

Kann es sein, dass du dich manchmal elend fühlst?

Dass du antriebslos, schlecht gelaunt oder ohne Motivation bist?

Was sind deine ersten Gedanken, wenn du versuchst, diese Gefühle zu ergründen?

Ich nehme mit ziemlicher Sicherheit an, deine Gedanken richten sich auf die äußeren Einflüsse, denen du gerade ausgeliefert bist. Es könnten deine Kollegen schuld sein, dein Chef, die Kinder, der Partner...

Meist nie du SELBST!

Du schiebst deine Probleme lieber anderen zu und beginnst dich zu trösten, indem du dir „Dein Glück kaufst“?

Schokolade, Kleidung, Prosecco?

Ist das nicht wie der Genuss von „Zuckerwatte“ am Jahrmarkt? Du kannst kurz ein wenig Freude genießen. Doch recht bald zerfließt die Watte in deinem Mund und es bleibt nichts, als ein klebriges Gefühl am Gaumen und zwischen den Zähnen. Das Leben ist dann... „süß“?

Diese Freude ist nur von kurzer Dauer und das Bedürfnis nach einem neuerlichen „Glücksgefühl“ ist gleich wieder präsent. Positive Gefühle kannst du nicht ständig kaufen, du kannst sie aber sehr leicht in dir selbst entdecken.

In diesem Buch will ich dir Anregungen geben, welche Wege du beschreiten kannst, um Schritt für Schritt mehr Freude und Ausgeglichenheit in deinem Leben zu erlangen.

Der Genuss von „Zuckerwatte“ ist zu wenig!

# INHALTSVERZEICHNIS

Die Suche nach dem Sinn .....	9
Warum gibt es uns Menschen?.....	16
Woher komme ich und wohin gehe ich?.....	20
Was ist die Botschaft? .....	24
Warum haben nur die anderen Glück?.....	28
Warum fehlt mir der rote Faden im Leben? Ein Ziel?.....	32
Was ist der göttliche Plan?.....	36
Warum soll ich loslassen?.....	40
Was bedeutet in der Mitte sein?.....	44
Warum verstehe ich meinen Vater/meine Mutter nicht?.....	48
Warum fühle ich mich so antriebslos, traurig, schuldig.....	52
Was sind Chakren? Haben wir mehrere Körper?.....	56
Wie kann ich geheilt werden? .....	60
Warum ist das Leben so hart?.....	66
Gehen Wünsche in Erfüllung? .....	70
Wer bin ich wirklich? .....	74
Wo finde ich mein Glück? .....	78

Warum habe ich kein Glück mit meinem Partner?.....	82
Warum bin ich im Winter depressiv? .....	86
Was ist mit der Erde los? .....	90
Warum fühle ich mich einsam, verspüre Aggressionen?.....	94
Warum fällt es mir so schwer zu vergeben?.....	98
Gibt es einen Schutzengel? .....	102
Gibt es wirklich eine Seele? .....	106
Warum gibt es soviel Gewalt und Missbrauch in unserer Gesellschaft? .....	110
Warum fühle ich mich „fallengelassen“ .....	116
Warum ist mein Kind verhaltensauffällig? .....	120
Warum fehlt mir die Lebensfreude? .....	126
Was ist mein Weg?.....	130

## ZUCKERWATTE ODER DIE SUCHE NACH DEM SINN

---

Wie süß ist das Leben wirklich?  
Was ist der Sinn des Lebens?

Das zu beurteilen ist nicht so einfach und für jeden anders.  
Vielleicht hast du dir diese Frage auch noch gar nicht gestellt?

Oder doch?

Manchmal stellt man sich diese Frage nach einem schweren  
Schicksalsschlag...

### WAS IST DER SINN MEINES LEBENS?

Es gibt Menschen, die erleiden einen Schicksalsschlag nach dem  
anderen, ohne zu fragen, wozu ihr Leid da ist.  
Sie ärgern sich und fühlen sich in die Rolle des Opfers gedrängt,  
sie wollen nicht erkennen, dass sie es selbst sind, die diesen  
Zustand herbeigeführt haben.

Jetzt höre ich die kritischen Bemerkungen...

Na, so kann man das nicht sagen...  
Nein, bei mir ist das deshalb so, weil...  
Bei mir sind eindeutig meine Eltern schuld...  
Mein Partner machte mich zu dem, was ich bin...

Solche und ähnliche Antworten erwecke ich, wenn ich sage:

Du selbst bist der Verursacher deines Schicksals.  
Du bist nicht das Opfer!

Das zu verstehen ist nicht sehr einfach, zumal wir durch unsere  
Erziehung, durch unsere Verhaltensmuster geprägt werden. Von  
Kindheit an eignen wir uns Charakterzüge an, die uns schützen.  
Das ist die einfachste Art zu leben, zu „überleben“. Dieser  
Selbstschutz ist auch sehr wichtig.

Aber wollen wir wirklich erkennen, warum wir Probleme haben, was die Ursache dahinter ist, was der Sinn des Daseins ist, dann ist es notwendig über die geistigen Gesetze Bescheid zu wissen.

Ich möchte durch dieses Buch Bewusstsein schaffen, dass es mehr gibt, als wir mit unseren Sinnen wahrnehmen können. Es gibt im Universum Gesetze, die wirken, egal ob wir an sie glauben oder nicht, egal, ob wir von ihnen wissen oder nicht.

### SIE WIRKEN – DIE GEISTIGEN GESETZE

Gesetze, die unser Leben und unser Schicksal beeinflussen. Sie werden auch universelle Gesetze, kosmische Gesetze oder Lebensgesetze genannt.

Ihre Auswirkungen sind enorm und deshalb bin ich der Meinung, es ist leichter mit deren Kenntnis zu leben, als ohne!

**DENN DU ALLEINE BIST HERR/ FRAU DEINES SCHICKSALS!  
DU ALLEINE ENTSCHEIDEST ÜBER DEINEN LEBENSWEG!**

Viele großen Künstler, Heiler und Gelehrte hatten Kenntnis von diesen Gesetzen (Goethe, Pythagoras, Einstein...) und haben sie genutzt. Wir kennen die Ergebnisse.

Ich möchte diese Gesetze in diesem Buch anhand von Fragen, die mir in Beratungen immer wieder gestellt wurden, veranschaulichen.

Es gibt etwas Höheres, das auf uns einwirkt.

Es ist ein Wirken, das wir aber sehr wohl beeinflussen können, durch

### DIE ART UND WEISE, WIE WIR LEBEN

Insgeheim wissen wir,

dass es Dinge gibt, die uns manchmal unbegreiflich sind,  
dass es Dinge gibt, die auf uns einen starken Einfluss haben,  
dass es Dinge gibt, die „woanders“ gesteuert und gelenkt werden.

Genau das ist das Wirken der geistigen Gesetze!

Wir wundern uns vielleicht, warum Naturkatastrophen die Erde heimsuchen, warum manche Menschen so leiden müssen, warum so großes Elend in manchen Regionen herrscht?

Wenn wir das Leben verstehen wollen, kommen wir nicht umhin, uns mit diesen LEBENSGESETZEN zu beschäftigen.

## DIE QUINTESSENZ UNSERES DASEINS

Ich habe die juristischen Gesetze studiert - interessant, lehrreich, notwendig, um unser Zusammenleben zu regeln.  
Dann aber habe ich mich mit den geistigen Gesetzen beschäftigt – hier geht es um die wahre ESSENZ des Lebens.

## DAS LEBEN VERSTEHEN mit Hilfe DER GEISTIGEN GESETZE

Sie wirken, ob du willst oder nicht!

---

**Was sind Chakren?**  
**Haben wir wirklich mehrere Körper?**



**MEDITATION**

ICH SPÜRE die Farben des REGENOGENS –  
in mir und um mich

ICH VERSPÜRE alle TUGENDEN und deren  
HEILENDE WIRKUNG

## WAS SIND CHAKREN? HABEN WIR WIRKLICH MEHRERE KÖRPER?

---

Ja, du hast mehrere Körper!

Du besitzt einen physischen Körper, der von dir spürbar und begreifbar ist. Du nimmst ihn mit deinen 5 Sinnen wahr, kennst deine Organe.

Doch du besitzt noch viele andere Organe, feinstoffliche Zentren, „Körper“, die du jetzt vielleicht noch nicht wahrnehmen kannst.

Es gibt eine unsichtbare Welt und unbewusst nimmst du diese Welt auch schon wahr. Du erkennst, ob jemand eine gute oder schlechte Ausstrahlung hat, ob du dich in seiner Nähe wohl fühlst oder nicht.

Alles was lebt strahlt, erzeugt kleine Partikel, Ausströmungen, die in die Luft gesendet werden. Das ist die Aura, dein feinstofflicher Körper, der dich und jeden anderen Menschen umgibt.

Die Aura ist mit der Haut vergleichbar. Sie bildet einen Schutz, einen Panzer. Sie bildet deine Antenne zum Universum, zur gesamten Natur. Deine Aura empfängt Botschaften, Wellen und Kräfte und sendet solche auch wieder aus.

Hast du eine kräftige, leuchtende Aura, können dich unheilvolle Einflüsse nicht berühren. Sie ist wie „ein lichtvoller Schranken“, eine Mauer gegenüber Negativem.

Die Qualität deiner Aura hängt von deiner seelischen und körperlichen Verfassung ab.

### ***Du strahlst aus, was du bist!***

Deine Aura lässt Gesundheit und Krankheit erkennen und hängt im Wesentlichen von der Schwingung deiner Chakren ab.

Diese feinstofflichen Organe sind Räder an der Außenseite deines physischen Körpers und können bei strahlender Gesundheit in den schönsten Regenbogenfarben schwingen.

Mit diesen 7 Haupt Chakren und einer Menge von Neben Chakren nimmst du Energien aus dem Kosmos auf, geistige Energien.



Ohne sie könnte dein physischer Körper nicht existieren.  
Bei schwer kranken Menschen oder seelisch Labilen schwingen diese Räder minimal.  
Du erkennst das an deren Ausstrahlung.

Aber es gibt noch mehrere feinstoffliche Körper, die deine Ausstrahlung ausmachen, zum Beispiel dein Emotional- und Mentalkörper, sie speichern deine Gedanken und Gefühlswelt.  
Harmonische Empfindungen sind die beste Nahrung für diese beiden Körper.  
Je lichtvoller ein Mensch ist, desto mehr kann er seine noch höheren spirituellen Körper aktivieren.  
Die Aura ist also die Verschmelzung aller Ausstrahlungen des ganzen Menschen.

Du solltest erkennen, dass diese feinstofflichen Bereiche existieren, dass es einen 6., 7., 8., Sinn von ganz anderer Kraft und Intensität gibt und diese Bereiche gilt es, zu erwecken.  
Durch ein spirituelles Leben kannst du deine Aura erweitern, so wird es dir auch gelingen mit lichtvolleren Wesen zu kommunizieren.

Nähre deine Chakren durch Lichtarbeit, dies ist der erste Schritt, deine feinstofflichen Körper zu aktivieren:  
Die Arbeit mit den Farben des Regenbogens ist eine gute Methode die Aura zu schützen und sich mit den göttlichen Kräften zu verbinden.

### **Übung:**

***Lass jede Farbe des Regenbogens durch dich fließen, lass ihre Tugenden auf dich wirken und sende dieses Licht weiter. Durchströme alles mit diesem Licht, du wirst keine Grenzen kennen!***

Jede Farbe enthält Tugenden, die du dir dadurch zunutze machen kannst!

Reinheit, Geduld, Großzügigkeit, Güte, Nachsicht, Hoffnung, Demut, Glaube, Gerechtigkeit, Uneigennützigkeit sind Tugenden mit denen du dein Aura verbessern kannst.

Bei täglichem Üben spürst du, wie wohl du dich fühlst. Toll wäre diese Übung bei Sonnenaufgang. Bade in dieser Herrlichkeit! Dein Wohlbefinden wird sich deutlich steigern.

Entsprechend dem geistigen GESETZ DER ANZIEHUNGSKRAFT nimmst du das auf, was du gibst. Dementsprechend schwingen deine Chakren Räder. Entsprechendes strahlst du aus und ziehst du an.

Du entscheidest mit deinen Gedanken, wer oder was sich dir nähert: Chaos und Unglück oder liebevolle Begegnungen. So einfach ist das Leben, doch vielen ist das nicht bewusst.

Ohne Grund zu wissen, warum, fühlen sich Menschen in deiner Nähe wohl, weil du durch dein „Licht“ anziehend wirkst.

Liegt dir etwas an deiner Gesundheit, deiner Schönheit, deinem Glück, dann arbeite an deiner Aura.

Sie ist dein unsichtbarer Körper, dein spirituelles Kleid, gewebt aus den Tugenden der Regenbogenfarben.

### ***Übung:***

***Ich dusche in ROT und spüre meine REINHEIT***

***Ich dusche in ORANGE und aktiviere meine LEBENSFREUDE***

***Ich dusche in GELB und spüre HARMONIE und FRIEDEN***

***Ich dusche in GRÜN und ROSA und verspüre die LIEBE***

***Ich dusche in BLAU und spüre meine VOLLKOMMENHEIT***

***Ich dusche in VIOLETT und spüre meine WEISHEIT***

***Ich dusche in WEISS und spüre das Zentrum der GLÜCKSELIGKEIT***

## Wie kann ich geheilt werden?



### **MEDITATION** (für anderer Menschen)

ICH BITTE die KRÄFTE der HEILUNG,  
grünes Licht zu.....Name der Person..... senden  
ICH sehe den Körper von.....Name der Person.....in GRÜNEM,  
HEILENDEM LICHT

ICH VERTAUE, ICH DANKE

## WIE KANN ICH GEHEILT WERDEN?

---

Heilung ist das eigentliche Ziel des Lebens und kann erfolgen, wenn du die geistige – seelische Ursache deiner Krankheit erkannt hast und dein Leben dementsprechend veränderst.

Körper, Seele und Geist sind eng miteinander verbunden und wenn deine Seele auf ihrem Weg zur Vervollkommnung gehindert wird, bringt sie das durch den Körper zum Ausdruck.

Das heißt, du bist von deinem vorgesehenen Lebensweg abgekommen, nun soll dich deine Krankheit wieder zurückführen.

Deshalb gilt es zu erkennen, was dir deine Krankheit sagen will.

Dein Unterbewusstes weiß es ohnehin. Nur dein Bewusstes, dein Verstand will nicht hinhören und das ist zumeist der Grund deines Leides.

Höre auf dein Innerstes, verändere dein Leben und dein Krankheitssymptom wird nicht mehr benötigt.

Ich weiß, das ist sehr leicht gesagt, doch der Mensch lernt fast nur über das Leid!

Sieh deine Krankheit als FREUND, der dir etwas sagen will und nicht als FEIND.

Dein FREUND sagt dir, wohin dein Weg führen soll, höre auf ihn!

Du hast deine Krankheit durch bestimmte Gedanken, bestimmte Gefühle oder durch ein bestimmtes Verhalten genährt.

Die beste Waffe dagegen ist deine eigene Intuition.

Dieses Vertrauen auf deine Intuition hast du nicht gelebt, vielleicht hast du dich zu viel von äußeren Umständen ablenken lassen, vielleicht hast du keine Herzensentscheidung getroffen, zu viel auf den Verstand gehört...

Deshalb ist deine Gesundheit in Gefahr geraten, eine Veränderung ist nun notwendig.

Es muss ein EHRLICHER Umdenkprozess stattfinden,

durch Veränderung deiner Denkweise oder Lebensweise,  
durch Veränderung deiner Gefühlswelt,  
durch mehr Vertrauen auf dich selbst.

***Heilung kann nur in Liebe MIT DIR geschehen!***

Das glaubst du nicht?

Nein, weil du die Vorteile einer Lebensveränderung noch nicht erkennen kannst, weil du den Sinn hinter deinem Symptom noch nicht verstanden hast.

Du glaubst, dass deine Lebensführung einwandfrei ist.

Du glaubst nicht, dass du dich selbst ändern kannst, ja sogar musst, um gesund zu werden.

Du meinst es ist viel zu anstrengend, dich für eine andere Lebensweise zu entscheiden?

Wenn das so ist, dann leidest du eben weiter.

Deine Seele wird immer wieder versuchen, dich auf den Weg zu bringen.

Mit der Tugend der Harmonie schaffst du es. Sie enthält alles, was mit Gesundheit und Vollkommenheit zu tun hat.

Das geistige GESETZ DER HARMONIE ist das „feierlichste“ Gesetz im Universum. Harmonie kannst du überall miteinbeziehen, in jeder Geste, in jedem Blick, in jedes Wort.

Doch wer versteht schon die Sprache der Harmonie?

Ein harmonisches Leben, wäre die Gesundheitsprävention schlechthin.

Wer die Sprache der Harmonie nicht versteht, muss durch bittere Erfahrungen lernen.

Wie viele Menschen verbreiten den Virus der Unzufriedenheit?  
Wie viele kranke Menschen gibt es?

Alles Folgen von innerer Unzufriedenheit. Sie leben nicht ihr Leben, ihre Herzenswünsche. Sie spielen eine ihnen auferlegte Rolle, werden von der Gesellschaft in irgendetwas hineingepresst und wehren sich nicht.

Manch lehnen sich zwar auf, aber ihnen ist nicht bewusst, dass sie durch Hass, Boshaftigkeit und Neid, noch mehr Leid entstehen lassen.

### ***Übe dich in der Harmonie!***

Für viele ein eigenartiger Gedanke, doch all die alltäglichen Dinge, die du in harmonischen Gedanken machst, haben besondere Auswirkungen auf dich und deine Umgebung.

Werde dir dieser Unterschiede bewusst. Probiere es aus!

Jede Handlung, jeder Gedanke und jedes Gefühl, ob es jetzt das Zubereiten des Frühstücks, die Fahrt ins Büro, die Gedanken an die Schule, die Lehrer sind...sollten stets in harmonischem Zustand geschehen.

Auch wenn es dir anfangs schwerfällt, versuche es, die Auswirkung ist enorm.

Du schiebst deine Krankheitsgeschichte gerne anderen zu, den Genen, dem verschmutzten Wasser, der verschmutzten Luft, den verfälschten Nahrungsmitteln...

Alles ist verfälscht, das ist wahr. Aber das ist nur der materielle Aspekt des Problems. Die wirkliche Ursache, ist die Art, wie du denkst, fühlst und handelst.

Jeder negative Gedanke, jedes negative Gefühl zieht Gärungen, Vergiftungen nach sich.

Der Gedanke an die Wirksamkeit eines Medikamentes verhilft zwar vorübergehend zur Linderung, die Ursache ist aber nicht behoben, die nächsten Organe leiden schon darunter. Das Problem wird nur verschoben.

Warum haben Ärzte Kranke schon aufgegeben, und doch wurden sie wieder gesund?

Durch Willensstärke, durch ihre Denkkraft, durch bewusste Lebensveränderung!

Der Geist ist fähig, heilende Elemente zu erzeugen!

Ja, glaub´ daran!

Du aber glaubst, ein ausschweifendes Leben führen zu können, weil es ohnedies ein passendes Mittel gibt, dass dir wieder auf die Beine hilft. Du gibst die Selbstverantwortung ab!

Die Kosten im Gesundheitswesen explodieren, ohne zu erkennen, dass es so einfach wäre. Menschen müssten wieder in ihre Harmonie kommen, in die eigenen und in Harmonie mit dem Umfeld.

### ***Übung im Krankheitsfall***

***Ich bin ehrlich zu mir selber und***

***ICH BITTE DEMÜTIG um ERKENNTNIS, was mir mein Symptom sagen will.***

***Die HEILKRAFT des UNIVERSUMS spüre ich um mich und lasse sie durch mich fließen.***

***ICH DANKE dieser KRAFT!***