

Leonila Mathis

Im Leben aufgewacht!

Die Seele führt dich in die Freiheit.

INHALT

Vorwort	9
Die Evolutionskraft in der Schublade.....	13
Das Huhn und das Ei	18
Begegnung mit außergewöhnlichen Freunden.....	27
Hinter Raum und Zeit	36
Deine beste Form	45
Das göttliche Verhältnis	53
Die Treibende Kraft.....	58
Der unsichtbare Wegführer.....	65
Karma	68
Der Mönch in der Erde	72
Wie du dich von Ängsten befreist	76
Akasha	79
Streben nach Glück	83
Wenn die Tierseele spricht	91
Die Lebensaufgabe	96
Die Seele folgt einem Plan	103
Liebe über Dimensionen hinweg	111
Mitgefühl	113
Die Libelle	119
Dimensionsebenen.....	126
Das Labyrinth	131
Universelle Gesetzmäßigkeiten	134
Energiespiralen	153
Die Macht der Drei.....	161
Wie Heilung entsteht	169
Das intelligente Lichtnetz.....	171
Das Geheimnis des Momentes	175
Krankheit und Schmerz	180
Der Heiler in dir.....	184
Dein Geistiges Team	193
Dein Geistführer	194
Krafttiere.....	197
Der Weg zur Tiefenentspannung	205
Die Kunst des Stillwerdens.....	207
Meditation.....	210
Trance	212
Verbindung und Erdung.....	221
Fremdbeeinflussung	227
Klärung der Energie.....	231
Dein Höheres Selbst.....	239
Finde dein Licht.....	241
Seelenanteile.....	243
Ein Blick hinter den Spiegel	249

VORWORT

Ich schließe meine Augen, erinnere mich. Vergangene Bilder ziehen vorbei. Ich nehme wahr, spüre, sehe mehr als zuvor, viel mehr! Sehe meine alten Freunde aus der geistigen Welt wieder. Erinnere mich, dass es keine Phantasie war. Ich merke, dass ich mich beeilen muss, zuhören soll. Vieles, was ich in der Vergangenheit gelernt habe, hat für mich seinen Wert verloren. Ein neues Weltbild ist entstanden, das außerhalb der gesellschaftlichen Matrix existiert. Es ist keine neue Welt. Sie besteht schon lange. Jetzt beginnt sie sich zu öffnen. Stück um Stück, so weit und so schnell, dass ich es gerade noch erkennen und verarbeiten kann. Kein Suchen mehr. Das tat ich ein halbes Leben lang. Jetzt bin ich bereit. Es hat mich gefunden – es ist meine Lebensaufgabe. Schon vor Jahren, doch ich zweifelte. Zu sehr ließ ich mich auf Meinungen und Reaktionen anderer ein. Wollte dazugehören, geliebt sein, scheute Konflikte. Ich erkannte, dass meine Aufgabe nicht darin besteht angenehm zu sein. Doch hättest du mir das damals erzählt, wäre ich schreiend davongerannt. Vielleicht sind meine Worte dir angenehm. Es kann jedoch passieren, dass du dich davon unangenehm berührt fühlst. Mitgefühl ist das was ich bin. Zugleich kann ich unangenehm sein. Das ist so. Denn ich weiß, dass jedes Unangenehme, was in dir aufsteigt, eine Chance ist, eine Blockade zu lösen und dich im Aufwachprozess zu begleiten. Ich nehme diese Chance wahr und stelle mich der Herausforderung.

Es ist die Zeit gekommen das auch du dich an das erinnerst, was du kannst, wer du bist und welche Möglichkeiten in dir stecken von denen du nicht im Traum etwas geahnt hast. Vieles will an die Oberfläche treten, eine Form erhalten und mitgeteilt werden. Ich spreche von einer für Viele noch unverständlichen Welt mit vielen Fragezeichen. In der Wunder Alltag sind. Heilung von körperlichen und geistigen Krankheiten jeglicher Form möglich ist. Nicht durch Glauben, sondern durch Wissen und die Hingabe an Gott, die Schöpfung, die Quelle oder wie immer du es nennen magst – die höchste Instanz.

Die Zeit des Erwachens ist jetzt. Es ist Zeit sich vom Zweifel zu verabschieden. Stattdessen den Begebenheiten zu lauschen, die uns im Herzen berührt haben und es weiterhin tun, um uns die Richtung zu weisen. Mutig zum Sein. Es sind nicht nur wir, sondern auch die Erde und der ganze Kosmos, der uns in die Richtung zieht, die unausweichlich ist. Es ist ein Anfang und ein Ende gleichzeitig.

Dieses Buch ist eine Aufforderung aus Vergangenen zu reifen. Denn wir müssen reifen um ernten zu können. Ich würde lügen, wenn ich dir sagen würde, dass der Aufwachprozess einfach ist. Es ist nicht so und es gibt auch keine Abkürzung. Beginnst du jedoch zu verstehen – und ich meine nicht intellektuell, sondern so wirklich mit deinem ganzen Wesen – beginnt sich alles zu fügen. Beginnst du die Schritte zu gehen, die der Prozess dir auferlegt, wird es leichter werden. Das wirst du jedoch nur herausfinden, wenn du dich darauf einlässt. Tun und Sein sind unausweichlich miteinander verbunden.

In diesem Buch kannst du mit mir auf eine Reise gehen, auf der du nicht nur herausfinden wirst, was du kannst, sondern auch wer du wirklich bist und welche unglaublichen Möglichkeiten in dir stecken. Ich lade dich ein, dich auf die Suche zu machen nach deinem persönlichen Lebensdrehbuch. Es ist eine Geschichte, die dich in die Vergangenheit führt, um das Jetzt zu verstehen. Eine Reise, die dich in ein völlig neues Zeitalter der Zukunft eintauchen lässt, wenn du es richtig anstellst.

Ich danke allen wunderbaren Seelen, die mich in den vielen Jahren begleitet haben. Den Verstorbenen und den Lebenden gilt meine tiefe Dankbarkeit. Allen Menschen, die mich jetzt auf dem Weg mit ihrer Liebe begleiten, möchte ich mit diesen Worten eine Herzumarmung schenken. Danke meiner Familie, meinen Kindern, dass ihr den Mut, den Willen und die Stärke habt in liebevoller Verbundenheit mit mir den Weg zu gehen.

Die Evolutionskraft in der Schublade



Der Grad an energetischer Verdichtung lässt dich vergessen, wer und was du bist. Umso empfänglicher wirst du für Glaubensvorstellungen und Meinungen anderer. Es ist ein wenig wie bei einem Kuchen: Je mehr Zutaten, desto dichter und kompakter wird er. Genauso ist es auch mit unserem Energiefeld. Wenn wir uns zu vielen verschiedenen Glaubensvorstellungen und Meinungen anderer hingezogen fühlen, vergessen wir leicht, wer und was wir wirklich sind. Wir werden zu einem leckeren, aber auch sehr dicht gepackten Energiekuchen, der uns dazu verführt, nur noch das zu glauben, was andere glauben. Dabei ist es eigentlich unser Bewusstsein, das darüber entscheidet, was wir verstehen. Darum ist es wichtig zu verstehen, dass wir unser Bewusstsein entwickeln müssen, um die Fähigkeit zu bekommen, uns selbst und die Welt um uns herum zu verstehen.

Auf der dreidimensionalen Ebene, in die wir hineingeboren wurden, gibt es viele Dinge, die Einfluss auf unser Bewusstsein nehmen. Es stellt sich also die Frage: «Wer oder was bin ich wirklich?» Bei 7,53 Milliarden Menschen auf dieser Erde, haben wir eine große Auswahl an Sichtweisen. Da kann man schon mal den Überblick verlieren. Die Familie oder das Umfeld, in das du hineingeboren wurdest, überträgt dir bestimmte Sichtweisen. Man bekommt sie sozusagen geliehen, um in die Welt hinaus zu gehen.

Aus der 3D Betrachtung sind die fünf Sinne des physischen Körpers die wichtigsten Werkzeuge der Wahrnehmung – fühlen, hören, riechen, sehen, schmecken. Sie bilden die Grundbausteine für alle grobstofflichen Erfahrungen. Diese benötigen wir, um leben zu können und für andere sichtbar zu sein, zumindest für den schlafenden Menschen.

Aber... begrenzen wir uns auf das einfache Hören mit den Ohren, heißt das noch nicht, dass wir in der Lage sind zuzuhören. Konzentrieren wir uns beim Sprechen auf die perfekte Aussprache von Wörtern, heißt das noch lange nicht, dass wir verstanden werden.

Das gesellschaftliche System ist ein sehr komplexes Geflecht aus verschiedenen Regierungsebenen, Machtstrukturen und Ideologien, die sich in jeder Gesellschaft unterscheiden. Es ist ein System, das sich ständig verändert und anpasst, um sicherzustellen, dass die Bedürfnisse von gewissen Personen in dieser Gesellschaft erfüllt werden. Eine Regierung ist in der Regel für die Entwicklung und Umsetzung der staatlichen Richtlinien und Gesetze verantwortlich. Diese Regierung kann auf verschiedene Weise gebildet werden, abhängig von der Art des gesellschaftlichen Systems. In einigen Fällen können alle Bürger direkt an der Regierung teilnehmen, während in anderen Fällen eine Gruppe von Personen die Regierung bildet. In einigen Gesellschaften kann es auch eine Monarchie geben, in der eine Person die alleinige Herrschaft über das Land hat.

Egal, ob ein System direkte Demokratie, eine Republik, eine Monarchie oder eine andere Form der politischen Struktur hat, es ist wichtig, dass die Menschen, die das System regieren, die Interessen und Bedürfnisse der Bevölkerung berücksichtigen und ein Gleichgewicht zwischen den verschiedenen Interessengruppen schaffen. Unser gesellschaftliches System kann man sich am besten als eine Pyramide vorstellen. An der Spitze thronen eine kleine Elite, die die Geschicke des Landes und des Systems lenkt. Diese Elite hat die Macht und die Mittel, um zu bestimmen, was gut und was schlecht für das Volk ist. Sie hat den Einfluss und die Autorität und Macht, um sich auf Kosten des Volkes zu bereichern. Es ist kein Geheimnis, dass sich der größte Reichtum an der Spitze der Pyramide befindet. Nur von dort aus können die Spielregeln des Systems geändert werden.

Unten am Boden der Pyramide befinden sich die meisten Menschen. Sie haben am wenigsten Macht und Einfluss und auch keine Möglichkeit, die Regeln des Systems zu ändern. Sie sind am stärksten von den Entscheidungen der Elite betroffen. Der Boden der Pyramide muss die größten Opfer bringen, wenn es zu Veränderungen kommt. Zusammengehalten wird das Ganze durch ein Konstrukt aus Gesetzen.

Es gibt sehr viele dunkle Wesen, die sich dieses Systems bedienen und Profit schöpfen. Was sie wollen, ist die Menschen zu versklaven und auszubeuten. In diesem System ist selbständiges Denken nicht gewünscht.

Es ist nicht nur eine Pyramide, sondern auch ein Gefängnis, in dem die Menschen an der Unterseite festgehalten werden. Sie haben nur wenig Macht und Einfluss, um sich gegen die Oberschicht und gegen die Ungerechtigkeiten zu wehren, die sie erleiden müssen. Die einzige Hoffnung, die sie haben, ist, dass die Menschen an der Spitze der Pyramide sich der Ungerechtigkeiten bewusstwerden und sich entscheiden, etwas zu ändern.

Wie ist es möglich, dass so wenige Menschen so vielen vorschreiben können, was sie zu tun haben? All das funktioniert nur, weil wir von klein auf lernen diesem Konstrukt zu folgen. Da wir die vielen Vorschriften so indoktriniert bekommen haben, glauben viele, diese seien tatsächlich ihre eigene Meinung. Halten wir uns nicht daran, folgt Strafe. Bildlich kann man es sich wie eine Kommode mit vielen Schubladen vorstellen.

Das Denken in Schubladen ist eine Methode, die Menschen nutzen, um den Komplexitäten der Welt und der verschiedenen Situationen, mit denen wir konfrontiert werden, zu begegnen. Es ist eine Art von vereinfachendem Denken, bei dem wir die Welt in Kategorien einteilen und versuchen, Verhaltensweisen, Einstellungen und Ideen in Schubladen zu packen. Das Denken in Schubladen ist ein einfacher Weg, um sich in einer komplexen Welt zurechtzufinden, aber es ist auch eine sehr begrenzte Perspektive, die uns daran hindert, unsere Komplexität und Vielfalt vollständig zu verstehen und zu leben.

Wenn wir uns selbst und andere Menschen in Schubladen einsperren, verlieren wir den Blick für die Tatsache, dass jeder Mensch einzigartig ist und viele verschiedene Facetten hat. Wir verlieren den Blick für die Tatsache, dass es viele verschiedene Sichtweisen auf die Welt gibt und dass die Komplexität der Welt manchmal schwer zu verstehen ist. Stattdessen begrenzen wir uns auf eine einzelne Sichtweise und versuchen, alles in Schubladen zu packen. Dies ist ein sehr begrenzter Ansatz, der es uns nicht ermöglicht, tiefer in unsere eigene Welt einzutauchen.

Um das Denken in Schubladen zu überwinden, müssen wir uns die Zeit nehmen, uns selbst und andere Menschen tiefer zu verstehen. Wir müssen uns die Komplexität der Welt bewusst machen und uns davor hüten, alles in Schubladen zu packen. Erst wenn wir diese Dinge verstehen, können wir beginnen, frei von Schemata zu denken und uns eine beträchtlich größere und reichere Welt zu erschließen.

Unsere Gedankenvorgänge haben eine starke Verbindung zu unserem Gesellschaftssystem. Solange wir uns mit der Matrix der Pyramide identifizieren, wird unser Gedankengut sich danach ausrichten. Man landet quasi unabsichtlich in einer Schublade, nicht nur durch andere, sondern auch durch sich selbst. Diese hat eine Beschriftung z. B. «krank», «kriminell», «systemrelevanter Arbeiter» oder «Führungskraft». Die Schubladen sind nötig, um diese Pyramide zu erhalten. In der Hoffnung zu genügen, oder noch schlimmer, geliebt zu werden entstehen der Leistungsdruck und der Perfektionismus. So springen die meisten von Schublade zu Schublade in der Hoffnung, die Beste zu erwischen. Diese werden aber nicht von dem betreffenden Menschen geöffnet, sondern von Personen, die um den Menschen herum sind und die Macht dazu besitzen, den Vorgesetzten. Es gibt keine freie Wahl in diesem System. Vielmehr nur einen Lebenskampf, in dem jeder dazu bereit ist, den anderen in eine Schublade zu stecken.

Dieses System funktioniert, weil die meisten Menschen in einem tiefen Bewusstseinsschlaf liegen und diesem System blind folgen, weil sie keine Alternative sehen.

Es gibt eine Möglichkeit da herauszukommen. Aus diesem beengten Gefängnis auszusteigen. Durch die Entwicklung höherer Qualitäten, die das Menschsein bietet. Dort existiert der freie Wille, freie Energie, genug Nahrung und freier Zugang zu Wissen im Überfluss. Die Entwicklung von Mitgefühl, Achtsamkeit und Stille fördert unsere sensitive und mediale Wahrnehmung. Die Aktivierung des Dritten Auges spielt eine zentrale Rolle beim Erschaffen einer neuen Zukunft, die frei von Unterdrückung funktionieren kann. Was gelernt werden muss, ist der Umgang mit seinen Gedanken und Gefühlen.

Hast du schon versucht nichts zu denken? Eine wahre Herausforderung, oder? Gedachte, geschriebene und gesprochene Worte transportieren Energie. Nutzen wir alle Möglichkeiten! Doch zuerst müssen wir ein großes Problem lösen.

Die Wahrheit ist schockierend! Fernab von Bewertung liegt sie stumm direkt in dir. Immer allzeit bereit dich aufzuwecken – dich zu desillusionieren! Willst du in dieser Pyramiden-Matrix bleiben, wird die Frustration ein sicherer Begleiter sein. Denn egal was du tust, alles ist nichts im Gegensatz zur Wahrheit. Du kannst sie ignorieren, doch die elementare Wahrheit macht sich immer wieder auf verschiedene Weisen bemerkbar. Sie kann sich als leiser Ruf der Seele zeigen in Form eines Gedankens, der dir sagt: das kann es doch nicht gewesen sein? Oder die Sehnsucht nach Liebe, die dich auffrisst. Vielleicht fühlst du dich allein in der Masse von Menschen oder bist traurig und weißt nicht warum... oder du wirst krank.

Das System ist ein ausgeklügeltes Gebilde der Macht. Das große Problem ist, dass die meisten vergessen haben wer sie sind. Darum ist es ihnen nicht möglich zu verstehen, solange sie schlafen. Das liegt daran, dass die Sichtweise aus der Wahrnehmung entsteht. Was wir erkennen können, hängt von der Entwicklung unserer Sinne ab. Die groben Sinne einsetzen zu lernen ist vergleichsweise einfach, denn wir erhalten Hilfe, durch unser Umfeld. Doch wir besitzen noch weitere Sinne, die übersinnlichen. Wir alle haben die Möglichkeit der Weiterentwicklung in uns. Das ist die Evolutionskraft. Sie treibt uns an, Neues zu entdecken und zu einer weiteren Stufe unseres Selbst aufzusteigen. Ob wir davon Gebrauch machen, hängt von einer simplen Entscheidung in uns ab. Hier begegnen wir einer universellen Gesetzmäßigkeit: dem freien Willen!

Die große Herausforderung des Lebens, die du meistern musst, ist das Vergessen. Mit dem Vergessen kommt die Gewohnheit. Wir haben viel Zeit, uns den grobstofflichen Sinnen, dem Erlernen von Essen, Hören, Sprechen, Lesen, Schreiben, Rechnen, Singen, Bewegen, Zeichnen... zu widmen. Basierend darauf lässt sich eine Bauernschlauheit entwickeln. Sie ist grob und instinktiv. Sie mag schlau erscheinen, ist jedoch nur in kleinem Masse wirklich intelligent. Erst durch höheres Streben beginnt das Entdecken der Komplexität. Wir verlassen die Perspektive, den Körper als Tempel zu sehen, um mit ihm aufzusteigen in ein höheres Bewusstsein.

Das Vergessen birgt die Gefahr, in diesen Dingen stecken zu bleiben. Alles kreist dann um die groben Sinne und Bedürfnisse des materiellen Lebens, wie Essen, Schlafen, Familie, Haus, Geld, Vergnügen... und die Bildung darüber.

Die Ganzheit eines Jeden in seinem persönlichen Sein ohne Manipulation liegt außerhalb des gewohnten Systems verankert. Die Möglichkeiten sind um ein Vielfaches mehr dort.

Ich spreche hier von unserer Zukunft. Einige Veränderungen stehen an. Sie sind groß und mächtig.

Das Huhn im Ei

Es ist früh morgens. Die ersten Sonnenstrahlen scheinen durch das große Fenster neben dem Bett. Lucia ist gerade aufgewacht. «Ohhhhh... ich habe vergessen die Vorhänge zu ziehen!» Stöhnend dreht sie sich auf die andere Seite. Sie hatte eine sehr unruhige Nacht und konnte erst spät einschlafen. Und jetzt auch noch das. «Wach mit den Hühnern.» Benommen reibt sie ihre Augen. Das Gespräch mit ihrem Vater am Vorabend hallt durch ihren Kopf. Immer und immer wieder wie ein Mantra erklingen seine Worte. Ohne Rücksicht hatte er sie ihr entgegen geschmettert. «Du musst jetzt wieder stark sein. Ich habe Krebs.»

Neben dem Bett steht ein schwarzer Klappstuhl. Schon lange wollte sie sich ein schickes kleines Tischlein im Barock-Stil kaufen das dem Schlafraum eine stilvolle Note geben würde. Doch sie hatte noch nicht die Zeit dafür gefunden. Noch etwas benommen tastet sie auf dem Stuhl herum. Gestern hatte sie ihr Handy dort hingelegt. Plötzlich ertönt ein dumpfer Knall gefolgt von einem harten «knack». Lucia ist plötzlich hellwach! «Oh Nein, nicht mein Handy!» Zischt sie vorausahnend zwischen den zusammengebissenen Zähnen hervor. Sie greift sich an den Kopf, als ob es helfen würde ihre quälenden Gedanken zu stoppen.

Da liegt es mit der Oberseite nach unten. «Warum muss es eigentlich immer auf die Scheibe fallen!»

Schon als kleines Kind fragte sie sich wie es zustande kam, dass ihr dick bestrichenes Brot mit Nougat Creme immer mit der Schokoladenseite auf den Boden fiel. «Willst du mich ärgern Universum?!»

«Stark sein, dass kenne ich schon.» Ihre Mutter starb, als sie zehn Jahre alt war. Es war ein dummer Autounfall, wurde ihr erzählt. Lucia holt tief Luft und richtet sich auf. Sie fühlt sich wie ein schwerer Sack Kartoffeln. Alles scheint so unwirklich.

Bereit, einmal mehr der Wahrheit in die Augen zu blicken, greift sie nach dem Handy. Ein großer Riss verläuft direkt durch die Scheibe des teuren, nagelneuen Gerätes.

«Typisch! Das passiert immer mir!» Die Wut wich langsam der Enttäuschung über sich selbst und über die ganze Welt mit ihren unfairen Spielen.

Sie lässt sich zurück in ihr Kissen fallen und zieht die Decke bis über die Nasenspitze. «Das ist ein schlechtes Zeichen. Am besten ich bleibe heute zuhause!»

Eine Stunde vergeht. Das Handy beginnt plötzlich in ihrer linken Hand zu vibrieren. Begleitet von dem sanften Harfenton, der sie immer von Montag bis Freitag weckt. «Du musst jetzt stark sein! Diesen Luxus kannst du dir nicht leisten, einfach im Bett zu bleiben.»

Das war das ultimative Argument. Sie quält sich widerwillig aus dem Bett. «Kaffee hilft!» Mit einer großen Handbewegung wischt sich Lucia eine große, dunkelbraune, von den Tränen der Nacht verklebten Haarsträhne aus ihrem Gesicht. Barfuß hastet sie in kleinen Schritten zur Kaffeemaschine. Sie spürt die Salzkruste auf ihren Wangen.

Gekonnt schubst sie aus dem großen Glas neben der Kaffeemaschine eine Kapsel heraus. Mit dem lauten Rattern steigt auch schon ein herber Kaffeeduft in Lucias Nase und mit ihm Erinnerungen an ihre Kindheit. Der Duft wirkt beruhigend auf sie. Ihre Großmutter hatte damals, als sie noch lebte, einen kleinen Barbetrieb direkt am Markplatz in Palermo. Lucia verbrachte nach dem Tod ihrer Mutter viel Zeit in der Hauptstadt Siziliens, die an einer Bucht der Nordküste liegt. Ihre Nonna hatte die gleichen Augen wie ihre Mutter und auch Lucia. Sie waren strahlend grün, groß und mandelförmig. Ein starker Kontrast zu ihren langen, dunkelbraunen Haaren, die ihr Gesicht umrahmen. In Sizilien sind grüne und blaue Augen in Kombination mit brauner Haut und dunklen Haaren Alltag. Doch in der Schweiz, wo sie lebt, scheinen es die Leute für außergewöhnlich zu

halten. Oft wurde sie deswegen angesprochen. Was anfänglich schmeichelnd war, wurde mit der Zeit nur noch nervig.

Bei Nonna gab es den besten Kaffee und die feinsten Dolcini, kleine, gebackene Köstlichkeiten. Ihre Süßigkeiten waren gefüllt mit Ricotta einer Pistazien- oder Vanillecreme. Fröhlich, bevor der Markt um 09:00 Uhr öffnete, kamen viele Marktbetreiber, um sich vor dem Ansturm der Menschen und dem langen, heißen Tag zu stärken. Durchdringender Zigarettenrauch erfüllte den Raum, es war laut und der Schweiß von vergangenen Stunden, Tagen und Wochen lag in der Luft. Es bildete sich morgens immer eine Menschenschlange, die bis auf die Straße hinaus reichte, denn es hatten knapp vier Personen Platz im dunklen, kühlen Lokal. Die neuesten Informationen über Politik samt Klatsch und Tratsch waren heiß begehrt. Besonders am frühen Morgen, wenn es noch nicht so heiß war, sorgten Neuigkeiten für einen erfolgreichen Markttag. Erste Geschäfte fanden bereits dort, während sie den heißen Kaffee tranken, ihren Abschluss.

Die meisten Menschen waren herzlich und hilfsbereit. Sie fühlte sich immer sehr geborgen dort, wo sie viele Cousinen hat. Die meisten kennt sie nur vom Hörensagen und ehrlich gesagt hat sie schon immer an den verwandtschaftlichen Verbindungen gezweifelt. «So viele Cousins kann kein Mensch auf der Welt haben.» Ein verschmitztes Lächeln huscht über ihre Lippen. Der heiße Kaffee brannte leicht in ihrem Mund. Jeden Morgen kamen die Marktaussteller um ihr schwarzes Gold zu trinken.

Sie begrüßten Lucia immer liebevoll, leidenschaftlich und laut mit einem herzlichen «Ciao bella vita mia!». Sie gaben ihr das Gefühl sehr schön zu sein und ohne sie nicht leben zu können. Es hatte Vorteile so Viele zu kennen. Gut vernetzt zu sein bedeutete einen Schutz vor der Mafia zu haben. Ganz Ruhe hatte aber auch meine Nonna nicht, denn sie musste Schutzgeld bezahlen wie alle anderen auch. Wir hatten aber keine weiteren Probleme und die Mafia selbst schätzte ihren Kaffee und ihr Süßes. Kurz, schwarz, aromatisch und unglaublich stark mit der richtigen Süße! So verhalf uns Nonnas Leidenschaft zu Ansehen auch in Palermos Unterwelt.

Als Kind glaubte Lucia lange daran, dass Kaffee und Süßes der Grund dafür waren, dass ihre Großmutter plötzlich nach vielen Jahren kein Schutzgeld mehr zahlen musste. Später wurde ihr jedoch klar, dass es kein dummer Zufall war, dass ihre Mutter unmittelbar zuvor in Palermo bei einem Autounfall ihr Leben ließ. Es gab eine große Schießerei auf der Straße. Die Mafia war daran beteiligt. Es war überall in den Medien. Das wirklich einzige Dumme war, dass ihre Mutter zum falschen Zeitpunkt am falschen Ort durchfuhr. So brutal die Mafia auch war, sie sorgten für ihre «Familie». Meine Nonna war ein Teil davon geworden und wir mit ihr.

Wie ihre Großmutter liebt sie es morgens als erstes einen Espresso zu trinken. Sie war zehn, als sie ihren ersten trank. Das war der Beginn einer langjährigen Liebe. Ein Ritual für einen guten Start in den Tag. So wie es ihn in Sizilien gibt, versteht sich. Ein Herztöter, für den es einen Waffenschein braucht, wie es ihre beste Freundin immer lachend nannte. Wenigstens war genug davon da. Sie gönnte sich gleich einen Zweiten und fühlte sich bereit für den Tag. OK, vielleicht etwas überdreht aber bereit für die Welt da draußen.

Lucia hatte an diesem Tag viel vor. Abends war sie zum Essen und einem Glas Rotwein mit Freunden verabredet. Wie jeden Donnerstag. Ein Blick in die Agenda des zerschundenen Handys verriet ihr, dass die nächsten vier Wochen verplant waren. Da war der Frisör, der Einkaufsbummel mit der Freundin, dreimal die Woche Fitness im Gym, Essen beim Vater und der Fotokurs, den sie geschenkt bekommen hatte zu ihrem 30. Geburtstag. Eigentlich wollte sie diesen nicht machen, doch ihre Freundin war so begeistert als sie ihr das Geschenk überreichte, dass sie sie nicht enttäuschen wollte. «Du musst stark sein».

Die Farbe weicht aus ihrem Gesicht als plötzlich ihr Herz wie aus dem Nichts wie wild zu pochen beginnt. Da... ein Aussetzer des Herztaktes! «Was passiert da gerade mit mir?» Etwas erschrocken

lauscht sie dem Rhythmus ihres Herzens weiter, in der Hoffnung einen einmaligen Ausrutscher festzustellen. Und tatsächlich hört sie nur noch ein gleichmäßiges Schlagen ihres Herzmotors. «War wohl ein Herztöter zu viel», denkt sie mit einem schlechten Gewissen wegen des zweiten Kaffees. «Genug Zeit verplempert, ich muss los!» Sie stürzt in die Dusche. Eine Stunde später ist sie auch schon aus dem Haus.

Das schlechte Gewissen war verstummt. Es folgten noch sechs weitere kurze Schwarze im Lauf des Tages und eine gute Flasche Amarone-Wein, mit der sie den Tag zusammen mit Paul, Francesca, Nevio und seiner Freundin Sybille beendet.

Wieder zuhause, lässt sie sich müde in ihr bequemes Kingsize-Bett fallen. «Das habe ich mir verdient». Sie streicht ihre schwarzen Pumps von den Füßen und lässt sie auf den Teppich plumpsen. Dann tut sie etwas, was sie sonst nie tut. Sie schläft mit geschminktem Gesicht und noch komplett angezogen ein.

Ein heftiger Ruck in ihrer Brust reißt sie aus dem Schlaf. Das Herz pocht erneut wie wild. Dazwischen scheint es immer wieder einen Schlag auszusetzen oder doppelt zu schlagen. Kein regelmäßiger Rhythmus, sondern als ob eine etwas chaotische «Guggenmusik» am Faschingsumzug von einigen Gläsern Alkohol zu viel ihre letzten Töne nach einem langen Tag spielt. Etwas schief und ab und an neben der Spur.

Beunruhigt und ängstlich schaut Lucia auf die Uhr. Der sanft in Grün leuchtende Funkwecker scheint die Minuten in unglaublich langen Abständen zu zählen. «Soll ich den Notarzt anrufen?» Mit Schlafen scheint es definitiv nichts mehr zu werden. «Was passiert mit meinem Vater, wenn ich nicht mehr da bin?» Entschlossen, stark zu sein, wenn nicht für sich, dann für ihren Vater, entscheidet sie sich gegen einen Anruf beim Notfalldienst. Stattdessen hört sie ihrem Herzen so genau zu, wie sie es zuvor noch nie gemacht hatte. Das Beobachten scheint eine gute Wirkung auf ihren Körper zu haben. So allmählich beginnt er seinen natürlichen Rhythmus wieder zu finden.

Mittlerweile sind sechs Stunden vergangen und der erste Morgensonnenstrahl beleuchtet den teuren, blauen Samtvorhang an ihrem großen Schlafzimmerfenster. «Was für ein schönes Blau!» Fällt ihr auf. Die Sonne scheint dem Samtstoff zu schmeicheln. Ein Hauch von Freude steigt in ihr hoch. Nach sechs Stunden Beobachten des Herzens bemerkt sie, dass sie auch ihre Gedanken beobachten kann. Etwas erstaunt und froh über die neue Wendung, ist sie neugierig geworden. Ein Gedanke, der direkt den Impuls aus ihrem Herzen zu empfangen scheint, steigt in Lucia auf: «Heute gönne ich mir den Luxus von etwas Neuem. Zuhause zu bleiben und dem Rhythmus meines Herzens zu lauschen.»

Ein Gedanke, der sich nicht mehr verrückt anfühlt. Vielmehr empfindet sie einen tiefen, inneren Frieden darin. Lucia erinnert sich an die Worte ihrer Großmutter. Jeden Morgen bei Sonnenaufgang gingen sie gemeinsam zum Hühnerstall der neben dem Haus lag. Es waren dort so um die 30 Hühner. Die gesammelten Eier gaben sie der Bäckerei ab, die uns die wundervollen Dolcinis backte. «Das Leben ist wie ein Ei.» Sagte Nonna mit sanfter, wohlwollender Stimme zu Lucia. «Du sitzt wie ein Küken darin. Bist du verärgert oder ängstlich, ist das eine kleine Welt. Deine Aufgabe ist es stark zu werden und zu wachsen um die Schale zu durchbrechen.» Diese Worte schienen in ihr ein Tor zu öffnen von dem sie bis jetzt nichts gewusst hatte.

Alles was du kennst, tust, womit du dich identifizierst, befindet sich metaphorisch in diesem Ei. Was außerhalb der Schale passiert, gelangt nicht hinein solange du die Situation nicht veränderst und die Schale mit eigener Kraft durchbrichst. Ab und an ist eine Lichtveränderung drinnen wahrnehmbar. Doch dass dort draußen etwas weitaus Größeres existiert, scheint ein verrückter Gedanke. Das wahrnehmbare Licht, es ist wie ein undefinierbarer Schleier.

Du wächst in diesem Ei heran, bis du irgendwann so groß bist, dass du die Kraft hast, die Eierschale zu durchbrechen. Du hast zwei Möglichkeiten. Entweder du beginnst die Eierschale mit deinem

Werkzeug aus eigener Kraft aufzubrechen oder du stirbst und lässt die Körperhülle hinter dir. Die Eierschale bricht dann automatisch durch den Tod auseinander.

Um den Tod müssen wir uns nicht kümmern. Der kommt zu gegebener Zeit. Was du tun kannst, ist bereits zu deiner Lebenszeit die Schale zu durchbrechen um eine weitaus größere Möglichkeit des Seins zu erfahren. Wie das Küken, das schlüpft und sich als Henne oder Hahn einem neuen Abenteuer stellt.

Es scheint für viele «Schlaumeier» noch eine dritte Option zu geben. Das ist jedoch eine Falle, für die man auch noch gesellschaftliche Anerkennung und Lob erntet. Sie nutzen die Eierschale um sich aufzuwerten. Sie streben durch Begierde nach Vollkommenheit ausschließlich einen materiellen Ausdruck an. Dabei erschaffen sie mit ihrer Kraft ein Schmuckstück aus Gold, Silber und Juwelen – ein prunkvolles, russisches Faberge-Ei, in dem gelebt wird. So schön, dass jeder von dem Schein geblendet ist.

Diese glanzvolle Schale aus eigener Kraft zu durchbrechen ist ein weitaus schwierigeres Vorhaben, als wenn die Schale weniger materiellen Widerstand bietet. Diese Variante lässt dich in falschem Glauben im Zustand des Kükens verharren. Aus dieser Position kann sich aus Mangel an Raum und Energie keine ausgewachsene Henne oder Hahn bilden.

Materieller Ausdruck ist ein Teil unserer Lebensaufgabe. Du solltest dir jedoch im Klaren sein, welchen Sinn er für dich erfüllen soll. Sobald du dich damit identifizierst, lenkt er dich von dem ab, was du wirklich bist. Das Küken identifiziert sich auch nicht mit dem Ei, sondern nutzt es um zu wachsen.

Um herauszufinden, wer oder was du bist, musst du deine Umgebung zur Entwicklung nutzen. Bist du stark genug, kannst du die Begrenzungen durchbrechen.

Große Veränderung stehen an und betreffen nicht nur jedes Lebewesen auf der Erde, sondern auch die Erde selbst. Denn dieser Planet ist ein Juwel. Auf diesem Weg wirst du einigen Fragen begegnen, die dich vor Entscheidungen stellen werden. Diese Entscheidungen werden dein Leben auf eine so magische Art und Weise verändern, wie du es dir kaum vorstellen kannst.

Du musst diesen Weg auch nicht alleine gehen. Dein geistiges Team unterstützt dich seit Geburt an. Das brauchst du auch, denn dieser Weg ist nicht einfach, hat Konsequenzen weit über den Tod hinaus und kann nicht alleine gegangen werden.