

VADIM TSCHENZE



DAS
SPIRITUELLE BUCH
VON DER

SELBST LIEBE

Rituale, Übungen, Meditationen
für jeden Tag

unum
eins sein. ganz sein.

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino 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

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: Clea von Ammon

Lektorat: Dr. Pascal Frank

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, Daniela Hofner

eBook-Herstellung: Linda Wiederrecht

 ISBN 978-3-8338-8142-8

1. Auflage 2021

Bildnachweis

Coverabbildung: Creative Market, Design Cuts, freepik

Illustrationen: Sarah Burghardt

Fotos: Vadim Tschenze

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-8142 09_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

 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

Wichtiger Hinweis

Alle Empfehlungen, Vorschläge, Räucheranleitungen, Übungen, Aufstellungen, Seelenreisen oder Meditationen in diesem Buch sind vom Verlag und vom Autor sorgfältig erwogen und geprüft. Die Anwendung erfolgt jedoch in eigener Verantwortung der Leser. Wir übernehmen keine Haftung für etwaige Schäden jeglicher Art, die durch die Anwendung entstehen. Die hier vorgestellten Methoden ersetzen nicht den Besuch eines Arztes, Psychologen oder Heilpraktikers und sind kein Ersatz für eine notwendige Therapie.

VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser,

das Buch, das Sie gerade in der Hand halten, ist Ausdruck und Ergebnis meiner persönlichen, einzigartigen Erfahrungen auf Mutter Erde. Es ist ein Leitfaden für jeden, der sein Leben positiv verändern und die Selbstliebe erlernen, entdecken und vermehren möchte. So werden wir zu Magiern und Heilern unseres Lebens.

Ich wurde 1973 in Usbekistan in eine russisch-deutsche spirituelle Familie geboren. Als Schamane der alten russischen Tradition verspreche ich Ihnen, dass Sie mit diesem Buch interessante, faszinierende und spannende Momente erleben werden. Ich werde Sie in meine bewährten Rituale, Übungen und Rezepte sowie in alte russische Weisheiten einweihen. Denn es geht in diesem Buch um das Wichtigste in Ihrem Leben: Ihre Selbstliebe, Selbstachtung und Selbstentwicklung. Ohne sie können Sie nicht glücklich werden – die wichtigste Lernaufgabe für jeden Menschen.

Jeder von uns hat sein eigenes Schicksal, seine Realität und seine Aufgaben. Unser Weg wird uns gegeben, um uns entwickeln zu können sowie Mut und Stärke zu erlangen. Das Leben ist nie langweilig, es gleicht einem Zebrastrreifen von Geschehnissen. Jeder Mensch lernt daher zu verzeihen, los- oder zuzulassen und sich als Individuum zu akzeptieren. Dies alles gehört zur Reifung unserer Seele.

Zu meiner Reifung hat meine Großmutter Baba Walja beigetragen. Sie war die älteste Schamanin in der Gegend, in der ich aufgewachsen bin, und weithin bekannt für ihre Fähigkeiten als Heilerin. Etwas Geheimnisvolles ging von ihr aus, das mich einschüchterte. Je älter ich wurde, desto mehr verlangte sie meine Anwesenheit. Ich sollte ihr im Haushalt

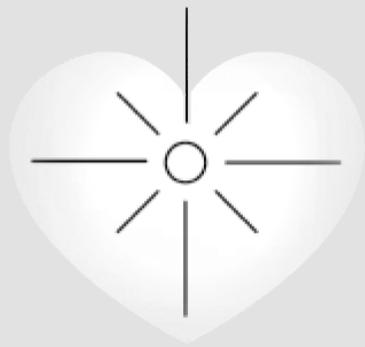
helfen, Kräuter bringen und sie bei ihren Heilsitzungen unterstützen. Ich durfte vieles miterleben und saugte das Gesehene buchstäblich in meine Seele auf.

Als kleiner Junge wusste ich damals noch nicht, dass das der Beginn meiner langjährigen Ausbildung war. Sie hatte mich ausgesucht, die schamanischen Geheimnisse unserer Familie weiterzutragen – weiter, als sie jemals jemand vor mir getragen hatte, wie sie mir später wiederholt prophezeite. Meine Ausbildung dauerte noch viele Jahre, in denen ich mir das gesamte schamanische Wissen vieler Generationen meiner Familie einverleibte. Baba Walja war gründlich darin, dafür zu sorgen, dass ich alles verstand. Ich habe in den Jahren, in denen ich im Westen lebe, zahlreichen Menschen mit dem Wissen meiner Familie helfen können. Doch ich spüre zunehmend eine Veränderung: Immer mehr Menschen wollen nicht einfach Weisheiten und Ratschläge von mir erhalten. Sie wollen vielmehr verstehen, woher mein Wissen stammt, um es selbst anzuwenden und anderen damit helfen zu können. Die wichtigste Voraussetzung hierfür ist die Selbstliebe. Sie wandelt unser Leben zum Positiven und bereichert uns mit neuen Erfahrungen.

Als mich Baba Walja mehr und mehr in ihr Heilwissen einweihte, begriff ich, dass alles miteinander verbunden ist und wir in einem ständigen energetischen Kreislauf leben. Ich möchte auch Ihnen die Möglichkeit geben, die Selbstliebe zu verstehen und zu entfalten. Glauben Sie nicht nur an das, was Sie mit den Händen anfassen und mit den Augen sehen können. Arbeiten Sie an Ihrer Selbstliebe, und das Universum wird Sie reich beschenken.

Ihr Vadim Tschenze

DIE ENERGIE DES HERZENS



Selbstliebe fühlen



WAS IST SELBSTLIEBE?

Man kann die Selbstliebe als eine Energie verstehen. Sie lebt in unserem Herzen und nährt unsere Seele. Wir leben in einer sehr bewegten Zeit, und jeder Mensch hat seine eigene Realität, die auf seiner Vorstellung basiert. Doch diese Vorstellung ist von der Selbstliebe abhängig.

Die Energie der Selbstliebe beflügelt unsere Seele und wohnt jedem Menschen inne. Nur derjenige, der das versteht und sich selbst mit Liebe begegnet, kann wahrhaft glücklich sein und auch andere glücklich stimmen. Sie macht uns zu Engeln auf Erden.

In meinen Augen ist die Selbstliebe wie Benzin für ein Auto. Ihre Energie ist in der Lage, unsere Seele »boomen« zu lassen, sodass sie in Schönheit und Freude erblüht. Sie ist der Treibstoff, der unsere Seele auf ihrer Reise zu neuen Gefühlen und Horizonten trägt. Wie ein Auto muss sie daher immer mit der Kraft der Selbstliebe aufgetankt sein. Man könnte sie auch mit einer Batterie vergleichen, die uns ständig mit Energie versorgt, sodass wir uns nach vorn bewegen und Neuland entdecken können.

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie sehr Sie sich selbst lieben? Oder in welchem Ausmaß Sie andere Menschen lieben können? Häufig stellen wir uns solche Fragen überhaupt nicht, denn es geht im Alltag eher darum, von anderen geliebt werden zu wollen. Doch für die Liebe von außen benötigen wir immer die Selbstliebe von innen. Sie ermöglicht es uns, von anderen Menschen angenommen und geliebt zu werden.

Um sich selbst lieben zu lernen, ist es zunächst wichtig, im Leben aufzuräumen. Fragen Sie sich, was Ihnen guttut und was Sie kränkt. Dinge, die Ihnen Freude machen, geben Ihnen viel Energie und Lebenskraft. Dinge, die Sie nerven, ziehen Ihnen dagegen Energie ab und schwächen Sie. Dazu gehören Tätigkeiten, Ereignisse, Erlebnisse, Erfahrungen

aber auch Ihre Mitmenschen. Wir stehen immer im energetischen Austausch mit ihnen.

Alles, was uns Energie raubt und stresst – Dinge, Menschen, Tätigkeiten –, sollten wir aus unserem Leben verbannen und loszulassen lernen.

Dies ist nicht immer leicht zu erreichen und kann durchaus schmerzen. Denn wir haften oftmals sehr stark an alten, vertrauten Dingen. Um Ihnen das Loslassen zu erleichtern, habe ich hier eine Übung für Sie.

Sich von alten Mustern befreien

- Machen Sie sich eine Liste all dessen, was Sie loslassen möchten. Notieren Sie die Begriffe untereinander und schreiben Sie auch die jeweiligen Vor- und Nachteile auf.
- Wenn Sie all die Dinge, die Sie loslassen wollen, schwarz auf weiß auf dem Papier sehen, wird Ihnen klar werden, dass Sie sie gar nicht mehr brauchen. Denn Sie haben aus ihnen lernen dürfen und sind durch sie weiser geworden. Dadurch ist das Maß Ihrer Selbstliebe gestiegen, sie hat nun genug Platz in Ihrer Seele. Man könnte auch sagen, dass Ihre Seele durch die Selbstliebe immer größer wird und dadurch auch mehr Liebe nach außen abgeben kann.
- Verbrennen Sie anschließend das Blatt und sagen Sie sich dabei innerlich: »Ich lasse alles los, was ich nicht mehr brauche, weil ich mich liebe.«

Die Selbstliebe ist die Energie Ihres Herzens. Sie ist angeboren und bedarf viel Pflege. Wann haben Sie sich zum letzten Mal etwas gegönnt? Was war das genau?

Beschenken Sie sich täglich mit Kleinigkeiten? Um die Energie der Selbstliebe zu steigern, sollten Sie lernen, sich zu beschenken. Jedes Geschenk, sei es ein Gegenstand oder eine freie Minute, die man genießt, bringt Ihrer Seele neue Energie.

Ich persönlich musste das auch lernen. Als ein im Sternzeichen Löwe Geborener beschenke ich lieber andere Menschen. Es fiel mir äußerst schwer, Geschenke von anderen und auch von mir selbst anzunehmen. Das war ein wirkliches Problem für mich. Doch ich habe mit der Zeit lernen dürfen, wie man Geschenke mit Freude annimmt. Ich begann auch, mich selbst zu beschenken. Seitdem fühle ich mich glücklicher als jemals zuvor und schätze mich selbst auch viel mehr.

Ich merke auch, dass ich dankbare, hilfreiche Menschen in mein Leben anziehe. Hier geht es um die Resonanzgesetze – wir werden später noch ausführlicher auf sie zu sprechen kommen –, die durch die Selbstliebe aktiviert werden: Wir ziehen das an, was wir ausstrahlen. Mit der Selbstliebe verändert sich unsere Ausstrahlung enorm. Wir leuchten regelrecht vor positiver Energie und ziehen deswegen dieselbe an. Gesunde Selbstliebe fördert, dass vermehrt glückliche, fröhliche Menschen im eigenen Leben auftreten, die sich selbst und Sie schätzen und respektieren. Personen, die ständig jammern, negativ sind oder andere kritisieren, werden stattdessen von uns abgestoßen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist folgender: Wenn Ihre Selbstliebe stark und gesund ist, sind auch Sie heil und munter. Sie werden buchstäblich vom Universum erneuert und beschenkt, und zwar in Form von Vitalität, guter Laune und echten Freunden, aber auch genügend Geld. Denn auch das Geld liebt glückliche Menschen.

Aus energetischer Sicht ist die Selbstliebe eine wachsende Materie. Heute denken Sie, dass Sie nur ein paar Menschen in Ihr Herz hineinlassen können. Durch die wachsende Selbstliebe stellen Sie jedoch bald fest, dass Sie in Ihrem

Herzen viel mehr Platz haben und können die ganze Welt darin aufnehmen. Die Selbstliebe aktiviert automatisch andere Aspekte von Liebe. Dazu gehören Partner-, Kinder- und Elternliebe sowie allumfassende Liebe und Heilung. Da unsere ganze Welt aus einem Energieaustausch besteht, geht es immer um ein Geben und Nehmen. Durch gesunde Selbstliebe ist man in der Lage, mehr zu geben und zu erhalten. Als Schamane nenne ich diesen Prozess »Reifung der Seele durch die goldene Mitte«. Sie ist sehr wichtig für Ihr seelisches Wachstum. Die Selbstliebe ist schließlich ein dynamischer Prozess, bei dem Ihr Geist reift. Dadurch begreifen Sie immer mehr von sich selbst und der Welt, in der Sie leben. Je reifer Ihre Seele wird, desto mehr wird sie vom Universum beschenkt. Denn sie hat gelernt, wozu sie auf die Erde kam und was sie braucht.

Das Ziel der Seele ist, Glück auf Erden zu finden und es zu vermehren.

Schätzen Sie sich glücklich? Wenn nicht, ist dieses Buch genau das richtige für Sie. Hier werden Sie lernen, das Glück zu finden und zu halten. Wenn Sie Ihr Herz erkennen und Ihre Selbstliebe vermehren, werden Sie tiefe Lebensfreude empfinden. Denn Ihr Leben wird von der Magie des Herzens bestimmt. Dazu habe ich einige Tipps und Tricks aus dem schamanischen Bereich, die ich Ihnen zeigen werde. Denken Sie immer daran: Sie sind Ihr eigener Heiler! Nur Sie selbst können sich glücklich machen.

Heilung geschieht immer durch die Liebe.

In diesem Buch geht es um spezielle Methoden der Selbstliebe, um praktische Magie und seelische Heilung.

Diese Themen sind untrennbar miteinander verbunden. Die Kunst der praktischen Magie ist vor Tausenden von Jahren entstanden. Die Magier, Hüter der fünf Elemente, bioenergetischen Meister, Schamanen und Wahrsager konnten schon damals durch ihre Macht vieles bewegen. Das Mittelalter war eine besondere Zeit für den Okkultismus und die Magie. Beides entwickelte sich damals prächtig. Die alten Magier widmeten sich ganz ihrer Kunst und arbeiteten im Einklang mit Mutter Natur. Sie fanden die Antwort auf die Frage »Was ist das wichtigste Gesetz des Universums?«. Die Antwort lautet: die eigene Einzigartigkeit und die Unendlichkeit der Prozesse im Universum zu erkennen. Und vor allem: das Leben auf Erden zu genießen.

Um dieses Gesetz zu verstehen, ist es notwendig, sich mit der Selbstliebe zu beschäftigen. Je öfter Sie sich Zeit für sich selbst nehmen, desto schneller wächst sie. Jedes Ritual und jede Meditation ermöglicht es Ihnen, sich diese Zeit für sich selbst einzuräumen. Sie praktizieren sie allein für sich selbst, aus purer Selbstliebe. Das ist wie ein Geschenk, das Sie sich selbst machen.

Ich persönlich nehme mir seit Jahren eine Stunde pro Tag Zeit für Meditationen, Handarbeit und Rituale. Ab und zu gönne ich mir sogar einen ganzen Tag für mich allein. Dann meditiere ich im Sitzen, Liegen oder beim Laufen, male Bilder oder stelle schamanische Werkzeuge wie Traumfänger, Mandalas, Chakrauhren – dazu später mehr – und Räucherungen her. Dies sind Beschäftigungen, die mich entspannen und eine Wohltat für mich sind. Ich beschenke mich also sozusagen jeden Tag eine Stunde selbst.

Wichtig dabei ist, dass es in dieser Zeit für mich kein Telefon, keinen Computer und keine anderen ablenkenden Dinge gibt. Ich widme diese Zeit meiner Seele, meiner eigenen Entwicklung und goldenen Mitte. Mein Vorschlag: Folgen Sie meinem Beispiel. Räumen Sie der Magie ein wenig Platz in Ihrem Leben ein, und Sie werden mehr Freude und Vergnügen im Alltag spüren.

Heutzutage ist die praktische Magie relativ weit verbreitet; Techniken wie Wahrsagen, Kartenlegen oder Channeling sind keine Seltenheit mehr. Doch nicht jeder Mensch kann die Magie beherrschen. Denn dafür braucht man göttliche Liebe, Selbstliebe und Gerechtigkeit. Um sie auszuüben, ist es notwendig, sich mit dem Kosmos und seiner Unendlichkeit zu verbinden. Höhere Geister geben uns viele Informationen, wenn wir uns mit himmlischer Kraft beschäftigen. Wenn man die Ewigkeit versteht, kann man in die Magie initiiert werden. Diese Möglichkeit bietet Ihnen dieses Buch.

Jeder Mensch kann heilen – auch Sie können es erlernen. Heiler arbeiten mit Magie, mit Elementen, mit ihrem hohen Geist sowie mit der Selbstliebe. Als Heiler können Sie alle Lebensthemen lenken, sowohl Ihre eigenen als auch jene Ihrer Mitmenschen. Selbstheilungskonzepte sind in jedem von uns von Geburt an angelegt und funktionieren unabhängig davon, ob Sie sie bereits verstanden haben oder nicht. Auch alte Muster können korrigiert werden. So können Sie endlich allen Ballast loslassen und zulassen, glücklich zu sein. Meine Großmutter sagte immer, dass die Unliebe die schlimmste Krankheit der Welt sei. Unliebe sich selbst und der Umwelt gegenüber bringt Leiden. Diese »Krankheit« hat bereits viele Menschen befallen. Sie ist jedoch heilbar.

Denken Sie immer daran, dass ein Heiler nur ein Mittler zwischen den Welten und Mutter Natur diejenige ist, die Sie heilt. Sie sind ein Teil von ihr, und sie sorgt sich ständig um Sie. Mutter Natur liebt Sie und erwartet dasselbe von Ihnen. Sie wünscht sich, dass Sie sich selbst lieben.

Durch die Lektüre dieses Buches können Sie Ihre göttlichen Wurzeln erkennen, Ihre Talente nutzen und Potentiale verwirklichen. Ich werde Sie in einigen Meditationsmethoden sowie der Chakren- und Auraarbeit gemäß meiner schamanischen Tradition schulen. Sie werden erfahren, wie Magie und Rituale funktionieren und wie Sie

sie erfolgreich anwenden können. Dadurch wird sich Ihre Selbstliebe rasch vermehren.

Ich bin zutiefst dankbar dafür – meiner Familie, dem lieben Gott, der geistigen Welt und meinen kosmischen Helfern –, das Wissen über die Magie und Heilung erhalten zu haben. Diese Dankbarkeit kommt aus meinem Herzen. Sie ist eine gewaltige Kraft. Ich bin auch dem Universum und mir selbst dankbar, dass ich lernen durfte, für mich selbst Liebe zu empfinden.

Um sich mit Liebe begegnen zu können, ist es wichtig, dass Sie sich, Ihren Körper und Ihre Seele analysieren und sie annehmen. Alles, was geschieht, ist ein Zeichen. Leider verstehen wir diese Zeichen nicht immer sofort, manchmal gar nicht. Doch durch die Analyse dessen, was geschieht, können Sie stets die passende Antwort zu jeder Lebenssituation finden.

Sie müssen zudem lernen, das Leben zu genießen. Denn Selbstliebe heißt für mich: fröhliches Dasein einhergehend mit einem gesunden Energieaustausch mit der Umwelt. Wir Schamanen sprechen an dieser Stelle von Harmonie sowie der goldenen Mitte. Diese Begriffe sind austauschbar. Sie ermöglichen Ihnen, sich selbst zu verstehen und zu heilen sowie Ihre Mitmenschen zu unterstützen.

Das Universum ist von Sinn erfüllt. Wir bekommen genau die Seele, die wir brauchen, und exakt den Körper, der zu dieser Seele passt, um gewisse Erfahrungen auf der Erde zu sammeln. Daher: Lieben Sie Ihre Seele und nehmen Sie Ihren Körper so an, wie er ist, denn das ist der Wille Gottes. Öffnen Sie sich dem Universum und lassen Sie zu, dass sich Ihre Potenziale entfalten. Vereinigen Sie dabei Ihre Wünsche, Ihre Freude und Einzigartigkeit. So können Sie eine echte Transformation erleben, denn um diese geht es in diesem Buch.

Wir werden mit kosmischem Wissen arbeiten. Es ist uralt und zugleich neu. Wenn Sie mit der kosmischen Kraft der Güte arbeiten, werden Sie sofort Erfolge erzielen. Jeder ist

ein Heiler, der sein Leben nicht nur lebt, sondern auch bestimmt und genießt.

Wir tragen Verantwortung dafür, wie wir leben und was wir erleben.

Wir analysieren, fühlen und erfüllen. Dabei ist die Wirklichkeit, die wir erleben, nicht in Stein gemeißelt.

Wir vertrauen unserer Intuition und erschaffen eine neue Welt in uns und um uns herum.

Auch Sie können Ihre neue Realität erschaffen, wenn Sie Ihre Gaben, Ihre Intuition und Ihren Willen sowie die Energie des Herzens nutzen. So können Sie mit kosmischen Energien, mit Mutter Erde und der Energie, die durch Sie fließt, arbeiten. Sie sind ein Teil dieser Energie und dieser Welt. Geistheilung bedeutet ein Leben ohne Groll, in Liebe und Zuversicht. Ihre Bereitschaft und Ihr Können, die richtigen Entscheidungen zu treffen, sind dabei wichtig. Wenn Sie als Heiler und Magier tätig sind, verwandeln Sie Ihr Leben in ein helles und gütiges. Es wird voller Liebe und sinnhafter Logik sein. Sie werden Ziele vor Augen haben und auch höhere Ziele in Ihrem Herzen tragen. Sie werden nach und nach weiser und verspüren aus dem Herzen heraus das Bedürfnis, Ihren Mitmenschen zu helfen. Dadurch können auch diese die Welt besser verstehen und glücklicher werden.

Jeder von uns denkt und empfindet anders. Wir sind alle besondere Wesen, ein Teil vom Universum und von Gott. Jeder von uns hat dabei seine ganz spezifischen Muster, seine Einzigartigkeit und seinen ureigenen Schicksalsplan. Diese gilt es zu verstehen und zu fühlen. Jeder Mensch hat

auch einen freien Willen und trifft täglich Entscheidungen. Wenn Sie den Sinn hiervon verstehen, Ihre Einzigartigkeit zu schätzen beginnen und Selbstliebe entwickeln, wird Ihr Leben wunderbar verlaufen. Sie werden sich womöglich fragen, warum Sie all das jetzt erst umsetzen. Doch alles hat seine Zeit. Genau in diesem Moment können Sie Ihr Schicksal verändern! Jetzt in diesem Augenblick, wo Sie nach Ihrer Selbstliebe suchen, können Sie auch die Welt verändern.

Das Schicksal ist mit einer Computerfestplatte vergleichbar. Genauer gesagt verfügen wir über mehrere Festplatten, die gleichzeitig Informationen speichern und weitergeben. Sie alle gestalten unser Dasein, wobei ihre Arbeit von der Selbstliebe abhängig ist.

Zu den wichtigsten zählen:

- unser Geist (der Kanal nach oben, der Wille, die Zukunft),
- unser Herz (das Fühlen, die Liebe, die Gegenwart),
- unser Solarplexus (die unbewusste Ebene, die Selbstliebe, Erfahrungen aus der Vergangenheit) sowie
- unsere Wurzel (die Vergangenheit in Gestalt von Kindheit und Vorleben).

All diese »Festplatten« sind aktiv, und zwar in jeder Sekunde des Lebens. Sollte eine beschädigt sein, beispielsweise durch karmische Lasten, nicht los- oder zulassen können, Ängste oder mangelnde Selbstliebe, ähnelt die Situation einem Virusbefall auf einem Computer. Solche Viren gelangen von außen als Informationen auf unsere Festplatten. Virenüberträger können beispielsweise unsere Ahnen oder Eltern sowie unsere eigenen Verfehlungen, Einstellungen, Urteile oder Erwartungen sein. Hierbei handelt es sich um sogenannte Boykottprogramme. Wenn Sie an Ihrer Heilung arbeiten, entwickeln Sie sich geistig, erweitern Ihr Verständnis und erschaffen somit gleichsam

ein Antivirenprogramm. Eines davon ist die Selbstliebe. Anders gesagt: Heilen durch Selbstliebe wirkt wie ein Antivirenprogramm.

Je besser Ihre Programme arbeiten – Ihre Einstellungen zum Leben, zu sich selbst und zu Mutter Natur sowie die Selbstliebe –, desto sicherer ist Ihr Schicksal.

Wir leben in einer dualen Welt, die aus positiver und negativer Energie besteht. Somit gehören diese beiden Anteile auch zu Ihrer Seele. Meine Oma sagte immer, es wäre zu langweilig zu leben, wenn wir nur Positives erfahren könnten. Daher gibt es für mich keine von Natur aus guten oder schlechten Menschen. Die Frage ist, welchen Anteil sie situativ ausleben.

Jeder entscheidet dabei für sich allein. Wie haben Sie sich entschieden? Wollen Sie ein Heiler werden und Glück und Gesundheit, Liebe und Anerkennung in diesem Leben erfahren? Wollen Sie anderen helfen? Dann sind Sie hier richtig. Geistheilen ist die Kunst, mit dem Willen und der Vorstellungskraft, der eigenen und der kosmischen Energie sowie der Selbstliebe das Leben zu verbessern.

Ein Heiler ist kraftvoll und mutig, Emotionen wie Angst, Ärger oder Groll entsprechen ihm nicht.

Seine Gedanken sind klar, und er weiß, was zu tun ist. Klares Denken hilft ihm, sein Energievolumen zu schützen und zu vermehren. Seine Selbstliebe unterstützt ihn dabei. Ein Heiler verändert sowohl seine innere als auch äußere Welt sowie seine Einstellungen zu sich selbst und zur Natur. Vor Milliarden von Jahren wurde die Welt als ein ganzheitliches Konzept erschaffen. Sie hat viele Facetten

und birgt zahlreiche Geheimnisse. Der Mensch separiert sie jedoch in einzelne kleine Teile und schadet sich damit selbst. Nehmen wir den Arztberuf als Beispiel. Dieser ist von Spezialisten geprägt: Einer beschäftigt sich mit der Haut, der andere mit der Verdauung und der nächste operiert. Keiner von ihnen kennt sich mit allen Facetten der Heilung aus.

Geistheiler beschäftigten sich dagegen nicht mit einzelnen Facetten, sondern mit der göttlichen Einheit und Liebe. Alles, was ihn umgibt, ist wichtig. Er beschäftigt sich mit der energetischen Gesundheit. Er arbeitet mit den Energien des Kosmos und von Mutter Erde sowie jenen seines Herzens und der Selbstliebe. Eigentlich ist es egal, wie wir es nennen: Gott, Universum, Natur oder Kosmos. Dies alles sind nur Begriffe, die wir erfunden haben. Die Hauptsache ist, aus dem Herzen zu handeln und zu heilen. Wir versuchen, mit dem Universum zu arbeiten und es zu begreifen. Fangen Sie deshalb an, Ihr Bewusstsein zu trainieren, um zu verstehen, dass alles möglich ist. Entdecken Sie die Kraft der Selbstliebe!

Mit Heilung und Selbstliebe bin ich bereits in meiner Kindheit in Berührung gekommen. Als Kind genoss ich die Zeit mit meiner Familie. Meine beiden Eltern arbeiteten den ganzen Tag. So sahen wir uns erst am Abend. Meine Mutter, die in einem Ingenieurbüro arbeitete, kam gegen 18 Uhr nach Hause. Beim Betreten der Wohnung fragte Sie: »Vadim, wie war dein Tag? Hast du dich heute gut benommen?«

»Ja, ich war brav, Mama. Der Tag war spannend«, antwortete ich.

»Was habt ihr heute unternommen?«

»Ich habe viel gespielt. Die Omas haben mir eine Geschichte über die Hagebutte erzählt. Nun weiß ich, dass sie unser Herz und die Lunge unterstützt.«

»Hat dir der Hagebuttentee auch geschmeckt?«

»Ja, der war lecker.«

»Und hast du etwas angestellt?«

»Nein, ich doch nicht, Mama!«

Mein Vater kam noch später nach Hause, da er ein Lokal führte, das bis spätabends geöffnet war. Beim Betreten der Wohnung sagte er als Erstes:

»Larissa, dein Schatz ist da.«

»Hat mein Schatz heute wieder Verspätung, und hat er etwas getrunken?«, fragte meine Mutter.

»Nein, ich doch nicht, sagte mein Vater.«

»Du sprichst wie Vadim oder besser gesagt: Er spricht wie du. Bist du sicher? Ich rieche Alkohol!«

»Sicher, sicher ... sicher ist nur eins: Wir alle werden irgendwann sterben«, lachte mein Vater und ging in die Küche, um sich etwas zu essen zu suchen.

Meine Erziehung tagsüber übernahmen meine Urgroßmutter Anastasia und ihre Tochter, meine Oma Baba Walja. Beide hatten einen positiven Einfluss auf mich. Sie erzogen mich mit großer Liebe und Hingabe.

»Vadim, ich zeige dir das Handauflegen«, sagte einmal meine Oma Walja, »leg deine Hände auf meinen Kopf und stell dir vor, dass heilendes Licht aus ihnen fließt.«

»Wow, wirklich? Kann das funktionieren?«, fragte ich verwundert.

»Ja, das funktioniert gewiss«, sagte meine Oma. »Mach schon. Leg deine Hände auf meinen Kopf. Ich habe gerade Kopfweg. Schauen wir doch, ob es funktioniert.«

Ich tat, was sie sagte, und ließ meine Hände fünf Minuten dort.

»Der Schmerz hat nachgelassen. Das wiederholen wir ab jetzt öfter«, sagte meine Oma.

Später kam Anastasia und nahm sich Zeit für mich. Sie legte Skat- und Lenormandkarten, die zum Wahrsagen benutzt werden.

»Vadim, was ist das für eine Karte?«, fragte sie. »Was symbolisiert die Sonne? Liebst du die Sonne?«

»Klar, liebe ich die Sonne«, antwortete ich, »weil sie uns wärmt und alle Pflanzen und Tiere wachsen lässt. Außerdem macht sie uns glücklich und braun.«

»Diese Karte ist auch eine Energiekarte der Selbstliebe. Nimm sie öfter in deine Hände, und du wirst sehen, dass deine Energie sich vermehrt.« Dann fragte sie weiter: »Und welche Pflanzen liebst du besonders?«

»Ich liebe alle Pflanzen, aber am besten schmeckt mir Reis«, lachte ich laut.

»Und welche Tiere liebst du?«, fragte sie.

»Alle außer Spinnen und Wespen«, antwortete ich, »aber zum Essen bevorzuge ich die Kuh.«

»Warum die Kuh?«, fragte meine Urgroßmutter.

»Sie ist sehr nützlich. Im Kindergarten sagte uns die Erzieherin, die Kuh gibt uns Milch und Fleisch. Oma, dass sie uns Milch gibt, kann ich nachvollziehen. Aber wie gibt sie uns denn das Fleisch?«

»Oh, Junge, das ist eine gute Frage«, schmunzelte meine Oma und wechselte schnell das Thema.

Erst später erfuhr ich, dass Tiere uns freiwillig kein Fleisch geben können. Heute ernähre ich mich aus diesem Grund fast ausschließlich vegetarisch. Ich verzichte auf Fleisch nicht ganz, versuche jedoch, meinen Konsum auf Hühnerfleisch zu beschränken: für mein Wohlbefinden und weil ich mich und meine Gesundheit zu lieben gelernt habe. Schon als kleiner Junge durfte ich sehr viele Geheimnisse meiner Familie kennenlernen und in der Küche helfen. Mir wurde allmählich immer mehr spirituelles Wissen offenbart. Ich konnte Rituale und Energiearbeit beobachten und meine Fragen dazu stellen. Ab meinem dritten Lebensjahr besuchte ich tagsüber den Kindergarten. In diesem Alter sagte ich meinen Eltern, dass ich auf die Erde geschickt wurde, ohne das zu wollen.

»Was meinst du, Vadim? Du wolltest nicht hierher?«, fragte meine Mutter.

»Ja, ich wurde hierhergezwungen«, sagte ich. »Ich wollte eigentlich gar nicht.«

»Und warum wolltest du nicht zu uns?«, fragte sie weiter.

»Mit euch hat es nichts zu tun, oben bei den Engeln ist es einfach schöner. Aber auch bei euch ist es toll«, antwortete ich.

»Du weißt aber schon, dass die Engel immer auf dich warten werden – irgendwann gehen wir alle zu ihnen. Und jetzt beschützen sie dich auf der Erde im Hier und Jetzt«, meinte meine Mutter.

»Dann bin ich einverstanden«, sagte ich. »Ich bleibe bei euch.«

Schon im Kindergarten konnte ich lernen, mich selbst zu lieben. Eines Tages spielte ich mit meinem Freund Alexander. Er nahm mir mein Spielzeug weg und wollte es nicht wieder hergeben.

»Du bekommst das nicht zurück«, rief er.

Das machte mich wütend. Ich warf seine Jacke auf einen Baum, der auf dem Kindergartengelände stand. Sie hing dort stundenlang. Keiner konnte sie herunterholen. Woher ich die Kraft hatte, die Jacke mehrere Meter hochzuschleudern, ist eine gute Frage, die ich mir heute noch stelle. Als wir abgeholt wurden, ging Alexanders Mutter zu meiner und beschwerte sich bei ihr.

»Ihr Sohn ist ein sehr schwieriges Kind«, sagte sie.

»Warum soll er schwierig sein?«, fragte meine Mutter.

»Er hat die Jacke meines Sohnes auf den Baum geworfen!«, sagte Alexanders Mutter mit Nachdruck.

»Einfach so?«, fragte meine Mutter.

»Ja, anscheinend.«

»Vadim, warum hast du Alexanders Jacke auf den Baum geworfen?«, fragte mich meine Mutter.

»Weil er mir mein Spielzeug weggenommen hat«, antwortete ich.

»Konntest du ihn nicht fragen?«, fragte sie weiter.

»Ich habe es getan, doch er war gemein zu mir und gab es nicht zurück«, verteidigte ich mich.

Alexander lief rot an und schaute zu seiner Mutter.

»Ist das wahr?«, fragte diese.

»Ja, ich wollte aber nur spielen«, sagte Alexander.

Der Gärtner holte die Jacke schließlich mit einer Leiter herunter und reichte sie ihm. Alexander holte daraufhin mein Spielzeug aus seiner Tasche, um es mir zurückzugeben. Ich nahm es aber nicht an, sondern schenkte es ihm.

Ich war oft ein unausstehliches Kind mit einem Engels Gesicht. Im Kindergarten verliebte ich mich in ein Mädchen. Wir waren beide vier Jahre alt. Sie nahm mich jedoch nicht ernst. Eines Tages küsste ich sie, worauf sie aufschrie. Ich war jedoch zufrieden mit mir wie ein kleiner Löwe. Während der Mittagsruhe schliefen alle Kinder im gleichen Raum. Ich legte mich neben sie und verlangte von ihr, dass sie mich küsst.

»Mach doch«, sagte ich.

»Nein«, rief sie zurück.

»Komm schon.«

»Mache ich nicht, weil ich Igor liebe«, sagte sie.

Sie fing wieder an zu brüllen. In diesem Moment fühlte ich, dass ich überhaupt keinen Kuss mehr von ihr wollte. Ich ließ den Wunsch los und dachte mir, dass ich auch ohne ihren Kuss glücklich sein kann, da ich mich selbst liebe – und was tat sie? Sie küsste mich. Dieses Erlebnis war eine Lehre für mich: Willst du etwas bekommen, gehe in dich und lasse es los. Mein Nebenbuhler, Igor, bekam an diesem Tag keinen Kuss von ihr.

Irgendwann später teilte uns das Mädchen mit, sie würde uns beide lieben, sehe dies aber als Kinderliebe an und werde niemanden von uns heiraten, da mit sie mit keinem von uns glücklich werden könne. Das hätten ihr ihre Engel gesagt. Mit mir nicht, weil ich in die Ferne ziehen würde, und

mit Igor nicht, weil er früher als andere zu den Engeln gehen werde. Igor und ich waren enttäuscht. Später ist Igor mit 44 Jahren als Erster aus unserer Clique an Krebs gestorben. Ich zog mit 18 Jahren zusammen mit meinen Eltern nach Deutschland. Hatte das Mädchen das damals tatsächlich gewusst? Bis heute frage ich mich, ob sie damals wirklich Informationen von den Engeln erhalten hatte. Ich vermute es.

So vergingen Tage im Kindergarten, lustig und anstrengend zugleich. Den Abend verbrachte ich zu Hause. Ich kann mich erinnern, dass meine Urgroßmutter Anastasia fast täglich gegen 20:00 Uhr mit Edelsteinen und Gebeten arbeitete. Das war ihre Zeit der Selbstliebe. Wenn sie ihre Rituale ausführte, legte sie ihre Edelsteine immer als Kreis. Es war ihr »Heilkreis der Gedanken und der Selbstliebe«, wie sie ihn nannte. Sie legte ihre Hände in den Kreis, betete und sagte laut: »Ich liebe mich und die Welt.«

Wenn sie einen Klienten empfing, bat sie stets um ein Foto von ihm. Es wurde im Steinkreis platziert und mit einer selbstgemischten Räucherung geschützt. Auch in der Wohnung standen unzählige Edelsteine, die die Energie der Wohnung aufwerteten. Dazu gehörten vor allem Amethyste und Bergkristalle, aber auch Malachit, Granit und Schörl sowie Shungit und Olivin. Anastasia erzählte mir viele Geschichten über die Steine, die sie nutzte.

Anastasias kleine Edelsteinkunde

- **Amethyst** sei ein stärkender Stein, den sowohl Frauen als auch Männer nutzen könnten. Er bereinige die Seele von Wut und Schmerz. Sie empfahl ihn besonders, wenn Entscheidungen zu treffen sind, und sagte, dass der Amethyst nur an heiligen, reinen Orten vorkomme. Er speichere diese Energie und leite sie in unsere Lebensräume weiter. Außerdem unterstütze er uns

dabei, freundlich und achtsam mit uns selbst umzugehen.

- **Bergkristall** sei der Stein der weißen Magier. Schon seit Generationen war er fest in die spirituelle Arbeit unserer Familie integriert. »Man kann mit ihm Schmerzen lindern und gute Energie anziehen«, erzählte sie. Er beschenke uns in den schwierigen Stunden des Lebens mit Lebensenergie und stärke unsere Selbstliebe.
- **Malachit** war für Anastasia der Stein der Feen und der Heiler. Sie hatte einige Schatullen, die aus ihm gefertigt waren. In diese legte sie ihre Schutzamulette zum Aufladen. Malachit könne jede Frau glücklich machen, da er sie ihre Selbstliebe entdecken ließe.
- **Granit** helfe gegen Abschirmung vor Strahlung und schlechten Gedanken.
- **Schörl** war in ihren Augen der Stein der Hexen. Anastasia legte ihn auf ihre Karten, um sie aufzuladen. Das war wichtig, damit sie die Wahrheit sagten.
- **Shungit** galt ihr als Heilstein gegen Schmerzen.
- **Olivin** sei der Stein der liebenden Herzen.

Anastasias Geschichten waren köstlich. Sie sind mir bis heute lebhaft in Erinnerung geblieben. Bis heute nutze ich ihr Edelsteinwissen in meiner Praxis und für mich selbst. Ich war vier Jahre alt, als Anastasia erkrankte. Sie bekam Schilddrüsenkrebs. Nach einem Jahr wurde sie operiert und starb kurze Zeit später in hohem Alter. Sie war der Ansicht, dass es die Operation war, die sie sterben ließ, und nicht die Erkrankung.

Auch in dieser schweren Zeit der Abreise benutzte sie ihre Edelsteine, um die Schmerzen unter Kontrolle zu halten. Sie lag auf dem Sterbebett und sprach Französisch wie in ihrer adeligen Kindheit. Auf dem Nachttisch stand eine Ikone: Maria Siebenpfeilige. Sie betete jeden Abend zu ihr und bat sie, der ganzen Familie zu helfen, wenn sie nicht mehr unter

uns weile. Von dieser besonderen Ikone heißt es, sie würde die Selbstliebe aktivieren. In Russland wird sie oft genutzt, um mit der eigenen Seele Verbindung aufzunehmen.

Ich liebte Anastasia und kann mich noch sehr gut an sie erinnern, obwohl ich damals noch sehr jung war. Sie war eine schöne alte Dame mit nur wenigen Falten im Gesicht. Sie lachte viel und half jedem, der Hilfe benötigte. Sie war eine sehr weise Frau, die vielen Menschen dabei geholfen hatte, sich selbst zu finden. Dazu nutzte sie Karten und Gebete, aber in erster Linie Verständnis für und Liebe zu jedem Menschen. Sie sagte, dass die Lebenszeit, die uns gegeben sei, zu unserem Lebensplan gehöre. Dieser Seelenplan beinhalte eine gewisse Zeit, um auf der Erde zu lernen und Erfahrungen zu sammeln. »An etwas festzuhalten ist daher nicht schlau, sei es ein Gegenstand oder ein Mensch. Sich selbst muss man finden und lieben«, sagte sie.

Stellen Sie sich folgendes Gedankenspiel vor: Sie haben einen Geldpreis gewonnen. Jeden Morgen bekommen Sie 100 000 Euro zur Verfügung gestellt. Doch dieses Spiel hat bestimmte Regeln. Die erste lautet: Das Geld, das Sie im Laufe des Tages nicht ausgegeben haben, wird Ihnen wieder abgenommen. Sie können es also nur ausgeben, nicht sparen und anhäufen. Allerdings gibt es wie gesagt jeden Morgen neues Geld für den kommenden Tag. Zweite Regel: Das Spiel kann zu jeder Zeit beendet werden. Was würden Sie tun? Würden Sie sich alles kaufen, was Sie brauchen? Vielleicht nicht nur für sich selbst, sondern auch für alle Menschen, die Sie lieben – und vielleicht sogar für jene, die Sie nicht kennen?

Dieses Spiel ist die Realität. Jeder Mensch hat so ein »magisches Spiel« bereits gewonnen. Der Gewinn ist die Lebenszeit, also täglich 24 Stunden oder 1440 Minuten oder 86 400 Sekunden. Jeden Morgen, wenn wir aufwachen, bekommen wir für diese Zeitspanne Leben geschenkt. Wenn wir am Abend einschlafen, wird uns die übrige Zeit nicht

gutgeschrieben. Was wir an diesem Tag nicht gelebt haben, geht verloren. Das Spiel kann jederzeit beendet werden, ohne Vorwarnung. Was machen Sie mit Ihren täglichen Stunden, Minuten und Sekunden? Sind sie nicht viel mehr wert als die gleiche Menge in Geld? Wie viel investieren Sie in sich und die Selbstliebe? Wie viel gönnen Sie sich jeden Tag? Anastasia sagte mir immer wieder: »Genieße jede Sekunde deines Lebens, damit es nicht zu traurig wird, wenn du zu den Engeln gehst und das Verlorene bereust.«

Im Sommer starb meine geliebte Urgroßmutter. In der ehemaligen UdSSR beerdigte man Menschen ohne Hilfe von Bestattungsinstituten. Der Verstorbene wurde drei Tage lang in der Wohnung aufgebahrt, damit sich die Seele von dieser Welt verabschieden konnte. Alle Spiegel in der Wohnung wurden verdeckt, damit er nicht erschrickt. Die Uhren wurden ebenso angehalten. Der Verstorbene lag in einem Sarg, der auf zwei Stühlen fixiert und von unten mit Eis gekühlt wurde. Jeder durfte zu Besuch kommen, um seine Anerkennung und seinen Dank zu zeigen.

Viele Menschen kamen, um sich von Anastasia zu verabschieden. Nach drei Tagen trug man den Sarg auf die Straße und stellte ihn vor den Hauseingang. Die Verstorbene lag friedlich in ihrem Sarg, neben ihr lagen all ihre Medaillen und Orden sowie viele Blumenkränze und -sträuße. Es gab unzählige Nelken und Rosen. Als Fünfjähriger wusste ich, dass das Unglück unser Haus besuchte. Ich wusste auch, dass ich meine Uroma nicht mehr sehen würde. Meine Mutter brachte mich zu ihrer Freundin Lubow in das Nebenhaus. Ich sollte für die Zeit des Abschieds dort bleiben. Doch ich ging wieder zum Sarg zurück und berührte meine Uroma zärtlich an der Hand. Es waren Hunderte Besucher da. Viele der Menschen, die sie geheilt und denen sie geholfen hatte, standen im Hof.

Schließlich kam ein offener Lastwagen. Die Trauergemeinschaft drapierte den Boden des Anhängers mit Wandteppichen aus der Wohnung und platzierte

anschließend den Sarg darauf. Die Blumen und Kränze wurden ebenso auf ihn befördert, woraufhin sich der Lkw in ein Rosen- und Nelkenmeer verwandelte. Er fuhr los. Die Familie durfte mitfahren, während die Besucher zu Fuß folgten. Die ganze Straße war voller Menschen, ein kleines Orchester spielte Abschiedsmusik. Alle weinten.

Eine große Seele war von uns gegangen. Meine Oma Walja sagte, dass Anastasia weiterhin bei uns sei und uns als Engel beschütze. Nach der Beerdigung gab es einen Leichenschmaus. Dabei unterhielten sich alle angeregt über Anastasias Leben und ihre Arbeit. Es gab reichlich zu essen und zu trinken. So ging es drei Tage lang, bis unsere Wohnung irgendwann menschenleer war.

Wochenlang ging ich in Anastasias Zimmer, denn ich vermisste sie sehr. Ich legte mich auf ihr Bett und sprach mit ihr. Eines Tages sah ich dort eine Lichtgestalt. Sie umarmte mich und berührte mich am Herzen. Ich erzählte es meiner Mutter. Sie sagte nur: »Das ist Anastasia, dein Schutzengel. Sie bleibt bei dir.«

Als Kind war ich anders und hatte Freunde, die nicht jeder haben wollte, darunter zwei Jungen, die zu den Sinti und Roma gehörten. In Usbekistan lebten damals mehr als 200 000 Angehörige dieser Volksgruppe. Sie zogen durch die Sowjetunion, wobei sie in der Regel mit ihren Wägen an Feldern hielten. Die Frauen gingen in die Stadt, um den Passanten Karten zu legen oder aus der Hand zu lesen, während die Männer sich bei Bauern als Tagelöhner verdingten. Abends veranstalteten sie Musikabende. Meine Mutter hatte Angst, dass ich von ihnen entführt werden könnte, und ließ mich nicht ihre mobilen Häuser aufsuchen. Doch eines Tages tat ich es. Ich spielte zusammen mit den beiden Jungen auf einer Wiese. Wir fingen Marienkäfer, die wir danach wieder frei ließen. Als ich am Abend nach Hause kam, schaute mich meine Mutter an und sagte: »Deine Selbstliebe und deine

Selbstverantwortung sind so weit.« Ab diesem Moment ließ mich meine Mutter mit den Sinti und Roma spielen. Schon damals war ich an Magie interessiert und bastelte mit ihnen sogenannte Zigeunerbeutel. Sie sollen Schutz, Selbstliebe und Glück bringen. Ich schenkte einige dieser Beutel meinen Freunden und Familienmitgliedern, was mir große Freude bereitete. Ich fühlte mich dabei stark und empfand Liebe zu meinen Mitmenschen und zu mir selbst. Es erfüllte mich mit Stolz, etwas für andere zu tun.

Einen »Zigeunerbeutel« anfertigen

- Nehmen Sie ein Stück schwarze oder rote Baumwolle und nähen Sie einen kleinen Beutel daraus.
- Legen Sie anschließend Lorbeerblätter, einen Knochen oder eine Muschel, einen beliebigen Edelstein, eine Münze und etwas Salz hinein. Binden Sie ihn dann mit einer dünnen Schnur zusammen. Fertig ist der Beutel.
- Tragen Sie ihn bei sich, wenn Sie Schutz benötigen oder Ihre Selbstliebe unterstützen wollen. Der Beutel basiert auf den Elementen der Natur und wirkt augenblicklich bei Trauer und seelischen Schmerzen. Er ist zudem in der Lage, Geld und Gesundheit anzuziehen.

Die Mutter meiner beiden Freunde verdiente ihr Geld, indem sie Karten legte und aus den Händen las. Auch das durfte ich öfter miterleben. Sie hatte ein gutes Gespür für Menschen, war verwitwet und musste für ihre ganze Familie sorgen. Das tat sie mit großer Hingabe. Irgendwann zogen die Sinti und Roma weiter – wir sollten uns nie wieder sehen. Als die Zeit des Abschieds kam, weinten wir alle. Wir umarmten uns und wünschten uns Glück für das weitere Leben. Als Abschiedsgeschenk gab ich meinen beiden Freunden zwei Modellautos aus Metall, die ich einmal von meinem Vater geschenkt bekommen hatte. Es waren kleine,