

# Leseprobe



Matthias A. Exl

## **Befreie dich selbst!**

Inhaltsverzeichnis, S. 5 – 7

Einleitung, S. 13 – 16

Die Lügen und der Schein, S. 25 – 53

Die Transformation, S. 91 – 100



# Inhaltsverzeichnis

Danksagung .....	9
Lächeln .....	11
Einleitung .....	13
<b>Bin ich ein Sklave unserer Zeit? .....</b>	<b>17</b>
Was macht mich zum Sklaven? .....	18
Das Leben – eine Strafkolonie? .....	21
<b>Die Lügen und der Schein .....</b>	<b>25</b>
Die Wahrheit .....	27
Meine erste persönliche Begegnung mit Gott .....	30
Krankheit des Menschen .....	37
Die Zukunft der Heilung .....	45
Krankheit des Systems .....	51
<b>Was Gott ist und will .....</b>	<b>55</b>
<b>Was ist Karma? .....</b>	<b>61</b>
<b>Das Leben nach dem Tod .....</b>	<b>63</b>
<b>Das Spiegelgesetz .....</b>	<b>69</b>
<b>Zerstörung unseres Lebensraumes .....</b>	<b>79</b>
<b>Das Gesetz der Fülle .....</b>	<b>83</b>
<b>Die Transformation – der Weg zur Befreiung .....</b>	<b>91</b>
Der Baum der Erkenntnis .....	93
Gottes größtes Geschenk bei Auflösung des Egos .....	94
Die 12 Zwillingsseigenschaften .....	100
Wie funktionieren die Zwillingsseigenschaften? .....	101
Thema „Schweigen“ – zwischen „Verschweigen“ und „Reden“ .....	103
Thema „Reden“ – zwischen „Schweigen“ und „Schwatzen“ .....	104

<b>Thema „Unbeeinflussbarkeit“ –</b>	
zwischen „Empfänglichkeit“ und „Starrsinn“ .....	106
<b>Thema „Empfänglichkeit“ –</b>	
zwischen „Beeinflussbarkeit“ und „Unbeeinflussbarkeit“ .....	108
<b>Thema „Gehorchen“ –</b>	
zwischen „Unterwürfigkeit“ und „Herrschen“ .....	111
<b>Thema „Herrschen“ –</b>	
zwischen „Gehorchen“ und „Tyrannei“ .....	113
<b>Thema „Demut“ –</b>	
zwischen „Sich demütigen“ und „Selbstvertrauen“ .....	116
<b>Thema „Selbstvertrauen“ –</b>	
zwischen „Demut“ und „Überheblichkeit“ .....	119
<b>Thema „Besonnenheit“ –</b>	
zwischen „Trägheit“ und „Schnelligkeit“ .....	122
<b>Thema „Schnelligkeit“ –</b>	
zwischen „Besonnenheit“ und „Übereifer“ .....	124
<b>Thema „Alles annehmen“ –</b> zwischen	
„Teilnahmslosigkeit“ und „Unterscheiden können“ .....	126
<b>Thema „Unterscheiden können“ –</b>	
zwischen „Alles annehmen“ und „Verurteilen“ .....	129
<b>Thema „Friedenswille“ –</b> zwischen	
„Sich nicht stellen wollen“ und „Kampfbereitschaft“ .....	131
<b>Thema „Kampfbereitschaft“ –</b>	
zwischen „Friedenswillen“ und „Zanksucht“ .....	133
<b>Thema „Vorsicht“ –</b>	
zwischen „Feigheit“ und „Mut“ .....	135
<b>Thema „Mut“ –</b>	
zwischen „Vorsicht“ und „Waghalsigkeit“ .....	137
<b>Thema „Nichts besitzen“ –</b> zwischen	
„Verachtung der Materie“ und „Über alles verfügen“ .....	138
<b>Thema „Über alles verfügen“ –</b>	
zwischen „Nichts besitzen“ und „Besitzgier“ .....	141
<b>Thema „An nichts gebunden sein“ –</b>	
zwischen „Lieblosigkeit“ und „Treue“ .....	142
<b>Thema „Treue“ –</b>	
zwischen „An nichts gebunden sein“ und „Fanatismus“ .....	145
<b>Thema „Unbemerkt bleiben“ –</b>	
zwischen „Selbstunterschätzung“ und „Sich zeigen“ .....	147
<b>Thema „Sich zeigen“ –</b>	
zwischen „Selbstdarstellung“ und „Unbemerkt bleiben“ .....	149

<b>Thema „Todesverachtung“ –</b> zwischen „Lebensverachtung“ und „Lebensschätzung“ .....	151
<b>Thema „Lebensschätzung“ –</b> zwischen „Todesverachtung“ und „Maßlosigkeit“ .....	153
<b>Ihre persönliche Verwandlung</b> .....	155
Die Arbeit mit den erkannten Eigenschaften.....	156
Das persönliche Gebet.....	156
Die zusätzliche Auflösung mit Hilfe des Spiegelgesetzes .....	157
Kritisches Hinterfragen des Egos und Ihre Zukunft.....	161
Sieben Stufen der Verwandlung.....	161
<b>Gottes Hilfe für konkrete Situationen</b> .....	165
<b>Gott und die Wahrheit</b> .....	165
<b>Gott und die Gerechtigkeit</b> .....	169
<b>Gott und die Sicherheit</b> .....	175
<b>Gott und die Stille</b> .....	178
<b>Gott und das Gespräch</b> .....	181
<b>Gott und die Güte</b> .....	184
<b>Gott und die Vergebung</b> .....	186
<b>Gott und die Beziehung</b> .....	189
Liebe oder Extrembeziehung .....	191
Beziehungen und falsche Glaubenssätze .....	192
Veränderung der Partnerschaft durch Visualisierung .....	193
Beziehungen und Karma .....	195
Beziehungen und der Aufbau von Bändern.....	196
Der Unterschied zwischen Mann und Frau auf energetischer Ebene .....	199
Richtlinien für eine gute Partnerschaft.....	202
<b>Gott und die Gewaltlosigkeit</b> .....	203
<b>Gott und die Liebe</b> .....	204
<b>Was haben wir erfahren?</b> .....	207
<b>Das Experiment</b> .....	209
Literaturempfehlungen.....	213
Kontakt.....	215

[...]

# Einleitung

Das Buch, welches Sie, lieber Leser, heute in Händen halten, ist einen weiten Weg gegangen. Es ist getragen von der Erfahrung, die ich selbst in meinem Leben gemacht habe. Durch diese Erfahrung und den eigenen persönlichen Tiefpunkt wurde ich in die Lage versetzt, etwas ganz drastisch zu korrigieren – nämlich mein Lebensziel und meine Lebensführung, die zum damaligen Zeitpunkt perfekt schienen, mich jedoch krank und unglücklich machten. Doch langsam, der Reihe nach.

Aufgewachsen bei liebevollen Eltern im konservativen Österreich, angetrieben durch sehr persönliche Motive, fühlte ich mich verpflichtet, eine glanzvolle Karriere hinzulegen. Jedoch wollte ich nicht in einer kleinen Vorstadt irgendein Geschäft leiten, nein, ich wollte hoch hinaus. Ich wollte auf dem internationalen Markt die Welt erobern, was mir in gewissem Maße auch gelang. Aber eben nur in einem gewissen Maße, denn eigentlich hatte die Welt mich erobert! Auf dem Höhepunkt meiner Karriere arbeitete ich als Vizepräsident eines Dienstleistungsunternehmens, an dessen globalem Aufbau ich maßgeblich beteiligt gewesen war. 500 Angestellte, die größten Venture-Kapitalisten als Finanziere, entlohnt mit hohem Gehalt – ja, dies war mein Leben. Damals hätte ich gesagt, es handele sich um ein Leben in Fülle, erfüllt von teuren Restaurants, Autos und vielem mehr, das es da zu konsumieren gab. In Wahrheit jedoch hatte ich mich verändert, nicht zum Positiven. Ich kann nicht mehr sagen, was damals größer war: meine Eitelkeit, mein Hochmut oder doch meine Arroganz? Irgendwann begriff ich, dass ich in Wirklichkeit nichts gewonnen, sondern mich selbst verloren hatte. In einer Scheinwelt, aufgebaut auf vielen kleinen Lügen, die die Realität zu sein schienen. Gefangen war ich in meiner ganz persönlichen „Matrix“, aus der es kein Entrinnen gab. Irgendwann erreichte ich schließlich den absoluten Tiefpunkt in meinem Leben, ein Niedergang, der interessanterweise parallel zum beruflichen Aufstieg verlief: Ich musste mir eingestehen, krank zu sein. Nicht nur körperlich. Die täglichen Magen- und Kopfschmerz-Tabletten, die vielen Tassen Kaffee, kombiniert

mit dem Alkohol am Abend, waren ja schon „normal“ geworden – nein, auch emotional, seelisch und spirituell war ich krank. Sie sehen schon, dass ich unterscheide zwischen mehreren Ebenen der Krankheit, resultierend aus der Erfahrung, die mich das Leben auf seine ganz eigene Art und Weise gelehrt hat. Die emotionale Krankheit bestand darin, dass ich mein Herz den Mitmenschen, aber vor allem den Menschen, die ich zu lieben glaubte, verschlossen hatte. Gleichzeitig funktionierte ich eifrig, um Steuern zu zahlen, zu konsumieren, zu präsentieren, vorzusorgen, abzusichern und einsam zu sein. Die seelische Krankheit, von der ich lange Zeit nicht einmal wusste, zeigte sich erst viel später, als sich das Leugnen meiner Seele mehr und mehr in starken Emotionen, Krankheit und Schlafstörungen manifestierte. Zwar hielt ich mich für einen spirituellen Menschen, doch in Wirklichkeit war ich nicht mehr als ein FFE, ein Fast-Food-Esoteriker. Von tiefer Trauer erfüllt, begann ich alles zu hinterfragen und dann auch mit allem zu brechen – mit meinem Beruf, meiner damaligen Beziehung, meinen Freundschaften und vielem mehr. Was ich damals nicht wusste: Mein gesamtes gelebtes Außen, welches ich gerade aus meinem Leben verbannte, war nur eine Spiegelung meines Inneren. Sich von Dingen zu lösen, ohne sich innerlich zu wandeln, konnte nicht funktionieren. Denn ohne den inneren Wandel würde man im Kahlschlag bei Freundschaften, Beziehungen und Beruf nur die Einen gegen Andere austauschen. Durch Leid durfte ich auch dieses lernen und begann langsam zu erwachen. Ich begann ein neues Leben und ließ dabei alles zurück. Dieser Weg war schwierig; ich wurde mit den Ängsten konfrontiert, welche durch Veränderungen entstehen.

Heute bin ich an einem Punkt angekommen, bei dem ich mich selbst, aber vor allem *Gott* gefunden habe, auf einem Weg, der mich Demut lehrte. Dies ist nicht unbedingt *im christlichen Sinn* gemeint, nein, vielmehr als *befreiende* Demut vor der wunderbaren Schöpfung, der Spielwiese, die Gott für uns geschaffen hat, damit wir uns darin verwirklichen. Sollten Sie, liebe Leserin, lieber Leser, sich unter Umständen an dem Wort „Gott“ stoßen, ersetzen Sie es bitte mit einem Ihrem Glaubenssystem entsprechenden Wort. Sie werden das Wort „Gott“ sehr oft in

diesem Buch finden. Gott, so wie ich ihn verstehe, ist weder personifiziert noch außerhalb von mir. Gott ist alles, alles ist Gott. In diesem Sinne ist auch das Wort „Gott“ nicht im klassischen kirchlichen Sinne gemeint, sondern als ein Symbol für das, was Sie unter Gott verstehen. Sei es Allah, Krishna, die Schöpfung, Energie, Licht, Liebe usw. Ersetzen Sie das Wort in diesem Buch durch das Wort, mit welchem Sie sich wohl fühlen.

Dieses Buch ist deswegen kein reiner Erfahrungsbericht, da ich meine Erfahrung zwar einfließen lassen durfte, mir jedoch sehr viele Bereiche von Gott, so wie ich ihn verstehe, eingegeben, diktiert, geschenkt wurden. Ich habe später beim Lesen des Geschriebenen selbst sehr viel gelernt. Dieses Werk soll dazu dienen, Ihre ganz individuelle Kommunikation mit Gott zu finden, damit Sie selbst Ihr Gespräch führen und dadurch wertvolle Hilfe bei der Veränderung, bei der Transformation, bei Ihrer ganz persönlichen Befreiung erhalten. Dieses Buch wird Ihnen Wunderbares aufzeigen, es wird Sie näher zu sich selbst führen und Ihnen helfen aufzuwachen. Ich verspreche Ihnen schon jetzt, dass sie in ein „Wunderland“ eintreten werden, dessen Existenz Sie sich vermutlich nicht einmal vorstellen können. Vor allem aber hoffe ich, dass Sie die allumfassende Liebe spüren werden, welche die Schöpfung genau für Sie empfindet, egal wohin Ihr Leben Sie bisher geführt hat. Denn glauben Sie mir: Gott liebt Sie bedingungslos, in einer so vielschichtigen Art, wie niemand sonst Sie lieben kann. Doch leider wissen wir heute nur selten mit dieser Liebe umzugehen; kaum jemand weiß sie zu empfangen. Der Mensch hat verlernt, sich selbst zu vergeben, sich selbst anzunehmen, ja, sich selbst zu lieben.

Vertrauen Sie mir. Versuchen Sie vorbehaltlos zu lesen und zu spüren. Konsumieren Sie dieses Buch nicht einfach nur, um in Gedanken an die Leistung am Abend sagen zu können, Sie hätten 20 Seiten gelesen. Fühlen Sie Seite für Seite, erlauben Sie sich, bei einer Seite innezuhalten. Dies ist wichtig, damit Sie den Prozess der Befreiung beginnen können. Denn, lieber Leser, wenn Sie zu schnell sind und z. B. gewisse Dinge nicht für sich aufschreiben wollen, werden Sie an der Tür, die Ihnen Gott gerade jetzt zeigen will, vorbeilaufen. Sie werden sie schlichtweg übersehen – was nicht weiter schlimm sein wird, da

Sie dies nicht einmal bemerken und nur in Ihr altes vertrautes Leben zurückkehren werden. Nehmen Sie sich daher die Zeit, die Ruhe, und legen dieses Werk auch einmal zur Seite. Erlauben Sie sich, nicht perfekt zu sein. Lesen Sie nur dann, wenn es Ihnen Freude bereitet, und erlauben Sie sich auch, ein Kapitel noch einmal zu erfahren. Geben Sie den Worten den Raum, sich in Ihnen zu entfalten, denn dann werden Sie nicht nur *wissen*, Sie werden es *erfahren* haben. Glauben Sie mir, dies ist ein sehr großer Unterschied!

Und nun, liebe Leserin, lieber Leser, versuchen wir es, fangen wir an, einige Dinge in Ihrem Leben zu hinterfragen. Willkommen auf unserer Reise!

*„Wandlung ist notwendig wie die Erneuerung der Blätter im Frühling.“*

Vincent van Gogh (1853 – 1890), niederländischer Maler

[...]

# Die Lügen und der Schein

Was also hindert Sie, lieber Leser, daran, Ihren Weg einfach so weiterzugehen wie bisher? Wieso sollten Sie nicht so weitermachen und einfach in Ihrer persönlichen Scheinwelt weiter werken?

Natürlich hat das Universum ein Korrektiv geschaffen, so dass wir über unser Leben reflektieren und dadurch Kursänderungen vornehmen können. Dieses Korrektiv ist der Schmerz, Ihr ganz persönliches Leid in Ihrem Leben. Wenn Sie also leiden, hat dies immer irgendetwas mit Ihnen selbst zu tun.

Hierfür gibt es einige wichtige Gesetze, die im Folgenden genauer erklärt werden, hier aber zumindest erwähnt werden müssen:

1. Alles, was mich an anderen stört, hat mit mir selbst zu tun – das *Spiegelgesetz*.
2. Alles, was ich aussende, kommt zu mir zurück – das *Gesetz der Anziehung*<sup>1</sup>.
3. Gedanken können gesund oder krank machen – das *Gesetz der Wirkung*.
4. *Emotionen* können gesund oder krank machen.
5. Mein *Glaube* bestimmt meine *Realität*.
6. Die Gesetze gelten *über den Tod* hinaus.

Wenn ich diese Gesetze erfahren und dadurch in mein Leben integriert habe, verändert sich alles. Menschen auf diesem Weg durchlaufen einen Prozess der Heilung, schreiten zur Selbsterkenntnis und zum inneren Frieden. Nichts anderes will Gott von uns, als dass wir uns selbst erkennen und *die göttliche*

---

<sup>1</sup> Obgleich es sich hierbei um ein altes spirituelles Gesetz handelt, wurde es weitläufig bekannt durch das Buch von Rhonda Byrne: *The Secret – Das Geheimnis*. Goldmann Verlag (Arkana). München 2007.

*Kraft in uns* finden. Wir sehen schon anhand dieser einfachen Gesetze, dass wir selbst es sind, die die absolute Kontrolle über unser eigenes Leben haben – nichts und niemand anderes ist dafür zuständig.

Was hindert uns daran, Dinge zu verändern?

- Unsere eigene *Trägheit*: Viele Menschen neigen dazu, zahlreiche Ausflüchte zu finden, warum sie an sich selbst nicht arbeiten. Manche Hilfesuchende werden lieber umfangreiche, auch alternative Heilmethoden anwenden, bevor sie sich selbst kritisch hinterfragen.
- *Angst*: Sehr oft neigen Menschen dazu, lieber im altbekannten Schmerz verhaftet zu bleiben, als ihr Schiff des Lebens in unbekannte Gewässer zu steuern. Dies spiegelt sich in Sätzen wider wie „Mir geht es gut, so wie es ist, wieso soll ich alte Wunden aufreißen?“
- *Mangel an Willen*, welcher aber die formgebende Kraft bei der Realitätsbildung ist. Dies äußert sich, wenn der Mensch vor dem Leben kapituliert, den Sinn seines Seins noch nicht erkannt hat.
- *Mangel an Selbstdisziplin*: Auch wenn der Mensch die Lösung sieht und als richtig empfindet, fehlt es an Disziplin auf mehreren Ebenen, sei es körperlich, geistig oder seelisch.

Was geschieht nun, wenn ich nichts ändere? Zwangsläufig führt der Weg irgendwann zu Unzufriedenheit, Unausgeglichenheit und Abhängigkeiten. Wenn diese Emotionen, die ich als Wegweiser und Korrektiv verstehen sollte, nicht anerkannt werden und ich nichts verändere, folgt zwangsläufig körperliche Krankheit. Leben in meiner ganz persönlichen Scheinwelt kann mich also körperlich krank machen. Wiederum ist die Krankheit als Sprache der Seele zu verstehen, somit ein notwendiges Korrektiv und die Chance, mein Leben zu überdenken und zu ändern. Niemand hat es bisher geschafft, seine Seele zu besiegen. Für Menschen, die auch bei den schlimmsten Krankheiten nicht bereit sind, über ihre Emotionen und ihre Themen nach-

zudenken, kann sogar der frühzeitige Tod folgen. Ich werde dies im Kapitel „Krankheit des Menschen“ mehr ausführen.

Wie lange will ich also noch in meiner Scheinwelt leben und Emotionen in das Unbewusste verdrängen, während ich diesen Lebensstil mit Hilfe des Verstandes – kombiniert mit Sturheit – verteidige? *Wann fange ich an, ehrlich zu mir zu sein*, zu hinterfragen, ob ich glücklich bin, was momentan in falschen Bahnen läuft? Ich sollte akzeptieren, dass es nur an meiner Trägheit und Angst vor Konsequenzen liegt, nichts zu ändern. Niemals kann ich mich auf etwas anderes oder jemand anderen berufen. Ich bin verantwortlich für meine Situation, so wie sie ist.

### ***Lektion Nummer 3:***

---

*Ich ernte, was ich säe.*

---

## **Die Wahrheit**

- Was passiert beim Prozess der Heilung?
- Was habe ich zu erwarten?
- Und wie soll dies mein Leben verändern?
- Wie lange dauert solch ein Prozess?

Sie erhalten in diesem Buch konkrete Übungen und Anleitungen, die Ihnen helfen werden, sehr schnell an Ihr Ziel zu kommen. Wenn Sie diesen Weg gehen, werden Sie zu einem aktiven Mitarbeiter an der Heilwerdung Ihrer Familie, Ihrer Firma, Ihres Landes, ja der ganzen Welt. Die göttliche Revolution hat schon längst begonnen; täglich werden es mehr und mehr Menschen, die sich der Veränderung hingeben und ihr eigenes Glück finden. Es ist der Weg der Verwandlung, das Prinzip der Befreiung, das sich schon in sehr vielen Menschen verwirklicht hat. Wichtig auf diesem Weg ist, im Inneren zu suchen und an sich selbst zu arbeiten, ohne sich Sekten oder anderen Abhän-

gigkeiten schaffenden Vereinigungen auszuliefern. Es geht also um die Verwirklichung von Gott, Allah, Buddha oder wie Gott sonst von Ihnen genannt wird, in Ihrem Leben. Wer glaubt, dass die geistigen Gesetze oder Gott vor Unternehmen und finanziellen Belangen Halt machen, der ist wahrlich kleingläubig. Gerade dort erlebt man die Gesetzmäßigkeit Tag für Tag, man versteht oder erkennt sie nur nicht. Wenn Sie aber lernen, Gott in Ihrem eigenen Leben zu finden und zu verwirklichen und die geistigen Gesetze für sich anzuwenden, anstelle „Opfer“ derselben zu sein, verändert sich alles und Ihre Befreiung geschieht.

Auf dem Weg dorthin kommen einige Veränderungen auf Sie zu, die sich in heilenden Glaubenssätzen widerspiegeln:

- Ich werde gesund (von jeglicher körperlichen Krankheit).
- Ich werde heil (seelisch und mental).
- Ich werde glücklich.
- Ich werde befreit.
- Ich werde erfolgreich.
- Ich werde demütig vor der Schöpfung.
- Ich werde zur Freude.
- Ich finde innere Ruhe.
- Ich werde selbstsicher.
- Ich werde liebesfähig.

Diese Veränderungen im Inneren gehen mit Veränderungen im Außen einher:

- Ihr Freundeskreis verändert sich. Neue Menschen treten in Ihr Leben.
- In Ihre Partnerschaft kehrt Ordnung ein.
- Sie werden vom Druck finanzieller Belange befreit.
- Ihr Leben wird leicht.

Gleichzeitig werden Sie massiven Widerstand in Ihrer Umgebung erleben, da Sie als Fackelträger, als lebendiges Licht der Veränderung wie ein Mahnmal auf träge Mitmenschen wirken werden.

- Einige Ihrer Familienmitglieder und Freunde werden Dinge nicht verstehen, die Sie tun.

- Mitmenschen werden ihre eigenen Ängste auf Sie projizieren.
- Nicht gelebte wichtige Konflikte werden an die Oberfläche treten und endlich bereinigt werden.

Wie lange dauert dieser Prozess? Bei unseren Schülern haben wir erlebt, wie schnell dies vor sich gehen kann. Die größten Veränderungen geschehen in den ersten sechs Monaten. Das Leben wird von Grund auf neu strukturiert. Wie ein kleines Kind beobachtet man die Welt mit großem Staunen. Immer wieder holen einen zwar Ängste und Zweifel ein, doch wird man mannigfaltig belohnt.

Mit welcher Kraft geht man also diesen Weg? – Mit Gottvertrauen. Ja, Gottvertrauen!

*„Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich. Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein. Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar.“*

Psalm 23,4-6

Dieser Psalm spiegelt Wahrheit, Liebe und Fürsorge wider. Leider versuchen Menschen ständig, Gott auf die Probe zu stellen – zuerst soll ein Wunder geschehen und danach glaube ich. Dies funktioniert so aber nicht. Auf dem Weg der persönlichen Verwandlung werde ich zwangsläufig mit der Frage meines Glaubens konfrontiert, da dieser Weg eben in Gott mündet. Dies ist unabhängig davon, an was ich glaube oder was ich unter Gott verstehe. Bei unseren Heilarbeiten fragen wir die Menschen oft, ob sie an etwas glauben – wie es definiert wird, sei es Gott, die geistige Welt, Allah, die Schöpfung etc. Interessanterweise beantworten neun von zehn Menschen die Frage mit „Ja, natürlich ...“ Doch begriffen, was Glaube wirklich bedeutet, haben die wenigsten. Glaube manifestiert sich in Zeiten des

Schmerzes, genau dann, wenn es zu ganz persönlichen Tiefpunkten im Leben eines Menschen kommt. Es sind die Stunden des größten Zweifels, in welchen eigentlich Gott es ist, der uns trägt. Wir fragen die Hilfesuchenden oft, wie weit sie für ihren Glauben gehen würden. Die Menschen vergessen den Glauben aber genau dann, wenn es einmal im Leben nicht so harmonisch verläuft und man sein eigenes Schicksal als „ganz persönliche Strafe“ empfindet. Solche Situationen werden dann von vielen mit der Frage „Warum gerade ich?“ einem strafenden Gott oder dem Schicksal zugeschrieben. Dabei hilft Gott demjenigen, der sich voll und ganz hingibt und den Weg mit Zuversicht geht. Denn genau in diesem Moment wird Gott in uns aktiv. Fürchten Sie also kein Unglück. Es gibt keinerlei Grund dazu. Lassen Sie sich von der Liebe Gottes tragen, die Sie momentan vielleicht noch gar nicht kennen. Doch nur weil Sie diese Erfahrung noch nicht gemacht haben, bedeutet es nicht, dass diese Form der Realität nicht existiert. Die neue Realität wartet gerade auf Sie, der Sie diese Zeilen lesen. Gott liebt *Sie*, doch können Sie dies überhaupt zulassen? Darf es Ihnen gut gehen, *ohne* Leistung dafür erbringen zu müssen?

## **Meine erste persönliche Begegnung mit Gott**

Zu Beginn meines Weges hatte ich gerade den Gipfel meiner eigenen Eitelkeiten erklommen. Dies manifestierte sich, indem ich mein gedankliches Ziel endlich verwirklicht hatte: *Geld* und *Macht*. Die Folge davon: *Unglück*. Hatte man nicht gesagt: „Geld macht glücklich?“ Doch beginnen wir von vorn.

Als Jugendlicher wollte ich es „allen“ hier in Österreich zeigen. Mein persönliches Ziel war, Karriere zu machen. Nicht irgendeine Karriere, sondern eine, die internationales Medieninteresse hervorrufen würde. Ich wollte den „amerikanischen Traum“ leben und dementsprechend auch finanziellen Erfolg haben. Also machte ich mich ans Werk.

Zu Recht werden Sie sich, lieber Leser, jetzt fragen: „Wieso wollte er das bloß?“

- *Weshalb* wollte ich dies wirklich?
- *Warum* war es mir wichtig, es „allen zu zeigen“?
- *Wieso* wollte ich diejenigen, die mich nicht mochten, beeindrucken?

Zur Beantwortung der Fragen gehen wir noch ein Stückchen weiter zurück: Ich war von Kindheit an immer etwas „anders“, in Gruppen der klassische Außenseiter. Sie können sich mich als den kleinen Buben vorstellen, der bei Spielen immer zuletzt in eine Gruppe gewählt wurde. Derjenige, den man höchstens aus Mitleid in sein Team nahm. Nicht nur, dass ich körperlich anders aussah als meine Spielgefährten, die mich ob meines für unsere Breitengrade dunkleren Äußeren hänselten – ich war auch seelisch gesehen anders. Mich interessierten die wettkampfähnlichen Spiele in der Schule reichlich wenig, ich verbrachte die Zeit lieber mit älteren Menschen und „mochte“ meine Kameraden nur bedingt, was noch recht freundlich ausgedrückt ist. Dies löste natürlich eine Resonanz in den Mitmenschen aus, wodurch ich noch mehr gehänselt wurde. Dadurch zog ich mich zunehmend ganz in mein Schneckenhaus zurück und kapselte mich ab.

Die Folge? Mein Unverständnis über die Welt, meine Frustration wuchsen und ich fühlte mich vollkommen deplatziert. Wie geht man nun mit solchen Gefühlen um? Die Frage, ob es an mir läge, so wie es alle sagten, stellte sich für mich nicht. Mein Selbstwert war nicht nur am Boden, sondern eher am Meeresgrund angelangt. Durch dieses Minderwertigkeitsgefühl stürzte ich mich umso mehr in die Emotion „Ich werde es euch allen zeigen“. Damit war ich natürlich der perfekte Kandidat, meine gesamte Kraft in eine Karriere zu investieren. Durch Fleiß, Ehrgeiz und den unbändigen Willen, es ganz nach oben zu schaffen, gelang mir der Aufstieg in der IT-Branche, wo ich es bis zum Vizepräsidenten einer 500 Mitarbeiter zählenden Firma brachte. Ich durchlebte alles: Medieninteresse, Vorträge, maßgeschneiderte Anzüge, Designer-Kugelschreiber, Gourmet-Abendessen,

exklusive Clubbings, teure Autos etc. Der Gipfel meiner Selbstgefälligkeit spiegelte sich im „Konsum“ von Frauen wider, denn in Wahrheit war ich schon längst beziehungsunfähig geworden, auch wenn ich dies damals nicht so sehen wollte. Geld war da, Macht war da; ich hatte es allen gezeigt.

Wem gezeigt?

*Allen!*

Allen?

*Allen, die mich nicht mochten.*

Allen, die mich nicht mochten und jetzt noch weniger mochten. Und diejenigen, welche mich mochten, fanden mich abgehoben und arrogant. Eine tolle Bilanz. Ich hatte gerade den Mount Everest der persönlichen Eitelkeiten erklimmt, mein eigenes moralisches Empfinden oft genug verkauft, hatte Unternehmensprozessen das Mäntelchen der Corporate Social Responsibility<sup>2</sup> umgehängt, die im Grunde nur da waren, um die Gewinne zu maximieren. In Wahrheit kümmert es Firmen reichlich wenig, wie sich der Einzelne fühlt, es interessiert viel mehr, ob jeder im System Integrierte wie ein Rädchen funktioniert.

Weder bei Pressekonferenzen, teuren Essen noch in guten Hotels habe ich gefunden, was ich eigentlich unbewusst gesucht hatte. Was ich aber fand, war mein eigenes Unglück, und zwar recht viel davon. 200.000 Flugmeilen in einem Jahr hatten nicht dazu geführt, irgendeine befriedigende Antwort zu bekommen. Es lief also etwas grundlegend falsch. Was ich im Beruf erlebte, entfernte mich mehr denn je von dem Gefühl der Ruhe, Liebe und inneren Zufriedenheit.

Nervlich und beziehungsstechnisch am Ende, mit körperlichen Krankheiten, die aus schulmedizinischer Sicht als chronisch und daher lebensbegleitend diagnostiziert wurden (Immunschwäche durch übermäßige Antibiotika-Einnahme in der Kindheit, chronische Gastritis, Nachtschweiß und Angstzustän-

---

<sup>2</sup> *Unter Corporate Social Responsibility (CSR) wird ein gesellschaftspolitischer Ansatz verstanden, der die Balance von Ökonomie, Ökologie und Sozialem herstellen soll.*

de), entschied ich, mein Leben von Grund auf zu ändern. Es war wahrlich an der Zeit.

Obwohl ich schon als Kind medial veranlagt und mit außer-sinnlichen Wahrnehmungen gesegnet war, hatte ich sorgfältig daran gearbeitet, durch meine Karriere mein drittes Auge zu schließen und meinen sechsten Sinn zu leugnen. Ich hatte es geschafft, seelisch und emotional immer mehr zu erblinden. Ich nahm zwar mehr wahr als die meisten, doch lebte ich nichts von dem, was sich mir offenbarte. Bis zu einem gewissen Grad war ich noch immer hellfühliger und hell-sichtig, doch wollte ich dies nicht anerkennen. Ich erkannte zwar die Situationen, die ich hätte ändern sollen, doch fehlte es an Mut, Wahrhaftigkeit und vielem mehr.

Nun, da ich mich entschieden hatte, meine *Selbstsucht* in *Selbstsuche* umzuwandeln und endlich meinen persönlichen Fehlschlag anzuerkennen, begann ich langsam, mich mit mir selbst und meinen Emotionen auseinanderzusetzen. Ich hatte einen von Grund auf neuen Weg zu erlernen. In einem Moment größten Trauerns und Zweifels saß ich eines Tages in meinem Apartment auf dem Boden und weinte. Vor lauter Verzweiflung und Ausweglosigkeit wagte ich es, Gott anzusprechen. Ich fragte, was dies alles solle, ich hätte mich selbst und meinen Sinn verloren. Wahrscheinlich tat ich dies, da ich sonst niemanden hätte fragen können. Was sollte schon Großartiges geschehen?

Und siehe da, das Wunder geschah. Etwas riss meinen Kopf nach hinten, mein Mund öffnete sich und ein Lichtstrahl wie aus Feuer fuhr in mich hinein. Ich lachte und weinte zur gleichen Zeit. Als Materialist konnte ich nicht erklären, was da gerade vor sich gegangen war, doch konnte ich das Geschehene nicht leugnen. Ich fühlte es in meinem ganzen Körper. Heute weiß ich, es war meine persönliche Einweihung, eine Initiation, für die der Zeitpunkt gekommen war. Erst durch den Schmerz und die vollständige Hingabe durfte es geschehen. Die Tage vergingen und ich entdeckte meine eigene Heilfähigkeit. Nach und nach erkannte ich, dass es mir Freude bereitetete, Menschen Gutes zu tun. Sicher tun wir alle Tag für Tag etwas Gutes, doch stellt sich hier die Frage nach der wahren Motivation dahinter. Wenn Sie sich selbst kritisch hinterfragen und jede Handlung

einer Emotion zuordnen, werden Sie erkennen, dass die so genannte „Hilfe“ gar nicht so selbstlos ist. Es gibt Menschen, die sich in der Gesellschaft geradezu aufopfern – doch warum? Bei genauem Hinsehen werden Sie erkennen, dass es sehr oft um die *Aufwertung des eigenen Selbstwerts* geht, eine egoistische Handlung sozusagen. Wenn man sich zum Beispiel als Kind von seinen Eltern nicht bedingungslos geliebt gefühlt hat, kommt es zu einer Verminderung des eigenen Selbstwertgefühls. Man versucht durch bestimmte Handlungsweisen von seinen Eltern jene bedingungslose Liebe zu erhalten. Man ist besonders brav, man lehnt sich auf, man strengt sich an, man weigert sich. Diejenige Taktik, die am erfolgreichsten im Erhaschen der „Liebe“ ist, wird auch weiterhin im Leben angewandt. Auf der Suche nach dieser *bedingungslosen* Liebe lernt man, *Bedingungen zu erfüllen*, um gemocht zu werden. In der Folge wird man von seinen Mitmenschen abhängig. Abhängig in der Art, dass man auf das Lob oder das Gemochtwerden angewiesen ist. Aus diesem Grund opfern sich Menschen oft auf, um so ihren Wert wiederzufinden. Wenn Sie nun wutschnaubend diese Zeilen lesen, wurden Sie gerade ertappt. Willkommen in der Welt des Egos! Doch trösten Sie sich: Es gibt wahrlich nur wenige Menschen, die *selbstlos* dem anderen dienen. Wahre Hilfe dem Mitmenschen gegenüber geschieht:

- *ohne Lob oder Dank* zu erwarten,
- *im Stillen, ungesehen* von allen,
- einzig und allein, um dem anderen zu *dienen*.

Ich hatte zum damaligen Zeitpunkt erkannt, dass meine eigenen Handlungen dieser Prüfung nicht standhielten. Durch die Initiation und den neuen Energiefluss im Körper wurde immer klarer, dass sich Neues und bisher Unbekanntes offenbart hatte.

Nicht allzu lange nach diesem Erlebnis wagte ich es erneut und sprach Gott an. Dies war wahrlich neu für mich, denn ich hatte bisher keinerlei Dialoge, sondern nur reine Monologe geführt. Meine erste Frage war:

*„Der neue Weg führt in eine ganz andere Richtung, aber ich habe die ‚Dinge‘ doch so gerne, wobin soll das führen?“*

Mit „Dingen“ waren all die Statussymbole gemeint, von denen ich mich noch nicht lösen konnte: Autos, Kleidung, Status an sich etc. Es war ein richtiges Aufbäumen meines eigenen unbewussten Egos. Bitte beachten Sie, dass diese Dinge nicht per se „schlecht“ sind; es geht darum, ob man emotional an diese gebunden ist. Dies war ich ganz eindeutig.

Gott antwortete mir in absoluter Klarheit:

***„Wenn dir diese Dinge wichtig sind, dann lebe sie, und wir kommen in späteren Inkarnationen wieder.“***

Mit allem hatte ich gerechnet, doch nicht mit dieser Antwort. Es war mir freigestellt, den Weg so weiterzugehen wie bisher und mich an Dinge zu klammern. Die geistige Welt mit all ihren Helfern (wahrscheinlich auch deswegen wurde das Wort „wir“ verwendet) hatte Zeit und wartete nur, bis ich bereit war, mich zu verändern und zu erwachen. Mir wurde die Absurdität meiner Frage bewusst:

- Wieso sich weiter an Dinge klammern?
- Wieso sich von Ängsten bestimmen lassen?
- Wieso Wert durch Leistung suchen?
- Wieso es anderen beweisen müssen?
- Wieso noch Zeit in Form von weiteren Inkarnationen (Wiedergeburten) verschwenden, anstatt sich wirklich hinzugeben und Gott zu suchen?

Daraus ergab sich auch schon meine zweite Frage:

*„Ich habe verstanden, ich werde diesen neuen Weg geben. Aber ich muss doch etwas verdienen, um zu leben?“*

Die Antwort hatte es in sich:

**„Vertraue einfach – du wirst alles bekommen, was du brauchst.“**

Das war es also, worum es ging: *Vertrauen*. Vertrauen auf ein nicht sichtbares, riechbares, schmeckbares, nicht durch Gewinnmaximierung bestimmbares, abwägbares Etwas.

Wahrlich eine bittere Pille mit weit reichenden Konsequenzen. Es bedeutete, vollkommen zu vertrauen; zu wissen, dass immer genug da sein würde; sich nicht sorgen zu müssen, das Vertrauen zu spüren – die Verkörperung des Vertrauens und der Hingabe zu sein.

Konnte ich das? Lange saß ich allein in der Wohnung, überlegte und versuchte Für und Wider abzuwägen. Analysen, die ich im MBA-Studium gelernt hatte, schienen mich nicht weiterzubringen.

Nein, stattdessen diese Gespräche, die ich nicht einmal überprüfen konnte. Wenn ich Ärzten von meinen Erlebnissen berichtet hätte, wäre ich sicher stationär wegen Schizophrenie behandelt worden. Irgendwann kam aber der Moment, an dem ich mich genug im Kreis gedreht hatte. Ich ließ meinen Verstand los. Ratio ade.

Auf einmal spürte ich es, da war es, dieses Gefühl. Ein warmer Strom von Vertrauen floss durch mich. In diesem Moment wusste ich: „*Ich kann es – ich vertraue!*“

Und alles änderte sich. Das Urvertrauen war zurückgekehrt, die Heilung hatte begonnen. Ein neuer Weg begann. Ich ließ alles zurück und mit jedem Tag veränderte ich Dinge, die mich so lange beruflich und privat gequält hatten. Ich hatte keine Angst mehr! Ich wurde handlungsfähig! Ich veränderte mich und erschuf mich neu! In langsamen Schritten begann ich parallel zu meinem Beruf anderen Menschen zu helfen. Ich bildete mich fort und erlernte verschiedenste Methoden zur Selbstfindung. Mehr und mehr Menschen kamen, die unter ähnlichen Problemen gelitten hatten und Hilfe suchten. Mit meiner geliebten Ehefrau vertiefte ich den Weg des Heilens. Über zwei Jahre arbeiteten wir grundsätzlich unentgeltlich in unserer Freizeit.

Dies half uns, die Einstellung der Liebe dem Hilfesuchenden gegenüber zu entwickeln. Diese Zeit war auch ein Weg zu uns selbst, ein Heilwerden in uns, ein „Gott in uns“-Finden. Als dies geschah, veränderte sich alles. Die Dialoge mit Gott wurden zum Alltag. Meine aus der Kindheit vertraute Hellsichtigkeit war zurückgekehrt. Die Liebe hatte mich geheilt. Ich hatte gelernt, was es bedeutete, über alles verfügen zu können und dabei nichts zu besitzen. Viel mehr noch, ich war nicht mehr besessen von den Dingen, die ich glaubte, haben zu müssen. Ein Leben in Fülle – ohne die Angst, diese zu verlieren – war Wirklichkeit geworden. Die Möglichkeit zur Erschaffung der eigenen Realität offenbarte sich wie ein Wunder. Danke, Gott!

#### **Lektion Nummer 4:**

---

*Vertraue einfach – du wirst alles bekommen,  
was du brauchst.*

---

*„Unsere Konsum- und Marktwirtschaft beruht auf der Idee, dass man Glück kaufen kann, wie man alles kaufen kann. Und wenn man kein Geld bezahlen muss für etwas, dann kann es einen auch nicht glücklich machen. Dass Glück aber etwas ganz anderes ist, was nur aus der eigenen Anstrengung, aus dem Innern kommt und überhaupt kein Geld kostet, dass Glück das ‚Billigste‘ ist, was es auf der Welt gibt, das ist den Menschen noch nicht aufgegangen.“*

Erich Fromm (1900 – 1980), Psychoanalytiker

## **Krankheit des Menschen**

Wie schon vorweg erwähnt, hat Gott ein wunderbares System geschaffen, um unserem Höheren Selbst, unserem göttlichen Wesenskern, unserer Seele eine Ausdrucksmöglichkeit zu ge-

ben, wenn unser fleischgewordenes Ego alle Verbindungsversuche der Seele ignoriert – die Krankheit. Wie schon Dr. Rüdiger Dahlke als ausgebildeter Schulmediziner richtig erkannte: „Krankheit ist die Sprache der Seele“<sup>3</sup>. Die Seele drückt sich durch vielerlei in uns aus, daher wäre noch zutreffender: Krankheit ist ein unüberhörbarer Aufschrei der Seele, der uns zum Handeln zwingt. Es gibt keine Krankheit, die nicht ihre Ursache auf seelischer Ebene hat. Doch wie funktioniert dies?

Am Anfang steht die Geburt des Menschen – zu einem Zeitpunkt, zu dem sich die astrologische Konstellation mit der seelischen Konstellation deckt. Wenn also das perfekte Umfeld in unserem Universum bereitsteht, wird die Seele in einen Körper geboren. Doch ist nun die Seele der Körper oder sind wir wesentlich mehr? Das gesamte Feld der Geistheilung basiert darauf, dass wir „mehr“ sind. Die erstaunlichen Erfolge der jahrtausendealten Geistheilung basieren eben darauf, dass der Körper nur die am niedrigsten schwingende, grobstofflich gewordene Ebene unseres Seins ist.

Ein Sinnbild zur Verdeutlichung: Nehmen wir an, das Meer entspräche der geistigen Welt, Gott bzw. dem Göttlichen. Da die geistige Welt allumfassend ist, ist sie auch allwissend, allgegenwärtig und allmächtig. Nun manifestiert sich ein Teil Gottes in der Schöpfung als Mensch: Stellen Sie sich hierzu einen Tropfen vor, der alle Informationen des gesamten Meeres in sich trägt, aber das Bewusstsein hat, „doch nur ein Tropfen zu sein“. Während die gesamte Information des Meeres in ihm gespeichert ist, hat er noch keine bewusste Möglichkeit, darauf zuzugreifen. Das Geschöpf glaubt daher, nur Geschöpf zu sein, aber nicht mehr Schöpfer. Durch seine Lebensweise wird das Geschöpf immer mehr zum menschlichen Körper und verliert zunehmend das Gefühl seiner eigenen Göttlichkeit. Sehr schön sieht man dies an der Entwicklung von Kindern. Wenn man ein Kind nach der Geburt im Arm hält, erkennt man Gott noch höchstpersönlich, die Eltern vergöttern es. Das Kind selbst spricht in jungen Jahren noch von seinen unendlichen Möglichkeiten, seiner Grenzenlosigkeit, während die ältere Generation dem

---

3 Vgl. hierzu: Rüdiger Dahlke: *Krankheit als Sprache der Seele. Be-Deutung und Chance der Krankheitsbilder.* Goldmann Verlag. München 1999.

Kind erklärt, es möge aufhören zu träumen, realistisch werden – eben funktionieren. In unserer westlichen Welt ist wenig Platz für „Träumer“. Doch sind wir nicht nur arme „Opfer“, die hierher geboren werden, nein, wir leben im perfekten Umfeld, um unseren göttlichen Auftrag zu erfüllen.

Dieser Auftrag lautet:

- Löse deine eigenen Ego-Themen auf. Sie spiegeln sich in anderen Menschen wider, um in dein Bewusstsein vorzudringen.
- Arbeite an deinen Zwillingseigenschaften<sup>4</sup> und der anschließenden Erkenntnis, der Bewusstwerdung, dass du göttlich bist.

Dies erklärt, warum sich große Meister „Sohn Gottes“ oder „göttlich“ genannt haben oder als Inkarnation Gottes, als Gottmensch verehrt werden. Sie sind sich ihrer Göttlichkeit bewusst geworden und unterliegen daher keinerlei Einschränkungen mehr.

Der erste Schritt liegt also darin anzuerkennen, dass wir nicht nur der Tropfen sind, sondern ein Teil des Meeres, ein Teil des großen Ganzen, das wir „Gott“ nennen. Wichtig ist auch zu verstehen, dass dies kein Prozess auf Verstandesebene ist: Jede Zelle des Körpers muss diese Erfahrung fühlen. Bei der Anerkennung der eigenen Göttlichkeit tun sich besonders Christen schwer, da der christliche Glaube Gott und seine Schöpfung kategorisch trennt und die Kirche als Vermittler dazwischenschaltet. Doch unsere eigene jahrelange Suche und die Suche von anderen „Tropfen“ haben uns das Meer gezeigt und dadurch eine neue Perspektive eröffnet. Der Weg der Selbsterkenntnis zeigt jedem, der diesen geht, die ganze Wahrheit, ohne dass eine Institution als Vermittler zu Gott notwendig wäre. Der Mensch als Teil Gottes braucht keine Vermittlung, um Gott in sich zu finden. Im Gegenteil, dies entfernt ihn nur noch mehr, da Gott nicht mehr im Inneren, sondern im Außen gesucht wird, wo er zwar erkannt, aber nicht erfahren werden kann. Die eigentliche Erkenntnis kommt jedoch über die Reise nach innen.

---

<sup>4</sup> Siehe Kapitel „Die 12 Zwillingseigenschaften“.

*„Ich und der Vater sind eins.“*

Jesus Christus, nach Johannes-Evangelium 10,30

*„Jeder von uns ist ein Gott. Jeder von uns ist allwissend. Wir müssen lediglich unser Bewusstsein öffnen, um unserer eigenen Weisheit zu lauschen.“*

Siddharta Gautama Buddha (563–483 v. Chr.)

*„Alle Dinge, die in der Natur entstehen, vom kleinsten bis zum größten, sind Entsprechungen. Sie sind aber Entsprechungen, weil die natürliche Welt mit all dem Ibrigen aus der geistigen Welt entsteht und besteht, und beide aus dem Göttlichen.“*

Emanuel Swedenborg (1688 – 1772),  
schwedischer Theosoph

*„Der erkennt Gott recht, der ihn in allen Dingen gleicherweise erkennt.“*

Meister Eckhart (1260 – 1328), Mystiker

*„Diese Gnade flutet von innen, nicht von außen, denn Gott ist uns innerlicher, als wir selbst es uns sind.“*

Jan van Ruysbroek (1293 – 1881),  
flämischer Theologe

*„Einen Gott, der die Objekte seines Schaffens belohnt und bestraft, der überhaupt einen Willen hat nach der Art desjenigen, den wir an uns selbst erleben, kann ich mir nicht einbilden.“*

Albert Einstein (1879 – 1955), Physiker

*„Es ist das Herz, das Gott fühlt, und nicht der Verstand.“*

Blaise Pascal (1623 – 1662),  
französischer Philosoph

*„Ihr seid alle Glieder des einen kosmischen Körpers, des Schöpfers, der weitaus ausgedebnter ist als das Universum; dieses Universum, das nichts als ein kleiner Bruchteil seiner Herrlichkeit ist. Einzelne mögen zu dem Glauben verleitet sein, dass sie vom Übrigen verschieden sind. Aber die allem innewohnende Göttlichkeit ist in jedem dieselbe. Bei einer Girlande sind es zuerst die Blumen, die Euch ins Auge fallen, während das Band, an dem sie befestigt sind, angenommen werden muss. Es ist nicht so offensichtlich, aber ohne es würden sie alle herunterfallen. Genauso fällt Ihr, ohne die Gebundenheit in Gott, heraus wie beziehungslose Einheiten; genau genommen seid Ihr Wesen nur in der Entsprechung zu dem göttlichen Funken in Euch.“*

Sathya Sai Baba (geb. 1926), Avatar

### **Lektion Nummer 5:**

---

*Ich bin Gott so nahe, wie ich mir selbst bin.*

---

Nun, da der Mensch durch den schöpferischen Akt geboren wurde, begibt er sich auf die Suche. Dieser Mensch, im Beispiel unser Tropfen, ist im Grunde aus mehreren Schichten aufgebaut, in deren Zentrum ein individueller Teil der universellen Energie fließt. Diese Energie umströmt unsere Wirbelsäule, die das gesamte Gerüst sowohl auf körperlicher als auch energetischer Ebene darstellt. In unseren Arbeiten ist diese Energie in unterschiedlicher Farbe wahrnehmbar und schimmert manchmal in der Form eines gestreckten Eies. Diese Farben werden die Aura des Menschen genannt, die uns durchdringt und umschließt. Versuche, die Aura wissenschaftlich nachzuweisen, sind bisher fehlgeschlagen. Hier könnte es in der Zukunft Aufschluss durch quantenphysikalische Untersuchungen geben. Bisher ist die Aura jedoch nur durch hellseherische Menschen wahrgenommen worden. Die Wahrnehmung der Aura ist kein neuzeitliches Phänomen, sondern man findet diese auf zahlreichen bildlichen

Darstellungen unterschiedlichster Kulturen wie auch im Christentum (vgl. Heiligenschein).

### **Die erste Ebene – der physische Körper**

Der physische Körper ist die am niedrigsten schwingende Ebene der Manifestation bei der Geburt. Er ist unsere körperliche Hülle, in der wir wohnen, umgeben von der energetischen Ebene.

### **Die zweite Ebene – die energetische Ebene**

Diese höher schwingende Ebene steht in konstanter Wechselwirkung mit dem Körper.

- Wirkung der energetischen Ebene auf den Körper: Sollte es in der Aura schon länger bestehende dunkle Flecken geben (die Ursachen dafür werden noch eingehend dargestellt), wird an diesen Stellen und in der näheren Umgebung auch der Körper krank.
- Wirkung der körperlichen Ebene auf die energetische Ebene: In die andere Richtung treten diese Veränderungen ebenfalls auf. Dies geschieht z. B. bei Verletzungen durch Unfälle. Der Körper wirkt dann auf die energetische Ebene, die sich als Folge dunkler verfärbt. Diese Auswirkungen sind zum Beispiel durch Muten (Werkzeug aus der Radiästhesie) erkennbar. Wenn ein der energetischen Arbeit kundiger Heiler die Störung auf energetischer Ebene behebt, wirkt sich dies positiv auf die körperlichen Beschwerden aus.

### **Die dritte Ebene – die emotionale Ebene**

Über dieser energetischen Ebene liegt die emotionale Schicht, wieder eine energetische Hülle, welche aber durch unsere Emotionen in ihrem Aufbau verändert wird. Jede „unangenehme“ Emotion verfärbt diese Schicht an ganz spezifischen Stellen; hält diese Emotion über einen längeren Zeitraum an, wird die Verfärbung so stark, dass die darunterliegende Ebene sich ebenfalls verfärbt. Infolgedessen wird der Körper krank. Ein Beispiel hierzu:

*Eine Frau lebt zehn Jahre in einer Beziehung, in welcher sie ständig betrogen wird. Sie fühlt sich verletzt, sie spürt den Vertrauensbruch, sie ist wütend. Jedoch ist diese Frau unfähig, ihre Emotionen zu artikulieren. Sie verteidigt ihren eigenen Wert nicht gegenüber ihrem Mann. Nein, sie tendiert dazu, sich ganz ihrem Schmerz binzugeben und hofft, durch ihren offensichtlichen Schmerz den Mann dazu zu bewegen, sie nicht mehr zu verletzen. Ihre Gedanken drehen sich um einen einzigen Satz: „Siehst du nicht, wie sehr ich leide?“ Schon in der Kindheit hatte sie Angst, ihre Bedürfnisse zu artikulieren. Bedingungslose Liebe hatte sie nie erfahren dürfen, und so passte sie sich den Mitmenschen gerne an. Sie hatte nie gelernt, Aggression in sich zuzulassen, diese zu artikulieren und etwa laut aufstampfend zu sagen: „So nicht, ich bin mehr wert als das!“ Die Jahre vergehen, die Frau spürt immer wieder eine Beklemmung, die ihre Brust zuschnürt. In der Nacht schläft sie schlecht, bei gemeinsamer Zeit mit dem Mann spürt sie ein unangenehmes Gefühl in der Magengegend. Irgendwann entscheidet sie sich, Tabletten zu nehmen, um die Symptome in den Griff zu bekommen. Nach vielen Jahren diagnostizieren die Ärzte Brustkrebs.*

Dies ist oftmals der Moment, in dem sich Menschen auch alternative Meinungen wie die von Geistheilern einholen.

Was ist hier geschehen? Bei der Frau hatte sich die emotionale Ebene sehr stark verfärbt, ganz besonders im Bereich ihres Herzens, ein wichtiger Punkt unter sieben Hauptpunkten des Körpers, welche „Chakren“ (Energiezentren) genannt werden. Über kürzere Zeiträume hinweg sind diese Verfärbungen kein Problem. Doch die lange Wirkung ihrer Emotion, die nicht gelebte Aggression, sorgte in diesem Fall dafür, dass die starke Verfärbung auf emotionaler Ebene bestehen blieb. Die Frau ignorierte alle Warnhinweise ihrer Seele, alle kleinen körperlichen Symptome, sie ignorierte ihr „Gefühl im Bauch“. Hier befindet sich aber genau das Zentrum der Urteilskraft<sup>5</sup>. All dies ist eine grobe Verletzung meiner Bestimmung, Gott zu ehren,

---

5 Vgl. hierzu: Catherine Ponder: Die Heilungsgeheimnisse der Jahrhunderte. Die 12 Geisteskräfte des Menschen. Goldmann Verlag, München 1992.

also auch Gott in mir selbst zu ehren und Respektlosigkeiten nicht zuzulassen. Die Frau gab sich weiter ihrem Schmerz hin und war weiterhin handlungsunfähig. Ihre emotionale Ebene verfärbte die darunterliegende energetische, bis dies schließlich im Bereich des Herzens auf den physischen Körper wirkte. Dort wurde nun die Aggressivität, die im Außen hätte gelebt werden müssen, im Inneren ausgelebt. Zuerst nur eine Zelle, dann zwei, dann drei und so weiter. Es wurden immer mehr. Dann entdeckten die Mediziner schließlich den Krebs und die Diagnose wurde gestellt. Anhand dieses Beispiels können wir erkennen, wie unsere eigenen Emotionen Voraussetzungen schaffen, krank oder gesund zu sein. Es ist eines der wichtigsten Gesetze, die wir verstehen müssen, um unser Leben erfüllt und gesund zu leben.

#### **Die vierte Ebene – die mentale Ebene**

Über der emotionalen befindet sich die mentale Schicht. Diese Ebene wird durch unsere Gedanken bestimmt. Unsere Glaubenssätze stehen in direkter Verbindung mit dieser Ebene. Ein Beispiel: Man hört oft Sätze wie „Ich werde im Jahr immer dreimal krank“ oder – mit festem Stolz verkündet – „Die Grippe bekomme ich immer“. Dies sind Glaubenssätze, die sich auf der mentalen Ebene manifestieren, dann die darunterliegende emotionale Schicht verfärben, dann die energetische und schließlich auf den Körper wirken. Am Ende passiert schließlich genau das Vorhergesagte. Ja, hier handelt es sich um eine „selbsterfüllende Prophezeiung“. In unserem westlichen Heilungssystem wird diese Ebene leider kaum behandelt.

#### **Die fünfte Ebene – die spirituelle Ebene**

Die äußerste Ebene des Menschen ist die spirituelle Ebene. Diese Ebene schwingt durch die Verbundenheit des Menschen mit der Schöpfung. In unserer heutigen Zeit ist sie nur noch wenig ausgebildet. Veränderungen und Heilarbeit auf dieser Ebene können in Sekundenschnelle Wunder bewirken. Dies war es auch, was Jesus Christus tat. Ein sich seines Höheren Selbst bewusst gewordener Heiler kann durch Aktivierung der spirituellen Ebene des Behandelten eine Wunderheilung oder Spontanheilung

auslösen. Die allumfassende Liebe wird sich in einem solchen Fall in Sekundenschnelle manifestieren. Heute gibt es selbstverwirklichte Heiler leider nur selten, und die Behandelten tragen meistens eine nur mehr verkümmerte spirituelle Schicht um sich. Jesus Christus war ein solcher Heiler, der rein durch seine göttliche Präsenz die spirituelle Ebene eines jeden verstärken konnte, der bereit war, sich hinzugeben. Aus diesem Grund reichte sein Wort, es war formgebend und Wunder geschahen. Diese Wunder geschehen auch heute noch, wenn wir sie durch unseren Glauben und unsere Hingabe zulassen.

### ***Lektion Nummer 6:***

---

*Meine Gedanken und Emotionen machen mich gesund oder krank. Nur ich selbst steuere sie.*

---

## **Die Zukunft der Heilung**

Wenn ich mir dieser Zusammenhänge bewusst bin, stellt sich natürlich die Frage nach der optimalen Heilmethode. Um heil zu werden, ist es wichtig, die Ursachenkette aufzulösen. Die schulmedizinische Behandlung schenkt mir Zeit, die notwendig ist, damit ich an meinen Themen arbeiten kann. In unserer eigenen Heilerschule arbeiten wir mit Schulmedizinerinnen zusammen, die einen wichtigen Aspekt in die Heilung einbringen. Warum?

Hier geht es um Glaubenssätze: In unserer Kultur der „Götter in Weiß“ ist ein Hilfesuchender überfordert, wenn man ihn dazu bewegen möchte, allein auf Gottes Hilfe zu vertrauen, um heil zu werden. Dies erfordert einen hohen Bewusstseinszustand, den zwar immer mehr, aber eben nicht alle Menschen erreichen. Wenn ein Heiler den Hilfesuchenden von der Schulmedizin abhält, unterschreibt er unter Umständen dessen Todesurteil. Daher ist eine gemeinsame Behandlung vorteilhaft. Wir empfehlen Menschen eine schulmedizinische Behandlung

bei Ärzten, die zum Beispiel auch auf dem Gebiet der Homöopathie ausgebildet sind. Diese Mediziner sind kompetent, unterscheiden zu können, wann auf physischer Ebene schwere, manchmal sehr zerstörerisch wirkende Medikamente eingesetzt werden sollten und wann nicht. Gleichzeitig dazu begeben wir als Geistheiler uns auf die Suche nach Ursachen und arbeiten in den verschiedenen Schichten des energetischen Körpers, sodass die negativen Einflüsse zu wirken aufhören. Wir selbst wurden mehrmals Zeugen von Spontanheilungen, welche sich innerhalb von Minuten manifestierten, wenn die Selbstheilung des Menschen über die spirituelle Ebene aktiviert worden war. Doch liegt es eben in der Hingabe des Hilfesuchenden an den eigenen göttlichen Aspekt, ob sich solch ein Wunder vollzieht. Und vergessen wir nicht – „Medikamente“ meint dem Wort nach „medica mente“, also „heile durch den Geist“.

Ein weiterer wichtiger Aspekt für Hilfesuchende ist die Wahl des spirituellen Heilers. Auch wenn wir uns durch die Arbeit und Stellungnahmen unserer Heilerschule viele Geistheiler zu Feinden gemacht haben, vertreten wir die Auffassung, dass das Maß der Hilfestellung, also der spirituellen Heilung, in direktem Zusammenhang mit dem Heilsein des Heilers steht.<sup>6</sup> Es geht hierbei weniger um die angewandten Methoden, die es wie Sand am Meer gibt, sondern vielmehr darum, inwieweit der Geistheiler in der Lage ist, universelle Energie als Kanal zu bündeln und an den Hilfesuchenden weiterzugeben oder dessen spirituelle Ebene zu stärken. Geistige Heilung geschieht dann ohne großes Aufsehen und ohne „Show“ in Sekundenschnelle. Wenn der göttliche Geist wirkt, wirkt er intelligent und höchst effizient. Natürlich wird man nicht generell als gesunder Heiler geboren – es ist ein langer Weg dorthin. Es ist der Weg, den jeder Mensch irgendwann gehen wird – der Weg über die Auflösung der Ego-Themen und die Integration der (später erklärten) Zwillingsseigenschaften. Leider ist es aber so, dass auf diesem Weg, speziell wenn sich Erfolge einstellen, viele über ihre Ego-Energie stolpern und stolz hervorheben, was „*das eigene eitle*“

---

6 Vgl. hierzu: Stepan von Stepski-Doliwa: *Sai Baba spricht*, Bd. 4, *Über Psychotherapie*. Govinda Sai Verlag, Grafath 2000. Im Kapitel über den guten und den problematischen Therapeuten beschreibt von Stepski-Doliwa wunderbar die Thematik von „problematischen Heilern“.

*Selbst*“ – also nicht „*das göttliche Selbst*“ – doch vollbringt. Wie schon erwähnt, geht es bei dem Weg der Verwirklichung Gottes um die Aufhebung der verbleibenden egoistischen Energien. Diese sind in unserem Beispiel des Heilers Eitelkeit, Besitzgier, falscher Stolz, Überheblichkeit oder Selbstdarstellung. Wenn man sich als Hilfesuchender auf die Suche nach einem spirituellen Heiler oder gar einem spirituellen Lehrer begibt, sollte man sich folgende Fragen stellen:

- Ist der Heiler körperlich gesund? Hat er sich selbst geheilt? Sind also die eigenen Heilmethoden und göttlichen Kräfte so weit entwickelt, dass er sich selbst von Krankheiten befreit hat? Natürlich ist jeder Mensch in der Lage, seinen Mitmenschen zu „helfen“. Sei es durch Gespräche, aber auch durch energetische Zuwendungen. Wenn wir jedoch von einem spirituellen Lehrer sprechen, sind hohe Ansprüche an diesen – in Form der Integration des gelehnten Stoffes – sehr wohl gerechtfertigt. Genau gegen diese Voraussetzung wehren sich jedoch Heiler, die die gelehnten Ziele selbst noch nicht erreicht haben. Der spirituelle Weg führt zu Liebe, Hingabe und Demut. Dies ist auch das Erkennen, dass man noch unvollkommen ist und daran arbeitet.

*„Ich weiß, dass ich nichts weiß.“*

Sokrates (469 – 399 v. Chr.), griechischer Philosoph

Die Anforderungen an einen spirituellen Lehrer werden sehr gut vom Psychotherapeuten Stephan von Stepiski-Doliwa dargestellt:

*„Wer sich als Therapeut betätigen will, muss ein Weiser, muss im Grunde erleuchtet sein. Er muss die Quelle, das gemeinsame Sein aller erreicht und das Göttliche in sich verwirklicht haben.*

*Wer diese Attribute nicht hat, richtet schnell mehr Schaden an, als dass er hilft, geschweige denn heilt.*

*Weil die meisten so genannten Therapeuten beutzutage weder selbst seelisch gesund noch erleuchtet sind, dauern die Therapien einerseits so lange und erreichen andererseits so wenig, wodurch das Leiden der Patienten in vielen Fällen überhaupt nicht gemildert, sondern häufig sogar vergrößert wird. Der Ruf der Psychotherapie ist infolgedessen immer noch sehr zweifelhaft, um nicht zu sagen schlecht.*

*Die meisten Therapeuten stochern wie Blinde in der Psyche ihrer Patienten herum, weil sie im Grunde überhaupt nicht wissen, was sie suchen. So schrecklich es klingt, so ist es doch in vielen Fällen wahr: Sie suchen nicht primär die Heilung ihrer Patienten, sondern ihre eigene. Sie suchen Positives wie Wohlstand, Anerkennung, Ansehen und Anmut und landen schließlich bei der Anmaßung, weil sie am falschen Ort suchen. Ja, Anmut! Der Leser stolpert vielleicht über das Wort Anmut und denkt möglicherweise, ich hätte es gewählt, weil es gut in die Reihe der mit ‚A‘ beginnenden Wörter passt. Dem ist aber nicht so. Anmut ist eine typische Eigenschaft desjenigen, der sich gefunden hat. Denn Anmut ist eine ureigenste Eigenschaft des Absoluten – des Absoluten, das der Erleuchtete aufsucht, in sich findet und aus dem er schöpft. Anmut ist das Wesen von allem. Anerkennung, Ansehen und Anmut sollten Patienten in einer Therapie finden. Das heißt: Der Therapeut sollte ihnen helfen, das in sich aufzufinden, was in jedem ist und was er in sich selbst verwirklicht hat.“<sup>7</sup>*

- Ist der Heiler glücklich, lebt er ein glückliches Leben?
- Lebt er ein intaktes seelisches Mann/Frau-Prinzip – sofern eine Beziehung vorhanden ist? Hier geht es nicht um ein Verhältnis zwischen einem biologischen Mann und einer biologischen Frau. Vielmehr ist die seelische energetische Qualität des männlichen und weiblichen Prinzips gemeint. Deutlich sieht man dies am Beispiel von Transsexualität, wenn Menschen im falschen Körper geboren werden. Wenn sie endlich ihre energetische Bestimmung gefunden haben, werden sie frei. Der kirchliche Weg, bestimmte Geschlechtsneigungen heilen zu wollen, ist sinnlos. Es gibt hier nichts

---

7 *Ibidem.*

zu heilen. Ein weiteres Thema sind gleichgeschlechtliche Beziehungen. Auch diese Beziehungen unterliegen den gleichen seelischen Gesetzen wie heterosexuelle Beziehungen. Auf der seelischen Ebene kann auch in diesen Beziehungen das Mann/Frau-Prinzip erlernt werden, auch wenn biologisch gesehen zweimal das gleiche Geschlecht vorhanden ist. Es geht also darum, ob die Beziehung generell positiv, respektvoll, liebevoll gelebt wird, unabhängig vom körperlichen Geschlecht.

- Sind seine Gesichtshälften gerade? Dies ist ein Indikator, da sich seelische Unausgewogenheit über das vegetative Nervensystem über die Muskulatur im Körper manifestiert. Die Muskulatur verzerrt dann den Körper und man erkennt diesen Zustand sehr deutlich im Gesicht. Je ausgeglichener ein Mensch lebt, desto klarer werden seine Gesichtszüge.
- Was sagt mein Bauchgefühl beim ersten Kontakt?
- Spürt man bei der Arbeit die „Liebe“ und „Hingabe“ des spirituellen Heilers?
- Entsprechen die Kosten für die Behandlung dem relativen Maß von Austausch für eine Leistung oder sind die Preise überzogen, gibt es Geschäftemacherei mit dem Leid von Menschen?
- Sind Demut, Freude und Respekt des Heilers für den Hilfesuchenden spürbar?

Bitte lassen Sie sich nicht vom Dekor einer Praxis oder von Zertifikaten blenden. Wichtig ist einzig und allein Ihre Intuition. Wer einen Heiler nach diesen Kriterien sucht, wird ihn auch finden. Der Heiler sollte selbst gesund und ausgeglichen sein. Er lebt die Liebe, wird nie zu viel verlangen und manchmal auch in Hingabe umsonst – als Dienst am Nächsten – arbeiten. Der Heiler hat dann das Vertrauen, dass er ohnehin alles von Gott bekommen wird, was er braucht, und lebt somit vollkommen angstfrei.

Dieser Zustand ist, wie gesagt, nicht sofort erreichbar, doch ist es gerade für einen Heiler wichtig, stetig zu suchen und sich selbst zu verbessern. Seine Arbeit wird dann von Demut, Liebe und Freude begleitet. Es folgen ständig Prüfungen für den

Heiler, bei welchen er sich stets weiterbildet, wächst und zur lebendigen Verkörperung der göttlichen Liebe wird.

Ein Heiler wird durch diese Arbeit an sich selbst zu einem immer besseren Kanal, und seine Nervenzentren im Körper sind dann in der Lage, eine immer höher schwingende Energie zu kanalisieren. Dies eröffnet die Möglichkeit, immer mehr zu tun, schneller und effizienter Heilung zu bringen. Alles wird einfach, Heilung geschieht in der reinen Präsenz eines solchen Menschen. Visualisierungshilfen und Heilhilfen werden mit der Zeit immer weniger notwendig. Als gutes Beispiel dient hier wiederum Jesus Christus, der für seine Heilung nichts anderes benötigte als seine Liebe und Hingabe an Gott. Die Wahrheit ist sehr einfach, weniger ist mehr. Das Vertrauen auf, die Liebe zu und Hingabe an Gott bewirken Heilungswunder:

*„Durch die unendliche göttliche Liebe erfahre ich allumfassende Heilung auf allen Ebenen von Körper, Geist und Seele – jetzt.“*

Wiederholen Sie diesen Satz – so oft, wie er sich für Sie stimmig anfühlt! Versuchen Sie es!

### ***Lektion Nummer 7:***

---

*Nur die Liebe und Hingabe an Gott heilt.*

---

*„Willst Du glücklich leben, baste niemanden und überlasse die Zukunft Gott.“*

Johann Wolfgang von Goethe (1749 – 1832),  
Universalgelehrter und Dichter

# Krankheit des Systems

Leider spiegelt sich die mangelnde Spiritualität des Menschen mannigfaltig in unserem gelebten System wider. Als ehemaliger Wirtschaftsabsolvent war ich früher selbst ein Verfechter der Globalisierung. Ich war Befürworter der kapitalistischen Arbeitsmarkt-Politik sowie der Erschließung neuer Märkte. Der Leitsatz war: Expansion und Wirtschaftswachstum als Motor für eine sichere Zukunft und ein glückliches Leben für jeden. Ich wurde jedoch eines Besseren belehrt. Haben Sie sich einmal gefragt, auf welchen Glaubenssätzen unsere heutige Gesellschaft aufgebaut ist?

- Geld macht glücklich und gibt Sicherheit.
- Mein Verdienst repräsentiert, wer und was ich bin.
- Es ist wichtig, wie ich aussehe.
- Mein Wert wird durch meine Karriere bestimmt.
- Ich will alles, jetzt und billig.
- Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.
- Frau, stehe deinen Mann!
- Ich habe keine Zeit.
- Krankheit ist lästig.
- Gott? Wer?

Wir haben verlernt, auf das Wesentliche im Leben zu achten. Gehetzt eilen wir von Termin zu Termin, Glück dürfen wir im Shopping-Center beim Konsumieren erleben.

Ja, wir konsumieren. Tag für Tag. Die Verkaufsstrategen und multinationalen Firmen stellen sich im Grunde nur eine einzige zentrale Frage: Wie bekomme ich Menschen dazu, noch mehr zu konsumieren und ihr Geld auszugeben? Die Marketingstrategen schaffen Begierden. Begierden sind unerfüllte Wünsche. Wünsche schaffen im Unterbewusstsein des Menschen einen Mangel. Mangel führt zur Unzufriedenheit. Um diesen Mangel zu kompensieren, muss der Mensch sich möglichst viel Geld beschaffen, damit er sich das, was er unbedingt zu brauchen glaubt, leisten kann.

Unsere eigene innere Unruhe, unsere Unzufriedenheit im Geiste ist es, die so empfänglich für die Werbebotschaften macht, die glauben lässt, alles Mögliche zu „brauchen“. Dies will natürlich bezahlt werden – in der Konsequenz ist noch mehr Leistung unter Druck nötig, um das eigene Ego zu befriedigen. Oft sind dabei unsere Kinder ein bisschen „im Weg“. Erziehung ist alles andere als einfach. Doch „Gott sei Dank“ gibt es dann Möglichkeiten, beide Elternteile schnell wieder in den Arbeitsalltag zu integrieren. Kinder verbringen viel Zeit zuerst in Kinderkrippen, Ganztags-Kindergärten oder bei Tagesmüttern. Später in der Schulzeit folgt das „Schlüsselkind“-Phänomen und der Computer ersetzt dann sehr oft reale Freundschaften.

Die Aggressivität bei den Kindern steigt aber; noch so viele Spielsachen können Eltern nicht ersetzen, nichts kann die geliebte Liebe, das Zusammensein mit und in der Familie ersetzen.

Dass dies ein direkter Weg in die Unzufriedenheit ist, lässt sich einfach veranschaulichen: Ich hatte einst meine Selbstsucht auf die Spitze getrieben und alles, was ich haben wollte, konsumiert. Geld war zur Genüge vorhanden. Wenn man aber alle seine Wünsche befriedigt hat, was bleibt dann übrig?

*Gähnende Leere.*

Was ist aus einem geworden?

*Ein Konsument, ein unglücklicher Konsument.*

Wir richten unsere Mentalebene allzu sehr auf Erwerb und Konsum aus. Beides macht uns aber unfrei. In weiterer Folge, über längeren Zeitraum betrieben, macht uns ein derartiges Leben krank, da es nicht den göttlichen Prinzipien entspricht. Auch die Sexualität wird heutzutage oft nur mehr konsumiert. Durch die Wandlung der Sexualität von einer tiefen seelischen Erfahrung zu einem kurzzeitigen Genussmittel ist aber auch hier etwas sehr Typisches für unsere Zeit eingekehrt: ein ewiges Verlangen, das nicht gestillt werden kann.

Wichtig ist, sich vor Augen zu halten, dass nicht die Dinge an sich „gut“ oder „schlecht“ sind. Sie können und sollen in Fülle leben. Es soll Ihnen gut gehen. Es geht vielmehr um die emotio-

nalen Abhängigkeiten, die krank machen. Werden Sie frei! Alles, was Sie loslassen, kommt zum erleichterten Herzen zurück.

Es obliegt jedem Menschen, selbst zu entscheiden, ob sein jetziger Weg der richtige ist oder ob endlich die Zeit gekommen ist, etwas zu ändern. Keine Angst, diese Veränderungen sind auch langsam möglich, innerhalb meines als „sicher“ empfundenen Rahmens: Schritt für Schritt werde ich in der Lage sein, mich zu befreien, loszulassen und meine Bestimmung wiederzufinden.

Fragen Sie sich:

**Kenne ich meine Bestimmung?** Nein? Dann wird es höchste Zeit, sich auf die Suche zu machen.

**Wie?** Dies werde ich in diesem Buch noch ausführlich beschreiben.

*„Wenn du einen Menschen glücklich machen willst, dann füge nichts seinem Reichtum hinzu, sondern nimm ihm einige von seinen Wünschen.“*

Epikur von Samos (341 – 270 v. Chr.), griechischer Philosoph

### ***Lektion Nummer 8:***

---

*Mein eigenes unstillbares Verlangen schafft Unfrieden.*

---

[...]

## **Die Transformation – der Weg zur Befreiung**

Unser jetziges Zeitalter, das des Wassermanns, ist von einer Energie-Anhebung unserer Erde bestimmt. Sowohl im physischen als auch im feinstofflichen Bereich unseres Lebens finden Veränderungen statt. Für die Wissenschaftler unter Ihnen sei hier die ständige Veränderung der Schumann-Frequenz, also der exakt bestimmbaren Resonanzfrequenz der Erde, erwähnt. Auch für das menschliche Gehirn ist es möglich – etwa durch Meditation –, Bewusstseinszustände dieser Frequenz zu erreichen, die zwischen dem Theta- und dem Alpha-Wellen-Bereich liegen.

- Delta-Wellen (1–3 Hertz) sind charakteristisch für traumlosen Tiefschlaf bzw. begleiten komatöse Zustände.
- Theta-Wellen (4–7 Hertz) erleben wir beim Träumen.
- Alpha-Wellen (8–12 Hertz) treten im entspannten Wachzustand auf, etwa bei einer Meditation oder kurz vor dem Einschlafen bzw. unmittelbar nach dem Erwachen.
- Beta-Wellen (13–40 Hertz) herrschen im normalen Wachzustand vor.

Der Mensch steht mit der Schwingung der Erde in Resonanz. Wir leben und erleben die Realität in Resonanz mit unserer Erde. Derzeit kommt es zu einer Erhöhung der Schumann-Frequenz sowie zu Veränderungen in den Magnetfeldern der Erde. Beide Faktoren begünstigen eine Veränderung im Menschen, die ihn rein physikalisch durch die Stärkung des Alpha- sowie des Beta-Bereiches spirituell erwachen lässt. Wir steuern auf einen Zustand „erhöhten Bewusstseins“ zu. Dieser als „Zeitenwende“ bekannte Prozess war schon früher Bestandteil vieler Prophezeiungen und wurde auf die unterschiedlichsten

Termine datiert. Nach dem Maya-Kalender wird die Menschheit z. B. zwischen dem 21. Dezember 2012 und dem 7. Januar 2013 eine Wandlung erleben. Wir leben also in einer Zeit der Transformation, in der wir uns physisch und psychisch verändern und ein perfektes Umfeld vorfinden, um neue Wege zu gehen. Genau dies ist der Grund, warum viele Menschen ihren Weg hinterfragen, spüren, dass ihr derzeitiges Leben nicht dem eigentlichen Sinn des Lebens entspricht. Dies ist auch der Grund, warum gerade *Sie jetzt* dieses Buch lesen und warum genau dieses Buch Ihnen in dieser Phase helfen kann. Zu allen Zeiten hat es erwachte Menschen gegeben, die anderen als Korrektive und Hilfe dienen. Heute gibt es durch den laufenden Transformationsprozess mehr und mehr dieser weisen Menschen. Die dunkelste Zeit unserer Geschichte ist vorbei, wir befinden uns auf direktem Weg ins goldene Zeitalter des Erwachens. Folgen Sie Ihrem inneren Antrieb, fühlen Sie in sich und fragen Sie sich, ob Ihr bisheriges Leben sinnvoll verlaufen ist oder ob es an der Zeit ist, etwas grundlegend zu ändern. Wenn Sie sich entscheiden, diesen neuen Weg einzuschlagen, mit Hilfe der momentan wirkenden Transformationskraft einen Einweihungsweg zu beschreiten, welchen schon die Ägypter kannten, werden Sie neue Welten und Realitäten erleben, die für Sie bisher vielleicht nicht vorstellbar waren. Dies soll sich nun ändern.

Ihr individueller Weg führt über folgende Stationen, welche auch der „Baum der Erkenntnis“ genannt werden:

- 1.) *Auflösung von negativen Emotionen* in Ihrem Leben (Ängste, Zweifel etc.) durch konstantes Hinterfragen Ihrer eigenen Emotionen.
- 2.) *Auflösen von ego-getriebenen Handlungen* in Ihrem Leben.
- 3.) Erlernen von *Selbstdisziplin in Gedanken, Worten und Taten*, was einer Neuausrichtung Ihrer schöpferischen Kraft entspricht.
- 4.) *Ausrichten der eigenen Gedanken auf Liebe*, Ausdauer und Toleranz.

- 5.) *Erlernen der beilenden Kommunikation* im Innen wie im Außen.
- 6.) *Weg der Erkenntnis, Erfahren* des Baumes der Erkenntnis und *Erleben* der geistigen Gesetze im Gegensatz zum reinen *Verstehen* und *Wissen*.
- 7.) *Auflösung der letzten Polaritäten* in Ihnen und Einswerden mit Gott.

## Der Baum der Erkenntnis

Gott an sich ist ohne Form und Eigenschaft. Gott beinhaltet alles, jeden Pol, oben und unten, innen und außen, hell und dunkel – eben alles. Allein dieser Satz scheint ein Widerspruch in sich zu sein, da er Eigenschaften, also Polaritäten, zuteilt. Doch tatsächlich ist es so, dass Gott erst durch die Polaritäten ein Umfeld geschaffen hat, in dem Eigenschaften erfahrbar werden. Im Alten Testament wird vom Baum der Erkenntnis gesprochen: Die Schlange versuchte Eva zu verführen: Beim Essen der verbotenen *Früchte von dem Baum in der Mitte des Gartens* würden ihr die Augen aufgehen und sie würde erkennen, was gut und was schlecht ist (Gen. 3,2-5). Für sich genommen ist die symbolische Aussage der Schlange richtig: Erst wenn die Früchte der Polaritäten gekostet werden, symbolisch durch den Apfel dargestellt, kommt es zum Erfahrungsgewinn, also dem menschlichen Erfahrungsweg, den wir alle gehen. Was ursprünglich als „Sündenfall“ benannt wurde, spiegelt vielmehr eben jenen Geburtsprozess aus der Kausalwelt in die feinstoffliche und schließlich in die grobstoffliche Welt mit ihren Polaritäten wider. Daher verläuft der Weg zurück ins „Paradies“ über die Auflösung der Polaritäten und die damit verbundenen Resonanzen. Solange uns Ego-Themen „quälen“, gibt es noch viel zu arbeiten.

## Gottes größtes Geschenk bei Auflösung des Egos

Um am Ego effektiv arbeiten zu können, müssen wir die vom Ego behafteten Charakterzüge erst einmal erkennen. Wie schon in diesem Buch behandelt, erkennen wir unser Ego einerseits anhand des Spiegelgesetzes, also an dem, was uns an anderen besonders stört, aber natürlich auch über kritische Selbstreflexion. Was aber die Arbeit am Ego so schwierig macht, ist die Emotion, welche man empfindet, wenn man einen „wunden Punkt“ gefunden hat: natürliche *Abwehr* – ein „Nein, das will ich nicht“. Dieses Gefühl entsteht durch ein Aufbäumen des Ego-Anteils, der sich nicht verändern will. Um das zu verstehen, müssen wir die drei Aspekte des nicht-physischen Anteils des Menschen begreifen, die schon im ägyptischen Einweihungsweg bekannt waren als „Ach“, „Ka“ und „Ba“.

- Die Ägypter nannten den *emotionalen Teil, die unbewusste, verborgene Ebene des energetischen Körpers*, „Ba“. Dieser Teil ist der Sitz aller Emotionen, die es zu zentrieren gilt. Zentrieren bedeutet, die aus dem Lot geratenen, im nächsten Kapitel erklärten Zwillingsseigenschaften wieder in ihre Mitte zu bringen. Heute nennen wir dies das „Unbewusstsein“.
- Das „Ka“ ist *der verstandesmäßige, bewusste Teil*, die Ratio oder Vernunftebene. Wir sprechen hier gerne vom „Bewusstsein“.
- Das „Ach“ ist *die Verbindung zum Göttlichen und entspricht dem Höheren Selbst* oder „Über-Ich“.

Das „Ka“, also die Vernunftebene, kann uns im Wachzustand helfen, das „Ba“, also unsere emotionale Ebene, liebevoll zu leiten. Dies ist wichtig, denn das „Ba“ definiert, was wir alles wollen; es ist der Sitz des starken „Ich will“. Diese starke Ego-Zentriertheit gilt es aufzulösen und sich in Richtung des „Ach“, des Höheren Selbst, zu bewegen. Auf diesem Weg verlieren

wir die Illusion des Getrenntseins. Im Moment der Empfängnis verlässt die Seele das Meer aus Gottes Liebe, es formt sich ein Tropfen. Dieser Liebestropfen empfindet Schmerz über die Getrenntheit und entwickelt die Illusion einer Individualität. Der Tropfen sieht andere Tropfen und definiert dadurch ein Du und Ich. Das Höhere Selbst jedoch weiß um diese Illusion; so verschwindet das Gefühl der Getrenntheit, wenn Gott in mir in Form des Höheren Selbst erwacht. In diesem Moment bin ich wieder eins mit allen Lebewesen und Dingen, die uns umgeben. Ich bin eins mit Gott, getragen von Liebe und Dankbarkeit.

Am Anfang dieses Weges hilft nur die Vernunft, das Leben zu meistern. Wir geben also nicht all unseren Trieben und Gelüsten nach, wir fangen an, uns zu disziplinieren, und unterscheiden uns genau durch diesen Akt von den Tieren. Jedoch bedeutet eine derartige Kontrolle nicht, dass das „Ba“, der emotionale Aspekt, ruhig, aufgelöst oder befriedigt ist. Es bedeutet nur, dass dieser Aspekt unter Kontrolle gebracht wurde. Wenn der Mensch älter wird und sich der Moment des Todes nähert, kommen genau jene Emotionen wieder an das Tageslicht. Der Grund ist einfach: Je näher wir der Schwelle des Todes kommen, desto eingeschränkter funktioniert unser kritischer Verstand. Unser Unterbewusstsein kann dadurch verstärkt agieren. Da das „Ba“ im Zaum gehalten und nicht aufgelöst oder zentriert wurde, kommt es zu emotionalen Reaktionen. Der Mensch kann dann unter Umständen von starken Ängsten, Wut und Verzweiflung geplagt sein. Es ergibt aus dieser Perspektive Sinn, die Polaritäten des „Ba“ aufzulösen und das Höhere Selbst so weit wie möglich im Leben zu verwirklichen. Der Ego-Aspekt des Menschen ist wie ein wildes Tier, das es zu bändigen gilt. Kein spiritueller Meister kann einem Menschen diese Aufgabe abnehmen, keine Kirche, kein finanzielles Opfer, keine Freisprechung durch einen Guru. Jeder Mensch kann und darf diesen Weg gehen und entscheidet mit seinem freien Willen, wie schnell er ihn geht.

Ein wunderbares Geschenk wartet auf jeden, der den Einweihungsweg beschreitet:

***Lektion Nummer 17:***

---

*Bei den meisten Menschen manifestiert sich ihre eigene göttliche Schöpferkraft UNBEWUSST durch Verwirklichung ihrer nicht aufgearbeiteten Emotionen wie Ängste oder Zweifel. Der erwachte Mensch jedoch ist zum Höheren Selbst geworden und erschafft sich BEWUSST seine Realität. Durch seine eigene göttliche Schöpferkraft wird alles möglich, was er sich wünscht.*

---

Begreifen Sie die Tragweite dieses von Gott gegebenen Geschenkes? – Durch die Illusion der Getrenntheit glauben Sie, dass all die Ereignisse in der Welt Ihnen persönlich *geschehen* sind und außerhalb Ihrer Kontrolle lagen. Dies ist so nicht wahr. Ihre eigene Schöpferkraft hat sich unbewusst manifestiert und alles in Ihrem Leben ausgesucht: Ihren Beruf; die Leute, die Sie treffen; ja sogar Schicksalsschläge, Krankheiten oder Unfälle. Es ist Ihre eigene göttliche Schöpferkraft, die sich offenbart und dadurch wie ein Korrektiv wirkt. Verstehen Sie dies nicht falsch: Niemand will negative Ereignisse oder scheinbar unbeeinflussbare Schicksalsschläge erleben. Der Verstand würde dies niemals tun. Doch wir sprechen hier von den Auswirkungen des eigentlichen göttlichen Wesenskerns, der Erfahrungen sammelt und dem Gesetz des Karmas folgt. Alle Ereignisse haben eine Ursache und eine Wirkung. Meistens sind uns aber die Ursachen nicht bewusst, vor allem wenn diese in vorherigen Inkarnationen liegen. Dies lässt das „Schicksal“ oft sehr grausam erscheinen. Warum sterben so viele Kinder, noch bevor sie geboren sind? Wieso gibt es so viel Armut? Wieso gibt es sehr grausame Verbrechen? Hier gibt das Gesetz von Ursache und Wirkung Aufschluss. In Rückführungen werden die Zusammenhänge klar, auch wenn diese Methode nicht unbedingt für die Auflösung von Problemen notwendig ist. Was uns ein unangenehmes Gefühl bereitet, ist der Mangel an Wissen um die Ursache für ei-

nen schweren Schicksalsschlag. Doch genau hier ist es wichtig, sich die Frage zu stellen, ob ich der Schöpfung und Gott in mir vertrauen kann. Vertraue ich, auch wenn ich oft die Zusammenhänge vorerst nicht verstehen werde? Wenn ich mich für das Vertrauen entscheide und anerkenne, dass alles einen uns oft unbekanntem, aber guten Grund hat, kann ich mich dem Wesentlichen zuwenden. Dem Auflösen eigener problematischer Emotionen, welche sich vielleicht momentan noch für mich negativ manifestieren. Wenn Sie sich *über all die Emotionen erheben*, die Sie innerlich zerreißen, wenn Sie *Ihr Ego auflösen* und aktiv daran arbeiten, *wachen Sie auf und werden bewusst*. Dadurch wird Ihr Höheres Selbst in der Lage sein, alles, was Sie wirklich wollen, zu manifestieren. Ja, seien es Gesundheit, Glück und auch Geld! Sie werden aber feststellen, dass die Wünsche, die Sie beim Lesen des Buches heute noch haben, sich ändern werden, wenn Sie diesen Weg gehen. In jedem Fall wird Ihre eigene Schöpferkraft für Sie steuerbar und nicht mehr unbewusst aktiv.

*„Wenn ihr Glauben habt und nicht zweifelt, so werdet ihr nicht nur das mit dem Feigenbaum Geschehene tun, sondern wenn ihr zu diesem Berg sagen werdet: Werde aufgehoben und ins Meer geworfen!, so wird es geschehen.“*

Matthäus-Evangelium 21,21

Dies ist Teil der Bewusstwerdung. Es ist das größte Geschenk, welches uns gegeben wurde. Wachen Sie auf und fangen Sie an, Ihre Realität neu zu erschaffen! Wenn Sie dies tun, werden Sie reich beschenkt – auch wenn das Mögliche heute noch außerhalb Ihrer Vorstellungskraft liegt.

Der erste Schritt: Nehmen Sie Ihre jetzige Situation als eine von Ihnen geschaffene an. Gott hat Ihnen eine Startposition zugeteilt, besser gesagt: Ihr eigenes Karma, also Ihre Seelen-Erfahrung, hat Sie dorthin gesetzt, wo Sie nun sind. Nehmen Sie Ihre Erlebnisse an und werden Sie zum Lenker Ihres Lebens. Dies mag sehr schwierig erscheinen, vor allem dann, wenn sehr traumatische Dinge geschehen sind. Wie soll ich diese anneh-

men? Bauen Sie Vertrauen auf. Schritt für Schritt fangen Sie an, Gott zu vertrauen. Es wird Sie von dem unsagbaren Schmerz befreien, den Sie vielleicht empfinden.

Wunderbare Arbeit, um diesen Weg zu gehen, lieferte Elisabeth Haich (1897 – 1994) mit ihrer Aufstellung der im Folgenden erklärten „Zwillingseigenschaften“ in ihrem Klassiker „Einweihung“. Die nachfolgende, erweiterte Darstellung dieser Eigenschaften ist eine ausgezeichnete Möglichkeit, uns selbst zu hinterfragen und praktisch zu arbeiten.

Bevor Sie die Erklärung zu den Zwillingseigenschaften lesen, machen Sie bitte die folgende wichtige Übung:

Bitte nehmen Sie *jetzt* ein Blatt Papier zur Hand, um sich Notizen zu machen. Falls Sie aber *genau jetzt* denken, dass Sie das nicht für nötig halten, muss ich darauf hinweisen, dass Sie das Buch nur konsumieren, nicht aber *erfahren* wollen. Doch nicht das Wissen durch den Buchkonsum ist es, welches Sie weiterbringt, sondern einzig und allein die Erfahrung, die Sie tatsächlich machen. In unserer Tätigkeit als Lehrer in der Heiler Schule sehen wir immer wieder, wie Wissen konsumiert wird, jedoch Umsetzung und Disziplin fehlen, wodurch das Gelernte leider wertlos wird.

In der eigenen Heilarbeit setzen wir diese Methode schon länger erfolgreich ein. Wer diese Übung, die nicht mehr als fünf Minuten am Tag in Anspruch nimmt, ausführt, erlebt in kürzester Zeit starke Veränderungen im eigenen Leben.

Daher nochmals die Bitte: Stehen Sie *jetzt* auf und holen Sie sich einen Zettel, während ich als Autor hier auf Sie warte. Mein Versprechen an Sie ist, dass ich noch da bin, wenn Sie zurückkommen.

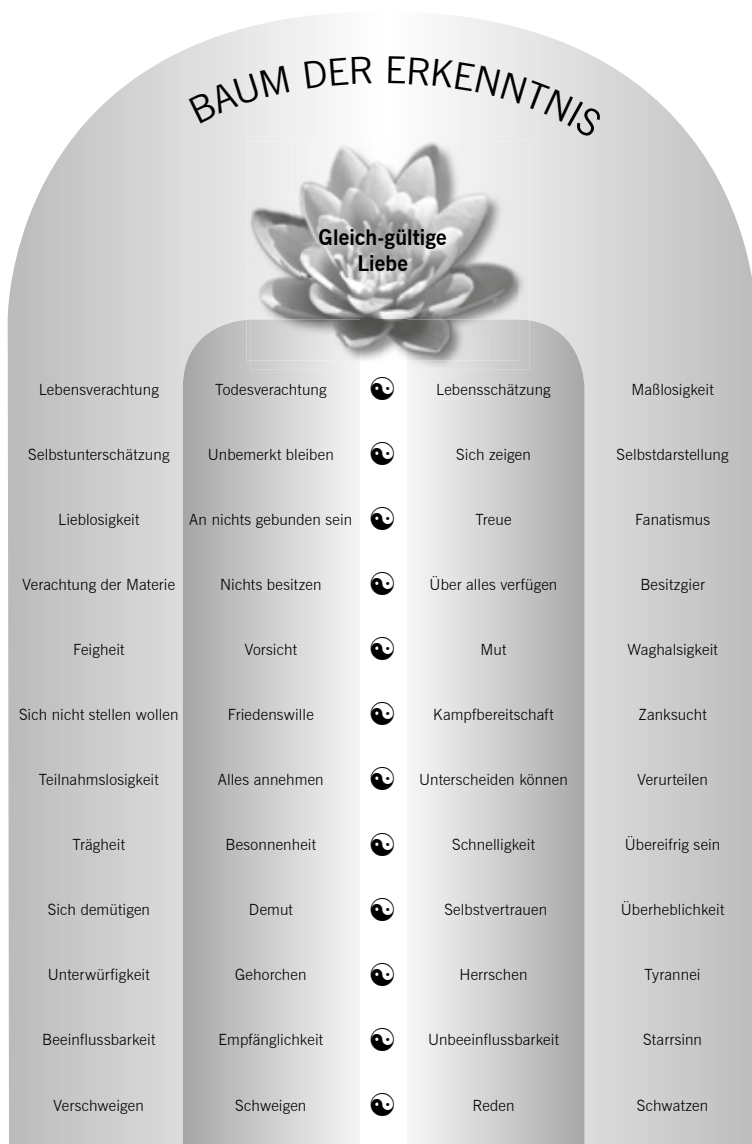
... Wie versprochen, bin ich noch hier. Wir beginnen nun mit dem Erarbeiten Ihrer persönlichen Zwillingseigenschaften.

1. Decken Sie mit einem Zettel das Schaubild „Baum der Erkenntnis“ im nächsten Kapitel so ab, dass Sie **nur** eine

- der beiden hellgrauen Eigenschaften-Säulen sehen (z. B. Maßlosigkeit, Selbstdarstellung, Fanatismus usw.).
2. Wählen Sie aus der sichtbaren hellgrauen Säule genau drei Eigenschaften aus, mit denen Sie in Ihrem Leben wirkliche Probleme haben. Diese Eigenschaften könnten für Sie z. B. mit bestimmten Personen verbunden sein, mit welchen Sie schwere Konflikte haben. Es könnte auch sein, dass Sie jemanden kennen, der sehr „überheblich“ ist, was in Ihnen Wut auslöst.
  3. Notieren Sie diese drei ungeliebten Eigenschaften.
  4. Positionieren Sie das Abdeckblatt neu, sodass Sie **nur** die zweite hellgraue Eigenschaften-Säule sehen.
  5. Notieren Sie auch hier genau drei Eigenschaften, mit denen Sie nichts zu tun haben wollen.

Sie haben nun insgesamt sechs Eigenschaften ausgewählt. In den nachfolgenden Kapiteln werden alle Zwillingseigenschaften behandelt. Bitte legen Sie besonderes Augenmerk auf die Kapitel, welche „Ihre“ gewählten Eigenschaften enthalten, und notieren Sie die zu Ihren Themen gehörigen Affirmationen.

# Die 12 Zwillingeigenschaften



[...]

Matthias A. Exl

## Befreie dich selbst!

Über die Kunst,  
wahrhaftig zu leben

Mankau Verlag, 1. Aufl. August 2008

215 Seiten (HC mit Schutzumschlag)

13,5 x 21 cm

16,95 € (D) | 17,50 € (A)

ISBN 978-3-938396-19-3



### [www.befreiung.at](http://www.befreiung.at)

Internetseite zum Buch „Befreie dich selbst!“, Presse-Downloads, Leseproben

### [www.mankau-verlag.de](http://www.mankau-verlag.de)

Informationen zu Buch und Autor, Diskussionsforum mit dem Autor, Leseproben

### [www.matthiasexl.org](http://www.matthiasexl.org)

Persönliche Seite des Autors Matthias A. Exl



### Das Experiment:

# 450.000

## verkaufte Exemplare bis 2013!

„Jeder Mensch ist Schöpfer seiner eigenen Realität.“  
Matthias A. Exl wagt das Unglaubliche und prognostiziert:  
Im Jahr 2013 soll „Befreie dich selbst!“ 450.000 Mal verkauft worden sein. Ist das Ziel erreicht, fließt aus den Buch-Erlösen eine Spende von 100.000 Euro in insgesamt zehn anerkannte soziale Projekte (u. a. Solwodi e. V., Menschen helfen e. V., Green Ocean e. V., Kinderhilfe Bethlehem im Deutschen Caritasverband e. V.). Damit soll sich Exls Buch selbst beweisen.

