



# Leseprobe

Lola Jones

## **Alles läuft super, während ich weg bin**

Loslassen und dem  
Göttlichen die  
Schwergewichte überlassen

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 12,00 €



---

Seiten: 448

Erscheinungstermin: 16. Mai 2022

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

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

### *Buch*

Dieses Buch bringt dir Erleuchtung.

Ja, du liest richtig. Erleuchtung ist unser natürlicher Zustand, und jeder Mensch hat freien Zugang zu ihr. Alles, was es dazu braucht, ist die Gnadenenergie, die Lola Jones hier in jede Zeile und besonders in die »Divine Openings« ihrer Bilder und Fotos eingewebt hat. Außerdem ist es wichtig, ein paar grundlegende Prinzipien zu beherzigen und dich offen und vertrauensvoll dem wundervollen Prozess anzuvertrauen, den das Göttliche für dich vorgesehen hat. So kannst auch du frei sein – von der Macht der Gedanken und Emotionen –, zum Schöpfer deines eigenen Lebens werden und dein volles Potenzial nutzen.

### *Autorin*

**Lola Jones** ist gebürtige Texanerin und spirituelle Lehrerin. Sie kreierte die äußerst kraftvolle Lehre der »Divine Openings« – eher eine freudvolle, ganzheitliche Art zu leben als ein spiritueller Weg. »Divine Openings« wurde weltweit bekannt, nachdem Menschen von ihren spektakulären Lebensveränderungen berichtet hatten. Lola Jones schrieb mehrere Bücher, unterhält eine lebendige Online-Community, bildet »Divine Openings Guides« aus und gibt in den USA, Großbritannien und Deutschland sowie online Seminare.

Mehr Informationen unter: [www.divineopenings.de](http://www.divineopenings.de)

LOLA JONES

*Alles läuft super,  
während ich weg bin*

Loslassen und dem Göttlichen  
die Schwergewichte überlassen

Aus dem Englischen  
von Hanna R. Müller

GOLDMANN

# Inhaltsverzeichnis



Alles läuft super, während ich weg bin . . . . .	10
<i>Wichtig fürs Lesen</i> . . . . .	13
<i>Wie und warum ich dieses Buch schrieb</i> . . . . .	14
<i>Das Licht tritt in Erscheinung</i> . . . . .	15
<i>Was geschieht bei Divine Openings?</i> . . . . .	20
<i>Guides von Divine Openings sind Spezialisten</i> . . . . .	24
<i>Wie du einen tollen Start hinbekommst</i> . . . . .	25
<b>Tanzstunden von Gott</b> . . . . .	33
Wie ich lernte, mit dem zu sein, was ist . . . . .	35
Energie und Emotion müssen sich bewegen . . . . .	42
Das Ende aller Mühsal . . . . .	50
Divine Openings: Eine Erfahrung – kein Konzept . . . . .	59
Das kleine Selbst lässt los . . . . .	62
<b>Erstes Divine Opening</b> . . . . .	67
Nach deinem ersten Divine Opening . . . . .	68
Was tun, wenn unangenehme Emotionen hochkommen? . . . . .	69

Neunzig Prozent Gnade und zehn Prozent bewusster Verstand . . . . .	74
Wie navigiert man das Flugzeug des Lebens? . . . . .	75
Deine Navigationstafel . . . . .	77
Schritt für Schritt . . . . .	82
Die Nase anheben . . . . .	87
Lass dir die Party nicht entgehen! . . . . .	98
Du fühlst es, bevor du es sehen kannst . . . . .	99
Beruhige und ermutige dich selbst . . . . .	103
Was für Geschichten? Ich höre keine! . . . . .	105
Lebe dein Leben, nicht deine Geschichten . . . . .	111
<b>Zweites Divine Opening</b> . . . . .	115
Eintauchen – eine grundlegende Praxis, die dein Leben verändert . . . . .	115
Eintauchen und die Geschichte loslassen . . . . .	117
Soll ich eintauchen oder die Nase anheben? . . . . .	133
Die innere Baustelle . . . . .	136
Das Leben kommt in Fluss . . . . .	137
Was passiert, wenn deine Schwingung ansteigt . . . . .	139
Die Gnade hebt das Gesetz der Anziehung auf . . . . .	142
Blinde Flecken . . . . .	147
<b>Drittes Divine Opening</b> . . . . .	151
Worauf du deinen Fokus richtest, das erschaffst du . . . . .	151
Wert und Unwürdigkeit . . . . .	159
Worin bestand mein Geheimnis? . . . . .	162
Keine Arbeit mehr an dir selbst! . . . . .	162
Sind nicht alle Energien gleich? . . . . .	164
Einfach ist am besten . . . . .	165
Was ist Mitgefühl? . . . . .	167
Die Evolution hat dich zum Jetzt geführt . . . . .	169
Viele Persönlichkeiten . . . . .	170
Wer (oder was) ist die göttliche Präsenz? . . . . .	172
Gestalte deine persönliche Beziehung mit der Präsenz . . . . .	181

Deine Wünsche werden erfüllt . . . . .	189
Nimm es nach innen, zur Präsenz . . . . .	193
Die Fragen hören auf . . . . .	195
Beziehung zum Göttlichen in guten Zeiten . . . . .	200
Eine zweite Chance für eine glückliche Kindheit . . . . .	203
Die Angst vor dem Unbekannten . . . . .	204
<b>Viertes Divine Opening</b> . . . . .	207
Wann bin ich auf diesem Planeten fertig? . . . . .	207
Das Ende der Dramen . . . . .	212
Das Ende des Suchens . . . . .	214
Gewöhnung an die neuen Energien . . . . .	217
Schneller ist nicht immer besser . . . . .	220
Die Gegenwart übernimmt . . . . .	222
Die erstaunliche Kraft des Humors . . . . .	223
<b>Fünftes Divine Opening</b> . . . . .	233
Meditiere zum Vergnügen . . . . .	233
Begeisterung von morgens bis abends . . . . .	235
Der Ruf des Göttlichen – Erfolg, Sex oder Geld? . . . . .	238
Wie uns das Göttliche sieht . . . . .	241
Abkoppeln vom archaischen Denken . . . . .	242
Zwischen den Welten . . . . .	245
Dein Freund, der Gegensatz . . . . .	246
<b>Sechstes Divine Opening</b> . . . . .	251
Liebesbeziehungen . . . . .	251
Bedingungslose Liebe: eine praktische Definition . . . . .	255
Lege alles dem Göttlichen zu Füßen . . . . .	257
Niederwerfung vor der Präsenz . . . . .	261
Krankheit und Gesundheit . . . . .	263
Wer sind wir? . . . . .	266
An der Spitze der universellen Ausdehnung . . . . .	270
Was ist Erleuchtung? . . . . .	272
Klassische Anzeichen der Erleuchtung . . . . .	275
1. <i>Wahrnehmung aus dem inneren Selbst</i> . . . . .	276

2. Gelassenheit und das Ende des Leidens . . . . .	277
3. Einssein und bedingungslose Liebe . . . . .	279
Besondere Kräfte und mystische Phänomene . . . . .	280
Gestalte deine eigene Erleuchtung . . . . .	283
<b>Siebtes Divine Opening</b> . . . . .	289
Negative Manifestationen trotz Schwingungs- erhöhung . . . . .	289
Unsere alltäglichen Beziehungen – der Schlüssel zum Weltfrieden . . . . .	294
Wie kläre ich meine Beziehungen? . . . . .	298
Gott vergibt niemals . . . . .	299
Alte Verletzungen loslassen . . . . .	301
Befreie dich selbst, der Rest folgt von allein . . . . .	302
Aus der Perspektive des großen Selbst . . . . .	309
Blick auf mein kleineres Selbst . . . . .	311
Entfaltung des Erwachens . . . . .	313
Die Evolution dessen, der du bist . . . . .	315
<b>Achstes Divine Opening</b> . . . . .	319
Eine neue Art zu arbeiten . . . . .	319
Das Leben bestätigt dir, woran du glaubst . . . . .	323
Gesammelte Beweise für deine Realität . . . . .	324
Woher weißt du, was möglich ist? . . . . .	328
Übergib deine To-do-Liste an Gott . . . . .	329
Wann ist Tun angesagt? . . . . .	330
Folge deiner Führung . . . . .	333
Inspiriertes Handeln . . . . .	335
Sei zufrieden mit deinem jetzigen Stand . . . . .	340
Ich leiste keinen Widerstand! . . . . .	343
<i>So verhinderst du möglicherweise unbewusst das Fühlen</i> . . . .	346
Häufige Fragen . . . . .	348
Schlaf . . . . .	351
Wann werde ich erleuchtet sein? . . . . .	352
Lass dich vom Leben überraschen . . . . .	358
Das Universum ausdehnen . . . . .	364

<b>Neuntes Divine Opening</b> . . . . .	369
Wenn deine Glückseligkeit zu verblassen scheint . . . . .	369
Was du tun kannst, wenn . . . . .	373
<i>Weitere Möglichkeiten für dein Glück</i> . . . . .	376
Tue Dinge, weil sie sich gut anfühlen –	
die Genusspraxis . . . . .	382
Traumabsichten . . . . .	387
Bitte darum – und lass los! . . . . .	390
Wie kannst du anderen helfen? . . . . .	391
Tagträume als »Unterhaltung« . . . . .	393
Leer und bedeutungslos . . . . .	398
Die dunkle Nacht der Seele . . . . .	403
Vorfreude . . . . .	404
Du bist nie »fertig« . . . . .	407
<b>Zehntes Divine Opening</b> . . . . .	411
Wie deine Entfaltung ablaufen könnte . . . . .	411
Bleib im Fluss . . . . .	414
Unterstützung, Erweiterung und Inspiration . . . . .	416
<b>Nachwort</b> . . . . .	419
Dreißig Wege, um deine Schwingung zu erhöhen –	
die Genusspraxis . . . . .	422
<i>Beispiele für die tägliche Genusspraxis</i> . . . . .	426
<b>Kommentare von Leserinnen und Lesern</b> . . . . .	429
<b>Würdigung und Danksagung</b> . . . . .	439
<b>Unterstützung für deine weitere Entwicklung</b> . . . . .	441
<i>Divine Openings Online-Retreat-Kurse</i> . . . . .	442
<i>Weitere erleuchtende Bücher von Lola Jones</i> . . . . .	444



## *Alles läuft super, während ich weg bin*

Ein dramatisches Erwachen findet gerade auf unserem Planeten statt. Das menschliche Bewusstsein dehnt sich exponentiell aus. Diejenigen von uns, die als Vorreiter dieser Entwicklung vorangehen, erleben eine beschleunigte Erweiterung ihres Bewusstseins – gerade jetzt. Ich lade dich ein, dich uns auf einem sicheren, nährenden und begeisternden Weg zu einem freien, erfüllten Leben anzuschließen.

Egal was du als Nächstes im Leben erreichen willst, dieses Buch wird dir helfen, es mit mehr Leichtigkeit, Anmut und Geschmeidigkeit zu erlangen. Du wirst dafür auf zwei Ebenen Hilfe erhalten: der Ebene der göttlichen Gnade und der Ebene des bewussten Verstandes. Die Gnade hat dabei den machtvollsten Anteil. Du wirst göttliche Gnade empfangen – ihrer Definition nach ein Geschenk, das du dir nicht verdienen kannst. Sie wird dir frei geschenkt. Die Gnade wird dich höher hinauftragen, als du es mit deinem menschlichen Bemühen jemals könntest. Der größte Teil dieses Prozesses ist für dich mühelos, wenn du zulässt, dass die Gnade mindestens neunzig Prozent der Arbeit erledigt. Dein eigener kleiner Anteil von zehn Prozent besteht darin, deinem bewussten Verstand zu erlauben, weicher zu werden, sich für die Gnade zu öffnen und selbst aus dem Weg zu gehen. Das Buch wird dir genau zeigen, wie das geht. Du wirst Werkzeuge an die Hand bekommen, die du bewusst einsetzen kannst, um kraftvollere und wirksamere Entscheidungen für dein Leben zu treffen.

Du wirst eine Reihe von Einweihungen (Initiationen) erhalten, die dir zur Erleuchtung verhelfen oder eine Vertiefung deiner Erleuchtung bewirken. Dies passiert, während du dieses Buch liest, die darin enthaltenen Bilder auf dich wirken lässt und die



Präsenz des Göttlichen darin spürst – die göttliche Präsenz, die in dir wohnt. Bald wirst du allen Menschen, die dir etwas bedeuten, dieses Buch empfehlen wollen, damit auch sie an der Fülle und dem Segen dieser Erfahrung teilhaben und mit dir in diese wunderbare neue Welt eintreten können.

Wenn die göttliche Präsenz in dir erwacht und *du* als diese Präsenz auf dem Planeten wandelst, wirst du im Fluss mit dem Lebensstrom sein, der alle Wünsche und Bedürfnisse erfüllt. Dann wird es für dich leicht, angenehm, freudvoll und aufregend sein, dir das Leben zu kreieren, das du dir wünschst. Leiden und Konflikt, Kampf und Krampf werden ein Ende nehmen. Synchronizität wird zu deiner alltäglichen Erfahrung, weil du mit Menschen, Ressourcen und Ereignissen zusammentrifftst, die allen gemeinsam Vorteile und Freude bringen.

Wenn das Suchen vorbei ist und dein wirkliches Leben beginnt, lebst du voll Zuversicht und Selbstvertrauen, genießt den Augenblick und kreierst dir das, was du wirklich willst. Die »Kraft des Jetzt« wird zur greifbaren Realität und bleibt nicht bloß Wunschdenken oder etwas, für das du hart arbeiten musst. Dann haben Vergangenheit und Zukunft keine Macht mehr über dich, Verlust, Sorge und Mangel verschwinden aus deinem Leben.

Du bist »unsinkbar«, wenn du als dein größeres Selbst lebst und die wahre Kraft deines Seins zum Tragen kommt. Dinge wie Finanzprobleme, Liebeskummer, die Regierungspolitik oder die Kriminalitätsrate können dir in diesem neuen Paradigma nichts mehr anhaben. Die Menschen in deinem Umfeld werden buchstäblich durch dein bloßes Dasein transformiert. Du fühlst dich nie wieder zu machtlos, um eine Veränderung zu bewirken, und gleichzeitig weißt du, wann es gut ist loszulassen.

Fang jetzt gleich an, in eine lebendige, persönliche Beziehung mit deinem Schöpfer zu treten, der es kaum erwarten kann, en-



ger mit dir zusammen das zu erschaffen, was dir die Erfüllung all deiner Herzenswünsche bringen wird.

Anfang 2006 verbrachte Lola Jones einundzwanzig Tage allein im Schweigen. In diesen Tagen während eines Retreats in Indien kommunizierte sie nur mit der göttlichen Präsenz in ihrem Innern. Dabei reaktivierte sich ihre Gabe aus früheren Leben: einen machtvollen Strahl göttlicher Gnade zu übertragen, der Menschen zum Erwachen bringt oder ihre Erleuchtung vertieft. Im Leben vieler Einzelner, die seither durch Lolas bloße Berührung von Licht erfüllt werden, vollzieht sich eine dramatische Veränderung. Im Gruppenprozess wird durch ihre Intention die Energie/Licht/Intelligenz aktiviert, und über ihre Stimme am Telefon oder bei einem Onlineseminar vermag sie die Gnade selbst über große Distanzen zu vermitteln. Auch für dich als Leser dieses Buches wird die Wirkung der Gnade spürbar. Wenn du die Bilder betrachtest, Lolas Worte liest und dich dem machtvollen Energiestrom aussetzt, den dieses Buch hervorbringt, wirst du die Gnade unmittelbar spüren.

Lolas »Job« der Energieübertragung besteht darin, selbst aus dem Weg zu gehen und das Göttliche arbeiten zu lassen. Sie ist als Person geradezu »abwesend«, während sie anderen Energie überträgt und glückselige Empfindungen sie durchströmen. Als das Göttliche in ihr erwachte und sie als ihr »größeres Selbst« vollständiger zu leben begann, entdeckte sie, dass ihr praktisches Alltagsleben immer einfacher und leichter wurde. Das größere Selbst lenkt zunehmend ihr ganzes Leben, während ihr kleines Selbst es sich auf dem Rücksitz bequem macht und entspannt. Daher kommt auch der Titel dieses Buches: *Alles läuft super, während ich weg bin.*

Während du diese Chronik von Lolas Erwachen liest und ihre einfachen Methoden kennenlernst, erwacht in dir mit der Zeit die göttliche Intelligenz bzw. entwickelt sie sich weiter. Du lernst



sie zu empfangen und dabei selbst aus dem Weg zu gehen. Und du erfährst, was der Prozess für dich bereithält, um dich mit Leichtigkeit und Begeisterung zu entfalten.

### *Wichtig fürs Lesen*

Beim ersten Lesen dieses Buches ist es am besten, es langsam, der Reihe nach, von vorn bis hinten zu lesen. Es enthält starkes, kraftvolles Material, und du solltest die Anleitungen verinnerlicht haben, bevor du das erste *Divine Opening*, die erste »göttliche Öffnung«, bekommst. Nur dann verstehst du, wie alles Weitere sich entfaltet. Jede Eile würde deine Ergebnisse beeinträchtigen – beim Lesen ebenso wie im Leben. Es geht nicht darum, Wissen zu erlangen.

**Erlebe es, fühle es, lebe es,  
Stück für Stück, tief und tiefer gehend.**

Da die Energie dieses Evolutionsprozesses sich rasant entfaltet und weiter zunimmt, gibt es schnelle Veränderungen und Aktualisierungen. Wenn du Updates, erleuchtende Geschenke, Artikel, Neuigkeiten, Veranstaltungshinweise und Inspirationen bekommen möchtest, melde dich einfach an über [www.DivineOpenings.de](http://www.DivineOpenings.de).

Dieses Buch ist die Grundlage von *Divine Openings*. Weiteres umfangreiches Material, persönliche Unterstützung, Multimedia, Audios und Videos kannst du über [www.DivineOpenings.com](http://www.DivineOpenings.com) oder [www.DivineOpenings.de](http://www.DivineOpenings.de) erhalten.

**Bist du bereit,  
in eine neue Wirklichkeit einzutreten?**



## Wie und warum ich dieses Buch schrieb

Dieses Buch ist natürlich und mühelos aus mir herausgeflossen. Nicht ich wollte, dass das Buch entsteht. Das Buch wollte von mir geschrieben werden, und ich konnte nicht eher aufhören, bis es vollbracht war. So ähnlich ist in den letzten zehn Jahren alles passiert. Mein Körper macht einfach das, was er machen will. Er malt oder schreibt, wann er will, oder auch nicht. Manchmal schreibe ich den ganzen Tag und vergesse zu essen. Meine alten Konzepte von Ehrgeiz und Motivation ergeben nicht mehr viel Sinn für mich. Dinge, die mir immer wichtig erschienen, sind es nicht mehr. Das Leben lebt *durch* mich. Meistens lasse ich mich einfach mitnehmen auf diese Reise, betrachte die Landschaft, die vorüberzieht, und genieße die wunderbaren Abenteuer unterwegs. Es ist die beste Reise meines Lebens.

Wenn die göttliche Intelligenz in dir erwacht und das Steuer übernimmt, wenn sich äußere Veränderungen entfalten und die alte Realität sich auflöst, wenn Emotionen auftauchen und weiterziehen, kann dieses Buch deinem Intellekt helfen zu verstehen, was da geschieht. Du selbst hast an der Entstehung dieses Buches mitgewirkt – du hast in deinem Herzen darum gebeten. Der Prozess von *Divine Openings* verlangt nicht, dass dein Verstand ihn begreift, allerdings wird deine Entfaltung schneller vor sich gehen, wenn der Verstand kooperiert, statt dagegen anzukämpfen. Das Buch wird deinen Verstand zum Umdenken einladen, es wird ihn in dieser Zeit des Wandels begleiten und beruhigen. Bis dein inneres Wissen zu voller Blüte gelangt ist, kann das Buch dir Orientierung geben, wie du mit den Veränderungen umgehen und sie in dein tägliches Leben integrieren kannst. Nimm diese Hilfe so lange in Anspruch, bis du sie wirklich nicht mehr brauchst, und vertraue deiner eigenen Führung und Intuition mehr als irgendjemand anderem, mich eingeschlossen.



Das Buch enthält meine Erfahrungen mit Tausenden von Menschen in mehr als einhundertfünfzig Ländern, denen ich erfolgreich helfen konnte, wieder Zugang zu ihrer eigenen Wahrheit zu finden und zum Einssein mit der göttlichen Intelligenz in ihrem Innern zu erwachen. Es ist anders als alle anderen Bücher, die du je gelesen hast. Es geht über bloße intellektuelle Konzepte weit hinaus. Es ist eine *Erfahrung*, die deine gesamte Lebensweise verändert.

### *Das Licht tritt in Erscheinung*

Bei einer öffentlichen Veranstaltung gab ich *Divine Openings*, ging dabei von einem Teilnehmer zum nächsten und berührte jeden etwa zwei Minuten lang. Danach berichteten fünf von ihnen, sie hätten durch die geschlossenen Augenlider ein strahlend weißes Licht gesehen, als ich vor ihnen stand. Normalerweise würdest du erwarten, dass jemand, der direkt vor dir steht, dein Gesichtsfeld verdunkelt. (Probier's mal!) Was diese Leute sahen, war jedoch mein Lichtkörper. Wenn ich mit einzelnen Menschen oder Gruppen zusammen bin, öffnet sich ein kraftvoller Energiestrom, der das Erwachen bei ihnen aktiviert oder vertieft. Dadurch kommen sie mehr und mehr mit der reinen Lebenskraft (*Pure Life Force*) in Einklang, die schon immer in ihnen vorhanden war. Dies weckt ihre Wahrnehmung von dem, was in der physischen Welt nicht sichtbar ist. Das soll aber nicht heißen, dass ich etwas Besonderes wäre – es soll nur bestätigen, dass viele Menschen im Begriff sind, buchstäblich an Dichte zu verlieren und immer durchlässiger für das reine Licht zu werden. Erfahrungen dieser Art, von denen du hier lesen wirst, sind auch dir möglich und werden sich schließlich ereignen, wenn du *Divine Openings* praktizierst, ohne die Methode zu verwässern,

und wenn du lernst, dich innerlich deinen Bedürfnissen zuzuwenden.

Jesus und Maria werden oft mit einem Heiligenschein um den Kopf dargestellt. Man hat uns versprochen, wir würden alle eines Tages wie sie sein und die Dinge tun können, zu denen sie imstande waren, und noch mehr. Mit *Divine Openings* wirst du »Wunder« erleben, die im Grunde völlig normal sind, wenn du dich im Fluss des Lebens befindest. Was als »Himmelfahrt« oder »Aufstieg« bezeichnet wurde, ist die vollständige Transformation von Körper und Geist, sodass wir an Dichte verlieren und durchlässig werden. Wir werden »er-leucht-et«, wir werden zu Licht!

In dem Maße, wie das Licht in jedem von uns heller strahlt, wird es sichtbarer. Normalerweise meinen wir, die Augen hätten die Funktion, das Licht zu empfangen, weil es in sie hineingeht. Wenn ein Mensch zu erwachen beginnt, fällt mir jedoch auf, dass seine Augen mehr zu leuchten beginnen. Das Licht strömt dann aus seinen Augen, nicht nur in sie hinein. Im ersten Jahr, nachdem ich *Divine Openings* kreiert hatte, bewirkte ich in Kleingruppen und Retreats durch meine Hände bei etwa siebenhundert Menschen die Öffnung. Viele Tausende haben danach durch dieses Buch eine Öffnung empfangen. Es geschah, dass Menschen allein dadurch geöffnet wurden, dass ich mit ihnen zum Abendessen ging. Wenn ich so etwas erlebe, verweise ich sie auf das Buch, damit sie verstehen, was sich bei ihnen verändert und wie sie ihren freien Willen dazu benutzen können, ihre inneren Widerstände gegen das Wirken der Gnade zu verringern.

Die von *Divine Openings* erzeugte Wirkung der Energie/Licht/Intelligenz nimmt ständig zu, und wenn immer mehr Menschen auf diese Weise »erhell« oder »erleuchtet« werden, wird das gesamte kollektive Bewusstsein der Menschheit etwas aufgehellt. Viele Leser dieses Buches haben berichtet, wie ihr eigenes Erwachen von ihren Familien, Freunden, Mitarbeitern und ihrem sozialen Um-

feld widergespiegelt wird. Es finden spontane Aktivierungen statt – eine Art beschleunigter Kettenreaktion des Erwachens.

Das wahre Abenteuer ist indes die Erfahrung des Sichentfaltens. Werde langsamer und genieße jeden einzelnen Augenblick! Es handelt sich hier nicht um »Arbeit«. Und wenn du »erhellst« wirst, hilfst du damit der ganzen Menschheit, ohne dass du etwas tust oder lehrst. Diejenigen von uns, die an der vorderen Linie stehen, sind die Wellenbrecher für jene, die nachkommen werden. Die meisten werden keine Ahnung haben, dass du ihnen geholfen hast, so wie die meisten Amerikaner nicht die Namen jener kühnen amerikanischen Pioniere kennen, die ihnen den Weg in die Neue Welt ebneten. Alle, die in deinen energetischen Fußstapfen nachfolgen, werden von deinem Mut und deiner Voraussicht profitieren. Von einer höheren Warte aus gesehen *sind sie du*.

Mein Freund erzählte mir einmal die Geschichte eines Karate-Kollegen, der ein Meister und Lehrer war, ein wahrer Kerl von einem Mann; er hatte weder Metaphysik studiert, noch war er auf irgendeinem spirituellen Weg. Als er einmal in der Natur der Berge allein war, hatte er eine spontane Erleuchtungserfahrung: Er fand sich plötzlich in Liebe eingehüllt, die Tränen strömten ihm übers Gesicht, und er war überwältigt von einem Gefühl ehrfürchtigen Staunens. Er wusste nicht, wie ihm geschah. Als er später nach einem Bekannten suchte, der verrückt genug war, damit vielleicht etwas anfangen zu können, vertraute er sich meinem Freund an, in der Hoffnung, eine Erklärung für diese seltsame und unerwartete Veränderung zu finden. Die beiden Männer redeten zwei Stunden lang darüber. Der Mann erzählte, er habe seiner Frau zum ersten Mal seit Jahrzehnten Blumen mitgebracht, worauf sie ihn fragte: »Okay, wie heißt sie?«, weil sie dachte, er hätte eine Affäre. Er hatte tatsächlich eine neue Liebe gefunden, und zwar in seinem Inneren: die göttliche Liebe.





Das Erwachen des Karate-Meisters geschah auf mysteriöse Weise durch eine spontane Öffnung. Nur ganz wenige finden es durch ihre Suche und Anstrengung auf einem spirituellen Pfad. Jetzt bieten dir *Divine Openings* die Möglichkeit, es mithilfe der Gnade zu empfangen – statt weiter zu hoffen, dass es irgendwann geschehen könnte, bevor du stirbst.

Der transformierte Zustand dieses Mannes blieb bestehen. Aber ich helfe oft auch Menschen, die ähnliche Erleuchtungserfahrungen hatten, sie aber nicht aufrechterhalten konnten – bis sie auf *Divine Openings* stießen. Ein Buddhist (kein Leser dieses Buches) berichtete mir beispielsweise von einer vollständigen Erleuchtungserfahrung, die sechs Monate andauerte, bis ihn ein Streit mit seiner Mutter total abstürzen ließ.

*Alles läuft super, während ich weg bin* vermittelt dir nicht nur die Erweckungsenergie und die erleuchtenden Einweihungen, sondern auch die nötige Struktur und Unterstützung dabei, den erwachten Zustand aufrechtzuerhalten. Von unserem Intellekt und der Außenwelt sind zweifellos weder Bestätigung noch Unterstützung zu erwarten. Ich weiß von einigen Menschen, die vorübergehend in psychiatrische Kliniken eingeliefert wurden, nachdem sie unerwartete spontane »Ausbrüche« von Einssein und Erleuchtung erlebten. Wenn sie mit großen Augen die tanzenden Blätter an den Bäumen bestaunten und das wundersame Licht, das von allem ausging, konnte in ihrem Umfeld niemand nachvollziehen, was sie erlebten – am wenigsten sie selbst. Doch Angst und Verwirrung müssen nicht auftreten, wenn du diesen Prozess bewusst und mit geeigneter Führung und verständnisvoller Begleitung durchläufst. Es ist möglich, eine Erleuchtung zu haben, bei der alles gut läuft.

Sobald der Erweckungsprozess in Gang kommt, ist die häufigste Frühwirkung, von der wir hören, das Verschwinden der Angst. An ihre Stelle tritt ein tiefes, unerklärliches Wissen, dass

alles gut ist – »ein Friede, der höher ist als alle Vernunft«. Der Intellekt ist zunächst geneigt, *Divine Openings* unter Kontrolle halten, definieren oder wegdiskutieren zu wollen, doch wenn wir uns allmählich daran gewöhnen, jenseits der Grenzen des Verstandes zu operieren, können wir uns in das Mysterium hinein entspannen.

Fragen beantworten sich zumeist aus dem Innern, mühelos tauchen Lösungen auf, und gelegentlich bringt ein glücklicher Zufall eine Botschaft oder die Hilfe von einer Person oder Sache von außen. Alles Streben hört auf, und du bist im Frieden mit dem gegenwärtigen Augenblick und der »vollkommenen Unvollkommenheit« des Menschseins.

Da sind noch Neugier und Begehren (ja, sogar sehr leidenschaftliches!), doch das panische, aus einem Gefühl des Mangels kommende Suchen hat aufgehört. Der Drang, sich zu entwickeln und auszudehnen, ist eine ewige Sehnsucht, aber die Tage des erfolglosen Strebens sind vorbei. Du kannst endlich aufhören, an dir zu »arbeiten«, Probleme zu heilen oder auf Hilfe von außen angewiesen zu sein, die dich »in Ordnung bringt«.

Ich werde dich immer wieder daran erinnern, *langsam* zu lesen, denn die meisten Menschen sind so konditioniert, dass sie ein Buch in einem wahnwitzigen Tempo verschlingen, weil sie meinen, je schneller sie die Informationen aufsaugen, desto schneller können sie zum nächsten Buch übergehen. Die Folge ist ein oberflächliches, sinnloses, nie endendes Suchen. Dieses Weiterhetzen ist eine unbewusste Taktik, tiefere Gefühle und wirkliche Erfahrung zu vermeiden. Also, werde langsam!

Selbst »Fortgeschrittene« nehmen beim ersten Durchlesen nicht alles auf. Nicht wenige berichten, dass jeder weitere Lese-durchgang Erfahrungen auf einer höheren Ebene bringt. Das kommt daher, dass sich das Bewusstsein zwischen den einzelnen Durchgängen erweitert. Die *Divine Openings* machen dich leer,

statt deinen Kopf mit noch mehr intellektuellem Wissen zu füttern. Du wirst immer leichter, freier und durchlässiger. Du gewinnst in dir mehr »Raum«, statt ständig neuen Gedankenmüll in dich hineinzustopfen. Sobald du an den Lebensstrom angeschlossen bist, brauchst du auf deiner Reise nicht mehr viel Gepäck mitzuschleppen, denn alles taucht in dem Moment auf, wo du es nötig hast.

*Divine Openings* erhöht deine Fähigkeit, direktes Wissen unmittelbar abzurufen. Spirituelle und metaphysische Theorien, Bücher, Heilungswissen und alte Texte werden durch persönliche Erfahrung ersetzt, durch direktes Downloaden, automatische Evolution und eine lebendige, atmende Kommunion mit einer unermesslichen Intelligenz.

Was du dann damit machst und wie du dich zu leben entscheidest, liegt völlig bei dir. Die Wahlmöglichkeiten sind grenzenlos. Ich lebe nicht nach irgendeinem stereotypen spirituellen Rezept, und du musst das ebenso wenig tun.

**Bald wirst du die Erfahrung machen,  
dass du »leichter« geworden bist.**

### *Was geschieht bei Divine Openings?*

Wie ein *Divine Opening* funktioniert, liegt jenseits allen intellektuellen Verstehens. Oft haben Leute erzählt, dass sie mir zuerst im Traum begegnet sind (ich reite dabei manchmal auf meinem weißen Pferd), und kurz darauf sind sie über meine Website oder mein Buch gestolpert. Unsere nichtphysische Begegnung war offenbar die Vorbereitung, damit sie mich und die *Divine Openings* auf der physischen Ebene wiedererkannten. Während ich schlafte, besucht mein großes Selbst Menschen in meinem



Lichtkörper, um ihnen zu helfen, aber ich bin mir dessen nicht bewusst. Alles, woran ich mich normalerweise erinnere, sind abstrakte, geometrische oder in anderen Dimensionen stattfindende Träume.

Meine größte Gabe ist die Fähigkeit, mich selbst völlig herauszunehmen und die Kraft von *Divine Openings* durch mich wirken zu lassen – ohne dass ich das Bedürfnis hätte, das Ganze verstehen, definieren oder auseinandernehmen zu wollen, um es auf ein für das menschliche Gehirn passendes Maß zu reduzieren. Du wirst in diesem Buch nirgends eine wissenschaftliche Erläuterung dafür finden, denn daran liegt mir nichts. Mein Spielfeld ist das Mysterium jenseits und außerhalb der Wissenschaft.

Seit es *Divine Openings* gibt, hat sich meine intellektuelle Kapazität enorm gesteigert, doch darin liegt nicht ihre größte Kraft. Die Worte und intellektuellen Konzepte verblassen im Vergleich zur reinen Energieübertragung und dem »direkten Wissen«, das von innen kommt – ein Wissen, ohne dass ich weiß, *wie* es geschieht. Darum ist dies kein gewöhnliches Buch. Vielmehr leuchtet ein Mysterium jenseits der Worte in dir auf, öffnet dich für größere Wirklichkeiten und verwandelt dein Leben – es sei denn, du wehrst dich mit Händen und Füßen dagegen (was mich jetzt beim Schreiben schmunzeln lässt).

Ein *Divine Opening* öffnet dich dafür, die Gnade einzulassen, die schon immer da war und seit jeher auf dich herabregnet. Es offenbart dir einfach nur, was schon immer vorhanden war, und zeigt dir, wer du bereits bist. Alles Wirkliche ist *unsichtbar*, nicht physisch wahrnehmbar: Liebe, Freude, Schwingung, das Göttliche in dir. Durch *Divine Openings* wird das Unsichtbare allmählich für dich wahrnehmbar. Dies ist genau das Gegenteil der »Anbetung der materiellen Realität«, die heute fast überall auf der Welt vorherrscht. Sobald du das Unsichtbare unmittelbar erlebst und konkretes Wissen vom Nichtphysischen erlangst, hört die physische Weltsicht auf,

Herrschaft über dich auszuüben. Mit jedem weiteren Lesen des Buches öffnest du dich mehr und mehr für das Erleben des Göttlichen.

Jahrelang schauderte ich allein schon bei dem Wort »Gott« – und das kam wegen all der Fanatiker, Prediger und Extremisten, die dieses Wort in den Mund nehmen, um andere zu missbrauchen und zu verurteilen. Heute kann ich es endlich wieder aussprechen, ohne mich zu verkrampfen. Spür mal, was dieses Wörtchen »Gott« in dir auslöst. Wenn es negativ besetzt ist, wird sich das mit der Zeit legen. Ich werde noch zahlreiche andere Begriffe für »Gott« benutzen, aber der Kürze und Einfachheit halber verwende ich in diesem Buch oft das Wort »Gott«. Allerdings kann kein einziges Wort auch nur annähernd das Mysterium beschreiben, das sich dahinter entfaltet. Und für mich persönlich brauche ich dafür gar keinen Namen, denn ich bin darin geborgen.

Während du eine sehr enge, persönliche Beziehung mit Gott aufbaust, wirkt sich das greifbar und ganz konkret auf deine Gesundheit, deine Finanzen, dein Liebesleben, deine familiären Beziehungen, ja, auf deine ganze Welt aus, denn Gott »kümmert« sich um deine alltäglichen Lebensumstände. Wenn du den Inhalt dieses Buches beständig aufnimmst und umsetzt, dich ein Jahr lang auf *Divine Openings* fokussierst und es nicht mit anderen Dingen verwässerst, wirst du dein Leben am Ende dieses Jahres kaum wiedererkennen.

Ich habe bereits über Jahrzehnte verschiedene Methoden unterrichtet und weiß: *Divine Openings* öffnen die Menschen schneller und leichter als alles, was ich jemals gelehrt oder angewandt habe. Die Methode hat mühelos Hindernisse gelöst und Fragen geklärt, die weder der Klient noch ich wahrnehmen konnten. Du wirst merken, wie sich große Mengen und viele Schichten an psychologischen Konditionierungen ablösen, ohne dass du je verstehen wirst, warum oder wie. Du wirst einfach merken, wie du leichter und lichter, freier und glücklicher wirst.



Dein Leben wird aufblühen, und die göttliche Intelligenz wird anfangen, sich als dein einzigartiges Genie auszudrücken.

Vor *Divine Openings* hatte ich, neben meiner beruflichen Unterstützung und Anleitung anderer Menschen im persönlichen und geschäftlichen Bereich, viel zu viele Jahre mit meiner eigenen »Klärung« und »Heilung« verbracht. Es nahm kein Ende! Es schien, als ob es immer noch mehr zu klären gäbe, je mehr ich klärte. Schließlich sagte ich mir: »Genug! Ich will einen Weg der Freude, nicht der Arbeit!« Dann trat *Divine Openings* in mein Leben, und es fand eine riesige Veränderung statt, ohne dass ich in irgendeiner Form daran »gearbeitet« hätte. Ich fühlte mich mehr denn je in meiner Kraft und im Frieden. Ich wurde gesünder, erfolgreicher, selbstbewusster und glücklicher. Kein Verarbeiten mehr, kein Analysieren oder Verstehenmüssen.

Zurückblickend ist es nun sehr offensichtlich, dass das »Arbeiten an mir selbst« den Fokus auf genau das gerichtet hatte, was schiefief, und dadurch schaffte es mehr Probleme, als es löste. Erst als ich das aufgab und dem Göttlichen die Schwerarbeit überließ, begann mein Leben als kraftvoller Schöpfer. Ich sage nicht, dass *Divine Openings* der einzige Weg ist – es gibt nicht den *einen* Weg, der für alle richtig ist. Ich kann nur sagen, dass es funktioniert. Wenn ich einen besseren Weg fände, würde ich ihn sofort einschlagen, doch ich habe keinen Anlass, danach zu suchen. Die Entfaltung läuft nun auf ganz natürliche Weise ab, leicht, freudig und schnell.

Wenn du im tiefsten Innern und nicht bloß im Kopf weißt, *wer du wirklich bist* – ein physischer Ausdruck einer immensen nicht-physischen Lebenskraft –, dann entdeckst du, dass alle deine alten »Themen« und Begrenzungen illusorisch waren. Du beginnst zu erkennen, dass es ziemlich albern und unnötig wäre, für den Rest deines Lebens Spiegelfechtereie gegen Illusionen zu betreiben.

Es gab viele Überraschungen. Ich hatte mich als Lehrerin, Beraterin und Erleuchtungshelferin gesehen und war daher zuerst sehr überrascht, als es bei manchen *Divine Openings* zu spontanen körperlichen Heilungen kam. Ohne dass man mir von einem körperlichen Problem erzählt hatte, wusste die Präsenz offenbar Bescheid!

Im hinteren Teil des Buches findest du einige Kommentare von Menschen, die *Divine Openings* bekommen haben. Wenn du möchtest, kannst du jetzt gleich mal zu den Seiten 429 bis 438 springen und dir ein Bild von der Vielfalt ihrer Erlebnisse machen. Bitte erwarte nicht, die gleichen Erfahrungen zu machen. Deine Erfahrung wird wie für dich maßgeschneidert sein.

**Das Göttliche erledigt die Schwerarbeit.  
Deine Aufgabe ist es, aus dem Weg zu gehen.**

### *Guides von Divine Openings sind Spezialisten*

Wenn ich Computerhilfe brauche, gehe ich zu einem Computerspezialisten. Zuerst wende ich mich nach innen und erbitte Hinweise, wen ich anrufen bzw. wo ich jemanden finden könnte, aber ich lasse mir von Menschen helfen. Manchmal kommt der Computer von selbst in Ordnung, wenn ich mich wieder zentriert habe, aber häufig kommt die Lösung durch einen Spezialisten – eine Person, ein Buch, eine Website oder etwas anderes.

Ich bin Spezialistin für Evolution. Neue, rohe, evolutionäre Wellen von Energie/Licht/Intelligenz bringen mich »in Schwingung«. Sie sind nonverbal und könnten verbal nie komplett erklärt werden – sie strömen unaufhörlich herein, manche durch unübersetzbare abstrakte Träume. Ich bin von Natur aus ein Transforma-

tor und Übersetzer, und als solcher mache ich die Energie/Licht/Intelligenz anderen zugänglich, insbesondere für die praktische Anwendung im Leben. Die meisten Ergebnisse von *Divine Openings* laufen schwingungsmäßig ab, doch die Worte helfen dem bewussten Verstand, sich dafür zu interessieren und bei der Stange zu bleiben. Das ist alles, was ich dazu wissen muss. Mir liegt nichts an esoterischen Diskursen und Theorien. Wenn es den Menschen nicht in der Praxis hilft, ist es für mich völlig uninteressant.

Jeder von uns ist auf seine eigene Weise genial. Auch du bist in irgendeiner Sache ein Genie oder Spezialist, und *Divine Openings* helfen dir, es zu entdecken und zu entfalten. Obwohl ich meine, dass es ideal für dich wäre, in erster Linie deine innere Führung zu entwickeln, verstehe ich mich als Spezialistin dafür, ein Katalysator für dein Erwachen zu sein. Ich beschleunige den Prozess, ebne den Weg und unterstütze dich fortlaufend, wenn du es brauchst oder wünschst. Ich bin Spezialistin dafür, den Himmel auf die Erde zu holen und ihn ins alltägliche, praktische Leben zu integrieren, statt dir bloß zu zeigen, wie du in höheren spirituellen Sphären schweben kannst. Ich werde dir nicht sagen, was du tun sollst oder wie du dein Leben nach deinem Erwachen leben sollst. Ich zeige dir nur die Tür, auf der »Freiheit« steht. Du gehst hindurch, und dann ist es deine Welt, die du dir nach deinen Wünschen erschaffen kannst!

### *Wie du einen tollen Start hinbekommst*

Du bist an diesen Punkt gekommen, weil du dich besser fühlen möchtest, das Leben intensiver leben und mehr von deinen Herzenswünschen verwirklichen willst. Du willst vieles in deinem Leben schon seit Langem verändern, und nun stehst du hier an der Schwelle. Willkommen zu Hause!





Hier sind nun ein paar Vorschläge für einen entspannten Anfang:

Lass das Bedürfnis los, alles mit dem Intellekt verstehen zu wollen. Der Verstand kann *Divine Openings* unmöglich ausloten und würde nur versuchen, es in irgendeine vorhandene Kategorie zu stecken, die es aber erheblich reduzieren würde. *Divine Openings* ist jenseits aller Worte und Konzepte.

Lass dich darauf ein, dieses Buch nicht bloß zu lesen, sondern jeden Abschnitt spielerisch und fühlend mitzuerleben. Setze alles, was du liest, noch in derselben Woche im Alltag um. Mach es nicht wie eine Arbeit, sondern mach ein Spiel daraus. So wirst du es am besten aufnehmen können. Geh mit deiner ganzen Begeisterung vor – aber sanft, behutsam und ohne Hast, in einfachen Schritten.

Bist du jemand, der schon Jahrzehnte an spiritueller Erfahrung hinter sich hat, dann ist es vorteilhaft, dich bewusst dafür zu entscheiden, wieder zu einem Anfänger zu werden. Der Anfängergeist ist offen und leer, nicht so angefüllt mit Konzepten. Mein Leben ist immer noch voller Neugier und der Bereitschaft, mich weiterzuentwickeln. Sobald ich denke, ich wüsste schon alles, werde ich zu einem Fossil.

Wenn du dich zu den »Fortgeschrittenen« zählst, ist es hilfreich, dir selbst besonders aufmerksam zuzuhören. Wenn du deinen Verstand sagen hörst: »Das kenne ich doch schon« – dann STOPP! Öffne dich für die Möglichkeit, eine höhere Wahrheit auf der nächsthöheren Ebene aufzunehmen. Lebst du es denn schon zu einhundert Prozent? Wie könntest du es auf einer neuen, tieferen Ebene erfahren? Wenn du das *Ganze* willst, lass alles los, was du weißt. Wirf all die Konzepte aus zweiter Hand über Bord, die klischeehaften Binsenwahrheiten des New Age und all das Zeug, das dir irgendeine Person oder irgendein Buch erzählt hat. Öffne in dir einen großen, leeren Raum für *direktes Wissen von innen*. Komm zu

*Divine Openings* mit dem neugierigen, wissbegierigen, offenen Wesen eines Kindes. Dann ist der Himmel nicht mehr weit.

Vielleicht bist du schon so lange auf der Suche, dass dir das Suchen zum Lebensstil, zur Hauptbeschäftigung, zum Selbstzweck geworden ist und du darüber deine ursprüngliche Motivation vergessen hast. Suchen, das zu einer Sucht geworden ist, verhindert die Erleuchtung. Vielleicht bist du inzwischen entmutigt und müde geworden oder hast das Gefühl, die Suche würde niemals ans Ende kommen. Jetzt erhältst du die Möglichkeit, die *göttliche Präsenz zu erleben*, statt bloß nach ihr zu suchen.

Genieße die Fahrt, löse die Umklammerung des Lenkrades und breite weit deine Arme aus – paradoxerweise wird alles dadurch schneller gehen. Manche werden sich schon nach einer Woche spürbar leichter fühlen, eine größere Zahl nach einem Monat, und nach einem Jahr werden alle einen großen Unterschied feststellen können, wenn sie sich voll und ganz auf den Prozess einlassen, ihn freudig begrüßen und nicht verwässern. Dann werden sie sehen, wie die Menschen um sie herum sich ebenfalls transformieren, nicht nur sie selbst.

Du hast einen freien Willen. Nicht einmal die Gnade kann und sollte ihn dir nehmen. Du kommst mit deinem individuellen Grad an Bereitschaft und Offenheit zu *Divine Openings*. Manche werden schneller weich werden und loslassen, andere etwas langsamer. Lass alles gehen, was dich zurückhält. Starke Abwehr gegen das Fühlen macht dich langsamer, aber keine Sorge: *Sie wird dich nicht stoppen!*

Meine Absicht ist, dass du deinen eigenen, direkten Draht zu deiner Quelle entdeckst. Natürlich haben dir viele Menschen in deinem Leben etwas zu geben. Genau zur rechten Zeit sagen sie dir etwas oder machen dir ein Angebot. Sie öffnen dir Türen, erweitern und bereichern deine Erfahrung. Die göttliche Lebenskraft lebt in uns allen und findet ihren Ausdruck. Begegne



allem mit einem offenen Geist, aber sei äußerst wählerisch, was du in dich hineinlässt. Es gibt da draußen so viele Angebote, die nicht funktionieren, nicht hilfreich sind oder dich von deinem Weg abbringen können. Umgib dich so viel wie möglich mit nährenden und aufbauenden Menschen, Dingen und Ereignissen. Wenn du noch keine *Divine-Openings*-Gemeinschaft hast, finde oder gründe eine Gruppe, um mit ein paar Familienmitgliedern und Freunden gemeinsam dieses Buch zu lesen. Und wenn dich etwas in Versuchung führt, deine Energie nach außen abzugeben, dann überlege es dir gut; es ist eine kritische Entscheidung. *Divine Openings* wird dich immer und immer wieder ins eigene Innere zurückführen.

**Jetzt kannst du anfangen,  
dem Göttlichen die Schwerarbeit zu überlassen.**

**Merke dir diesen Moment.**

Du wirst deine alte Realität schnell vergessen, also mach dir jetzt am besten ein paar Notizen!

Heutiges Datum: \_\_\_\_\_

Schreibe auf, was du erreichen willst – die ganze Liste, einschließlich dessen, was du für unmöglich hältst. Notiere, was du in dein Leben lassen und *wie du dich fühlen willst*. Verwende wenn nötig zusätzliche Blätter.

---

---

---

---

---

---

---

Was willst du erreichen, woran hast du »gearbeitet«, ohne dass es sich manifestierte? Wie wirst du dich fühlen, wenn es erreicht ist?

---

---

---

---

---

---

---

Was sind im Moment deine Herausforderungen? Wie wirst du dich *fühlen*, wenn sie gelöst sind?

---

---

---

---

---

---

Was willst du loslassen? Wie wirst du dich *fühlen*, wenn du davon frei geworden bist?

**Datum und Unterschrift**, um diesen Neuanfang in Erinnerung zu bewahren:

---

**Aktualisierung drei, sechs und zwölf Monate später:**

Prüfe, was du ursprünglich geschrieben hast, und schau nach den Veränderungen, die in deinem Leben eingetreten sind. Haben sich deine Wünsche verändert, je mehr du dein Leben aus deinem authentischen Selbst heraus gelebt hast? Eines ist sicher: Egal, auf welche Weise und in welcher Form es kommt, du kannst haben, was dein Herz sich aufrichtig schon lange ersehnt.

Schreibe auf, wie du dich nach drei Monaten *fühlst*:

---

---

---

---

---

---

Nach sechs Monaten fokussiere dich darauf, wie du dich jetzt *fühlst*:

---

---

---

---

---

---

Nach zwölf Monaten fokussiere dich darauf, wie du dich jetzt *fühlst*:

---

---

---

---

---

---

Inwiefern hat sich das, was du ursprünglich wolltest, inzwischen verändert? Wie hat sich die Wichtigkeit, dich gut zu fühlen, inzwischen für dich verändert?



# Tanzstunden von Gott



Als ich einem Freund vom Thema dieses Buches erzählte – davon, was passiert, wenn das kleine Selbst auf den Rücksitz rutscht und dem großen Selbst das Lenkrad überlässt –, da neckte er mich: »Also gibt es in deiner Geschichte ein paar spannende Autorennen und Überschläge?« Ich lachte: »Wenn das große Selbst am Steuer sitzt, wird das Leben zur *dramafreien Zone*.« Sobald du eintauchst in dein wahres Sein und anfängst, als dein großes Selbst zu leben, erlebst du statt der üblichen Dramen freudvolle Abenteuer, die du bewusst erschaffst.

Mein Leben war nicht immer frei von Dramen.

Mein Wunsch, das zu tun, was ich jetzt tue, wurde geboren, als ich zum ersten Mal einen erleuchteten Meister erblickte, meinen ersten Lehrer. Das war 1985. »Mach dir nichts vor«, sagte ich mir, »so wie er kannst du nie werden.« Mein geheimer Traum – zu unglaublich, um ihn jemandem zu erzählen – bestand darin, ein Buch zu schreiben, welches das Leben der Menschen verän-



dern könnte, auch wenn ich selbst abwesend war. Die Jahre vergingen, und ich vergaß meinen »törichten« Wunsch. Hätte mir damals jemand gesagt – mitten im Getümmel meines Lebens auf der Achterbahn mit all den unvorhersehbaren emotionalen Wechselbädern –, dass ich neunzehn Jahre später tatsächlich dieses Buch schreiben würde, hätte ich es für hoffnungslos unerreichbar gehalten, ein anderes Universum!

Die besten Dinge in meinem Leben kamen immer auf natürliche Weise zu mir, auch damals schon. Unser großes, unbegrenztes Selbst weiß, was wir wollen, besser als wir selbst, und es weiß auch, in welcher Form es am besten zu liefern ist. Aber erst, als ich schon über fünfzig war und *Divine Openings* in mein Leben trat, konnte ich so komplett loslassen, dass ich meinem großen Selbst das Steuer überließ. Heute brauche ich mir keine Ziele zu setzen, und alles bewegt sich noch schneller, und ich bin glücklicher als je zuvor.

Der Terroranschlag vom 11. September 2001 ereignete sich in der Zeit meiner großen Midlife-Hormonkrise, und über Nacht löste sich auch meine lukrative Karriere als Managementtrainerin und -beraterin in Luft auf, mitsamt meiner ganzen Motivation. Auch meine spirituelle Lehr- und Beratungstätigkeit gab ich damals auf. Ich ließ Gott wissen, dass es mich todkrank mache, mich ständig bloß mit Worten und deren Begrenzungen abzugeben. Bald darauf wurde ich geführt, als Künstlerin zwei Jahre lang in der kreativen Stille herumzuspielen und meine Seele wieder gesunden zu lassen. Ich sagte mir: »Nun bin ich Mittelalter und ausgebrannt. *Das kann ich nicht wieder aufbauen.*« Doch selbst in der kahlen Winterkälte sind stets unsichtbare, unterirdische Kräfte am Werk, die sammeln, zusammentragen, aufbauen. Seit geraumer Zeit hatte ich eine Vorahnung, dass etwas Großes sich ankündigte – das ich aber, wie früher gewohnt, weder planen noch vorhersehen konnte. Was dann kam, überstieg jedoch meine kühnsten Vorstellungen.



## *Wie ich lernte, mit dem zu sein, was ist*

Im März 2006 saß ich in einem Flugzeug nach Indien, auf mysteriöse Weise gedrängt, dort einundzwanzig Tage im Schweigen zu verbringen. In diesen einundzwanzig Tagen tauchte ich tief nach innen ein, direkt bis zur göttlichen Präsenz, indem ich mein eigenes, innerlich geführtes Retreat abhielt, statt dem offiziellen »Programm« zu folgen, das hier angeboten wurde. Ehrlich gesagt war Indien nie auf meiner Reisewunschliste gewesen. Ich habe keine östliche Religion studiert und war an Indien überhaupt nicht interessiert, bis ich einen Ruf von innen erhielt, dorthin zu fahren. Ich habe keinen Wunsch, dorthin zurückzukehren. Ich weiß, dass ich viele frühere Leben dort verbracht habe, aber da ich unerschütterlich in der Gegenwart zentriert bin, habe ich kein Interesse daran.

Während der einundzwanzig Tage in Einsamkeit und Stille, nur in Kommunion mit dem Göttlichen im Innern, erblühte in mir die tiefgehende Fähigkeit, Menschen zur Gnade zu öffnen. Diese drei Wochen waren so exquisit, dass ich von den harten Betonböden, auf denen ich saß, den winzigen Armeebetten im Schlafsaal und dem schrecklichen Essen kaum Notiz nahm. Es waren noch andere Leute da, aber ich lernte keinen von ihnen näher kennen. Mein Fokus war hundertprozentig nach innen gerichtet; ich war nicht gekommen, um Kontakte zu knüpfen. Ich war hier, um nach innen zu gehen und meine Abhängigkeit vom Außen zu beenden. Während nur wenige andere sich an die absolute Stille hielten, tat ich es – und ließ nur gerade so viel Augenkontakt zu, dass ich in den Gängen zum Schlafraum mit niemandem zusammenstieß. Die absolute Stille erwies sich für mich als zutiefst und dauerhaft transformierend.

Ich tat es damals für mich selbst, ohne zu erkennen, dass es mir meinen geheimen Traum erfüllen würde, das Leben anderer mit

Leichtigkeit zu transformieren. Mein brennender Wunsch war es, ohne Ablenkung nach innen zu gehen und ausschließlich mit der göttlichen Präsenz zu kommunizieren. Ich nahm diese Gelegenheit vollständig wahr, und es veränderte mein Leben. In dieser beschützten, abgeschiedenen Umgebung gab es nichts anderes zu tun und nichts zu erledigen. Ich entschied mich dafür, nicht per Telefon oder E-Mail mit Daheim zu kommunizieren, außer zwei Mal, als ich eine kurze Mail schickte, um Bescheid zu geben, dass ich lebte und es mir gut ging.

Was für eine tiefe Ruhepause! Vielleicht die einmalige Chance im Leben, drei Wochen nichts anderes zu tun, als in Kommunion mit dem Göttlichen zu sein. Es war himmlisch! Ich kam daraus tiefer entspannt hervor, als ich es in meinem ganzen Leben je erlebt hatte. Und so ist es auch geblieben, obwohl ich heute einen viel intensiveren Terminplan zu erfüllen habe, seit *Divine Openings* so erfolgreich geworden ist und so viele verschiedene Projekte, Veranstaltungen, Kurse, Musikaufnahmen, Bilder usw. hervorgebracht werden.

Die chronische Anspannung und Nervosität, die ich mein Leben lang mit mir herumgetragen hatte, verschwanden für immer. Wenn ich in Stress zu geraten beginne, bemerke ich es gleich und atme hinein, um damit weich zu werden, und es geht schnell weg, weil mein Körper wach und lebendig ist, erfüllt vom göttlichen Bewusstsein. Mit ein bisschen Achtsamkeit oder einem kleinen Stupser durch körperliche Übungen und Bewegungen korrigiert sich der Körper von selbst. Energiearbeit von anderen wird unnötig, weil man lernt, die eigene Energie in der Balance zu halten.

In jenen einundzwanzig Tagen liefen alle möglichen Emotionen in Wellen durch meinen Körper. Zuerst Panik, als ich meinen Reisepass abgeben musste, um in der nächsten Stadt eine Fotokopie davon machen zu lassen. Ich befürchtete, meinen Pass

nie wiederzusehen. Vor lauter Angst konnte ich in der ersten Nacht kein Auge zumachen, in der Gewissheit, in Indien gestrandet zu sein, falls der Pass verloren ging. Ich ahnte jedoch, dass dieses Drama im Grunde nur jahrzehntealte Ängste aktiviert hatte. Tatsächlich war es eine Einladung, dieser Angst auf den Grund zu gehen und sie vollständig zu fühlen, ohne sie beheben oder zum Verschwinden bringen zu wollen – und auf diese Weise die Energie wiederzugewinnen und ihre Schwingung anzubeheben.

Am zweiten Tag war die Angst erträglicher geworden, und am dritten Tag war sie kein Thema mehr. Ich musste tatsächlich lachen, als man mir am vierten Tag meinen Pass zurückgab, viel später, als man es mir zugesagt hatte.

Die Gefühle kamen in Wellen und durchströmten mich meist ohne irgendeinen Anlass. Grundlose Freude, grundlose Wut, Traurigkeit ohne Inhalt. Tränen kamen, und genauso plötzlich gingen sie wieder. Vieles von dem, was wir fühlen, ist noch nicht einmal unser Eigenes – oft ist es die Angst oder die Traurigkeit der Menschheit. Wir nehmen sie aus dem *alten Denken* auf, einem kollektiven Pool von starken, machtvollen Gedankenformen. Auf jeden Gedanken, der jemals gedacht wurde, kann immer noch Zugriff genommen werden. Wir schnappen die Schwingungen des *alten Denkens* auf, ziehen dann noch mehr von diesen Schwingungen an, und so geht es immer weiter, viele Generationen zurück. Im Verlauf dieses Buches wirst du diese Schwingungen des *alten Denkens* erkennen und anheben lernen.

Vieles von dem, was uns antreibt,  
beruht auf einer uralten, fehlerhaften Software,  
die uns vererbt wurde.

*Divine Openings* liefern dir ein Update.



Wegen der Angst wegen einer früheren Beziehung brachen über mir zusammen, als ich an einem anderen Tag in einem Meer von Furcht, Traurigkeit und Kummer auf und ab geschaukelt wurde. Bei mir zu Hause hatte ich an einem so geborgenen, glücklichen Ort gelebt und gewusst, wie wichtig es war, sich gut zu fühlen. Offensichtlich gab es da blinde Flecken, die mir überhaupt nicht bewusst gewesen waren, und jetzt starrten sie mir direkt ins Gesicht! Vorher hatte ich sie noch nicht einmal erkennen, geschweige denn verändern können, und nun kamen sie tosend an die Oberfläche.

Manchmal war ich ganz verloren in inneren Fragen und Zweifeln, die mein Verstand wie verrückt herumwirbelte: »Was tue ich hier? Ich fühle mich ja viel schlechter als vorher!« Doch sobald es mir wieder einfiel, dass ich die Gefühle einfach nur zulassen und spüren musste, kam es vor, dass sich Ängste, die ich in all meinen Jahren auf dem spirituellen und persönlichen Entwicklungsweg nicht überwinden konnte, plötzlich auflösten und meine Schwingung auf eine Ebene von Frieden anhoben, mit Augenblicken von Glückseligkeit. So entdeckte ich, dass sich jedes Gefühl, das vollständig erlebt wird, auflöst und dass sich eine niedrigere Energie auf eine höhere Frequenz anhebt, wodurch *ihre Power zurückgewonnen wird* und dann für produktivere Zwecke zur Verfügung steht. Damit wusste ich im Innersten, dass ich auf dem richtigen Weg war. Ich wusste, dass die Stille mir die totale Freiheit schenken würde, die ich suchte. So war es, und so ist es auch geblieben.

Als ich lernte, alles abzulegen und loszulassen, erschloss sich mir die Gnade, die für uns erledigt, wozu wir selbst nicht imstande sind. Jeder machtvolle göttliche »Erfüllungsgehilfe«, der je auf Erden wandelte, gab uns ein Geschenk der Gnade, um uns zu erhöhen – auf eine Art und Weise, wie unsere eigenen menschlichen Bemühungen es nicht könnten.

Wenn du, unterstützt von der Gnade, auch nur eine oder zwei zentrale Emotionen voll und ganz begrüßen, zulassen und annehmen kannst, erhöhen sie ihre Frequenz. Wenn du erst einmal deinen Widerstand gegen das freie Fließen der Gefühle verloren hast, werden alle Emotionen schnell gemeistert sein. Die zurückgehaltene Energie, die dich nach unten drückte, erhöht sich. An die Stelle der endlosen Bearbeitung von Themen tritt der einfache Fluss zugelassener Gefühle im Augenblick.

Vorbei sind die Tage, als du jede Emotion, jedes Thema, jedes Trauma, das du in der Vergangenheit erlebt hattest, einzeln durcharbeiten musstest. Gott sei Dank ist das alte Paradigma, dass man jedes Problem, Schicht um Schicht, einzeln verarbeiten müsse, nun für immer vorbei. Mit *Divine Openings* werden alle Fäden zusammengefasst und die Schwingungen insgesamt angehoben. Von nun an tust du einfach dein Bestes, um mit dem, was bei dir spontan auftaucht, Schritt zu halten.

Überraschenderweise war die Emotion, mit der ich am längsten kämpfte, meine Wut über jene Leute, die in unserem Schlafsaal und im Essraum miteinander flüsterten und damit meine köstliche, heilige Stille störten. Ich ahnte, dass ihnen vor der Stille und ihrer Konfrontation mit sich selbst graute, aber ich fand, sie sollten still sein und es wenigstens *mich* genießen lassen! Und wie konnten sie es überhaupt wagen, die Regeln zu brechen! Meine Empörung war absurd, denn ich bin ja selbst nicht gerade jemand, der sich an Regeln hält. Am längsten und härtesten von allem rang ich also mit meinem barschen Urteil über diesen Umstand, während die »großen Lebensthemen« sich völlig problemlos verwandelten!

Das Urteilen ist eine tief verwurzelte menschliche Gewohnheit. Die meisten Religionen haben uns damit durchtränkt. Mit meinem strengen Urteil gelang es mir schließlich, einfach präsent zu sein, es zu beobachten und dann loszulassen. »Nun gut, ich

beurteile diese Leute als schwach und rücksichtslos, weil sie hier ihre kostbare Zeit damit verschwenden. Sei's drum!« Damit löste es sich auf, und ich konnte sie mit Verständnis und Mitgefühl betrachten. Na bitte!

Als Welle um Welle aller denkbaren Emotionen durch mich hindurchrauschte, fühlte ich mich immer besser in der Lage, dem gelassen standzuhalten und mich mehr und mehr zu öffnen. Als ich vor keiner Emotion mehr Angst hatte, wurde ich frei. Auf dem harten, versengten Boden meiner vielen Jahre endlosen Suchens und zunehmender Entmutigung begann neue Hoffnung zu sprießen. Das war anders als alles, was ich bisher kannte. Ich konnte spüren, wie sich in mir eine neue Tiefe und Zuversicht öffneten. Mein größter Wunsch war, ein in sich ruhender Mensch zu werden, der keine Antworten, Lösungen und keine Heilung mehr im Außen suchen musste. Ich wollte eine direkte Verbindung zum Göttlichen bekommen. Und in der tiefen, reichen, zunehmend gedankenfreien Stille erfüllte sich dieser Wunsch.

In dem Maße, wie ich mich hingab und der Energie ihren Lauf ließ, erhob sich meine Schwingung von der Hoffnung hinauf zur Freude bis zur Ekstase, mit gelegentlichen Abrutschern in sogenannte negative Gefühle. Ich fing an, sogar die unangenehmen oder schmerzhaften Gefühle anzunehmen, willkommen zu heißen und als »vorübergehende Erfahrungen« wertzuschätzen, die ein wertvolles Geschenk für mich bereithielten.

Die Achterbahn der Gefühle, auf der ich mein ganzes Leben verbracht hatte und in der ich ewig festzusitzen drohte, kam durch Gelassenheit und das Annehmen aller Gefühle zum Stehen. Gelassenheit bedeutet, einfach gesagt, die Zustimmung zu allem, was ist. Als ich aufhörte, Widerstand zu leisten und die Gefühle verändern oder unterdrücken zu wollen, geschah ein Wunder. Ich erlebte sie nun einfach mit sanftem Akzeptieren – und sie bewegten sich mit Leichtigkeit.



Einige Tage waren zwar extrem schwierig gewesen, doch insgesamt war es eine wunderbare und erstaunliche Erfahrung. Auf minutenlanges bitteres Weinen, eine Stunde tiefsten Schmerzes, mehrere Tage voller Angst oder Wut folgten jedes Mal unweigerlich ein tiefer Friede und sogar Glückseligkeit. Dadurch, dass ich es zuließ, die Schwingungen vollständig zu erleben – indem ich mein Erleben der Gefühle beobachtete, ohne mich mit ihnen zu identifizieren, sie »gut« oder »schlecht« zu finden oder vor ihnen wegzulaufen –, geschah es jedes Mal, dass sie zur höheren, feineren Schwingung meines großen Selbst aufstiegen. Diese niederen Gefühle, das war nicht ich! Es war eine faszinierende Erfahrung, mich dabei in den Armen des Göttlichen sicher geborgen zu fühlen.

Ich entspannte mich noch mehr, als ich die Möglichkeiten erkannte, die darin lagen. Solange ich keinen Widerstand leistete, war ich bald befreit. Angst vor dem Fühlen und Widerstand gegen Gefühle bewirken mehr Leiden als das eigentliche Gefühl! Ich konnte sehen, wie andere dies nicht wahrhaben wollten und Widerstand leisteten – und wie sehr sie dabei litten. Diejenigen, die sich heftig dagegen sträubten – und das waren etwa 80 Prozent der Leute –, wurden sogar körperlich krank. Ich jedoch würde nie wieder vor Gefühlen Angst haben. Dies brachte mir einen erstaunlichen, bleibenden Frieden.

Wieder daheim war ich bald in der Lage, gleichermaßen zentriert und produktiv zu bleiben, ob ich nun Trauer oder Ekstase fühlte. Früher konnte ein starkes negatives Gefühl meine Produktivität und mein Wohlbefinden für Monate oder gar Jahre aus der Bahn werfen. Doch in mir war nun eine tiefe Gewissheit, dass die Rückkehr zum Glück etwas Natürliches war und unweigerlich passierte. Alles andere als diese Glücksschwingung konnte nur eine *vorübergehende* Trennung von meinem großen Selbst bedeuten.





Nach diesen exquisiten einundzwanzig Tagen fühlte ich mich erstmals in meinem Leben nicht mehr den äußeren Umständen, anderen Menschen, negativen Emotionen, der Welt, der Wirtschaftslage oder den Nöten dieser Erde ausgeliefert. In meinem Zentrum fest verankert konnte mich nichts mehr für längere Zeit umwerfen. Ich fühlte mich leicht, durchlässig und unsinkbar.

**Was du vermeidest, das beherrscht dich.  
Sei mit dem, was ist, und du bist frei.**

### *Energie und Emotion müssen sich bewegen*

Emotion, emotionale Energie, ist dazu bestimmt, sich zu bewegen und durch uns hindurchzufließen. Wenn Emotionen und Energie blockiert werden und nicht fließen können, sind wir nicht mit dem Lebensstrom verbunden. Jede Krankheit und jedes Leiden lassen sich auf Anspannung bzw. stagnierende Energie zurückführen, die sich nicht frei bewegen konnte.

Zu viele spirituelle Menschen bemühen sich, negative Emotionen zu vermeiden, auf magische Weise zu transzendieren, durch unterschiedliche Sessions und mit den verschiedensten Methoden loszuwerden. Oder sie streiten ab, sie zu haben. Sie wollen alle »schlechten«, niedrigen Emotionen umgehen und gleich in die »höheren« springen. Ich nenne das den »spirituellen Bypass«. Interessanterweise ist jedoch die spirituelle Entfaltung gehemmt, solange man sich nicht auf den durch und durch menschlichen Bereich der Emotionen einlässt. Erleuchtung erfordert, das gesamte menschliche Spektrum an Erfahrungen anzunehmen und die physische Ebene vollständig zu verkörpern – sie weder auszuklammern noch vor ihr zu flüchten oder darüberzustehen. Als erleuchtete Menschen bringen wir den

Himmel auf die Erde und suchen nicht nach einem schnellen Ausgang.

Wenn wir versuchen, unsere positiven Gefühle und Erfahrungen festzuhalten, gehen wir damit um, als wären sie Mangelware. Erkennen wir aber, dass sie in unbegrenzter Fülle vorhanden sind, so brauchen wir sie nicht einzufrieren, um sie zu bewahren. Lass sie fließen! Hör auf, positive Emotionen und Erfahrungen zu horten und negative Emotionen und Erfahrungen von dir fernzuhalten, denn beides wäre der Versuch, etwas aufzuhalten, das von Natur aus fließen muss. Natur ist Bewegung. Energie ist Bewegung.

Du feierst deine Geburtstagsparty und packst ein tolles Geschenk aus. Du freust dich und bewunderst es, reichst es herum und genießt es, bis du das nächste Geschenk aufmachst. Es wird nicht genauso sein wie das erste, trotzdem kannst du es ebenso genießen; und dann gehst du weiter zum nächsten Geschenk und zum nächsten. So ist es auch mit Erfahrungen. Sie kommen und gehen, bringen Glück oder Schmerz, und es gibt immer wieder neue. Die Quelle des Seins stellt uns einen endlosen Strom an Freuden und Erfahrungen bereit, und wenn wir offen und entspannt sind, wird jede süßer als die vorhergehende sein, in alle Ewigkeit.

**Halte das Geschenk nicht fest.  
Halte dich an den Schenkenden.**

Bald gelang es mir, schon Minuten nach dem Auftauchen von negativen Gedanken oder Emotionen damit präsent zu sein und sie zuzulassen, egal wie schwer, alt oder heftig sie auch sein mochten. Schließlich ging alles, was ich fühlte oder dachte, sanft vorüber und hinterließ bei mir zumindest Frieden, Leere und innere Stille, bestenfalls Seligkeit. Es war äußerst befreiend.



