

PETRA SCHNEIDER

Die Seele verstehen

WAS SIE VON DER SEELE
LERNEN KÖNNEN

EIN EINFÜHRENDES UND UMFASSENDES HANDBUCH
FÜR DEN ZUGANG ZUR SEELE, ZUR INTUITION UND
ZU DEN GEISTIGEN HELFERN
– MIT MEDITATIONEN UND ÜBUNGEN –



WINDPFERD

1. Auflage 2009

© 2008 Windpferd Verlagsgesellschaft mbH, Oberstdorf

www.windpferd.de

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Peter Krafft Designagentur, Bad Krozingen

Lektorat: Sylvia Luetjohann

Layout: Marx Grafik & ArtWork

Gesetzt aus der Adobe Garamond

Gesamtherstellung: Schneelöwe Verlagsberatung & Verlag, Oberstdorf

Gedruckt auf säurefreiem, chlorfrei gebleichtem Papier

Printed in Germany · ISBN 978-3-89385-582-7

*Aus einer zeitlosen Welt
Fallen Schatten auf die Zeit,
Aus einer Schönheit älter als die Erde,
Eine Leiter möge erklimmen die Seele.
Ich steige auf Schattenstufen
In eine Helligkeit, älter als die Zeit.*

A. E. (IRISCHER DICHTER)

Inhalt

1. Die Seele antwortet	7
2. Eine Begegnung mit Folgen	11
3. Der Ausgangspunkt – Modelle und Begriffe	15
Die Grundlagen meines Weltbildes	20
Begriffserklärung und Glossar	23
Hinweise zu den Meditationen	28
4. Bauplan der Seele	33
ÜBUNG	46
Wie die Seelenaspekte zusammenwirken	48
Seelenvölker	49
Sich mit der Seele verbinden	51
MEDITATION ZUM SEELENRAUM	53
MEDITATION ZUM HÖHEREN SELBST	56
MEDITATION ZUR VERBINDUNG DER SEELENASPEKTE	57
5. Wie die Seele durch die Leben wandert	61
Die Reinkarnation in verschiedenen Religionen und Kulturen	62
Der Weg durch die Inkarnationen	66
Die Entwicklung der menschlichen Seele	69
Das Alter der Seele	69
Seelenrollen	74
Die Entwicklung anderer Seelenvölker	78
MEDITATION BEGEGNUNG MIT DER URSPRUNGSSEELE	87
Inkarnierte Engelseelen	88
6. Helfer der Seele	95
Seelenbegleiter	96
MEDITATION BEGEGNUNG MIT DEM SEELENBEGLEITER	98

Schutzensel	100
MEDITATION KONTAKT ZUM SCHUTZENDEL	102
Der innere Heiler	104
MEDITATION ZUM INNEREN HEILER	105
Geistige Lehrer	106
MEDITATION BEGEGNUNG MIT EINEM GEISTIGEN LEHRER	111
Seelenfamilie	113
Seelenfreunde	115
MEDITATION BEGEGNUNG MIT DER SEELENFAMILIE ODER EINEM SEELENFREUND	116
7. Seelenmythos Atlantis	119
Atlantis	122
8. Warum bin ich hier?	131
Lebensaufgabe und Lebensplan	131
Der vorgeburtliche Planungsraum	138
MEDITATION VORGEBURTLICHER PLANUNGSRAUM	144
MEDITATION GESCHENKE DER ERZIEHUNG	145
MEDITATION ZU FÄHIGKEITEN UND WISSEN	147
Die Sprache der Seele	149
MEDITATION FÄHIGKEITEN UND WISSEN ENTFALTEN	153
Warum bekomme ich keine Verbindung?	155
MEDITATION ZUM LÖSEN VON BLOCKADEN	159
Innere Widerstände	160
Kosmische Logistik	163
Abschied vom Körper und Eintritt ins Jenseits	165
MEDITATION SEELENANTWORTEN	168
9. Was die Verbindung zur Seele unterstützt	171
Literaturhinweise	175
Über die Autorin	176

1. Die Seele antwortet

Warum bin ich hier? Wo komme ich her? Wo gehe ich hin? – Diese Fragen sind vermutlich so alt wie die Menschheit. Auch in meinem Leben existieren sie, seit ich nachdenke. Wie oft habe ich dagestanden und nicht gewusst, wie es weitergeht, wohin ich mich wenden soll, was der nächste Schritt ist. Wie oft war ich unzufrieden und enttäuscht. Ich wusste zwar, dass ich so nicht weiterleben wollte. Aber ich wusste nicht, was ich wirklich wollte, was mich glücklich macht. Es war so, als hätte ich mich im Wald verlaufen. Müde vom Herumirren stand ich vor immer neuen Wegkreuzungen, ohne zu wissen, welcher Weg mich aus dem Wald herausführt und welcher in einen Abgrund. Was ich gebraucht hätte, wäre eine Landkarte oder ein Führer gewesen – besser noch: ein Führer mit Landkarte.

Heute habe ich den Führer mit Landkarte gefunden. Er weiß, wo ich mich befinde, er weiß, wo ich hin will, und er kennt die vielen möglichen Wege dorthin, zwischen denen ich wählen kann. Dieser Führer ist meine Seele. Leider spricht er eine Sprache, die schwer zu verstehen ist. Es blieb mir also nichts anderes übrig, als diese Sprache zu erlernen, wenn ich leichter durch den Wald des Lebens kommen wollte.

Nachdem ich den Führer mit Landkarte entdeckt hatte, stellte ich fest, dass die Seele mich auch schon vorher führte. Ich hatte es nur nicht bemerkt. Ich hatte mich auch nicht verlaufen. Als ich mir die zurückgelegten Wege anschaute, erkannte ich, dass ich mich schon seit langem aus dem Dunkel des Waldes hinausbewegt hatte. Und ich erkannte, dass die Seele noch mehr weiß. Sie kennt die Antworten

auf die Fragen: Was macht mich zufrieden? Wie werde ich glücklich? Welche Fähigkeiten habe ich? Welche Ursachen haben meine Schwierigkeiten? Warum fühle ich mich fremd? Woher kommt die Sehnsucht, die mich immer wieder mit dem Erreichten unzufrieden sein lässt und mich immer wieder von neuem auf die Suche treibt? Worin besteht meine Aufgabe? Was will ich im Leben bewirken? Wie finde ich zu Stille und zum inneren Frieden?

Die Antworten der Seele waren schon immer da. Ich hatte sie nur nicht verstanden, und so waren sie untergegangen in den vielen anderen Stimmen: der Stimme der Angst, den Stimmen meiner erworbenen Glaubenssätze, der Stimme des Widerstandes, der Stimme der Resignation, der Stimme des Verstandes. Sie alle waren lauter als die leise Stimme der Seele, die eher einem diffusen Gefühl, einer Ahnung glich.

Nachdem ich die Stimme der Seele erkannt hatte, lernte ich ihre Antworten und ihre Impulse zu verstehen. Dabei stellte ich fest, dass sich die Seele nicht nur als Gefühl oder Ahnung äußert. Sie spricht auch in Bildern, in Träumen, in Wünschen und in Situationen des Lebens. Als ich herausfand, wie ich die Antworten der Seele bewusst erhalten kann, entdeckte ich auch, was die Seele alles weiß. Sie besitzt Erfahrungen, Fähigkeiten, Wissen und Möglichkeiten, die weit über meine Fragen hinausgehen.

Die Seele führt uns nicht nur durchs irdische Leben. Sie kann uns auch durch unsere innere Welt führen, zur Bibliothek der Erfahrungen und des Wissens, an Plätze der Stille und des Friedens, zum Ursprung und zur Verbindung mit dem Göttlichen. Dabei entdecken wir etwas sehr Kostbares: unser wahres Wesen.

Seitdem ich die Seele verstehe, ist vieles klarer und einfacher. Ich habe Zugang zu Wissen, das mir vorher verborgen war. Die anstehenden Schritte sind schneller sichtbar und ebenso, was ich in schwierigen Situationen lernen soll. Mein Leben ist erfüllt von innerem Frieden, Dankbarkeit und der Gewissheit, einen Zugang zur Weisheit gefunden zu haben, der mich führt.

Dieses Buch kann ein Schlüssel sein, um die Seele zu verstehen. Neben Informationen enthält es Meditationen, mit denen Sie die Verbindung zu ihrer Seele stärken können, so dass Sie die Antworten deutlicher hören. Die Meditationen ermöglichen auch, mit geistigen Wesen wie dem Schutzengel, dem Seelenbegleiter und geistigen Lehrern in Kontakt zu kommen.

Beim Lesen des Buches wird nicht nur Ihr Verstand angesprochen. Auch die Seele erhält Impulse. Es ist sogar möglich, dass der Verstand an manchen Stellen rebelliert, während die Seele zustimmt und die Tür zum inneren Wissen öffnet. Daher kann es sinnvoll sein, dieses Buch mehrmals in Abständen zu lesen. Jedes Lesen und jede Wiederholung der Meditationen lässt Sie tiefer in das Wissen der Seele eintauchen.

2.

Eine Begegnung mit Folgen

Das Rainbow-Festival war zu Ende, und meine Schwester Marianne und ich begannen mit dem Abbau des Standes, als sich ein Mann zu uns stellte und uns beobachtete. Er sah aus, als wäre er gerade einem Mittelalterfilm entsprungen: ein weißes Gewand, das bis zum Boden reichte, selbstgemachte Ledersandalen, eine Kette mit einem keltischen Kreuz. Gestützt auf seinen mannshohen Wanderstab, schaute er uns an.

„Wir könnten durchaus männliche Hilfe gebrauchen, denn wir sind nur zwei schwache Frauen“, scherzte ich, um das Schweigen zu brechen.

„Frauen sind nicht schwach. Im Gegenteil, sie sind stärker als Männer. Ich muss das wissen, denn mein Orden besteht zu 80 % aus Frauen. Und die können alles.“

Und dann begann er zu erzählen, von seinem Orden, in dem er der Merlin sei, von Druiden, dass er seit seinem sechsten Lebensjahr zum Druiden ausgebildet wurde und dass das druidische Wissen seit 50 Generationen in seiner Familie weitergeben wird. Er erzählte von Avalon und Atlantis, den unterschiedlichen Seelen, von Drachen und Zwergen und den Elohim und ihren Welten. Wir hörten zu und bauten weiter ab. Das tat ich auch schon deshalb, damit der Mann nicht meine Gedanken auf meinem Gesicht ablesen konnte. Denn mein Verstand schrie laut auf: Welch ein abgehobenes Zeug! Der spinnt doch! Und wie er schon aussieht! Doch erstaunt beobachtete

ich, dass in mir gleichzeitig mit diesem Protest etwas ruhig wurde und zustimmte.

Auf dem Heimweg sprachen meine Schwester und ich noch lange über das Gehörte und über die Einladung, die wir bekommen hatten. Etwas in uns war in Aufruhr und in freudiger Erwartung, so als würde mit dieser Begegnung ein neuer Abschnitt in unserem Leben beginnen. Wir ahnten damals nicht, welche Tür zu altem Wissen durch diese Begegnung aufgestoßen wurde und welche Auswirkung das auf unser Leben haben würde.

In den Wochen nach dieser Begegnung öffnete sich für mich ein Zugang, den ich vorher nicht hatte. Ich bekam Kontakt zu meinem Seelenbegleiter und zu meiner Seele mit ihrem Wissen. Ich erinnerte mich an frühere Fähigkeiten. Ich wusste, worin der nächste Schritt, die nächste Aufgabe für mich bestand: dass es an der Zeit war, Menschen wieder an ihr wahres Wesen und an das Wissen und die Gaben zu erinnern, die in ihnen schlummern. Und ich wusste auch, dass diese Aufgabe mir sehr vertraut war und dies nicht meine erste Inkarnation mit dieser Aufgabe war.

Fasziniert beobachtete ich, was sich in den folgenden Wochen veränderte. Ich konnte zwar auch vorher schon bei anderen Menschen Ursachen, Zusammenhänge und karmische Verstrickungen in Situationen wahrnehmen. Doch nach der Begegnung wurde dies wesentlich deutlicher – und vor allem: Ich sprach sie mit einer Selbstverständlichkeit aus, als würde ich über das Wetter von gestern sprechen. Der Unterschied war so gravierend, dass ich innerlich oft erstaunt den Kopf schüttelte. Vorher hatte ich mich meist nicht getraut, solche Einsichten weiterzugeben, aus Angst, dass sie nicht stimmten oder ich mich blamierte. Die Zweifel meines Verstandes hatten mich blockiert.

In den Wochen nach der Begegnung bekam ich auch Zugang zu einer neuen feinstofflichen Schwingungssensenz, die den Namen „Schönheitselixier“ erhielt. Bisher hatten wir bei LichtWesen nur Essenzen mit der Energieschwingung von geistigen Wesenheiten,

von Engeln und Aufgestiegenen Meistern. Ich hatte zwar schon öfter den Hinweis erhalten, auch mit Edelstein- und Pflanzenenergien zu arbeiten, doch das hatte ich bisher immer abgelehnt. Die geistigen Kräfte waren mir vertraut; mit den irdischen Energien konnte ich dagegen nicht viel anfangen, sie waren mir zu dicht. Doch im Schönheitselixier war nun neben der Schwingung der geistigen Wesen all das enthalten: die Energien von Pflanzen, Edelsteinen und Farben, Heilenergie. Und was für mich neu war: Es enthielt auch den goldenen und silbernen Strahl der Elohim.

Was mich dabei am meisten faszinierte: Als ich das Schönheitselixier zum ersten Mal energetisierte, um es zu testen, war es für mich so, als hätte ich dies schon hunderte Male gemacht. Bisher hatte ich mich auf neue Essenzen immer vorbereiten und einstimmen müssen. Beim Schönheitselixier bekam ich die Infos, welche Kräfte enthalten waren, und machte es.

Es stellte sich heraus, dass das Schönheitselixier nicht nur auf die innere Schönheit und die Ausstrahlung wirkt. Für Menschen, deren Seele sich erinnern will, öffnet es auch den Zugang zum Wissen der Seele und zu dem, was jetzt sichtbar werden will. Rückmeldungen von Anwendern bestätigten später: Auf der körperlichen Ebene bringt das Schönheitselixier Entspannung und Wohlbefinden. Doch für Menschen, die sich an das Wissen ihrer Seele erinnern wollen, stärkt es die Verbindung zu ihr. Eine Anwenderin beschrieb es so: „Die Schönheit der Seele wird dadurch sichtbar.“

Genauso wie mit dem Schönheitselixier ging es mir mit dem Seminar „Einweihung in die Seelenenergie“, das auch nach der Begegnung auf dem Rainbow-Festival entstand. Das Wissen war da, die Erinnerung war da, und gleichzeitig war auch der Zugang zu den feinstofflichen Kräften da, die den Menschen unterstützen, sich zu erinnern.

Auch bei meiner Schwester Marianne öffnete sich der Zugang zu neuen Fähigkeiten und zu Wissen. Das Ungewöhnliche bei ihr war, dass sie ihre Informationen in Gedichtform bekam, obwohl

sie vorher noch nie geschrieben oder gar gedichtet hatte. Ich hatte Jahre vorher einmal versucht, Gedichte zu schreiben, und für mich war es mühsame, zeitintensive Arbeit gewesen. Ich musste mir zuerst überlegen, was ich schreiben wollte, und rang dann mit den Worten, die das treffend ausdrücken und sich obendrein noch reimen sollten. Bei Marianne entstehen die Gedichte, ohne dass sie nachdenkt. Kein Wort muss geändert werden. Sie schreibt sie auf, ihre Form ist perfekt, und sie enthalten Informationen, die sie vorher nicht kannte. Und nicht nur das: Sie enthalten einen besonderen Zauber, der den Zuhörer berührt und tief in ihm eine Erinnerung und ein Gefühl von Vertrautheit und Frieden weckt. Es sind Botschaften der Seele in gereimter Versform.

Seit der ersten Begegnung mit Thomas Göbel, dem Druiden, ist nun ein Jahr vergangen. Dieses Jahr habe ich auf dem Festival in Baden-Baden meinen ersten Vortrag über die Seele und Seelenbegleiter gehalten. Der große Saal, in dem der Vortrag stattfand, war voll. Obwohl ich schon zahlreiche Vorträge auf dem Festival gehalten hatte, gab es noch nie so viele interessierte Zuhörer. Und noch nie sind nach dem Vortrag und der Meditation so viele Menschen an meinen Stand gekommen, um mir mitzuteilen, wie berührt sie waren. Auf die Frage, ob es ein Buch dazu gebe, hörte ich mich antworten: „Noch nicht, aber im Laufe des Jahres wird es geschrieben.“

Nun sitze ich, drei Tage nach dem Festival, vor meinem PC und schreibe. Gestern wusste ich noch nicht, welche Inhalte das Buch haben würde, außer dass es um die Seele, den Seelenbegleiter und den Lebensplan gehen würde. Heute Morgen war die Struktur klar. Obwohl ich im Moment von der vielen Arbeit und den Aufgaben, die ich sonst noch zu bewältigen habe, erschöpft bin, bin ich beim Schreiben voller Kraft und Freude. Und ich habe Zeit dafür, obwohl mein Terminkalender eigentlich voll ist.

3.

Der Ausgangspunkt – Modelle und Begriffe

Jeder Aussage und jedem Buch liegt ein Konzept zugrunde, ein Weltbild. Als promovierte Naturwissenschaftlerin habe ich gelernt, Grundlagen, von denen ich ausgehe, zu definieren. Daher finden Sie auch hier eine Beschreibung des Weltbildes, das diesem Buch zugrunde liegt, und eine Beschreibung der Begriffe, die ich verwende und die von anderen mit einer anderen Bedeutung verwendet werden.

Ein Weltbild ist ein Erklärungsmodell, mit dessen Hilfe man Zusammenhänge und Wirkungen veranschaulichen und verstehen kann, was ohne das Modell nicht oder nur schwer möglich wäre. Ein gutes Beispiel ist das Atommodell von Bohr, das die meisten in der Schule gelernt haben. Es beschreibt den Atomaufbau mit dem Bild von Kügelchen. Die Elektronen fliegen wie Kügelchen in Bahnen um das zentrale Kügelchen Atomkern. Die Wirklichkeit ist viel komplizierter, der Atomkern besteht nicht nur aus einem Kügelchen, sondern aus Protonen, Quarks und leerem Raum. Dennoch ist das Modell nicht falsch. Im Gegenteil, es ist eine brauchbare vereinfachte Darstellung, mit der man arbeiten kann.

Modelle müssen funktionieren, wie das Beispiel vom Bohrschen Atommodell zeigt. Das Modell der Seele und des Lebensweges funktioniert ebenfalls. Es ist nicht meine Erfindung. Es existiert schon seit Jahrhunderten in unterschiedlichen Religionen und Kulturen. Dass es brauchbar ist, weiß ich nicht nur aus eigener Erfahrung. Ich habe mit vielen Menschen gesprochen, die dieses Modell und die

Techniken zur Verbindung mit der Seele angewendet haben. Auch in meinen Seminaren verwende ich es erfolgreich. Doch Sie sollen mir nichts einfach nur glauben. Meine Empfehlung ist: Probieren Sie es aus! Entweder es funktioniert, dann hat es Ihr Leben bereichert. Oder es funktioniert nicht, dann legen Sie es einfach wieder zur Seite.

Seitdem ich mit dem Bild des Seelenraumes und des Seelenbegleiters arbeite, stelle ich immer wieder fest, dass dieses Modell funktioniert und hilfreich für das tägliche Leben ist.

Konzepte und Modelle helfen auch, bestehende Strukturen zu erkennen und sich von dem zu befreien, was der eigenen Wahrheit nicht entspricht.

Sie brauchen mein Weltbild nicht zu übernehmen, um die Informationen des Buches für sich nutzen zu können. Sie können die beschriebenen Erkenntnisse und Methoden auch verwenden, wenn Sie ein anderes Weltbild haben – aber das werden Sie selbst entdecken.

Es ist möglich, dass Ihr Verstand bei manchen Aussagen und Modellen dieses Buches aufschreit. Mit geht es auch immer noch so, obwohl sich meine Sicht der Welt seit meiner Studienzeit beachtlich erweitert hat. Als ich die Erklärungen von Thomas Göbel, dem Druiden, zu Atlantis und Menschen mit Engel-, Drachen-, Zwergen-, Wichtel- und Feenseelen hörte, sträubten sich meine Nackenhaare. Durch mein naturwissenschaftliches Studium ist mein „irdisch“ analytischer Verstand gut ausgebildet. Ich bin in einer katholischen Familie aufgewachsen. Einige Jahre habe ich mit einem Atheisten verbracht und wurde dadurch selbst zur Atheistin. Ich habe mich mit den Ansichten verschiedener Philosophen beschäftigt und alles abgelehnt, was über eine materielle Sichtweise hinausging. Erst durch eine persönliche Krise begann ich, mich mit den Denkmodellen der spirituellen Lehren zu beschäftigen. Mit 28, als ich gerade promovierte, hörte ich zum ersten Mal von Bachblüten. Ich reagierte entsetzt darauf: „Wie können Menschen in der heutigen Zeit an so etwas glauben?“ Hätte mir damals jemand vorhergesagt, dass ich selbst einmal Essenzen mit feinstofflicher Wirkung herstellen und ein

Buch über die Seele und den feinstofflich-geistigen Seelenbegleiter schreiben würde, ich hätte ihn für verrückt erklärt. Ich hätte eher geglaubt, dass ich selbst zum Mond fliegen würde. Damals meinte ich, dass Menschen, die an feinstoffliche Energie glauben, nicht logisch denken könnten. Heute habe ich erkannt, dass sich ein logischer, präziser Verstand und das Annehmen einer geistig-feinstofflichen Welt nicht ausschließen. Meiner Ansicht nach ist es vermessen, eine geistig-feinstoffliche Welt nur deshalb als nicht existent zu betrachten, weil man sie selbst nicht wahrnimmt – ähnlich wie ein Mensch mit Rotgrünblindheit nicht davon ausgehen kann, dass alle Menschen, die rot und grün sehen, Phantasten sind. Auch am Tage leuchten die Sterne am Himmel; man sieht sie nur nicht, weil die Sonne zu hell ist. Und so übertönt die Stimme des Verstandes oft auch unsere innere Stimme der Weisheit und der Seele.

Da ich die Konflikte zwischen Verstand und innerer Weisheit aus eigener Erfahrung kenne und weiß, dass es anderen Menschen auch so geht, möchte ich beschreiben, wie ich heute damit umgehe. So können Sie für sich selbst leichter einen eigenen Weg finden. Meist schreit der Verstand auf, weil das Gehörte oder Gelesene dem Erlernten und dem Weltbild unserer Kultur widerspricht. Das Wort „widerspricht“ ist eigentlich nicht passend. Die Sichtweisen, die uns dabei begegnen, liegen außerhalb unserer bisherigen Vorstellung. Inwieweit wir uns für Neues öffnen können, ist von unserer Erfahrung und Neigung abhängig. Für Menschen, die naturwissenschaftlich ausgebildet sind und in einer Umgebung leben, die ausschließlich materialistisch geprägt ist, ist die Vorstellung absurd, dass wir neben dem physischen Körper auch einen energetischen Körper besitzen. Für Menschen, die Yoga- und Meditationserfahrung haben, sind die Begriffe Energiekörper und Energiebahnen ganz selbstverständlich, aber sie tun sich vielleicht schwer mit der Vorstellung von Engeln und geistigen Wesen.

Natürlich ist es nicht so, dass wir jede Sichtweise, die uns heute absurd erscheint, irgendwann als wahr einstufen. Meiner Erfahrung

nach gibt es durchaus Unsinn und falsche oder, besser gesagt, schädliche Sichtweisen. Aber wie trennt man die Spreu vom Weizen, wenn man sich auf dem Weg befindet? Was tut mir gut, was schadet mir? Sabrina Fox verwendet in ihren Vorträgen ein anschauliches Bild dafür, was geschieht, wenn man Unverträgliches zu sich nimmt. Sie verwendet das Bild eines Süßwarenladens, in dem es auch Produkte gibt, die uns nicht bekommen. Wenn wir die essen, wird uns schlecht. Deshalb sollte man achtsam sein mit dem, was man isst. Auch wenn wir zu viele Süßigkeiten essen, ohne zwischendurch eine Pause zu machen, um sie zu verdauen, wird uns schlecht. Nicht anders ist es mit den Informationen des spirituellen Weges.

Wie finde ich nun heraus, was mir bekommt? Für mich haben sich drei Techniken bewährt:

1. Ich stelle mir die Frage: Wie reagiert mein Herz auf diese Information oder Technik? Viele Menschen können an ihrer inneren Reaktion erkennen, ob etwas für sie passt. Wenn etwas passend ist, dann empfinden sie Wärme, ein Fließen, Wohlbehagen, ein angenehmes Berührtsein, ein Zur-Ruhe-Kommen, oder das Herz wird weit. Wenn Aussagen stimmen, stellen sich bei manchen Menschen auch die Härchen hoch. Sie bekommen so etwas wie eine angenehme Gänsehaut. Wenn die Information oder die Technik nicht passt, dann empfinden Menschen oft etwas Unangenehmes, ein Unbehagen, Ablehnung oder eine unergründliche Angst. Es wird ihnen kalt ums Herz, es wird eng, es krampft sich zusammen, der Energiefluss stockt. Manche hören auch eine warnende Stimme in sich.
2. Ich gehe in meinen inneren Raum der Weisheit und stelle dort die Frage: Ist diese Information/Technik für mich hilfreich und förderlich oder ist sie für mich ungeeignet?
3. Da ich einen starken Bezug zu Engeln habe, bitte ich einen Engel, mir ganz deutlich zu zeigen, ob diese Sichtweise oder Technik mir dient oder nicht.

Sabrina Fox nennt diese Vorgehensweise auch: durch Seele und Herz hören. Denn Herz und Seele sind die inneren Barometer. Jeder Mensch hat einen inneren Wegweiser, ein Gefühl oder eine Gewissheit, was für ihn zu diesem Zeitpunkt hilfreich oder schädlich ist. Es kann sein, dass wir eine Sichtweise ablehnen, weil sie unser Herz verschließt, und sie dann Jahre später doch akzeptieren. Trotzdem hat sich der innere Wegweiser nicht geirrt, als er die Sichtweise ablehnte. Der Verstand vertritt in solchen Situationen gerne die Meinung, dass wir uns geirrt haben. Bei genauerer Betrachtung können wir jedoch feststellen, dass die Sichtweise zu jenem Zeitpunkt zu früh kam, weil noch Entwicklungsschritte fehlten. Hätten wir diese Sichtweise früher angenommen, wären wir vielleicht in Schwierigkeiten oder innere Verwirrung geraten.

Wenn ein Mensch etwas gefunden hat, was ihm hilft oder womit er eine beeindruckende Erfahrung gemacht hat, neigt er dazu, andere zum gleichen Weg überreden zu wollen. Wenn Sie in einem Vortrag oder Seminar sind, das nicht zu ihnen passt, und Sie äußern dies den Begeisterten gegenüber, bekommen Sie oft, meist herablassend, zu hören: „Dann bist du eben noch nicht so weit.“ Lassen Sie sich davon nicht beeindrucken. Vertrauen Sie Ihrer eigenen Wahrnehmung. Falls Sie tatsächlich noch nicht so weit sein sollten und später den Weg doch einschlagen, war Ihre eigene Wahrnehmung richtig. Der erste Zeitpunkt war dann tatsächlich noch nicht passend. Sie sind von der Grundschule auch nicht direkt in einen Beruf gewechselt.

Grundlage dieses Buches ist die Annahme, dass es neben der materiellen Welt auch eine feinstoffliche gibt. Genau da liegt der entscheidende Unterschied zwischen einem esoterisch/spirituell ausgerichteten Menschen und einem materialistisch/rationalistisch orientierten Menschen. Für den einen besteht das Universum nur aus Materie, für den anderen existiert neben der Materie die feinstoffliche Welt. Der feinstoffliche Bereich ist bis jetzt noch nicht wissenschaftlich anerkannt. Das Wissen darüber stammt aus verschiedenen Disziplinen wie der Traditionellen Chinesischen Medizin, aus Erfahrungen der

Homöopathie, von Hellsichtigen und aus Erkenntnissen und Einsichten in einen höheren Bewusstseinsbereich. Einige Erkenntnisse dieses Buches habe ich in Meditationen erhalten. Diese Art, über eine andere Erkenntniskraft als den Verstand zu Erklärungen zu kommen, ist alt. Im christlichen Bereich wurde dies Gnosis genannt, die Menschen, die diese Technik beherrschten, Gnostiker. Dieser Weg, Erkenntnisse zu erhalten, ist bei „normalen Menschen“ umstritten, was sich auch daran zeigt, dass die Gnostiker oft als Häretiker oder Ketzer verurteilt wurden.

Und noch etwas: Falls die Begriffe „Gott“ oder „das Göttliche“ Sie stören, ersetzen Sie diese einfach mit dem, was für Sie stimmt: Ursprung, Licht, Bewusstsein, Göttin, Großer Geist, Schöpfer ...

Die Grundlagen meines Weltbildes

- Seit dem Erwachen weiß ich, dass es nur ein Sein gibt. Es ist ewig und unveränderlich. Die Welt, die wir wahrnehmen, ist wie der Film auf der ewig gleichen Leinwand. In fast allen Kulturen und Religionen machen Menschen die Erfahrung dieses einen Seins, der *Unio mystica*, des Einswerdens mit Gott, des Erwachens, der Erleuchtung, des Erkennens von Film und Leinwand oder wie auch immer es genannt wird. Bemerkenswert ist, dass diese Erfahrung trotz der unterschiedlichen Kulturen, Traditionen und religiösen Weltbilder mit ähnlichen Worten und Bildern beschrieben wird. Der Verstand, mit dem wir die Welt erfassen, hat keinen Zugang zu diesem einen Sein und kann das scheinbare Paradox vom ewigem, unveränderlichen Sein und sich verändernder Schöpfung nicht begreifen. Es gibt daher unterschiedliche Sichtweisen, Ansätze und Modelle, um den Sinn, die Struktur und die Funktion des „Films“ zu erklären.
- Wenn ein Mensch die Leerheit, das Eine erfahren hat, kann die Denkstruktur der Modelle helfen, Frieden mit dem irdischen Ge-

schehen zu finden und seine eigene Sicht des irdischen Geschehens zu entwickeln.

- Wir haben eine Seele.
- Unsere Seele ist unsterblich.
- Wir sind Teil der Schöpfung und des Universums.
- Die Welt, in der wir leben, besteht aus einem grobstofflichen, materiellen Teil und aus einem feinstofflichen, geistigen Bereich. Die materielle, physische Welt können wir mit unseren körperlichen Sinnen wahrnehmen. Zu ihr gehören unser physischer Körper und alle Erscheinungen, die wir sehen, fühlen, hören, riechen, schmecken und messen können. Die feinstoffliche Ebene können wir mit den sogenannten inneren Sinnen wahrnehmen.
- Der Körper besteht aus einem physischen, materiellen Bereich und aus einem feinstofflichen Anteil, der Energiesystem genannt wird. Beides zusammen nenne ich Körper-Energiesystem. Das menschliche Energiesystem setzt sich zusammen aus den Energiebahnen (Meridianen), den Energieköpern (Aura) und den Energierädern oder Chakren, die für die Aufnahme und Verteilung der Energie zuständig sind.
- Auch der Planet Erde enthält diese beiden Anteile, den materiellen und den feinstofflichen Bereich. Die Energiebahnen der Erde werden *Leylines* genannt. Im feinstofflichen Bereich der Erde finden sich auch die Naturwesen.
- In den feinstofflichen Bereichen der geistigen Welt finden sich energetische Kräfte wie Prana, Chi, Reiki. Dort befinden sich auch feinstofflich-geistige Wesenheiten mit einem nicht-materiellen, feinstofflichen Körper. Zu diesen Wesen gehören Engel, geistige Lehrer und Aufgestiegene Meister, aber auch die Seelen von Verstorbenen. Manche Wesenheiten, die den Menschen auf seinem Weg begleiten und unterstützen, stellen ihr Wissen und ihre Energie in Meditationen zur Verfügung.
- Ziel des menschlichen Lebens ist, Erfahrungen zu machen und sich weiterzuentwickeln.

- Es kann sein, dass nicht alle Menschen dieses Ziel haben. Es ist durchaus möglich, dass es auch andere Gründe für eine Inkarnation gibt. So können manche Menschen hier sein, weil sie eine Aufgabe haben, andere, weil sie hier Urlaub machen.
- Nicht jeder Weg ist für alle Menschen passend. Die angebotenen Wege, Modelle und Techniken haben für den einen Menschen eine durchschlagende Wirkung, für einen anderen bewirken sie nichts.

Die Aussagen und Informationen in diesem Buch beschreiben keine neue Philosophie oder Glaubensrichtung. Sie stammen aus Erfahrungen und Informationen aus der geistigen Ebene, die andere Menschen und ich gemacht oder bekommen haben. Es gibt verschiedene geistige Ebenen mit unterschiedlich weisen und weitsichtigen Wesen. Da ich seit mehr als 15 Jahren mit der geistigen Ebene „arbeite“ und von ihr geführt werde, habe ich gelernt, die Wesen zu unterscheiden. Ich kann wahrnehmen, aus welcher Ebene die Informationen kommen und auch, zu welcher Ebene die Wesen, mit denen ich Kontakt habe, gehören. Im Laufe der Jahre habe ich auch gelernt, gezielt Kontakt zu Wesen aufzunehmen. Trotzdem sollten Sie die Aussagen und Informationen dieses Buches mit Ihrer eigenen Wahrnehmung und Intuition überprüfen. Wenn ich etwas lese oder höre, habe ich immer ein Gefühl dazu. Etwas in mir sagt: „Ja, das passt“, auch wenn mein Verstand zweifelt oder gar rebelliert. Oder es sagt: „Nein, das stimmt für mich nicht.“ Das war bei mir schon immer so, auch zu Beginn meines spirituellen Weges. Doch am Anfang hatte ich die Tendenz, anderen mehr zu glauben als meiner inneren Stimme.

In den folgenden Kapiteln habe ich immer wieder meine eigenen Erlebnisse einfließen lassen. Damit Sie diese schneller erkennen können, sind sie kursiv gedruckt, ebenso die Meditationen. Die Meditationen sind in persönlicher Anrede geschrieben, weil Sie dadurch leichter Zugang zu den Bildern und Energien bekommen und sich berühren lassen können.