

The background of the cover is an abstract, textured composition. It features a central vertical band of bright yellow and light green, which transitions into darker shades of green and blue towards the edges. The overall effect is reminiscent of a watercolor or a natural mineral pattern, with soft, blended colors and some darker, more defined shapes that suggest a landscape or geological formation.

Sylvia Maria Dumont

# SILVANA

# *SILVANA*

Wer frei ist,  
findet das Glück.

## Einführung

Seit ich als Reiki-Lehrerin praktiziere, sind immer wieder viele Menschen auf mich zugekommen, die wissen wollten, wie ich denn überhaupt „Heilerin“ wurde. Sie waren besonders interessiert daran zu erfahren, wie ich zu den starken Heilenergien und meinen „übersinnlichen“ Fähigkeiten, wie Gedankenlesen, Hellhörigkeit und Telepathie gekommen bin. Nachdem ich es immer als sehr schwierig empfand, all die Erlebnisse mündlich zu schildern, die mir im Laufe der letzten Jahre widerfahren sind, entschied ich mich all diesen Menschen in dieser Form mein Vertrauen entgegenzubringen und meine „Erweckung“ hiermit öffentlich zu teilen.

Zunächst war ich sehr skeptisch, ob ich denn über diese „Höhere Existenz“, die plötzlich an meiner Seite war, schreiben konnte, und ob ich mich überhaupt noch an all die Erlebnisse erinnern würde, die ich seit jenem August im Jahr 2008 gehabt hatte. Doch als ich mich hinsetzte, um zu schreiben, flossen die Worte einfach so aus meinen Händen und es war klar, dass ich es aufschreiben *musste*. Dank meiner Tagebuchaufzeichnungen, die mittlerweile einen ganzen Aktenschrank füllten, konnte ich meinen Erinnerungen auf die Sprünge helfen und alle Erlebnisse wahrheitsgetreu rekapitulieren sowie alle Weisheiten, die mir „von oben“ mitgeteilt wurden, wortwörtlich wiedergeben.

## Tod und Trauer

Als meine Großmutter, mit der mich eine sehr enge Beziehung verband, im Jahr 2000 starb, konnte ich zum ersten Mal erleben, dass es mehr gibt als nur das, was wir mit unseren fünf Sinnen wahrnehmen. Ich war wütend über ihren langen Leidensweg, denn meine Großmutter war seit zwei Jahren mit Knochenkrebs ans Bett gefesselt, nachdem sie zahlreiche Operationen, darunter zwei Brustamputationen und eine Knochenabschabung mit nachfolgenden Chemo- und Strahlentherapien hinter sich gebracht hatte. Ich fuhr zum Grab meines Großvaters und meiner Urgroßeltern. Völlig aufgelöst, zornig und verzweifelt stand ich davor und dachte an das letzte Wochenende, als ich meine Großmutter besucht hatte, die nur noch aus Haut und Knochen bestand und deren Schmerzen mit Morphinum unterdrückt wurden, damit sie noch länger am Leben blieb. Doch was war das für ein Leben? Konnte ich das noch Leben nennen?

Weinend und bebend stand ich also vor dem Grab meines Großvaters und seiner Eltern, tobte innerlich und führte ein langes Gespräch mit meinen Ahnen, in dem ich sie inständig bat, dieses Leiden doch nun endlich zu beenden und meine Großmutter von diesem schrecklichen Dasein zu befreien. Fünf Minuten später – kaum war ich wieder zu Hause angekommen – klingelte das Telefon und meine Mutter teilte mir mit, dass meine Großmutter soeben verstorben war.

Als ich zehn Jahre alt war, zog meine Mutter zu ihren Eltern nach München, die in einem Zweifamilienhaus lebten. Beim Einzug meiner Mutter wechselten meine Großeltern in die obere Etage, damit meine Mutter mit uns Kindern in der unteren Wohnung leben konnte. Mein Vater blieb aus beruflichen Gründen in der oberbayerischen Kleinstadt, in der ich aufgewachsen bin, und war nur am Wochenende bei uns. Meine Mutter übernahm das Geschäft meiner Großeltern und war von da ab untertags nicht mehr für uns Kinder da. Sie verließ bereits morgens das Haus und kam erst am Abend von der Arbeit zurück. Deshalb übernahm meine Großmutter die Rolle der Mutter. Sie kochte für meine Schwester und mich nach der Schule, ging mit uns Kleidung und Schuhe einkaufen, nahm uns mit in den Urlaub und sorgte jeden Nachmittag dafür, dass wir unsere Hausaufgaben machten und uns mit Freundinnen verabreden konnten. Ich verbrachte unzählige Nachmittage bei meiner Großmutter und meinem Großvater, trank heiße Schokolade, aß Butterzopf mit selbst gemachter Marmelade und ließ mich nach Strich und Faden von diesen beiden lieben Menschen verwöhnen!

Ich war froh, meine Großeltern als Ersatz für all die Freunde zu haben, die ich in meinem Heimatdorf zurücklassen musste. Ich litt sehr unter der Trennung von der Heerschar Kinder, mit denen ich nah an der Natur aufgewachsen war, und verbrachte viele Abende weinend in meinem Bett, weil mir die Sehnsucht nach

meinem Heimatdorf, all den wunderschönen Bauernhöfen, Wiesen und Bächen schier das Herz brach. Meine Großeltern waren nun ein großer Trost für mich, und ich war sehr dankbar, nachmittags nicht ganz allein zu Hause zu sein, sondern sie so nah bei mir zu haben. Nach den Hausaufgaben verbrachte ich fast täglich viele Stunden beim Kartenspiel mit meinen Großeltern, und als ich älter wurde, brachte mir mein Großvater das Schachspielen bei, mit dem wir die Nachmittage füllten. Kein Wunder also, dass mich die schwere Krankheit meiner Großmutter – Jahrzehnte später – sehr belastete und ihr Sterben für mich ein schwerer Lebensabschnitt war.

Um mit meiner Trauer über den Tod meiner Großmutter zurechtzukommen und zu mehr Ruhe zu finden, begann ich Ende des Jahres 2000 anhand von Büchern täglich zu meditieren. Denn ich hatte nach ihrer Beerdigung das Gefühl, mir würde der Boden unter den Füßen weggezogen und ich verlöre komplett die Balance in meinem Leben.

Deshalb beschloss ich, wenige Wochen nach der Beerdigung meiner Großmutter, mit dem Meditieren anzufangen. Es hieß, man könne damit zu Ruhe und Frieden finden, und genau das wollte ich. Und ich wollte meine schreckliche Einsamkeit loswerden, die ich nach dem Abschied von meiner Großmutter empfand.

Schon nach wenigen Meditationssitzungen erlebte ich ungewöhnliche Dinge: Ich „sah“ meine

Großmutter als eine Art Geistwesen in unserem Wohnzimmer sitzen, lächelnd, glücklich, in ihrem Haus, in dem nun ich lebte, denn kurz vor ihrem Tod hatte ich ihr versprochen, in ihr Haus einzuziehen und mich darum zu kümmern. Ich fühlte ihre Präsenz, ihre Gegenwart. Das war sowohl unheimlich als auch unglaublich beglückend. Doch ich hatte gleichzeitig unerklärliche Schmerzen am ganzen Körper – wieso? Hatte das auch mit dem Tod meiner Großmutter zu tun? Wenn ich ruhig lag, zuckten meine Beine und ich konnte mich teilweise kaum bewegen. Was war da mit mir los? Wieso war alles so ganz anders, seit meine Großmutter nicht mehr lebte? Sie war doch schon zwei Jahre zuvor nicht mehr in meiner physischen Nähe gewesen, sondern bei meiner Mutter in Pflege. Wieso reagierte mein Körper so intensiv auf ihren Tod? Ich bekam schreckliche Angst und wusste gar nicht, wie mir geschah. Manchmal fühlte es sich so an, als wäre meine Großmutter *in* meinem Körper. Wenn ich meinen Körper ansah, sah ich gleichzeitig ihren. Selbst die Meditation konnte nicht verhindern, dass sich mein Zustand weiter verschlimmerte. Ganz im Gegenteil. Nachts verfolgten mich schreckliche Alpträume und immer wieder sah ich in Träumen Missbrauchsszenen aus meiner Kindheit. Irgendwie fühlte es sich so an, als ob durch den „Wegfall“ meiner Großmutter alle verdrängten Erinnerungen aus meiner frühen Kindheit an die Oberfläche kamen.

Meine Panik wurde immer größer, was dazu führte, dass ich immer öfter anfang zu hyperventilieren und der Notarzt des Öfteren bei uns zu Gast war. Doch außer den

akuten Zustand durch Atmen in eine Plastiktüte zu beseitigen, konnten mir die Ärzte nicht helfen. Immer wurde ich von ihnen gefragt, ob ich private Probleme hätte. Ich verneinte. Nein, ich war doch sehr glücklich. In meiner Partnerschaft, beruflich, alles passte. Vom Tod meiner Großmutter erzählte ich jedoch nichts. Ich wollte mich ja schließlich nicht lächerlich machen und hatte außerdem selbst noch nicht verstanden, was ihr Tod denn mit meinem veränderten physischen Zustand zu tun hatte.

Als ich ein halbes Jahr nach dem Tod meiner Großmutter mit einer Freundin bei mir zu Hause Kaffee trank, fiel ich plötzlich in Ohnmacht, woraufhin meine Freundin den Notarzt rief. Der Krankenwagen holte mich ab und brachte mich ins nächstgelegene Krankenhaus, wo man mich in die Neurologie aufnahm. Dort wurde ich von Kopf bis Fuß untersucht und ein MRT des Kopfes gemacht, um einen möglichen Hirntumor auszuschließen. Mein ganzer Körper wurde geröntgt, Blut abgenommen, eine Rückenmarkpunktion vorgenommen. Doch die Ärzte fanden nichts und ich verließ nach ein paar Tagen die Klinik auf eigenen Wunsch. Eine Bekannte von mir, die Heilpraktikerin ist, sprach von Panikattacken und fragte mich, ob es da ein Muster bei mir oder in der Familie gebe. Sie löste damit bei mir nur noch mehr Fragezeichen aus, denn mit dem Begriff Panikattacken konnte ich nicht viel anfangen: Panikattacken? Was meinte sie damit? Was waren Panikattacken? Und wieso hatte ich jetzt plötzlich Panikattacken? Ich war doch gar nicht in Panik.

Oder doch? Hatte der Tod meiner Großmutter in mir Panik ausgelöst? Das konnte und wollte ich irgendwie nicht glauben. Schließlich war sie achtzig Jahre alt, als sie starb, und ich – wir alle rechneten doch jeden Tag mit ihrem Tod. Ich war absolut darauf vorbereitet! Folglich konnte mir ihr Tod doch nicht so nahe gehen, dass ich jetzt völlig aus dem Gleichgewicht kam. Ich hatte doch auch selbst am Grab meines Großvaters um ihren Tod und ihre Erlösung gebeten!

Die Meditationen, die ich regelmäßig durchführte, schienen mich zwar zu beruhigen, doch dafür veränderten sich meine Wahrnehmungen immer mehr. Ich fühlte mich zwar sehr viel ruhiger, hatte aber stärkere „Reaktionen“. Damit meine ich, dass mein Körper schon nach wenigen Minuten völlig verrücktspielte. Die Glieder zuckten, der Kopf zuckte, der Oberkörper führte tanzähnliche Bewegungen aus, die ich nicht steuern konnte. Die Zuckungen in den Beinen glichen epileptischen Anfällen und ich fing an, Stimmen zu hören. Das war das Schlimmste: Ich hörte Stimmen – Stimmen, die ich nicht zuordnen konnte. Waren es Stimmen von Verstorbenen? Was war mit mir los? Wurde ich wahnsinnig? War ich verrückt geworden? Riss mich der Tod meiner Großmutter mit hinüber ins Jenseitige? Im Keller des Hauses sah ich männliche Geister sitzen, die Karten spielten. Es waren komische Gestalten. Hatte ich jetzt auch noch Halluzinationen? Wieso sah ich plötzlich all diese merkwürdigen Dinge? Szenen aus der Nachkriegszeit tauchten in meinem Kopf auf. Meine

Großeltern hatten das Haus nach dem Krieg gebaut. Konnte es sein, dass in dem Haus noch verstorbene Geister lebten? Da ich ja sowieso nichts mehr zu verlieren hatte, redete ich mit den Geistern und schickte sie weg, bis ich endlich das Gefühl hatte, wieder alleine mit meinem Mann in dem Haus zu leben. Fast alleine. Denn meine Großmutter sah und spürte ich jetzt ständig. Doch das war für mich mittlerweile in Ordnung, das konnte mich nicht mehr beunruhigen. Im Gegenteil: Ihre Gegenwart war schön, war angenehm, gab mir Sicherheit.

Eines Tages überraschte mich dann eine dieser „Panikattacken“ wieder völlig unvorbereitet und riss mich zu Boden. Als mein Mann von der Arbeit nach Hause kam, sah er mich auf dem Teppich im Eingangsbereich liegen. Ich krümmte mich und mein ganzer Körper zuckte. Da ich an jenem Abend selbst wirklich absolut verzweifelt über meinen Zustand war, erzählte ich ihm auch, dass ich Stimmen hörte. Da packte er mich ins Auto und fuhr mit mir ins nächste Krankenhaus. In der Notaufnahme erzählte ich von meinen Symptomen, die Blicke des Krankenhauspersonals sprachen Bände. Sie sahen mich genau so an, wie man jemanden ansieht, den man für wahnsinnig hält und für den man schreckliches Mitleid hatte.

Sie verwiesen mich in die Psychiatrie der nächsten großen Uniklinik. Dort wurde ich von einem sehr netten jungen Arzt anhand eines Fragebogens befragt. Als er wissen wollte, ob ich Stimmen hören würde, fühlte ich innerlich

einen Riesenstich. Ich wusste, wenn ich jetzt *Ja* sagen würde, käme ich sicherlich nicht mehr aus der Klinik heraus, zumindest nicht kurzfristig. Bevor der junge Arzt reagieren konnte, rannte ich zur Tür, riss sie auf und lief geradewegs aus dem Krankenhaus hinaus in den Garten. Der Arzt rannte mir hinterher und wir setzten uns im Garten auf eine Bank, wobei er ununterbrochen auf mich einredete. Ich fühlte seine Manipulation. Er wollte mich unbedingt behalten! Was mich überraschte! Doch mit mir war nichts mehr zu machen. Ich wollte nur noch weg von diesem schrecklichen Ort, denn mir wurde jetzt erst bewusst, welch riesigen Fehler ich begangen hatte, mich überhaupt von meinem Mann hierherbringen zu lassen. Da kam mein Mann, der gerade das Auto geparkt hatte, den Weg entlang und sah mich dort im Garten mit dem Arzt sitzen. Ich machte ihm eindringlich klar, dass ich nur noch eines wollte: nach Hause. Das Gebäude betrat ich nicht mehr. Mein Mann musste die Formalien erledigen, während ich das Grundstück der Klinik verließ. Als ich im Auto saß, schwor ich mir, dass ich dieses Grundstück, solange ich lebte, nie wieder betreten würde. Und dass es eine andere Lösung für meinen Zustand geben musste.

Nach meinem „Ausflug“ in die Psychiatrie erinnerte ich mich, wie sehr mir eine Kinesiologin<sup>1</sup> einmal geholfen hatte, als ich mich aus einer langjährigen

---

<sup>1</sup> Das Handwerkszeug der Kinesiologen ist der sog. Muskeltest. Durch ihn wird der Körper „befragt“, was ihn belastet oder Blockaden hervorruft und mit welcher geeigneten Technik diese aufgelöst werden können.

Beziehung zu befreien versuchte. Ich suchte im Internet nach ihrer Adresse, konnte sie aber nicht mehr ausfindig machen und fand stattdessen einen Craniosakral-Therapeuten, der damals auch unter Kinesiologie im Internet auftrat, obwohl er diese Methode nicht mehr anwendete. Die Craniosakral-Therapie ist eine Methode, bei der der Klient angezogen auf einer Liege liegt und der Therapeut Handgriffe im Bereich des Schädels, des Nackens und der Wirbelsäule ausführt mit dem Ziel, einen weitgehend ungehinderten Fluss des Gehirnwassers vom Kopf bis zum Kreuzbein zu erreichen. Dabei wird davon ausgegangen, dass das Gewebe Erfahrungen, Gedanken und Gefühle speichert, die eventuell als traumatische Energie „eingekapselt“ sind, und die durch die craniosakrale Körperarbeit gelöst werden. Das hörte sich gut an und ich beschloss, mich in die Hände dieses Heilpraktikers zu begeben, um meinen Zuständen endlich auf die Spur zu kommen.

Nach den Craniosakral-Sitzungen hatte ich oft das Gefühl, ein Panzer oder eine Rüstung fiel von mir ab. Teilweise war dieser Prozess von großen Rückenschmerzen begleitet oder von Übelkeit und Kopfschmerzen. Doch dank dieser Therapie konnte ich allmählich meine Großmutter und mein Festklammern an ihr loslassen. Ich begann, bei ihren „Besuchen“ bei mir im Wohnzimmer mit ihr zu sprechen und sie eines Tages auch wegzuschicken, als ich das Gefühl hatte, sie nun nicht mehr zu brauchen. Über vier Jahre lang begleitete mich der – leider mittlerweile verstorbene – Heilpraktiker mit seinen heilenden Händen und tiefgründigen Gesprächen

heraus aus dem tiefsten Tal, das ich bis dahin erlebt hatte. Jahr für Jahr fielen mehr „Schichten“ von mir ab, wie bei einer Zwiebel, und ich erlebte das „Loslassen“ im wörtlichen Sinne: Ich löste mich immer mehr von meiner Großmutter, ließ meine Trauer los und verabschiedete mich auch von den Vorstellungen, die sie mir mitgegeben hatte.

Durch die vierjährige Therapie bei meinem Craniosakral-Therapeuten lernte ich, wie stark ich von der Weltsicht meiner Großmutter geprägt war. Wir alle können aufgrund unserer Liebe zu einem bestimmten Menschen oder einfach nur durch jahrelanges Zusammenleben unterbewusst sehr stark beeinflusst sein. Wir leben automatisch das, was uns von den Eltern oder Großeltern „suggeriert“ wurde oder setzen sogar das fort, was sie uns vorgelebt haben. Durch meine bewusste Auseinandersetzung mit dieser Prägung erkannte ich, dass ich meine innere Einstellung aktiv selbst gestalten konnte, sobald ich die alten Prägungen meiner Kindheit und Jugend losgeworden war. Der Prozess der Auseinandersetzung mit dem Thema der Mutterschaft zum Beispiel war einer der schwierigsten meines Lebens, und heute bin ich froh, dass ich mich ihm und dem daraus resultierenden Entwicklungsprozess gestellt hatte. Dass ich mir damals die Zeit genommen hatte, jahrelang wirklich genau hinzusehen und mich von allen übernommenen Meinungen hinsichtlich des Mutterseins zu verabschieden. In meinem zukünftigen Leben sollte das noch eine wichtige Rolle spielen.

Dank der vielen Heilsitzungen bei meinem Therapeuten und der intensiven Meditationen zu Hause, die zur Verfeinerung meiner Wahrnehmung führten, nahm ich die Empfängnis meiner Tochter im März 2003 dann ganz bewusst wahr und spürte deutlich, wie eine kleine Seele in meinen Körper schlüpfte. Die ganze Schwangerschaft über schwebte ich in Glückseligkeit, mir ging es unglaublich gut und ich war der glücklichste Mensch der Welt. Noch dazu, als ich erfuhr, dass es ein Mädchen werden würde, was wir – mein Mann und ich – uns beide innigst gewünscht hatten. Bei der Geburt meiner wunderschönen kleinen Tochter sah ich im Himmel ein goldenes Band zwischen ihr, meinem Mann und mir. Das war ein sehr schönes, freudvolles spirituelles Erlebnis. Und ich wusste instantan: Nun beginnt eines der größten Abenteuer meines Lebens.

## **Erweckung**

Die Zeit mit meinem kleinen Baby war herrlich, obwohl ich bereits acht Wochen nach der Geburt wieder anfang zu arbeiten. Wir hatten eine afrikanische Kinderfrau gefunden, die vormittags zu uns kam, während ich die Zeit am PC verbrachte, denn ich arbeitete als Übersetzerin. Nachmittags ging ich stundenlang mit dem Kinderwagen an der Isar spazieren und genoss dieses kleine hübsche Wesen mit seinem Puppengesicht. Meine Tochter hatte wahrlich mein Herz geöffnet. Es war eine glückliche, aber auch anstrengende Zeit, wie jeder

sicherlich nachvollziehen kann, der selbst kleine Kinder hat oder Menschen kennt, die diese Lebensphase durchlebt haben.

Mein Mann wechselte kurz nach der Geburt unserer Tochter zu einem großen Unternehmen in einen Aufgabenbereich, der viel von ihm verlangte. Nebenbei machte er eine fünfjährige Ausbildung, die seine Kompetenzen noch weiter vertiefen sollte. Diese Ausbildung war schwierig und anspruchsvoll, sodass er viele Wochenenden lernte und bei den Prüfungsvorbereitungen saß.

Als meine Tochter ein Jahr alt war, kündigte zu allem Überfluss auch noch unsere mir lieb gewordene Kinderfrau, um einer Ausbildung nachzugehen. Ich stand vor einem Dilemma, denn wie sollte es nun weitergehen mit Kind und Beruf? Zum Glück fand ich schnell einen Platz in einer privaten Kinderkrippe, die damals noch sehr selten waren, und ich musste auf diese Weise keine beruflichen und finanziellen Einbußen erfahren.

Doch auf meinem weiteren Weg als Mutter und freiberufliche Übersetzerin hatte ich mit großen Schwierigkeiten zu kämpfen. Die Mutterschaft und gleichzeitige Berufstätigkeit stellten mich vor Herausforderungen, die mich teilweise bis an die Grenzen meiner Belastbarkeit brachten. Durch den Besuch der Kinderkrippe war unsere Tochter oft krank und ich behielt sie häufig zu Hause, was meine Nerven beim gleichzeitigen Anfertigen von technischen Übersetzungen stark belastete. Die Krippe war in einem anderen Stadtteil gelegen und die Fahrten nahmen viel Zeit in Anspruch. Da

ich meine Tochter mittags abholte, blieb nicht viel Zeit für die Erledigung der Aufträge, so verlagerte sich meine Arbeit immer mehr in die Abende und Wochenenden hinein. Jetzt saßen wir am Wochenende schon zu zweit am Schreibtisch – mein Mann und ich – immer abwechselnd, mal er ein/zwei Stunden, dann wieder ich!

Zu dieser beruflichen Situation kam hinzu, dass unsere Tochter im zweiten Lebensjahr fast permanent erkältet war. Wir dachten, die Ursache dafür sei der Besuch der Kinderkrippe, doch als nach einer einjährigen Behandlung mit homöopathischen Mitteln in Abwechslung mit Antibiotika-Kuren, dem permanenten nächtlichen Hochlagern und unserem nächtlichen Dauereinsatz wirklich gar nichts mehr half, gingen wir zum Hals-Nasen-Ohrenarzt in die nächste HNO-Klinik. Der Arzt riet uns zu einer sofortigen Polypen-OP, da die Verschleimung der Bronchien unserer Tochter schon sehr weit fortgeschritten war. Mein Mann und ich waren schockiert. Wieso hatten wir diesen Schritt nicht schon längst eingeleitet? Wieso hatten wir uns ein Jahr lang die Nächte um die Ohren geschlagen, um dann zu erfahren, dass man auch Einjährige schon problemlos an den Polypen operieren kann? Wie unerfahren wir doch waren! Und wie schwierig es war, für ein solch winziges Wesen die richtige Entscheidung zu treffen, wurde uns wieder einmal schmerzlich bewusst. Als unser Kind nach der Operation endlich wieder geräuschlos und ohne Verschleimung die Nächte durchschlief, waren wir erleichtert und froh, denn nun konnten auch wir unser

einjähriges Schlafdefizit endlich ausgleichen. Das zweite Lebensjahr unserer Tochter war also alles in allem eine Belastungsprobe der ganz besonderen Art. In dieser Zeit holte ich wirklich das Allerletzte, was ich an Kraft besaß, aus mir heraus. Für eigene Arztbesuche oder für ein Kümmern um mich selbst hatte ich überhaupt keine Zeit. Ich war chronisch übermüdet und litt selbst unter permanenten Erkältungen und einer Bronchitis, die oft monatelang nicht abheilte. Als das erste Kindergartenjahr meiner Tochter zum Ende kam und ich endlich Zeit fand, die schon lange fällige Routineuntersuchung beim Frauenarzt durchführen zu lassen, war mein Arzt bestürzt, dass ich seit der Geburt meiner Tochter nicht mehr bei den Untersuchungen war.

Zwei Wochen nach der Untersuchung – wir lagen gerade am schönen Sandstrand der italienischen Adria in der Sonne – erhielt ich den Anruf der Frauenarztpraxis, ich möge mich umgehend bei ihnen in der zugehörigen Klinik einfinden, in der ich auch meine Tochter zur Welt gebracht hatte. Der Befund lautete Gebärmutterhalskrebs.

Ich war schockiert, mein Mann in hellem Aufruhr. Die Fantasie ging beim Wort Krebs komplett mit ihm durch, und er sah sich schon als alleinerziehender Vater enden! Ich selbst war fassungslos, wie erstarrt. So etwas passierte doch nicht mir, das konnte einfach nicht wahr sein! Eine Verwechslung! Ein Albtraum, aus dem ich gleich aufwachen würde! Ich war doch viel zu jung für so eine Diagnose! Wir beendeten den Urlaub frühzeitig und

drei Tage später fand ich mich zur Operation im Krankenhaus ein. Die Konisation – und damit die Beseitigung der von Krebs befallenen Gewebeteile meines Gebärmutterhalses – verlief ohne Komplikationen, und ich wurde noch am selben Tag der Operation nach Hause entlassen.

Nach wenigen Tagen erhielt ich das Ergebnis der Laboruntersuchungen und konnte beruhigt aufatmen. Alles war jetzt wieder in Ordnung! Ich benötigte weder Strahlen- noch Chemotherapie und war glimpflich davongekommen. Es war sogar etwas sehr Sonderbares geschehen. Das entnommene Gewebe enthielt keinerlei krebstartige Zellen. Ein Telefonat mit meinem Arzt bestätigte dies, und er war peinlich berührt und verstand selbst nicht, was geschehen war. Aus dem Gespräch schloss ich, dass entweder der Erstbefund eine Fehldiagnose gewesen war oder zwischen dem Erstbefund und der Operation eine geheimnisvolle Selbstheilung stattgefunden hatte.

Darüber dachte ich jedoch nicht viel nach, sondern war einfach nur froh, diese „peinliche“ Angelegenheit nun hinter mir lassen zu können. Doch ganz so einfach war es nicht: Ich hatte zwar die Operation – und damit die Beseitigung der Krankheit – hinter mich gebracht, aber ich war nicht mehr die Gleiche wie vor der Operation. Mein wahrer Weg „zu mir selbst“ sollte nun erst so richtig beginnen. Ich stellte mir ständig und immer wieder dieselben Fragen: Was geschähe, wenn ich sterbe? Was wäre gewesen, wenn ich gestorben wäre? Was wäre

dann mit meiner Tochter geschehen? Wie konnte es sein, dass ich mir nichts dir nichts plötzlich so eine Diagnose bekommen hatte? Was war der Sinn dahinter? Hatte das Leben überhaupt einen Sinn? Plötzlich wäre man verschwunden, und das war's gewesen? Das konnte doch nicht alles gewesen sein. Wenn ich jetzt sterben würde: Von wem hätte ich mich nicht verabschiedet? Welchen Menschen hätte ich niemals gesagt, dass ich sie liebe? Wie hatte ich mein Leben überhaupt verbracht?

Ich schätzte mich glücklich, die Erkrankung mit anschließender Operation unbeschadet überstanden zu haben, doch die Fragen zum Sinn meines Lebens kreisten ständig in meinem Kopf. Wie lebte ich eigentlich? Ständig im Stress und unter Zeitdruck. War das der richtige Weg? Die richtige Lebensweise? Ich tröstete mich damit, dass ich wohl noch mit den Nachwirkungen meiner Krebsdiagnose zu kämpfen hatte und dass sich wohl jeder diese Fragen stellte, der gerade mit dem No-Go-Wort „Krebs“ konfrontiert gewesen war.

Es war an einem Mittwochnachmittag, ich hatte meine vierjährige Tochter gerade bei einer anderen Mutter abgegeben, die Kinder-Yoga anbot. Das war eine tolle Sache. Die Kinder malten Mandalas, sangen hinduistische Mantras, bastelten Bilder von Vayu, dem Wind, oder von den zahlreichen indischen Gottheiten, von denen die Yoga-Lehrerin ihnen erzählte. Sie machten Batik-T-Shirts und erlernten yogische Übungen. Es war jedes Mal schön, diese Handvoll glücklicher kleiner Kinder

zu sehen, ihre beginnende Kreativität mitzuerleben, ihre Ideen und Fantasien.

Nach der Ablieferung meines Kindes fuhr ich wie immer völlig abgehetzt und gestresst nach Hause, um noch schnell eine Maschine Wäsche zu waschen oder die Wohnung oder den Garten in Ordnung zu bringen. Dabei stellte ich mir einmal wieder die Frage, warum ich mir das alles antat: Meine freiberufliche Arbeit als Übersetzerin und ein kleines süßes Kind, dem ich alles bieten wollte.

Außerdem hatte ich das extrem starke Bedürfnis, eine gute Mutter sein zu wollen, die sich *alleine* um ihr Kind kümmert und *alleine* mit allem zurechtkommt, ohne ständig Eltern oder Schwiegereltern um Hilfe zu bitten. Gleichzeitig wollte ich mein Kind nicht den ganzen Tag im Kindergarten lassen. Ich wollte einfach alles „richtig“ machen. Ich merkte jedoch, dass das meine Belastbarkeit auf eine schwere Probe stellte.

Als ich wieder vor der Haustür der Yoga-Lehrerin ankam, um meine Tochter abzuholen, saß ich noch einige Zeit im Auto und fragte mich, was geschehen wäre, wenn der Krebs bösartig gewesen und nicht frühzeitig erkannt worden wäre, wenn ich nun tatsächlich gestorben wäre, weil man den Krebs zu spät entdeckt hätte – wie im Falle der Mutter einer Freundin von mir, die innerhalb von zwei Monaten an derselben Krebsart gestorben war.

Was wäre mit meiner wunderbaren Tochter passiert? Wie wäre ihr Leben verlaufen? Ohne Mutter? Mit einem zwar wundervollen, liebevollen und fürsorglichen Vater, der jedoch sehr viel arbeitete und rund um die Uhr beruflich unterwegs war.

Es erschütterte mich tief, erkennen zu müssen, wie mein „Netzwerk“, mein „Team“ aussah, das mir in meinem Alltag mit Kind und Beruf Unterstützung bieten sollte. Es gab keines! Es wurde mir schlagartig sonnenklar, dass es auf *mich* ankam, wenn meine Tochter ein gesundes und glückliches Leben ohne Entbehrungen haben sollte. Ganz allein auf mich. Dass ich die volle Verantwortung trug für die Zukunft meiner Tochter. Denn mein Mann hatte in der Zwischenzeit Karriere gemacht, war im mittleren bis höheren Management eines großen Versicherungskonzerns angelangt und war nun permanent weltweit unterwegs, um Workshops abzuhalten, Niederlassungen des Konzerns in aller Herren Länder zu beraten, Kunden zu treffen und auf Konferenzen und Veranstaltungen Reden zu halten. Würde er auf seine Karriere verzichten, wenn ich nicht mehr da wäre? Würde er einen „normalen“ Job halbtags ausüben, so wie ich das nun tat, um seine Tochter großzuziehen? Was würde geschehen? Würde meine Tochter in ein Internat kommen, wie das bei Bekannten von uns der Fall war, wo die Frau ums Leben kam und der sehr erfolgreiche Mann keinen anderen Ausweg sah, als seinen Sohn ins Internat zu schicken? Was würde geschehen?

Wie würde ich mein Leben beurteilen, wenn ich jetzt zurückblicken müsste? War in meinem Leben alles so gelaufen, wie ich mir das wünschte? Ich dachte an all die Menschen, denen ich niemals gesagt hatte, wie viel sie mir bedeuteten, all die Gefühle, die ich immer so zurückhielt, um ein angepasstes „braves Mädchen“ zu

sein. All die Verpflichtungen und Verantwortungen, die ich einging, um anderen einen Gefallen zu tun, um für andere da zu sein. Aber wer war für mich da? Wer war da an dem Tag meiner OP, als ich alleine im Wartesaal saß, mit meiner Tasche im Arm?

Und als ich da nun vor dem Haus der Yoga-Lehrerin meiner Tochter saß und noch ein paar Minuten bis zum Ende der Yoga-Stunde Zeit hatte, schwirrten all diese Gedanken und Fragen in meinem Kopf herum.

Der Sommer verging und im Herbst war ich häufig allein. Ich meditierte viel und ging oft laufen. Irgendwie war ich weinerlich, hatte das Gefühl, den Boden unter den Füßen zu verlieren. Genau wie damals, sieben Jahre zuvor, als meine Großmutter starb. Damals ging es mir lange Zeit ähnlich wie jetzt, ich war tief verletzt, wütend und traurig. Damals konnte ich meine Großmutter immer spüren. Mit ihr sprechen. Doch jetzt war ich allein. Nicht einmal der Geist meiner Großmutter war noch da, der mir irgendwie Halt gegeben hätte. Mein Mann war verweist und ich dachte an die Frage, die die Yoga-Lehrerin meiner Tochter mir einmal stellte:

„Wer wohnt im Herzen?“

Ja – wer wohnt im Herzen? Diese Frage beschäftigte mich immer mehr. Eine so einfache Frage, die doch so schwierig zu beantworten war.

Die tägliche Meditation tat mir gut. Durch die vielen Jahre der Meditationspraxis entwickelte ich mich immer mehr hin zu einem Leben voller Liebe, Mitgefühl und Demut. Das war gut, weil ich auch Mutter war. Ich konnte all die schönen Stunden mit meiner Tochter beim Malen und Basteln genießen, mit ihr lachen, mich mit ihr in ihren kindlichen Fantasien verlieren. Ihre leuchtenden Augen verrieten mir, dass es noch Sphären jenseits dieser Welt gab und eine Weisheit, die in den Kindern noch vorhanden war, obwohl wir Erwachsene sie längst vergessen hatten.

Im darauf folgenden Sommer, am 08.08.08, fuhr ich auf der Autobahn mit meiner Tochter auf der Rückbank in die oberbayerischen Berge, wo meine Eltern lebten, als ich plötzlich eine Stimme hörte, laut und klar und so liebevoll, wie sie nur sein konnte, die mich fragte:

„WIESO BIST DU SO TRAUIG?“

Ich drehte mich um, doch da war niemand. Meine Tochter hörte fröhlich eine CD, sonst war niemand zu sehen, das Radio war auch ausgeschaltet. Ich war perplex. Was war das eben? Da hatte doch gerade jemand etwas zu mir gesagt, mir klar und deutlich eine Frage gestellt. Wer war das? Hörte ich da eben richtig? Fing ich wieder an, Stimmen zu hören?

Als ich an meinem Ziel ankam und aus dem Auto ausstieg, stand ich in der Sonne und wartete, bis meine Tochter ihre Siebensachen beisammen hatte. Da sah ich mich

plötzlich in der Wüste stehen, gleißendes Licht umgab mich, ich fühlte Wärme und überall war Licht, ich war gebadet im Licht. Und da stand ganz dick und fett gedruckt folgender Gedanke:  
BEWUSSTSEINSERWEITERUNG.

In den nächsten sechs Wochen fegte ein Feuer durch meinen Körper, etwas geschah mit mir, wovon ich noch niemals etwas gehört hatte. Es war ein inneres Feuer, das alles Schwarze und Unreine in mir verbrannte. Ich fragte mich, ob das das Fegefeuer sei, von dem das Christentum sprach. Doch normalerweise erlebte man das doch erst *nach* dem Tode, oder etwa nicht? Nie zuvor hatte ich von solchen Dingen, wie einer Kundalini<sup>2</sup> oder Ähnlichem gehört. Das erfuhr ich alles erst später, als ich fieberhaft nach Literatur suchte, die meinen Zustand erklären konnte. Meine Meditationen dienten anfangs lediglich dem Zweck, ein bisschen Ruhe in mein stressiges Alltagsleben zu bringen, einen kleinen Rückzugsort zu bilden, an dem ich alles ordnen und die Gedanken zur Ruhe kommen lassen konnte. Mein Ziel war nie die

---

<sup>2</sup> Nach der tantrischen Lehre wohnt in jedem Menschen eine Kraft, die Kundalini genannt wird. Diese befindet sich ruhend am unteren Ende der Wirbelsäule und wird symbolisch als eine schlafende zusammengerollte Schlange dargestellt. Durch yogische Praktiken oder Meditation kann sie erweckt werden und aufsteigen, wobei die transformierenden Hauptenergiezentren – Chakren – durchstoßen werden. Erreicht sie das oberste Chakra, soll sie sich mit der kosmischen Seele vereinigen und der Mensch höchstes Glück erlangen.

Erleuchtung oder Ähnliches. Davon wusste ich gar nichts! Ich hatte ja nur ein einziges Meditationsbuch mit Übungen, die ich seit Jahren immerzu wiederholte. Ich wollte mich beim Meditieren nur entspannen, ein bisschen weg sein von allem. Doch jetzt war alles anders. Jedes Mal, wenn ich mich zur Meditation setzte, begann mein Körper zu zucken und es fühlte sich so an, als würden Stromschläge durch meinen Körper schlagen. Und dieses Feuer! Einmal war es schier unerträglich, dann wieder angenehm, das wechselte ständig! Manchmal dachte ich, ich würde am eigenen Leibe verbrennen!

Im Laufe der nächsten Zeit tauchten lauter Szenen aus meiner Kindheit auf und schienen in dieses Feuer geworfen zu werden. Die Stimme, die ich im Auto gehört hatte, sprach jetzt permanent mit mir, auf eine Weise, die liebevoll war, voller Mitgefühl, so als würde sie mich schon immer kennen. Wer war das? Wer sprach da mit mir? Wem gehörte diese Stimme? Wer wusste *alles* über mich? Wer hatte für *alles*, was in diesen Szenen auftauchte, eine Antwort – die *richtige* Antwort und die *Wahrheit* – parat?

Meine Verwirrung war groß. Und meine Scham auch. Mit wem konnte ich über diese Erlebnisse sprechen?

Als ich wieder einmal in der Meditation saß, spürte ich, wie ich meinen Körper verließ. Ich sah mich auf dem Meditationskissen sitzen und gleichzeitig schwebte ich darüber. Ich stieg immer höher und höher, verließ das Haus durch das Dach, winkte nach unten, wo ich meine

Verwandten und Nachbarn stehen sah, und verabschiedete mich. Nur meine Tochter hatte ich seltsamerweise auf dem Arm. Wie kam die denn dorthin? Ich bzw. wir schwebten immer weiter, einer Liebe und einem Licht entgegen, das sich nicht mit Worten beschreiben lässt. Irgendwann musste ich dann meine Tochter loslassen. Das wurde mir „irgendwie“ befohlen, doch selbst das war nicht schwer, denn das Licht war so stark, dass es mich wie ein Sog nach oben zog. Als ich immer weiter nach oben schwebte, sah ich ein leuchtendes Licht, das heller und strahlender als alles war, was ich jemals gesehen hatte. Ich begegnete einem Lichtwesen, das mich mit einer Liebe umhüllte, die jede Pore meines Wesens durchdrang. Dieses Lichtwesen glich einem Engel, und seine Augen strahlten eine Liebe aus, die bis in den innersten Kern meines Wesens eindrang. Es war die Begegnung mit einem Gott. Die menschliche Sprache versagt, wenn es gilt, diese Begegnung zu schildern.

Als ich inmitten dieses liebevollsten Lichts stand und noch weiter nach oben in ein noch helleres Licht schwebte, fragte mich die Stimme, die ich bereits zuvor immer wieder gehört hatte:

„WILLST DU STERBEN, UM MICH ZU SEHEN?“

Nein! Das wollte ich nicht! Ich wollte leben! Ich hatte schließlich eine Tochter und somit eine Aufgabe!

Ich sah eine weiße Tür, durch die ich hindurchging. Als ich noch einmal gefragt wurde, ob ich bleiben mochte und wieder mit

„Nein!“

antwortete, nickte mir die Lichtgestalt zu und lächelte mich an. Danach ging es wieder abwärts, bis ich wieder in meinem Körper war. Auf dem Weg nach unten begegneten mir noch mein verstorbener Großvater und ein verstorbener Freund, mit denen ich einige Fragen klären konnte. Das alles geschah in gefühlter Lichtgeschwindigkeit. Ich konnte alle Informationen von meinem Großvater und Freund erhalten, die ich wissen wollte, und war doch insgesamt nur wenige Minuten oder vielleicht auch nur Sekunden oder Millisekunden „weg“ gewesen, ausgetreten aus dieser Welt.

Zurück auf meinem Meditationskissen, war ich fassungslos. Was war das denn jetzt eben? Was war passiert? Wo war ich? Ich war verdattert, doch kam ich nach diesem Erlebnis instantan zu den vier wichtigsten Erkenntnissen meines bisherigen Lebens:

So ist das also mit dem Sterben!  
Es gibt keinen Tod!  
Angst vor dem Tod ist unnötig.  
Der Tod führt zu letztendlicher  
Befreiung.

In den darauf folgenden Monaten durchlebte ich dann das, was ich nach meinem Körperaustritt in vielen Büchern über die Energie der Kundalini fand, die dieses Feuer auszulösen schien, das durch mich hindurchfegte. In dem Buch „Die Kraft der Kundalini“ von Karin Bruckner stand zum Beispiel, dass die Kundalini im Hinduismus das zentrale Thema der Gotteserweckung sei und ungefähr das auslöst, was mir passiert war: eine Reinigung durch brennendes Feuer. Karin Bruckner erklärte weiter, dass gerade im Anfangsstadium einer Kundalini-Erweckung sehr häufig Hitzephänomene auftauchen, und dass es bei diesen Hitzeerscheinungen vorkommen könne, dass der oder die Erwachende das Gefühl habe, vollständig im Feuer zu stehen, als ob das gesamte Universum in Flammen stünde.

Sie erklärte weiterhin, dass der Kundalini-Prozess Teile des menschlichen Unbewussten hoch ins Bewusstsein bringt und den Menschen mit den Bereichen seiner Psyche konfrontiert, mit denen er bislang möglichst nichts zu tun haben wollte. Sie berichtete, dass der darauffolgende Prozess in der Regel keiner von Tagen oder Wochen sei, sondern mehrere Jahre dauern könne. Dabei hätte die Kundalini das Ziel, das Bewusstsein aus der Verhaftung mit der materiellen Welt und einer dualistischen Weltsicht zu lösen.

Diese Erläuterungen waren sehr hilfreich, um meine Zustände zu verstehen, um zumindest ein klein wenig zu begreifen, was mit mir im Sommer und Herbst 2008 passiert war und weiterhin bis in den Winter 2012 hinein mit vielen Aufs und Abs stattfinden sollte. Das Feuer, das

ich erlebte, war ja das Aufrüttelndste, was ich je erlebt hatte, wie ein Erdbeben, das mich in den Grundfesten meines Daseins erschütterte und Licht in die dunkelsten Ecken meines Lebens brachte. Alles wurde erhellt, alles wurde gereinigt, alles wurde mit Liebe und Mitgefühl bearbeitet. Jede Verletzung, die mir zugefügt wurde, jede Verletzung, die ich anderen zugefügt hatte. Jede Entscheidung, die ich getroffen hatte, jede Entscheidung, die andere getroffen hatten. Alles wurde noch einmal auf der Leinwand von Mitgefühl und Liebe betrachtet und dann ausradiert.

Für mein Alltagsleben war das eine extrem schwierige Zeit. Oft konnte ich nur liegen, um die Hitzeerscheinungen überhaupt zu ertragen. Trotz meiner Alltagsschwierigkeiten ging mein innerer Prozess jedoch gnadenlos weiter. Zusammen mit diesem „inneren Führer“, der mit mir sprach, arbeitete ich mein ganzes bisheriges Leben ab. Szene für Szene musste ich erneut durchleben und konnte in all diesen Momenten mir selbst und anderen alle Fehler und Unzulänglichkeiten verzeihen. Es war mir möglich, alles zu bereinigen, was ich noch an Schuldgefühlen und Urteilen mit mir herumtrug. Eine große reinigende Kraft fegte in Form dieser göttlichen Liebe durch meinen Körper, die so plötzlich aus dem Nichts kam und in mich einströmte. Diese Kraft war Schöpferin neuer Ideen, neuer Sichtweisen, aber auch Zerstörerin. Sie zerstörte die Vergangenheit. Sie löste auf, was ich nicht länger brauchte. Diese Liebe, die ich plötzlich erfuhr, war so machtvoll, so intensiv, sie zerstörte alle Hindernisse, die sich ihr in den Weg stellten.

Sie war ein Feuer, das alles verbrannte, alles niederriss, mit einem Urteilsvermögen, das sich nur an die Wahrheit hielt. Ich fragte mich oft, ob die Stimme, die ich hörte, Jesus gehörte. Ob es die Feuertaufe Jesu war? Ob Jesus mich tatsächlich „mit Feuer getauft“<sup>3</sup> hatte?

Am Ende dieser langen massiven Phase des „Ausbrennens“ sah ich während einer Meditations Sitzung ein Licht, das immer heller wurde. Es war eine Art Leuchtturm mitten in meinem Kopf, der nach allen Seiten hin Licht ausstrahlte. War ich jetzt selbst zu einer Lichtgestalt geworden? Durch dieses Licht in meinem Kopf konnte ich alles sehen, auch die unsichtbaren Dinge, so als hätte sich durch diesen Scheinwerfer der Vorhang zu einer anderen Welt für immer gelichtet. Im normalen Alltag „funktionierte“ ich Gott sei Dank „normal“. Da war das Licht dann nicht da, nur wenn ich meditierte oder ruhig im Bett oder auf der Couch lag, ging das Licht an, wie bei einer Taschenlampe. Seltsam. Alles war so seltsam und sehr unerklärlich!

Mein innerer Führer – wer auch immer es war – war immer da, auch in meinem Alltag. Die mitfühlenden Worte seiner klaren männlichen Stimme gaben mir Halt

---

3 Bibel: Mt 3,11: 11 „Ich zwar taufe euch mit Wasser zur Buße; der aber nach mir kommt, ist stärker als ich, dessen Sandalen zu tragen ich nicht würdig bin; er wird euch mit Heiligem Geist und **Feuer** taufen“;

Apg 2,3: 3 „... und es erschienen ihnen zerteilte Zungen wie von Feuer, und sie setzten sich auf jeden einzelnen von ihnen. 4 Und sie wurden alle mit Heiligem Geist erfüllt ...“

und Sicherheit, ich fühlte mich wohl in „SEINER“ Gegenwart. Ich fühlte mich geliebt und angenommen. Wenn ich ganz alleine war, konnte ich mit „IHM“ ekstatische Augenblicke erleben. Augenblicke einer ekstatischen Stille. Heilige Augenblicke und eine absolute Stille. Das ist schwer zu beschreiben. Die Stille war intensiv, greifbar und erlebbar. Und in diese Stille hinein konnte ich mich dann fallenlassen, bis ich mich fast wie aufgelöst fühlte. Denn ich wusste, „ER“ würde mich immer auffangen. Und durch dieses Wissen konnte ich mich in die Tiefe begeben, in die Tiefe hineinfallen lassen, außerhalb von Raum und Zeit sein.

Im „Tibetischen Buch vom Leben und vom Sterben“ von Sogyal Rinpoche fand ich viele Antworten auf meine Fragen bezüglich dieser inneren Stimme. Ich erfuhr beispielsweise, dass jeder Mensch in sich eine zweite Persönlichkeit hat, ein verborgenes, spirituelles Wesen, das „Höhere Selbst“, die eingeborene Weisheit des wachen Urteilsvermögens, die im Buddhismus „Unterscheidende Weisheit“ genannt wird. „Dieser innere Führer kann eine stets freudvolle, einfühlsame und aufmunternde Präsenz sein, die stets weiß, was das Beste für uns ist und die uns hilft, immer neue Wege aus unseren gewohnheitsmäßigen Reaktionen und verwirrten Emotionen zu finden. Wenn wir der Stimme unseres weisen inneren Führers folgen und das Ich still werden lassen, werden wir zur Erfahrung der Gegenwart von Weisheit, Freude und Glückseligkeit gelangen, die

unser eigentliches Wesen sind.“ Dieses Prinzip nennen die Buddhisten „das Prinzip der Ichlosigkeit“<sup>4</sup>.

Der Rinpoche schrieb, dass man sich einfach absolut dieser inneren Stimme hingeben und ihr folgen solle, ohne den Verstand einzuschalten, dass man dieser Stimme blind vertrauen kann. Und so wurde ich dankbarer für diese Stimme, verlor meine Angst, nahm die Kommentare dieses inneren Führers mit großer Dankbarkeit an. Er bescherte mir ja durch seine Präsenz auch so viele fröhliche Momente. Diese Stimme – ER – und ich! Wir hatten unseren Spaß zusammen, und ich freute mich jedes Mal wie ein kleines Kind, wenn ER in meinem Alltag zu mir sprach und mich humorvoll in all meinen Aktivitäten begleitete und sie kommentierte.

Doch eine Sache ging mir weiterhin nicht aus dem Kopf: Diese „weiße Tür“, die ich während dieser intensiven Wochen der „Erweckung“ immer wieder sah und durch die ich mühelos hindurchgehen konnte. Was bedeutete sie? War es das Tor zu einer anderen Welt? Oft war es ja so, als „fiele“ ich in den Kosmos, wenn ich durch diese Tür ging. Dort – auf der anderen Seite – erlebte ich dann die seltsamsten Dinge, wie zum Beispiel andere Sterne zu besuchen.

Ich saß im Herbst 2008 einmal auf meinem Meditationskissen mit all den Buddha- und Shiva-Figuren vor mir auf dem Fensterbrett, die sich seit meinen

---

<sup>4</sup> Seite 195 im Abschnitt „Der weise Führer“

Meditationsanfängen angesammelt hatten. Wieder schwirrten diese Fragen wegen der weißen Tür in meinem Kopf herum. Dann erfuhr ich ein weiteres erhabenes Erlebnis, schier unglaublich und unbeschreiblich war. Aber ich habe beschlossen, wenigstens zu versuchen, Worte für dieses Erlebnis zu finden, welches bei mir ein Gefühl der Gnade auslöste, dass ich bis heute nicht verloren habe. An diesem Tag begegneten dieses Lichtwesen, dieser Lichtengel, ohne den ich nicht mehr sein wollte, und ich uns erneut in diesem Raum des Lichts, hinter der weißen Tür, außerhalb von Zeit und Raum. Wir verschmolzen in einem Akt der größten göttlichen Liebe. Es fühlte sich an wie die Begegnung und Erkennung zweier Seelen, die beschlossen hatten, angesichts dieses alles überwältigenden Lichtes eins zu werden.

Diese Verschmelzung war ein unbeschreiblicher Augenblick des Einsseins, ein Verlassen aller menschlicher Schranken, ein Auslöschen von allem, was war, in einer Hundertstelsekunde und der gleichzeitigen Neuerschaffung, wie ein Schöpfungsakt! Es war, als würden Donner und Blitz miteinander verschmelzen, Licht und Dunkelheit, Tod und Leben, das Alles und das Nichts. Es war das Gigantischste, was ich jemals erlebt hatte.

Als dieses Erlebnis vorbei war, schaltete sich, wie nach jedem dieser „außerirdischen“ Erlebnisse, mein Verstand ein. Wie konnte das alles möglich sein? Wie konnte man mit einem anderen „Wesen“ oder einer anderen Seele *verschmelzen*? War so etwas möglich? Auf Seelenebene

mit der reinen Liebe zu verschmelzen oder mit einem göttlichen Lichtwesen, einer anderen Seele? Scheinbar war dies möglich, denn ich hatte es soeben erlebt! Oder wie sollte ich sonst diese Verschmelzungsakte erklären? Konnte man solche Phänomene überhaupt *erklären*? Müsste man dafür nicht noch viel mehr über „die andere Seite“ wissen? Gab es Literatur, die mir das alles erklären konnte? Die mir mehr Wissen über solche Phänomene vermittelte?

Was diese weiße Tür betraf, die ich in jenen Monaten so oft bei der Meditation durchschritten hatte, so wollte ich, als das „Fegefeuer“, wie ich es nannte, nach vielen Monaten zu Ende ging, nicht mehr durch sie hindurchgehen. Es war zwar gigantisch schön, was ich da drüben erlebte, aber auch sehr kräftezehrend, denn ich wollte ja doch für alle diese Erlebnisse Erklärungen, und das erschöpfte mich zu sehr. Als ich die letztendliche Entscheidung traf, nicht mehr durch diese Tür zu gehen – auch diesbezüglich wurde ich ohne Worte befragt – sah ich das folgende Bild: Die weiße Tür verschwand und vor mir lag ein langer Weg, gesäumt von vielen Städten und Menschen. Ganz am Ende dieses langen Weges sah ich dann wieder diese weiße Tür, und mir wurde bewusst, dass die weiße Tür dem Tod entsprach. Dass ich also während meiner „Erweckungszeit“ das Todesportal durchschritten hatte. Deshalb konnte ich wohl auch mit den Toten kommunizieren, wie zum Beispiel mit meinem Großvater. Ich musste vor einem Todesportal gestanden und es überschritten haben und eine Zeit lang mühelos

hin- und hergewechselt sein zwischen Diesseits und Jenseits. Dann hatte ich mich aber für das Leben im Diesseits entschieden. Ich kam als „Erweckte“ zurück, verschmolzen mit einem göttlichen Lichtwesen. Und ich hatte nun diese Stimme an meiner Seite, die es mir ermöglichte, mir mein Leben und alles, was ich erfuhr, aus einer anderen Perspektive anzusehen. War das nicht unglaublich?

Irgendwann träumte ich einmal von einem Grab. Ich sah den Sarg einer Frau und beim Aufwachen wusste ich, dass ich diese Frau – die ich einmal war, mein früheres Selbst – war. Von diesem Moment an fühlte ich mich wie neu geboren, völlig angstfrei. Die Menschen konnten mir keine Angst mehr machen, mich nicht mehr verletzen. Nichts konnte mich mehr erschüttern. Die konstante Ruhe, die in mich einkehrte, war gigantisch. Es herrschte so viel Frieden in mir, so viel Lebensfreude und Zuversicht. Alles schien so belanglos und einfach, das ganze Leben. Da waren keine Bitterkeit mehr, keine Wut, kein Hass und kein Groll. Ich fühlte eine Gelassenheit, die von ganz tief drinnen kam, von einer Anbindung, die größer war als ich. Diese Anbindung konnte ich bei der Meditation buchstäblich sehen. Es handelte sich um einen dicken goldenen Strahl, der ins Unendliche nach oben zeigte, „festgebunden“ an mir und dicker als alles, was ich bisher erlebt hatte. Alle anderen „goldenen Bänder“ – wie ich sie nannte – zu Menschen, die ich liebte, wurden aufgehoben, so als ob ich aller

menschlichen Bindungen entledigt würde. Da war nur noch diese *eine* große Verbindung.

Die Stimme sprach weiterhin mit mir. Sie war witzig und humorvoll, als sähe sie eben alles von oben: mein Dasein, meine Gedanken, meine Aktionen. Immer mit einem Lächeln bekam ich die Antworten auf all meine Fragen zu meiner Vergangenheit. Das war teilweise sehr hart und es ging sehr tief, aber letztendlich löste sich immer eine weitere Schicht mehr ab. Eine Schicht um die andere – von meiner dicken Ritterrüstung, die ich mir im Laufe des Lebens zugelegt hatte.

Ich hinterfragte nun alles: mein Leben, meinen Beruf, meine Ehe, meine Rolle als Mutter. Alles wurde unter die Lupe genommen und aus der Sicht „von oben“ bearbeitet. Ich schien jetzt aus einem weiblichen und einem männlichen Teil zu bestehen, als wäre ich mit einer männlichen Seele verschmolzen, die nun mit meiner weiblichen Seite im Dialog stand. Dieser männliche Teil betrachtete alles von oben, aus einer ganz anderen Perspektive heraus, als ich dies in meinem normalen Alltag erleben konnte. Es war eine andere Dimension der „Sicht“ und des Blickwinkels, an die man als „normaler“ Mensch nicht herankommt.

Und diese neuen Sichtweisen erhellten meinen Alltag und machten mir viele Dinge begreiflich. Sie nahmen die Schwere aus allen Situationen heraus und lösten immer wieder unglaubliche Aha-Effekte bei mir aus, denn SEINE Perspektive war immer so leicht, so schwungvoll, so

direkt und klar, so ganz anders als meine „menschliche“ Sichtweise.

Auf der emotionalen Ebene fielen über Jahrzehnte aufgestaute Aggressionen von mir ab. Ich war jetzt viel mehr bei mir, hatte mein Bewusstsein ausgedehnt, mich um Eigenschaften erweitert, die ich zuvor bei mir nicht kannte. Über mich selbst zu lachen, fiel mir früher schwer. Jetzt konnte ich dastehen, auf den Scherbenhaufen meines Lebens blicken und einfach nur lachen, aus tiefstem Herzen lachen. Und dann weiterziehen. Da waren keine negativen Gefühle mehr in mir, keine Verbitterung mehr, kein Neid, keine Eifersucht, keine Gier, kein Hochmut, kein Stolz, keine Schwermut und keine Melancholie. Stattdessen etablierten sich Gefühle wie Achtung, Demut, Hingabe, Gelassenheit, Freude und Leichtigkeit.

Die innere Freiheit wuchs Woche um Woche, das Gefühl, endlich wirklich frei zu sein, frei von Bindungen. Ich stand wie auf einer Wiese und hinter mir war nichts mehr außer dem einfach nur bisher gelebten Leben. Wenn ich mich umdrehte und auf dieses Leben blickte, dachte ich: Wahnsinn, welche Wege du gegangen bist, was du geleistet hast! Du hast dich aus allem gelöst, du bist den Weg der inneren Befreiung gegangen, der konsequenten Suche nach dir selbst und der Wahrheit! Ich sah ein Bild, in dem ich zum Hafen ging, in ein Schiff einstieg, mit dem ich immer weiter wegfuhr von meinem bisherigen Leben und alles Alte hinter mir im Nebel verschwand.

Ich fühlte mich frei, innerlich frei. Jetzt konnte ich anfangen, mein Leben in Freiheit zu leben. Wenn ich innerlich frei war, konnte ich mich auch von niemandem eingesperrt fühlen, denn es gab ja keine Beschränkung. Auch das hatte die innere Stimme mich gelehrt:

„ES GIBT KEINE BESCHRÄNKUNG.“

Keinerlei Beschränkung! Ich gab alle Widerstände auf. Das fühlte sich an wie eine Befreiung aus alten Ketten und als ob eine Rüstung zu Boden fiel. Sämtliche Abwehr zerbröckelte, zerbröselte. Ein unglaubliches Gefühl der Erleichterung machte sich in mir breit. Das Feuer brannte in meinem Herzen, in meinem Bauch, in der oberen Wirbelsäule – das Feuer der bedingungslosen Liebe.

Ich fühlte mich sehr verändert. In meinem Leben gab es keine Traurigkeit mehr, keine Trauer, keine Tränen, keinen Liebeskummer, überhaupt keinen Kummer und Schmerz mehr. Ja, ich stellte sogar fest, dass mein Leben davor vor allem aus tiefstem Schmerz bestanden hatte! Schmerz, den ich zu unterdrücken versuchte durch Zynismus, Zurückgezogenheit oder Coolness! Ein Schmerz, den ich schon jahrzehntelang ignoriert hatte, weil es eben zu *schmerzhaft* war, ihn mir anzusehen. Überall war Schmerz aus allen meinen Lebensphasen.

Und plötzlich war der ganze Schmerz weg, dieser zentnerschwere Schmerz, den ich fast vierzig Jahre lang mit mir herumgetragen hatte. Augenblicklich war da

überhaupt kein Schmerz mehr! Wahnsinn! Wie war das möglich? Da waren nur noch Fröhlichkeit, Staunen und Lachen. Anstelle der Angst waren da jetzt Mut und Entschlossenheit, statt Zweifel stieg nun Gewissheit, Zuversicht und Vertrauen in mir auf. Wo früher Verzweiflung mich erfasste, nährten mich jetzt Glaube und Hoffnung.

Die Stimme schlug mir Sätze um die Ohren, wie:

„WEHRE DICH NICHT. DANN WEHRE DICH  
DOCH NICHT!“

wenn mich jemand angriff. Das waren Sätze, die ich nicht gleich verstand. Heute verstehe ich sie: Abwehr führt zu Gegenwehr. Jesus hatte sich nicht gewehrt, sondern die andere Wange hingehalten. So konnte der Andere zur „Besinnung“ kommen, sich seiner „Tat“ bewusst werden und noch einmal darüber entscheiden, ob er nicht vielleicht einen anderen Weg gehen oder bei nächster Gelegenheit anders handeln wollte. In meinen Meditationen wurde mir immer wieder mitgeteilt, keinen Widerstand zu leisten, denn dieser sei Leiden. Ohne Widerstand gebe es kein Leiden. Dieses sei stets das Entgegenstemmen gegen einen Umstand. In diesem sich Wehren liege die Sucht nach einer Erklärung. Ich wolle wissen, warum dies, warum das. Wie ein kleines Kind säße ich da und fragte: Warum? Warum? Warum? *Warum?*

Bei diesen Gelegenheiten wurde mir immer wieder mitgeteilt, dass jedoch alle Erfahrungen nur einem Zweck

dienten, nämlich der Erweiterung des Bewusstseins. Das sei der einzige Sinn – es gebe keinen anderen: Wir wollen diese Erfahrung machen, um unseren Horizont zu erweitern, wir selbst haben uns so entschieden.

Immer wieder musste ich mich zusammen mit meinem ER verdrängten Themen zuwenden, sie mir ansehen, einen Perspektivenwechsel vollziehen, das Feuer in meinem Bauch spüren, in meinem Herzen, tagelang wie „neben der Spur“ durch die Gegend laufen. Doch nach jedem Prozess wurden meine Gefühle der Unabhängigkeit und der Freiheit stärker. Endlich hatte ich nicht mehr das Gefühl, anderen Rechenschaft über irgendetwas, was ich machte oder dachte, ablegen zu müssen. Ich konnte tun und denken was ich wollte, ohne schlechtes Gewissen oder Schuldgefühle. Auch konnte ich andere so lassen, wie sie waren. Meine Toleranz nahm also auch stetig zu, was wohl auch daher rührte, dass ich die Fähigkeit erhalten hatte, mich nun selbst zu beobachten und so auch mir selbst gegenüber großzügiger zu sein – und natürlich über mein eigenes, teilweise inkonsequentes Leben zu lachen. Was konnte ich da den Anderen vorwerfen?

Endlich konnte ich nun auch offen über Gefühle reden, Gefühle zulassen, wahrnehmen und loslassen. Bisher hatte ich mich immer sehr schwer getan, mit anderen Menschen über meine Gefühle zu sprechen. Das Ausdrücken von Gefühlen in Worte war für mich eine schwierige Angelegenheit. Doch dank des Prozesses, durch den mein ER mich führte, fiel mir dies nun immer

leichter, überhaupt in allen Situationen mit meinen Mitmenschen mir meiner Gefühle bewusst zu sein.

Bei jedem Meditieren geschah eben nun genau das: Gefühle wahrnehmen, Gefühle anschauen und Gefühle loslassen. Dadurch fiel Druck weg, denn am nächsten Tag konnten die Gefühle ja schon wieder ganz anders aussehen!

Die Stimme sagte Dinge wie:

„DAS MUSST DU DOCH NICHT JETZT  
ENTSCHEIDEN“,

wenn ich mich unnötig unter Entscheidungsdruck setzte,  
oder:

„DU KANNST DOCH ALLES LEBEN“,

wenn ich mich wieder einmal beschränken wollte. Ich lernte, wie wichtig es war, dieser Stimme einfach nur zuzuhören, ohne Schlüsse zu ziehen, ohne zu interpretieren, ohne zu urteilen, mich aber auch nicht von ihr überwältigen zu lassen. Zuhören, anschauen, wieder loslassen – nicht anhaften!

Seit der Verschmelzung mit diesem Lichtwesen fühlte ich mich endlich ganz, nicht mehr einsam und allein.

Als ich wieder mehr Boden unter den Füßen gewonnen hatte, das tobende Feuer in meinem Körper geringer geworden und ich scheinbar dabei nicht gestorben war, fragte ich mich, auf welcher Suche ich denn nun noch

war? Suchte ich nach Selbstverwirklichung? Wohl nicht mehr, denn diese schien mir gerade von oben geschenkt worden zu sein. Nach der äußeren Freiheit wohl auch nicht mehr, denn diese war bedeutungslos – es gab sie nicht. Auf der Suche nach der bedingungslosen Liebe zu sein, schien mir unlogisch, weil mein „innerer Führer“ mir diese Liebe schenkte, wann immer ich sie brauchte. ER wusste von ganz allein, wann dies der Fall war. Ich musste nicht darum bitten, nicht betteln und keinen Kuhhandel eingehen. Auf der Suche nach Gott und der Überwindung des Todes war ich wohl auch nicht mehr, denn mein ER zeigte mir auch hier Welten, in denen ich mit meinen verstorbenen Verwandten und Freunden sprechen konnte. Ich hatte somit auch hier Klarheit und Sicherheit im Umgang mit dem Jenseits gewonnen.

## **Leben mit IHM**

Den Gott in mir gefunden zu haben, war für mich Erfüllung. Eine Verbindung, die einfach nur „ist“.

Gott ging also mit den Menschen eine *persönliche* Beziehung ein. ER war nicht der strafende Gott, den ich aus dem Christentum kannte. Ich stand nun in einer *persönlichen Beziehung* zu Gott. Das musste ich erst einmal verdauen, denn dieses neue Erleben krepelte meine ganze Erziehung um, mein ganzes bisheriges Bild von Kirche, Gott und Glauben. Alles war so weit entfernt von dem, was ich nun erleben durfte: Diese Instanz in mir, die mich schon immer so gesehen hatte, wie ich bin, wie ich wirklich bin und die mich nie verurteilte. Dieses

liebvolle Wesen, das mir diese *Gnade* zukommen lassen hatte, mit IHM vereinigt zu sein.

Ich fühlte mich begnadet und war sehr dankbar für dieses Geschenk. Es war wie eine Initiation, eine Einweihung in das *große Geheimnis*. Die Verschmelzungen mit IHM ließen mich eine Gotteserfahrung machen, die mit den Gottesdiensten, an die ich mich aus meiner Kindheit erinnerte wirklich rein gar nichts zu tun hatten. Diese gigantischen Erlebnisse, die sich mit Worten nicht beschreiben lassen, die einer kosmischen Hochzeit gleichkamen, sie überzeugten mich von der Existenz Gottes. Von nun an lebte ich in der Kommunikation, ja in der *Kommunion* mit IHM. Jetzt verstand ich, was damit gemeint war. Gott war tatsächlich *da*, nicht der Rauschbart-Gott mit dem erhobenen Zeigefinger, nein: Gott, der Freund, der Wegbegleiter.

In den Momenten des Einsseins mit IHM sah ich Bilder vom Urknall, von Maria und Josef, wie sie durch die Wüste ritten mit ihrem Sohn auf dem Rücken, ich sah, wie Atome aufeinanderprallten und miteinander verschmolzen, ein in Flammen stehendes Universum, ein Meer der Tränen, in das alle Traurigkeit der Menschheit zusammenfloss. Bilderfluten strömten vorüber, die in Bruchteilen von Sekunden wie Filme vor meinem geistigen Auge abliefen und sich immer wie ein orgastischer Höhepunkt voller Liebe in mir entluden. Am Ende spürte ich immer nur diese *Große Liebe*, die alle Schranken niederriss, die an nichts anderem interessiert war als an meiner *Erkenntnis* und meinem *Erfassen* von Gottes Gegenwart.

Doch trotz dieser Gnade fühlte es sich in den darauffolgenden Jahren immer wieder so an, als wäre irgendetwas in meinem Leben nicht stimmig, so, als würde es zwei Straßen geben, die genau parallel verliefen, nur dass ich auf der falschen Straße fuhr! Dieses Bild erschien immer wieder in mir: Zwei Straßen, die nebeneinander lagen, und ich fuhr auf der falschen! Ich musste auf die andere Straße kommen, doch trotz aller Anstrengung gelang es mir nicht. Wie konnte ich nur auf die andere „Spur“ gelangen? Und was war das für eine Spur? Musste ich mein Leben ändern? Einen anderen Beruf leben? Hatte es damit zu tun? Was war mit diesem Bild gemeint?

Mein Bewusstsein erweiterte sich nach meiner „Erweckung“ immer mehr. Ich brauchte nur an jemanden zu denken, schon sah ich ihn vor mir oder hörte, was er/sie dachte. Ich fragte mich, ob es so etwas wie ein Paralleluniversum gab? Ob ich wechseln konnte zwischen verschiedenen Welten? Was war mit mir geschehen? Wieso konnte ich innerhalb einer Millisekunde ganz woanders sein? Es schien weder eine zeitliche noch eine räumliche Beschränkung zu geben. Meine Gefühle schienen bei den Menschen anzukommen, für die ich diese empfand, ebenso meine Gedanken, die ich über sie hatte. So als hätte jemand den Deckel von meinem Kopf entfernt und alles Gedachte, was sich über Jahrzehnte angesammelt hatte, würde jetzt herausfließen, als würden alle Gedanken frei werden. Es war so, als wäre durch meine Kundalini-Erfahrung Folgendes geschehen:

Die über all die Jahre eingesperrten Gedanken wurden „freigesetzt“. Und die Gefühle im Herzen ebenso. Alles, was ich fühlte und dachte, war dort mein Leben lang „stecken geblieben“. Und jetzt löste sich alles heraus, die Gefühle flossen einfach so aus mir heraus, sie waren nicht mehr aufzuhalten, nicht mehr einzudämmen.

Außerdem schien es mir so, als würden die freigeordneten Gedanken und Gefühle auch die „Adressen“ der betreffenden Personen erreichen, ohne mein Zutun. Ich fühlte, wie alles bei dem Anderen ankam: Jeder Gedanke, jedes Gefühl, das ich für jemanden hatte. Und es wurde am Zielort auch aufgenommen. Nur, wo wurde es aufgenommen? Scheinbar nicht im „Tagesbewusstsein“, denn die Adressaten merkten nichts bewusst davon. Es kam also irgendwo im Unterbewusstsein der jeweiligen Person an. Auch bei meiner Tochter war dies immer mehr der Fall. Wenn ich innerlich etwas zu ihr sagte, eine Liebeserklärung beispielsweise, dann lächelte sie während ihrer Tätigkeit und bekam ganz rote Wangen. Es kam an! Kommunikation ohne Worte! Ich dachte bei mir: So funktionieren wir Menschen also *eigentlich*!

In einem der vielen Bücher über die Kundalini, die ich nun las, erfuhr ich, dass die Energie immer der Aufmerksamkeit folgt. Ich denke, das erklärt, warum ich immer „hörte“, wie der Mensch, an den ich gerade dachte, selbst fühlte oder dachte. Es war die Aufmerksamkeit – ich konnte sie hierhin und dorthin lenken, und wenn ich dann konzentriert blieb, „hörte“ ich

diese Person: Was sie fühlte, worüber sie sich Sorgen machte, worüber sie nachdachte, wovon sie träumte, was sie sich wünschte. Ich konnte sogar Dialoge „mithören“, die die Person gerade mit einer anderen Person im Alltag führte.

Immer wieder fiel ich in so genannte Zeitfenster. Ich nannte sie so, denn es war, als würde ich für den Bruchteil einer Sekunde plötzlich wegtauchen und sofort woanders wieder auftauchen. Ich war bei jemandem, der gerade Hilfe brauchte oder in einer Notsituation war. Manchmal nahm ich jemanden in den Arm, der gerade Kraft brauchte, oder half bei schwierigen Aufgaben, die jemand im Beruf zu bewältigen hatte. Mir ging die Frage durch den Kopf, ob sich lichtvolle Seelen gegenseitig halfen? Ob so etwas möglich war? Denn auch mir schienen plötzlich Seelen zu helfen, die ich teilweise kannte, teilweise nicht. Sie teilten mir Botschaften mit, die mir Alltagsdinge erleichterten oder mir Fragen beantworteten, die mich beschäftigten. Mit dem Unterschied zu den Menschen, denen *ich* unterbewusst half, erlebte ich die Hilfe der anderen Seelen bewusst und konnte sie auch hören und fühlen.

Außerdem konnte ich mit der Gedankenkraft Dinge im Hier und Jetzt erreichen. Wenn ich an etwas dachte, hatte es sich meist nach ein paar Tagen manifestiert. Zum Beispiel dachte ich einmal, dass wir unbedingt eine neue Klavierlehrerin bräuchten, meine Tochter und ich. Als ich dann ein paar Tage später mit meiner Tochter vom Einkaufen nach Hause fuhr, passierte mir ein Unfall, bei dem ich einem parkenden Wagen den Seitenspiegel

abfuhr. Als ich angehalten hatte, um den Schaden zu begutachten, kam der Besitzer des Autos gerade des Weges und ich erzählte ihm, dass mir das jetzt schrecklich leidtäte, ich wäre einfach zu nah an den parkenden Autos vorbeigefahren. Wir vereinbarten, dass er sich am nächsten Tag bei mir zu Hause das Geld für den Spiegel abholen solle. Beim Anblick des Klaviers in unserem Wohnzimmer erzählte der Mann am nächsten Tag, dass seine Frau Klavierlehrerin sei und noch weitere SchülerInnen suche. Schwuppdwupp hatten wir also eine neue Klavierlehrerin gefunden!

Diese Dinge geschahen auf eine etwas merkwürdige Weise, aber für mich schien das Universum genauso zu funktionieren, auf seine ganz eigene Weise! All diese Vorkommnisse verwirrten mich natürlich sehr. Jedes Mal, wenn so etwas passierte, fragte ich mich: War das jetzt Zufall? Stelle ich etwa Verbindungen zwischen zufällig ablaufenden Ereignissen und meinen inneren Wünschen her? Oder gibt es am Ende gar keinen Zufall? Kreieren wir Menschen tatsächlich alles selbst, was geschieht, indem wir es – bewusst oder unbewusst – denken oder uns vorstellen?

Es dauerte lange, bis ich mit all den Erlebnissen zurechtkam, die ich nun tagtäglich erlebte. Ich fühlte mich teilweise wie auf einem anderen Planeten. Die Tiefe, die ich spürte – weit ins Universum hinein – war so neu, so kraftvoll und doch so leicht, spielerisch, kreativ und lebendig. Irgendwann beschloss ich, all die Fragen zu diesen Dingen loszulassen und einfach nur dankbar zu sein für das, was ich erfuhr. Ich wollte einfach genießen,

dass ich frei war, geheilt von allen Verletzungen und Traumatisierungen – vielleicht sogar aus allen früheren Leben. Ich war frei, endlich frei. Ich fühlte, dass ich eine absolute Heilung erfuhr. Mein Mitgefühl und meine Vergebung waren erstarkt. Ich konnte andere Menschen nun mit ganz anderen Augen sehen, ihr Leid intuitiv erspüren und sehen, ob viel Schwärze oder viel Helligkeit in ihnen war. Ich konnte mit ihrem wahren Selbst kommunizieren.

Als ich wieder einmal in der Meditation saß, machte ich einen Body-Scan – das ist eine Achtsamkeitstechnik. Da erschrak ich, als ich ein goldenes Lichtwesen sah, das wie ein Baby an meiner Brust lag. Sein Kopf war ungefähr an meinem Halschakra<sup>5</sup>, der übrige Körper des Wesens reichte mir bis zwischen die Brüste, also bis zum Herzchakra. Zufällig las ich ein paar Tage später in einem Meditationsbuch, dass das die Seele sei, die bei mir wohl im sogenannten Botschaften-Zentrum saß, was mich dazu befähigte, mit anderen Seelen zu kommunizieren. Mein innerer Meister, mein ER – wie ich IHN nannte – sprach von diesem Tag an noch deutlicher mit mir, dafür nun seltener. ER sagte zum Beispiel:

„JETZT, WO ES KEIN LEID MEHR IN DEINEM LEBEN GIBT, BEWEISE MIR DEINE WILLENSKRAFT. DU HAST SO EINEN

---

<sup>5</sup> Chakren sind laut hinduistischer Lehre Energiezentren, die an der Wirbelsäule liegen. Es gibt sieben Hauptchakren, von unten nach oben: das Wurzelchakra, das Sakralchakra, das Nabelchakra, das Herzchakra, das Halschakra, das Stirnchakra und das Scheitelchakra

STARKEN WILLEN; ABER DU HÄLTST IHN NICHT: BEWEISE DEINE WILLENSKRAFT!“

Mein ER zeigte mir also von nun an den Weg und das, was ich zu lernen hatte: Meine Willenskraft! Wie sollte ich meine Willenskraft beweisen? Indem ich disziplinierter lebte, mich gesünder ernährte, mehr Sport trieb? Oder meinte er die Willenskraft, Dinge und Ereignisse, die ich mir wünschte, in mein Leben zu ziehen? Diese Art von Willenskraft?

SEINE nächste Lektion war für mich, auf nichts und niemanden mehr zu warten. Menschen neigen ja im Allgemeinen dazu, noch auf dies und das zu warten, bevor ... ja, bevor was eigentlich? Worauf wartete ich eigentlich? Ich lernte, dass ich auf nichts mehr zu warten hatte. Dass mein Leben hier und jetzt, in diesem Augenblick stattfand. Da gab es nichts zu warten.

Wenn ich heute zurückblicke auf mein Leben, habe ich das Gefühl, vor dem 08.08.08 in einer Art Erstarrungszustand gelebt zu haben. Danach hatte mein neues Leben begonnen, und zwar ganz nah dran an meinen Gefühlen. Der Tod war überwunden und gleichzeitig fand eine – *meine* – Wiedergeburt statt. Mir wurde sozusagen ein neues Leben geschenkt, das sich innerlich völlig von meinem alten unterschied, denn ich war inmitten der *Nicht-Dualität*. Ich fragte mich, was bliebe, wenn alle Gegensätze aufgehoben waren? Die Ganzheit? Das Einssein? Gott? Nirwana? Licht? Ja, das Licht, das Licht war da. Wenn es keinen Schatten mehr

gab, war da nur noch Licht. Wunderbares göttliches Licht! Das Überbewusstsein, die göttliche Intuition. Immer, wenn ich in dieses Überbewusstsein „aufstieg“, war da nur noch Licht. Da gab es keine Negativität, sondern nur „den Himmel auf Erden“. Und ich verstand plötzlich alles, wovon Jesus jemals gesprochen hatte. Mir war plötzlich klar, was er mit dem „Reich Gottes“ meinte, welches *in* jedem Menschen möglich sei. Und ich verstand, was Jesus mit dem Paradies wirklich meinte: Nicht irgendein Paradies dort oben im Himmel, in das wir später gelangen würden. Nein! Das Paradies war jederzeit auf der Erde möglich. Wenn ich die Dualität hinter mir gelassen hatte, dann war ich nun genau in diesem Zustand, der mit dem in der Bibel erwähnten Paradies verglichen werden konnte. Das war es, was Jesus meinte: Alle Menschen haben dieselbe Chance, und jeder kann ins Paradies gelangen.

Gleichzeitig konnte ich plötzlich die Botschaft *hinter* all seinen Gleichnissen verstehen! Ich fühlte, dass Jesus die absolute Wahrheit sprach, dass er tatsächlich der Sohn Gottes war. Die Bibel war von nun an mein täglicher Begleiter, immer wieder las ich die Evangelien, entdeckte die Parallelen in den Dingen, die mir auf der einen Seite mein ER versuchte beizubringen, und dem, was ich in der Bibel las. Meine Reise in die Nicht-Dualität hatte dazu geführt, dass ich in der Entscheidung zwischen allen Gegensätzen immer nur den „Himmel“ wählen konnte. Bei Unmut entschied ich mich für Mut, bei Starrsinn für die Flexibilität, bei Arroganz und Stolz für

Demut, bei Maßlosigkeit für Bescheidenheit, bei Nervosität für Ausgeglichenheit, bei Hektik für Ruhe, bei Spannung für Entspannung usw. Mir wurde klar, dass ich immer die Wahl hatte. Ich konnte immer die Hölle wählen oder den Himmel. Ich konnte Schlechtes denken oder Gutes – und damit fing ja alles an: bei den Gedanken! Ich konnte die Gefahr sehen oder die Sicherheit, die Stille wählen oder den Lärm, mich für ein oberflächliches Leben oder für die Tiefe entscheiden. Ich konnte mich auf die Verluste konzentrieren oder auf den Gewinn, mich jung fühlen oder alt. So lernte ich mehr und mehr, dass mein Leiden nicht von den Ereignissen verursacht wurde, sondern von der Bedeutung, die ich ihnen gab. Ich konnte selbst die Wahl treffen, ob mich etwas verletzte, ob ich etwas Schwieriges weiterhin mit mir herumtragen wollte oder nicht.

Dennoch fragte ich mich weiterhin, was mit mir geschah. Diese innere Stimme, wem gehörte sie? Immer wieder fragte ich mich das. Wem gehörte sie? War es die Stimme Gottes? Des Heiligen Geistes? Die Stimme von Jesus Christus? Ich wusste es nicht. Ich nannte sie einfach die Stimme meines ER. Es war eine wunderbare männliche Stimme, voller Humor und Zärtlichkeit, eine Stimme, so vertraut und liebevoll, so voller Mitgefühl und bedingungsloser Liebe. Sie sagte zu mir:

„DEIN LEBEN WIRD NOCH EINE WENDUNG NEHMEN, DIE DU DIR KAUM VORSTELLEN KANNST.“

Die Verbundenheit mit IHM – dieser Quelle von Wissen und Wahrheit – wurde immer mehr zu einem festen Bestandteil meines Lebens. Mit der Zeit hinterfragte ich sie nicht mehr. Sie wurde mir vertraut, sie begleitete mich und half mir in schwierigen Zeiten. So geschah es zum Beispiel, dass ich auf einer zwölfstündigen Fahrt von Süditalien nach Hause, als ich auf der Autobahn todmüde und völlig übernächtigt am Steuer saß, für kurze Zeit einnickte. Als ich wieder zu mir kam, sah ich, wie ich bereits auf dem rechten Seitenstreifen fuhr und geradewegs mit 120 km/h in meinen bzw. unseren Tod fuhr, denn mein Mann schlief auf dem Beifahrersitz und meine Tochter auf der Rückbank. Plötzlich sah ich eine Lichtgestalt und spürte, wie diese das Lenkrad herumriss. Sofort war ich hellwach, völlig verstört und nach einer Schrecksekunde wieder selbst am Lenkrad. Noch Stunden danach war ich irritiert. Immer wieder dachte ich daran, wie mich diese Lichtgestalt berührte, physisch berührte. Sie war so real wie ein Mensch, ich hätte sie anfassen können, wenn ich nicht so beschäftigt gewesen wäre, das Fahrzeug wieder unter Kontrolle zu bringen! Dieses Ereignis beschäftigte mich sehr sehr lange. Ich konnte wochenlang an fast gar nichts anderes mehr denken. Viele Begebenheiten dieser Art bewiesen mir immer wieder die Existenz dieses Wesens, das mein Engel zu sein schien, mein Führer oder was oder wer auch immer. Es schien, als würde ich selbst Ereignisse schaffen, damit ER mir zu Hilfe eilte und mir einen Beweis für SEINE Existenz lieferte!

Irgendwann wurde ich es dann Leid, und ich fing einfach an zu *glauben*. Ja, ER musste sich nicht mehr beweisen, welche Energieverschwendung das auch auf beiden Seiten war! Ich wurde lockerer, ging mit all diesen Begebenheiten humorvoller und leichter um, löste mich von meinen ständigen Zweifeln und von der Vorstellung, ich hätte Halluzinationen oder Ähnliches. Ich versuchte nicht mehr, aus psychologischer Sicht zu verstehen und zu begründen, was mir geschehen war, sondern dass ich auf eine andere Wirklichkeit, eine andere Dimension des Daseins gestoßen war. Ich begann, SEINE Gegenwart zu genießen. Wenn ich ganz bei mir war, in meiner Mitte, war auch ER da. Da gab es kein Urteil mehr, nur grenzenlose Toleranz. Ich tanzte mit meinem ER durch das Leben, ER schenkte mir Leichtigkeit, die Fähigkeit zu fliegen, Lebendigkeit und Kreativität. Es gab kein Leid mehr in meinem Leben, keine Aggression, nur noch Widerstände im Außen.

Als ich eines Morgens aufwachte, sah ich im Halbschlaf eine Leiter im Himmel. Ich hatte eine vollgepackte schwere Tasche in der Hand und stieg mit ihr diese Leiter hoch, immer in der Angst, ob ER denn auch da sein würde, wenn ich oben ankam. Als ich oben „über den Rand“ blicken konnte, sah ich einen Weg, der nach rechts führte und dann eine Kurve nach links machte. Es war ein weißer Weg in einem dunklen Himmel. Am Ende der zweiten Kurve saß ER an einem Schreibtisch und sah, wie ich die Leiter heraufgestiegen war. ER kam strahlend auf mich zu, nahm mir die Tasche ab und ging mit mir

Hand in Hand den Weg weiter. Dann schlief ich ein, und als ich wieder aufwachte, sah ich, wie ich die Leiter wegstieß. Was dies wohl alles bedeutete? Löste ich mich von meinem bisherigen Leben? Hatte ich eine „Prüfung“ bestanden? War ich aufgestiegen? Gab es jetzt kein Zurück mehr? Ich wusste es nicht, aber ich hörte auf, solche Fragen zu stellen, beobachtete nur und schrieb alles auf. Vielleicht ergab eines Tages alles einen Sinn?

## **Wegweisung zur Heilerin**

Eines Nachts im Herbst 2008 wachte ich auf und hatte noch zwei Bilder aus meinem Traum vor Augen: das Ying-Yang-Symbol und den Äskulap-Stab! Ich zerbrach mir den Kopf, was der Äskulap-Stab bedeuten konnte. Das Ying-Yang-Symbol bestätigte mir, dass es in mir wohl zu einer Verschmelzung des Weiblichen und Männlichen gekommen war. Diese gewaltigen Verschmelzungsakte, die ich kurz zuvor erlebt hatte, hatten mich ja in meinen Grundzügen verändert. Ich fühlte mich während dieser Vereinigungen oft androgyn und völlig geschlechtslos. Das Ying-Yang-Symbol aus meinem Traum spiegelte mein Gefühl wieder, Mann und Frau gleichzeitig zu sein, in ihrem vollendeten Tanz. Dann erinnerte ich mich daran, dass in meinem Traum eine Art kleine Schatzkiste geöffnet worden war. Darin lag auf einem Kissen ein bläulich leuchtender Stein in Form eines Sterns. Was das wohl zu bedeuten hatte?

Immer öfter wachte ich aus Träumen auf, in denen ich mich von Menschen aus meiner Vergangenheit zu verabschieden schien – im Guten, in Frieden und voller Gleichgültigkeit. Einmal war ich in einem Traum mit meiner Familie zum Grillen bei unseren Nachbarn eingeladen. Der Abend verlief belanglos und voll dieser Gleichgültigkeit. Einmal sah ich in einem Traum Freunde aus meiner Jugend auf einer Party und ich war wieder voller Gleichgültigkeit, als sie ohne mich zu einer anderen Party weiterfuhren. So ging das nächtelang, bis ich eines Nachts aufwachte und sah, wie sich mein Schädel öffnete und Licht in mich drang, das meine ganze linke Körperhälfte durchspülte. In diesem Licht löste sich etwas auf und trat aus meinem Körper aus. Was auch immer das war, es fühlte sich nach Vergebung an – für so viele Menschen, die mich im Laufe meines Lebens verletzt hatten.

Als ich wieder einmal durch die Isarauen in München joggte, stand plötzlich mein ER vor mir. Licht umhüllte uns, ER lächelte mich an, ER war fröhlich und ausgelassen. Dann öffnete ER meine Hände, ich legte meine Hände in seine und um uns herum floss Licht, überall war Licht. Ich war eine Lichtgestalt, ER war eine Lichtgestalt, unsere Hände verschmolzen in Licht und ich sah, wie ich auf einem Berg stand, auf einem Berggipfel. Hinter mir lag mein ganzes bisheriges Leben. Vor mir sah ich überall nur Licht und Weite. Der Blick vom Gipfel aus nach oben war berauschend, all die Einblicke in „das Paradies“, all das Licht und Leuchten, das ich sah, diese glitzernde,

liebevolle Welt Gottes, all das war ein betörendes Erlebnis. Doch dann musste ich wieder hinunter ins Tal und mein irdisches Leben weiterleben! Das war schwer, beim Abstieg stolperte ich immer wieder über dieses und jenes Trauma, das noch aufgearbeitet werden musste.

Zum Beispiel kam ich in Kontakt mit einer lange zurückliegenden sexuellen Belästigung durch einen zwölfjährigen Nachbarsjungen, als ich neun Jahre alt war, und die schrecklichen Ängste, die Gefühle der Bedrohung, die ich jedes Mal empfand, wenn ich ihm im Treppenhaus unseres Mietshauses begegnete. Alle Traumata wurden nach und nach mit allen dazugehörigen Gefühlen aufgearbeitet und „gelöscht“. Eines Tages kam ich dann endlich im Tal an und hatte ein wenig Entfernung zu dem Berg meines Lebens, der nun hinter mir lag, gewonnen. Ein Lichtstrahl ging durch mich hindurch, hoch in den Kosmos und tief in die Erde hinein. So spürte ich nun endlich wieder Erdung. Viele Monate brauchte ich für diesen Abstieg, bis ich wieder in meinem realen Leben ankam. Und heute drehe ich mich zu dem Berg um und sehe, wie riesig er war. Eine steile Felswand führte nach oben zu seinem Gipfel. Alles, was dahinter lag, ist nun für immer weg. Es gibt kein Zurück mehr!

Einmal sah ich ein Bild, wie ich mich ins Gras setzte und mich ausruhte, überglücklich, froh und befreit! Muster für Muster war bearbeitet und aufgelöst worden. Das war anstrengend gewesen, mühsam, aber sehr befreiend. Ich war erschöpft, positiv erschöpft, ich fühlte mich freier

und leichter. Das warme, feuchte Gras im Tal zu spüren, war schön und angenehm, stimmte mich fröhlich und zuversichtlich.

Und dann wusste ich auch plötzlich, was ich mit meinem Leben von nun an anfangen wollte. Ich erinnerte mich an den Äskulap-Stab aus meinem Traum: Ich wollte ein Leben in Freiheit leben, das der Heilung der Menschen gewidmet wäre. Mein ER sagte bei diesem Gedanken ganz laut zu mir:

„ES IST DEINE BESTIMMUNG, HEILERIN ZU WERDEN. DU KANNST ES DOCH. DU HAST DOCH DIE NÖTIGE **DISTANZ** ZU DEN MENSCHEN!“

Und wenig später klärte mich die Stimme meines ER weiter auf:

„DU BIST VON NUN AN SILVANA, DAS SOLL DEIN KOSMISCHER NAME SEIN. WÄRME UND SONNE!“

Als ich wieder einmal beim Laufen war, sah ich erneut diese Lichtgestalt, die ich meinen ER nannte. Dieses Mal sagte sie zu mir:

„KOMM, LASS UNS DIE ANDEREN AUFWECKEN! DU BIST JETZT SOWEIT!“

Mir war unheimlich. Ich hatte das Gefühl, mein Körper fungierte nur noch als Mittel zum Zweck, als

Kommunikationskanal! Die Anderen aufwecken? Ich hatte nicht das Gefühl, dass ich schon so weit war! Für solch eine Aufgabe! Und ich verstand auch eigentlich gar nicht, was ER meinte! Wie sollte ich mit IHM andere aufwecken? Wieder einmal stand ich vor einem Rätsel. Ich hörte mich um, forschte im Internet, was es für Heilmethoden gab, die ich erlernen konnte, um andere „aufzuwecken“. Dabei stieß ich auf Reiki<sup>6</sup>: Handauflegen! Ja, das hatte doch Jesus schon gemacht! Das passte! Das konnte es sein! Und es war wohl auch kein Zufall, dass meine Nachbarin mich dazu drängte, mit ihr ein Reiki-1-Seminar zu besuchen, weil sie das schon lange einmal machen wollte, aber nie eine Freundin gefunden hatte, die mit ihr zusammen dazu Lust hatte. Nun konnten wir beide unsere Neugier stillen und ich konnte erfahren, wie die Kraft des Reiki wirkt und ob sie für mich als Kanal dienen konnte, um den Auftrag meines ER zu erfüllen. Bisher hatte ich die Kinesiologie und die Craniosakral-Therapie kennengelernt, mit Energie-Einweihungen hatte ich jedoch keinerlei Erfahrung. Ich fand aber das Seminar absolut faszinierend, weil ich feststellte, dass es funktionierte. Meine aufgewühlten Gefühle wurden dort durch die wunderbare, sanfte Reiki-Energie in Harmonie umgewandelt, und ich entwickelte das Gefühl: „Let it be“, „Lass es geschehen!“ oder „Akzeptiere alles so, wie es ist!“

---

<sup>6</sup> Reiki ist eine alte japanische Heilmethode, bei der durch Handauflegen Licht und Heilenergie übertragen werden.

Danach ging ich regelmäßig zu den Reiki-Treffen, die meine Lehrerin anbot. Bei den dort durchgeführten Reiki-Behandlungen konnte ich meinen ER immer spüren. ER stand stets ganz dicht hinter mir und sagte Dinge wie:

„DRÜCK NICHT SO, GANZ LOCKER, NUR SANFT AUFLEGEN.“

Es war so schön, IHN und seine Anwesenheit zu spüren. Jedes Mal badete ich in Licht, wenn ER gegenwärtig war, jedes Mal fühlte ich mich ganz *eins* und friedlich, in Glückseligkeit schwelgend, sobald ich SEINE Nähe spürte. Reiki half mir, mich zu erden und Gefühle loszulassen, aber über meine Erlebnisse mit IHM oder über mein „Fegefeuer“ und alle damit einhergehenden „Symptome“ sprach ich auch gegenüber meiner Reiki-Lehrerin oder anderen Reiki-Praktizierenden nicht. Ich wollte die Antworten auf alle meine Fragen selbst finden und so wenig wie möglich von den merkwürdigen Erlebnissen, die wie eine Sintflut in mein Leben eingebrochen waren, berichten. Ich vertiefte mich in sämtliche Reiki-Literatur, die es auf dem Buchmarkt gab, und fand so auch heraus, dass der Begründer von Reiki, Mikao Usui, jahrelang meditiert und in einem Zen-Kloster die Erleuchtung gesucht hatte. Nach drei Jahren Klosterleben hatte er jedoch immer noch nicht die Erleuchtung gefunden und fragte den ranghöchsten Mönch, was er denn tun konnte, um die Erleuchtung zu erlangen. Da antwortete dieser:

„Du musst einmal sterben.“

Danach ging Usui zum Berg Kurama, einem heiligen Ort in Japan, und fastete und meditierte dort einundzwanzig Tage lang, bis er einen Schlag auf den Hinterkopf bekam und in Ohnmacht fiel. Als er wieder aufwachte, floss starke Heilenergie durch seinen Körper in seine Hände, und er stellte bald fest, dass er Wunden heilen konnte, sobald er seine Hände auflegte. Das war sehr interessant für mich, vor allem die Tatsache, dass Usui wohl erst in gewisser Weise „sterben“ musste, um mit Heilkräften gesegnet „zurückzukommen“. Das gefiel mir sehr. Ich fühlte mich Usui sehr nahe in dem, was er erlebt hatte, ich fühlte mich mit ihm verbunden, weil ich nun auf jemanden gestoßen war, der eventuell etwas Ähnliches erlebt hatte wie ich. Usui war mir vom ersten Reiki-Seminar an ans Herz gewachsen, und ich wollte unbedingt seine Heilkraft weiter erspüren und mehr darüber erfahren. Ich las alles, was ich über ihn an Literatur finden konnte und ließ mich bald danach in den zweiten Reiki-Grad einweihen.

Ich spürte immer mehr, dass mich mein Reiki-Weg ganz woanders hinführen würde: mehr in die Einsamkeit, in die Stille, wo es keine Partys mehr gab, keine Leute, die quasselten oder laut waren. Mein *Heilsweg* führte mich weg von dem oberflächlichen Leben, das ich teilweise führte, hin zu einer Sehnsucht nach Tiefe, nach Tiefgründigkeit, nach tiefen emotionalen Verbindungen, hin zu einem wahrhaftigeren Leben und einem authentischeren Sein.

Bei den Reiki-Behandlungen, die ich meinen Freunden und Freundinnen gab, kristallisierte sich immer mehr heraus, dass ich mit ihren Körpern und Seelen sprechen konnte. Mein Entschluss, Heilerin zu werden, wurde immer stärker. Auf den Reiki-Treffen konnte ich zunehmend telepathisch mit den Reiki-Lehrern kommunizieren und hörte z. B. die Seele einer Reiki-Lehrerin zu mir sagen:

„Du bringst Glück.“

Ja, das stimmte wohl, doch bis dahin hatte ich das noch nie so gesehen. Es war wahr, dass durch mich viele Menschen auf ihren Weg gebracht wurden, dass ich schon immer so eine Art Wegweiserin darstellte und viele Freunde und Freundinnen in ihrer ganz persönlichen Entwicklung unterstützte. Mich selbst nahm ich dabei immer zurück, denn es bereitete mir einfach große Freude, andere auf ihrem Weg zu begleiten. Das brachte mir den Ruf ein, ein extrem altruistischer Mensch zu sein, etwas „Mütterliches“ auszustrahlen. Andere sagten, dass sie sich in meiner Gegenwart gut aufgehoben fühlten. Dass ich ihnen Glück brachte, wurde mir erst so richtig klar, als ich diesen Satz plötzlich – ausgesandt vom Unterbewusstsein dieser Reiki-Lehrerin – zu hören bekam. Und ich dachte: Das ist ja ein weiterer Grund, als Reiki-Behandlerin tätig zu werden! Anderen Glück bringen! Wie wunderbar! Das möchte ich gerne machen!

Als ich meiner Tochter, der ich nun so oft wie möglich Reiki-Behandlungen zukommen ließ, wenn ich sie zum Schlafen ins Bett brachte, Reiki am Fuß gab, sagte sie einmal zu mir:

„Mama, es wird ganz heiß und piekst. Es ist, als würde ein kleiner Brief an meinen Körper übergeben, den der Körper dann liest und der Körper weiß dann, was er damit machen muss.“

Das war ein herrliches Bild dafür, wie die Reiki-Energie wirkte. Meine Tochter konnte auch genau sagen, wo an meinen Händen die Energie austrat und wo sie bei ihr ankam. Sie sagte Dinge, wie:

„Jetzt ist das Licht rechts oben in meinen Kopf rein, aber es geht dann in die Fersen, dorthin, wo es hin soll!“

Wahnsinn! Das war spitze! Dieses Mädchen gab mir alle Informationen, die ich benötigte, um im Umgang mit der Reiki-Energie sicherer zu werden.

Beim Meditieren und Laufen sah ich immer wieder Bilder von mir und meinem ER. Wie wir tanzten im Licht, immer wieder tanzten wir im Licht. Und gleichzeitig herrschte diese sinnliche Stille, diese tiefe Harmonie, eine stille tiefe Liebe, die ekstatisch war, ein Zusammensein voller Fröhlichkeit, Leichtigkeit, Lachen und Spaß. Das Leben im Außen wurde immer leichter, weil das Leben in meinem

Herzen immer leichter wurde. Alles, was ich brauchte, war in meinem Herzen!

Bei einer Behandlungssitzung mit meiner Nachbarin, die mit mir in den ersten Reiki-Grad eingeweiht worden war, geschah etwas in meinem Kopf, als ich auf der Liege lag und sie meinen Kopf berührte. Überall war Licht. Ich sah einen Trichter des Lichts von der Mitte meines Herzens bis über meinen Kopf hinausreichen. Meine Nachbarin erzählte, es wäre für sie so gewesen, als hätte jemand eine Taschenlampe angezündet und ihr ins Gesicht geleuchtet. Und während ich dort lag, sah ich in diesem Trichter alles, was in dem letzten Jahr geschehen war, wie im Zeitraffer, unter anderem die kosmische Verschmelzung mit meinem ER, das verschmolzene Paar im diamantenen Licht, die Verschmelzung von weiblich-göttlich und männlich-göttlich, von Himmel und Erde, das in Flammen stehende Universum, das Lichtermeer, in dem ich gebadet hatte. Alles lief noch einmal in Schnellabfolge vor meinem geistigen Auge ab. Und ich fühlte, wie ich all die Fragen zu all diesen Geschehnissen losließ, als ob sie verbrannt würden in einem Feuer aus Licht und Wärme.

Ich fragte mich, warum ich nicht schon früher einen Weg als Heilerin eingeschlagen hatte? Warum hatte ich zwanzig Jahre meines Lebens als Übersetzerin gearbeitet, bis ich auf meine wahre Begabung gestoßen war? Da kam mir die Einsicht, dass sich das Übersetzen gar nicht so sehr von meiner Heilarbeit unterschied, nur dass ich, wenn ich in der Heilarbeit die Worte und die Energie Gottes

übermittelte, eine Vermittlerin war zwischen Gott und Mensch. Es verhielt sich also ähnlich wie in meinem alten Beruf, nur ausgeübt auf einer anderen Bewusstseins-ebene. Die aus meiner langjährigen Tätigkeit gewonnenen Kenntnisse und Fähigkeiten sollten mir auch als Heilerin zugutekommen. So, wie ich beim Übersetzen vor Arbeitsbeginn erst einmal zur Ruhe kommen musste, um mich auf den zu übersetzenden Text und das Thema einzustimmen, so würde ich auch als Reiki-Behandlerin die Heilsitzungen beginnen: Ich würde mich auf die Heilenergie einstellen, vor der Behandlung meditieren, die Hände sensibilisieren und mich auf die Klienten einstellen, die zu mir kämen.

Die tatsächliche Bearbeitung eines Textes und das Fließenlassen der in Gedanken gebildeten Worte in die Tastatur konnte ich wiederum übertragen auf die Bearbeitung des Körpers eines Klienten, durch das Auflegen der Hände und das Fließenlassen der Energie in den zu behandelnden Körper. Alles in allem schien meine fundierte Arbeitspraxis als Übersetzerin geradezu die ideale Voraussetzung für meinen neuen Beruf – für meine Berufung zu sein!

In den darauffolgenden Sommerferien fuhr ich mit meiner Tochter an den Tegernsee. Während meine Tochter die Tage auf einem Reiterhof verbrachte, ging ich wandern. Es war herrlich. Es war Ende August, 25 Grad im Schatten und eine traumhafte Voralpenlandschaft, Bäche und Wälder, Blumen und Kühe, Natur pur. Ich genoss die Einsamkeit, das Alleinsein – die scheinbare Einsamkeit,

das scheinbare Alleinsein. Denn ich war gar nicht einsam und auch nicht allein. Während all meiner Wanderungen wanderte ER immer neben mir. Das war schön, ein stiller Gleichklang! Als ich in Stille vor mich hin wanderte, hörte ich plötzlich wieder seine liebevolle Stimme, die fragte:

„WOVOR FÜRCHTEST DU DICH, SILVANA?“

Ich war verwirrt. Fürchtete ich mich vor etwas? Tja, wovor fürchtete ich mich? Ich wusste, dass mein ER immer mehr sah als ich, deshalb dachte ich nach, wovor ich mich fürchtete. Und ja, es stimmte, ganz tief in mir war da eine große Angst. Ich fürchtete mich vor einem möglichen Stillstand, davor, dass ich meine Träume nicht würde leben können und dass sich meine Wünsche nicht erfüllten, dass ich mein neues Leben wieder verlieren könnte, die Liebe zum Leben wieder verlieren könnte, IHN wieder verlieren könnte, seine Gegenwart. Ich hatte Angst, IHN zu verlieren, nicht mehr bis an die Quelle zu gelangen, wo es nur LIEBE und SEIN gab. Ich fürchtete mich davor, dass es nicht weitergehen könnte mit meiner Entwicklung zu *etwas* hin. Aber was war dieses *Etwas*?

Wieder zu Hause angekommen, sah ich in einer Meditation, wie meine Tochter und ich – ganz in weiß gekleidet – auf Jesus zuzogen. Er begrüßte uns in weißen Gewändern, öffnete eine Tür und zeigte uns das Himmelreich. Dort saßen lauter Heilige und Buddhas, alles leuchtete weiß und blau. Ich kniete vor Jesus nieder,

er legte seine Hände auf meinen Kopf und segnete mich.  
Er sagte:

„Ich befreie dich von all deinen irdischen Fesseln. Und auch deine Tochter.“

Ich sah, wie man ihr einen Stein aus der Brust zog. Danach entließ er uns und sagte zu meiner Tochter:

„Bring Freude auf die Erde.“

Fröhlich schwebten wir zurück zur Erde, Hand in Hand, und waren sehr glücklich.

Als ich vor Jesus gestanden hatte, spürte ich diese alles durchströmende Liebe, diese bedingungslose tiefe Liebe, und mir war klar, dass er tatsächlich der Erlöser der Menschen war, dass er für uns Menschen gestorben war und dass alles der Wahrheit entsprach, was in der Bibel stand. Durch seine Liebe erfuhren wir Erlösung. Er nahm sich selbst nicht wichtig, er ging für uns in den Tod und überwand diesen mit seiner bedingungslosen Liebe zu Gott und den Menschen.

Bei den Reiki-Treffen, bei denen oft Heilung geschah, dachte ich von nun an immer an die Worte Jesu:

„Wenn zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, bin ich mitten unter Euch.“<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Bibel: Mat. 18:20: „Denn wo zwei oder drei versammelt sind in meinem Namen, da bin ich mitten unter ihnen.“

Ich fühlte mich Jesus mit jedem Tag immer näher. War es Jesus, der neben mir herging, wenn ich wanderte? Wer war dieser „Geist“, den ich meinen ER nannte, den ich fast schon sehen konnte, so stark war er physisch für mich spürbar? Der bei meinen Heilsitzungen dabei war? War es Jesus? Der Erleuchtete, der Heiler, der Yogi Jesus? War es ein Engel, ein Erzengel? Oder eine andere Lichtgestalt? Eine spirituell hochstehende Seele?

Manchmal nannte ich meinen ER meinen *kosmischen Geliebten*, denn diese Seele, mit der ich die Verschmelzung erlebt hatte, war ja wie ein Geliebter, nur eben nicht auf der materiellen Ebene. Jedes Mal, wenn ich die Worte „Mein kosmischer Geliebter“ benutzte, durchlief mich ein Schauer von den Haarspitzen bis in die Zehen! Gab es so einen Geliebten für jeden von uns? Hatte vielleicht jede Seele ein Pendant im Himmel, mit dem sie sich bis in jede Zelle hinein verbinden konnte? Mein Kopfzerbrechen nahm kein Ende, doch ich bekam von IHM eine klare Antwort auf meine Frage:

„DIESES RÄTSEL KANNST DU NICHT LÖSEN!“

Das hieß also einmal wieder: Akzeptiere einfach, genieße, frage nicht. Höre nur zu.

Als ich wieder einmal über meine Arbeit (als Übersetzerin) nachsann, sagte mein ER bei dieser Gelegenheit:

„HÖR AUF ZU ARBEITEN, DEIN JOB NIMMT DIR DEINE FREIHEIT!“

Ich war sehr verwirrt. Wieso? Ich dachte immer, es sei genau umgekehrt. Mein Job gab mir Freiheit, Unabhängigkeit, eigenes Geld, das Gefühl von Wert. Hatte ich mich doch fünfzehn Jahre lang als erfolgreiche Freiberuflerin verstanden, die froh war, nicht in feste Unternehmensstrukturen eingebunden zu sein, froh, ein Leben in Freiheit zu führen. War das alles eine Illusion? Sah ER mehr als ich? Ich hatte Angst, meinen „Job“ als Übersetzerin aufzugeben und als Heilerin zu arbeiten. Womöglich verdiente ich dann nicht mehr so viel Geld wie jetzt? Wie konnte ich als Heilerin überhaupt meinen Lebensunterhalt verdienen? Doch immer, wenn ich mir Sorgen um das liebe Geld machte, sagte mein ER:

„GELD IST NICHT DAS MAß ALLER DINGE.“

Da hatte er recht, absolut recht. So wurde ich im Laufe der Zeit auch in beruflicher und finanzieller Hinsicht gelassener. Ich ließ mich nicht mehr so leicht stressen, mich nicht von Projektgabeterminen und dem damit einhergehenden Zeitdruck überwältigen. Ich versuchte, insgesamt weniger zu arbeiten und mir keine Sorgen mehr über meine Arbeit, über Aufträge, die allgemeine Auftragslage und über meine finanzielle Situation zu machen. Immer weniger identifizierte ich mich über meinen Beruf und meinen beruflichen Erfolg, es verlor immer mehr an Bedeutung.

An einem der nächsten Reiki-Abende bei einem anderen Lehrer in München geschah wieder etwas Unglaubliches: Ich hörte während der Behandlung den folgenden Gedanken des Lehrers:

„Sie ist sooo begabt, so begabt als Heilerin.“

Begabt! Über „Begabung“ hatte ich mir mein ganzes bisheriges Leben niemals Gedanken gemacht. Ich hatte nie darüber nachgedacht, worin ich eigentlich begabt war. Ich war sehr gut in Sprachen und deshalb studierte ich sie – auch, um viel reisen zu können. Aber Begabung? Meine Begabung finden? An so etwas hatte ich bisher gar nicht gedacht. Für mich war mein Beruf Existenzgrundlage, Mittel zum Zweck, um Geld zu verdienen, mich durchzubringen. Ich hatte nach der Schule Sprachen studiert, um möglichst schnell auf eine einfache Art und Weise mein Elternhaus verlassen zu können, ohne in große Konflikte und Diskussionen mit meinen Eltern zu geraten. Und das hatte ich auch getan. Schon ab meinem vierzehnten Lebensjahr verbrachte ich die Ferien, wenn es irgend ging, im Ausland. Aber einfach einem Beruf nachgehen, für den ich *begabt* war, das konnte ich mir für mich gar nicht vorstellen. So etwas machten andere: Schriftsteller, Tänzer, Schauspieler, Chirurgen, Tennisstars, Musiker, aber ich? Waren Begabung und Bestimmung das Gleiche? Sollte ich meiner Bestimmung folgen? Heilerin werden? Ich konnte mit diesem Gedanken immer noch nicht umgehen – ich, eine spirituelle Heilerin?

Von den Reiki-Lehrern konnte ich von diesem Zeitpunkt an bei den Treffen, zu denen ich nun immer häufiger ging, während der Behandlung telepathisch Gedanken „abfangen“, und einmal hörte ich, von einem anderen Reiki-Lehrer ausgesandt, wieder einen ähnlichen Gedanken:

„Die ist aber begabt. Diese Begabung! Die muss sie doch schon vorher gehabt haben! Ein Medium! Eine solche Begabung – von den Eltern unterdrückt!“

Das gab mir zu denken: Von den Eltern unterdrückt ... schon vorher gehabt haben ... irgendwie fiel da ein Groschen. Es machte Klick. Ja, ich hatte schon oft mediale Erlebnisse gehabt, sehr sehr oft, aber ich sprach nie mit jemandem darüber. Schon als Kind, die ganze Kindheit über eigentlich. Und ich erinnerte mich an eine Astrologin, zu der ich mit fünfundzwanzig Jahren einmal ging und die zu mir sagte, ich sei medial sehr begabt. Erst nach und nach wurde mir bewusst, dass es sich bei meinen spirituellen Erlebnissen um solch eine Begabung handelte – ein Geschenk, für das ich mich nicht zu schämen brauchte! Von den Eltern unterdrückt! Klar! Klick! Klick! Klick! Eltern, die sicherlich alles andere für ihre Tochter wollten, als dass sie Heilerin werden würde! Oder ein Medium!

Ich war dankbar für solche Gelegenheiten, denn ich wurde mir immer sicherer, nun endlich auf mein wahres Potenzial gestoßen zu sein, meine wahre Bestimmung! Ich stellte auch zunehmend fest, dass ich die Reiki-

Symbole nicht brauchte, um mit Menschen telepathisch Kontakt aufzunehmen. Diese Begabung hatte ich schon zuvor während meines Reinigungsprozesses „von oben“ geschenkt bekommen. Seitdem konnte ich ja sowieso schon allein durch Konzentration mit dem Unterbewusstsein jeder beliebigen Person Kontakt aufnehmen. Dennoch fand ich die Reiki-Symbole extrem hilfreich und ich fand es geradezu genial, wie Usui sie genau auf ihre Wirkung hin gefunden und zusammengestellt hatte! Ich war begeistert, dass ein bestimmtes Ziel von Energie in Symbolen „gebunden“ werden konnte und freute mich darauf – wenn ich eines Tages Reiki-Lehrerin sein würde – diese Symbole zu lehren. Ich wollte sie gern den Menschen an die Hand geben, die nicht von Natur aus die Fähigkeit hatten, mit anderen Wesen telepathisch zu kommunizieren.

Jedoch in meinem Alltagsleben fand ich es schwer, als „Heilerin“ zu arbeiten. Ich war zu beschäftigt mit meinen Aufgaben als Mutter und meiner Arbeit als Übersetzerin. Es frustrierte mich zunehmend, dass ich den Weg, den ich in mir spürte, irgendwie nicht zu gehen können schien. Dass ich zu sehr gefangen war in meinem Alltag und es mir nicht gelang, mich von meinem alten Beruf zu lösen und mir mehr Freiräume zu schaffen. Oder mein Leben komplett anders zu organisieren, um Platz zu finden für meine Berufung.

Ich wollte unbedingt den Weg mit Reiki weitergehen. Die Reiki-Energie war so sanft und angenehm und doch so wirksam – ich wollte sie möglichst vielen Menschen nahe

bringen. Diese Energie war reine, bedingungslose Liebe, die jemand von oben erhielt und an seine Mitmenschen weitergab: Eine wunderbare Arbeit, die auch für mich selbst sehr heilsam war.

Deshalb bat ich Ende 2009 meine Reiki-Lehrerin um die dritte Einweihung zum Reiki-Meister. Ich war entschlossen, auf meinem Weg zur Heilerin weiter voranzuschreiten, um andere Menschen zu behandeln. Ich wäre dann ein Kanal für erleuchtete Energie und gäbe ihnen vielleicht ein Stück von dem weiter, was mir „von oben“ geschenkt wurde: Ein Gefühl der endlosen Leichtigkeit des Seins.

## **Meine Tochter**

Das Zusammensein mit meiner Tochter war seit dem Augenblick im Sommer 2008, als ich mit ihr im Arm in der Meditation nach oben stieg, völlig anders. Ich hatte von diesem Tag an eine Verbindung mit ihr, die alles was bisher war, überstieg. Ich konnte sie im Kindergarten „sehen“, auch wenn ich zu Hause in meinem Büro gerade eine Übersetzung anfertigte. Ich konnte sie „hören“, wenn sie etwas dachte, oder „fühlen“, wenn sie Heimweh hatte oder irgendetwas nicht stimmte. Und auch sie konnte mich „sehen“, wie ich zuhause kochte oder im Büro saß. Über sie – diese Sternenfee, meine Seelenschwester – erfuhr ich noch mehr über die „geistige“ Welt. Sie bestätigte alles, was ich in Meditationen erlebte, und es schien, als wäre auch bei ihr

die Kundalini aktiv geworden. Wenn ich sie anfasste oder sie abends in meinen Armen einschlief, durchzuckte es ihren ganzen Körper, genau wie dies bei mir abends und nachts der Fall war. Auch mein Mann profitierte von der starken Energie, die nun durch mich und bei all meinen Berührungen auch in ihn floss. Durch meine Reiki-Behandlungen, die er mindestens einmal wöchentlich zusätzlich genoss, konnte er beispielsweise ein jahrzehntelanges Knieleiden loswerden.

Die tiefe seelische Verbindung, die ich nun seit dem Tag meiner Erweckung mit meiner Tochter spürte, war einmalig. Ich spürte ganz tief in mir, dass Gott dieses Mädchen zur mir geschickt hatte, weil ich und sie einen wunderbaren Weg gemeinsam gehen sollten. Wenn mich dieses kleine Wesen berührte und in meiner Nähe war, war das ein unbeschreibliches Gefühl. Selbst im Kindergartenalter änderte sich daran nichts. Ihre Berührungen waren wie ein Liebesstrom, der bis tief in meine Seele eindrang. Sie ist wahrhaftig eine alte Seele, wie mein ER mir einmal mitteilte. Diese Ausstrahlung, die besagte: Ich bin da! Wum! *Da sein*, präsent sein, wach sein. Das konnte sie lehren: im Hier und Jetzt zu sein! Als sie älter wurde, sagte sie einmal zu mir, als wir uns im Urlaub von einer Heerschar trauriger Mädchen, mit denen sie sich in den Ferien angefreundet hatte, verabschieden mussten und sie weinend im Auto saß:

„Ach, was soll's, traurig sein bringt nichts. Das heißt ja, in der Vergangenheit leben. Und in die Zukunft blicken hilft

auch nichts, denn man könnte womöglich enttäuscht werden. Deshalb ist es am besten, im Hier und Jetzt zu leben und sich zu freuen.“

Und mit diesen Worten wischte sie sich die Tränen aus dem Gesicht und hörte fröhlich eine CD! Das war meine Tochter!

Eines Morgens sagte sie beim Aufwachen:

„Ich habe geträumt von einem Mensch in einem Glasschrank, Mensch aus Glas.“

War das die Antwort auf eine Frage, die ich mir ständig stellte: Was sah das „Dritte Auge<sup>8</sup>“? Alles? Auch das Unsichtbare? Wieso konnte ich in die Menschen hineinsehen, als wären sie aus Glas? Wieso hatte ich diese Begabung? Menschen wie mit einem chirurgischen Messer zu „sezieren“, auseinanderzunehmen, ihre Probleme, ihre Traumata, ihre Krankheiten zu „sehen“ – fast wie ein Röntgenapparat? Wenn mir ein Klient gegenüber saß, sah ich schon förmlich die Schwere an seinen Schultern hängen, die unterdrückten Gefühle, die sich befreien wollten, Verstorbene, die noch bei dem

---

<sup>8</sup> Das Dritte Auge ist das sechste der sieben Hauptchakren des Menschen. Es wird auch Stirnchakra oder Ajna-Chakra (Ajna = wahrnehmen) genannt. Ist das Dritte Auge geöffnet, werden Intuition und Erkenntnisfähigkeit gestärkt, sowie eine das Alltagsbewusstsein transzendierende Bewusstseinerweiterung ermöglicht. Menschen mit weit geöffnetem Dritten Auge haben übersinnliche Fähigkeiten, wie Hellsehen oder Gedankenlesen.

Klienten waren etc. Die Menschen schienen tatsächlich wie aus Glas, denn ich konnte in ihren Körper hineinblicken und „alles darin lesen“ – alles, was diesen Menschen ausmachte.

Eines Abends, als ich meine Tochter zu Bett brachte, lüftete sie noch ein Geheimnis. Sie sagte, wenn sie ganz alleine und still im Bett liege, hätte sie oft das Gefühl, ich oder Papa wären bei ihr. Sie erklärte es mir so:

„Du schlüpfst dann aus meinem Herzen und bist bei mir!“

So war das also! Mir ging ein Licht auf! Die Menschen, die wir liebten, waren in unserem Herzen, und wir konnten sie da „rausholen“ und bei uns haben! Meine Tochter sagte:

„Mama, manchmal spüre ich, wie du mich in meinem Körper streichelst. Du bist in meinem Herzen und sagst liebe Sachen und streichelst mich von innen!“

Ich fragte sie:

„Macht dir das nicht Angst?“

Da antwortete sie erstaunt:

„Nein, Mama! Das bist doch *Du*! Wie soll ich da Angst haben!“

Die Kinder in diesem Alter – meine Tochter war damals fünf Jahre alt – sind so intuitiv, so ehrlich. Wir Erwachsenen dagegen haben Angst, wenn so etwas passiert. Wir denken, dass wir verrückt geworden seien oder in unserem Gehirn irgendeine Sicherung durchgebrannt sein müsse. Wir glauben, dass es besser sei, alles Irrationale für sich zu behalten, schließlich wollen wir nicht in die psychiatrische Anstalt eingewiesen werden!

Ich lachte innerlich, war voller Humor, hörte meiner Tochter gerne zu, wenn sie mir diese Phänomene erzählte. Nun waren wir schon zu zweit mit unseren Wahrnehmungen; ich war mir also sicher, ich war noch nicht ganz verrückt geworden. Ich nahm jetzt alles, was geschah, mit Humor. Dieser rettete mich über eine Zeit hinweg, in der ich mit all diesen neuen Phänomenen zurechtkommen musste. Zu diesem Zeitpunkt wusste ich ja rein gar nichts über Kundalini, rein gar nichts über Siddhis, Nadis oder andere Phänomene anderer Religionen. Mein Leben war nur voller Übersetzungen technischer Dokumentationen, voller Bemühungen, ein Haus in Ordnung zu halten und mich um Kind, Katze und Garten zu kümmern. Und dann das? Ich meinte zuerst, am besten hätte ich niemals angefangen zu meditieren! Meine Tochter teilte mir nun auch immer mehr von sich und ihren „übersinnlichen“ Erlebnissen mit. Sie erzählte, sie würde mich stets hören, wenn sie im Kindergarten war, und auch sehen, genauso wie ihren Vater. Sie sagte, sie sähe Bilder der Liebe. Und das Herz wäre wie ein Lautsprecher, eine Stimme, die sehr laut sei. Sie könne

sich aber trotzdem gut auf das Geschehen im Kindergarten konzentrieren. Sie erzählte, dass diese innere Stimme nur Schönes sagen würde, liebe Sachen. Sie erzählte auch, dass sie über Kabel aus ihrem Herzen mit meinem Herzen und dem Herzen ihres Vaters verbunden sei und violettes Licht darin fließe.

Das war so erstaunlich: Konnte es sein, dass jemand die Menschen hörte und sah, die im Herzen wohnten? Ich dachte wieder an die Frage der Yoga-Lehrerin: Wer wohnt im Herzen?

Eines Abends, als ich meine kleine Tochter ins Bett brachte, sagte sie:

„Wenn du mich berührst, und wenn es nur mit dem kleinen Finger ist, fließen alle Farben des Regenbogens in mich, und in dir und in mir sehe ich lila Licht!“

Und eines Nachmittags erzählte sie:

„Mama, wenn ich deine Stimme im Kindergarten höre, dann ist das nicht am gleichen Tag, wie du es gedacht hast.“

Das war wieder eine interessante Information und schien eine weitere Frage zu beantworten, die schon länger in meinem Kopf kreiste, denn im Laufe meiner Beobachtungen stellte ich fest, dass, wenn ich eine Frage stellte, die Antwort meist ein bis drei Tage danach in allen möglichen Formen daherkam! Manchmal auch am selben

Tag, aber das war unberechenbar! Manchmal geschah es durch Träume, manchmal über Gespräche mit anderen, manchmal in der Meditation, manchmal durch meine Tochter.

Irgendwie fielen mir die Antworten zu! Konnte es sein, dass die Gedanken und Gefühle, die andere Menschen hegten und die ich unterbewusst „auffing“, so lange in meinem eigenen Herzen gespeichert wurden, bis ein ruhiger Augenblick da war, der sozusagen „passte“, damit ich diese dann laut hören konnte? Ich wurde immer nachdenklicher. Die Sache ließ mich nicht mehr los; ich wollte Antworten haben auf alle diese Phänomene.

Meine Tochter erzählte mir, bei ihr würde es wie folgt ablaufen: Bevor sie mich telepathisch aus der Entfernung höre, würde ihr Herz immer ganz laut schlagen, als würde jemand anklopfen, und dann wusste sie: Das ist die Mama, die mir etwas sagen will! Sie sagte:

„Mama, das in mir drin, das ist die Seele, also Gott. Und das zwischen uns ist eine ganz große Verbindung!“

Demnach wären wir also über die Seele, und durch die Seele über Gott miteinander verbunden. Und eines Tages erklärte sie dann weiter:

„Wenn ein Wind in mein Herz bläst und es anfängt zu pochen, weiß ich, dass du mir etwas sagen möchtest. Und dann kann ich dich hören und trotzdem auch alles andere machen. Außerdem spüre ich manchmal eine Art Kloß im Hals, manchmal juckt es auch ein bisschen wie Brause,

dann führe ich merkwürdige Schluckbewegungen durch und das, was die Stimme sagen möchte, kommt raus!“

Sie erzählte auch, dass sie bei der Herstellung der telepathischen Kommunikation mit den Menschen, die sie lieben, Wärme spüre und Hitze, teilweise Regenschauer durch den ganzen Körper liefen und es im Herzen pochen und klopfen würde. Diese Gefühle würde sie lieben. Bei mir verhielt es sich nicht ganz so wie bei ihr. Ich hörte die Stimme anderer Menschen nicht immer laut, aber ich spürte ein Pochen im Herzen und im Hals. So, als würde meine Seele sich mit jemandem unterhalten. Leider hörte ich aber nicht immer, was gesagt wurde. Aber vielleicht sollte das so sein, schließlich hatte ich als Erwachsene nicht immer nur Worte der Liebe mit anderen Menschen auszutauschen! Durch die Beschreibungen meiner Tochter und meine eigenen Erfahrungen wurde ich immer überzeugter von der Tatsache, dass ich also über die Seele mit den Menschen kommunizierte, die im Herzen wohnten. Oder mit allen Menschen? Wohnten alle Menschen im Herzen? War ich über das Herz – die Seele – mit allen Menschen verbunden?

Ich erlebte eine Beziehung zu meiner Tochter, die gekennzeichnet war von totalem Frieden, tiefster Verbundenheit und einer Harmonie in Stille. Da floss so viel Dankbarkeit, Zärtlichkeit und Freude. Sie berichtete mir eines Morgens begeistert:

„Nachts kommt der Regenbogen und lädt mich mit Energie auf!“

Und ich dachte: Wie passend, dass du dann in die Regenbogengruppe im Kindergarten gehst!

Wenn ich manchmal überfordert und traurig war, dachte ich, wir könnten doch auch ins Ausland gehen. Dort hätten wir es besser, denn die Firma meines Mannes könnte uns über eine vierjährige Entsendung ins Ausland schicken, und wir würden so viel Geld erhalten, dass wir ein großes Haus mieten könnten und ich nicht mehr als Übersetzerin arbeiten müsste und nur noch Mutter und Reiki-Behandlerin sein könnte. Dann wurde ich immer wieder überwältigt von der Liebe meiner Tochter. So, als ob ihre Liebe mich wieder in mein Leben zurückholte und sagte: Ist doch alles gut, so wie es ist. Du musst nirgendwo hin, die Liebe ist doch da und das Leben, das du willst. Meine Tochter gab mir ein Urvertrauen zurück – genauso fühlte es sich an. Und ich dachte: Wie merkwürdig, wieso kriege ich denn jetzt von meiner Tochter das Urvertrauen, welches ich ihr doch geben müsste? Aber dann wurde mir schlagartig klar, dass sie mir das zurückgab, was ich ihr bereits schon gegeben hatte.

Am 02.12.2009, am sechsten Geburtstag meiner wunderbaren Tochter dankte ich Gott und dem Universum für dieses Kind, die Sonne und die Freude. Ich dachte an den Tag ihrer Geburt zurück und daran, wie mein Leben sich in den letzten sechs Jahren verändert

hatte. Sie hatte mein Herz geöffnet, das seitdem immer größer und weiter wurde, für diese ganz große Verbindung, diese Freude, die ich empfand, wenn ich an dieses Mädchen dachte, an ihre Begeisterung und Lebensfreude, die aus ihren Augen sprühte, glücklich und für jedes Abenteuer bereit! Dieses Kind brachte so viel Freude in mein Leben, so viel Fröhlichkeit. Als ich das dachte, hörte ich die Stimme meines ER:

„DESHALB HAST DU SIE AUCH BEKOMMEN, UM FREUDE ZU HABEN. ES WAR SO WENIG FREUDE IN DEINEM LEBEN!“

Ja, das stimmte. Wie wahr das war! So wenig Freude in meinem bisherigen Leben, so viel Anstrengung und Leid. Meine Tochter war im wahrsten Sinne des Wortes ein Geschenk des Himmels, das ich immer wieder dankbar annahm. Außerdem dachte ich an diesem Geburtstag meiner Tochter noch, dass mir dieses Kind noch nie Ärger eingebracht hatte, noch nie einen Anlass gegeben hatte, nicht stolz zu sein, dass sie nur Gutes brachte und Anlass zu Freude. Da sagte mein ER:

„UND DAS WIRD AUCH SO BLEIBEN!“

An Tagen, an denen ich niedergeschlagen war oder mich gefangen fühlte in einem Käfig von Pflicht- und Schuldgefühlen, forderte mich mein ER auf:

„FÜR DEINE TOCHTER. FÜR SIE. FLIEGE MIT IHR. WENN DU

NICHT FLIEGST, KANN SIE DOCH AUCH NICHT FLIEGEN.  
KOMM IN DEINE KRAFT! KOMM IN DEINE KRAFT  
ZURÜCK!“

Das half ungemein, mit welcher Klarheit ER zu mir sprach und wie passend für meine jeweilige Situation es war. So, als würde er mich durch und durch kennen, als könnte ich ihm wirklich überhaupt gar nichts vormachen. Und dann konnte ich wieder fliegen, die Freiheit spüren, den Wind, die Leichtigkeit des Seins.

Als ich einmal völlig gestresst am PC saß, weil ich einen Abgabetermin für eine Übersetzung hatte und extrem unter Zeitdruck stand, hörte ich die Stimme meiner Tochter, die gerade im Kindergarten war:

„Mama, du arbeitest zu viel!“

Und dann hörte ich sofort die Stimme meines ER:

„AUS DER SICHT DER KINDER IMMER!“

Das ist ein Beispiel dafür, wie mir die Stimme half, keine Schuldgefühle zu haben! Sie war so ungemein hilfreich! Denn meiner Tochter gegenüber hegte ich schnell Schuldgefühle, wenn ich müde und kaputt und nicht aufnahmefähig war, wenn ich zu viel Zeit im Büro verbrachte oder ein Spielversprechen nicht eingehalten hatte. Mich immer wieder von Schuldgefühlen frei zu machen, das war die Lektion meines ER. Mir immer

wieder klarzumachen, dass ich als Mutter alles richtig machte, dass alles in Ordnung war.

Meine Tochter begann, immer mehr zu „sehen“. Sie war inzwischen aura- und hellichtig. Sie konnte die Farben von fließender Energie wahrnehmen. Zum Beispiel sagte sie, sie sähe deutlich, wenn bei einer Reiki-Behandlung in meinem Kopf weißes Licht eintrete, welches dann in meine Hände und darüber in ihre Hände fließe. Sie sagte auch zum Beispiel, ich würde „leuchten“ oder dass bei ihr die Energie rot und rosa, bei Papa blau sei. Und wenn sie so etwas sagte, wusste ich, dass es stimmte.

Eines Tages kochte ich mir Spaghetti mit Tomatensoße zum Mittagessen. Als ich eine Stunde später meine Tochter vom Kindergarten abholte, sagte sie auf dem Nachhauseweg:

„Heute habe ich gesehen, wie du ein Foto im Regal von mir angesehen hast und dabei Spaghetti mit Tomatensoße gegessen hast.“

Ich war baff. Ja, ich saß tatsächlich in unserem Esszimmer und sah auf das Foto meiner Tochter im Regal, nachdenklich und glücklich. Ich war jetzt überzeugt davon, dass mit meiner Tochter dasselbe passiert war wie mit mir. Sie war „erwacht“! Sie hatte dieselben Fähigkeiten wie ich: Hellsehen, Hellwissen, Hellfühlen, Hellhören. Und eines Tages sagte sie zu mir:

„Die Menschen schauen immer so starr, wie aus Stein!“

Was meinte sie damit? Hieß das, dass sie schliefen, dass sie unerwacht waren? War es das, was mein ER meinte, als er mich dazu aufforderte, die anderen „aufzuwecken“? Das Leben, wie ich es vor meiner „Erweckung“ kannte, war ja auch tatsächlich Schlaf. Als ich „meinen Tod starb“, hatte ich ganz und gar nicht das Gefühl, zu sterben, sondern ganz im Gegenteil: ins Leben ja gerade erst einzutreten! Erst seitdem ich gestorben war, lebte ich überhaupt!

Im Sommer 2009 wurde meine Tochter schwer krank, sie hatte das Pfeiffersche Drüsenfieber. Ich war zwei Wochen lang in heller Aufruhr, es blieb nur wenig Schlaf für mich in dem permanenten Kampf gegen das hohe Fieber. Und in meiner Verzweiflung fragte ich meinen ER, wann denn das Fieber endlich zurückginge. Ich erhielt eine konkrete Antwort:

„SPÄTESTENS AM MONTAG!“

Tatsächlich verschwand das Fieber am darauffolgenden Montag!

Einmal fragte ich innerlich meinen Kinderarzt, wie er eigentlich als Schulmediziner zu Homöopathie und Globuli gekommen sei, und er antwortete mir am darauffolgenden Tag, als wir zur Nachuntersuchung bei ihm in der Praxis waren, exakt auf meine innerlich gestellte Frage, ohne dass ich das Thema bei ihm in der Praxis ansprach! Er erzählte von seinem Weg als Klinikarzt und all den schwerkranken Kindern, bei denen die Globuli

angeschlagen hatten, und wie das Thema ihn immer mehr packte, er immer mehr in diese Richtung austestete. Ich dachte: Oh ja, das kann ich absolut nachvollziehen! Dass man von einem Thema gepackt würde, das einen nie wieder loslasse, und das man erforschen wolle, worauf man Antworten brauchte, man sich wie ein Besessener Tag und Nacht den Kopf zerbräche, weil diese Dinge so absolut abwichen von der „Normalität“ oder „wissenschaftlichen Erkenntnissen“.

Immer wieder erlebte ich nun ähnliche Situationen wie diese mit meinem Kinderarzt. Ich stellte bei meinen Reiki-Behandlungen innerlich Fragen und bekam diese dann nach der Behandlung im Gespräch beantwortet, einfach so. Das Thema kam einfach darauf. Das packte *mich*! Ich wollte die Gesetzmäßigkeiten hinter all *diesen* Phänomenen verstehen. Das ließ *mich* alles nicht mehr los! Dieses Geheimnis zu ergründen, dem Ganzen auf die Spur zu kommen, das wollte ich.

Die darauffolgenden Osterferien verbrachte ich mit meiner Tochter wieder am Tegernsee auf dem Reiterhof. Leider hatten wir dieses Mal nicht so eine schöne Zeit. Bereits am Anreisetag brach sich meine Tochter den Arm beim Trampolinspringen. Noch dazu links! Ihre Schreibhand! Da es am Abend war, dachte ich, vielleicht sei es ja nur eine Verstauchung. Ich gab ihr Globuli und über die ganze Nacht ließ ich ihr Reiki zukommen. Ich rieb den Arm auch mit Schmerzgel ein, doch am nächsten Morgen stand der Arm merkwürdig ab. Ich fuhr also mit ihr in die nächstliegende orthopädische Praxis.

Der Arzt war sehr nett. Er fragte meine Tochter immer wieder, ob sie denn nicht schreckliche Schmerzen hätte. Sie verneinte und der Arzt wurde stutzig. Keinerlei Schmerzen? Das Röntgenbild zeigte eindeutig einen Bruch der Elle! Glatt durchgebrochen! Und keinerlei Schmerzen? Ich erzählte ihm beiläufig von dem Reiki und war erstaunt, dass er es verstand. Er fragte mich, ob es sich dabei um eine Energieübertragung handle. Ich bejahte – mehr als erstaunt, mitten in den Bergen einen solch offenen Arzt vorzufinden.

Er erzählte mir von TCM, der traditionellen chinesischen Medizin, die er ausübte, und welche tollen Heilerfolge man damit erzielen könne. Leider übernahmen das nicht die Krankenkassen und man bräuchte natürlich auch mehr Geduld als mit Spritzen, gerade im orthopädischen Bereich. Ich wusste nur zu gut, was er meinte. Beim Reiki verhielt es sich ja ähnlich: Die Menschen kamen ein einziges Mal und glaubten, das wäre ausreichend: Ein Besuch und sie wären geheilt, teilweise von jahrzehntelangen schweren Leiden. Aber würden sie eine Medizin auch nur einmal an einem Tag nehmen? Ganz sicherlich nicht.

Als ich in 2011 eine Woche der Sommerferien mit meiner Tochter am Schliersee verbrachte, war ich glücklich und zufrieden wie noch nie zuvor in meinem Leben. Wir saßen an einem kleinen Kiosk am See, meine Tochter an mich geschmiegt. Sie sagte:

„Wie schön alles ist mit dir!“

Und ich antwortete:

„Ja, wie romantisch es hier ist!“

Es war ein Gewitter im Anzug. Diese düstere Gewitterstimmung und wir beide mitten in der Natur: Dafür lebte ich! Für solche Augenblicke. Und ich wünschte mir, dass die Beziehung zu meiner Tochter immer so bleiben möge wie in diesem Augenblick: In Ehrlichkeit und großer Liebe verbunden, in Freude miteinander, in Begeisterung für das Leben und die Welt, mit Offenheit und Neugier! In diesem Augenblick, wo ich nichts anderes mehr wollte, spürte ich tiefen Frieden. Und dann hörte ich IHN:

„FRIEDE KOMMT DANN, WENN DU NICHTS MEHR WILLST.“

Ja, das war so wahr, so unendlich wahr.

Leider verlor meine Tochter im Laufe ihres Schullebens ihre „psychischen Fähigkeiten“, wie ich sie nannte, nach und nach immer mehr. Das Rationale, der Verstand, das Lernen standen jetzt im Vordergrund, und das würde sicherlich noch die gesamte Schulzeit lang so bleiben. Sie fand Reiki zwar weiterhin gut und freute sich immer darauf, wenn ich sie abends ins Bett brachte und ich ihr Reiki gab, wollte aber in der Schule nichts davon erzählen. Das einzige, woran sie weiterhin festhielt, war ihr

Sorgenpüppchen, das ihr ihre Lehrerin, die aufgrund ihrer Schwangerschaft die Schule verließ, zum Abschied geschenkt hatte. Mein Mann und meine Tochter hatten ein Bettchen für dieses Sorgenpüppchen gebaut, und abends, bevor sie ins Bett ging, sprach meine Tochter manchmal mit diesem Püppchen. Sie erklärte mir, dass sie ihm all ihre Sorgen und Wünsche mitteile und dass das Bettchen eine Art Ladestation wäre, die mit Gott verbunden war. Sobald sie das Püppchen da hineinlegte, würden ihre Wünsche und Sorgen an Gott übermittelt. Ich beließ es dabei und war froh, dass ich all die Erlebnisse, die ich mit meiner Tochter in ihrer Kindergartenzeit teilen konnte, aufgeschrieben hatte und so nichts verloren gegangen war von diesen kostbaren „Beweisstücken“ ihrer eigenen Erweckung. Die Weisheit meiner Tochter ging auch nicht wirklich verloren, und ich hörte immer gut zu, wenn sie mir ihre Gedanken und Gefühle mitteilte.

Eines Nachmittags, als ich weinend im Wohnzimmer auf der Couch saß und sie wissen wollte, warum ich denn Tränen vergoss, erzählte ich ihr, dass ich ein bisschen traurig sei, weil wir jetzt unser Familienauto, das ich zehn Jahre lang gefahren hatte, verkaufen würden, und dass ich so viele schöne Erinnerungen mit dem Auto hätte. Es sei das erste große Auto gewesen, das wir uns geleistet hätten. Es wäre das Auto, in dem ich mit ihr so viele Abenteuer erlebt hatte, den Kinderwagen hinten in den Kofferraum gepackt und Münchens Umgebung unsicher gemacht hatte, dass wir so viele Urlaube mit diesem Auto

verbracht hätten, wir beide doch damit so oft auf dem Reiterhof waren, und das uns immer treu gedient hatte. Ich sagte ihr, dass ich mich fragte, wohin es nun kommen würde und ob es weiterhin so viel Spaß haben würde wie mit uns. Ich weiß, das klingt sentimental, aber so bin ich nun einmal. Ein Auto ist für mich wie ein Partner, schließlich verlasse ich mich jeden Tag darauf und wir müssen uns verstehen, wie ein gutes Team. Außerdem stand dieses Familienauto natürlich auch für einen großen Lebensabschnitt. Es herzugeben bedeutete auch, diesen Lebensabschnitt nun zu verabschieden: Das Leben mit einem kleinen Kind! Natürlich hatte ich schon ein neues Auto bestellt, das ich am nächsten Tag abholen sollte, ein Traumauto für meinen nächsten Lebensabschnitt, ein kleines Cabrio, einen Stadtfliker, der soeben auf den Markt gekommen war und auf den meine Tochter und ich uns eigentlich riesig freuten. Doch meine Freude war eben noch getrübt von Abschiedsschmerz. Was meine Tochter dann aber zu mir sagte, als sie mich so melancholisch dasitzen sah, war erstaunlich:

„Mama, wenn du neue Erfahrungen machen möchtest, musst du die alten abgeben!“

Ich stutzte: Dieses Kind! Niemals ein Funken Traurigkeit in diesem Wesen! Sie verstand in einer unbeschreiblichen Tiefe, um was es hier in diesem Leben ging!

Als ich meine Tochter an diesem Abend ins Bett brachte, sagte sie:

„Ich versuche, immer fröhlich zu sein. Das Leben ist um so vieles leichter, wenn man fröhlich ist.“

## **Neue Weltsicht**

Zwei Jahre nach meiner „Erweckung“ kam eine Zeit, in der ich sehr weinerlich war. Ich verstand nicht, weshalb. Ich fragte meinen ER, was mit mir los sei und er sagte:

„VERABSCHIEDE DICH VON ALLEM BISHERIGEN!“

Ich war verwirrt, fragte:

„Hm?“

ER sagte:

„VON DEINER BISHERIGEN WELTSICHT! SUCHE KEINEN HALT IM BISHERIGEN!“

Er meinte wohl: Trenne dich von deiner bisherigen Annahmenwelt, also deiner bisherigen Weltvorstellung. Trenne dich von allem, was du bisher gedacht und geglaubt hast. Von deinem Glaubenssystem, von allen bisherigen Überzeugungen. Langsam verstand ich: Die Welt funktionierte gar nicht so, wie mir das jahrzehntelang erzählt worden war! Es gab ganz andere Gesetze, von denen wir Menschen überhaupt keine Ahnung hatten!

In dem Buch „Wie auf Erden so im Himmel“ von Beat Imhof fand ich Beschreibungen der Gesetze, die unser Leben dagegen tatsächlich bestimmten, und auf die ich nun immer wieder traf. Da gab es zunächst einmal das Gesetz von Ursache und Wirkung, welches besagt, dass die Ursache für jede Art der Auswirkung in meinem „Tun“ liegt, wobei dieses Tun in Gedanken, Worten und Taten stattfinden kann. Dieses sogenannte *Kausalitätsprinzip* geht davon aus, dass einer Ursache immer eine Wirkung folgt – oder umgekehrt jeder Wirkung eine Ursache zugrunde liegt. Nur dass die Ursache eben meist nicht in dem Zusammenhang mit der Wirkung steht, wie ich mir das im Allgemeinen vorstellte, sondern dass die Wirkung aus einer ganz anderen Richtung kommen kann, die ich gar nicht als im Zusammenhang mit der Ursache stehend erkannte.

Die Ursache kann nämlich in Gedanken liegen, die mir ständig im Kopf herumkreisen, oder in Worten, die ich ausgesprochen habe, aber an die ich mich nicht mehr erinnern kann. Es können Flüche oder Schwüre sein, die ich vor langer Zeit ausgesprochen habe, Glaubenssätze, die ich in mir verankert habe, oder Überzeugungen, die ich von meinen Eltern, Großeltern oder der Gesellschaft übernommen habe. Da die wenigsten Menschen sich ihrer Gedanken, Worte, Schwüre oder Glaubenssätze bewusst sind, merken die meisten gar nicht, dass sie selbst die Ursache für bestimmte Ereignisse waren und diese selbst herbeigeführt haben.

Dann lernte ich etwas über das Gesetz der Gegenläufigkeit. Es besagt, dass alles früher oder später

in sein Gegenteil zurückkehrt. Es kehrt also zu mir zurück, was ich aussende, und das, was ich gebe, erhalte ich zurück. Das gilt auch für meine Gefühle, wie Liebe, Zuneigung oder Hass und Ablehnung. Ein Liebender erhält Liebe zurück, ein Hassender Hass, ein Zurückweisender wird zurückgewiesen, dem Verzeihenden wird verziehen, der Tröstende wird getröstet und so weiter. Gleichermaßen gilt auch: Was ich erzwingen, das bezwingt mich, was ich verdränge, das bedrängt mich, was ich unterdrücke, das bedrückt mich, was ich besitze, macht mich besessen, und was ich festhalte, das hält mich fest. Oder: Wer lügt, der wird belogen, wer betrügt, der wird betrogen, wer stiehlt, der wird bestohlen, wer Unrecht sät, wird Unrecht ernten und so weiter. Positive und negative Energien, die ich in Form von Gedanken und Gefühlen aussende, kehren also zu mir zurück. So erschaffe ich mir Freude und Leid, Zuversicht und Furcht, Liebe und Hass selbst. Dieses Gesetz der Gegenläufigkeit erzeugt also einen *Spiegeleffekt*.

In Beat Imhofs Buch stieß ich weiterhin auf das Gesetz des Ausgleichs, das besagt, dass jede Einseitigkeit zu einem Ungleichgewicht der Kräfte führt und es deshalb gut sei, die goldene Mitte zu leben, denn das fehlende Mittelmaß der Kräfte führt zu einer Störung im körperlichen und seelischen Gleichgewicht. Ich dachte an das Beispiel des häufig verwendeten Begriffes der Work-Life-Balance. Das hieß also, wenn ich zu viel arbeite und keinen Ausgleich in meinem Privat- oder Sozialleben habe, gerate ich aus dem Gleichgewicht und werde körperlich oder seelisch

krank. Das leuchtete mir sofort ein und deckte sich auch mit meinen eigenen Erfahrungen und denen meiner Klienten.

Weiter erfuhr ich etwas über das Gesetz der Wandlung, es war einfach erklärt: Es besagt, dass alles Lebendige einem ständigen Wandel unterliegt. Alles ist im Fluss, alles verändert und erneuert sich permanent. Das ist im Frühling gut zu beobachten, wenn plötzlich alles sprießt und gedeiht, die Natur zur vollen Blüte erwacht. Im Herbst verblüht dann alles wieder und die Blätter fallen von den Bäumen. So ist es auch mit dem menschlichen und tierischen Leben, Geburt und Tod wechseln sich ab. Leben beginnt und entwickelt sich, Leben vergeht und stirbt.

Zuletzt beschäftigte mich das Gesetz von der Erhaltung der menschlichen Energie, das ich ebenfalls sehr aufschlussreich fand. Ich konnte es für viele Ereignisse als Erklärung heranziehen. Es besagt, dass wir das zurückbekommen, was wir an Energie investiert haben. Wenn ich also karg säe, werde ich spärlich ernten, wenn ich aber reichlich säe, werde ich Fülle ernten. Niemand kann ernten, was er nicht gesät hat. Jeder erntet das, was er gesät hat und in dem Maße, wie er gesät hat. Das weist mich darauf hin, dass ich mit den Folgen meiner Saat Geduld haben muss, denn so, wie die Ernte erst lange nach der Saat stattfindet, so treffen die Folgen einer Tat häufig erst spät nach deren Verursachung ein.

Aufgrund dieser Zeitverzögerung, die Jahrzehnte betragen kann, erkannte ich wahrscheinlich die Ursache

bestimmter Ereignisse in meinem Leben gar nicht. Dass die investierte Energie eine große Rolle bei den Ergebnissen spielt, war für mich und für meine Reiki-Arbeit enorm aufschlussreich, denn ich verstand nun, warum mit den bereits erwähnten Symbolen des zweiten Reiki-Grades Wünsche und Ziele erreicht werden konnten. Denn die Energie wurde auf bestimmte Ereignisse in der Zukunft – oder in die Vergangenheit – gerichtet und gebündelt dorthin geschickt. Eine positive, liebevolle Energie, die hin zum Höchsten oder zum Besten aller Beteiligten wirkte. Wenn ich also ein Thema immer wieder anhand der Reiki-Symbole mit der Reiki-Energie versorgte, wurde das Thema irgendwann, sobald genügend Energie hineingeflossen war, aufgelöst. Es kippte sozusagen von einem negativen oder Null-Zustand in einen positiven Zustand und wurde in ein positives Ergebnis umgewandelt. Ich habe schon miterleben dürfen, wie die unwahrscheinlichsten Wünsche wahr wurden, weil ich in diese Wünsche mithilfe der Reiki-Symbole Energie schickte.

Genauso verhielt es sich mit meinen Gedanken, die letztendlich ja ebenfalls reine Energie sind. Wenn ich ständig um ein Thema kreiste und immer wieder dieselben Gedanken zu einer Sache hatte, würde das entsprechende Ereignis irgendwann auch eintreffen. Das galt natürlich auch in negativen Angelegenheiten. Wenn ich ständig Angst oder Befürchtungen bezüglich bestimmter Zukunftsergebnisse oder in Bezug auf bestimmte Menschen in meinem Umfeld hatte, würden diese auch im negativen Sinne eines Tages wahr werden.

Solcherart waren die Lehren, die ich von meinem ER bekam und die ich in verschiedenen Büchern, wie dem von Beat Imhof, sowie in meinem täglichen Leben bestätigt fand. Dennoch oder trotz dieser Erklärungen ging es mir nicht gut, denn mir war ständig übel. Ich hörte die Menschen nicht mehr, die in meinem Herzen wohnten, und war darüber sehr verzweifelt. Denn ich hatte Angst, dass mein Höhenflug vorbei war, dass ich all die lieb gewonnenen Fähigkeiten wieder verloren hatte. So fragte ich eines Tages meinen ER in der Meditation:

„Warum ist mir so schlecht?“

Die Antwort kam prompt:

„WEIL DU ERWARTUNGEN HAST. ERWARTUNGEN FÜHREN ZU ANGST. DU LIEBST, UM BESTIMMTE RESULTATE ZU ERREICHEN. LASS SIE LOS UND ES WIRD DIR GUT GEHEN. DU WIRST GLÜCKLICH SEIN. ES KOMMT SO, WIE ES KOMMEN WIRD. DU KANNST ES NICHT MANIPULIEREN.“

Die Erwartungen loslassen, beobachten – mehr nicht, zuhören – mehr nicht, kein Druck, kein Zwang, keine Resultate. Ich sinnierte. Sobald ich also Druck ausübte, gingen die „übersinnlichen“ Fähigkeiten verloren. Hellsehen, Hellhören, Kommunikation auf der Seelenebene, Sehen in die Zukunft – all diese Schätze, die mir so lieb und kostbar geworden waren und die ich keinesfalls verlieren wollte!

Ich verstand, dass es sich auch mit den Wünschen so verhielt, dass sie nur dann in Erfüllung gingen, wenn ich keine Erwartungen haben würde und kein Resultat erzielen wollte. Ich konnte einen Wunsch losschicken, aber dann sollte ich ihn getrost vergessen. Nicht anhaften, nicht immer wieder darum betteln oder verzweifelt sein! Das wäre das Gegenteil von Glaube und von Vertrauen, so würde keine Liebe fließen können. Es ging also immer und immer wieder um die Liebe! Die Liebe konnte nur in einer absolut gewaltfreien Zone fließen, in der nichts gefordert, nichts verzweifelt erbettelt und nichts erwartet wurde. Wenn die Liebe bedingungslos floss, konnten alle übersinnlichen Fähigkeiten aktiv werden, konnten alle meine Wünsche erfüllt werden. Wenn dagegen Schuld, Angst, Erwartungsdruck oder Erfolgsdruck im Spiel waren, dann klappte es nicht.

„DIE LIEBE IST DAS MAß ALLER DINGE, DIE LIEBE, DIE LIEBE, DIE LIEBE. BEI SICH SEIN, IN SEINER EIGENEN MITTE“,

ergänzte mein ER.

Nur dann gingen Wünsche in Erfüllung! Nur dann hatte ich die richtige Einstellung: Wunsch abschicken, nicht mehr darüber nachdenken, bei mir bleiben, in meiner Mitte, loslassen. Das Universum suchte die „richtige“, die passende Lösung für alle Beteiligten! Und fand sie, es dauerte eben ein bisschen. Schließlich waren an einem Wunsch ja oft sehr viele Menschen beteiligt, und es

musste für alle das richtige Ergebnis herauskommen!  
Niemand durfte durch meinen Wunsch zu Schaden kommen!

Langsam sickerten alle diese Erkenntnisse in mein Bewusstsein ein.

In meinem Alltagsleben geschahen kurz darauf kleine Wunder: Ich fand einen Platz in der Mittagsbetreuung der Grundschule für meine Tochter, obwohl es völlig aussichtslos schien, einen solchen Platz zu bekommen. Mein Mann machte einen Karrieresprung in seiner Firma, den er sich schon lange gewünscht hatte. Viele kleine Dinge ereigneten sich, die für mich kein Zufall waren, sondern kleine Wunder des Alltags. Diese traten immer dann ein, wenn ich mein Herz öffnete und ich intuitiv SEINE Gegenwart in meinem Leben wahrnahm. Ich sah dann diese Lichtgestalt buchstäblich vor mir, sie leuchtete vor meinem Gesicht auf und lächelte mich an. Genau in diesen Augenblicken läutete dann beispielsweise das Telefon und eine gute Nachricht kam zu mir.

Es ging also um das *Einssein* mit IHM. Sobald ich mein Einssein mit IHM spürte, mein Herz also ganz öffnete, konnte ein Wunsch sofort – und mit einer positiven Lösung für alle Beteiligten – erfüllt werden.

Diese kleinen Wunder in meinem Alltag, die nun häufiger in meinem Leben vorkamen, zwangen mich, meine geistige Begrenzung noch mehr zu erweitern, um mich einer anderen, einer völlig von meiner alten Weltsicht verschiedenen Weltsicht zu öffnen, wie ich sie bisher so nicht kannte. Diese „Zufälle“ oder „Koinzidenzen“ halfen

mir, mich noch mehr meinem Glauben an Gott zu verschreiben, mich noch mehr auf IHN einzulassen und IHM zu vertrauen. Ich spürte noch bewusster in SEINE Existenz und Gegenwart hinein. Jede dieser „Synchronizitäten“, die ich von nun an erlebte, bewies mir, dass mein Glaube an IHN stärker war als meine Zweifel, stärker als mein Verstand, stärker als meine Einwände oder Widerstände. Und jedes dieser „Wunder“ bewies mir, dass es IHN gab, dass ER existierte, dass ich die Interpretation meines Lebens losließ – dass ich *glaubte* und mich IHM völlig übergab, SEINER Entscheidung hingab.

Rabbi Michael Laitmann beschrieb dies auf eindruckliche Weise in seinem Buch „Kabbala“. In diesem Buch las ich, dass der Mensch, wenn er gegen seinen eigenen Verstand handelt und den Willen des Schöpfers über seinen eigenen Willen setzt, entdeckt, dass die materielle und die spirituelle Welt gleichzeitig funktionieren, gemäß derselben spirituellen Grundregel, nämlich dass der Glaube dem Verstand übergeordnet ist.

In meiner nächsten Meditation sah ich mich am Anfang eines langen Weges, ich sah bis zum Horizont, überall waren nur Wiesen, Weite, Licht, ganz viel Licht und Ruhe, ganz viel Ruhe. Ich sah keine Hindernisse mehr, niemanden mehr, der mir Steine in den Weg legen konnte. Ich sah keine Beschränkungen mehr, nur einen endlos langen Weg! Ich stand da mit einem Koffer in der linken und einem in der rechten Hand. Auf dem linken stand: *Geheil(ig)te Vergangenheit*, auf dem anderen: *Abenteuer der Zukunft*. Ich sah mich, wie ich ein paar

Schritte auf dem Weg ging, mit beiden Koffern. Da schrie ER mich an:

„LASS DEN KOFFER STEHEN!“

Er meinte den linken Koffer, mit der Vergangenheit drin. Da ließ ich den einen Koffer stehen und weinte dabei ganz schrecklich. Ich ging mit dem anderen Koffer – dem „Abenteuer der Zukunft“ – weiter.

Mein Leben veränderte sich nicht nur durch die „neuen“ Gesetze, die ich immer mehr in meinem Alltag wirken sah, sondern auch in meiner Einstellung alltäglichen Ereignissen gegenüber. Mit einer meiner Nachbarinnen hatte ich ein extrem schwieriges Verhältnis, das sich seit bereits fünfzehn Jahren zusehends verschlechterte, obwohl wir beide schon mehrere Versuche unternommen hatten, das Verhältnis wieder zurechtzurücken. Doch wir waren einfach zu verschieden: zwei Welten, die Tür an Tür leben mussten. Und wenn ich mich in meinem Alltag wieder von allerlei Dingen in dieser Sache ärgern ließ, forderte mich mein ER auf:

„KONZENTRIERE DICH AUF DEIN LEBEN!“

Die Lektion war klar: Konzentriere dich auf dein Leben, bleibe ruhig, lass dich nicht stören. Lass dich durch nichts aus der Ruhe bringen, bleibe in deiner Mitte, bleibe verwurzelt. Gehe deinen Weg, konzentriere Dich auf

deine Ziele, deine Wünsche, deine Zukunft! Und ignoriere alles andere: alle Verletzungen aus der Vergangenheit! Ich wünschte mir Frieden und Harmonie in meinem Umfeld. Aber ich sah nur Feindschaft, Boshaftigkeiten, Konkurrenzkampf und Verleumdung. Eines Tages hörte ich meinen ER wieder sagen:

„DU KANNST NUR IN DIR FRIEDEN UND HARMONIE FINDEN! NICHT DA DRAUßEN!“

Einmal versuchte diese Frau aus der Nachbarschaft wieder, mich zu ärgern, und spielte eine recht heftige Karte der Rachsucht aus. Da fragte mich mein ER:

„KANNST DU IHR VERZEIHEN?“

Ich sagte – mich selbst überraschend – ganz spontan:

„Ja, ich kann ihr verzeihen.“

Seitdem ist da nichts mehr: keine Verletzbarkeit, kein Ärger, kein Groll, keine Wut, sondern Gleichgültigkeit und sogar Mitgefühl. Ich stellte fest, dass es immer wieder um das *Verzeihen* und *Vergeben* ging – immer wieder. Das ganze Leben durchleuchtete ich mit IHM daraufhin, alle Beziehungen bearbeitete ich vor diesem Hintergrund: Kannst du verzeihen? Kannst du loslassen? Kannst du einen Schritt weiter gehen? Wenn ich dann einer Person wirklich verzieh, trat ein richtiges Feuer in meinem Bauchraum auf. Es war ein Feuer, das alles zu verbrennen

schien, was da noch an Unreinheiten oder anderen ungelösten Konflikten feststeckte. Danach fühlte ich mich wie neu geboren, gereinigt und befreit.

Ich kam zu dem Schluss, dass ich mir von nun an keine Sorgen mehr *über* etwas machen würde, sondern *für* folgende Dinge sorgen würde: *Für* eine glückliche Atmosphäre in *meiner* Familie, *für* eine entsprechende Abgrenzung gegenüber *anderen* Familien, *für* Raum zur Entfaltung. Aber ich wollte mir keine Sorgen mehr *um* oder *über* etwas machen – das machte mich nur krank!

Krankheiten führten mich ebenfalls tiefer in mein Herz und meine Innenwelt. Ich erhielt Botschaften zu den wichtigen Themen in meinem Leben, die hinter den Symptomen steckten.

Nach einer Familienfeier anlässlich des Geburtstags meiner Tochter und nach den Weihnachtstagen, die von Familienfeiern gefüllt waren, ereilte mich zweimal hintereinander eine schlimme Angina, nach der ich anschließend noch wochenlang hustete. Ich fragte meinen ER, was denn die Ursache dafür sei, dass ich zweimal plötzlich und kurz hintereinander diese schreckliche Krankheit hätte, worauf ER sagte:

„DU HANDELST GEGEN DEIN HERZ!“

Ich verstand sofort, was er meinte, denn ich hatte weder am Geburtstag meiner Tochter noch an Weihnachten wirklich Lust auf das Feiern mit der ganzen Familie

verspürt. Ich war sehr müde, ich wollte im Dezember eigentlich jede freie Minute nur schlafen und mich erholen. Stattdessen erfüllte ich zuerst alle meine familiären Pflichten und wurde danach – in unserem Urlaub – krank, als ich endlich Zeit für mich und die Menschen gehabt hätte, die mir etwas bedeuteten. Ich war wütend, aber als ich meinem ER mitteilte, dass ich wütend sei über diese Krankheiten, sagte ER:

„AKZEPTIERE ES.“

Das ist eines SEINER Leitmotive: *Krankheiten zu akzeptieren*, nach deren Ursache zu fragen, darüber nachzudenken und sie dann loszulassen – und sicherlich daraus zu lernen!

Ich litt in diesem Winter noch zweimal unter Krankheiten der Atemwege. Das ging so lange, bis ich IHN spürte, wie er mich aus einem Abgrund zog und mich in die Arme nahm. Mein Gesundheitszustand, um den meine Gedanken ständig kreisten, verbesserte sich schlagartig. Die Halsschmerzen waren weg und ich verstand plötzlich: *Einssein und Krankheit können nicht nebeneinander bestehen!*

Das war es: Sobald ich mit IHM eins war, war ich völlig gesund. Rückblickend kann ich behaupten, dass ich in diesem Winter zum letzten Mal ernsthaft krank war – so, als hätte ich endlich den Zusammenhang verinnerlichen und das absolute Vertrauen zu IHM begreifen müssen. Ich habe heute das Gefühl, dass ich damals eine

Entscheidung getroffen hatte: *gegen* Krankheit und *für* Gesundheit, *gegen* Zweifel und *für* IHM.

Als ich später noch einmal darüber nachsann, warum ich von Krankheit befreit zu sein schien, hörte ich folgende Erklärung von IHM:

„KRANKHEIT KANN NICHT KOMMEN, WO SCHULD ABWESEND IST. SCHULD UND GESUNDHEIT KÖNNEN NICHT NEBENEINANDER STEHEN.“

Wieder hatte also alles mit Schuld zu tun. Das widersprach auch nicht meiner Theorie vom Einssein mit IHM. Denn wenn ich mit IHM *eins* war, gab es auch keine Schuld.

Im März 2010 holten wir die kleine Katze Minka zu uns ins Haus. Meine Tochter hatte sich so sehr eine Katze gewünscht, wo sie doch schon kein Geschwister hatte und alle in der Schule immer von ihren Schwestern und Brüdern erzählten. Aus diesem Grund schenkten wir ihr zu ihrem sechsten Geburtstag einen „Gutschein für ein kleines Katzenbaby“, das wir ein paar Monate danach auf einem oberbayerischen Bauernhof abholten. Als wir uns alle an dieses kleine wollige Wesen gewöhnt hatten und die kleine Kätzin nach ein paar Wochen zur Sterilisation brachten, saß ich zu Hause beim Übersetzen in meinem Büro und wurde plötzlich fast ohnmächtig. Es muss genau der Zeitpunkt gewesen sein, zu dem die kleine Minka ihre Narkose bekommen hatte. Ich fragte mich, was wohl passiert war und tröstete mich damit, dass dieses kleine

Wesen vielleicht ganz fest an mich oder ihre neue kleine Familie dachte und ich es, wie schon so oft zuvor bei anderen Menschen, spürte, was sie fühlte!

Als wir das kleine Wollknäuel am nächsten Tag abholten, war es ganz verstört. Der Arzt erzählte aber nichts, und so hatten wir den Eindruck, alles wäre mit rechten Dingen zugegangen. Zu Hause stellten wir fest, dass sich Minka von diesem Tag an nie wieder am Bauch streicheln ließ. Ich bin sicher, dass irgendetwas während der Sterilisation passiert war. Die Narkose hatte womöglich gar nicht richtig gewirkt, sodass das Tier schreckliche Schmerzen während des Eingriffs gehabt haben konnte. Vielleicht war ich deshalb beinahe ohnmächtig geworden! Unsere Tierärztin bestätigte später meinen Verdacht. Sie erzählte, dass so etwas öfter vorkommen würde und Narkosen, die nicht ordnungsgemäß verabreicht würden, nicht wirkten. Sie meinte, dass manche Tiere bei so einem Eingriff schrecklich leiden würden. Unser kleines Katzenbaby war also vermutlich traumatisiert worden und ich konnte es aus der Ferne auf das Heftigste spüren. Dieses Erlebnis gehörte zu den Ereignissen, die meine Weltsicht auch in puncto Tiere völlig änderte. Denn auch mit Minka gab es scheinbar eine seelische Verbindung, eine Art telepathische Kommunikation, einen gefühlsmäßigen Austausch, sogar über größere Entfernungen hinweg – genau wie bei Menschen. Wer hätte das gedacht, von wegen Tiere haben kein Bewusstsein oder keine Seele!

Von diesem Tag an konnte ich kein Fleisch und keine Wurst mehr essen. Wenn ich in den Supermarkt ging, ekelte es mich. Überall waren riesige Fleisch- und Wursttheken, die gefüllt waren mit toten Tieren! Die armen Tiere! Was taten wir ihnen an? Ich begriff, dass wir auch uns selbst schaden, weil wir die Aggressionen und die Traurigkeit der Tiere über den Verzehr in uns aufnehmen – all die Gefühle, die sie in ihrer Todesstunde am Schlachthof erleben!

Ich konnte keine Milch mehr trinken, keine Milchprodukte, wie Käse mehr zu mir nehmen, keine Eier mehr essen. Alles wurde plötzlich für mich spürbar: die Seele all der geschundenen Tiere auf dieser Welt. Und das Töten der Tiere, obwohl es doch so viele andere Lebensmittel gab!

Das Leben mit einem eigenen Haustier, das herbeieilte, wenn ich es innerlich rief, zwang mich, auch in dieser Hinsicht genauer hinzusehen, mir meine *eigene* Meinung zu bilden, mich weg zu entwickeln vom allgemein Gültigen, von meiner Erziehung, meinen Gewohnheiten, der gesellschaftlichen Norm.

Mein Weg zur Veganerin begann zu jenem Zeitpunkt. Ich mochte zwar schon als Kind kein Fleisch und keine Wurst, doch fiel es mir immer schwer, mich gegen meine Eltern und mein Umfeld durchzusetzen und hier konsequent nur nach meinem Körpergefühl und meiner eigenen Moral zu handeln. Schritt für Schritt ersetzte ich nun tierische Produkte durch andere Lebensmittel, Kuhmilch durch Reismilch, Fleisch und Wurst durch Tempeh, Samen,

Nüsse, Quinoa, Linsen, Bohnen, Erbsen, Kirchererbsen und verschiedenste Algenarten.

Ich konnte es nicht länger ertragen, dass Tiere getötet wurden, um mich zu ernähren. Wenn ich durch den Supermarkt lief und sah, wie viele tote Tiere da lagen, dann wurde ich schrecklich traurig. Mir war es plötzlich selbst unbegreiflich, wie roh wir Menschen geworden waren, wie wenig wir wirklich fühlten und spürten.

Ich lernte nun immer mehr, auf meinen Körper zu hören, mich von niemandem mehr beeinflussen oder manipulieren zu lassen und zu erfühlen, welche Lebensmittel sich für mich gut anfühlten, körperlich und seelisch eine Wohltat darstellten und welche dagegen nicht.

Tierprodukte taten meinem Körper nicht gut, denn tierisches Eiweiß ist schwer zu verarbeiten. All das fand ich im Laufe der Jahre heraus, je mehr ich testete und fühlte.

Mein Leben veränderte sich. Ich wollte kein Leben mehr führen, in dem Schein mehr zählte als *Sein*. Ich wollte keine Freunde mehr, die aber in diese Richtung tickten. Stattdessen wollte ich lieber alleine sein, mit meiner Tochter Seidentücher und Kissen bemalen, Klavier spielen, raus in die Natur gehen und mit unserer Katze spielen. Ich hatte Freude daran, leckere vegane Speisen zuzubereiten, grüne Smoothies zu pürieren, in Ruhe und mit Muße im Bioladen einzukaufen und den Lebensmitteln wieder ihren ihnen zustehenden geachteten Platz in meinem Leben einzuräumen. Ich

hatte mehr Drang, mich körperlich zu bewegen, laufen zu gehen – draußen in der Natur, im Freien.

Manchmal bekam ich aber auch Angst. Ich fragte mich, wenn ich mich diesem ER so auslieferte, machte ich mich da nicht abhängig? Für mich schwang in SEINEN Ratschlägen immer die Unfehlbarkeit Gottes mit. Seine Analysen, seine Ratschläge waren wirklich *unfehlbar*! Doch was, wenn ich mich täuschte? Was, wenn ER mir falsche Ratschläge gab? Zwar tauchten diese Zweifel immer wieder einmal auf, jedoch spürte ich irgendwie bei all dem, dass ER mir niemals einen Schaden zufügen würde, niemals. Da war ich mir ganz sicher.

Und als ich wieder einmal meditierte, stand mein ER plötzlich neben mir und sagte:

„GIB MIR DEN KOFFER.“

Ich wusste sofort, was er meinte. Er meinte den Koffer, auf dem „Abenteuer der Zukunft“ stand. Ich gab ihm diesen Koffer, er nahm ihn in die linke Hand und mich an die rechte. Ich war *sehr* erleichtert. Ich legte mein Leben in Gottes Hand. Ja, das hatte ich doch viele Monate zuvor schon einmal gelobt: IHM zu vertrauen! Meine Gedanken kreisten jedoch schon wieder permanent um meine Zukunft! Er wollte, dass ich damit aufhörte, dass ich das Leben Augenblick für Augenblick so nahm, wie es war, ohne mir ständig den Kopf über die Zukunft zu zerbrechen. ER würde mich führen, ER war meine Zukunft.

## Das LICHT

Eines Nachts wachte ich auf und hörte mich SEINE Stimme fragen:

„SILVANA, WANN KOMMST DU HEIM?“

Was bedeutete diese Frage? War ich denn immer noch nicht *daheim*? Was meinte ER mit „*daheim*“, den Himmel? Waren meine Gedanken immer noch geprägt von Negativität, Rachsucht, Wut und Groll? War ich wieder hinabgestiegen in die Dunkelheit? Hatte ich wieder alles vergessen, worin ich monatelang von IHM „geschult“ worden war? Ja, so musste es wohl sein: Immer wieder geriet ich in alte Muster, in altes Verhalten, in negative, sorgenvolle, ängstliche Gedanken.

Ich war froh um SEINE, mit so viel Liebe und Mitgefühl gestellte Frage und fing an, täglich auf *Reinheit* zu meditieren. Ich wollte von nun an reinen Herzens durch dieses Leben gehen, ohne neue Verstrickungen. Nun, da ich mich endlich aus allen alten Verstrickungen gelöst hatte, wollte ich nicht wieder „rückfällig“ werden, nicht wieder zurückfallen in alte Muster, in alte dunkle Gefühle. Jetzt, wo ich das Licht gefunden hatte. Das Licht, das in mir leuchtete, das Licht, das ich anderen Menschen anbieten konnte, das Licht, in dem ich mit IHM baden und eins sein konnte. Das Licht, das wie ein Leuchtturm in meinem Kopf seinen Scheinwerfer auswarf, das Licht, das wie eine Taschenlampe selbst die dunkelsten Ecken

ausleuchten konnte, das Licht, in dem ich alle Wahrheiten blitzschnell – in Lichtgeschwindigkeit – erhielt.

Das Licht, von dem Jesus sprach, das Licht der Liebe, der Gnade, der Erfüllung, das Licht Gottes. Jetzt, da ich Jesus immer stärker spürte, diese liebevolle, zärtliche Energie eines verständnisvollen Bruders, des immer präsenten Trösters, der alles verstand, der alles verzieh, der mit so viel Güte, so viel Erbarmen, Gnade und Humor auf mich blickte und der mir ebenfalls sein Licht anbot, um mich darin reinzuwaschen von allen „Sünden“, allen Schuldgefühlen und Komplexen, allen Unsicherheiten und Zweifeln – allem, was gewesen und vergangen war. Nein, dieses Licht wollte ich nicht wieder verlieren und war deshalb dankbar für diese Ermahnung – für jede Erinnerung, mich wieder und immer wieder dem Licht zuzuwenden und die Dunkelheit für immer hinter mir zu lassen.

Auf den Reiki-Treffen, zu denen ich weiterhin ging – mittlerweile nicht mehr nur bei meiner Lehrerin, sondern auch bei anderen Reiki-Lehrern in und um München – erlebte ich immer öfter, dass ich mit Toten in Kontakt treten konnte. Einmal war bei einem solchen Treffen eine Frau anwesend, deren Mann gerade erst gestorben war. Während der Sitzung konnte ich ihren Mann die ganze Zeit neben der Liege stehen „sehen“ und mit ihm reden. Anschließend erzählte ich der verzweifelten Frau von meiner Wahrnehmung, beschrieb ihr das Aussehen ihres Mannes – obwohl dieser nicht physisch neben mir stand, sondern als Geistwesen mit

dem Aussehen, das er als Mensch gehabt hatte – und erzählte ihr von meinem Gespräch mit ihm und dass er mich gebeten hatte, ihr mitzuteilen, dass es ihm gut gehe. Die Frau war extrem erleichtert. Sie erzählte, sie hätte seit seinem Tod ständig das Gefühl, dass ihr Mann in ihrer Nähe sei und sie und ihre beiden Kinder in ihrem Alltag unterstütze. Ich gab ihr seine nur für seine Frau bestimmte persönliche Botschaft mit und sie war sehr glücklich und befreit.

In der nächsten Meditation sah ich, wie mich ein Wächter zu Jesus führte. Dort legten mir andere Lichtwesen goldene Kleider an. Alles glänzte. Überall war Licht. Lange sprach Jesus mit mir darüber, dass ich als Heilerin arbeiten solle – aber mit Vorsicht, und dass die Engel mich beschützen würden! Er lachte, als ich mein geordnetes Leben nicht aufgeben wollte, über meine Angst vor Chaos und Unberechenbarkeiten.

Jesus! War Jesus schon immer bei mir? Schon als Kind, als ich bei meiner Großmutter väterlicherseits in ihrem Schlafzimmer unter diesem riesigen Ölschinken einschlafen musste, auf dem Jesus abgebildet war? Es war ein riesiges Gemälde. Jesus stand in der Wüste, in eine weiße Robe gehüllt, schön, mit langem Haar und blauen Augen. Einige Menschen waren um ihn versammelt und er deutete nach oben in den Himmel. Über ihm war eine weiße Wolke, die sich nach oben und unten hin öffnete und aus der Licht strahlte. Dieses Bild beeindruckte mich immer wieder aufs Neue. Bei jedem Besuch bei der Großmutter stand ich stundenlang davor

und bewunderte es. Vor dem Ins-Bett-gehen wurde immer vor dem großen Ölbild gemeinsam gebetet. Meine Großmutter war sehr streng katholisch, betete viel, ging täglich in die Kirche und hatte überall Ölgemälde von Engeln hängen. Vielleicht hatte das damals schon etwas in mir ausgelöst! Wer weiß? Das schien mir jetzt keinesfalls mehr so abwegig!

Bald unternahm ich auch den Versuch, mit meiner Tochter zu meditieren. Ich dachte, wenn ich schon all diese Erlebnisse beim Meditieren hatte und sie ja ebenfalls medial so begabt war, dann mochte ich einmal sehen, was sie erlebte, wenn sie vor den Fotos von Heiligen meditierte. Sie war einverstanden und ich gab ihr ein Bild von Jesus. Wir saßen ungefähr eine Viertelstunde auf den Meditationskissen, bis sie es vor lauter Aufregung kaum mehr aushielt und mir mitteilte:

„Mama, der hat was gesagt.“

Ich fragte sie:

„Ja, was denn?“

Sie antwortete:

„Er sagte, ich sei ein ganz ganz nettes Mädchen und dass er auf mich aufpassen und mich beschützen würde!“

Wow, das haute mich um! Ok, ich war also nicht *wirklich*

verrückt bzw. wenn ich es war, dann war meine wunderbare Tochter, die als hochbegabt galt und nur Einsler in der Schule hatte, auch komplett durchgeknallt!

Wie kamen nun diese „Telefonate“ mit den hohen geistigen Lichtwesen oder den Verstorbenen zustande? Waren die Jenseitigen immer in der Lage, mit mir, wenn ich sie „anrief“, in Kontakt zu treten? Gedanken konnten scheinbar mit Lichtgeschwindigkeit blitzschnell in beide Richtungen übertragen werden, sobald ich mich auf eine Person dort drüben konzentrierte, also ein bestimmtes „Ziel“ anvisierte. Und wie kommunizierten die Toten untereinander? Offensichtlich nicht mit Worten, denn ohne physischen Mund zu sprechen, war ja wohl nicht möglich. Also wie funktionierte dort im Jenseits die Kommunikation? Über die Gefühle?

Ich fragte meinen ER, der mir mitteilte, dass Geistwesen über das Gefühl ganz genau wussten, was ein anderer mitteilen wollte. Ich fragte meinen ER, wie das denn funktioniere, dass ich IHN oder Jesus oder Shri Mataji in meiner Sprache hörte? ER erklärte mir, dass derjenige, der mit dem Jenseits „telefonierte“, die Botschaft in der Sprache empfinde, die seiner Muttersprache entspreche, oder auch in einer anderen Sprache, die der Empfänger verstehe, dass es keine Trennung gebe, dass verschiedene Sprachen gesprochen würden – was auch u. a. erklärte, warum ich Shri Mataji oft in Englisch mit mir reden hörte.

Mein ER erklärte, dass im Jenseits jeder jeden verstand, unabhängig von Sprache. Wenn die Jenseitigen eine

Botschaft abschickten, dann kam sie in einer uns verständlichen Sprache an. Dies war also die Erklärung dafür, warum ich oder meine Tochter mit dem Jenseits in deutscher Sprache kommunizieren konnten. Es ging nicht um Sprache an sich, Sprache war nur ein Transportmittel, es ging um die Gefühle im Herzen und die Gedanken, die wir dachten, es ging um Empathie. Da spielte die Sprache gar keine Rolle. Die Jenseitigen lasen unsere Wünsche und Gefühle in unseren Herzen – dazu brauchte es keiner Sprache. Es war eine Kommunikation ohne Worte, ohne Sprache und doch in meiner Sprache. Wie neu das alles für mich war – wie beeindruckend!

Meine bisherige Weltsicht verschwand immer mehr. Es gab eigentlich schon gar keine klare Lebensanschauung mehr in meinem Leben – zumindest keine naturwissenschaftliche, das stand fest. Ich konnte mit den Toten kommunizieren, aber weshalb? Weil ich meinen Körper einmal verlassen hatte? War das der Grund, die Erklärung? Wieso konnte ich mit Toten, mit Gurus, mit Jesus kommunizieren? Wieder einmal stand ich vor einem Rätsel, nahm diese Gabe aber dankbar an. Ja, sehr sehr dankbar. Es war das größte Geschenk, das mir der Himmel machen konnte. „Telefonieren“ zu können mit sehr hochstehenden geistigen Wesen, das war für mich einfach nur noch wunderbar!

Die vielen „Gespräche“, die ich mit meinem verstorbenen Großvater geführt hatte, meine verstorbene Großmutter, die ich viele Jahre lang nach ihrem Tod in meinem Wohnzimmer in ihrem Haus als Geist „sah“, physisch

spürte und mit ihr sprechen konnte, und die Hinweise, die sie mir gab, die Botschaften, die ich von ihr erhielt – alles wahr! Das „Fegefeuer“, in dem ich mich nach meiner Erweckung über Wochen und Monate befand und eine Rückschau auf jedes einzelne Ereignis meines bisherigen Lebens machen musste. Ich wusste nun, dass wir einfach weiterlebten, wenn auch nicht in stofflicher Form. Verstorbene konnten Verbindung aufnehmen mit Hinterbliebenen, konnten uns in gewisser Weise eine Zeit lang beschützen, bis sie entschieden, ihren Weg im Jenseits weiterzugehen.

Und genauso umgekehrt: Wir konnten die Verstorbenen anrufen und sie um Hilfe, Rat und Unterstützung bitten oder darum, Dinge oder Ereignisse zu verhindern, für die wir eine Vorahnung hatten. Wir konnten sie nach ihrer Meinung zu Situationen fragen und durch ihre Hilfe einen Perspektivenwechsel vornehmen. Wer einen verstorbenen Guru fragte, bekam meist eine klare, manchmal auch schmerzvolle Antwort, denn sie sagten die Wahrheit, die man manchmal nicht hören wollte oder nicht verstand. Aber letztendlich war das besser als einen Menschen um Rat zu fragen, der nur aus dem Schlüsse ziehen konnte, was ich ihm zuvor erzählt hatte, und der nie ganz neutral oder objektiv war, der mir vielleicht schmeicheln wollte oder sich nicht trauen würde, die Wahrheit zu sagen, weil er mich nicht verletzen wollte. Oder der vielleicht Eigeninteressen hatte und deshalb nicht so antwortete wie es ein wahrer Freund tun würde.

All die Unsicherheiten, die ich hatte, wenn ich einen Menschen aus Fleisch und Blut um Rat bat, hatte ich nicht mehr, denn nun konnte ich hohe Geistwesen fragen. Und wenn ich Lust hatte, konnte ich das hinterfragen, was mir meine Mitmenschen gesagt hatten. Wenn ich ein komisches Gefühl bei einer Person hatte, brauchte ich mich nur auf mein Meditationskissen zu setzen und konnte blitzschnell verstehen, warum und weshalb. Meist erfuhr ich dadurch, dass die Irritationen nicht an mir lagen, sondern an der anderen Person, die vielleicht gerade große Schwierigkeiten im Leben hatte. Das nahm mir die Unsicherheit, denn ich bezog schwierige Situationen mit Mitmenschen nicht mehr auf mich, sondern konnte sehen, wie verstrickt die andere Person jeweils in ihrem eigenen Leben war.

Sri Chinmoy<sup>9</sup> war ein weiterer indischer Guru, vor dessen Foto ich regelmäßig zu meditieren begann. Er hat viele Bücher über die Seele geschrieben, von denen ich einige buchstäblich verschlang, so interessant und aufschlussreich fand ich sie. Ich konnte Antworten darin finden auf meine Fragen nach der Seele, die ich mir wiederholt stellte: Was genau ist die Seele? Wo befindet sie sich, im Gehirn? Wo genau ist der Sitz meiner Seele? Was ist meine Seele eigentlich? Was sind sogenannte Seelentätigkeiten und Seelenimpulse? Sind die „Aktionen“ der Seele in Wirklichkeit Impulse oder

---

<sup>9</sup> Sri Chinmoy Kumar Ghose war ein spiritueller Lehrer, der als Schriftsteller, Dichter, Komponist, Musiker, Künstler und Sportler wirkte, um das in der Meditation Erfahrene zu vermitteln.

„Hinweise“, die wir von ihr empfangen. Sind sie hirngelunden?

Das glaubte ich mittlerweile nicht mehr, die Seele schien für mich eine Art hirnunabhängiges Denken zu sein – eine Wesenheit, die sich des Verstandes bediente! Auch wenn das Gehirn nach dem Eintritt des körperlichen Todes „tot“ war, blieben ja die Erinnerungen an all die in diesem Leben erworbenen Erfahrungen bestehen, sie wurden sozusagen von der Seele ins Jenseits „mitgenommen“, also konnte die Seele unmöglich das Gehirn selbst sein.

Auf meiner Suche nach einer Definition der Seele fand ich im Buch „Beyond Within“ von Sri Chinmoy folgende schlüssige Beschreibungen: „Unsere Seele, *ein völlig bewusstes Wesen*, ist ein Teil Gottes [...]. Da Gott *allobewusst* ist und *die Seele eins mit ihm* ist, ist sie Gott in einem Mikrokosmos. [...] Mit unserer Seele eins zu sein, führt zur Einheit mit Gott. [...] Wenn wir das Ego auslöschen, sind wir eins mit Gott und es gibt keine Trennung mehr zwischen der Seele und Gott.

Sant Kirpal Singh<sup>10</sup> sagte es auf andere Weise: „Gott plus Ego ist Mensch. Mensch minus Ego ist Gott.“

Letztendlich war die Seele Licht, nichts anderes als Licht. Und dieses Licht der Seele konnte nur erstrahlen, wenn ich rein war, wenn ich reine Gedanken hegte, lichtvolle positive Gedanken hatte. Und wenn ich das Ego „überwältigt“ hatte – es aufgelöst war. Je mehr ich durch

---

<sup>10</sup> Param Sant Kirpal Singh gilt als bedeutender spiritueller Meister des Sant Mat. Kirpal Singh war langjähriger Präsident der 1957 gegründeten Weltgemeinschaft der Religionen.

Meditation nach innen ging, desto mehr sah ich das Licht, desto mehr löste sich mein Ego im Licht auf. Das Licht half mir, meine Gedanken anzuschauen, zu sehen, wo ich falsche Gedanken dachte und auf meine Worte und Gedanken zu achten. Das Licht lehrte mich, meine Gedanken von den Menschen weg zu lenken, die mich wütend machten, Groll in mir hervorriefen oder sogar Hassgefühle erzeugten. Das Licht zeigte mir, wie ich solche Gedanken weglenken und dadurch diese negative Energie wegnehmen konnte. Sobald diese negative Energie vom Licht in positive Energie umgewandelt wurde, konnte ich diese positive Energie für mein eigenes Leben und meinen eigenen Weg einsetzen. Das Licht unterstützte mich dabei, mithilfe von Bildern Verstrickungen in negative Gedanken oder frühere negative Erlebnisse aufzulösen. Durch das Licht lernte ich, Frieden und Freude einzuladen, sobald Gedanken des Krieges, der Rache oder des Urteils auftauchten.

Durch meine jahrelange Meditation, in der das Licht immer klarer und heller wurde, erkannte ich, dass falsche Gedanken zu falschen Handlungen führen konnten, dass sozusagen die falschen Gedanken Ursache für falsche Handlungen waren. Genau aus diesem Grund sollte ich die Aufmerksamkeit auf meine eigenen Gedanken richten. Sobald ich einen schmerzlichen, erbarmungslosen Gedanken im Kopf hatte, musste ich es mir sofort anders überlegen, sozusagen gedanklich „umkehren“, denn jeder noch so leidvolle Gedanke konnte infrage gestellt und durch einen anderen

Gedanken ersetzt werden, der mir wieder Freude ins Herz brachte.

Das Licht half mir zu erkennen, dass meine Seele es aushielt, das Leben einer einsamen Wölfin zu leben, keinem Rudel anzugehören und sich von Bündnissen fernzuhalten. Meine Seele ließ sich nicht stören in ihrem Bestreben, eigene Erkenntnisse zu gewinnen.

Und jetzt, wo ich über mich und meine Seele nachdenke, sehe ich sie überhaupt erst. Zum ersten Mal kann ich sie wahrnehmen, sie spüren. Sie ist ein Geist, ein Lichtfunken. Sie ist glücklich, leicht und heiter, fröhlich. Auch meine Tochter sehe ich als Lichtwesen neben mir tanzen. Ich fühle ihre unglaubliche Fröhlichkeit, ein tanzender Lichtfunken, voller Sanftmut – ja, sanftmütig – das trifft es am allerbesten. Sanftmütig, zart und fröhlich, so ist die Seele. Sanftmütig in sich hinein lächelnd, tanzend, so fühlt sich die Essenz der Seele an.

In dem Buch „Jesus-Botschaften“ von Paul Ferrini fand ich etwas über die erwachte Seele: „Menschen, die erwacht sind, schauen dir einfach in die Augen und fragen: Bist du glücklich? Jetzt, in diesem Moment? Wenn du mit Ja antwortest, lächeln sie dich an, denn sie wissen, dass du bereits im Himmel bist. Wenn du mit Nein antwortest, fragen sie einfach: Warum nicht? Denn sie wissen, dass du die Wahl hast, gerade *jetzt* glücklich zu sein.“

Ich fragte mich, wie mein weiterer Weg nun aussehen sollte. Ich wollte den Menschen Heilung anbieten. Aber

wie sollte diese Heilung konkret aussehen? Da ich bei den Behandlungen auf empathische Weise die Gefühle und Schmerzen der behandelten Person wahrnehmen konnte und häufig bei mir selbst spürte, wusste ich, wo die Schmerzen auf der körperlichen Ebene lagen. Diese Begabung wollte ich nutzen, um die Stellen schneller zu ermitteln, die sich am meisten nach der Heilenergie sehnten, und auf diese Körperstellen meine Hände aufzulegen. Ich wollte dann meinem ER zu dem Problem des Klienten oder den Ursachen der Krankheit Fragen stellen und noch Genaueres erfahren. Die Botschaften, die ich erhielt, wollte ich nach der Behandlung mit dem Klienten besprechen, um zu erfahren, ob sich meine und seine Erfahrungen deckten. Außerdem wollte ich meine Begabung des Wegatmens einsetzen. Ich hatte nämlich beobachtet, dass ich bei den Behandlungen an den Stellen, an denen die Schmerzen des Klienten sehr stark waren oder an denen ich beim Handauflegen eine körperliche oder emotionale Blockade spürte, sehr sehr tief atmete. Es fühlte sich so an, als würde ich das Negative oder die Krankheit einfach „wegatmen“.

Meist bekam ich dann ein Bild zu der seelischen oder emotionalen Ursache, oder ich hörte eine Botschaft oder einen Dialog mit dem betroffenen Organ oder Muskel. Mein Atmen wurde dann noch tiefer – so, als ob ich all das „Schwarze“, die sogenannte Krankheitsschwingung oder eben das, was dort „feststeckte“, einfach

herausatmen würde. Es war also eine Art Tonglen<sup>11</sup> – das aus dem Buddhismus stammte –, mit dem man Leiden wegatmen kann.

Ich wollte das Gehirn meiner Klienten durch Handauflegen in einen Zustand tiefster Entspannung bringen – jenen Zustand zwischen dem Bewussten und dem Unbewussten, zwischen Wachen und Schlafen. In diesem meditativen Zustand sollte durch Kommunikation mit meinem ER Heilung auf der körperlichen, seelischen und spirituellen Ebene bewirkt werden. Ich wollte den Alpha<sup>12</sup>- oder Theta<sup>13</sup>-Zustand des Unterbewusstseins aktivieren, denn in diesem Zustand konnte der Klient alles loslassen, konnten Heilung und tief greifende Veränderungen geschehen. Alphawellen treten in gelöster, entspannter Grundhaltung auf, sie sind das Tor zur Meditation, sie sind als Brücke notwendig, damit Informationen aus dem Theta-Bereich in unser Wachbewusstsein gelangen können. Im Theta-Bereich finden sich unsere unbewussten oder unterdrückten seelischen Anteile, aber auch unsere Kreativität und Spiritualität. Ich selbst kam bei den Behandlungen bis in den Delta-Zustand. Deltawellen sind die Hirnwellen mit der niedrigsten Frequenz (3 – 0,5 Hz) und stellen den unbewussten Bereich dar. Im traumlosen Tiefschlaf, dem erholsamen Teil des Schlafes, produzieren wir

---

<sup>11</sup> Meditationspraxis aus dem tibetischen Buddhismus, bei der das Leid eines Mitwesens eingeatmet wird und Liebe, Mitgefühl und Glück zu ihm hin ausgeatmet wird.

<sup>12</sup> (14 – 7 Hz) Wellen des Unterbewussten

<sup>13</sup> (7 – 4 Hz) Wellen des Unterbewussten

ausschließlich Deltawellen. Sie kommen aber auch in Kombination mit anderen Hirnwellen vor. Dann entsprechen sie einer intuitiven Aufmerksamkeit, einer Art Radar, einer Einfühlung in Situationen oder andere Menschen. Oft verfügen Menschen aus helfenden Berufen über hohe Anteile an Delta, ebenso Menschen mit traumatischen Erfahrungen, die in einem Zustand ständiger Wachsamkeit leben.

Durch Hellsehen und Hellhören wollte ich die Gedanken des Klienten lesen, seine Sorgen und Wünsche erfahren und in das Körperinnere sehen – vor allem in das Herz, in dem alte Traumatisierungen und alter Schmerz aufzulösen war.

In meinen Seminaren geschah es während der Meditationen häufig, dass Bilder oder Filme vor meinem geistigen Auge abgespult wurden, die mir das Problem des Schülers und dessen Ursachen übermittelten. Oft konnte ich in den Meditationen oder in der Behandlung auch karmische Verstrickungen sehen, wie bei Familienaufstellungen. Ich sah, wo in der Herkunftsfamilie des Klienten die Problemursache zu suchen war. Beim Fern-Reiki oder während meiner Meditationssitzungen allein zu Hause geschah es häufig, dass ich in den Menschen, auf den ich meine Gedanken richtete, „eintrat“ und mit seiner Seele kommunizierte, auch wenn sich dieser zum gleichen Zeitpunkt ganz woanders aufhielt oder beschäftigt war. Danach „kannte“ ich diesen Menschen, seine Gefühle, seine Sorgen und

alles, was er sich im Moment wünschte, oder wusste, wo er im Leben gerade stand.

All diese Fähigkeiten wollte ich nun für meine neue berufliche Zukunft nutzen. Mein weiterer Weg sollte also, um es auf einen Nenner zu bringen, darin bestehen: *Kraft durch Schweigen zu schöpfen* und *im Schweigen das göttliche Licht zu vermitteln*, um damit Krankheiten oder psychische Probleme zu heilen.

Ich fragte mich konkret, woher diese Heilkraft stammte und wie ich sie „einschalten“ konnte. Wie ich die Nervosität bei den Behandlungen verlieren konnte, denn ich stand stets unter großem Erwartungsdruck, wenn ich behandelte. Weil ich natürlich immer genau beobachtete, was geschah, um ein Muster zu erkennen, ein „göttliches Behandlungsmuster“, das ich aufschreiben und strukturieren wollte. Ich dachte an meinen verstorbenen Craniosakral-Therapeuten und seine Behandlungen und hörte plötzlich seine Stimme, die mir folgende Botschaften mitteilte:

„Die Heilkraft ist ganz tief in Dir.“

„Die Heilung liegt in der Entspannung.“

„Genieße jede einzelne Heilsitzung. Genieße sie.“

Und das tat ich von nun an auch: Ich dachte gar nicht mehr so viel nach beim Behandeln und ließ einfach alles geschehen. Das war viel leichter und weniger anstrengend.

Ich machte mir weitere Gedanken zu Reiki. Sollte diese Energie meine Zukunft bestimmen? Für mich war Reiki etwas Geheimnisvolles – es sollte gar nicht darüber gesprochen werden. Es war ein spiritueller Weg der Gesundung, und jeder musste selbst entscheiden, ob er diesen Weg gehen wollte oder nicht. Ich war nicht missionarisch veranlagt – das lag mir nicht. Ganz im Gegenteil: Ich betrachtete jede Art des Missionierens als Übergriff. Mein Anliegen bestand einfach nur darin, über meine Erfahrungen zu berichten, völlig unabhängig von Reiki. Deshalb wollte ich schreiben über Gott, über das Licht, nicht über meine Entdeckung von Reiki und auch nicht, um andere von Gott oder einer existierenden Selbstheilungsenergie zu überzeugen. Nein, ich wollte einfach nur von mir erzählen – davon, was im Leben zu mir gekommen war. Einfach so.

Als Lehrerin wollte ich meinen Schülern die Freiheit weitergeben, die ich auch für mich selbst in Anspruch nahm: Spiritualität in Freiheit zu genießen, mit Gott zusammen in Freiheit zu leben – ohne Kirche, ohne Institutionen. Das wollte ich den Menschen nahebringen: Gott in sich selbst zu finden, nicht in irgendeiner Gemeinde, sondern im Herzen, ganz tief im eigenen Herzen. Um zu erkennen, dass der Körper nur ein Mittel war zur Kommunikation mit Gott, mit den Mitmenschen oder – wie in meiner Meditation – mit indischen Gurus, mit Jesus oder beim Behandeln mit meinen Klienten. Der menschliche Körper hatte wohl gar keine andere Funktion als zu kommunizieren und einen Tempel für die Seele zu bieten, die wiederum mit Gott verbunden war.

Das war meine Lektion, die ich meinen Schülern weitergeben wollte: Mittels dieser Kommunikation – dieser Kommunion – sich selbst und andere heilen zu können, das wollte ich weitergeben.

Im Laufe vieler Behandlungen wurde mir auch klar, dass der freie Wille des Klienten zu respektieren war. Dass ich IHN immer fragen musste, ob der Klient überhaupt Heilung wünschte. Ich lernte, dass zwar alle Krankheiten geheilt werden konnten, aber nicht alle Menschen das auch wollten. Viele Menschen hielten daran fest, krank zu sein, auch an ihrem Schmerz, an ihrem Groll, Hass, Kummer, ihren Urteilen, Ängsten und Zweifeln. Sie gaben ihnen Halt und Struktur. Sie wollten gar nicht wirklich Verantwortung für ihr Leben und ihren Körper übernehmen. Das musste ich dann als Heilerin auch akzeptieren.

Als ich diese Gedanken vollendet hatte, hörte ich die Stimme meines ER:

„DU BIST NICHT VERANTWORTLICH FÜR DIE GESUNDHEIT DER ANDEREN! JEDER IST FÜR SEINE EIGENE GESUNDHEIT VERANTWORTLICH!“

Das war eine wichtige Botschaft für mich, denn natürlich wünschte ich mir als Heilerin, dass die Menschen sofort und am besten gleich beim ersten Besuch geheilt würden. Auch hier sollte ich Geduld lernen und begreifen, dass ich nicht mehr tun konnte, als meine Begabungen und das

Licht anzubieten. Ich sollte IHN fragen, denn ER wusste *immer* mehr als ich.

Langsam kristallisierte sich also eine „Zukunft“ heraus, obwohl ich ja den Koffer mit der Zukunft schon vor langem an IHN übergeben hatte. Trotz eigener Pläne und Ideen behielt ich immer im Hinterkopf, dass meine Zukunft auch eine andere Wendung nehmen konnte, wenn ER dies wollte und wenn ER entschied, dass dies für mich notwendig war. Ich hatte mein Leben in SEINE Hände gelegt und hatte die Demut, es niemals zu vergessen. So konnte ich trotz aller Zukunftspläne ganz ruhig und gelassen bleiben – im Vertrauen darauf, dass ich mein Lebensziel bereits erreicht hatte: Ich hatte meine *Verabredung* mit Gott eingehalten und IHN gefunden!

Das Laufen hat mir in all den Jahren geholfen, mich selbst zu finden und mich gegen andere Menschen abzugrenzen. Es hat mir die Kraft gegeben, nach vorne zu gehen, weg von der Vergangenheit und dem Schmerz, hin zu einer positiven Gegenwart und Zukunft, im Einklang mit meinen Gefühlen und allem, was war. Das Laufen war für mich jedes Mal wie ein Befreiungsakt: Wenn ich den Wind in meinem Haar spürte, die Sonne auf der Haut, das viele Grün um mich herum sah – die Isar, die an mir vorbeirauschte, die kleinen Seen auf der Wegstrecke. Wenn ich diese herrlichen, durch den vielen Regen zu einem Dschungel gewordenen Isarauen betrat, auf der teilweise noch Schafe grasten oder Reiter schon früh morgens die Stille und Ruhe genossen, war das für mich

wie das Paradies. Es war herrlich, auf kleinen Trampelpfaden zu laufen und den weichen Boden unter den Füßen zu spüren, den lehmigen Erdboden, und an ungemähten Wiesen „vorbeizuschweben“.

Das Laufen verbindet mich mit mir selbst, schenkt mir das Gefühl von Freiheit, lässt mich all den Schmerz vergessen und das Leben und die Natur genießen. Laufen ist für mich der Inbegriff aller buddhistischen Lehren: das Einssein mit dem Augenblick. Beim Laufen gibt es nur mich und die Natur, nur mich und meinen Atem. Für das eigene Laufen eines Marathons oder Ultramarathons interessiere ich mich bisher nicht, mich faszinieren aber Berichte von Ultramarathonläufern und ihren Erlebnissen während des Laufens, die bis hin zum Verlassen ihres Körpers gehen. Manche sehen sich während eines Ultramarathons von oben laufen, haben also dabei ein „Out-of-Body-Erlebnis“. Bei mir ist das Laufen eine Art Katharsis, bei der ich an alle tief sitzenden Emotionen herankomme, Bilder sehe oder die Gedanken und Gefühle anderer Menschen „höre“. Es ist die einfachste Art der Meditation für mich. Ich kann alles loslassen, einfach nur sein und arbeite gleichzeitig auf der tiefsten Ebene meiner Seele. Nach einem einstündigen Lauftraining in der Natur fühle ich mich reingewaschen. Irgendetwas geschieht immer mit mir: eine Transformation, ein Weiter-nach-vorne-gekommen-sein, ein Vom-Alten-wegkommen. Ich komme wieder ganz in meiner Mitte an.

Deshalb danke ich an dieser Stelle, dass ich so nah an wunderschöner Natur leben darf, und mich für meine Heilarbeit dort immer wieder reinigen und neu aufladen kann.

DANKE, DANKE, DANKE an all die Geschenke des Lebens!

## Literaturverzeichnis

Bruckner, Karin: *Die Urkraft Kundalini*, O.W.  
Barth Verlag, München 2010

Stibal, Vianna: *Theta Healing*, Allegria  
Verlag, Berlin 2011

Rinpoche Sogyal: *Das tibetische Buch vom  
Leben und vom Sterben*, MenSana, Knaur  
Verlag, München 2010

Rabbi Laitmann, Michael: *Kabbala*, Ein  
erster Einblick in die verborgene Weisheit,  
Egling an der Paar, Kovar2002

Imhof, Beat: *Wie auf Erden so im Himmel*,  
Aquamarin Verlag, Grafing 2012

Ferrini, Paul: *Die Jesus Botschaften*, Allegria  
Verlag, Berlin 2012

Sri Chinmoy: *Beyond Within*, 1988; *Wege zum  
Selbst*, AUM Publications, Jamaica

## „Es gibt mehr Ding' im Himmel und auf Erden, als Eure Schulweisheit sich träumt“

Dieser Satz aus William Shakespeares Hamlet bringt es für mich auf den Punkt. Was die Autorin dieser autobiographischen Erzählung in den letzten sieben Jahren erlebt hat, ist für einen „Normalsterblichen“ wohl schwer nachzuvollziehen und doch Teil der erlebten Wirklichkeit für Personen wie uns, die als Heiler, Schamanen und Mittler den Alltag leben und erleben. Begleiten Sie Sylvia Maria Dumont auf ihrem Weg, erfahren Sie von ihren Ängsten und Hoffnungen, lesen Sie von Wut, Trauer und Verzweiflung. Aber auch von der göttlichen Energie, mit der wir alle verbunden sind und die uns jederzeit zur Verfügung steht, um unsere Probleme zu bewältigen. Lassen Sie sich ein auf ein Abenteuer, das extremer nicht sein kann, und erleben Sie, welche ungeheuren heilerischen Möglichkeiten in der Arbeit mit dem Göttlichen zu finden sind.

HELMUT BITTNER | Heiler & Coach | 2022