SANDRA WEBER

Seelenkraft – Entdecke dich selbst

*Die Autorin*

Sandra Weber ist Autorin, Bewusstseinstrainerin und spirituelle Lehrerin. Herausgefordert durch eigene Lebensthemen, entstand nach jahrelanger Erfahrung im Jahr 2005 ihre Methode THEKI. In Seminaren und Einzelsitzungen und auch durch ihre Bücher, Vorträge und Interviews (YouTube-Kanal »THEKI«) durfte sie bereits Tausenden Menschen helfen, einen neuen, erfüllteren Weg zu gehen. Sandra Weber wirkt mit ihrer »THEKI Academy« am Bodensee, in Kapstadt und auch online.

Weitere Informationen unter: www.theki.eu

© Farina Deutschmann

SANDRA WEBER

# SEELEN KRAFT

## ENTDECKE DICH SELBST

Ein Wegweiser zur Entfaltung
deines multidimensionalen Potenzials

Ansata

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Mining nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Hinweis
Die Informationen in diesem Buch sind von Autorin und Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

FSC www.fsc.org MIX Papier | Fördert gute Waldnutzung FSC® C014496

Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

4. Auflage
Copyright © 2025 by Ansata Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
produktsicherheit@penguinrandomhouse.de
(Vorstehende Angaben sind zugleich Pflichtinformationen nach GPSR.)

Alle Rechte vorbehalten.
Redaktion: Julia Sailer
Umschlaggestaltung/Cover: Guter Punkt, München
unter Verwendung eines Motivs von: © Olga Gillmeister / iStock / Getty Images Plus,
© Tori Art / iStock / Getty Images Plus
Sämtliche Abbildungen in diesem Buch: © Guter Punkt, München
Satz: GGP Media GmbH, Pößneck
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-7787-7607-0

www.Ansata-Integral-Lotos.de

# Inhaltsverzeichnis

**Geschenkte Meditationen** . . . . . 13

**Einleitung** . . . . . 15

**Die Wahrhaftigkeit deiner Seele** . . . . . 19
Wie ich lernte, meiner Seele zu folgen . . . . . 19
Hellsinne & Erinnerungen . . . . . 25

**Wo kommen wir her?** . . . . . 29
Ein neues Zeitalter hat begonnen . . . . . 29
Der zwölfdimensionale Kosmos . . . . . 30
Multidimensionalität: 3D, 4D, 5D und darüber hinaus . . . . . 31

**Das Ausatmen der Quelle** . . . . . 36
Deine Welle | Seelenfamilie . . . . . 36
Verdichtungserfahrungen . . . . . 37
Die ersten Inkarnationsebenen . . . . . 37
Polarität | Dualseele . . . . . 37
Das Höhere Selbst . . . . . 38
Der Inkarnationszyklus . . . . . 38
Der Umkehrpunkt . . . . . 39
Der Aufstieg | Lichtkörperprozess . . . . . 39
Von oben betrachtet . . . . . 41
Wenn die Schöpferkraft erwacht . . . . . 41
Erfahrung = Potenzial . . . . . 42

**Der irdische und der kosmische Stammbaum** . . . . . 44
Der irdische Stammbaum | Das Zellbewusstsein . . . . . 44
Der kosmische Stammbaum . . . . . 46
Die Vision der Einheit in uns | Meditation . . . . . 46
Ist das Schicksal eine Programmierung? . . . . . 47

**Die Dreieinheit Körper–Seele–Geist** . . . . . 49
Geist . . . . . 50
Körper . . . . . 51
Seele . . . . . 52
Die Klarheit der Dreieinheit . . . . . 53
Bist du wirklich inkarniert? . . . . . 54
Die Vereinigung . . . . . 58

**Reinkarnation und Entwicklungsweg** . . . . . 60
Inkarnation | Reinkarnation . . . . . 60
Die Exkarnation der Seele . . . . . 61
Zwischen den Inkarnationen | Das Seelenkino . . . . . 62
Die Chronologie der Zeitlosigkeit . . . . . 65
Karma, was bist du? . . . . . 66
Seelenweg | Seelenplan . . . . . 68
Freier Wille – ja oder nein? . . . . . 70
Seelenradio und Seelennavi . . . . . 72
Der Verstand im Dienste der Seele . . . . . 77

**Das irdische Kontinuum** . . . . . 79
Das perfekte Kontinuum . . . . . 81
Ein perfektes Beispiel . . . . . 81
Das gestörte Kontinuum . . . . . 85
Mach es dir nicht einfacher, als es ist! . . . . . 86
Irdisches Kontinuum versus Seelenplan? . . . . . 89
Der Körper spiegelt die Themen . . . . . 90
Drehe jetzt deinen Film neu! . . . . . 91
Wähle weise . . . . . 91

**Parallelrealitäten und Parallelinkarnationen** . . . . . 93
Parallelrealitäten . . . . . 94
Parallelinkarnationen . . . . . 95
Generations- und inkarnationsübergreifendes Wirken . . . . . 96

**Wenn die Polarität mit der Dualität tanzt** . . . . . 98
Das Geschenk der Polarität . . . . . 98
Der Schatten der Dualität . . . . . 100

Ethik ist der Tod der Moral . . . . . 101
Das Drama-Dreieck . . . . . 103
Den Opfer-Täter-Retter-Zyklus transformieren . . . . . 105
Seelenpläne passen immer zusammen! . . . . . 107

**Wenn Seelen exkarnieren** . . . . . 110
Leben und Tod als ewiger Tanz . . . . . 111
Im Wandel gilt der Wandel . . . . . 112
Der Abschied: Möglichkeiten . . . . . 113
Der geistige Abschied . . . . . 114
Der Moment, wenn die Seele den Körper verlässt . . . . . 116
Drei Tage nach dem körperlichen Tod . . . . . 116
Vierzig Tage nach dem körperlichen Tod . . . . . 118
Die Art des Todes | Der Freitod . . . . . 120
Die Ahnenkraft . . . . . 122
Die Achtung vor der Wahl des anderen . . . . . 123

**Tode des Egos** . . . . . 124
Wenn es nicht an der Zeit ist, passiert auch nichts . . . . . 124
Meine Ego-Tode . . . . . 125
Das DMT & die Zirbeldrüse . . . . . 129
Die größte Illusion . . . . . 131

**Die Zeit und ihre multidimensionalen Möglichkeiten** . 133
Rast die Zeit? Kollabiert sie bald? . . . . . 135
Beschleunigte Gedankenkraft = Manifestationskraft . . . . . 136
Zeitüberlagerungen im Alltag . . . . . 137
Das Gefühl ständiger Erwartung . . . . . 138
Das Jetzt . . . . . 139
Raum-Zeit-Verwirrungen . . . . . 139
Die Neuerkundung der Zeit durch
dein multidimensionales Selbst . . . . . 140

**Während du schläfst: Traumebenen und Astralreisen** . . 143
Einschlafen als Frequenzmuster . . . . . 144
Luzides Träumen . . . . . 145
Die unbewusste Traumebene . . . . . 147

Astralreisen . . . . . 148
Den Seelenplan im Traum erfüllen . . . . . 151
Prophetische Träume . . . . . 152
Traumerinnerung . . . . . 152
Intention vor dem Einschlafen . . . . . 153

**Seelenwanderung: Bist du ein Starseed?** . . . . . 155
Die Erde und Menschheit im Wandel der Jahrtausende . . . . . 156
Der »Heimatplanet« . . . . . 157
Wenn deine Seele die Erfahrung des Aufstiegs kennt . . . . . 158
Sternensaaten | Starseeds . . . . . 159
Müssen Starseeds inkarniert sein? . . . . . 162
Erdenseelen: Heimatplanet Erde . . . . . 163
Füge eine Prise Ewigkeit hinzu, und alles vermischt sich . . . . . 164
Gibt es Außerirdische? . . . . . 164

**Helferseelen** . . . . . 166
Was sind Helferseelen? . . . . . 166
Erkennst du dich? . . . . . 167
Die Verzerrung des Helfer-Gens . . . . . 168
Das Erwachen der Helferseele . . . . . 170
Die Verantwortung . . . . . 172

**Walk-in & Walk-out: Seelentausch im Körper** . . . . . 174
Was genau ist ein Walk-in? . . . . . 175
Der Tausch: Zellbewusstsein & Seelenbewusstsein . . . . . 176
Woran erkennt man ein Walk-in? . . . . . 177
Herausforderungen . . . . . 179
Erinnerungen von Walk-ins . . . . . 180
Angehörige von Walk-ins und Walk-outs . . . . . 181

**Sind alle Menschen beseelt?** . . . . . 183
Gibt es Seelenlose? . . . . . 183
Seelenkraft: Wie viel Seele darf es sein? . . . . . 184
Wer oder was steuert den Menschen? Seele oder Fremdenergien? . 184
Gebundene Seelenanteile . . . . . 186
Befreiung und Integration . . . . . 187

**Seelenkraft integrieren** . . . . . 189
Praktische Anleitung . . . . . 189
Deine Parallelinkarnationen profitieren auch . . . . . 190

**Das erweiterte 12-Chakren-System** . . . . . 192
Seelenstern . . . . . 193
Kausalchakra . . . . . 194
Das Sternentor . . . . . 195
Erdstern . . . . . 195
Praktischer Tipp: Die Multidimensionale Erdung . . . . . 196

**Geistige und inkarnierte Begleiter** . . . . . 197
Seelenverwandte | Seelenfamilie . . . . . 197
Zwillingsseelen . . . . . 200
Tiere | Haustiere | Krafttiere . . . . . 201
Das geistige Team . . . . . 202

**Dualseelen** . . . . . 210
Der Dualseelenprozess . . . . . 210
Der Essenzkontakt . . . . . 211
Konstellationen . . . . . 212
Walk-in-Dualseelen . . . . . 216
Woran erkenne ich, dass ich meiner Dualseele begegnet bin? . . 217
Die Kymische Hochzeit: Dualseelenverschmelzung . . . . . 220

**Seelenperspektiven** . . . . . 223

**Frequenzbasierte Missverständnisse und Trennungen: Partnerschaften & Beziehungen** . . . . . 225
Wenn Menschen andere Realitäten wählen . . . . . 225
Durchdringe die Ge-Schichten . . . . . 229
Durchdringe die Ebenen | Ent-Wicklungs-Stufen . . . . . 232
Woran erkenne ich, dass ich in 4D bin? . . . . . 233
Woran erkenne ich, dass ich in 5D bin? . . . . . 234
Das größte Geschenk . . . . . 236

**SeelenFelder** . . . . . 237
Beseelte Ge-Schichten . . . . . 237
Die unbewusste Einladung . . . . . 238
Neue Seelen kündigen sich an . . . . . 239

**Channeling versus Einheit** . . . . . 241
Was ist Channeln genau? . . . . . 242
Die Ebenen | Räume . . . . . 243
Die Gefahren des Channelings . . . . . 245
Bewusstsein ist der Schlüssel: Channeln versus Einheit . . . . . 247
Ergänzung und letzte Tipps . . . . . 250

**Intuition versus Bauchgefühl** . . . . . 253
Intuition: Hellsinne und Herz-Hirn-Kohärenz . . . . . 253
Bauchgefühl: Ego-Ebenen und Ängste . . . . . 254
Seelennavi mit Herz . . . . . 255

**Die Schwingung deines Namens** . . . . . 258
Der Seelenplan schwingt im Namen . . . . . 258
Vorname . . . . . 258
Vornamen, die sich in der Familie wiederholen . . . . . 260
Das Problem mit den Abkürzungen . . . . . 260
Zweitname . . . . . 262
Nachname (Herkunftsfamilie) . . . . . 262
Nachname (angeheiratet) | Adoptivname . . . . . 263
Doppelnamen . . . . . 264
Künstlernamen . . . . . 264
Seelennamen . . . . . 265
Blockaden im Namen erlösen . . . . . 266

**Erwachen und Erleuchtung** . . . . . 267
Aus dem 3D-Schlaf erwachen . . . . . 268
Erleuchtung ist vollkommene Klarheit . . . . . 268
Liebt ein Erleuchteter alles und jeden? . . . . . 269

**Werde wirkmächtig!** . . . . . 271
Veränderung = Schwingungserhöhung? . . . . . 271

Das ganze Leben ist Veränderung . . . . . 273
Was ist so schwer daran? . . . . . 273
Die Hingabe-Übung . . . . . 275
Größerer Wirkungskreis durch höhere Schwingung . . . . . 277
Wahrhaftigkeit . . . . . 279
Pures Leben: Sei, was du nicht werden kannst . . . . . 280
Magnet für Seelenverwandte . . . . . 281
Telepathie . . . . . 282
Zeitlinien: Wähle die Liebe . . . . . 285

**Nachwort** . . . . . 287

**Vita & Angebote der Autorin** . . . . . 291

**Herzensdank** . . . . . 295

**Register** . . . . . 297

# Geschenkte Meditationen:

1. Irdischer und kosmischer Stammbaum (gleichnamiges Kapitel)
2. Vereinigung Körper-Seele-Geist (Kapitel »Die Dreieinheit Körper-Seele-Geist«)
3. YouTube-Kanal: Podcasts »Vergebung & Selbstvergebung« und »Beziehungen mit anderen Menschen harmonisieren« (Kapitel »Wenn Seelen exkarnieren«)

# Einleitung

Fragst du dich auch manchmal, wem eigentlich diese Hände gehören, die gerade dieses Buch halten? Oder die Augen, die es betrachten? Und wer das gerade in dir fragt? Oder ob es einen tieferen Grund gibt, vielleicht eine Resonanz, warum dieses Buch in dein Leben gekommen ist? Und wie all das zusammenhängt? Wie viele deiner Lebensbereiche auf diese geheimnisvolle Art gesteuert werden, ohne dass du dir dessen immer bewusst bist?

Es gibt wohl in kaum einem Lebensbereich mehr Fragen als in dem des eigenen Selbst. Denn letztlich ist alles, was in uns ist, auch eine Projektion im Außen. Wir kommen nicht an uns selbst vorbei, wie sehr wir es auch versuchen mögen.

Dieses Buch möchte dich einladen, die Perspektive deiner Seele kennenzulernen und aus dieser Perspektive ein höheres Verstehen zu entwickeln. Ein Verständnis der Zusammenhänge aus höherer Sicht kann dir nicht nur viele Fragen beantworten – zu deinen Beziehungen, deinen Freundschaften, deinem sogenannten »Schicksal« oder auch deinem Seelenplan –, sondern auch helfen, das Weltgeschehen zu verstehen und die Schleier zu durchdringen, die dir bisher einen klaren Blick verwehrt haben.

Es handelt sich keineswegs um ein rein informatives Buch über die Welten der Seele, einfach aus dem Grund, weil ich es geschrieben habe und es tief in meiner Seelensignatur verankert ist, Menschen näher an ihr Wahres Selbst heranzuführen. Daher wirst du beim Lesen merken, dass ich dich immer wieder etwas fragen, einen praktischen Tipp einweben oder dich auf eine Vi-

sion mitnehmen werde. Ich kann einfach nicht anders. Und ich freue mich, wenn du bereit dafür bist. Denn:

Je freier du von den Filtern und Egoschichten der alten Matrix wirst, umso weniger identifizierst du dich mit deiner Persönlichkeit oder deinem Körper. Stattdessen erkennst du dich in deiner Dreieinheit Körper-Seele-Geist, wodurch die Führung deines Lebens durch dein Höheres Selbst immer mehr Fahrt aufnehmen kann. Du legst deine Seelenkraft frei und lebst zunehmend diese Essenz. So kannst du auf die Informationen anderer Inkarnationen und Parallelrealitäten zugreifen und hast ein tiefes Verständnis davon, warum du genau hier und jetzt inkarniert bist, unter diesen Menschen, in diesem Land, unter diesen Umständen, in dieser Zeit. Außerdem wird dir immer klarer, welche Erfahrungen dir dienen, was noch integriert werden möchte, welches Potenzial entwickelt und so vieles mehr. Ein tiefer Lebenssinn ist deine Basis, von der aus du in höchste Höhen blicken kannst, so wie der Baum starke, tiefe Wurzeln braucht, um auch in der Höhe und bei jedem Sturm stabil zu sein.

Und genau dann, wenn die Basis steht und wir uns sicher fühlen, können wir uns aufschwingen und die wahre Magie unserer Seele kennenlernen. Ja gerade dann, wenn wir das Irdische annehmen, erkennen wir das Göttliche – nicht nur »da oben«, sondern überall.

Mögest du die Einladung deines Lebens jetzt und hier erkennen und annehmen – und viel Freude damit haben, durch die Ewigkeit deiner Existenz zu reisen.

Von Herz zu Herz
Sandra

Das Risiko des Lebens
Es gibt so viel zwischen Himmel und Erde,
von dem uns keiner bisher erzählt hat.
Das Leben ist durch und durch ein Wunder.
Und ja, es ist ein Risiko.
Aber aus Seelenebene ein überschaubares.
Wenn du das Leben spielst, kannst du nur gewinnen,
auch wenn es dich auffordert, einen Verlust zu riskieren.
Du bist nicht hier, um zu existieren.
Du bist hier, um zu leben. Um lebendig zu sein.
Lebe dieses Leben, als wäre es das Einzige, was zählt.
Denn so ist es.
Wir sehen uns – im Feld der Freude und der Liebe.

# Die Wahrhaftigkeit deiner Seele

## Wie ich lernte, meiner Seele zu folgen

**Sei, was du nicht werden kannst.**

Vielleicht möchtest du mich, die Autorin dieses Buches, ein paar bescheidene Seiten lang kennenlernen, um zu verstehen, warum dieses Buch durch mich zu dir wollte.

Ich bin es schon mein ganzes Leben gewohnt, etwas anders zu sein. Inzwischen – seit vielen Jahren – bin ich sehr glücklich damit und führe ein auf allen Ebenen erfülltes und gesundes Leben. Egal, ob es um Beziehungen, Erfolg, Gesundheit oder andere Themen geht: Ich habe mich selbst in die glückliche und freie Situation gebracht, dass mir das Tiefe und Schöne im Leben zufliegt und ich meine Schöpferkraft so einsetzen kann, dass mir die Leinwand meines Lebens gefällt.

Doch ich habe auch andere Zeiten durchlebt, und davon möchte ich dir einfach mal ein paar Minuten erzählen, um die Kernbotschaft dieses Buches greifbarer zu machen.

Denn wenn ich von Wahrhaftigkeit spreche, meine ich damit nicht einfach einzelne Situationen, in denen wir nicht mehr lügen oder uns nicht mehr verstecken oder verstellen, sondern dann reicht das sehr tief. Denn wie du nachfolgend noch lesen wirst, geht es dabei auch um die alte und die neue Welt, um unsere Beziehungen, um all das, was wir jetzt wählen und erschaffen. Es geht darum, unsere multidimensionalen Fähigkeiten leben zu

können, wie zum Beispiel unsere Hellsinne richtig zu nutzen oder auch Telepathie. So viele Menschen wünschen sich diesbezüglich eine Erweiterung, verstehen aber gleichzeitig nicht, welche Grundlagen dafür nötig sind. Wenn diese fehlen, wird all das nicht oder nur sehr begrenzt funktionieren. Und die Grundlage ist eine tiefe Selbstakzeptanz und -liebe in Kombination mit bedingungslosem Vertrauen ins Leben und in all die Prozesse, durch die wir geführt werden. Dies wiederum ist die Essenz deiner Seelenkraft, die Essenz deines Seins.

**Durch Wahrhaftigkeit entfesselst du deine Seelenkraft.**

Osho hat einmal gesagt, dass jedes Kind erst »verdorben« werden muss, um überhaupt die Reife zu erlangen, unterscheiden zu können. Dass man erst die Einheit verlassen muss, um in sie zurückkehren zu können. Irgendwie ist das schade, aber zumindest in meinem Fall kann ich diese Aussage gut verstehen, denn genau so ist es bei mir geschehen.

Bereits als kleines Kind befand ich mich mit meiner Sensibilität unter Menschen, die mich zwar sehr liebten und das Beste für mich wollten, aber nicht erkannten, was da in mir ist und wie sie mich unterstützen könnten. Ich wurde also meistens »gut« behandelt, aber nicht meinen eigenen Anlagen, Talenten und Fähigkeiten gemäß gefordert, weil bei meinen Bezugspersonen schlichtweg das Wissen und der Zugang dazu fehlten. Es ging nicht nur um meine sehr speziellen Gefühle und Wahrnehmungen in bestimmten Situationen, sondern auch um eine allgemein erweiterte Wahrnehmung. Zum Beispiel hatte ich schon immer eine synästhetische Wahrnehmung, ging also mit Zahlen oder Farben oder Gerüchen oder auch Tönen in der Regel anders um, weil diese für mich zusammengehörten. So haben für mich Zahlenreihen Farben und bewegen sich in rhythmischen Wellen, die

ich nicht nur sehe, sondern auch höre und fühle. Der Kalender ist in meiner inneren Wahrnehmung ein Meisterwerk des Designs, und Musik ist ein multidimensionales Muster, das sich vor meinem inneren Auge abspielt. Damals gab es aber auch Töne, die ich als so unangenehm empfand, dass sie mir körperlich wehtaten, etwa wenn mich jemand anschrie oder es im Kindergarten zu laut wurde. Ja, selbst Stimmen oder Frequenzen von Menschen, die nicht authentisch waren oder die Unwahrheit sprachen, irritierten mich nicht nur emotional, sondern auch körperlich.

Als Kind kann man das noch nicht erkennen oder gar benennen, formulieren, zumal man nicht weiß, was man eigentlich bräuchte. Aber ich fühlte immer, dass irgendetwas fehlt, dass es nicht stimmt, dass es nicht richtig ist, wie wir leben. Und mit »wir« meine ich so viele Familien, nicht nur die unsere. Ich sah einfach überall die Unehrlichkeit, das Unglück und die »Show«. Ich fühlte mich alt, war aber dennoch im Körper eines Kindes gefangen und fand die anderen Kinder, oft sogar die Erwachsenen »kindisch«. Und sie fanden mich vielleicht auch komisch. Weil ich wahrnehmen konnte, dass sie nur fröhlich taten, obwohl ihnen eigentlich ganz anders zumute war. Weil ich wahrnehmen konnte, wenn sie unglücklich waren und ihre Stimmen – etwas zu hoch – Freude heucheln wollten. Weil ich wahrnehmen konnte, dass manche der Blicke, die sie austauschten, nicht von Liebe und Vertrauen erzählten.

Meine Wahrnehmung war also immer scharf und vielleicht auch anders als bei manch anderen Kindern, wobei ich heute weiß, dass es vielen so ging wie mir. In gewisser Weise lebt man in zwei Welten – in der eigenen und jener, an der man teilhat. Und da es anstrengend ist, wenn diese Welten nicht zusammenpassen, wird mit den Jahren das Bedürfnis größer, sie zusammenzubrin-

gen. Zwar will man eigentlich nicht so unecht sein wie die anderen, aber die Alternative raubt einem zunehmend die Kraft.

Also tauchte ich irgendwann in die andere, äußere Welt ein, verbarg meine tieferen Wahrnehmungen vor mir selbst und nahm am 3D-Kollektiv teil (die Begriffe 3D, 4D, 5D usw. erkläre ich später noch). Ich verhielt mich einfach so wie die anderen, denn auch wenn jeder einzigartig ist, gibt es eine gewisse Spur, die alle bedienen. Ich nenne sie gerne die *Angstmatrix*, und in dieser klinkte ich mich ein. In gewisser Hinsicht war das leichter für mich, weil ich so weniger denken und hinterfragen musste und einfach mitschwimmen konnte. Ich machte verschiedenste Erfahrungen und verstand immer besser, warum die Welt auch so funktioniert und viele Menschen so leben. Manche Dinge waren mir zwar nach wie vor zuwider, und ich konnte nicht mitmachen: Grüppchen bilden, lästern, andere ausschließen, auf Minderheiten herumhacken, kurz den eigenen Mangel und Schmerz in anderen erzeugen. Aber grundsätzlich war ich in der Lage, diese Dinge anders zu sehen als zuvor, und so entwickelte ich mich vom sensiblen und mitfühlenden Kind zur »coolen« Jugendlichen.

Mein Leben hatte immer viele Facetten, weshalb ich auch mit sehr unterschiedlichen Menschen zusammenkam. Manche waren jünger, andere deutlich älter, manche waren intellektuell und hatten studiert, andere machten jede Woche Party bis zum Abwinken. Auch Nationalitäten und Hautfarben waren für mich nie sonderlich wichtig; es zählte der Mensch und der Moment, respektvoll und auf Augenhöhe. Das ganze Urteilen, Abspalten oder Denken in Kategorien von »besser oder schlechter« hat bei mir nie wirklich funktioniert, denn so empfinde ich nicht. Genau das wird aber überall gelebt, und so ging der Kampf, irgendwie doch in zwei Welten zu leben, weiter, nur auf anderer Ebene. Je mehr ich mich aber im Außen orientierte, umso mehr verlor

ich mich. Diese Erfahrung machte ich für ein paar Jahre, und sie wirkte sich auf praktisch alle meine Lebensbereiche aus. Egal, ob es Partnerschaften oder Freundschaften waren, familiäre Beziehungen oder geschäftliche zu Kollegen – ich empfand alles als schwierig. Irgendwann meldete schließlich auch mein Körper mit einer angeblich unheilbaren Autoimmunerkrankung (Hashimoto), dass ich nicht mehr im Fluss war und so nicht weitermachen konnte.

In dieser Zeit hatte ich mehrere Schlüsselmomente, in denen ich beschloss, dass es das nicht wert war. Egal, was die Konsequenzen im Außen sein würden, dieses innere Chaos musste beseitigt werden. Ich wollte wieder ich sein.

**Es ist zu anstrengend, nicht ich zu sein.**

Von einem dieser Schlüsselmomente werde ich dir später noch erzählen (im Kapitel »Tode des Egos«). Nach einer niederschmetternden Botschaft katapultierte mich mein Wahres Selbst in höchste Höhen, die mir zeigten, dass alles, was wir hier in diesem Leben erleben, in gewisser Weise nicht echt ist, sondern Teil einer Matrix – oder, anders ausgedrückt, eine Erfahrungsebene, die wir als großartiges multidimensionales Wesen erleben können. Sind wir uns unserer selbst bewusst, dann wissen wir um diese Erfahrungsebenen und auch um unser Wahres Selbst und können jederzeit neu wählen. Wir können wählen, wer wir sind, als was wir uns gerade erfahren und was wir noch erleben möchten. Allerdings wählen wir das nicht einfach, indem wir sagen: »Ja, ich will«, sondern mit unserem ganzen Sein. Dazu später mehr.

Das war mein erstes *Erleuchtungserlebnis*, dem weitere folgten und durch die ich begreifen durfte, dass in diesen Momenten eine Kommunikation des Absoluten, des Ewigen, des Gött-

lichen, des reinen Bewusstseins mit mir, also meiner inkarnierten Seele, meinem Menschsein, stattfindet. Diese Kommunikation fließt zwar ständig, doch nicht immer sind wir darauf eingeschwungen, haben also diesen »Radiosender« nicht immer gewählt. Ich begriff, dass die Seele ihre Korrekturmöglichkeiten und ihre ganz eigene Art und Weise hat, sich zu melden, wenn sie nicht mehr genug gehört wird. Und wenn wir gar nicht mehr zuhören, läuft diese Kommunikation eben auch über sogenannte »Schicksalsschläge«, »Krankheiten« oder andere handfeste Probleme, die uns wieder auf unsere Hauptstraße führen sollen.

---

**Wenn du deiner Seele wieder zuhörst,**
**dann ist nicht sofort alles einfach.**
**Doch du stolperst nicht mehr im Dunklen.**
**Du kannst jetzt sehen.**

---

Zum Glück habe ich zugehört. Und ich habe mich wieder geöffnet. Und ich habe dieses vertraute, abenteuerliche Gefühl wieder lieben gelernt, einfach ich zu sein. Wild, frei, liebevoll, ehrlich, präsent und unberechenbar. Egal, wie die anderen sind und was sie darüber denken. Einfach nur, weil ich hier bin, um ich zu sein, und weil es keine bessere Version von mir gibt. Und weil es sich nach all den Künstlichkeiten so wunderglaublich gut anfühlt, dem Göttlichen in allem zu dienen.

Ich war wieder angekommen, und durch meine klare Wahrnehmung, was wirklich ich bin und was mir nur übergestülpt wurde, ja in gewisser Weise jedem in dieser Matrix übergestülpt wird, konnte ich schnelle und effektive Möglichkeiten finden, alles in Liebe zu transformieren, was ich nicht bin, und immer klarer das zu sein, was ich wirklich bin. Frei von Traumen, Programmen, Mechanismen, Fremdenergien, begrenzenden Glaubenssätzen und all den Ego-Schichten, die mein Wahres Selbst bisher nur verdeckt hatten.

Und auch wenn es oft hart war, nicht zu wissen, wer ich bin oder wie das Leben hier funktioniert, und auch wenn es oft so schmerzhaft war, dass ich keinen Sinn darin sah, bin ich heute umso dankbarer, das alles erfahren zu haben und derart bereichert und veredelt daraus hervorgegangen zu sein. Osho hatte recht: Durch den Verlust der kindlichen Unschuld erfahren wir uns als alles, was wir sind und sein können, und wenn wir es bewusst tun, können wir das schönste aller möglichen Leben führen.

So ist damals THEKI entstanden, die Bewusstseinsmethode, die ich seit 2006 lehre und die Tausenden Menschen weltweit dabei geholfen hat, in ihre Selbstermächtigung zu kommen, ihre Begrenzungen zu erlösen und ihre Seelenkraft wieder bewusst zu leben (siehe dazu auch mein Buch »THEKI Ent-Wickle Dich!« Der Schlüssel zum Bewusstsein. Weitere Infos zu THEKI findest du am Ende des Buches).

## Hellsinne & Erinnerungen

Vielleicht fragst du dich, was die Quelle all dessen ist, was ich in meinen Seminaren und Büchern weitergebe. Meine Quelle ist nicht von dieser Welt. Ich beziehe meine Informationen aus der göttlichen Quelle, nicht gechannelt, sondern im reinen Bewusstsein. Meine Hellsinne haben sich über die Jahre enorm entwickelt, und durch sie durfte ich lernen, durch die Zeiten zu blicken, andere Dimensionen zu bereisen und verschiedenste Inkarnationen wahrzunehmen und zu verstehen. Es ist für mich inzwischen völlig natürlich, tiefe Zusammenhänge sowohl inkarnations- als auch generationsübergreifend zu erkennen und – wenn es ansteht – zu transformieren, also zu heilen. Oder auch für jeden verständlich in einfachen, klaren Worten weiterzugeben: in Form von Büchern, Seminaren, Gesprächen und

Podcasts. Letztlich ist alles, was wir erfahren, schon da, und wir »erinnern« uns einfach wieder daran. Das ganze THEKI-System mit seinen umfassenden Inhalten ist genau so entstanden: weil ich mich daran erinnert habe, wie es geht und was immer schon da war.

Und das kann jeder Mensch, davon bin ich überzeugt! Die Frage ist nur: Wie viele Schichten verhüllen noch dein Wahres Selbst, und wie kannst du diese erkennen und transformieren? Und, ganz wichtig: Bist du bereit, die Veränderungen, die sich dadurch ergeben können, anzunehmen? Deine Seelenkraft ganz zu integrieren und zu leben? Dein Potenzial hier und jetzt in diese Welt zu bringen?

Es gibt nichts, womit du dein Wahres Selbst stärken musst. Es ist schon vollkommen. Es ist schon alles da, alles angelegt in dir. Es geht um die Schichten, die erlöst werden möchten, und genau das kannst du hier und jetzt tun, in deinem eigenen Tempo. Manche nehmen gleich das ganze Büfett, andere probieren erst einmal kleinere Häppchen. Alles ist okay. Und sobald dein Wahres Selbst freigelegt ist, kommt der Rest von selbst.

Schicht für Schicht
Schicht für Schicht habe ich die alte Matrix
von mir abgestreift.
Bin losgelöst davon,
jedoch im selben Körper.
Neue Klarheit durchdringt mein Sein,
sammelt sich in meinem Herzen
als starke Kraft.
In Herzensverbindung mit allem Leben
erteile ich der Angst eine entschiedene Absage
und der Liebe ein klares JA.
Wissend, dass ich niemals allein,
sondern immer all-eins bin,
halte ich das Feld
für mich und für Tausende,
die dasselbe wollen
für die neue Welt.
Gemeinsam pulsieren unsere Herzen
tiefe Liebe in die neue Matrix.
Wir sind dafür hergekommen,
also schaffen wir es auch!

# Wo kommen wir her?

## Ein neues Zeitalter hat begonnen

In meinem Buch »INVOLUTION« habe ich sehr ausführlich über den 26 000-Jahres-Zyklus geschrieben, das sogenannte Weltenjahr oder auch die Präzession der Erde. Sehr kurz zusammengefasst, ist unser Erfahrungsraum eine Reise durch viele Ebenen, die zeitlich gesehen (Zeit ist nicht, was sie scheint) ca. 13 000 Jahre energetisch fällt, sich also verdichtet, und dann wieder ca. 13 000 Jahre energetisch steigt, also höher schwingt.

In niedrig schwingenden Zeitaltern (3D und 4D) können wir Inkarnationen erleben, in denen sehr harte Erfahrungen möglich sind, während wir in hoch schwingenden Zeitaltern (5D und höher) unsere Multidimensionalität bewusst leben können.

Aktuell befinden wir uns am Beginn eines neuen Zeitalters. Das dunkelste und dichteste aller Zeitalter, das »Kali Yuga«, ging 2012 zu Ende, und wir sind jetzt in einer einzigartigen Übergangsphase. Das muss unbedingt in unseren Prozess der Seelenkraft einbezogen werden, denn wer hier und heute inkarniert ist, ist keinesfalls zufällig hier, sondern hat es klar gewählt. Diese Zeit bietet uns Möglichkeiten, die es in niedriger schwingenden Zeitaltern nicht gibt – Möglichkeiten der schnellen Entwicklung und Entfaltung unseres Potenzials und unserer gelebten Göttlichkeit hier auf Erden.

Während wir uns in anderen Zeitaltern über viele Inkarnationen oder Generationen hinweg entwickelt haben, können wir dies heute in kürzester Zeit tun, weil die Ebenen wieder lichter wer-

den und die Schleier immer leichter zu durchdringen sind. Die Wahrheit hat ihre eigene Frequenz, und wir gehen mehr und mehr mit ihr in Resonanz, entfachen unseren inneren *Herz-Kompass* und lassen uns immer stärker führen von unserem Höheren Selbst. Dieses erkennen wir als Instanz, die unseren Seelenplan kennt und es »gut« mit uns meint. Wir drehen unser *Seelenradio* immer lauter und verstehen unsere Inkarnation im göttlichen Zusammenspiel mit allem.

Nach und nach erwachen wir gemeinsam mit unseren Seelenverwandten und so vielen anderen zu dem, was wir unsere wahre Bestimmung nennen können: unser Leben als multidimensionale Wesen, die so viel mehr sind, als sie bisher zu sein glaubten. Wir entdecken unser Potenzial und erschaffen in wenigen Jahren und Jahrzehnten eine Welt, die wir uns noch vor Kurzem nicht hätten vorstellen können.

Doch lass uns etwas weiter zurückgehen … viel weiter … zum Anbeginn. Um zu verstehen, woher wir kommen und was Reinkarnation ist, warum das Sinn ergibt und wann es »zu Ende« ist, braucht es ein umfassendes Verständnis. Bist du bereit? Dann tauche mit mir ein.

## Der zwölfdimensionale Kosmos

Es zeigt sich, dass wir größtenteils einen zwölfdimensionalen Kosmos bedienen, zumindest ist es das, was bisher definiert wurde und was irgendwie noch erforscht und erkennbar sein kann. Dimensionen sind Erfahrungsebenen unterschiedlicher Dichte, daher sprechen wir von 3D, 4D, 5D usw. Und diese Dichte wiederum bedingt unsere Wahrnehmung der Realität (siehe auch die Bücher von Burkhart Heim).

Als multidimensionale Wesen sind wir grundsätzlich in allen Ebenen präsent, jedoch *wählen* wir zeitweise eine Einschränkung unseres Bewusstseins in dichteren Erfahrungsebenen, um darin einzigartige Erfahrungen zu machen. Die höchsten Ebenen bieten unglaublich feine Wahrnehmungen: das reine Bewusstsein, die reine Liebe, das Christusbewusstsein. Je mehr wir uns aber *verdichten*, umso mehr vergessen wir unsere wahre Größe, unser wahres Potenzial. Und umso mehr können wir uns in Karma verstricken (dazu später mehr) und die Erfahrung von Leid, Schmerz, Krankheit, Einsamkeit und Angst kreieren. Deshalb sagt man auch, dass wir Riesen sind, denen man eingeredet hat, Zwerge zu sein. Wer aus dem Zwergendasein erwacht und dies erkennt, beginnt sozusagen mit seiner Rückreise, durchlichtet sich selbst immer mehr und kehrt letztlich zurück zu sich selbst.

---

Die ersten vier Dimensionen Raum-Zeit
sind vergleichbar mit einem geschlossenen Raum,
aus dem es scheinbar keinen Ausweg gibt –
bis wir erkennen, dass er keine Decke hat,
dass wir ihm entkommen können,
wenn wir ihn nach oben verlassen.
Nach oben bedeutet in diesem Zusammenhang:
durch unsere eigene Erkenntnis und Schwingungserhöhung.

---

## Multidimensionalität: 3D, 4D, 5D und darüber hinaus

Lass uns kurz auf die Ebenen eingehen, denn diese werden im weiteren Verlauf des Buches immer wieder eine Rolle spielen und sind wichtig für das Verständnis der folgenden Themen. Erwähnenswert dabei ist, dass es sich wie auf einer Treppe verhält: Du