

KATJA KRAMER

# DER RUF DEINER SEELENHEIMAT

Eine kraftvolle  
Erinnerung, die dein  
Potenzial hier  
auf Erden erweckt

QR-Code  
mit  
Urgesängen

**unum**  
eins sein. ganz sein.

# **Hinweis zur Optimierung**

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tofino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Impressum

© eBook: 2021 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2021 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

**unum**

unum ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, [www.gu.de](http://www.gu.de)

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Anja Schmidt

Lektorat: Diane Zilliges

Bildredaktion: Anja Schmidt, Diane Zilliges

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, Daniela Hofner

eBook-Herstellung: Viktoriia Kaznovetska

 ISBN 978-3-8338-8148-0

1. Auflage 2021

Bildnachweis

Coverabbildung: Veronika Bendik/Bendik Photography

Illustrationen: Graphic Lounge Patrizia Schweizer

Fotos: Adobe Stock, iStockphoto, Osvaldo Castillo/Pexels, Shutterstock, Veronika Bendik/Bendik Photography

Syndication: [www.seasons.agency](http://www.seasons.agency)

GuU 8-8148 10\_2021\_01

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die unum-Homepage finden Sie unter: [www.unum-verlag.de](http://www.unum-verlag.de)

 [www.facebook.com/gu.verlag](https://www.facebook.com/gu.verlag)

GRÄFE  
UND  
UNZER

---

*Ein Unternehmen der*  
GANSKE VERLAGSGRUPPE

# Garantie



## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteur\*innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem Online-Kauf.

## KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München

[www.gu.de](http://www.gu.de)

# ***Deine Wegbegleiterin***

**~ Meine größte Vision war es immer, mit meinem Wirken Herzen zu berühren. Herzen zu erinnern und Herzen zu öffnen.**

Als bodenständige Frau, aufgewachsen im schweizerischen Toggenburg, war es für mich lange Zeit nicht leicht, zu meiner hochsensitiven Wahrnehmung zu stehen. Lange wehrte ich meine extrem feinen Empfindungen ab. Aus Angst, anders zu sein, anders, als die Gesellschaft mich wollte. Durch viele Ablehnungen musste ich hindurch und wurde durch diesen Schmerz stärker. Ich machte mich nach einer längeren Krankheitsgeschichte mit sechsundzwanzig Jahren selbstständig und entwickelte meine eigene Coachingmethode mit heilsamen Urgesängen, die an eine Art Licht-Seelensprache erinnern. Heute begleite ich feinfühlig Menschen zurück zu ihrer Uressenz.



## ***Schön, dass du hier bist***

*Wir brauchen hier unten keine Maschinen und Roboter, nein, wir brauchen Menschen, die Tiefe zulassen, Menschen wie dich und mich. Pioniere, die voranschreiten, Schmerz zeigen, Leid teilen, aber auch Freude und Liebe offenbaren. Ich erinnere mich an einen Ort, wo wir alle gleich sind. Einen kraftvollen Ort, an dem du und ich, wir alle verbunden sind. Dieser Ort ist größer, als wir ihn uns jemals vorstellen können. Es ist ein Ort, wo Liebe alles heilt. Ein Ort, wo Liebe*

*siegt. Liebe, die so hell und so klar ist, dass alles durchleuchtet wird und sich geborgen fühlen darf. An diesem Ort sind wir alle gleich. Gleich verletzlich. Gleich lichtvoll und stark. Doch wir haben vergessen, dass wir uns an diesen Ort erinnern dürfen. Dass wir hier sind, um uns neu daran zu erinnern, dass Kraft in uns steckt.*

*Einst wurden wir verleugnet. Wir wurden gedemütigt, nicht anerkannt. Doch das war. Nun ist die kraftvolle Zeit, für die wir uns vorbereitet haben, gekommen und mit diesem Buch möchte ich dich auf eine tiefgehende Reise mitnehmen.*

*Möge dich der Einblick in meine Prozesse und meine gechannelten Botschaften liebevoll und erweckend zugleich an deine ureigene Essenz erinnern.*

*Deine Zeit des Erwachens ist da. Deine Zeit, in der du deiner Seelenessenz in der Tiefe deines Herzens begegnen darfst und von Tag zu Tag tiefer entfachen darfst, was da tief in deiner Seele steckt.*

*Es ist mir eine Ehre, dich zu erinnern. Es ist mir eine Ehre, dich zu begleiten, denn ich fühle tief in mir: Du und ich, wir werden gebraucht. Wir werden benötigt als Einheit, als kraftvolle Pioniere.*

*Wie schön, dass du hier bist, hier mit mir, auf dieser Erde.  
Herzlich,*

***Katja***

# WIDMUNG

So vieles ist seit einigen Jahren auf der Erde im Umbruch und in jedem von uns ist diese tiefe Aufbruchstimmung und Neuausrichtung fühlbar. Als ich dem Ruf gefolgt bin, dieses Buch zu schreiben, fühlte ich eines ganz tief in mir: meine innere Anbindung an die Quelle. Da war ein Gefühl des Aufklärenwollens, des Voranschreitens und gleichzeitig des Ankommens.

Wir, du und ich, wir sind hier, um diese Welt, diesen Ort, diese Gesellschaft echt, authentisch und liebevoll zu erinnern. Wir sind hier, um uns selbst in unserer vollsten Schönheit zu erkennen und unser Strahlen nach außen zu tragen. Und vor allem sind wir hier, um der Würde unseres Ursprunges wiederzubegegnen, denn jahrelang haben wir sie vergraben. Aus Angst. Aus Angst davor, abgelehnt zu werden.

Ich schreibe dieses Buch aus der tiefen Demut heraus, auf dieser Erde eine kraftvolle Bewegung, einen Weckruf initiieren zu dürfen. Dieser Weckruf ertönt in dir. Er tat es schon immer. Durch die Zeilen dieses Buches nun wird er ganz neu erklingen. So wie ein Feuer, ein Licht, das seit Anbeginn der Zeit in dir lodert und nun liebevoll und kraftvoll zu seiner vollen Größe erweckt wird.

Auch mein Schmerz ist in dieses Buch eingeflossen, und das nicht, um Mitleid zu erwecken. Nein, ich schreibe davon aus der tiefen Vision heraus, dass da draußen so viele kraftvolle Menschen sind, die darauf warten, sich ebenfalls zu zeigen. Sie warten darauf, ihre ureigene Lichtkraft zu leben. Und ich glaube zu spüren, dass du, liebe Leserin, lieber Leser, zu diesen wundervollen Seelen gehörst.

Dieses Buch mitsamt seinen Ausschnitten aus meiner Lebensgeschichte als hochsensitiver Mensch und allen darin enthaltenen gechannelten Botschaften aus höheren Sphären widme ich jedem Menschen da draußen, der bereit ist, seine

Verletzlichkeit wieder zuzulassen, um sich aus dem Massendenken zu lösen und die Massenwege zu verlassen.

**~ Wir sind nicht ohne Plan hier auf der Erde. Wir haben eine Mission und es wird Zeit, sie zu leben.**

Ich widme dieses Buch meinem wundervollen und kraftvollen Mann an meiner Seite, der mich und mein Wesen täglich tiefer erstrahlen lässt und mich liebevoll, erdend und schützend zugleich aus dem Hintergrund begleitet und unterstützt. Es gibt keine Worte für unsere Liebe. Ich widme dieses Buch auch der Familie meines Mannes und unserer wundervollen Herzverbindung, die ich sehr schätze. Ich widme es meiner Familie, meinem Vater, meiner Mutter und meinem Bruder, denn ihr habt mich zu diesem Menschen gemacht, der ich heute bin. Und ich weiß und spüre aus der Tiefe meines Herzens, dass wir uns für diese Inkarnation als Familie ausgesucht haben, um gemeinsam zu wachsen und unsere Seelen zu stärken.

Vor allem widme ich dieses Buch dir, mein liebes Kind, mein wundervoller Sohn, denn während des Schreibens weiltest du in meinem Bauch und stärktest und ermutigtest mich, meinen persönlichen Weg des Mich-Zeigens zu gehen, um damit dich, liebe Leserin, lieber Leser, an deinen ureigenen Weg des Dich-Zeigens und des Erwachens zu erinnern.



# **DIE VERBINDUNG IN HÖHERE SPHÄREN**

# MEIN KONTAKT GANZ NACH OBEN

Alles, was ich in diesem Buch schreibe, fließt aus der Urkraft meines Herzens und beruht auf meiner tiefen Verbindung zu meinem geistigen Lichtteam und meinen Begleitern, die ich seit meiner Kindheit pflege.

Wenn ich hier von meinem geistigen Lichtteam spreche, meine ich meine Geistführer, meinen Schutzengel, meine Begleiter, meinen zum Zeitpunkt des Schreibens ungeborenen Sohn wie auch meinen verstorbenen Großvater. Sie alle sind jetzt gerade an meiner Seite. Schon als kleines Kind hatte ich Kontakt zu höheren Dimensionen und zum Jenseits. Mir war lange nicht bewusst, dass dies etwas ist, das nicht jeder Mensch so intensiv spürt wie ich. Mit meiner sehr fein ausgeprägten Wahrnehmung stand ich als Mensch immer wieder vor großen Hürden und Herausforderungen, die mich jedoch immer an etwas ganz Wertvolles erinnerten:

**~ Wir sind niemals allein, auch wenn wir uns manchmal so fühlen. Wir sind vernetzt und verbunden. Wir sind schöpferische Wesen.**

Heute und hier, wo auch immer du stehen magst, möchte ich dich an die Hand nehmen, dir aus meinem Leben erzählen, dich umarmen und dir einen tiefen Einblick in mein Herz schenken – damit du dich an die Verbindung zu deinem eigenen Herzen erinnern kannst. Damit du erkennen kannst, dass es da etwas in dir gibt, das dich leitet. Nennen wir es Licht, Universum, Kraft, Kompass oder Gott. Was es auch immer für dich sein mag, es ist deine ureigene Quelle. Weißt du, ich war schon immer ein Mensch, der seinem Herzen folgt. Ich wusste schon von klein auf, dass es »mehr« um uns gibt. Mir war jedoch nie bewusst, wie dieses

»Mehr« mit und durch uns arbeitet. Heute muss ich manchmal schmunzeln, denn in unserer Gesellschaft wird immer wieder gesagt, der oder die »hatte einen Schutzengel«. Man sagt es so, als ob es selbstverständlich wäre, was es ja auch ist, kennt aber die Bedeutung dahinter gar nicht. Schutzengel, Geistführer, Engel, Erzengel, aufgestiegene Meister, Verstorbene ... sie existieren, nein, nicht in Märchen, sie sind um uns. Es ist einfach eine andere Dimension, eine andere Ebene. Warum gibt es beispielsweise Flugzeugabstürze, die Einzelne überleben? Wie ist es möglich, ein solches Ereignis zu überstehen? Nun, es ist Bestimmung und Führung. Und genau diese innere Führung möchte ich dir in diesem Buch als Erinnerung, als Weckruf und als liebevolle Umarmung offenbaren. Für dein Leben. Ich möchte dich anregen, tief in dich hineinzublicken, um dem Ruf deiner Seele folgen zu können.

Ich habe meine Begleiter nie wirklich physisch gesehen, aber immer nah bei mir gefühlt. Ihre tiefe Liebe und ihre Führung war und ist heute noch täglich für mich da und erfüllt mein Leben mit tiefer Demut. Als ich dieses Buch schrieb, floss es durch mich wie ein Wasserfall, der an der reinen, kraftvollen Bergquelle beginnt und durch Täler und Wälder strömt, voller Kraft und Stärke. Ich erlebte tiefe Zustände der Freude, der Dankbarkeit, aber auch des Schmerzes, der Trauer.

**~ Für jedes einzelne dieser Gefühle bin ich zutiefst dankbar, denn es hat mich zu einer noch tieferen Verbindung mit mir selbst geführt.**

Eine Verbindung zu anderen Dimensionen und Ebenen zu haben, war für mich nicht leicht und noch heute schüttelt und rüttelt es mich durch. Doch spüre ich ganz tief in mir, dass es für meine jetzige Inkarnation so vorgesehen ist. Warum auch immer. Es gibt Dinge, die können wir im menschlichen Sein nicht verstehen. Wir können sie nicht

wissen, wir können sie nur fühlen. Fühlen im Herzen. Und da beginnt also meine Geschichte - und wer weiß, vielleicht auch deine.

## **WIE ICH SELBST BEIM SCHREIBEN HEILUNG ERFUHR**

Während des Schreibens an diesem Buch durfte ich durch tiefe Heilungsebenen gleiten. Tiefe Einsichten ließen mich aufwachen und wissen, dass es da draußen immer noch so viel mehr gibt. Ich weinte oft, ließ alten Schmerz los und konnte mein Energiefeld immer freier und leichter machen. Teilweise schrieb ich ganze Tage lang, ohne zu trinken und zu essen. Die Zeilen flossen nur so aus meinen Fingern. Oft fragte ich mich in diesen Tagen, was da auf der Erde noch alles auf mich wartet, denn ich spürte, dass die Zeilen dieses Buches der Anfang von etwas waren.

Ich hatte schon als kleines Mädchen gespürt, dass ich einmal Therapeutin werden und Menschen helfen wollte, sich selbst zu erkennen und zu leben. Ich wusste nur noch nicht, in welcher Form dies passieren würde.

**~ Seit meiner Kindheit spüre ich diese tiefe Sehnsucht in mir, Menschen an ihren Ursprung zu erinnern. Und noch heute ist es mein Antrieb, für feinfühlig Menschen einen Raum zu erschaffen, in dem sie verstanden, angenommen und ernst genommen werden.**

Ich weiß aus eigener Erfahrung, wie schwer ein Weg in einer Gesellschaft ist, in der man belächelt wird für das, was man ist und tut. Lass mich dich auf eine heilsame Reise mitnehmen. Lass mich dich umarmen und dich begleiten in die Tiefen deines Schmerzes. Lass mich dich auch erinnern, dass dieser tiefe Schmerz, den du in dir trägst, Wahrheit und

Weisheit mit sich bringt. Lass mich dich begleiten, damit du in deine schöpferische Kraft, in die Selbstverantwortung und in deine ureigene wundervolle Lichtkraft zurückfindest.

## **WARUM ICH DIESES BUCH SCHREIBE**

Spannend in meinem Leben und irgendwie auch faszinierend finde ich, dass ich selbst immer erst Heilung in einem Thema oder einem Lebensprozess erkennen kann, wenn ich mich mitteile und der Welt meine Gefühle zeige. Dies hat oft alles von mir gefordert. Mein tiefer Mut, aber auch meine tiefe Angst, sie beide waren stets wertvolle Begleiter an meiner Seite in all diesen Prozessen. Da gab es Zeiten in meinem Leben, da habe ich mich wirklich gefragt, was ich hier unten auf dieser Erde eigentlich mache und warum man mich hier ausgesetzt hat. Oft habe ich mich allein, ausgeschlossen und nicht zugehörig gefühlt. Vielleicht weißt du, was ich damit meine. Es ist nicht so, dass ich keine Freunde habe oder keine Familie, in der ich mich geborgen und aufgehoben fühle. Doch spürte ich schon immer tief in mir, dass es noch eine zweite Familie gibt. Für mich ebenso wie für dich. Sie ist dieses »Mehr«, von dem ich schon schrieb, und das wollte ich stets erforschen. Ich wollte in die Tiefe meines Seins reisen – und in diesem Buch erfährst du mehr über dieses große Abenteuer. Das Abenteuer meines Lebens soll dich dabei an dein Abenteuer erinnern. Es soll dir helfen, dich an deine Essenz zu erinnern, dein Herz zu öffnen, deinen Verstand liebevoll anzunehmen und dir selbst und anderen liebevoll und achtsam zu begegnen. Ich wünsche dir damit tiefe Innenschau, heilsame Transformation und Selbstheilung.

Es kann sein, dass du beim Lesen alten Schmerz spürst, dass Tränen fließen oder innere Prozesse in dir ablaufen, denn dieses Buch ist nicht einfach eine Erzählung. Es trägt tiefe Liebe und Wandlung in sich. Bitte sei in dem Wissen, dass du auch, wenn Tränen fließen, nicht allein bist, dass jede Zelle meines Seins jede Zelle deines Seins umarmt, dich umhüllt, dich stärkt und dich ermutigt, dein wahres Sein zu erkennen.



Weißt du, ich glaube nicht daran, dass hier unten auf der Erde alles Licht und Liebe ist, weil es hier auf der Erde genau darum geht, dass wir Licht und Schatten erfahren können. Dass wir der Dualität begegnen und durch sie

erkennen, dass alles eine Kehrseite hat. Daran dürfen wir wachsen und uns entwickeln.

Ich weiß, es ist schwer zu verstehen, warum etwas gerade dir passieren muss. Warum etwas gerade dir vielleicht auch mehrmals widerfahren muss. Doch was ist, wenn ich dir sage, dass gerade du die Starke, der Starke bist, der das aushalten und transformieren kann? Was ist, wenn ich dir sage, dass gerade du durch schwere Zeiten gehen darfst, nicht als Bestrafung, sondern aus dem tieferen Sinn heraus, dass du später anderen Menschen mit deinen Lebenserfahrungen helfen kannst? Was ist, wenn ich dir sage, dass die wahre Kraft in dir noch gar nicht in ihre vollste Entfaltung gekommen ist? Was ist, wenn ich dir sage, dass die wahre Kraft in dir sehnlichst darauf wartet, in ihrer vollen Einheit nach außen zu treten?

Ja, du wirst sagen, da ist Angst. Da ist die Angst vor deinem eigenen Licht. Was aber ist, wenn ich dir hier und jetzt sage, dass diese Angst unbegründet ist, weil sie zu anderen, früheren Inkarnationen gehört? Was ist, wenn ich dir sage, dass jetzt deine Zeit gekommen ist? Du wirst vielleicht fühlen, dass du es nicht verdient hast zu sein, wer du bist, und deine wahre Stärke nach außen zu tragen. Und ich werde dir auch hier sagen: Du hast es verdient. Du hast es verdient zu sein, wer du bist. Du hast es verdient, ein Leben in Fülle, Klarheit und im Einklang mit deinem inneren Fluss zu leben. Du hast es nicht nur verdient. Es ist deiner absolut würdig, deine innere Wahrheit zu erkennen und deine Anbindung an das Göttliche zu leben. Es gehört sogar zu deiner Bestimmung, dich hier unten auf der Erde auszudrücken und deine eigene Wahrheit zu leben.

Manchmal, wenn wir bereit sind und beginnen, unserer persönlichen Wahrheit zu vertrauen, kommt alles in Fluss, wie ein reiner Bergfluss, der an seiner Quelle frei, leicht und ungehindert beginnt zu fließen.

# WIE BEI DIESEM BUCH ALLES IN FLUSS KAM

Bestimmt kennst du das starke Gefühl, diesen Moment, wenn du tief in dir spürst: Es ist einfach richtig. Genau jetzt und hier ist der Zeitpunkt für etwas Großes gekommen. Intuitiv wusste ich schon als Kind, dass ich einmal schreiben werde, denn ich liebte es, Aufsätze zu verfassen und meine Gefühle zu beschreiben. Als die ersten Zeilen dieses Buches entstanden, war ich im Zug unterwegs. Es war für mich beim Pendeln zwischen meiner damaligen Arbeitsstelle und meinem Zuhause oft eine große Herausforderung, bei mir zu bleiben. So entschied ich mich, in meinen eigenen Kanal abzutauchen, mit meinen Engeln zu reden, meinen Fragen ans Leben nachzugehen und Antworten zu finden.

## ~ **Vieles verstehen wir erst später ...**

Damals beim Schreiben im Zug wusste ich noch nicht, dass einzelne Abschnitte später hier in diesem Buch erscheinen würden. Es waren einzelne Puzzlestücke, die am Ende einen Sinn ergaben. Erst waren die Kapitel total durcheinander, bis ich am Ende mithilfe meines geistigen Lichtteams Ordnung in diese Wegbegleitung brachte.

Diese Ordnung eröffnete sich erstmals nach einem Treffen mit Stefanie, einer wunderbaren Kundin, die zu einer Freundin und schließlich zu meiner Grafikerin wurde. Eines Sonntagmorgens schickte sie mir eine Sprachnachricht: »Ich habe von deinem Buch geträumt. Ich glaube, es ist wichtig, dass wir uns an die Umsetzung machen.«

Ich spürte, dass die goldene Zeit, der Zeitpunkt, nach außen zu treten und mich zu zeigen, nun da war. Wie lange hatte ich diesen Moment abgewehrt. Aus tiefer Angst, wie mein Umfeld auf all das reagiert, was ich zu sagen habe. Nichts machte mir mehr Angst als dieser Moment, in dem ich mich

ganz, echt und authentisch zeige mit all dem Erlebten, mit all dem, was ich bin und wahrnehme.

Intuitiv wusste ich schon lange, auch weil ich von meinen Begleitern, meinen Engeln, immer wieder daran erinnert wurde:

**~ Angst ist mein Meister. Angst führt mich auf den Weg, der mich ins Potenzial bringt.**

So begann ich, meine ganze Kraft in die Zeilen dieses Buches zu stecken, und wie von magischer Hand flossen Texte, Erinnerungen und Botschaften aus mir heraus, die mich während des Schreibens selbst tief berührten. Es war einfach richtig, das zu tun. Immer wieder hatte ich Gänsehaut und es ergaben sich Momente, in denen ich einfach nochmals erkannte oder mir bestätigt wurde, dass das Wissen in diesem Buch wichtig ist und dass es Zeit ist, damit an die Öffentlichkeit zu treten. Es war wie Fügung. Alles ging auf einmal ganz schnell.



Meine Grafikerin Stefanie machte mich mit Antje bekannt, einer Vertreterin in der Buchbranche. Wir trafen uns zu einem Abendessen und es war wie ein Moment des Wiedersehens. Ein Moment, der mich, Antje, aber auch Stefanie tief berührte. Wir redeten, als ob wir uns schon ewig kennen würden. Bei den Gesprächen gab es immer wieder Gänsehautmomente, die uns dreien das Gefühl gaben, dass es Bestimmung war, was hier geschah. Etwas Außergewöhnliches und Großes.

Oft weinte ich vor Freude, in Demut, was sich mir da gerade alles eröffnete und sich fügte, denn wie magisch wurden Treffen und Umstände organisiert, förmlich von einer höheren Ebene aus geführt.

Neben all diesen wunderbaren Dingen, die sich offenbarten, war da jedoch auch immer wieder ein tiefer Schmerz.

Oftmals trat er in voller Wucht nach oben und ich musste mich ihm voll und ganz stellen. Es gab Stimmen, die mich auf dem Weg des Schreibens plagten, Stimmen, die nicht wollten, dass ich dir, der Welt diese Zeilen übergebe. Es waren Stimmen wie: »Du gehörst nicht hierhin. Das, was du hier schreibst, ist nicht die Wahrheit.«

Es war hart, mehrmals am Tag auf meinen Verstand und diese Stimmen zu hören. Sie sagten mir immer nur, was nicht gut war und was schief laufen könnte. Teilweise rebellierte mein Verstand so stark, dass ich das Projekt »Buch« immer wieder abbrechen wollte. Es kostete mich nicht nur Kraft, meinen Geist zu fokussieren, sondern auch mein Körper brauchte enorme Energie, um all die Frequenzen, die da durch mich flossen, zu halten.

Im Außen erschienen immer wieder Menschen, die mich angriffen. Es tat weh, auf der einen Seite zu fühlen, dass hier nun der Weg meiner Berufung war, und gleichzeitig durch solch einen Schmerz der Ablehnung zu gehen. Doch ich wusste, da musste ich durch. Es war mein persönlicher Leidensweg. Meine Begleiter sagten mir oft: Wenn du tiefe Weisheit weitergeben möchtest, darfst du zuerst selbst erkennen, warum Schmerz auf der Erde für das Wachstum notwendig ist.

Du musst wissen, das Wissen, das durch mich in dieses Buch floss, ist »harte Kost«, denn es könnte das Weltbild von vielen Menschen verändern. Nicht im negativen Sinne, nein, im Gegenteil, in der Art und Weise, was sie selbst über sich oder die Erde denken. Das Buch und die darin enthaltenen Botschaften können tiefe Prozesse in dir auslösen. Prozesse des Erwachens und des Erkennens. Du bist so viel mehr, als du mit deinen Augen erkennen kannst. Und die Erde, das Universum hat noch so viel mehr zu geben, als wir bis jetzt sehen können. In den nächsten Jahren wird sich da noch ungeheuer viel zeigen. Nun war mein Leben schon oft wie von magischer Hand geführt. Seit ich klein bin, zeigt sich stets alles, was ich brauche, um den

Weg zu beschreiten, der mich zu einer mutigen Frau macht. Ich weiß schon lang, ich kann diese Welt nur verändern, wenn ich mir selbst vertraue und vor allem auch dem, was in jedem Moment durch mich fließt. Ich weiß und spüre: Nichts, was in meinem Leben geschah oder noch geschieht, ist umsonst. Jede Lebenshürde eröffnet mir noch tieferen Mut, mein Wesen mit dir und der Welt zu teilen. So begann ich das Wort »Hingabe« ganz anders zu verstehen und zu integrieren.

**~ Hingabe bedeutet für mich, dem Höheren zu vertrauen, egal welcher Weg sich gerade zeigt. Hingabe bedeutet, meinen Weg der Quelle zu übergeben im Wissen, dass es das Universum, das Göttliche richten wird.**

So übergab ich auch mein Buchprojekt voller Vertrauen in die göttlichen Hände. Ich begann, meinen Geist bewusst auf Hingabe und meine Gegenwart darauf auszurichten, dass ich blind vertraue, dass genau das geschieht, was für mich, meine Familie, mein Umfeld, die Lesenden und die Erde richtig sein wird. Ich spürte schon immer, dass meine Seele für eine bestimmte Aufgabe inkarniert war. Inkarniert, um auf diesem Planeten Erde etwas ordentlich aufzuwühlen, um zu erwecken und die Menschen mit der Urkraft in sich zu verbinden.

So ließ ich dem reinen Bergfluss, der mich führte, seinen unendlichen Raum und ließ mich behutsam und liebevoll von ihm durch jede Emotion tragen. Dies war und ist noch heute keineswegs einfach, doch ganz ehrlich: Was in unserem menschlichen Sein ist schon einfach? Es kommt immer darauf an, wie wir es sehen. Auf jeden Fall wünsche ich mir an dieser Stelle, dass du tief in dir fühlst, dass du jetzt an diesem Ort, wo du gerade in deinem Leben bist, genau richtig bist.

Ich möchte dir gleich hier zu Beginn eine meiner Powerübungen geben, mit der ich immer wieder meinen Geist reinige und zurück ins Wesentliche in meinem Leben finde. Seit meiner Kindheit liebe ich es, meine Füße in Bergbächen zu reinigen. Egal, welches Wetter gerade ist, immer ziehe ich meine Schuhe und Socken aus und stelle meine Füße in diese reinen Quellen. Dabei bitte ich innerlich Mutter Erde um Hilfe, ich bitte sie darum, all das von mir zu nehmen, was mich belastet, um anschließend meine inneren Quellen, die Zellen, mit all dem aufzufüllen, was mich stärkt und was mir die Natur schenken möchte. Versuche das mal, wenn du in den Bergen oder woanders in der Natur bist. Ich bin mir sicher, es wird auch mit dir etwas machen.

### ➔ **Meine Powerübung aus der Natur**

*Bade deine Füße in einem natürlichen Gewässer. Bleib für einige Minuten im kalten Wasser stehen und bitte mit folgendem Satz die Quelle, das Universum um Hilfe: »Liebe Erde, liebes Universum, liebe göttliche Quelle. Ich ehre und schätze dich und bitte dich, mich zu reinigen und all das von mir zu nehmen, was mich davon abhält, die Präsenz zu leben, die ich bin. Bitte fülle meine Zellen mit deiner Reinheit auf. Danke!«*

*Ich wünsche dir viel Freude mit diesem Reinigungsritual. Es ist übrigens auch ein wunderbares Ritual, dem Fließen des Wassers zuzuschauen und dir dabei vorzustellen, wie dein Leben, egal wo du gerade stehst, wieder in Fluss kommt.*

Lass uns nun nach diesem Ritual unseren gemeinsamen Weg beginnen. Lass uns erkennen, dass die Natur die Quelle von allem ist. Ich möchte mich dir auf der physischen Ebene zunächst noch etwas tiefer vorstellen und dich mitnehmen in mein feinfühliges Leben.