

Leseprobe aus: **Akasha-Chronik – Dein Buch des Lebens** von Siglinda Oppelt. 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

[>> Akasha-Chronik – Dein Buch des Lebens](#)

SIGLINDA OPPELT

# AKASHA CHRONIK



Dein Buch  
des Lebens

mit  
Meditationen  
**live** aus der  
Akasha-Chronik  
als Download

ECHNATON

## Wichtiger Hinweis

In dieses Buch wurden Fallbeispiele aufgenommen mit dem Einverständnis der betreffenden Personen und mit der Absicht, die allgemeingültige Essenz, die zu dieser Thematik vermittelt wurde, als hilfreiche Impulse weiterzugeben für Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Alle in dem Buch aufgeführten Fallbeispiele wurden zum Schutz der Personen anonymisiert und so verfremdet, dass ein Erkennen durch Dritte ausgeschlossen ist.

Bitte beachten Sie: Die Inhalte des Buches und der Meditationen stellen keine Diagnosen dar und sind kein Ersatz für ärztliche, medizinische, medikamentöse oder therapeutische Behandlung. Die Inhalte des Buches sind sorgfältig erwogen. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen ohne Gewährleistung oder Garantie seitens der Autorin oder des Verlages. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlages und ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Bei möglichen unterschiedlichen Schreibweisen wurde die von der Duden-Redaktion empfohlene Schreibvariante verwendet.

Erstauflage: © EchnAton Verlag Diana Schulz e.K.  
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf –  
auch teilweise – nur mit Genehmigung des  
Verlages wiedergegeben werden.

1. Auflage Oktober 2019

Gesamtherstellung: Diana Schulz  
Lektorat: Angelika Funk  
Autoren-Foto: Elke Schmidt  
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck  
ISBN: 978-3-96442-022-0

[www.echnaton-verlag.de](http://www.echnaton-verlag.de)

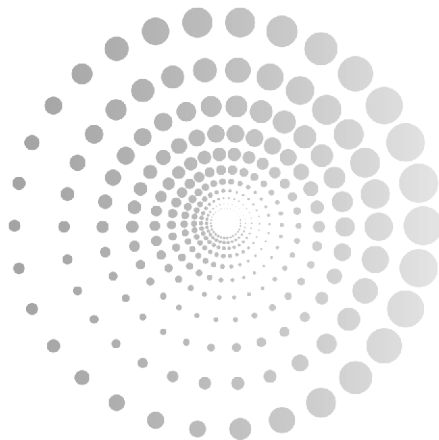
# Inhalt

<b>Prolog</b>	11
Wie kam ich dazu, in der Akasha-Chronik zu lesen?	13
Mein Herzenswunsch ist es, Sternstunden zu teilen	16
Woran Sie erkennen, dass die Durchgaben echt sind	18
Der Druckknopf zu Ihrer Seele	21
<b>Was ist die Akasha-Chronik?</b>	27
Wie läuft ein Reading ab?	29
Woher kommt der Ursprung?	30
Wer meldet sich da?	31
Wann ist ein Reading hilfreich?	33
Welche Fragen kann man stellen?	34
<b>Vertrauen und Selbstliebe</b>	37
Wir sind alle miteinander ein bisschen vergesslich	43
Die heilige Silberspur im Leben eines Menschen	45
Die heilige Silberspur achten	47
Wir sind nicht die Geschichte, die wir uns über uns selbst erzählen	53
Striptease: im besten Sinne nackt werden	55
Wie Nebelschleier um die Seele sich lichten	56
SelbstLiebe oder: Hört auf, an Euch zu arbeiten!	59
Zusammenfassung	67

<b>Partnerschaft &amp; Beziehungen</b>	69
Der verstaubte, ergraute Bräutigam	76
Warte nicht mit dem Leben in Dir auf Dich	82
Sich auf eine ideale Partnerschaft vorbereiten	84
Lebensfrische in einer dauerhaften Beziehung	92
Zusammenfassung	102
<b>Sexualität und All-Sinnlichkeit</b>	105
Leben ist immer erotisches Vibrieren	106
Die All-Sinnlichkeit des Seins in allem, was uns umgibt	108
Die innere All-Sinnlichkeit erspüren – in mir selbst	110
All-Sinnlichkeit in einer Partnerschaft	115
Festgefahrenes lockern und lösen	121
Zusammenfassung	123
<b>Körper und Gesundheit</b>	125
HeilSein ist nichts, was durch die Überwindung einer Krankheit zu erreichen ist	130
Fallbeispiel Krebs	135
Fallbeispiel Erfahrungsreichtum	143
Zusammenfassung	147
<b>Fülle</b>	149
Die Quarkschüssel	154
Einengende Muster in Bezug auf Geld überwinden	158
Die Erde ist nicht mangelhaft	165
Alles kommt aus und von der Erde	168
Zusammenfassung	172
<b>Beruf und Berufung</b>	173
Beruf – der Ruf, der mich zu dem führt, wo ich mich beschwingt fühle	176
Erfüllung im Beruf finden	180

Berufung finden: dem Ruf des Herzens lauschen	183
Wie ein Geschäft wieder in Schwung kam	187
Eine Firma ist ein Bewusstheitsfeld	194
Karmisch? In den seltensten Fällen	198
Zusammenfassung	201
<b>Tod und Sterben</b>	203
Was weiß der Schmetterling, nachdem er geschlüpft ist?	207
Nicht hier, aber da	208
Wie kann ich mit Verstorbenen Kontakt aufnehmen?	215
Wie die verstorbenen Seelen Kontakt zu uns aufnehmen	218
Einen geliebten Menschen loslassen	220
Schuldgefühle	223
Selbstmord: was wirklich sterben will	225
Wenn der Tod kommt, ist es immer: Jetzt	233
Sich auf das eigene Sterben vorbereiten: Hand öffnen	234
Zusammenfassung	245
<b>Co-Working mit der geistigen Welt</b>	247
Kann ich das Leben wirklich als Geschenk spüren?	248
Es ist ein Privileg hier zu sein	252
Niemand ist alleine	253
Das Jenseits ist nicht jenseits	255
Team-work: echte Zusammenarbeit mit der geistigen Welt	258
Es ist keine Einbahnstraße: Wir sind Helfer und Geholfene gleichermaßen	262
Der Reißverschluss: Wie menschliche und geistige Kräfte zusammenarbeiten	264
Vergiss nicht zu feiern!	267
Zusammenfassung	271

<b>Anhang</b>	273
Tiefen-Meditationen live aus der Akasha-Chronik!	274
Akasha-Chronik-live-Events	277
Quellenverzeichnis	280
Danke	283
Die Autorin	286



# Prolog

Vollkommen zufrieden scheint diese junge Frau zu sein. Auf einem Foto strahlt sie mir entgegen. Sie ist mit sich und der Welt im Reinen. Ja, sie scheint von innen heraus zu leuchten, diese junge Frau, während sie in der Berliner U-Bahn am Fenster lehnt und hinausguckt. Sie verströmt eine solch ruhige Freude, die tief, unaufgeregt und gleichzeitig lebendig ist, dass ich auf magische Weise berührt bin. Es ist Seraphina. Eine Kundin war so nett, mir ein Foto ihrer Tochter zuzusenden. Einfach so.

So fasziniert bin ich von der natürlichen Ausstrahlung der jungen Frau, dass ich meinen Blick kaum lösen kann von dem Bild. Seraphina hat das Down-Syndrom. Doch das tut ihrer Schönheit keinen Abbruch. Im Gegenteil: Alles in ihrem Inneren, ja geradezu jede Zelle in ihr, scheint zu wissen:

Ich bin in Ordnung.  
Ich bin heilige, göttliche Kraft.

Was sie an Selbst-Zufriedenheit verströmt, kommt offensichtlich aus einer tiefen inneren Quelle, aus einer Quell-Intelligenz, die in uns allen ruht und die weiß: Ich bin in Ordnung. Ich bin natürliche, heilige Kraft. Seraphina atmet diese Wahrheit. Es ist, als ob sie die Weisheit ihrer Seele so sehr verinnerlicht hat, dass diese nun durch all ihre Poren



strömt. Offensichtlich ist sie ganz bei sich und im Einklang mit sich selbst.

Können wir das auch? Wo liegt unsere Behinderung? In Selbstzweifeln? In der Idee, nicht gut genug zu sein? Nicht anerkannt, nicht gesehen oder geliebt zu werden?

Wo auch immer unsere geistige – und damit ja auch real gefühlte Behinderung liegt – wir können sie lösen. So viele *meiner* Behinderungen, Ängste und Irrtümer konnte ich lösen mithilfe der Meister und Lehrer aus der Akasha-Chronik und vielen meiner Klienten gelang das ebenfalls. So hilfreich und effektiv unterstützend sind sie für uns alle da, dass nicht nur ich aufgrund ihrer Hinweise schon viele heilsame Lösungen für mich selbst umsetzen und äußerst positive Veränderungen erleben konnte. Auch viele meiner Kunden, die ein Reading in der Akasha-Chronik genossen, haben daraufhin hilfreiche Anpassungen in ihrem Leben vorgenommen und ebenfalls kleinere und größere Wunder erlebt.

Die Akasha-Chronik lädt uns immer zu einem authentischen, selbstermächtigten Leben ein. Die geistigen Wesen führen uns genau in diese Tiefe in uns selbst hinein, in der wir, wie Seraphina, spüren können, dass wir heilige Wesen sind. Heilige Wesen in ihrer ganz natürlichen Kraft.

Woher der Begriff der Akasha-Chronik kommt, was sie ist und wie eine Lesung in der Akasha-Chronik genau abläuft, das ist im nächsten Kapitel *Was ist die Akasha-Chronik?* erläutert. An dieser Stelle sei vorab kurz zusammengefasst: Die Akasha-Chronik ist ein universales kosmisches Bewusstseinsfeld, ein geistiges Feld, in dem alle Erfahrungen, die unsere menschliche Seele macht, gespeichert sind. In diesem universalen Bewusstseinsraum der

Akasha-Chronik stehen lichtvolle Meister und Lehrer bereit, um ihre Sichtweisen des Lebens mit uns zu teilen und uns in allen Lebenslagen zu unterstützen. In einem Reading, also einer Lesung, öffne ich die Akasha-Chronik mit einem kurzen Gebet und sogleich stehen uns die göttlichen Helfer für all unsere Anliegen und Bewusstseinschritte zur Verfügung.

### **Doch wie kam ich dazu, in der Akasha-Chronik zu lesen?**

Schon früh hatte ich mich für energetische Zusammenhänge interessiert. Als Kind beobachtete ich gerne Erwachsene in ihren Gesprächen und konnte wahrnehmen, dass es da noch eine tiefere, eine energetische Ebene gab. Was hinter den offiziell miteinander ausgetauschten Worten noch mitschwang, konnte ich als kleines Mädchen natürlich nicht benennen, doch ich spürte, dass es da ein *Dazwischen* gab, das mir ebenso gehaltvoll, wenn nicht gar gehaltvoller erschien.

Dann kam ich in die Schule und war bestrebt, den Schulalltag zu bestehen. Und als Jugendliche dann war ich natürlich mit ganz anderen Dingen beschäftigt, wie Sie sich denken können. Als junge erwachsene Frau nahm ich jedoch den Faden zum Geistigen bzw. Seelischen wieder auf: Ich machte eine Psychotherapie, einfach weil ich zu dem Zeitpunkt so unzufrieden mit mir war. Und Schritt für Schritt öffnete ich mich für energetische Heilweisen und mein spirituelles Interesse wuchs. So durchlief ich eine Vielzahl von Ausbildungen, wurde Reiki-Meisterin, lernte viel über

die Arbeit mit Lichtcodes ..., beschäftigte mich mit Quantum Entrainment und Remote Viewing und vielem anderem. All das geschah neben meinem Studium der Volkswirtschaftslehre, der Sprachen und strategischen Unternehmensführung und auch während meiner späteren Berufstätigkeit.

Nach dem Studium arbeitete ich zunächst einige Jahre angestellt in Unternehmen, in der strategischen Unternehmens- und Organisationsentwicklung und auch in der Team- und Führungskräfteentwicklung. Schließlich, vor etwa 20 Jahren, spürte ich den inneren Drang, mich selbstständig zu machen. Das mag jetzt so klingen, als wäre bei mir immer alles glatt gegangen – so war es aber beileibe nicht. Welche Krisen ich in meinem Berufsleben durchlief und was ich daraus lernen konnte, aber auch sehr viele positive Erfahrungen – Berührendes wie auch Kurioses –, habe ich in meinen beiden ersten Business-Büchern niedergeschrieben.

Durch Meditation, spirituelle Reisen und Erfahrungen blieb mein Interesse stets wach für die geistige Dimension unseres Lebens. Und diese spirituelle Ebene, unsere spirituelle Intelligenz, ließ ich schon früh in meine Unternehmensberatung und Coachings einfließen. Unsere spirituelle Natur ist ja immer aktiv und lebendig – selbst wenn wir uns dessen nicht bewusst sein sollten – und so war sie für mich nie vom Business zu trennen. Gleichzeitig bildete ich mich bei Quantenphysikern aus der ganzen Welt weiter.

Dann, ich war schon einige Jahre selbstständig, wurde ich durch eine konjunkturelle Krise – wirklich nicht angenehm – quasi dazu geschubst, meiner inneren Stimme noch mehr zu vertrauen. Und so schrieb ich mein erstes Buch über

das Thema Spirit in Business<sup>1</sup>. Ich meldete mich sogar arbeitslos, um dies tun zu können. Jemals arbeitslos zu sein, war bis dato für mich eine Horrorvorstellung gewesen. Als ich es dann allerdings war, merkte ich, dass es so schlimm gar nicht war. Vor allen Dingen gab es mir die Möglichkeit, mich dem zu widmen, was mir wirklich am Herzen lag. Und dadurch ging es wieder bergauf.

Ich setzte meine Unternehmensberatung und Coachings fort und es folgte mein nächstes Buch *Quantensprung im Business: erfolgreich in die neue Zeit*<sup>2</sup>. Im Jahr 2013 dann, diesmal steckte ich in einer körperlichen Krise – ein Tinnitus, der nicht weichen wollte, weil mir etwas aus der geistigen Welt durchgegeben werden sollte, wie ich schließlich in einem Reading erfuhr –, wurde ich in die Selbstheilungskräfte aus dem inneren Licht eingeweiht. Es waren Lichtwesen von den Plejaden, die mir offenbarten, wie wir uns selbst heilen können aus der stärksten inneren lichtvollen Kraft, der Lebenskraft unserer Seele. Und auch, wie wir uns aus dieser inneren Sonne heraus leiten lassen und ein erfülltes Leben führen können, wurde mir von ihnen gezeigt. All das durfte ich in meinem Buch *Das Licht in dir: Wie wir die größte Lebenskraft für uns nutzen*<sup>3</sup> weitergeben.

## **Mein Herzenswunsch ist es, Sternstunden mit Ihnen zu teilen**

Ja, und irgendwann stieß ich auf die Akasha-Chronik: Ich machte eine Ausbildung bei Gabrielle Orr, der mein ganz herzlicher Dank gilt, und so lernte ich, in der Akasha-Chronik zu lesen.

Es mögen inzwischen um die 1000 Readings gewesen sein, die ich für Menschen geben durfte, die Klarheit auf ihrem persönlichen Weg suchten oder Schwierigkeiten in ihrem privaten oder beruflichen Leben überwinden wollten. Und dabei erlebte ich so viele Sternstunden in der Akasha-Chronik, dass es mir ein echtes Herzensanliegen ist, diese mit Ihnen zu teilen. Und so hoffe ich, dass der Segen, das Licht und die Liebe, die in den Botschaften der geistigen Welt liegen, auch für Sie spürbar werden.

Wir erfahren, was die Helfer aus der geistigen Welt zu den Themen Vertrauen und Selbstliebe, Partnerschaft und Beziehungen, Gesundheit und die Überwindung von Krankheit, Beruf und Berufung, Fülle, Sexualität und All-Sinnlichkeit, Tod und Sterben und das Co-Working mit der geistigen Welt uns vermitteln möchten.

In diesem Buch werden Sie auch vielen Fallbeispielen begegnen und damit Menschen, die aufgrund der Hinweise und Erkenntnisse, die sie in einem Reading in der Akasha-Chronik erhielten, positive Veränderungen in ihrem Leben vornehmen konnten. Ich glaube, dass die darin enthaltenen grundsätzlichen Botschaften für jeden Menschen hilfreich sein können.

Sind wir in einem Problem verstrickt – und auch wenn dies bisweilen sehr zermürbend für uns sein mag –, so schimmert doch in jeder Situation eine tiefere, allumfas-

sende Wahrheit durch, für die wir uns öffnen können. Ein Reading in der Akasha-Chronik ist wie ein Wegweiser dorthin: in dieses lösende Feld, in diese Ebene der Einheit, der Allverbundenheit. Eines ließen mich die Meister und Lehrer verstehen:

Auch wenn heute um die 8 Milliarden Menschen auf der Erde leben, so sind es nicht 8 Milliarden Themen, die Euch beschäftigen. Es mögen vielleicht 10-12 Themen sein, die im Leben eines jeden Menschen bedeutend sind, zum Beispiel: Wie kann ich in Frieden leben und in innerer Zufriedenheit? Wie kann ich erkennen und fühlen, was ich wirklich bin? Wie kann ich meine Beziehungen harmonisch gestalten? Wie kann ich gesund bleiben oder werden? Wie kann ich einen mich erfüllenden Job finden und ihn mit Freude ausüben? Wie kann ich selbstbestimmt – nach meinen inneren Impulsen – leben? Wie kann ich Wohlstand und Fülle erleben? Wie kann ich etwas Sinnvolles in der Welt beitragen?...

So individuell wie unsere persönlichen Geschichten und Lebensläufe sind, so essenziell, grundsätzlich und allverbindend sind oft die Lösungen, um die es geht. Sie warten im Feld der Einheit auf uns: in der Weisheit unserer Seele. Man könnte auch Akasha-Feld dazu sagen.

Somit dienen also die hier genannten Fallbeispiele – und ich bin allen Klienten unendlich dankbar dafür, ihre Erfahrungen teilen zu dürfen – quasi als Einflugschneise in die tiefere, uns alle verbindende Ebene der Einheit. Die Lösungen liegen nie in einem Gebiet der Trennung und sie grenzen niemanden aus. Die Lösungen liegen immer im Feld der Einheit parat. In uns selbst.

Auf diese Weise sind auch Sie beim Lesen mit den Meistern und Lehrern verbunden. Diese sprechen eine universelle Wahrheit, von der Sie profitieren können. Lesen Sie dieses Buch also mit einer Offenheit für Vertrautes wie auch

für Überraschendes, so kann sich etwas in Ihrem Leben zum Positiven verändern. Alleine durch die Übermittlung der Energie in und hinter den Worten der Meister und Lehrer kann sich eine positive Wirkung einstellen. Und gerade auch durch die Übungen können Sie deutliche Verbesserungen in Ihrem Leben bewirken und kleine Wunder erleben.

Zusätzlich finden Sie kurze Meditationen zum Downloaden im Anhang, live aus der Akasha-Chronik übermittelt. Die Meditationen wollen Sie verwöhnen und es Ihnen leicht und bequem machen, sich zu erinnern und in der Tiefe wahrzunehmen, was Sie tatsächlich sind: durchliebt und durchzaubert vom Leben selbst, geborgen in der Fülle des Seins – frei, rein, weit und klar.

So mögen Sie sich lichter, gelöster und innerlich weiter fühlen, sobald Sie in die Meditationen hineinsinken, oder Sie bemerken die transformierende Wirkung auf ganz andere Weise.

Noch ein kleiner Hinweis zum Text: Die Botschaften der geistigen Helfer aus der Akasha-Chronik sind optisch abgesetzt, d. h. in einer anderen Schriftart dargestellt und damit leicht vom übrigen Fließtext zu unterscheiden. Was direkt aus deren Quelle kommt, können Sie also leicht erkennen.

### **Woran Sie erkennen, dass die Durchgaben echt sind**

Sie können beispielsweise an dem Humor, der in den Durchgaben aus der geistigen Welt hin und wieder aufblitzt, erkennen, dass sie echt sind. Schließlich ist der Kontakt mit der Akasha-Chronik keine bierernste Angelegenheit. Dass die

Meister und Lehrer humorvoll sind, zeigt sich in den Einzel-Readings genauso wie in den Akasha-Chronik-live-Events\* immer wieder mal spontan aus der Situation heraus. Oft müssen wir dann alle miteinander herzlich lachen. Es ist natürlich etwas schwierig, in einem Buch die situative Komik rüberzubringen. Doch vielleicht wird auch hier an der einen oder anderen Stelle das Lustige und Heitere deutlich in dem, was die Meister und Lehrer uns vermitteln möchten.

Hin und wieder geschieht es, dass sie die einengenden Verhaltensmuster eines Menschen so deutlich überzeichnen und mit solch plastischen Bildern versehen, dass derjenige über sich selbst lachen muss und sich dadurch wie befreit fühlt. Zumindest aber gewinnt er einen wohltuenden Abstand zu sich selbst und kann damit die Veränderungen einleiten, die für ihn wichtig und heilsam sind.

»Schau mal«, sagte Veronika, eine Klientin, zu mir, während wir vor einem Workshop beim Frühstück im Hotel beisammensaßen, »ich kann die Tasche mit meinem Handy darin ganz locker neben mir stehen haben. Das macht mir nichts mehr, weil ich weiß, dass es mir nicht schadet.«

Erstaunt und hochofrenetisch gratulierte ich ihr. Diese junge Frau, Mitte 30, aus Bremerhaven, hatte einige Jahre zuvor aufgrund ihrer Elektrosensibilität nur noch im Keller ihres Hauses in gekachelten Räumen geschlafen und nicht neben ihrem Mann im Schlafzimmer. Im Reading für sie, das mehrere Monate zurücklag, war sie bereit dafür gewesen,

---

\*Auf das besondere Veranstaltungsformat der Akasha-Chronik-live-Events gehe ich am Ende des Buches ein.



die blockierenden Muster aufzulösen – und genau das war unter anderem auch mit Humor vonstattengegangen.

Gerade wenn wir Zwänge entwickelt oder uns in anderen einengenden Strukturen verfangen haben, kann es heilsam sein, durch Humor einen wohltuenden Abstand zu uns selbst zu gewinnen. Das setzt natürlich voraus, dass wir offen dafür sind, mitzulachen über die überspitzten Darstellungen, die die Meister und Lehrer bisweilen einstreuen. Wenn sie das tun, so geschieht das immer als Wegweiser, der uns einlädt zu dem zurückzufinden, was wir wirklich sind.

Die Sprache der Meister und Lehrer ist ein natürlich weiteres Merkmal, an dem Sie erkennen können, dass Sie es mit einer höheren geistigen Ebene zu tun haben. Und so mag die Wahrhaftigkeit ihrer Botschaften eine wohltuende, heilsame Wirkung auf Sie haben. Vielleicht spüren Sie schon beim Lesen der Durchsagen in diesem Buch, wie Sie ruhiger werden, ausgeglichener und friedvoller. Genießen Sie die Energie in und hinter deren Worten. Sie berühren eine tiefe Ebene in uns und vermitteln Wahrheiten, die mit der Weisheit unserer Seele übereinstimmen, ja, mit ihr in einem Gleichklang schwingen.

Und seien Sie nicht überrascht: Die Meister und Lehrer wählen bisweilen Formulierungen, die etwas ungewöhnlich klingen mögen. Sie verwenden Wortschöpfungen oder zeigen Bilder, auf die ich selbst überhaupt nicht käme. Somit wird abermals deutlich: Das kommt von denen, nicht von mir.

## Der Druckknopf zu Ihrer Seele

Unsere geistigen Begleiter aus der Akasha-Chronik sind immer bestrebt, uns in eine Lösung hineinzuführen – eine Lösung, die jetzt in uns parat liegt: Hier, in der Tiefe, in dem Licht unserer Seele, ist alles gewusst, was wir jemals benötigen und was unser Leben reich, erfüllend und schön macht.

Die Seele ist wie eine innere Sonne. Sie durchschießt alles in uns und hält uns am Leben. Tauchen wir in ihre Wahrheit ein, lösen sich alle Verwirrungen auf – wie Nebelschwaden, die von Sonnenstrahlen berührt werden.

Unser inneres Licht ist immens. Es ist die Liebe in uns. Unser ewiges Leben. Es ist die Weisheit, die uns jetzt und jederzeit ganz praktisch zur Verfügung steht. Jedes Licht ist gleich hell. Wir sind alle aus dem gleichen Baustoff gemacht, dem Ur-Licht des Seins. Und darin finden wir auch die Antworten auf unsere drängenden Fragen.

Wir vergessen es nur immer wieder. **Du bist ein bisschen schusselig, ein bisschen vergesslich ...**, sagten die geistigen Helfer einmal liebevoll zu mir, während sie lachten.

Oh ja, und sie hatten recht. Wieder einmal hatte ich meine innere Wahrheit aus dem Fokus verloren. Und ich vermute: Wir sind alle miteinander ein bisschen vergesslich. Von daher möchte dieses Buch eine Erinnerungshilfe sein.

Dabei spielt ein Punkt eine besondere Rolle – und es ist tatsächlich ein **Punkt** und dieser befindet sich – Überraschung – in der Mitte Ihres Handtellers. Was es mit diesem Punkt auf sich hat, möchte ich an dieser Stelle erläutern, denn wir werden ihm im Verlauf des Buches immer wieder begegnen. Von daher sei hier seine grundsätzliche Wirkweise erklärt.

Berühren wir diesen Punkt und massieren ihn leicht, so sind wir im Nu mit unserer Seelenwahrheit verbunden. So gesehen ist es also wirklich ein ›Druckknopf‹ zu unserer Seele. Die Meister und Lehrer beschreiben diesen Seelenpunkt<sup>4</sup> humorvoll auch so:

**Du sorgst für einen ›Kurzschluss‹, wenn Du diesen Punkt berührst:  
im Nu schließt Du Dich kurz mit der Weisheit Deiner Seele.**

Und was hier gewusst ist, das holen die Meister und Lehrer empor. Wenn die Meister und Lehrer aus der Akasha-Chronik mit uns sprechen, dann ist das eine Seelen-Kommunikation, eine Erinnerungshilfe an das Wissen, das tief in uns selbst lagert. Im Weisheitsraum unserer Seele ist es längst gewusst, was sie aussprechen. Und es hilft uns, weiter zu wachsen. Uns zu öffnen für das allverbindende Feld der Weisheit – der Einheit.

Dieses Seelen-Know-how, diese tiefe Essenz der Wahrheit, finden wir immer wieder in diesem Buch. Ich nenne sie Heilsätze, einfach weil sie auf so vielen Ebenen heilsam wirken. Ganz leicht können Sie die Heilsätze nutzen und die tiefe Wahrheit in sich selbst fühlen. Probieren Sie es gleich mal aus, wenn Sie mögen.

**© Ich bin Licht – aus dem Ur-Licht des Seins.  
Meine Seele leuchtet hell – sie ist meine innere Sonne.**

Wiederholen Sie den ersten Satz langsam und genussvoll, indem Sie ihn einige Male laut sprechen oder innerlich still

wiederholen. Platzieren Sie dabei den Daumen der rechten Hand auf die Mitte Ihres linken Handtellers. Massieren Sie diesen Punkt leicht, wie mit einem angenehmen Akupressurdruck, während Sie den Satz genüsslich wiederholen. Nehmen Sie sich Zeit dafür. Wechseln Sie dann zum zweiten Heilsatz und verfahren Sie auf gleiche Weise.

Schon bald werden Sie eine tiefe Ruhe, eine innere Weite, einen inneren Frieden o. Ä. spüren können. Vielleicht auch einfach nur eine angenehme Stille und Präsenz. Was fühlen Sie jetzt?

Wie auf einer Rutsche gleiten wir mithilfe der Heilsätze in unser Inneres hinein. Dabei geht es nicht so sehr um die Worte, sondern um die Energie, die sie vermitteln. Sofort fühlen wir eine innere Sicherheit, ja, wir fühlen uns zu Hause. Und das ist nicht verwunderlich. Denn sobald wir die Heilsätze bewusst aussprechen, erzeugen wir:

ein Echo unserer Seele.

Was sie längst weiß, wiederholen wir nur. Damit fühlen wir uns eins im Sein. Und dann ist es so, als ob aus dem tiefsten Inneren unserer Seele ein erleichtertes Seufzen emporsteigt, mit dem sie sagt: »Ich fühle mich erkannt.«

Wie leicht es ist, mit der Quelle Ihrer inneren Sonne verbunden zu sein, werden Sie auf diese Weise feststellen können. Viele Heilsätze sind in diesem Buch genannt, Sie werden fast in jedem Kapitel darauf stoßen. Sie sind mit diesem kleinen Symbol markiert: ☉

Und das noch als kleiner Tipp: Vielleicht entdecken Sie in diesem Buch Ihre Lieblingssätze. Dann notieren Sie diese

doch einfach auf einem Zettel, stecken ihn in die Hosen- oder Handtasche und haben so Ihren persönlichen Kanon von Heilsätzen immer dabei. In einer Situation, in der Sie sich unwohl fühlen, unsicher, ängstlich oder aufgeregt sind und Ihre innere Mitte zu verlieren scheinen, können Sie jederzeit diesen Spickzettel hervorholen und still ein paar Sätze, vielleicht auch nur einen, *den* Lieblingssatz, sich einmassieren. Das kann sogar während eines Meetings am Arbeitsplatz geschehen oder in der U-Bahn und so fort – es merkt ja keiner. So können Sie sich wieder zentrieren und in Ihre tiefe innere Ruhe zurückkehren.

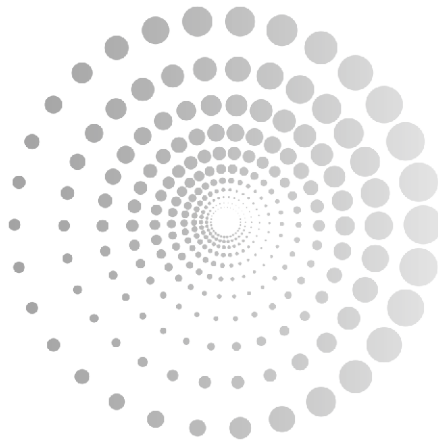
Manchmal empfiehlt es sich aber auch, eine Art Kur zu vollziehen – indem man über drei Monate hinweg jeden Morgen sich die Heilsätze einmassiert, als vergnügliche Morgen-Meditation. So können wir uns mit unserer inneren Wahrheit und der Liebe in uns selbst verbinden. Ein gelungener Start in den Tag. Es hebt unser Schwingungsniveau an. Außerdem hilft uns diese gute Gewohnheit, auch genau dort zu bleiben: in der Liebe des Seins, die in uns ist.

Es hat mein Leben so sehr bereichert, die tiefen Wahrheiten, die mir aus der Akasha-Chronik vermittelt wurden, zu verinnerlichen. Vor allen Dingen zu erfahren, wie das Leben selbst sich in mir anvertraut, war für mich in der Tiefe äußerst heilsam. Denn ein Leben lang hatte ich gehadert mit dem Vertrauen ins Leben an sich. Das scheint hinter mir zu liegen. Egal, was geschieht – und die Winde des Lebens wehen ja wirklich manchmal stürmisch –, so beobachte ich seit einiger Zeit, wie ruhig und gelassen ich bleiben kann. Jedenfalls fühle ich mich sehr viel mehr in meiner inneren Sicherheit und Geborgenheit verankert als noch vor Jahren. Und sollte ich einmal aus meiner inneren Mitte herausfal-

len, dann weiß ich ja, wo ich nachschlagen kann. Ich schreibe dieses Buch also auch für mich. Aber in erster Linie natürlich für Sie.

Und so hoffe ich, dass auch Sie aus dieser Lektüre gestärkt hervorgehen und etwas Hilfreiches für sich in diesem Buch finden werden. Möge es dazu beitragen, dass wir uns alle in der Liebe und Fülle, die wir sind, geborgen und getragen fühlen. Möge es Licht, Frieden und Klarheit mehren.

Sie können dieses Buch wie eine Schatzkiste betrachten, in die Sie nach Ihrem Begehren freimütig hineingreifen können – in ein beliebiges Kapitel, ein Thema, das Sie im Moment gerade beschäftigt – und die Erkenntnisse aus der Akasha-Chronik herausholen und sich auf der Zunge zergehen lassen können, die Sie in diesem Moment gut unterstützen. Das Buch muss also nicht von vorne nach hinten gelesen werden. Sie können vielmehr jederzeit dort eintauchen, wo es Sie gerade magisch hinzieht.



## Was ist die Akasha-Chronik?

**D**ie Akasha-Chronik, auch Buch des Lebens genannt, ist bekannt aus der östlichen Weisheitstradition, den Veden. Der Name Akasha entstammt dem Sanskrit, einer altindischen Sprache, und bedeutet ›Äther‹ (oder Himmel). Gemäß der vedischen Lehre ist der Äther das feinstofflichste der fünf Elemente. Damit gilt es als das Material der Natur, aus dem Erde, Wasser, Feuer und Luft geschaffen werden. So bezeichnet dieser Äther die allgegenwärtige Essenz des Universums, die alle physischen Manifestationen hervorbringt und in die sich sämtliche Manifestationen wieder zurückziehen. Auch alle Gedanken, die jemals gedacht, und alle Taten, die jemals vollbracht wurden, sind laut der indischen Mythologie in Akasha, dem universellen Informationsfeld, gespeichert.

So ist die Akasha-Chronik als immaterielles kosmisches Weltgedächtnis zu verstehen, in dem alle Ereignisse – alles was war, ist und jemals sein wird – wie in einem Buch des Lebens gespeichert sind. Doch nicht nur die aus dem hinduistischen Kulturkreis stammenden Veden sprechen von einem Buch des Lebens. Auch in der Bibel sind ähnliche Hinweise enthalten. So ist im Buch Jesaja ein ›Gedächtnis-Buch‹ erwähnt.

Die Akasha-Chronik können wir als ein geistiges Feld verstehen, in dem alle Informationen über eine Seele vorhanden sind. Alle Erfahrungen, die ein Mensch im Laufe

seines Lebens macht – mit all seinen Höhen und Tiefen –, sind darin wie in einem riesigen Wissensreservoir gespeichert. Jeder Mensch hat Zugang zu diesem universellen Informationsfeld.

Der Physiker Nicola Tesla, der als Vater der modernen Kommunikationstechnologien gilt, hatte bereits in den frühen 1900er Jahren ein Informationsfeld als Mittelpunkt des Universums identifiziert, das für uns alle geöffnet und zugänglich ist. Das bestätigen auch heutige Wissenschaftler wie Ervin Laszlo, ein US-amerikanischer Wissenschaftsphilosoph und Systemtheoretiker.

Er geht davon aus, dass der Mensch von Natur aus in einer Quell-Intelligenz beheimatet ist und sein Dasein in ein kosmisches Bewusstsein eingebettet ist.<sup>1</sup> Laszlo nennt dieses Informationsfeld das Akasha-Feld (A-Field). Nach seiner Auffassung ist »(...) das Quantenvakuum (...) ein holographisches Feld, das sowohl das verbindende Medium als auch das andauernde Gedächtnis des Universums darstellt.«<sup>2</sup> Dies eröffnet die Möglichkeit, dass Informationen oder Bewusstsein über die menschliche Form hinaus vorhanden sind und wir ständig mit dieser Energie verbunden sind.

Die Akasha-Chronik ist ein lichtiges Feld des Bewusstseins. Ein Reading, eine Lesung, in der Akasha-Chronik kann man sich als einen Dialog zwischen diesem alles durchdringenden, allgegenwärtigen und intelligenten Feld und dem Fragenden vorstellen. Als Beraterin öffne ich die Akasha-Chronik des Klienten und fungiere dabei als Vermittlerin für die Antworten und Botschaften seiner persönlichen Meister und Lehrer aus der geistigen Welt. Der Klient kann dabei alle wichtigen Fragen stellen, die ihn im Moment bewegen.



Sie werden in diesem Buch viele Erfahrungsberichte von Menschen lesen, die nach einem Reading positive Veränderungen, ja sogar kleinere und größere Wunder in ihrem Leben erfahren haben. Erlauben Sie mir deshalb kurz zu erläutern, wie solche Readings grundsätzlich ablaufen.

### **Wie läuft ein Reading in der Akasha-Chronik ab?**

Zu Beginn des Readings öffne ich die Akasha-Chronik des Klienten mit einem kurzen Gebet. In diesem Gebet bitte ich auch die Hüter der Akasha-Chroniken, dass zwischen den Meistern und Lehrern und mir nur Gottes Liebe und Wahrheit besteht sowie um die Erlaubnis, in Aufzeichnungen von dem Klienten Einblick zu erhalten, um ihm die für ihn wichtigen Informationen übermitteln zu können.

Sobald die Akasha-Chronik geöffnet ist, erhalte ich ein physisches Signal: Ich bin im ganzen Körper lichtvoll durchrieselt. Und dieses lichtvolle Durchflutetsein ist für mich das Zeichen, dass ich wirklich verbunden bin und wir uns nun in der 5. Dimension der Akasha-Chronik bewegen, einem Feld der bedingungslosen Liebe. Dann kann der Klient seine Fragen stellen. Ich bin ab dem Moment ausschließlich Vermittlerin der Antworten: So wie ich sie höre aus der geistigen Welt, gebe ich sie auch wieder. Ich bin also Kanal für deren Botschaften. Somit bin ich quasi ein Lautsprecher der Meister und Lehrer: Was ich von ihnen höre bzw. gezeigt bekomme, spreche ich laut aus, damit der Klient es auch hören kann.

## **Woher kommt der Ursprung dieses Zugangs?**

Die Akasha-Chronik ist ein Bewusstseinsfeld, das uns schon immer offenstand. Wir alle sind Teil davon und es ist in vielen Kulturen und Weisheitstraditionen seit Jahrhunderten bekannt. Wie kam es aber nun, dass wir uns heute, in der postmodernen Zeit, diesem Zugang zunehmend widmen und sich das Wissen darüber immer mehr verbreitet hat?

Das liegt an dem Amerikaner Johnny Prochaska, der als Buchhalter in der Mitte des 20. Jahrhunderts in Texas lebte. Irgendwann hatte er in Mexiko City etwas zu tun und begegnete bei einem Spaziergang abends einer Frau, die in einem Hauseingang stand. Anhand ihrer Gesichtszüge konnte er sie eindeutig als Nachfahrin der Maya identifizieren. Aber damit nicht genug: Er erkannte diese Frau, weil er bereits dreimal von ihr geträumt hatte. Sie begrüßte ihn mit den Worten. »Endlich bist du gekommen.« Als einer von wenigen war ihr das ursprüngliche Maya-Wissen weiter übertragen worden, nachdem ihre Kultur untergegangen war. Dieses Wissen hatte sie in seiner reinsten Form gehütet. Die alte Weisheit der Maya stand ursprünglich mit den Feldern der Plejaden in Verbindung, einer Sternengruppe in unserer Galaxie.

In einer Zeremonie übermittelte sie Johnny Prochaska die heiligen Worte des Gebetes und er begann in den 1960er Jahren, dieses Wissen vielen Menschen weiterzugeben. Ich selbst habe das Lesen in der Akasha Chronik von Gabrielle Orr aus den USA gelernt. Sie ist zertifizierte Ausbilderin und ich bin ihr zutiefst dankbar für ihre wundervolle Arbeit.

### **Wer meldet sich da?**

Oft sind es mehrere Meister und Lehrer, also ein kleines Team von geistigen Helfern, die sich in einem Reading zeigen. Es sind diejenigen geistigen Helfer, die diesen Menschen in seiner aktuellen Situation und mit dem Anliegen, das er zu diesem Zeitpunkt hat, am besten unterstützen können. Man könnte also sagen, die geistige Welt stellt die Teams der Helfer so zusammen, dass sie genau für den Menschen, der jetzt fragt, die beste Unterstützung bieten können.

»Stellen die sich denn auch mit Namen vor?«, werde ich hin und wieder von Klienten gefragt. In den seltensten Fällen. Ich kann die Meister und Lehrer als geistige, lichte Präsenzen als schemenhafte Konturen deutlich wahrnehmen und ihre dichte, liebevolle Energie fühlen. Letztere spüren die Klienten auch. Ich vermute, der Wunsch, gerne einen Namen hören zu wollen (wie Jesus oder den eines anderen bekannten Meisters), entspricht unserer allzu menschlichen Vorstellung – und damit einer Idee von Trennung. Vielleicht würden wir uns aufgewertet fühlen – »Jesus war für mich da« – und dabei hätten wir doch nur vergessen, dass die gleiche Energie, die Jesus innewohnt, genauso auch in uns selbst vorhanden ist: Wir sind aus der gleichen Substanz gemacht.

Tauchen wir in den Raum der Akasha-Chronik ein, so berühren wir und bewegen uns in einem Einheitsbewusstsein. Die tiefen, universell gültigen Wahrheiten lassen uns die höheren, heilsamen und liebevollen Energien spüren. Was wir wirklich sind, kann nicht nur erkannt und verstanden, sondern vor allen Dingen auch fühlbar (!) werden.

Wie gesagt, es wirken immer viele lichte Meister und Lehrer aus der geistigen Welt in einem Reading mit. Man kann es sich etwa so vorstellen, wie wenn man einen Kinofilm gesehen hat: Im Abspann werden alle Mitwirkenden aufgezählt – zunächst, in großer Schrift, die Hauptdarsteller und dann, in etwas kleinerer Schrift, die Nebenrollen usw. Anschließend folgt die Nennung all derjenigen, die an der Produktion dieses Filmes mitgewirkt haben, ob am Set oder hinter den Kulissen.

Und so in etwa ist es auch mit denjenigen Meistern und Lehrern, die uns in einem Reading zur Verfügung stehen: Man hat es immer mit einer Auswahl der Meister und Lehrer aus diesem riesigen Bewusstseinsfeld der Akasha-Chronik zu tun. Sie werden immer personenspezifisch, d. h. für den betreffenden Klienten, zusammengestellt und wirken für diesen, auch wenn er selbst nicht alle Mitwirkenden in ihrer Verschiedenheit in jedem Moment bewusst wahrnimmt.

Manchmal zeigen die Meister und Lehrer aber auch während eines Readings, dass sie beispielsweise für einen heilsamen Prozess, durch den sie den Klienten nun führen möchten, einen weiteren ›Bautrupps‹ senden, also ein besonderes Helferteam für diesen Zweck zusammenstellen. In diesem Fall sehe ich dann auch, wie sich dieser Bautrupps von geistigen Helfern mit Freude ans Werk macht. Ich denke, mit diesen Andeutungen einer menschenähnlichen Formation geben sie uns zu verstehen wie real ihre Hilfestellung ist, und das macht es für unseren menschlichen Verstand greifbarer.

## Vertrauen und Selbstliebe: erkennen, was ich wirklich bin

Ich glaube, in jeder Biografie gibt es Kratzer und Erlebnisse, die uns in unserem Vertrauen und unserer inneren Sicherheit erschüttern können. Und hier stellt sich die Frage: Kann uns die Akasha-Chronik helfen, schwerwiegende und belastende Ereignisse in unserem Leben zu verarbeiten? Die Antwort lautet: Ja, durchaus. Die geistigen Helfer geben uns eine geweitete Perspektive, wie wir uns selbst in einem neuen Licht betrachten können, und auch Möglichkeiten an die Hand, wie wir dramatische oder gar traumatisierende Erlebnisse lösen und neutralisieren können.

So sind es gerade die einschneidenden Erlebnisse, die wir zum Anlass nehmen können, tiefer zu schauen und *uns zu erinnern* – an das, was wir wirklich sind.

Ich wuchs in einer sehr liebevollen Familie auf, doch Ereignisse in meiner frühen Kindheit waren alles andere als dazu geeignet, so etwas wie Ur-Vertrauen in mir zu empfinden. Meine Mutter hatte als Kind einige Schicksalsschläge erlebt, die sie selbst in ihrem Vertrauen vermutlich stark erschütterten. In ihrer frühen Kindheit war sie zweimal an der lebensbedrohlichen Krankheit Diphtherie erkrankt und einmal entkam sie nur knapp dem Tod, als sie als kleines Mädchen in eine Kalkgrube fiel. Später folgten Krieg und Vertreibung – sie floh mit 16 Jahren vor den Russen – und ihre Familie musste völlig mittellos in Hessen neu anfan-

gen. Ihr eigenes Haus und sämtliches Hab und Gut hatte die Familie in Sudetendeutschland verloren. Dies und mehr war sicher genug, um später zu Depressionen zu neigen. Meine Mutter hatte nicht die Möglichkeit, so wie wir heute, durch Coachings, Therapie oder Readings die traumatischen Erlebnisse aufzuarbeiten und eine neue, lösende Perspektive für sich zu finden.

Umso mehr ist es ein Wunder, dass ich meine Mutter nie anders kennenlernte, als eine sehr warmherzige und liebevolle Person, die es meiner Schwester und mir nie an irgendetwas fehlen ließ. Ich bin ihr auch heute noch sehr dankbar und spüre immer noch ihre wunderschöne Seele, so wie sie heute in körperloser Form präsent ist.

Wenn man bedenkt, dass sie in ihrer warmen, gütigen Art stets für uns da war, so ist dies weit mehr als alles, was man vor dem Hintergrund ihrer Geschichte hätte erwarten können. Es ist geradezu ein Wunder. Und ich bin vollkommen zufrieden damit, wie ich aufwuchs, auch wenn es manchmal schwierig und wirklich herausfordernd für mich war.

Denn wenn meiner Mutter alles zu viel wurde und ihr die häusliche Situation – mit den hin und wieder streitenden und lärmenden Kindern, der Pflege ihrer Eltern und dem Haushalt – über den Kopf wuchs, ging sie einfach in Richtung Feld und Wald davon und ließ uns im Unklaren, ob sie jemals wiederkehren oder sich etwas antun würde. Das war jedes Mal ein Schock für mich. Denn ich wusste damals nicht, ob und wie mein Leben überhaupt weitergehen könne. Und so erschütterten diese Erlebnisse nun wiederum mein Vertrauen ins Leben, in das Versorgtsein an sich.

Folglich war ich zeitlebens davon überzeugt: Ich muss mir das Vertrauen ins Leben hart erarbeiten. Also bemühte

ich mich angestrengt darum, besuchte Seminare, nahm Coachings für mich in Anspruch und meditierte in der Hoffnung, einen Funken vom Vertrauen deutlicher in mir zu spüren. Aber dieser war mal da und dann war er auch wieder weg. Dachte ich zumindest.

Und mein noch größerer Irrtum lag damals in der Annahme, ich müsste etwas tun dafür (es mir eben erarbeiten), damit es dann in Zukunft länger in mir bliebe, das Vertrauen, und ich es vielleicht sogar irgendwann einmal dauerhaft und ganz selbstverständlich spüren könnte.

Es war eine Sternstunde, ja wirklich eine Offenbarung, für mich, aus der Akasha-Chronik zu hören, dass das, was ich suchte, bereits *in* mir IST. Und mehr noch: Es hat mich nie verlassen. Ich war und bin schon längst gefunden von der Qualität des Ur-Vertrauens, die ich zu finden hoffte. Der größte Gewinn aber für mich persönlich war es, genau dieses Ur-Vertrauen zu erleben – und es geht vielen meiner Klienten genauso –, all das, wofür ich glaubte, mich anstrengen zu müssen, ist *jetzt* in diesem Moment in mir *zu spüren*.

### **Übung: Heilsätze zum Urvertrauen**

Machen Sie gleich einmal mit! Sie können es fühlen – ja, es als Ihre innere Wahrheit wahrnehmen, wenn Sie sich Ihre *Lebenswirklichkeit* bewusst machen: Sprechen Sie dazu die folgenden Heilsätze laut (oder innerlich leise), während Sie den Punkt in der Mitte Ihres linken Handtellers mit dem rechten Daumen massieren.

© Es ist das Leben, das sich selbst in mir anvertraut.

- ⊙ Das Ur-Vertrauen der Schöpfung vertraut sich selbst in mir an.
- ⊙ Weil ich das Leben bin, ist das Ur-Vertrauen in mir präsent, jetzt.

Lauschen Sie still dem Nachhall. Was verändert sich? Was fühlen Sie jetzt innerlich? Vielleicht ist es sich ausdehnende Ruhe? Frieden, reine Präsenz, Gefüllt-Sein ...? Genießen Sie es.

Sie können sich diese innere Wirklichkeit tagsüber immer wieder bewusst machen: Ganz praktisch ist es, sich die Heilsätze – möglicherweise haben Sie auch einen Lieblingsheilsatz – auf einen kleinen Zettel zu schreiben und diesen in die Hosentasche oder ins Portemonnaie zu stecken. So haben Sie die tiefe innere Wahrheit immer wieder parat, egal wo Sie sich gerade aufhalten. Und damit ist es leicht, sie hervorzuholen und sich einzumassieren – und zwar immer dann, wenn Sie eine innere Stärkung durch die Erinnerung an Ihre tatsächliche Lebenswirklichkeit gut gebrauchen können. Der Alltag kann uns leicht in Situationen bringen, in denen wir innerlich ins Schwanken kommen. Und dann kann es eine probate Erinnerungshilfe sein.

Indem Sie die Sätze leise in Gedanken oder auch laut aussprechen, wiederholen und bestätigen Sie, was Ihre Seele längst weiß – und schon immer wusste. Massieren Sie dabei Ihren Seelenpunkt in der Mitte der Handfläche, werden Sie es sofort innerlich spüren.

Stellt Sie das Leben vor eine unvorhergesehene Situation – ob Ihr Chef Sie mit einem Projekt von einer Größenordnung betraut, die Sie sich noch nicht zugetraut hätten oder das Leben Ihnen eine andere unvorhergesehene Situation



vor die Füße spült, die Sie zunächst einmal ängstigt –, diese Heilsätze können Sie rasch wieder in Ihre Mitte bringen, von der aus Sie alles ruhiger betrachten und angehen können. Es mag Ihnen als schnelle Soforthilfe dienen, quasi als Erste-Hilfe-Maßnahme.

Und mit mehr Zeit und Muße können Sie mit der Tiefen-Meditation – als Hördatei im Anhang – Ihr Vertrauen stärken. Ganz gemütlich zu Hause und im Liegen.

Nicht nur zu wissen, sondern vor allem auch innerlich zu spüren, dass das Leben sich ständig in mir anvertraut und ich damit guten Grund habe *zurückzuvertrauen*, hat mein Leben tatsächlich komplett verändert. Es hilft mir, mit Wechselfällen des Lebens leichter umzugehen. Und davon gibt es ja genug.

Als ich vom Wunsch beseelt war, dieses Buch zu schreiben, bewarb ich mich bei verschiedenen Verlagen. Und obwohl mein Exposé von vielen Verlagen abgelehnt wurde, spürte ich dennoch eine tiefe innere Ruhe in mir und wusste stets: Das Buch findet seinen Weg in den Markt. Natürlich hätte ich es mir leichter vorgestellt, insbesondere deshalb, weil ich schließlich kein Neuling mehr war und bereits drei Bücher bei namhaften Verlagen publiziert hatte. Doch aus verschiedenen Gründen mochten die von mir favorisierten Verlage kein Werk zu diesem Thema in dieser Form veröffentlichen. Trotzdem blieb ich dran und ließ das Vorhaben auch manchmal über Monate ruhen.

Dann endlich, nach vielen weiteren Anschreiben und Bemühungen, sagte ein Verlag zu. Ich war sehr froh. Wir machten einen Vertrag und ich dachte, jetzt kann es endlich richtig losgehen. Doch die Zusammenarbeit sollte sich als äußerst zäh erweisen. Oft musste ich 3-5 Anläufe nehmen,

bevor ich jemanden erreichte, um Details zu klären. Hatte ich schließlich jemanden an der Strippe, lief es immer gut und die Zusammenarbeit war von Klarheit und Wohlwollen füreinander geprägt – doch es war oft nervenzehrend und zermürend, bis es soweit kam.

Eines Tages erhielt ich die Info, dass der Verlag sich bemühte, eine drohende Insolvenz abzuwenden. Ein Schock. Zweifelsohne. Obwohl mich schon einige Wochen zuvor ein ungutes Gefühl beschlichen und ich schon etwas Ähnliches geahnt hatte, erschütterte mich diese Nachricht zutiefst. Doch das Erstaunliche dabei war – und ich war wirklich froh, das beobachten zu können: Zwar war ich schockiert und aufgewühlt, doch nur auf einer oberen Ebene. Darunter war es vollkommen ruhig in mir. Ich war nach wie vor sicher: Dieses Buch findet seinen Weg in die Welt. Es fühlte sich innerlich wie ein Fluss an, der sich eben teilt, sich in verschiedene Arme verzweigt und weiterströmt.

Und genauso sollte es sein: Keine 24 Stunden später bekundete ein anderer Verlag sein Interesse. Über einen lieben Freund hatte ich Kontakt zum EchnAton-Verlag aufgenommen. Und obwohl es an einem Sonntag war (!), mailte mir die Verlegerin sofort zurück und zeigte sich offen und interessiert an dem Projekt. Vor Jahren hätte mich ein solches Ereignis noch sehr viel stärker ins Wanken gebracht, unsicher und auch verzweifelt gemacht. Ich verdanke es den Botschaften und den Übungen aus der Akasha-Chronik zum Vertrauen, dass ich mich in dieser Situation als die Ruhe selbst erleben konnte.

Die Botschaften aus der Akasha-Chronik, so wie sie in den Meditationen und Übungen gegeben werden, helfen uns wirklich, peu à peu zu erwachen, d. h. wach zu werden für

das, wovon wir tatsächlich durchdrungen sind. Auf diese Weise können wir Ausnahmesituationen in unserem Leben, die uns wirklich herausfordern und an unsere persönliche Grenze bringen können, ruhiger und gelassener aus unserer inneren Mitte heraus begegnen.

Es macht wirklich einen Unterschied. Probieren Sie's aus!

### **Wir sind alle miteinander ein bisschen vergesslich**

Du bist ein bisschen schusselig, sagten meine Meister und Lehrer zu mir, als ich wieder einmal meine innere Wahrheit vergessen hatte und sie mich gleichermaßen lachend wie liebevoll daran erinnerten, wie sehr ich vertrauen kann, weil das Leben mir vertraut. Ihr seid alle miteinander ein bisschen vergesslich, lachten sie weiter. Das ist überhaupt nicht schlimm, Ihr könnt Euch jederzeit daran erinnern.

Welche Erleichterung! Welche Er-Lösung! Ein Aufatmen geht auch durch die Runde meiner Teilnehmer in den Akasha-Chronik-live-Events, wenn sie genau das in sich verinnerlichen.

Vertrauen, Selbstliebe, innerer Frieden, Sicherheit sind genau die Qualitäten, die wir aus dem Ur-Sein heraus in uns finden, und zwar ohne dass wir etwas dafür tun müssten. Ja, wir *können noch nicht einmal* etwas dafür tun. Denn all dies ist in uns vorhanden. Im Jetzt.

Das Leben an sich, das ich bin – aus der Ur-Quelle der Schöpfung –, das bringt all diese Qualitäten mit sich. Leben ist ohne Vertrauen, Leben ist ohne Selbstliebe – das Leben,

das sich selbst in mir liebt –, Leben ist ohne inneren Frieden, Leben ist ohne innere Sicherheit nicht zu haben.

Wenn Leben da ist, dann ist es immer mit diesen Qualitäten da, von diesen Qualitäten durchtränkt. Überall, wo Leben ist, ist das so. Es verhält sich wie beim Wein: Der ist nicht zu haben ohne den Alkohol, ohne den Traubensaft, ohne die Inhaltsstoffe, die darin sind. Und so wie Wein aus diesen Bestandteilen besteht, so sind auch wir, *einfach weil wir Leben sind*, mit diesen Zutaten durchtränkt. Liebe, Frieden, Vertrauen aus dem Leben an sich.

Wenn wir so wollen, sind wir also ein gehaltvoller Lebenswein. Nur erzählen wir uns und glauben oft etwas anderes. Und dann können wir die Wahrheit kaum noch spüren. Das ist in etwa so, als klebten wir auf eine sehr teure Flasche gehaltvollen, gereiften Weines das Etikett ›Dünne Plörre‹. Und dann glauben wir den Schwindel auch noch. Davon wird uns ganz schwindlig, von dem Selbstbetrug, und wir taumeln nach Halt suchend durch die Welt. Dabei sind wir doch schon längst trunken und berauscht vom Leben selbst.

So wie Wein nicht ohne den Traubensaft zu haben ist, ist auch Leben nicht ohne die Liebe zu haben. Jedes Leben. Das bringt das Leben an sich mit sich – in sich.

## Die heilige Silberspur im Leben eines Menschen

Manchmal fällt es sogar leichter, sich selbst über einen ›Umweg‹ zu erkennen – d. h. mit Blick auf einen anderen Menschen. Die folgenden Botschaften und die dazugehörige Übung, *Die Silberspur im Leben eines Menschen*, gehören wahrlich zu den Sternstunden, die ich bisher in der Akasha-Chronik erleben durfte. Und nun ist es mir eine ganz besondere Freude, sie mit Ihnen teilen zu dürfen.

Als ich die Teilnehmer in jenem Akasha-Chronik-live-Event fragte – wir hatten uns zum Thema Vertrauen und Selbstliebe versammelt –, welche Absicht sie dazu mitgebracht hatten, antwortete Erik, es sei ja gut und schön, in sein eigenes Leben Vertrauen zu haben – er sei da im Übrigen recht gut unterwegs, auch wenn er hier und dort noch eine zusätzliche Portion gebrauchen könne –, aber er frage sich, was denn mit dem Vertrauen in andere sei.

Auf mein Nachfragen, woran er dabei denke, berichtete er mit sorgenvoller Miene: »Wenn ich meinen Sohn sehe, den Lukas, der ist jetzt 17 und lungert nur zu Hause rum, nachdem er eine Lehre abgebrochen hat. Der weiß überhaupt nicht, was er eigentlich machen will. Ja, dann mache ich mir wirklich Sorgen. Wie soll ich denn da vertrauen? Soll ich mir da einfach sagen: ›Das wird schon!‹, und mich gar nicht weiter um ihn kümmern?«

An seinem aufgebrachtten Ton konnte man hören, dass Erik selbst dies für keine gute Lösung hielt. »Es ist für mich schwer auszuhalten«, fuhr er fort. »Ich sag ihm hin und wieder, was er machen könnte, zum Beispiel ›Bewirb dich doch mal dort! Oder probier doch mal dies ...!‹, aber das versackt dann irgendwie alles. Nichts davon greift er auf. Ich habe

das Gefühl, der vergeudet sein Leben, seine wertvolle Zeit! Wo der Junge doch so tolle Anlagen hat. Mit 13 noch hatte er so eine feinsinnige, präzise Wahrnehmung für die Dinge und für das, was geschieht, das war wirklich verblüffend. Über seine Äußerungen konnten meine Frau und ich oftmals nur staunen. Der hatte eine richtige spirituelle Ader. Und jetzt? Jetzt macht er nichts aus seiner Gabe, er verplempert seine Talente, dabei hat er wirklich viele gute Fähigkeiten.«

Alle in der Gruppe – nicht nur Erik selbst – waren betroffen von seiner Schilderung und konnten seine Sorge gut nachempfinden. Das ist das Schöne in den Gruppen der Akasha-Chronik-live-Events: Wir merken, wir sind nicht alleine. Und jede Geschichte bzw. Problematik eines anderen lässt in jedem der Übrigen etwas aus seiner eigenen Erfahrungswelt anklingen. Entweder haben wir selbst Ähnliches erlebt oder wir kennen jemanden, den eine ebensolche Situation bedrückt – die eigene Schwester, die gerade Vergleichbares mit ihrer Tochter durchmacht; der Kollege, der in der letzten Zeit oftmals schroff und reizbar war, vielleicht weil er eine ähnlich schwierige Phase mit seinem Kind erlebt. So können wir durch die gemeinsam geteilten Erfahrungen nicht nur unser Mitgefühl stärken, sondern auch für uns selbst eine Lösung finden zu einer Frage unseres Menschseins, die wir gar nicht selbst einbrachten, die uns aber genauso betrifft.

Es ist die Vielheit der Belange, so wie sie durch die Gruppe entsteht, die den Workshop und den persönlichen Gewinn so facettenreich macht.

Es ist die stärkende Kraft des Wir, die wir hier erleben. Deshalb liebe ich dieses Format der Gruppen-Zusammenkünfte inzwischen so sehr wie meine Teilnehmer. Es ist

die nährende Kraft des allzu Menschlichen, des Authentisch-Seins und des Miteinander-Teilens, eben die Kraft des Wir, von der wir so sehr profitieren. Ja, wir können diese Kraft aktiv mitgestalten. Ich glaube, wir leben heute in einer Zeit, die uns insbesondere dazu aufruft, die Unterschiedslosigkeit in uns zu erkennen und zu achten.

Und genau das empfahlen die Meister und Lehrer auch Erik und uns allen.

### **Die heilige Silberspur achten**

Stell Dir vor, so forderten die Meister und Lehrer Erik und uns alle auf, Du gehst auf einem Feldweg spazieren und dort vorne in einigen Metern Entfernung siehst Du so eine silbrig glitzernde Spur. Du bist neugierig und beim Näherkommen erkennst Du: Es ist die Spur einer Schnecke. Und wenn Du genauer hinsiehst, merkst Du, dass sie in einem unregelmäßigen Zickzack verläuft. Es ist keine gerade Linie, sondern sie hat eben da und dort Kurven und Windungen.

Nicht nur die Schnecke, auch die Menschen hinterlassen mit ihrem Leben solche Spuren. Wenn Du über ganz Deutschland oder auch die ganze Welt die glitzernden Lebensspuren der Menschen sichtbar machen könntest – wie ein glitzerndes Straßennetz –, so erhieltest Du eine Landkarte individueller Spuren.

So wie die glitzernde Spur einer Schnecke, so sind auch die Lebensspuren der Menschen auf ihre einzigartige Weise nicht nachzuahmen. Jeder findet zu sich auf seinem ganz eigenen Weg. Und dieser Weg ist heilig. Und Du, lieber Erik, kannst im Moment kaum an Dich halten und würdest der Schnecke am liebsten über den Weg helfen. Du stemmst die Arme in die Hüften und sagst: ›Das gibt es doch nicht! Jetzt ist sie da auf halbem Weg auf diesem trockenen Weg, wo doch da drüben am Wegesrand das saftige frische Grün auf sie wartet!

Der könnte man ja geradezu helfen! Warum nimmt sie nur diesen Zickzackweg? Am besten ich hebe sie auf und setze sie rüber ins feuchte Gras.« Das würde aber nicht der Natur der Schnecke entsprechen, lieber Erik.

Schau mal Deinen eigenen Lebensweg an, ermunterten sie Erik.  
Verlieft der in einer geraden Linie?

»Nee«, musste Erik auflachen, »der war alles andere. Ich bin damals gegen den Willen meiner Eltern mit 18 Jahren nach Holland gegangen, quasi als Aussteiger, mit Kiffen, Kommune usw. Irgendwann habe ich dort versucht, ein kleines Handelsgeschäft aufzubauen, was aber nicht funktionierte. Später bin ich nach Deutschland zurückgekehrt, habe hier langsam Fuß gefasst und bin dann meinen beruflichen Weg sukzessive gegangen.«

Jede Spur ist heilig, kommentierten die Meister und Lehrer. Wenn Dein Blick jetzt auf einen Obdachlosen fällt oder auf einen Alkoholiker, der von Langzeit-Arbeitslosengeld lebt, oder auf jemanden, der zu Hause sitzt und vor lauter Selbstzweifeln sich nie getraute, das zu tun, wozu er eigentlich Lust gehabt hätte und fähig gewesen wäre, dann könntest Du denken: Naja, der hat sein Leben ja irgendwie verwirkt.

Und stell Dir nun ganz Deutschland vor oder, wenn Du magst, die ganze Erde, wie sie überzogen ist von solch silbrigen, glänzenden Spuren. Eine solche ›Landkarte‹ von individuellen Spuren entstünde, könnte man die Wege der Menschen sichtbar machen. Betrachtest Du nun die Lebensspuren dieser Menschen als heilige Silberspur, weil ihr Dasein an sich heilig ist, dann weißt Du, dass nie etwas versäumt oder verschwendet wurde. Es gibt kein Scheitern. Scheitern ist eine Vorstellung in Eurem Kopf; es ist nicht das, was wirklich ist.

Und selbst wenn Du sagen wolltest: ›Naja, derjenige hat jetzt nicht gerade zu sich selbst gefunden und hat scheinbar nichts aus seinem Leben gemacht‹, dann war seine Lebensspur dennoch eine heilige Spur. In der Essenz seines Seins ist er geachtet und geliebt vom Leben selbst. Denn das, was er ist, dieser Mensch, ist Heiligsein an sich. Sein Dasein ist leuchtend. Und die Wege, die er



nimmt, das ist eigentlich pures Glück obendrauf oder daneben, denn das, was er ist, ist pures HeiligSein. Also, es braucht eigentlich gar keinen Weg. Alles, was ist, ist HeiligSein in diesem Moment. Für Dich, für Deinen Sohn wie für jeden Menschen gilt:

Was Ich IST, ist HeiligSein in diesem Moment.

Was nimmst Du wahr, wenn Du es so betrachtest, fragten sie nach.

»Respekt«, murmelte Erik kaum hörbar. »Berührung. Mitgefühl. Schönheit. Einssein«, ergänzten die anderen.

So wie der Weg der Schnecke, über die Du ursprünglich dachtest: Mensch, warum hat die nur so eine merkwürdige Spur genommen?, so ist die Spur eines jeden Menschen heilig, die er gegangen ist, die er hinterlässt.

Und ganz pragmatisch empfahlen uns die geistigen Helfer noch eine Übung, die vielleicht auch für Sie wertvoll sein kann. Es ist eine Möglichkeit, sich selbst auf einfachste und effektive Weise mit der eigenen Biografie zu versöhnen, mit dem persönlichen Lebensweg, mit dem wir ja manchmal im Rückblick hadern. So können wir wieder in EINKlang mit uns selbst kommen und inneren Frieden finden.

»Das war ja wirkungsvoller als 40 Jahre Therapie«, rief eine Teilnehmerin noch sichtlich ergriffen und bewegt, nachdem sie die Übung gemacht hatte. Auch Sie können sie anwenden und ich hoffe und wünsche Ihnen, dass Sie unmittelbar eine innere Seelenruhe und Ausgeglichenheit spüren können. Ich wünsche es Ihnen!



**Siglinda Oppelt** ist Unternehmensberaterin, Coach, Leserin in der Akasha-Chronik und Lichtheilerin. Sie studierte VWL, Sprachen und Strategische Unternehmensführung. Durch ein besonderes persönliches Ereignis 2013 wurde sie von der geistigen Welt in die Selbstheilungskräfte aus dem inneren Seelenlicht eingeweiht. Sie begleitet Privatpersonen und Führungskräfte in Firmen auf ihrem persönlichen und unternehmerischen Weg.

»Du würdest uns fehlen«, sagten die Meister.  
»Erst dann sind wir komplett, wenn auch Du da bist.«

Pragmatisch. Bodenständig. Lösend. Überraschend und humorvoll ... so sind die Durchsagen aus der Akasha-Chronik.

Die Autorin beleuchtet in diesem Buch 8 Lebensthemen aus Sicht der Akasha-Chronik. In diesem universellen Informationsfeld sind alle Erfahrungen gespeichert, die eine menschliche Seele jemals gemacht hat.

Tiefgehende und oftmals überraschende Sichtweisen aus der geistigen Welt zu den Themen Vertrauen und Selbstliebe, Beruf und Berufung, Körper und Gesundheit, Partnerschaft und Beziehungen, Fülle, Sexualität und All-Sinnlichkeit, Tod und Sterben werden in diesem Werk beleuchtet. Daneben erfahren wir mehr über unsere wahre spirituelle Natur und wie wir mit der geistigen Welt zusammenarbeiten können.

Die direkten Botschaften der Meister und Lehrer aus der Akasha-Chronik eröffnen ein tieferes Verständnis von uns selbst und ermöglichen eine Bewusstseinsweiterung. Sie helfen uns, den Herausforderungen des Lebens leichter zu begegnen und Schwierigkeiten zu meistern und zu überwinden. Die heilsame Wirkung und liebevolle Energie der Durchsagen übertragen sich bereits beim Lesen.

Mit vielen Fallbeispielen und praktischen Übungen!

