch in Farbe als PDF-Download:

☞ Mit der *be-free App* für mobile Android, iOS und Windows

☞ Auf der Website unter www.be-free.eu

1.2 Was das Buch NICHT will

Bevor ich dazu komme, WAS dieses Buch will, möchte ich damit beginnen, was dieses Buch NICHT will. Sich im Klaren zu sein, was man NICHT möchte, ist oft ein einfaches und wirksames Vorgehen zur Definition, WAS man will. Das habe ich immer wieder erlebt. Sei es als Vater, Mitarbeiter, Therapeut oder Vorgesetzter. In diesen Rollen bekam ich oft keine Antwort auf meine Frage: »Was willst du denn?« Jedoch bekam ich praktisch immer eine Antwort auf die Frage: »Was willst du denn NICHT?«

Die Frage nach dem *nicht wollen* ist nicht ganz unproblematisch. Warum das so ist – darauf werde ich später in diesem Buch in Kapitel 4 zu den Gedanken eingehen. Der entscheidende Vorteil dieser Methode ist aber, dass man aus einer Definition, was man *nicht* will, mit etwas Übung hervorragend ableiten kann, *was man möchte*. Der Trick ist also: Erst formulieren, was du NICHT willst, um dann daraus abzuleiten, was du willst.

Was das Buch NICHT möchte:

- Das Buch richtet sich nicht ausschließlich an spirituelle Freaks.
- Das Buch will in keiner Weise beurteilen. Weder Menschen, Methoden, Theorien noch Religionen. Nichts.
- Das Buch vermittelt weder eine Glaubensrichtung noch hat es einen missionarischen Anspruch.
- Das Buch erhebt keinen Anspruch auf wissenschaftliche Vollständigkeit und will das auch nicht erreichen.
- Das Buch will in keiner Weise ausdrücken, dass Freiheit und Erfolg bedeutet, »*machen zu können, was man will*«.
- Zum Verständnis des Buches sind weder ein Universitätsabschluss noch sonstige spezielle Ausbildungen notwendig.

Kommen wir somit zum relevanten Teil, dem, was das Buch möchte.

1.3 Was das Buch will

Dieses Buch soll zum Nachdenken über Nachhaltigkeit, klares Denken, Freiheit und Erfolg anregen.

Es soll Antworten liefern, was und warum ich wie definiere, was ich darunter verstehe und wie ich dieses (vor-)lebe. Dieses Buch soll die Grundlagen für den verantwortungsvollen und klaren Geist, dessen Zusammenhänge und Wirkungen aufzeigen. Es bietet Methoden und Modelle an, die du benötigst, zu diesem Zustand zu kommen oder diesen zu erhalten. Die Inhalte sind der Zugang für alles, was nachhaltigen Erfolg ausmacht. Unabhängig von Abstammung, Hautfarbe, Berufs- oder Ethik-Gruppe. Das Buch will dabei helfen, das eigene Leben in die Hand zu nehmen. Blockaden und sonstigen Ballast aufzulösen, Kapitän seiner Gedanken zu werden. Möglichst ohne Gruppierungen oder Glaubensrichtungen nacheifern zu müssen, sondern geleitet von seinem eigenen Ich. Wie eingangs erwähnt will es ein Buch sein, an dem sich Menschen orientieren und

wachsen können. Es geht um die zentrale Frage, welches die weltweit universalen Elemente und ursächlichen Bedingungen für nachhaltigen Erfolg sind. Der Kern, der Fokus und die Kraft liegen in den folgenden Aussagen und Fragestellungen.

Was ist der Kern und Ursprung zum nachhaltigen Erfolg?

Das Buch liefert Antworten auf die Frage, was Einzelpersonen oder Teams für nachhaltigen Erfolg benötigen. Welche Elemente tatsächlich relevant und notwendig sind, um den klaren Verstand für die täglichen Herausforderungen sicherzustellen. Es geht um die Antworten folgende Fragen:

- Wie funktionieren diese Elemente und wie sind sie miteinander verbunden?
- Was sind die Schlüssel für nachhaltigen Erfolg?

Und der wichtigste Punkt: wir sind alle Individuen. Und trotzdem gibt es unbestrittene Gemeinsamkeiten. Diesen Gemeinsamkeiten, welche den nachhaltigen Erfolg ausmachen, gehe ich in diesem Buch im Detail nach. Und damit zu Antworten auf die Kernfrage:

- Wie schaffen wir es, die zum nachhaltigen Erfolg notwendigen Elemente für jeden von uns wirksam zu machen?

Welche Modelle sind notwendig, um sich daran orientieren zu können?

In diesem Buch werden diverse Modelle zur visuellen Unterstützung dargestellt. Mit diesen Modellen verfolge ich folgende Ziele:

- Abstrakte Theorien sichtbar und damit besser erfassbar zu machen.
- Miteinander verbundene Elemente grafisch darzustellen.
- Die Theorie für unser Bewusstsein greifbarer zu machen.
- Die Modelle auf die für jedermann relevanten Elemente und Zusammenhänge zu beschränken.
- Einen einfach zugänglichen Rahmen zu bieten, um sich mit der dahintersteckenden Komplexität besser zurechtzufinden.
- Eigene Erfahrungen und Erkenntnisse in die Modelle einbauen zu können.

Die Modell-Landkarte mit den wichtigsten in diesem Buch vermittelten Modellen präsentiert sich wie folgt:

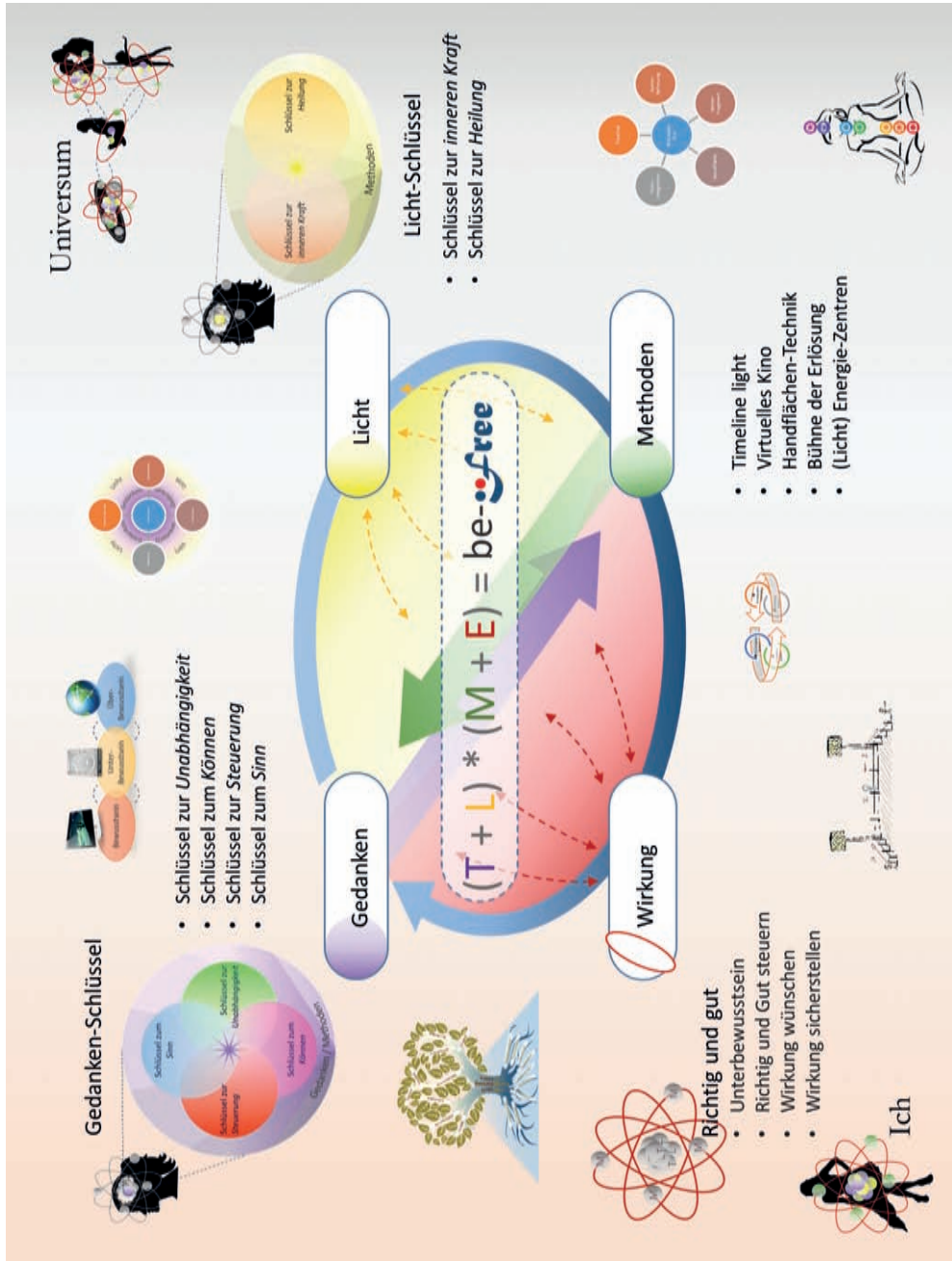


Abbildung 1 be-free Modell-Landkarte