

**HEYNE <**

### *Das Buch*

Harald Wessbecher beweist: Nicht allein Künstler und sogenannte »große Menschen« haben eine persönliche Bestimmung, sondern wir alle. Lebensnah und ohne jeglichen theoretischen Ballast zeigt der bekannte Lebenslehrer, wie jeder Mensch seine ureigenen, wirklichen Ziele erkennen und erreichen kann. Mit zahlreichen, vielfach bewährten Übungen und Meditationen werden unbewusste Potenziale und verborgene Energien aktiviert – um aus fremdbestimmten Lebensmustern auszusteigen und ein glückliches, erfolgreiches Leben im Einklang mit unserer wahren Bestimmung zu führen.

### *Der Autor*

Harald Wessbecher, ursprünglich Architekt, vermittelt seit fast zwei Jahrzehnten in Vorträgen, Seminaren und persönlichen Coachings praktische Methoden, wie wir unser Leben gesund, erfolgreich und mit mehr Lebensqualität leben können. Seine eigenen medialen Fähigkeiten ließen ihn frühzeitig die ungenutzten Möglichkeiten des menschlichen Bewusstseins erforschen mit dem Ziel, jene verborgenen Energien wahrzunehmen, die unser Leben prägen.

HARALD  
WESSBECHER

Entfalte deine  
Bestimmung

Lebe so, wie es dir entspricht und gefällt

WILHELM HEYNE VERLAG  
MÜNCHEN



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier  
*München Super* liefert Mochenwangen.

Taschenbucherstausgabe 01/2008

Copyright © 2003 by Integral Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Printed in Germany 2007

Redaktion: Dr. Juliane Molitor, Braunschweig  
Umschlaggestaltung: hilden\_design, München  
unter Verwendung eines Motivs von © Shutterstock  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-70080-2

<http://www.heyne.de>

# Inhalt

Vorwort .....	11
<b>1. TEIL</b>	
<b>Winter</b>	
<b>In der Ruhe gewinnen wir Klarheit über unsere Lebensabsicht. ....</b>	<b>15</b>
Einstimmung .....	17
Was ist spirituelle Magie? .....	17
Die Lebensabsicht .....	19
Das Bewusstsein als Gestalter der Wirklichkeit ....	22
Klare Ideen und kraftvolle Visionen .....	26
<i>Meditation – Freude</i> .....	28
<i>Meditation – Menschen als Vorbilder</i> .....	30
<i>Meditation – Dankbarkeit, Geborgenheit,     Schönheit und Liebe</i> .....	33
Warum wir überkommene Werte in Frage stellen müssen .....	36
Sicherheitsdenken .....	37
Das Leistungsprinzip .....	41
Verzerrtes Zeitverständnis .....	44
Das Wesen zeigt sich in der äußeren Form .....	48
Das bewusste Sein als schöpferische Kraft .....	50
Der Urzustand .....	51
Lebenskraft .....	53

Unsere Seele ist eine Dimension .....	54
<i>Übung: Was langweilt mich in meinem Leben?</i> ....	58
Der Wechsel von einer Dimension in eine andere .....	59
Parallele Wirklichkeiten .....	62
Positive und negative Berührung .....	71
<i>Übung: Welche Menschen berühren mich?</i> .....	73
<i>Meditation: Zwei Energiepunkte spüren</i> .....	83
Vier Schöpfungsideen oder Bewusstseinszustände .....	89
Bewusstseinszustand Schönheit .....	90
Bewusstseinszustand Geborgenheit .....	92
Bewusstseinszustand Dankbarkeit .....	94
Bewusstseinszustand Liebe .....	95
<i>Meditation – Gestaltung der Persönlichkeit</i> .....	101
<i>Übung: Welche Orte,</i> <i>Länder und Kulturen berühren mich?</i> .....	103
<i>Übungen für jeden Tag:</i> <i>Suche nach dem Wesen und dem Wesentlichen</i> ....	104
<i>Meditation – Sehnsucht nach dem Wesen</i> .....	106

## 2. TEIL

### Frühling

Das Bewusstsein wird zum Gestalter der Wirklichkeit. ....	109
Rückblick .....	111
<i>Meditation – Lebenssinn</i> .....	116
<i>Meditation – Vorbilder</i> .....	119
Der feste Wille anzukommen .....	123
Einstimmung .....	126
Das Dreieck der Psyche .....	127
Die menschliche Idee .....	130
Der Instinkt .....	131

Die Grundpersönlichkeit .....	133
Der See des Unterbewusstseins .....	136
Von der Unzufriedenheit zur Depression .....	141
Wer bin ich? .....	150
Der Weg des Abenteurers .....	152
Der Weg des Beobachters .....	153
<i>Übung: Welche Wesensaspekte</i>	
<i>fühlen sich aufgehalten?</i> .....	154
<i>Meditation – Das Tor zum Wesen öffnen</i> .....	157
<i>Meditation – Erforschung des Wesens</i> .....	160
Entscheidungsprobleme .....	162
Flucht vor der Erkenntnis .....	163
Jeder Mensch ist auf der Suche	
nach seinem Wesen .....	165
<i>Meditation – Verständnis, Toleranz und Liebe</i> .....	171
Woran erkennt man,	
dass ein Mensch sein Wesens-Ich lebt? .....	175
<i>Übungen für jeden Tag: Auflösung von</i>	
<i>Verwicklungen und Abhängigkeiten</i> .....	178
<i>Meditation – Der Beginn eines neuen Weges</i> .....	179

### 3. TEIL

#### Sommer

#### Mit Kraft und Motivation

bringen wir unser Leben in Bewegung. ....	183
---	-----

Rückblick .....	185
-----------------	-----

#### *Übung für jeden Tag:*

<i>Das Wesen verinnerlichen</i> .....	194
---------------------------------------	-----

<i>Meditation – Schönheit, Geborgenheit,</i>	
<i>Dankbarkeit und Liebe</i> .....	196

<i>Meditation – Inspiration</i> .....	198
---------------------------------------	-----

<i>Meditation – Ein Dialog zwischen</i>	
<i>Wesens-Ich und geschichtlichem Ich</i> .....	201

Die schöpferischen Kräfte unseres Bewusstseins .....	204
<i>Übung: Die drei Bücher der Gefühle und Resonanzen</i> .....	206
Buch 1: Die Vergangenheit beleuchten .....	208
Buch 2: Das Hier und Jetzt beobachten .....	209
Buch 3: Angenehme Visionen und Phantasien entwickeln .....	210
Das Schreibritual .....	212
Das Kern-Ich .....	227
<i>Übung: Geistloses Starren</i> .....	230
<i>Meditation – Besinnung auf das Wesentliche</i> .....	236
<i>Übung: Ordnen und Klären</i> .....	238
Die Basis des freien Willens .....	240
<i>Übungen für jeden Tag: Das Kern-Ich stärken,     den freien Willen aufbauen</i> .....	242
<i>Meditation – Freiheit und Hingabe     an das eigene Wesen</i> .....	243
<b>4. TEIL</b>	
<b>Herbst</b>	
<b>Wir ernten die Früchte dessen, was wir in Bewegung gebracht haben.</b> .....	247
Rückblick .....	249
Wahrnehmung und Bewusstseinsqualität .....	253
Der Kampf zwischen Gut und Böse .....	258
Der Körper ist kein Selbstzweck .....	261
<i>Meditation – Erstes Gespräch mit dem     geschichtlichen Ich und dem Wesens-Ich</i> .....	264
<i>Meditation – Zweites Gespräch mit dem     geschichtlichen Ich und dem Wesens-Ich</i> .....	267
Der Weg des Begreifens .....	272
Der freie Wille .....	273
Die Entscheidung für das Wesen .....	274



Vier Möglichkeiten, die Entscheidung für das eigene Wesen zu stärken .....	277
1. Peinlichkeiten aus der eigenen Geschichte beichten .....	277
2. Verwicklungen mit Menschen auflösen .....	279
3. Nicht reagieren .....	282
4. Bewusstes Ausrichten der Wahrnehmung .....	283
 <i>Meditation – Freiheit der Wahrnehmung</i> .....	289
<i>Übung: Schwächen zugeben</i> .....	294
<i>Meditation – Entscheidung für die Freiheit</i> .....	300
 Geistige Freunde, Helfer, Lehrer und der freie Wille .....	303
 Der Weg zur Meisterschaft .....	310
 Unser ständiger Begleiter ist der Tod .....	312
<i>Meditation – Lösung aus der Geschichte</i> .....	313
 <i>Übungen für jeden Tag</i> .....	323
1. Aspekte der Geschichte ablösen .....	323
2. Rollen erforschen .....	324
3. Verheimlichtes beichten .....	325
4. Selbstbeobachtung .....	326
 Die Weichen werden gestellt .....	326
<i>Meditation – Einklang mit dem Wesen</i> .....	327
 <b>5. TEIL</b>	
<b>Winter</b>	
<b>Wenn das Alte endet, beginnt das Neue.</b> .....	331
 Die Wahrnehmung neu ausrichten .....	333
 Einstimmung zum Aufbruch .....	342
<i>Meditation – Gefühle für die Zukunft</i> .....	351
<i>Meditation – Freiheit und Verantwortung</i> .....	355

<i>Übung: Visionen für die nächsten fünfzehn Jahre</i> .....	358
<i>Meditation – Der Weg zum Wesen</i> .....	364
Vortrag von Harald Zwei .....	368
<i>Harald Zwei Meditation – Ausrichtung der Schöpferkräfte unseres Bewusstseins</i> .....	376
Ausklang der Übung .....	379
<i>Abschlussmeditation – Spirituelle Magie des Bewusstseins</i> .....	393
Anhang .....	397
Meditative Übungen auf Kassetten und CDs .....	397
Weiterführende Literatur .....	412
Über den Autor .....	416

## Vorwort

Wünsche und Sehnsüchte machen unser Leben lebendig. Als Kinder lassen sie uns mit großen, neugierigen Augen ins Leben gehen, und wenn wir dann erwachsen sind, geben sie uns Motivation und Kraft, unser Leben dynamisch anzugehen und unser Glück zu suchen.

So sollte es zumindest sein, aber es scheint nicht immer so einfach. Wir alle spüren zwar Wünsche und Sehnsüchte in uns, aber wenn wir ihnen folgen wollen und sie zu erfüllen versuchen, stellen wir oft fest, wie schwierig das ist, weil wir nicht die notwendigen Fähigkeiten dafür zu haben glauben, oder weil sich nicht die richtigen Gelegenheiten ergeben.

Und selbst wenn wir erfolgreich waren, sind wir manchmal überrascht, weil sich unser Leben dadurch kaum verändert hat und wir auch überhaupt nicht zufriedener zu sein scheinen.

Aber wie kann das sein? Wenn wir uns umschauen, scheint in der Natur doch immer alles so geordnet zu sein, dass es zueinander passt, dass sich alle Dinge zusammenfügen und ein harmonisches Ganzes entsteht. Wie können wir mit Sehnsüchten geboren sein, für deren Erfüllung wir nicht die notwendigen Fähigkeiten und Möglichkeiten in uns tragen oder sich in unserem Leben keine Gelegenheiten ergeben?

Ich glaube, das kann überhaupt nicht sein. Und es ist auch nicht so!

Unser Problem scheint eher zu sein, dass wir nicht wirklich wissen, was wir wollen, und Wünschen nachjagen, die gar nicht aus uns selbst kommen, weshalb uns auch die Möglichkeiten für ihre Umsetzung fehlen. Und selbst wenn wir schließlich mit viel Mühe und Anstrengung erreicht haben, dass solche Wün-

sche in Erfüllung gehen, kann uns dieser Erfolg gar nicht vernügt und zufrieden machen, weil er uns nämlich überhaupt nicht berührt, solange unsere wahren Wünsche nach wie vor unerfüllt bleiben. Solange wir uns selbst nicht kennen, neigen wir dazu, Dinge zu tun, an denen uns gar nichts liegt, weil unser Umfeld oder unsere Vergangenheit uns dazu anleiten. Oder aber wir lassen uns von den Dingen abhalten, die uns wirklich berühren und weiterbringen würden, weil die anderen sie auch nicht suchen oder weil uns gesagt wurde, dass sie ohnehin nicht erreichbar sind.

All das macht uns unzufrieden, vielleicht sogar aggressiv, oder erzeugt zumindest Resignation und Lustlosigkeit. Wie viele Erwachsene gehen noch mit großen, freudigen Kinderaugen durch die Welt? Auf jeden Fall nicht so viele, wie wünschenswert wäre. Die meisten von uns tun Dinge, die sie nicht wirklich freuen, die aber scheinbar notwendig sind und unsere Sicherheit fördern.

Doch haben Sie sich schon einmal gefragt, warum Sie auch Dinge tun, die nichts mit Ihrer scheinbaren Sicherheit zu tun haben oder nicht direkt zum Überleben notwendig sind? Genau! Weil es Ihnen Freude macht. Wir leben eben nicht nur, um zu überleben, sondern wollen etwas aus unserem Leben machen, und zwar auf eine Weise, die uns gefällt. Aber warum widmen wir dann den Dingen so wenig Zeit, die uns erfreuen und gut tun? Warum strengen wir uns statt dessen ständig an und denken sogar noch, dies sei ein Zeichen von Reife? Ich glaube, wir tun das, weil wir gelernt haben, dass es so seine Richtigkeit hat, und deshalb nach nichts anderem mehr suchen.

*Ich glaube nicht, dass Gesundheit, Erfolg und Lebensqualität uns von Geburt an als natürliche Geschenke für dieses Leben mitgegeben worden sind, aber ich glaube, dass sie das Ergebnis von bewusster und sinnvoller Lebensführung sein können, wenn wir uns auf die Suche nach unseren inneren Möglichkeiten machen.*

Dieses Buch wird Sie auf eine Reise zu sich selbst und zu Ihren Möglichkeiten führen. Sie werden lernen, sich nicht mehr als

Produkt Ihrer Vergangenheit zu erleben und Ihre persönliche Geschichte abzulegen und damit auch alte Sichtweisen, Gewohnheiten und Verhaltensweisen, die Sie bis jetzt gefangen gehalten haben. Wenn Sie davon frei sind, können Sie sich auf die Suche nach sich selbst machen und nach Ihren wirklichen Wünschen und Sehnsüchten, die Ihnen sowohl zeigen, *wie* Sie durch diese Welt gehen möchten, als auch, *was* Sie erlebt haben wollen, bevor Sie irgendwann aus diesem Leben gehen. Und schließlich werden Sie lernen, die schöpferischen Kräfte Ihres Bewusstseins zu entdecken und sie gezielt und kraftvoll einzusetzen, um Ihre Bestimmung zu erfüllen.

Dieses Buch zeigt Ihnen den Weg zu Ihrem Wesen, aber gehen müssen sie ihn natürlich allein. Und wie Sie wahrscheinlich schon ahnen, wird sich Ihr Wesen mit seinen Sehnsüchten und Möglichkeiten Ihnen nicht plötzlich offenbaren. Es wird vielmehr ein längerer Weg dorthin sein, auf dem Sie viel Entschiedenheit und Ausdauer brauchen.

Dabei möchte Ihnen dieses Buch helfen. Es kann eine Art Begleiter für Sie sein, der Sie inspiriert, der Ihre Wahrnehmung für sich selbst und Ihr Leben schult, der Ihnen immer wieder Mut macht, nicht auf halbem Weg stehen zu bleiben, und der erst zufrieden ist, wenn Sie das deutliche Gefühl haben, auf dem Weg zur Freiheit zu sein und von Ihrer Bestimmung geführt zu werden.

Jede Entwicklung in der Natur vollzieht sich in einem natürlichen Rhythmus, zum Beispiel im Rhythmus der Jahreszeiten. Um zu verdeutlichen, dass jede Veränderung und jede Entwicklung Zeit braucht und einem natürlichen Rhythmus folgt, habe ich die notwendigen Schritte zur Befreiung und Entwicklung Ihrer Möglichkeiten bis hin zur Entfaltung Ihrer Bestimmung den Jahreszeiten und ihren Qualitäten zugeordnet. Diesen Weg zur eigenen Bestimmung sind vor Ihnen schon viele Menschen gegangen, mit denen ich persönliche Gespräche geführt habe oder die mir in meinen Seminaren begegnet sind. An den Erfahrungen und Erkenntnissen, aber auch an den Problemen dieser Menschen möchte ich Sie teilhaben lassen, weil ich darauf vertraue, dass Sie Inspiration und Ermutigung daraus beziehen werden. Daher habe ich echte Fragen und Rückmeldungen zu

bestimmten Inhalten, Lernschritten oder Erfahrungen in dieses Buch aufgenommen und sie nur so weit sprachlich angepasst, dass die Privatsphäre der betreffenden Personen gewahrt bleibt.

Der Weg zu Ihrer Bestimmung ist ein praktischer Weg, den Sie natürlich nur selbstständig gehen können. Deshalb habe ich als Hilfestellung zu diesem Buch die meditative Übung *Entfalte deine Bestimmung* auf CD entwickelt, die alle im Buch gemachten Erfahrungen zusammenführt und Ihnen hilft, die Schöpferkräfte Ihres Bewusstseins kraftvoll zu aktivieren und auf eine Zukunft auszurichten, in der sich Ihre Bestimmung entfalten wird.

Außerdem gebe ich im Anhang weitere praktische Anregungen, die Ihnen, wie ich glaube, eine Hilfe auf Ihrem Weg sein können.

Jetzt wünsche ich Ihnen, dass Sie die Möglichkeit wahrnehmen und das werden, was Sie sein könnten: Sie selbst, einzigartig und im Einklang mit dem großen Sein.

*Harald Wessbecher*

## Winter

**In der Ruhe gewinnen wir Klarheit  
über unsere Lebensabsicht.**

*Wir können uns nicht verändern,  
wenn wir nicht über uns nachdenken  
und uns neu begreifen.*





## **Einstimmung**

Wer bin ich? Wo komme ich her? Wo gehe ich hin? Was tue ich zwischen Beginn und Ende dieses Lebens? Wie kann ich das, was ich tue, möglichst erfolgreich, gezielt und bewusst tun? Diese Fragen klingen vielleicht einfach, aber sie sind gar nicht so leicht zu beantworten, und noch schwieriger ist es, entsprechend zu leben.

Selbst wenn wir den Weg zu den Antworten kennen – und dieses Buch zeigt mögliche Wege dorthin –, wird die Suche viel Zeit in Anspruch nehmen, und noch länger wird es dann dauern, die erhaltenen Antworten in das eigene Leben zu bringen, sie praktisch umzusetzen. In dieser Zeit der Suche wird sich aber schon vieles verändern. Sie werden lernen, aktiver und bewusster mit Ihrem Leben umzugehen und Veränderungen nicht mehr als bedrohlich zu erleben, sondern sie als Beginn eines Weges zu sehen, der Sie zu sich selbst führt. Geistige Souveränität, Freiheit und letztendlich Freude und Erfolg sind das Ziel dieses Entwicklungsprozesses. Die Basis aber, das, was diesen Prozess ermöglicht, heißt spirituelle Magie.

### **Was ist spirituelle Magie?**

Unter Magie verstehe ich zunächst den Prozess, in dem wir die schöpferischen Kräfte unseres Bewusstseins aktivieren, bündeln und so ausrichten, dass sie genau das in unser Leben ziehen, was ihnen entspricht. Unsere Wirklichkeit ist also ein Spiegelbild unserer Schöpferkräfte, jener geistigen Kräfte, die wir in unserem Bewusstsein hegen und bewusst und konzentriert mit

Energie versorgen können. Natürlich ist unsere Wirklichkeit immer das Resultat eines magischen Prozesses, selbst wenn wir unbewusst mit unseren Schöpferkräften umgehen. Die Magie, mit der wir uns hier beschäftigen, ist aber noch mehr als eine Technik, die wir gezielt einsetzen, um unser Leben zu gestalten. Ich nenne sie spirituelle Magie, weil sie zwar auch die Schöpferkräfte unseres Bewusstseins zur Gestaltung unserer Wirklichkeit lenkt und nutzt, sich aber andererseits in einem entscheidenden Punkt von dem unterscheidet, was wir normalerweise unter Magie verstehen: Sie gestaltet nicht nur unsere Wirklichkeit, sondern wirkt auch entsprechend unserer Lebensabsicht. Sie strebt die Verwirklichung unseres Selbst an, den erfolgreichen Ausdruck unserer Grundpersönlichkeit, unserer Sehnsüchte, unserer Fähigkeiten und Möglichkeiten im Einklang mit dem Sein und den Naturgesetzen, den göttlichen Schöpfungsprinzipien und dem göttlichen Plan.

Spirituelle Magie lässt die göttliche Absicht, das göttliche Bewusstsein durch uns wirken, während Magie, die als reine Technik verstanden wird, beliebige, möglicherweise stark egoistisch geprägte Ziele verfolgen kann, die mit der großen göttlichen Absicht und dem natürlichen Schöpfungsfluss vielleicht wenig bis gar nichts zu tun haben.

Es scheint mir nicht sinnvoll, magische Methoden zur Aktivierung und Nutzung unserer Schöpfungskräfte zu erlernen, wenn es nur darum geht, unseren unerfüllten Sehnsüchten nachzujagen und von außen übernommene Bedürfnisse zu befriedigen, die nichts mit unserer Bestimmung und unserem Wesen zu tun haben. Auf diese Weise würden wir wahrscheinlich nur das erfolgreicher tun, was wir schon immer getan haben, nämlich nach Sicherheit streben, Liebe und Anerkennung suchen und uns scheinbar gegen unsere Ängste schützen, statt sie aufzulösen. Damit würden wir der Masse folgen und wären dann so erfolgreich auf der Flucht vor uns selbst und unserer Lebensabsicht, dass wir uns vielleicht völlig verlieren würden. Und wenn wir uns nicht mehr spüren könnten, wäre auch die Suche nach uns selbst beendet.

Die magische Fähigkeit, die Schöpfungskräfte in unserem Bewusstsein zu aktivieren, sollten wir nur dann konsequent an-

streben, wenn wir damit Ziele in unserem Leben erreichen wollen, die unserer Selbstentfaltung dienen und im Einklang mit dem großen Sein sind. Unser innigster Wunsch sollte sein: »Ich möchte in meinem Leben all das erzeugen und geschehen lassen, was meinem Kern, meinem Wesen entspricht, und nur das.«

## Die Lebensabsicht

Der Anfang dieses Buches ist der Suche nach unserer Lebensabsicht gewidmet. Wir alle sind nicht nur geboren, um zu überleben, sondern wir überleben, um etwas ganz Bestimmtes, uns Entsprechendes zu tun. Wir bringen eine Absicht in dieses Leben mit. Woher diese Absicht kommt und wie sie sich von der Absicht anderer unterscheidet, ist nicht wirklich relevant. Entscheidend ist die Tatsache, dass wir uns nur dann wirklich wohlfühlen und Energie haben, wenn das Leben, das wir führen, uns entspricht, wenn unsere wirklichen Sehnsüchte erfüllt werden und wir unsere Fähigkeiten nutzen können. Wenn wir Dinge tun, die wir eigentlich nicht wirklich tun wollen, oder nicht das tun, woran uns wirklich etwas liegt, sind wir unzufrieden, verärgert und lustlos, haben keine Energie mehr und werden sogar krank. Deshalb stellen wir uns hier folgende Fragen: Wer bin ich und was will ich? Welche Aufgaben habe ich in dieses Leben mitgebracht und welche Ziele muss ich anstreben, damit sich der Sinn dieses Lebens erfüllt? Die Frage nach den Lebenszielen, nach dem, was wir lernen, erfahren oder erreichen möchten, bevor wir sterben, berührt aber nur einen Aspekt unserer Lebensabsicht. Genauso wichtig ist die Frage: Wie will ich diese Ziele erreichen? Oder besser: Auf welche Weise will ich durchs Leben gehen, damit ich diese Ziele erreichen kann? Welche Umstände, Menschen oder Situationen suche ich? Was muss in meinem Leben geschehen und auf welche Weise muss es geschehen, damit ich mich darüber freuen, in guter Stimmung einschlafen und fröhlich aufwachen kann? Was will ich suchen, damit ich mich freuen kann? Freude am Leben ist wichtig, denn Freude gibt Energie, die Energie, die

wir brauchen, um unsere Ziele zu erreichen. Das, worüber wir uns freuen können, ist letztendlich das, was zu uns gehört und uns entspricht. Alles, worüber wir uns nicht freuen, gehört auch nicht zu uns.

Damit wir unsere Ziele finden und erreichen können, müssen wir zunächst herausfinden, welche Fähigkeiten wir in dieses Leben mitgebracht haben, die uns helfen können, unsere Ziele zu erreichen. Unter Fähigkeiten verstehe ich nicht nur eine spezielle logische oder emotionale Intelligenz oder herausragende Begabungen handwerklicher, künstlerischer oder sonstiger Natur, sondern auch all die kleinen persönlichen Eigenheiten, die uns einzigartig machen. Unsere Lebensabsicht hat uns individuell und unverwechselbar gemacht und sie hat uns mit allem ausgestattet, was wir für ihre Erfüllung brauchen. In unserem Leben werden wir umso erfolgreicher, je mehr wir unsere Einzigartigkeit erkennen und umsetzen. Kein Mensch ist wie ein anderer. Daher sollten wir uns auch keinen anderen Menschen zum Vorbild nehmen, das wir ganz und gar nachahmen wollen. Wenn wir unsere Fähigkeiten und Eigenheiten entdecken und ausprobieren wollen, kann es allenfalls sinnvoll sein, einzelne Verhaltensweisen einer Person nachzuahmen und deren Wirkung auf uns selbst zu erforschen. Ein solches Vorbild wäre dann eine Inspiration auf dem Weg zu uns selbst. Jeder Mensch ist anders, weil jeder eine andere Lebensabsicht hat und andere Ziele verfolgt. Einen Menschen völlig zu kopieren, bedeutet langfristig, sich selbst zu verlieren. Doch obwohl wir einzigartig sind, haben alle Menschen, mit denen wir im Laufe unseres Lebens zusammentreffen, auch etwas mit uns zu tun. Irgendwie sind sie uns ähnlich und können uns auch etwas über uns selbst erzählen.

Deshalb werden wir der Frage nachgehen, warum wir mit unserer Lebensabsicht, mit unseren Möglichkeiten und Fähigkeiten genau zu dieser Zeit, an diesem Ort und mit diesen Menschen zusammen sind. Und dabei wird sich herausstellen, dass unser Schicksal, verstanden als Summe aller Fähigkeiten, Möglichkeiten und Ziele, die wir in dieses Leben mitgebracht haben, besonders von den Menschen geteilt wurde, zu denen wir am Anfang unseres Lebens eine enge Beziehung hatten.

Wir werden entdecken, dass unsere Grundpersönlichkeit und unsere Lebensabsicht der unserer Eltern, Geschwister und Verwandten erstaunlich ähnlich ist und wir teilweise sogar ähnliche Aufgaben und Ziele mitgebracht haben. Auch wenn uns das vielleicht nicht gefällt, werden wir merken, dass wir vergleichbaren Herausforderungen begegnen und ähnliche Sehnsüchte haben wie unsere Eltern und Geschwister – und nicht nur wie sie, sondern wie viele Menschen, die uns in den ersten sechs bis acht Jahren unseres Lebens irgendwie begleitet oder geprägt haben. In schwächerer Form gilt das auch für Menschen, die uns auf unserem späteren Lebensweg begegnet sind oder auch jetzt noch begegnen. Wir können unsere Lebensabsicht sogar noch besser erforschen, wenn uns bewusst ist, dass uns alle Menschen, die uns berühren – gleich, zu welchem Zeitpunkt sie in unserer Leben getreten sind –, auf unsere Lebensabsicht hinweisen oder sogar direkt zu ihr hinführen. Alles, was uns berührt, egal, ob es uns ärgert oder begeistert, hat mit unserem Wesen zu tun und weist uns auf unsere Grundpersönlichkeit sowie auf unsere Sehnsüchte und Fähigkeiten hin. Wenn uns Menschen berühren durch das, was sie tun oder sind, und wir diese Zusammenhänge kennen, können wir nach solchen Entsprechungen zu unserem Wesen suchen und verstehen, wieso wir im Laufe unseres Lebens bestimmte Menschen getroffen haben und wieso diese Menschen vielleicht immer noch da sind. Manchmal begegnen wir zum Beispiel dem gleichen Typ Mensch immer wieder, obwohl wir ständig versuchen, ihn loszuwerden. Dann ist dieser Typ Mensch ein Teil unseres Weges und unserer Bestimmung. Wir können bei den Menschen, die uns begegnen, grundsätzlich Rückenwindtypen, Gegenwindtypen und Konfrontationstypen unterscheiden, die uns an unsere Stärken erinnern oder die uns Probleme machen und dadurch zwingen, unsere Möglichkeiten zu nutzen, oder die uns in Frage stellen, damit wir unseren Standpunkt überprüfen. Interessanterweise gilt das gleichermaßen für Situationen oder Umstände, in denen wir uns regelmäßig wiederfinden.

Solche Zusammenhänge aufzudecken und nachvollziehbar zu machen, ist sehr hilfreich auf dem Weg zu uns selbst und daher das Ziel dieser ersten Etappe.

## Das Bewusstsein als Gestalter der Wirklichkeit

Später in diesem Buch lernen wir dann die Möglichkeiten kennen, derer sich unser Bewusstsein bedient, um unsere Wirklichkeit zu gestalten. Unser Bewusstsein lässt sich beschreiben als eine Flut von Schöpfungsideen, die wir in unserer Lebensabsicht mitbringen. Schöpfungsideen sind wie Magnete, die ungerichtete Schöpfungsenergie in eine gerichtete Form bringen und damit unsere Wirklichkeit manifestieren. Wir können sie bewusst pflegen und unser Leben damit beliebig gestalten.

Die so geformte Wirklichkeit wird dann wieder von unserem Bewusstsein wahrgenommen. Es erkennt sich dadurch einerseits in seiner Eigenschaft als Schöpfer, und andererseits begreift es seine eigenen Schöpfungsideen immer tiefer. In diesem Prozess wächst sowohl unser Bewusstsein (immer mehr Schöpfungsideen werden begriffen und manifestiert) als auch seine Schöpferkraft. Die Schöpfungsideen werden aktiviert und erhalten Energie über Gefühle, innere Bilder, Gedanken, Erwartungen und über unsere Wahrnehmung. Einmal aktiviert ziehen sie bislang ungerichtete Schöpfungsenergien an und bringen sie zur Manifestation. Das nenne ich den schöpferischen Aspekt der Magie. Unabhängig davon kann unser Bewusstsein seine Wahrnehmung auch auf bestimmte Aspekte der Wirklichkeit richten, die schon manifestiert wurden, während es andere ausblendet. Der Teil der Wirklichkeit, dem das Bewusstsein seine Aufmerksamkeit schenkt, wird auf diese Weise mit neuer Schöpfungsenergie versorgt und dadurch weiter erhalten. Das bezeichne ich als den erhaltenden Aspekt der Magie. Was aus dem Wahrnehmungsfeld unseres Bewusstseins ausgeblendet und ignoriert wird, bekommt keine weitere Schöpfungsenergie und wird aus unserer Wirklichkeit, aus unserem persönlichen Erlebniskreis verschwinden. Das nenne ich den auflösenden Aspekt der Magie.

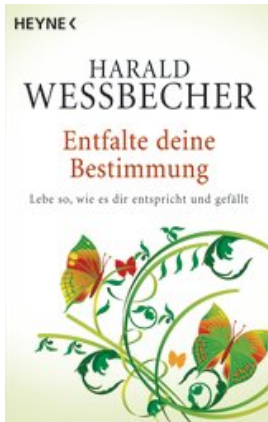
*Durch die Kraft seiner Wahrnehmung kann das Bewusstsein neue Wirklichkeiten erschaffen, eine bereits erschaffene Wirklichkeit erhalten oder diese Wirklichkeit auflösen.*

Je mehr wir uns dieser Gesetzmäßigkeiten bewusst werden und sie für unsere Lebensgestaltung nutzen, desto klarer werden wir erkennen, dass wir niemals Opfer sind oder waren und dass niemand außer uns selbst irgendetwas in unserem Leben verursacht. Vielleicht werden wir diese Erkenntnis anfangs als bedrohlich empfinden, weil es dann niemanden mehr gibt, dem wir die Schuld an unseren Misserfolgen geben können. Weder unsere Vergangenheit noch die harte, stressige Welt noch der unpassende Partner oder die schwierige wirtschaftliche Lage kann dann noch als Entschuldigung für Fehlschläge in unserem Leben dienen.

Für die Lebensqualität, die wir suchen, sind äußere Umstände bedeutungslos. Das einzige, was wirklich zählt, sind die Energien, die wir in unserem Bewusstsein pflegen, denn sie aktivieren die entsprechenden Schöpfungsenergien und gestalten nicht nur unser Leben, sondern bleiben sogar nach unserem physischen Tod als Vermächtnis. Wenn wir irgendwann aus diesem Leben in eine andere Dimension überwechseln, nehmen wir die Fülle aller Erfahrungen und Erkenntnisse dorthin mit. Die Wirklichkeit, die wir erleben, haben wir geschaffen. Sie ist der Spiegel jener geistigen Energien, die wir in unserem Bewusstsein pflegen, und dieses Prinzip gilt auch auf anderen Ebenen der Wirklichkeit, soweit ich dies beurteilen kann.

Im Licht dieser Erkenntnis hat die Opferidee natürlich ebenso wenig Platz wie die Vorstellung, wir müssten uns vor irgendetwas schützen, das uns bedroht. Das einzige, was uns möglicherweise bedrohen könnte, sind wir selbst beziehungsweise die geistigen Energien, die wir in uns tragen und pflegen, und davor können wir uns nur schützen, indem wir sie bewusst wählen.

Die meisten Menschen haben allerdings die Tendenz, einmal angenommene Gewohnheiten automatisch und völlig unbewusst fortzusetzen, und geraten auf diese Weise in einen Reaktions- und Wahrnehmungskreislauf, der sie weit von ihrer ursprünglichen Absicht wegführt. Damit bleiben sie das Produkt ihrer Vergangenheit und verspielen die Möglichkeit, ihr Bewusstsein als magische Ebene von Wahrnehmung und Erkenntnis gezielt für ihr weiteres Leben zu nutzen.



Harald Wessbecher

## **Entfalte deine Bestimmung**

Lebe so, wie es dir entspricht und gefällt

ERSTMALS IM TASCHENBUCH

Taschenbuch, Broschur, 416 Seiten, 11,8 x 18,7 cm

ISBN: 978-3-453-70080-2

Heyne Spiritualität und Esoterik

Erscheinungstermin: Dezember 2007

Jeder Mensch ist bestimmt für sein ideales Leben!

Jeder Mensch hat seine ganz persönliche Bestimmung. Wer sie erkennt, steigt aus Fremdbestimmung und schädlichen Verhaltensmustern aus und verwirklicht seine wahren Lebensziele. Mit zahlreichen Übungen und Meditationen zur Aktivierung unbewusster Potenziale und verborgener Energien. Der beliebte Weg, um gesünder, glücklicher und erfolgreicher zu werden.