

Leseprobe aus **Hellas Mitteilungen** von Sonja Jonas.

Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Verlages. Alle Rechte vorbehalten.

---

**PRANAHAUS**<sup>®</sup>  
Alles Gute für Körper, Geist und Seele

Hier geht's zum Buch

[>> Hellas Mitteilungen](#)

## Hellas Mitteilungen, Sonja Jonas

### *Leseprobe*

30.09.17

S: Was hältst du von der Idee, mit deinen Botschaften ein Büchlein zu füllen?

H: Ich fände es Klasse, wenn wir das machen wollen. Ich weiß ja, dass du schon vorher aufschreiben wolltest, was ich zu sagen habe, aber da war ich einfach zu müde, zu elend. Es ist unglaublich, wie sehr wir vom Körper abhängig sind und wie sehr wir an ihm hängen. Jetzt, als ich ihn liegen lassen konnte, ist alles so wunderbar leicht und hell, dass ich nur sagen kann: Gott sei Dank! Danke, dass es so gehen konnte! Denn das Wissen ist ja das Eine und die Umsetzung, naja, war natürlich kein Kinderspiel. Obwohl es besser ist, es als Spiel zu sehen. Die ganze Ernsthaftigkeit ist nur hinderlich. Und ob man 70 oder 90 oder nur 10 Jahre auf Erden gewandelt ist, ist am Ende völlig unwichtig. Wichtig ist, dass man nicht allzu viele Schulden hinterlässt. Damit meine ich nicht das Geld, sondern Dinge, die offen bleiben, die man nicht zu reparieren geschafft hat. Das, womit man nicht seinen Seelenfrieden gemacht hat. Du kannst nicht friedlich gehen, wenn du nicht deinen Frieden gemacht hast. Das war bei mir lange so. „Ich hab´ doch noch eine Aufgabe, ich muss doch noch was bewirken.“ – sagte ich immer - „Ich will noch nicht gehen.“ Damit hielt ich mich am Leben, länger als es der medizinischen Meinung entsprach. Aber eben nicht ewig. Zum Schluss musste ich doch aufgeben und dann geschah das Wunder. In dieser allerschlechtesten körperlichen Verfassung konnten sich Dinge lösen, die ich mit gesundem Körper wohl nie losgelassen hätte. Offenbar klammert man an Problemen noch mehr als an schönen Dingen.

S: Ich würde gern eine kleine Pause machen.

H: Das Dramatische hat offenbar wirklich mit dem Leben in einem Körper zu tun. Schmerz und Leid erfahren wir nur im Körper. Hier oben ist alles nur noch leicht und natürlich schmerzfrei. Auch wenn das Wort „oben“ nicht stimmt. Hier gibt es kein oben und unten aber auch kein gestern und kein morgen. Raum und Zeit haben keine Bedeutung. Alles ist gleichzeitig aus eurer Sicht. Ich kann auch mit euch allen gleichzeitig kommunizieren, das ist wunderbar. Doch für mich gibt es deshalb auch keine Vorstellung von einer Pause. Ich kann dir pausenlos erzählen, ohne dass es mich ermüdet. Ich kann nicht mehr müde werden. Also bist du diejenige, die die Pausen bestimmt.

S: O.k., dann mache ich jetzt eine Pause.