

Vorwort

Wer denkt schon im Frühling, dass im Herbst die Blätter fallen?

Ich habe 80 Jahre damit verbracht, der zu sein, den die anderen wollten! Bis ich erkannte: Davon zu träumen, was ich machen möchte, es aber immer hinauszögern, wird mich nie dorthin bringen, wo ich hinmöchte.

Die meisten Menschen wollen gesund, erfolgreich und beliebt sein. Eine wunderbare Partnerschaft haben und mit ihrer Seelenbestimmung in Einklang sein.

Warum schaffen es einige und bei den meisten funktioniert es nicht? Egal in welchem Alter?

Weil wir unseren wahren Ausdruck hinter einer Maske verstecken. Wodurch wir steckenbleiben. Wo wir zwar mit dem Finger die Landkarten entlangfahren, aber nie die Reise beginnen. Diese stets nur vorbereiten. Jedoch nie in das Tun gehen!

Wodurch wir uns selbst von unserer Bestimmung ausschließen, Umwege in Kauf nehmen und unsere Seele mit unnötigem Ballast beschweren. Bis sie an der Grenze ihrer Belastbarkeit angekommen ist. Dann jedoch ist rasches Handeln angesagt. Warum?

Um der Ursache körperlicher und seelischer Leiden auf den Grund zu kommen. Um sich aus Situationen zu lösen in denen man feststeckt, und um mehr Lebensqualität zu erlangen. Um, wie in meinem Fall zu erkennen, was bis ins Alter bei mir schief läuft. Warum eine Landkarte nicht die Reise ist, genau so wenig, wie eine Speisekarte nicht das Essen ist. Es ist erst der Zugang zu dem, was man möchte, was einem wirklich etwas bedeutet und Seelenfrieden bringen würde. Doch die meisten Menschen geben sich mit dem Zugang zufrieden. Es verschafft schon Freude, in Gedanken eine Reise zu planen, um vor dem letzten Schritt so einiges ins Treffen zu führen, das den tatsächlichen Abschluss doch wieder hinauszögert. Man denkt, irgendwann, wenn mehr Geld vorhanden oder mehr Zeit dafür ist, wird man es nachholen. In der Zwischenzeit sieht man mit leiser Sehnsucht im Herzen Reiseberichte im Fernsehen an, fährt gedanklich auf einem Dampfer mit und denkt sich, bald werde ich auch dabei sein.

Die Reiseroute eines jeden Menschen ist anders und jeder muss sein eigenes Rezept für Gesundheit und inneres Gleichgewicht finden. Das Leben wird die Stärke unserer Seele, die Weite unseres Herzens immer wieder auf die Probe stellen. Wir haben die Wahl unser Schöpferdasein auszudrücken und zu leben oder einfach nur zu existieren. Denn jeder von uns beeinflusst sein

Leben auf den Entscheidungen, die wir treffen. Wir haben es alle verdient, glücklich zu sein und sollten deshalb auch mutig sein. Denn die Welt braucht Menschen, die keine Angst vor Veränderung haben und die keinen Grund sehen, das Leben nur in Schwarzweiß zu betrachten.

Ich hätte nie im Leben geglaubt, dass ich Jahrzehnte brauchen würde, um herauszufinden, wer ich bin. Wer ich hinter meiner Maske bin. Ja, ich habe nicht einmal erkannt, dass ich mich hinter einer Maske verstecke. Dass mein Leben, das immerhin schon achtzig Jahrzehnte andauert, eine einzige große Lüge mir selbst gegenüber ist.

Was habe ich alles versucht, um spirituell zu wachsen. Um von meinem Umfeld angenommen zu werden, und mir selbst zu beweisen, wie großartig ich bin. Um im hohen Alter von höchster Stelle zu erfahren, dass es Zeit wird, die Maske abzulegen. Wo mir die Frage gestellt wurde: „Wann bist du endlich bereit, wirklich du zu sein?“

Da erst begann meine Innenschau. Die hatte nichts gemein mit all den Versuchen, die ich in früheren Jahren anstellte, um mein Innerstes zu erforschen. Plötzlich stand ich vor der Tatsache, mich so zu sehen, wie ich mich bis jetzt ausdrückte. Ohne Schönfärberei. Ohne Unangenehmes auszusperrern. Dort hinzuschauen, wo es wehtat. Es schmerzte deswegen, weil ich meinen Ausdruck

und mein Verhalten mir selbst und meinem Umfeld gegenüber bis heute als normal und „richtig“ empfunden habe. Ich wäre nie auf den Gedanken gekommen, dass ich Theaterspielend durchs Leben gegangen bin.

Eines war mir schon bewusst: Dass ich mich auf der einen Seite zurücknahm, anstatt meiner Wertigkeit den nötigen Raum zu geben. Auf der anderen Seite versteckte ich meine wahren Gefühle hinter einer unnötigen Arroganz. Es sollte niemand den Schmerz meiner Seele mitbekommen. Heute erkenne ich, welche Last wir damit der Seele aufbürden. Wer sich immer hinter den verschiedensten Masken versteckt, für den wird es zur Normalität. Der erkennt nicht mehr, was ist wahr und was ist nur Theater. Da versperrt man den Schmerz, die wahren Gefühle so tief in den untersten Schubladen, dass man gar nicht mehr merkt, dass man außerhalb von sich selbst lebt.

Wenn man dies erkennt und beginnt sein Leben zu hinterfragen, ist man fassungslos, dass man diesen Zustand so lange ertragen hat. Wie konnte man nur zulassen, dass er so „normal“ wurde, dass man nicht gemerkt hat, dass man gelebt wurde. Man hat zugelassen, dass das Leben, so wie es einem bestimmt gewesen wäre, vorbeigezogen ist. Wie hätte das Leben für mich ausgesehen, wenn ich nicht die Gefühle unterdrückt hätte? Wenn ich

zu dem gestanden wäre, was meine Bestimmung war? Wäre die Welt um mich deswegen zusammengebrochen? Nein! Ich hätte der Welt die wahre Heidrun gezeigt, mit all ihren Facetten. Ob das nun von anderen gut oder schlecht empfunden worden wäre, mir hätte es gut getan. Vor allem meiner Seele. Die hätte sich entfalten können, so wie ich ihr es vermutlich vor meiner Inkarnation versprochen habe. Es muss so sein. Sonst hätte Gott mich nicht aufgefordert, endlich die Maske abzulegen. Mich gefragt, wie lange ich noch so dahinleben wolle, ehe ich erkenne, was Sache ist.

Selbst dann bin ich natürlich in alte Muster zurückgefallen: ins Extreme. Im Bestreben, alles gut und richtig zu machen reagierte ich entweder schuldbewusst oder mit aggressivem Verhalten. Eine Reaktion, die mich in nicht aufgearbeitete karmische Energien zurückfallen ließ. In Zeiten, in denen ich mich zurückgenommen hatte und zur „Dienenden“ wurde. Eine Eigenschaft, die auch in diesem Leben immer dann zum Tragen kam, wenn ich mit dem Verstand eine Änderung herbeiführen wollte. Dann fühlte ich mich schuldbewusst und tat, was anderen gefiel – nur nicht mir! Und wenn ich darauf von meiner Energetikerin aufmerksam gemacht wurde, bin ich natürlich aus dieser Energie ausgestiegen, und ohne es zu merken, in das andere Extrem gefallen – in den aufbrausenden und kämpferischen Ausdruck.

Nach der Aufforderung von allerhöchster Stelle, mein Kontrolldenken zugunsten von mehr Leichtigkeit und der Wahrheit mir selbst gegenüber aufzugeben, begann ich mein Leben auf neue Art zu hinterfragen. Ohne Beschönigung hinterfragte ich die Szenen meines Lebens, die mir in geradezu atemberaubendem Tempo ins Bewusstsein kamen. Erschüttert stellte ich fest, welche Wahrheit hinter der Aufforderung, mich selbst zu erkennen, stand. Ich erforschte und durchwühlte mein Leben, ging dem, was hochkam auf den Grund und musste erschüttert feststellen, ich habe mich mein Leben lang hinter einer Maske versteckt, ich bin aber nicht meine Maske. Ich bin ich. Und das will ich ab sofort auch nach außen zeigen. Es hat lange gedauert, viel zu lange, doch da mir die Gnade zuteilwurde, es immerhin noch zu erkennen, ehe es dafür zu spät wäre, will ich alles daransetzen, mich so zu geben, wie ich bin.

Mein Leben lang bin ich immer mit dem Verstand an die Dinge herangegangen, und ich gestehe, dass es Vieles gibt, auf das ich stolz sein kann. Leider werde ich nicht erfahren, wie so Vieles anders ausgefallen wäre, hätte ich aus der Herzebene heraus gehandelt. Den Unterschied beginne ich erst jetzt zu erkennen. Aber es ist nicht zu spät. Solange wir atmen, haben wir die Chance, unser Leben neu zu gestalten, Veränderung anzunehmen und etwas daraus zu machen, das

unsere Seele weitet. Es ist wirklich schade, dass wir Menschen immer erst einen „Schlag auf den Kopf“ brauchen, um einen anderen Weg einzuschlagen. Wir spüren sehr oft über viele Zeit hinweg, dass wir einer anderen Spur folgen sollten. Doch Bequemlichkeit oder Ängste hindern uns daran, den Weg zu gehen, den uns das Bauchgefühl aufzeigt.

Das Leben wäre so einfach

Wir selber machen es kompliziert, indem wir zu viel mit dem Verstand agieren und das Herz außen vor lassen. Gönnen wir uns den Luxus und kümmern wir uns einmal nur um uns selber. Fragen wir uns, was uns guttut, was wir möchten. Und setzen das um – auch wenn das Umfeld es nicht verstehen oder gutheißen sollte. Es geht um uns! Um unser Seelenheil. Um unsere Freude am Leben und an uns selbst.!

Wir sind in so vielen alten Gedankenmustern gefangen, orientieren uns an dem, was uns der Mainstream vorgibt und ignorieren hartnäckig die leise Stimme unserer Seele. Wir haben Erfolg und sind oft glücklich – doch sind wir weit davon entfernt zu spüren, wie sich wirklicher Erfolg, wahres Glück anfühlen kann. Dazu müssten wir ein offenes Herz und den Mut haben, uns über Konventionen und scheinbare Schwierigkeiten hinwegzusetzen. Das würde uns dem näherbringen, was Seelenfreude bedeutet. Dann würden sich nicht

erst Krankheiten und seelische Zusammenbrüche zeigen müssen, ehe wir bereit sind, uns um unser eigenes Seelenheil zu kümmern. Wir bemuttern unsere Liebsten, betreuen unsere Haustiere, sorgen uns um Dinge, die nicht die unseren sind und wundern uns, dass wir zu einer Müllhalde mutieren, die von anderen großzügig bestückt wird. Dass wir dadurch unsere Seele mit zusätzlichem Abfall belasten, merken wir erst, wenn nichts mehr geht. Wenn die Seele nach Befreiung schreit hilft keine Affirmation mehr, kein Ritual oder Workshop. Dann ist Großreinemachen angesagt.

In diesem Buch zeige ich die konsequente psychische Aufarbeitung mithilfe einer energetischen Fachkraft auf. Sie wird notwendig, wenn die Seele sich immer öfter mit körperlichen Schmerzen, gravierenden Stimmungsschwankungen und Traurigkeit bemerkbar macht. Wenn der Mensch keinen Sinn mehr in seinem Leben sieht; Wenn ihm die Lebendigkeit der Farben abhandengekommen ist und das Sein nur mehr grau in grau erscheint; wenn er in Situationen feststeckt, die er selbst nicht erkennen und auflösen kann. All das zeigt auf, weshalb es besser ist, sich der Wahrheit zu stellen und die Hilfe Berufener in Anspruch zu nehmen. Jener Menschen, die uns den Spiegel vorhalten und aufzeigen, was wir am Grund unserer Seele verstecken. Damit es uns danach wieder leicht ums

Herz wird. Mit einer Begleitung – mit Hilfe von Menschen, die man sich selbst aussucht, zu denen man geführt wird und die dazu berufen sind, geht vieles leichter und man bekommt Blickwinkel und Unterstützung, die man alleine nie so wahrgenommen hätte.

Das stärkt das Fundament, das man benötigt, um Herr zu werden, was in diesen Zeiten in rasender Geschwindigkeit an die Oberfläche drängt. Damit die Stürme, die unweigerlich durch den allgemeinen Wandel unser Leben beeinflussen, wieder leichter in Balance gebracht werden können. Dabei geht es um das Aufzeigen von Feldern, die das Entwicklungspotential haben und um den Schub, der Seelenführung zu folgen. Um die eigenen Schwachstellen zu finden, braucht es Hilfe von Erfahrenen. Braucht es ein starkes klares Gegenüber und den eigenen Willen weiterzugehen. Auch wenn es mal stürmt oder Reibung vorhanden ist. Reibung ist immer gut, sie erzeugt Wärme – Feuer. „In dir muss brennen, was du in anderen entzünden willst“, sagte schon Aurelius Augustinus. Mein Herz war bereit zu brennen.

Wenn für die Aufarbeitung seelischer Themen der geringste Aufwand betrieben wird, ist die Folge davon Unzufriedenheit und Enttäuschung. Das verstärkt dann die Meinung, es bringt ohnehin alles

nichts. Weil man darin wieder keinen Halt gefunden und kein Versprechen sich verwirklicht hat.

Aus der Sicht einer erfahrenen Energetikerin erfährt der Leser, warum Hilfsmittel nicht helfen, Themen und Blockierungen in der Tiefe aufzulösen. Weshalb es nicht genügt, seelische Blockaden auf die Leinwand zu projizieren und zu glauben, dass davon die Krankheit/das Problem verschwinden. Es wird im besten Fall nur zugedeckt. Das ist genau das, was bei den vielen Menschen heutzutage geschieht. Sie decken zu, anstatt aufzuräumen! Doch wenn der Hut brennt helfen keine Hilfsmittel, keine noch so gutgemeinten Ratschläge, dann ist ein Feuerlöscher gefragt. Dann bedarf es endlich professioneller Hilfe.

Wer auf der Suche nach Tipps für seine Seelenbefreiung ist, der wird in diesem Buch nicht fündig werden. Personen, die substanzielle Auflösung auf später verschieben, um den Schmerz der Seele nicht zu spüren, werden sich auch nicht darin wiederfinden. Denn es wurde geschrieben für Menschen, die bereit sind den Hintern hochzuheben und in ihrem Leben mit seelischen Belastungen aufzuräumen. Um freier atmen zu können, für bessere Gesundheit und um die Flügel auszubreiten. Um die Fülle der Farben, die uns umgeben, wieder in ihrer vollen Leuchtkraft zu sehen.

Ich wähle in diesem Buch das vertraute „Du“, weil ich glaube, dass wir uns nicht fremd sind. Sind wir doch alle aus derselben göttlichen Quelle, ist in uns dasselbe Licht, das gleiche Bedürfnis nach Frieden und Freiheit der Seele.

