

JANA HAAS
Das Seelenhören



GOLDMANN

Lesen erleben

Buch

Der Kern unseres Wesens ist unsere unsterbliche Seele, ein unendlicher Kraftquell, der uns stärker beeinflusst, als wir ahnen. Wenn wir Selbstzweifel hegen und nach Ideen und Lösungen für schwierige Lebensfragen suchen, ist unsere Intuition der beste Wegweiser. Wir empfangen sie, indem wir unserer Seele lauschen und so zu einer Weisheit gelangen, die tief in unserem Unterbewusstsein verborgen ist. Jana Haas führt anhand von Anleitungen und Meditation in die Kunst des Seelenhörens ein und zeigt, wie wir unser Seelenpotenzial entfalten und zu wahrer innerer Freiheit finden.

Autorin

Jana Haas hat russische Wurzeln und lebt seit 1992 in Deutschland. Seit ihrer Kindheit verfügt sie über die Gabe der Hellsichtigkeit und kann geistige Dimensionen genauso deutlich sehen wie die materielle Welt. Durch ihre liebevolle, klare Ausstrahlung und ihre Bücher eroberte sie eine große Fangemeinde. In zahlreichen Vorträgen und Seminaren gibt sie ihr Wissen weiter. Die Autorin lebt am Bodensee.

Weitere Informationen unter: www.janahaas.com

Von Jana Haas sind folgende Titel bei Goldmann und Arkana lieferbar:

Der Seelenplan (22139)

Heilen mit der göttlichen Kraft (22191)

Dein Herz kennt den Weg (22258)

Mein Seelenweg ins Licht (34261, E-Book: 24907)

Jana Haas

Das Seelenhören

Innere Stärke
in herausfordernden
Zeiten

GOLDMANN

Die Originalausgabe erschien 2019 unter dem Titel »Das Seelenhören.
Innere Stärke in herausfordernden Zeiten« bei Scorpio, München.

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag
sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht
übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des
Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und
Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

1. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe Dezember 2021

Originalausgabe: © 2019 by Scorpio Verlag GmbH & Co. KG, München
Copyright © 2021 dieser Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlag: UNO Werbeagentur, München, nach einer
Gestaltung von Guter Punkt, Agentur für Gestaltung, München

Umschlagfoto: Katharina Kraus

Redaktion: Mihrican Özdem, Landau

LG · CB

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-22322-0

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



SINN



SUCHER



Inhalt

Danksagung 7

Vorwort 9

Einleitung 13

Die unsterbliche Seele 19

Die Seele inkarniert 19

Alles ist mit allem verbunden 22

Die Seele entwickelt sich weiter 27

Der Lebenssinn 33

Entwicklung in die All-Liebe als Lebenssinn 33

Unsere Lebensaufgaben 35

Der Lebensweg 39

Höre auf deine Seele 43

Die Seele und der Seelenplan 43

Der eigenen Seele lauschen 47

Die Kraft der Seele 55

Schicksalsarten und individueller Seelenplan 72

Selbstliebe und Seelenplan 89

Die sieben Bewusstseinsschritte 97

Schutzengel und Seelenplan 111

Die Seele und die sieben oberen Astralebenen 125

Karma und Wiedergeburt 136

Blockaden auf dem Seelenweg lösen 141

Heilsamer Umgang mit Angst 144

Die Ich-Kraft befreien 151

Die positive Macht des Unterbewussten fördern 154

Blockierende Muster auflösen 160

Liebevolle Selbsterkenntnis üben 167

Wie du blockierende Muster heilen kannst 172

Das Geheimnis deiner Seele 193

Wie können wir unsere Seele täglich nähren? 206

Liebe als Seelennahrung 219

Was ich dir zum Schluss noch sagen möchte 231

Hinweise zur Autorin 237

Danksagung

Ich bedanke mich bei meinem kürzlich verstorbenen Freund Alex, der mir nach seinem Ableben aus den jenseitigen Welten eine wertvolle Unterstützung und Begleitung beim Verfassen dieses Buches war.

Er war zeitlebens starker Raucher und verstarb 60-jährig an einem Herzinfarkt.

Nachdem ich ihm helfen konnte, sich in seiner neuen Heimat, den geistigen Welten, zurechtzufinden, sagte er mir, wenn er die Zeit zurückdrehen könnte, würde er mehr auf seine Gesundheit achten!

Ich möchte hier an dieser Stelle, als Einstieg in das Buch, einige seiner prägnanten Aussagen wiedergeben:

- › Hier im Jenseits ist alles so vollkommen anders, dass wir es uns aus Sicht der irdischen Welt kaum vorstellen können.
- › Es kommt auch im Jenseits, wie schon im Diesseits, immer auf uns selbst an, auf unsere mentale Einstellung außerhalb unserer Konditionierung.
- › Die Liebe in uns muss so grenzenlos sein, um über allen erworbenen Glaubenssätzen und Blockaden zu stehen!

Er selbst ist irritiert von der Erkenntnis, wie verschwindend wenig er von den ursprünglich im Seelenplan vorgenommenen Schritten in der vergangenen Inkarnation umsetzen konnte. Und er kann erkennen, dass dies in den vorangegangenen Leben auch so war. Den Grund dafür sieht er in der blockierten Liebe zu sich und seinen Mitmenschen. Er erkennt, dass es eine unterschwellige Angst und schüchterne Zurückhaltung war, die ihn daran hinderte, dass er sich mehr in Liebe dem Leben und den Mitmenschen öffnen konnte. Aus der jenseitigen Betrachtung seien jedoch diese Ängste geradezu banal. Er sagt: »Ich wünschte, ich hätte mir zeitlebens viel mehr zugetraut!«

Er kann nun erkennen, dass die gesamte Menschheit unter einer solchen blockierenden Glocke steckt, und er möchte an uns alle appellieren, uns davon freizumachen, verstärkt die Liebe im Herzen zu tragen und unsere Mitmenschen auf der ganzen Welt liebevoll als unsere Brüder und Schwestern zu akzeptieren. Dann wird die Menschheit glücklicher, lichtvoller und liebevoller, und der Schritt in ein neues friedvolles Zeitalter wird schneller vollzogen.

Dies ist ein dringender und wichtiger Appell einer Seele aus dem Jenseits, die, wieder frei von Raum und Zeit, das Davor und Danach erkennt!

Vorwort

Dies ist ein spirituelles Buch über das in unserer schnelllebigen Zeit so oft vernachlässigte Herzempfinden und über eine lichtvolle Wandlung durch das Seelenhören, also durch das Lauschen auf unsere Seele. Wir können über unsere Seelenkraft und die Rückbesinnung auf unseren Seelenplan zu wahrer innerer Freiheit finden und den lichtvollen Seelenweg gehen. Wie erreichen uns die passenden innovativen Ideen, und wie können wir erkennen, dass wir uns für die richtige Lösung entscheiden? Unsere Intuition ist uns dabei ein guter Wegweiser. Wir empfangen sie über unser Herz und gelangen so zu Weisheit jenseits unserer Logik und zum verborgenen Wissen unseres Unterbewusstseins.

Die geheimnisvolle Kraft unserer Seele beeinflusst uns mehr, als wir ahnen. Für C.G. Jung war die Intuition, neben dem Denken, Fühlen und Empfinden, eine der vier psychologischen Grundfunktionen. Und Dr. Roberto Assagioli, der Begründer der Psychosynthese, schrieb Folgendes: »Ich habe einen Körper, aber ich bin nicht mein Körper. Ich habe Gefühle, aber ich bin nicht meine Gefühle. Ich habe Wünsche, aber ich bin nicht meine Wünsche. Ich habe einen Geist, aber ich bin nicht mein Geist. Ich bin ein Zentrum aus reinem Bewusstsein.«

So will das Buch aufzeigen, dass unsere Existenz und unsere Realität nur ein schmaler Ausschnitt aus einer viel größeren Wirklichkeit eines holistischen Universums sind. Es gilt, den festgefahrenen und pragmatischen Materialismusglauben zu überwinden und den nächsten Schritt der Bewusstwerdung zu gehen, dass Bewusstsein die Basis jeder Existenz darstellt und nicht wie bisher angenommen Materie.

Es geht darum, einen Zugang zu einem großen Wissen über den Sinn und die Zusammenhänge der Schöpfung zu erlangen, um so über unsere Seelenkraft zu wahrer innerer Freiheit zu kommen und einen lichtvollen Seelenweg zu gehen. Das Buch beschreibt die Sanftheit und gleichzeitig die mächtige Kraft unserer Seele und das Erwecken unserer schlummernden Kraftquelle in uns. Es wird komplettiert durch passende Anleitungen und Meditationen.

So soll das Buch dich, liebe Leserin, oder dich, lieben Leser, dabei unterstützen, die himmlischen Welten besser zu verstehen, den Sinn unseres Seins und die kosmischen Zusammenhänge zu verinnerlichen. Vor allem gilt es, als Kern unseres Wesens unsere unsterbliche Seele als den wichtigsten, aber meist vernachlässigten Anteil in uns zu erkennen. Denn nur so gelangen wir zur Erkenntnis, dass der irdische Tod nicht das Ende ist, sondern eine Auferstehung im Jenseits erfolgt, und nur so können wir die Angst vor dem Tod, vor einem endgültigen Ausgelöschtsein verlieren. Es geht auch darum, das Wesen und die daraus im Leben resultierenden Ursachen der Seele, also den Sinn und das Zustandekommen des Seelenplans, zu verstehen und dabei zu begreifen, dass die Seele ewiglich und unsterblich ist.

Es sind ausschließlich die Qualitäten der Seele, die uns berühren, erfüllen und glücklich machen. Alle anderen Erlebnisse sind von kurzer Dauer und schmeicheln nur dem Ego.

Liebe, Glück, Erfolg und viele andere lichtvolle Eigenschaften werden wir erleben, wenn es uns gelingt, die Seelenqualitäten in alle Ereignisse mit einfließen zu lassen. Und wenn wir aufhören, alles zu bewerten, und beginnen, uns und unseren Mitmenschen unsere Individualität, also auch das Anderssein zuzugestehen und zu akzeptieren, dass jeder seine eigene Sicht auf die Dinge hat.

Ich möchte mit diesem Buch dazu beitragen, dass du Vertrauen in die Schöpfung und Erkenntnisse über Zusammenhänge im Leben und den Sinn des Lebens erlangst. Das Wissen über die Macht unserer seelischen Qualitäten und über die Unsterblichkeit unserer Seele befähigt uns, die unterschwellige und hemmende Angst vor dem Sterben zu verlieren, die uns in unserer Lebensqualität, unserer Freiheit und in den Entscheidungen stark einschränken kann. Nur wenn die liebevolle Selbsterkenntnis größer ist als der Zweifel, dann sind wir uns der Kraft unserer Seele bewusst, dann sind wir in uns angekommen und in unserer Trinität von Körper, Seele und Geist vollständig. Wir können dann unsere Gefühlskompetenz schärfen, Freiheit und großartige Erfolge auf allen Ebenen erreichen, sei es im persönlichen Glück oder im beruflichen Erfolg. Unser Leben wird reicher, wenn wir unseren wahrhaftigen Gefühlen folgen, die aus der Tiefe unserer Seele stammen, denn dann sind wir liebevolles Bewusstsein, und dann können Wunder geschehen und Ziele wahr werden. Dann werden wir zum Schöpfer eines lichtvollen Schicksals!

Einleitung

Die Ausrichtung auf eine liebevolle Lebensphilosophie lässt unsere Seele erstrahlen und das Leben in Liebe gestalten, denn wir sind im wahren Kern unseres Wesens geistig leuchtend und spirituell. Spiritualität ist die geistige Verbindung mit dem Höheren, mit dem Übersinnlichen, die Ausrichtung auf das Göttliche. Sie ist im tiefen unerschütterlichen Glauben an das Gute im Menschen begründet und ist eine geistig-seelische Orientierung und Lebenspraxis. Die Spiritualität befasst sich mit Sinn- und Wertfragen des Daseins, mit der eigenen Existenz und Selbstverwirklichung im Leben, mit dem göttlichen Sein und der höchsten Wirklichkeit unseres Lebens.

Ich schreibe dieses Buch, damit du dir deiner göttlichen Seele und deines Lebenssinns bewusst wirst, um deinem Leben eine lichtvolle Richtung zu geben und einem sinnerfüllten Lebensweg folgen zu können. Die Erkenntnisse über unsere göttliche Natur sollen dir helfen, deine Ängste im Leben zu überwinden, denn die Angst vor dem Leben ist letztendlich die Angst

vor dem Tod. Die Gewissheit, dass es für unsere Seelen immer weitergeht, macht uns frei und schöpferisch.

Viele Fragen schwirren durch unseren Kopf und sorgen für Verwirrung. In unserer schnelllebigen und digitalisierten Zeit ist es heute eine Kunst, sich auf das Wesentliche und Einfache konzentrieren zu können. Doch genau darin finden wir unsere Zufriedenheit und unser Glück. In allen Lebensphasen geht es um die Fragen: Wer bin ich? Wo sind meine Stärken? Was treibt mich an? Frei nach Schopenhauer: »Das Glück ist sehr schwer in uns zu finden und unmöglich woanders.« So wird sich der spirituelle Blick eines Sinnsuchenden immer nach innen richten. Bei uns allen geht es um die Ur-Themen: Angst, Liebe und Entwicklung. Da schließt sich unser Lebenssinn an, welcher die geistige Anbindung, den starken Herzensbezug und einen klaren Geist benötigt. Diese spirituelle, philosophische und psychologische Auseinandersetzung mit uns selbst stärkt unser Inneres. Wie wichtig das ist, zeigt eine Studie der Krankenkasse DAK. Laut dieser hat sich die Anzahl psychischer Erkrankungen in den letzten 20 Jahren verdreifacht: Depressionen sind die dritthäufigste Diagnose bei Arbeitsunfähigkeit. Diese seelischen Belastungen beginnen sehr früh. 43 Prozent der Schüler in den Klassen 5 bis 10 geben an, sich überfordert zu fühlen. Die Menschen spüren sich selbst nicht mehr, sind ihren Gefühlen, sind ihrer Seele und damit ihren wahren Bedürfnissen und Talenten nicht mehr nah. Der Blick eines modernen Menschen geht überwiegend nach außen, in die Materie, in die digitale Welt, und er verliert seinen inneren Halt, indem sein Selbstwertgefühl immer mehr von äußeren Faktoren abhängig wird, wie

materiellem Besitz, den Likes in den sozialen Netzwerken und anderen Aktivitäten.

So sollten wir uns selbst befähigen, uns zu hinterfragen, und die flüchtigen Glücksgefühle, die durch oberflächliche Beschäftigung erzeugt werden, von echtem Glück unterscheiden lernen. Dann nehmen wir umso mehr unsere Seele, das heißt unsere Bestimmung, wahr. So sind glückliche Menschen, die in sich ruhen, um 31 Prozent produktiver. Denn sie bringen sich mit ihren Ideen und Talenten ein und vollziehen ihre Entscheidungen und Projekte konsequent.

Je mehr wir uns selbst in unseren Gefühlen, in unserer Seele wahrnehmen und lieben, umso mehr nehmen wir auch andere Menschen wertschätzend wahr, und die Qualität unseres Lebens, unserer Kompetenzen sowie unserer Beziehungen erhöht sich. So reden wir im Alltag mehr miteinander, wobei wir uns gegenseitig in die Augen schauen und nicht aneinander vorbei. Denn der Blick in die Augen offenbart unsere Seele und die Wahrheit hinter den Worten. Gerade durch echte, also analoge soziale Kontakte nimmt sich die Seele wahr, kann sich in diesen Lebenserfahrungen, in diesen Beziehungen reflektieren, kann reifen und wachsen. Das Soziale, das Füreinanderdasein, ist das Heilige. Ein liebevoller Umgang miteinander gibt uns ein liebevolleres Lebensgefühl voller Stärke, Visionen und Entscheidungen. Eine liebevolle Lebensphilosophie, eine liebevolle Ausrichtung auf eigene Gefühle und ein liebevoller Blick auf das Leben fördern innere Stabilität und geben sinnvolle Orientierung.

Wir sollten stets präsent sein, in uns fest verankert. Wir sollten unser Leben bewusst leben und auskosten. Sonst lau-

fen wir Gefahr, dass wir die Erfahrung machen müssen, dass der Tod nicht der größte Verlust unseres Lebens ist, sondern der größte Verlust ist das, was in uns stirbt, während wir unachtsam leben. Denn wir ernten, was wir säen, und wir erschaffen unser Leben durch Aktivität und nicht, indem wir es absitzen, während wir auf die Bildschirme starren, ohne uns wahrzunehmen.

Unsere Reise auf Erden ist nicht unendlich, sie kann jeden Tag vorbei sein. Achtsam seinen Seelenweg zu gehen beinhaltet eine Auseinandersetzung mit der körperlichen Vergänglichkeit und der seelischen Unendlichkeit. Wir sollten uns mit unserem unterschwellig stets vorhandenen Unbehagen bezüglich des Themas »Tod« aus der Sicht unserer lichtvollen, liebevollen und unsterblichen Seele auseinandersetzen. Aus dieser Sicht werden wir den Tod akzeptieren, und das Thema wird uns nicht psychisch belasten. Es sollte uns bewusst werden, dass die Seele inkarniert, um sich auf Erden wahrzunehmen und sich darüber zu entwickeln. Denn ohne den Körper kann sich die Seele nicht erfahren und nicht handeln. So können wir stets feststellen, dass wir durch die eigene Veränderung wachsen. Eine liebevolle Lebensphilosophie und spirituelle Ausrichtung, Perspektivenwechsel, Selbstliebe und Selbsterkenntnis helfen uns dabei. Dann erkennen wir in allen Lebenslagen, dass wir durch unsere innere Haltung unser Leben selbst bestimmen. Denn alles im Universum ist miteinander verbunden, wir sind ein Teil des Ganzen. Über unsere Energie sind wir mit der Schwingung des gesamten Universums verbunden.

Mag dieses Buch dich auch dabei unterstützen, in deiner liebevollen Selbsterkenntnis und innerer Freiheit geduldig im-

mer einen Schritt nach dem anderen zu machen. Denn jede Seele ist in der Liebe zu Hause, und jede Seele braucht Ruhe, Liebe, Freiheit und Frieden zu ihrer Entfaltung!

Je mehr wir uns alle als göttliche, unsterbliche Seelen erkennen und so fühlen, umso mehr verändert sich unser Blickwinkel auf unsere gesamte Welt und auf unser eigenes Leben. Umso mehr erwacht unser Bewusstsein, leben wir liebevolle Werte und ein Leben vom Herzen, und umso mehr erreichen uns innovative Ideen und lichtvolle Lösungen zu allen Lebensfragen. Ein erhöhtes Bewusstsein ermöglicht ein breiteres Blickfeld voller Klarheit und Mitgefühl. Umso mehr handeln wir verantwortungsbewusst und verbindlich und sind gleichzeitig gelassener und ruhiger. Wir nehmen dann die Dinge weniger persönlich, sondern verstehen und handeln konsequent.

Eine neutrale innere Haltung, die Fähigkeit, sich in seinem Ego zurückzunehmen und das Leben geschehen zu lassen, zeigt unser wahres Inneres. So können wir lernen, konstruktiv mit den Lebensumständen umzugehen, und wir können verstehen, dass unsere persönlichen Verstrickungen, die alten Geschichten, die uns beschäftigen, sich so lange wiederholen, bis wir daraus lernen. Wir sind dann fähig, in unserer Selbstbestimmtheit uns bewusst mit unserer göttlichen Quelle, mit der lichtvollen geistigen Welt zu verbinden, uns aufzurichten und niemals zu verzagen, sondern an uns zu glauben. Aus einem erhöhten Bewusstsein und emotionaler Intelligenz wissen wir, dass wir nicht unsere Vergangenheit sind und auch nicht unsere Zukunft, sondern unsere absolute Gegenwart. Wir können durchatmen und wieder ankommen, im Jetzt, in

liebvoller Achtsamkeit, im eigenen liebevollen Herzen. Denn die höchste Erkenntnis ist stets die Liebe; sie ist erhöhtes Bewusstsein der Gegenwartspräsenz. Aus göttlichem Bewusstsein heraus erkennen wir das Wesentliche. Und das Wesentliche ist der Moment, denn der Moment ist alles, was wir haben. Da befinden wir uns in Frieden.

So belohnt uns die spirituelle Entwicklung und spirituelle Erfahrung mit Selbsterkenntnis und mit Selbstliebe, mit tiefem Frieden, mit dem Jetzt. Sodass wir auf unserem Lebensweg die Erfahrung machen, dass diese größte Belohnung die meiste Geduld erfordert und damit keine Lebenserfahrung unnötig war, sondern uns in unserem liebevollen göttlichen Bewusstsein reifen und wachsen ließ. Dann gibt es kein Hadern mit dem Schicksal, sondern Verstehen und Sein. Je mehr wir dem Leben mit Wertschätzung begegnen, umso mehr werden wir auch die Schönheit des Lebens und seine Fülle begreifen. Wir sind dann mit der göttlichen Quelle in Einheit, wir stehen im Licht, wir leuchten von innen, und wir sind sanft, aber auch gleichzeitig stark. Wir können jederzeit damit anfangen und Freude und Kraft wiedererlangen, indem wir vertrauensvoll, aufrichtig, liebend und mutig das werden, was wir wirklich in unserer göttlichen Natur sind. Denn wo Liebe wächst, gedeiht die Seele, gedeiht das Leben. Wenn die Liebe stärker ist als die Angst, leben wir unser Seelenpotenzial!

Die unsterbliche Seele

Stelle dich stets ins Licht, achte auf liebevolle Gedanken, Gefühle und auf einen liebevollen, tiefen Atem. Dann bist du verbunden mit der lichtvollen geistigen Welt, und das ist der beste Schutz. Versuche stets, in folgendem Bewusstsein zu leben: »Göttliche Liebe erfüllt meine Seele, alles andere lasse ich los, alles andere lasse ich gehen.« Und spüre dabei die göttliche Liebe in dir, diese tiefe friedvolle Geborgenheit. Möge Liebe dich begleiten.

Die Seele inkarniert

Die Seele ist der Grund, warum ein Mensch lebt. Jeder Mensch ist im Kern lichtvoll, jede Seele ist Liebe. Keine Seele ist je verloren, und keine Seele wird jemals ausgelöscht sein. Kein strafender Gott wird uns jemals richten und kein »jüngstes Gericht« uns verurteilen. Alles spielt sich ausschließlich in uns selbst ab, wir selbst müssen und werden uns erlösen, indem wir achtsam unser Leben reflektieren und vorhandene Schat-

ten mittels Liebe in Licht verwandeln. Ob dies in unserem Erdenleben erfolgt, was uns ein befreites und erfülltes Leben in Liebe, Erfolg und Zuversicht beschert, oder erst nach dem Ableben, geschieht nach unserem eigenen freien Willen. Jeder ist für sich selbst verantwortlich. Jede Seele ist göttlichen Ursprungs und in der Liebe zu Hause. Sie bleibt stets mit ihrer himmlischen Heimat verbunden, auch wenn dies der Mensch oftmals nicht bewusst wahrnimmt. Wenn wir uns auf die geistige Anbindung einlassen, so wird uns das kosmische Wissen, die Weisheit und Wahrheit zur Verfügung stehen, und wir werden großartige und wichtige Inspirationen erfahren, die wir in unseren Alltag integrieren können. Das Leben lässt sich so spürbar erfüllter, leichter und lichtvoller gestalten.

Der Mensch ist ein geistiges Wesen, das in all den Inkarnationen irdische Erfahrungen sammelt. Es ist ein gegebener Prozess, dass wir zur Entwicklung unserer Seelenkraft immer wieder auf der Erde inkarnieren, um uns in einem Körper und mithilfe der Geisteskraft zu stärken und uns in liebe- und lichtvollem Umgang mit den Mitmenschen zu üben. Dies bedeutet, zu erleben, zu lieben, sich einzurichten und sich auseinanderzusetzen in der Materie, in der Polarität, in Raum und Zeit. Dann folgt wieder das Loslassen, das Reflektieren, das Verstehen und Aufarbeiten in der geistigen Welt und der Aufstieg ins Licht.

Die Seele will sich stets entfalten und strebt nach Freiheit und Leichtigkeit im Diesseits wie im Jenseits. Je leichter und freier sie sich in einem irdischen Körper fühlt, umso leichter wird ihr das Loslassen des irdischen Lebens und das Sichzufinden in den geistigen Welten fallen. Die Seele entwi-

ckelt sich von Inkarnation zu Inkarnation immer weiter hin zur gottähnlichen All-Liebe. Im Jenseits hat sie keinen Körper und keinen Geist mehr zur Verfügung. Auch wenn sie dort das schönste Lichtlein ist, sie kann sich nicht wahrnehmen. Für die Wahrnehmung braucht sie einen Körper, den Geist und die Auseinandersetzung in der Materie, in Raum und Zeit, also wird sie für diese Erfahrungen immer wieder inkarnieren.

Es ist sehr wichtig, dass wir verstehen, dass alles seinen Sinn hat und von göttlicher Kraft perfekt eingerichtet ist. Es könnte ohne irdischen Tod weder eine Entwicklung der Seele im Jenseits stattfinden noch auf der Erde. Stellen wir uns nur einmal unsere Welt vor, wenn alle Despoten ewig machtvoll und im Irdischen unsterblich wären. Es gäbe überhaupt kein Entwicklungspotenzial.

Wir sollten stets auf ein hoffnungsvolles Gedankengut achten und die Angst vor dem Tod, der in Wirklichkeit lediglich einen Übergang in eine andere Bewusstseinssebene darstellt, in Liebe, Hoffnung und die Erkenntnis umwandeln. Wir sollten wissen, dass es immer lichtvoll für uns weitergeht. Wir müssen nur auf den Prozess des ewigen Lebens vertrauen.

Leider ist in unserer Kultur durch alte religiöse Prägungen der Tod mit vielen Ängsten besetzt. Diese sind durch Unwissen und falsche Interpretationen entstanden. Schon die Vorstellung von Hölle, Teufel und Fegefeuer macht den Menschen Angst, ohne dass sie wirklich wissen, um was es sich dabei handelt. Diese Themen habe ich in meinem Buch »Jenseitige Welten« ausführlich beschrieben. Diese Ängste lassen sich mit mehr Wissen und Weisheit entkräften, was wiederum zu mehr Ver-

trauen, Liebe und Leichtigkeit im Leben führt. Mache dich auf die Suche nach deiner eigenen Wahrheit, so lassen sich deine vorherrschenden Gedanken und Konditionierungen erkennen und die unterschwelligen, stets vorhandenen Ängste vor dem Tod, vor einem scheinbaren und unabwendbaren Ausgelöschtsein lichtvoll in Liebe und Vertrauen zu Gott verwandeln.

Wir sollten uns stets daran erinnern, dass der Weg zur Seele über Ruhe, Stille und Meditation führt, über die Natur und Freude, über ein konsequentes »Ja« zu sich selbst, über die Selbstbestimmung. Ich hoffe, dass dir dieses Buch dabei eine Unterstützung sein kann.

Alles ist mit allem verbunden

Sei dir deiner himmlischen Heimat in allen Lebenslagen bewusst. Wenn du erschöpft bist, halte inne und gib deiner Seele Raum. Gehe liebevoll, freundlich und nachsichtig mit dir um, und spüre bewusst deine liebevolle himmlische Verbundenheit. In diesem erhöhten Bewusstsein erkennst du plötzlich den lichtvollen Sinn, und du lernst aus allen Wandlungen des Lebens und gedeihst. Die himmlische Kraft ist bei dir.

Jede Keimzelle trägt einen vollkommenen Plan für ihre Entwicklung in sich. Es gibt einen perfekten Bauplan für Funktion und Aussehen des Endprodukts, für Wachstum und Niedergang. Nun stellt sich die Frage, ob die Entstehung des

Komma), an den Urknall herangehen. Bis zu diesem Zeitpunkt direkt nach dem Urknall gelten die bekannten physikalischen Gesetze. Davor liegt ein bislang unerforschtes Reich, also Ungewissheit. Was geschah also in dem Augenblick, an dem unser Universum geboren wurde? Die meisten Astrophysiker halten es nicht für möglich, bis an den Urknall heranzukommen, es gibt, zumindest bis jetzt, keine Möglichkeit, den Moment der Schöpfung zu untersuchen. Die tatsächliche Entstehung bleibt damit ein Rätsel. Nach der Urknalltheorie entstand die Welt vor 13,7 Milliarden Jahren durch eine Explosion eines unvorstellbar kleinen Punktes, der viel kleiner als ein Atomkern und extrem heiß war und eine unvorstellbar hohe Dichte besaß; nach dem Knall erfolgte die Ausdehnung schneller als die Lichtgeschwindigkeit. Die Energie verwandelte sich sofort, innerhalb der ersten Sekunde, in Elementarteilchen wie Elektronen, Protonen und Neutronen; gleich danach entstanden die ersten Atomkerne. Die Mehrzahl der Wissenschaftler ist der Meinung, dass dieser »Big Bang« die Geburt des Kosmos war und Raum und Zeit aus dem Nichts entstanden. Vielleicht war alles aber auch ganz anders.

Die Urknalltheorie ist nicht das einzige Modell über die Entstehung des Universums. Es gibt zum Beispiel auch die Theorie, dass das Universum ohne Anfang und ohne Ende ist. Den genauen Vorgang und den genauen Plan kennt wohl nur Gott.

Die moderne Physik beweist uns heute, dass das, was wir als Materie bezeichnen, letztendlich aus Nicht-Materie, also aus Energie aufgebaut ist. Wer die sichtbare Welt für etwas Absolutes hält, geht weit an der Wirklichkeit vorbei.