



TANJA MAZUREK

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

*Wie Du Deinen
Traumpartner magnetisch
anziehst*

ECHNATON

Inhalt

Zum Geleit	9
Vorwort	13
Einleitung	21

PHASE 1 – DEIN ZUKUNFTSTRAUM

Deine Zukunftsgefühle	57
Was sagt die Quantenphysik?	67
Wie willst du als Traumfrau sein?	70
Dein Zukunfts-Ich	74

PHASE 2 – DIE BESTANDSAUFNAHME

Mittendrin in der Liebeskummer-Hölle	79
Phoenix aus der Asche – bereits auferstanden	82
Langzeit-Single – weshalb?	84
Deine Herausforderung	107
Liebesblockaden	114
Formen der Liebe	128
Alpha- und Beta-Frauen	131
Alpha- und Beta-Männer	138
Die Geheimnisse magischer Frauen	145
Das sexuelle Feuer schüren	153

PHASE 3 – RAN AN DEN MANN!

Flirten als Lebensform	165
Männer kennenlernen und auf sie zugehen	168
Die hohe Kunst der Verführung in früheren Zeiten	170

Die hohe Kunst der Verführung in modernen Zeiten	172
Das wahre Geheimnis deiner Ausstrahlung	185
Deine Stimme	201
Partnervermittlung	205
Der Perspektivenwechsel	210
Der Erstkontakt – und dann?	215
Das erste Date	221
Textnachrichten zwischendurch	230
Weitere Dates	238
Wenn Sex für dich ein Problem ist	247
Er meldet sich nicht mehr?	251
Wie du sein Herz doch noch eroberst	255
Fehler beim Manifestieren	258
Gibt es den Seelenpartner?	271

PHASE 4 – IHN BEHALTEN

Verbieg dich nicht	295
--------------------	-----

BONUS 1

Von der Raupe zum Schmetterling	301
---------------------------------	-----

BONUS 2

Die magischen Geheimnisse weiser Frauen	307
Alte Liebesverbindungen lösen	312
Energetische Verbindungen lösen	321
Verbindungen stärken	326
Nachwort	327
Die Meditationen	331
Die Autorin – Unterwegs im Auftrag der Liebe	334

Vorwort

Möge dir dieses Buch helfen, deine große Liebe in dein Leben zu ziehen und deine kraftvolle und weibliche Urkraft zu finden!

Du profitierst am meisten von der Lektüre, wenn du dich völlig darauf einlässt, die vorgeschlagenen Übungen machst und die magischen Werkzeuge mit möglichst offenem Geist anwendest. Bitte sei dir bewusst, dass es einer gewissen Kontinuität bedarf, damit das Gewünschte eintreten kann. Vom ein- oder zweimaligen Visualisieren kommt der Traumpartner selten um die Ecke gebogen – obwohl es rein theoretisch durchaus möglich wäre.

Unserer Realität ist eine gewisse Trägheit zu eigen – was beim Manifestieren zwar hinderlich ist, uns aber zum Schutz dient. Stell dir vor, alles, was wir den ganzen Tag unbewusst vor uns hindenken, würde sofort zu unserer Realität werden. Nicht auszudenken, welche Konsequenzen das hätte ...

Ich empfehle dir, möglichst oft zu meditieren; auch das ist ein magischer Akt. In der Stille deiner Gedanken, in der Leere bist du der Magie ganz nahe und hier kannst du einen wahren Quantensprung machen und – sofern gewisse Bedingungen zusammentreffen – in einer völlig neuen Realität erwachen.

Fortschrittliche Lehrer und Lehrerinnen wie Dr. Joe Dispenza, Gregg Braden, Dawson Church, Bruce Lipton, Lynne McTaggart u.v.m. verbinden wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Quantenphysik und den Neurowissenschaften mit

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

dem alten Wissen der spirituellen Lehrer aller Zeiten und Kulturen. Magie ist also kein Humbug oder Hexenwerk, sie ist – richtig angewandt – sehr mächtig und hilfreich, und die Schamanen dieser Erde arbeiten mit ähnlichen Hilfsmitteln, wie ich sie dir in diesem Buch vorstelle.

Wir erschaffen täglich aufs Neue unsere Realität – die meisten von uns eben sehr unbewusst. Wäre es nicht gut, am eigenen Leib zu erleben, wie Träume und Visionen in Erfüllung gehen? Stell dir vor, du würdest für deine Disziplin, Ausdauer und Kontinuität belohnt mit dem Erscheinen deines Traumannes. Wäre das die Arbeit nicht wert?

Ich könnte dir Geschichten aus meinem eigenen Leben erzählen; ich habe Dinge manifestiert, Erlebnisse von solcher Unglaublichkeit, dass ich selbst in ehrfürchtiges Staunen kam und nur noch Dankbarkeit verspürte. Zugegeben, die Gewissheit, dass ich selbst die Schöpferin meiner Realität bin, macht es nicht immer leichter. Du solltest nämlich auch bereit sein, in den Spiegel zu sehen, vor allem, wenn die Dinge nicht so laufen, wie du sie dir wünschst – was unheimlich wehtun kann. Also sei achtsam mit deinen Kreationen, sei bewusst und gestehe dir ein, was du wirklich fühlst und denkst.

Je bewusster du deinen vor sich hin plappernden Verstand wahrnimmst, desto mehr wirst du die Kontrolle über dein Leben zurückerhalten. Wenn ich mit meinen Klientinnen arbeite, begleite ich sie teilweise über eine längere Zeit hinweg, wenn sie an einer Stelle in ihrem Leben stehen, wo kein Stein mehr auf dem anderen zu bleiben scheint oder wenn sie sich Veränderung in mehreren Bereichen ihres Lebens wünschen.

Unsere Realität ist sehr träge, das schützt uns einerseits davor, in unserer Unbewusstheit Dinge zu manifestieren, die

katastrophal wären. Nur etwa 4% unserer Gedanken denken wir bewusst, alles andere läuft unbewusst ab. Andererseits kann Veränderung auch in einer Sekunde geschehen, wenn die Zeit reif ist, wenn uns die gewünschte Veränderung dienlich ist und wenn das Symptom längst überholt ist.

Alle meine Werkzeuge – Ahnen-Clearing, Hypnose, NLP, oder all die anderen wundervollen Tools, die ich kenne und die ich je nach Bedarf einsetze – können ganz schnelle Veränderungen in zwei bis drei Sitzungen herbeiführen. Vor allem bei Schlaflosigkeit, Ängsten, Phobien oder Abhängigkeiten kann ich hier schnell helfen. Du kannst darauf vertrauen, dass du dich von der Methode angezogen fühlst, die dir helfen kann.

Mitunter ist es aber auch sehr hilfreich, eine Begleitung, ein Coaching über einen Zeitraum von mindestens drei Monaten in Anspruch zu nehmen, eben weil sich diese Realität mitunter sehr zäh verhalten kann. Du kennst das sicher von deinem eigenen Weg: Du kommst von einem wundervollen Seminar und bist ganz euphorisch, dass sich jetzt endlich alles zum Guten wendet und anfangs tust du auch noch alles, was man dir empfohlen hat. Aber schon nach kurzer Zeit sinkt die Euphorie – du fühlst dich, als würde dich ein imaginäres Gummiband in die alte, dir schon bekannte Realität zurückholen.

Dies hat mitunter sogar mehrere Gründe: Einer meiner Lehrer, Dr. Joe Dispenza hat bei seinen wissenschaftlichen Studien herausgefunden, dass wir süchtig sind nach dem Hormoncocktail, den unser Körper ausschüttet, auch wenn er uns noch so sehr schadet. Als ich das zum ersten Mal hörte, fing ich an, mich und meine Liebsten bewusst zu beobachten und diese Theorie macht für mich absolut Sinn. Oder wir verbind-

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

den Liebe vielleicht mit Leid, weil wir unsere Eltern natürlich als Kind liebten, sie aber nicht fähig waren, uns all die Liebe zu geben, die wir benötigt hätten. Natürlich haben wir dann als Kinder gelitten und somit haben wir schon ganz früh ein Muster installiert, das dazu führt, dass wir als Erwachsene Menschen in unser Leben ziehen, die dieses Muster bedienen. Ich könnte hier noch unzählige Beispiele aufzählen und du wirst in diesem Buch natürlich auch weitere finden.

Du musst einfach wissen, dass das, was sich jetzt in deiner Realität zeigt, das Resultat dessen ist, was du in deiner Vergangenheit manifestiert hast. Die Veränderung, die bei Energiearbeit wie Ahnen-Clearing geschieht, ist mitunter so subtil, dass du nicht das Gefühl hast, dass sich etwas verändert hat. Ganz das Gegenteil ist allerdings der Fall. Manchmal vergessen wir sogar das, woran wir gearbeitet haben. Das zeigt, dass das Thema erlöst ist. Mitunter kann sich aber eine neue Schicht zeigen. Zudem wirken z.B. die Clearings nach, d.h., der Prozess geht weiter – von dir quasi unbemerkt.

Das, was du jetzt manifestierst, kann also im Grunde sehr schnell in dein Leben kommen, wenn es dir und deiner Entwicklung JETZT dienlich ist. Meistens ist Veränderung und Transformation allerdings eher ein Prozess. Denn der Weg zu deinem Ziel ist womöglich enorm wichtig für dich und deine Entwicklung und vielleicht ist es genau dieser Weg, den du gehst, die Geschichte, die du später anderen Menschen erzählen wirst, um ihnen Mut zu machen und um sie bei ihrem eigenen Weg zu begleiten.

Wenn es in deinem Leben eher um deinen Transformationsprozess geht, dann mache dir bitte immer wieder bewusst, dass sich deine bewussten Manifestationen womöglich zeit-

verzögert in deinem Leben zeigen. Dieses Wissen zu besitzen ist einfach enorm wichtig, damit du nicht die Flinte ins Korn wirfst und nicht aufgibst. Bleibe im Vertrauen, dass die Dinge zur richtigen Zeit geschehen. Und wenn du auf deinem Weg durch tiefe Täler des Leides gehen mußt, dann mache dir bewusst, dass dir das Leben damit einfach nur zeigt, wo es noch Themen gibt, die du erlösen darfst. Da wo Licht ist, ist auch Schatten und auch wenn es sich mitunter überhaupt nicht gut anfühlt, so ist es im Grunde dennoch eine Gnade, dass sich die Schattenthemen zeigen. Und um diese zu erlösen, müssen wir nicht jahrelang in Therapie gehen, das kann auch viel schneller gehen. All diese Dinge gelten nicht nur für die Partnersuche, sondern für alle Themen in deinem Leben.

Es geht in diesem Buch auch immer wieder um Sex – und warum es so wichtig ist, unsere Sexualität zu heilen. Obwohl diverse Medien einen anderen Eindruck vermitteln, ist Sex nach wie vor ein Tabuthema. Ich kann dir und den anderen Leserinnen jedoch einen besseren Dienst leisten, indem ich das Thema nicht tabuisiere. Natürlich wollen weder Frauen noch Männer nur ›das eine‹. Viel mehr als um Sex an sich geht es mir um die sexuelle Energie – ein Thema, das Frauen beschäftigt. Nur spricht halt niemand darüber ...

Ich möchte meine Leserinnen auffordern, einfach mit den Ideen zu spielen – nach dem Motto *Stretch your wings – Breite deine Flügel aus*. Mir ist bewusst, dass die Ideen mitunter provokant sind und womöglich auf inneren Widerstand stoßen. Doch bereits dieser Widerstand ist aufschlussreich und dient dir gegebenenfalls als ein Signal, das Beachtung verdient. Lerne dich selbst noch besser kennen und frage dich: »Warum wehrt sich etwas in mir gegen diese Vorstellung?«

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

Ich empfehle keineswegs, meine Ideen auch wirklich in der Realität zu leben, falls es sich für dich nicht wirklich gut anfühlt. Aber ›Frau‹ KÖNNTE, wenn sie denn wollte! Und falls du tatsächlich willst, sollte es ohne schlechtes Gewissen geschehen.

Letztlich geht es auch darum, starre Strukturen aufzuweichen und zu erkennen, welche Programme in dir installiert sind und quasi auf Knopfdruck ablaufen. Wenn deine Themen und Ängste getriggert werden, ist das sehr schmerzvoll, doch zugleich ist es eine Gnade, das erkennen zu dürfen und die Themen heilen zu können.

›Meine‹ Single-Ladys bekommen Aufgaben; sie verpflichten sich, sich für ihr Liebesglück genauso einzusetzen, wie ich es tue. Wie oft bekam ich schon bestätigt, dass diese Frauen alleine nicht sehr weit gekommen waren, egal, was sie unternahmen und wie viel Geld sie in kurzfristig heilsversprechende Methoden investierten. Sobald ein Buch gelesen, der Onlinekurs oder das Seminar zu Ende war, kehrten sie in die gewohnte Realität zurück – als wären sie an einem Gummiband angebunden und in die Ausgangsposition zurückgezogen worden.

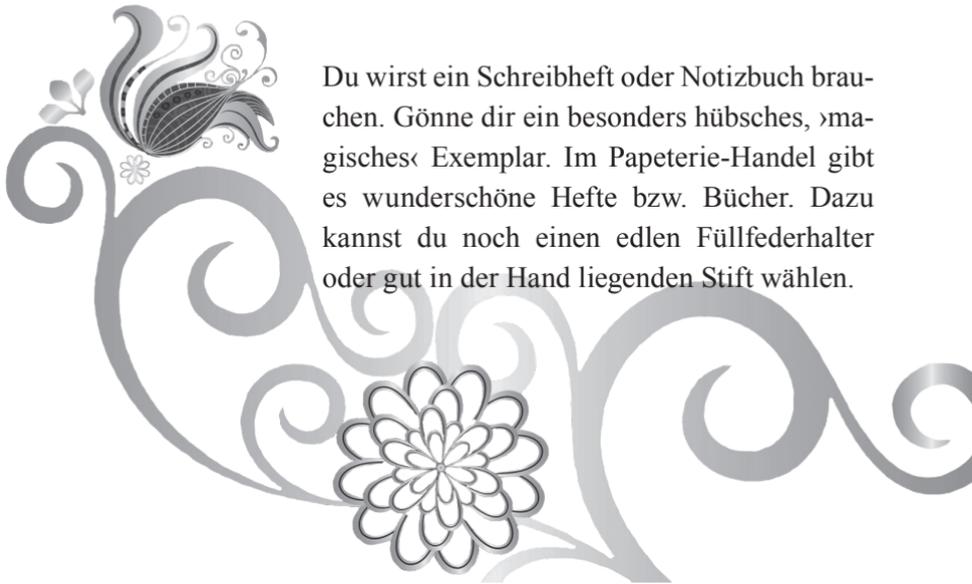
Meine Single-Ladys können sich voll und ganz auf mich verlassen, ich bin für sie da mit meinem Know-how, meiner Liebe und all meiner Erfahrung. Wir arbeiten mit viel Spaß an den Aufgaben und Erkenntnissen, oft tauchen wir gemeinsam sehr tief in den Teil der Persönlichkeit ein, wo die Altlasten liegen.

Wir bringen Licht ins Dunkel, um auf einer tiefen Ebene alchemistische Prozesse in Gang zu setzen, die für die Erlösung der alten, oft vererbten Themen sorgen können. Somit

ist wahre Transformation möglich. Deswegen mein dringlicher Appell an dich: Bitte lies das Buch nicht nur durch, sondern arbeite damit! So hast du den größten positiven Effekt.

Möge die Liebe mit dir sein!

Deine Tanja



Du wirst ein Schreibheft oder Notizbuch brauchen. Gönn dir ein besonders hübsches, »magisches« Exemplar. Im Papeterie-Handel gibt es wunderschöne Hefte bzw. Bücher. Dazu kannst du noch einen edlen Füllfederhalter oder gut in der Hand liegenden Stift wählen.

Einleitung

RAPUNZEL – NICHT MEHR BLUTJUNG

Sie sitzt nun schon sehr lange in ihrem Turm und wartet auf ihren Prinzen. Die Hexe, die sie in den Turm verbannt hat, ist mittlerweile gestorben, und der Prinz, der anfangs Feuer und Flamme war und ihr versprach, er werde immer für sie da sein, ist verschwunden. Rapunzels Zopf ist inzwischen so lang und schwer geworden, dass sie sich kaum noch bewegen kann. Sie ist einsam, das Gesicht in ihrem Spiegel hat Falten bekommen, ihr jugendlicher Optimismus ist einer beginnenden Depression gewichen.

Aus der Post, die eine mitleidige Brieftaube ab und zu am Turmfenster ablegt, erfährt Rapunzel, dass ihr geliebter Prinz, auf den sie seit 30 Jahren wartet, längst ein König ist, mit einer Königin an seiner Seite, die aussieht wie Rapunzel in jungen Jahren. Rapunzels Traum vom großen Liebesglück zerplatzt wie eine Seifenblase.

Sie weint sich in den Schlaf und hat einen merkwürdigen Traum: Eine Fee besucht sie und teilt ihr mit, sie sei dazu bestimmt, eine Königin zu sein, doch müsse sie nun bald ihren Rapunzel-Turm verlassen und ihren langen, schweren, alten Zopf abschneiden, um beweglicher zu sein. Zu ihrer Bestimmung gehöre nämlich, dass sie sich selbst auf die Suche nach ihrem Prinzen begibt, damit beide – Seite an Seite – zu Königin und König gekrönt werden, die gemeinsam ihr Reich regieren. Die Suche nach dem Richtigen werde sie an Orte

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

bringen, wo es viele verführerisch schöne Prinzen gibt. Sie solle achtsam sein, ihr Herz nicht an den Falschen zu verlieren.

Die Fee meint weiter, dass Rapunzel womöglich den einen oder anderen Prinzen küssen müsse, um die Unterschiede kennenzulernen und durch den Vergleich zu wissen, wann sie ihr Herz vollständig für den Richtigen öffnen darf.

Auf ihrer Heldinnenreise werde Rapunzel in viele magische Geheimnisse von weisen alten Frauen eingeweiht, die wissen, wie sich eine Prinzessin wieder mit ihrer weiblichen Urkraft verbinden kann. Das sei wichtig, damit sie später liebevoll und weise das Reich an der Seite ihres Königs regieren kann, der von den weisen alten Männern ebenfalls seine männliche Einweihung erhalten habe. Die Welt brauche Paare, die die Geheimnisse der Liebe kennen und gemeinsam ein Feld erschaffen, in dem sich die Liebe ausbreiten kann. Dies ist von hoher Bedeutung und Wichtigkeit für das Wohlergehen des gesamten Planeten.

Kaum hat die Fee zu sprechen aufgehört, berührt sie mit ihrem Zauberstab Rapunzels Stirn, Herz und Unterleib. Rapunzel erwacht aus ihrem Traum ... und weiß, sie muss sich auf den Weg machen.

Es ist ein wunderschöner Frühlingmorgen, die Vögel singen noch lauter als sonst, und die Brieftaube, die immer wieder aus Mitgefühl mit Rapunzel vorbeigeschaut hat, spürt die Veränderung, die sich zugetragen hat.

Rapunzel ist es gewohnt, mit den Tieren zu sprechen, die sie gerne besuchen. Also erzählt sie der Taube von ihrem merkwürdigen Traum. Und als Rapunzel anfängt, zu überlegen, wie sie den Turm verlassen kann, um ihren Prinzen zu

suchen, wird auch die Taube ganz aufgeregt; sie beschließt, nicht zu ihrem Herrn zurückzukehren, dessen Briefe sie verteilen muss, nein, sie will Rapunzel helfen, denn sie kann fliegen und die Lage von oben betrachten.

Gerührt und erfreut nimmt Rapunzel das Angebot der Taube an. Hurtig packt sie ihre Siebensachen und seilt sich an ihrem dicken Zopf, der doppelt so lang ist wie die Strecke zwischen Fenster und Erdboden, nach unten in die Freiheit ab. Nachdem sie beherzt und erleichtert den Zopf mit einem Messer abgeschnitten hat, läuft sie in den Wald, begleitet von der fliegenden Taube. Rapunzels Abenteuer in der Freiheit hat begonnen.

DARF ICH VORSTELLEN: SONJA

Sonja klappt das Büchlein zu, das sie von ihrer besten Freundin Doris geschenkt bekommen hat. Sie liegt schon im Bett und ist beim Lesen müde geworden. Sonja ist alleine, ihr Mann Alfons ist auf Geschäftsreise, was einerlei ist, denn wäre er nicht aus beruflichen Gründen zig Kilometer weit entfernt, würde er vermutlich länger in der Firma arbeiten, wie so oft in den letzten Monaten. Sonja hat ein beklemmendes Gefühl, wenn sie an Alfons denkt. Also wischt sie die Gedanken fort und schläft schließlich ein.

Sonja ahnt nicht, dass es die letzte Nacht sein wird, in der ihre kleine Welt noch halbwegs in Ordnung zu sein scheint. Morgen schon wird alles wie ein Kartenhaus zusammenbrechen, kein Stein wird auf dem anderen bleiben, und Sonja wird vom Leben dazu gezwungen werden, sich auf den Weg

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

in eine ungewisse Zukunft voller Abenteuer zu begeben. Dazu muss auch Sonja von ihrem Turm herabsteigen und die alten Zöpfe abschneiden. Sie wird mehrere Prinzen küssen, bis sie ihren König findet, aber sie wird sehr viel Spaß dabei haben. Und damit sie den Überblick im dichten (Männer)-Wald nicht verliert, braucht auch sie ihre ›Tauben‹ an ihrer Seite – in diesem Fall: mich als ihren Coach.

Du wirst Sonja ein Stück auf ihrem Weg begleiten, liebe Leserin, du wirst erleben, wie Sonja die magischen Geheimnisse der weisen Frauen kennenlernt und zu einer der Frauen erblüht, die im Alter so begehrenswert für Männer werden, wie sie es in ihrer Jugend nie waren. Indem du die Übungen machst, die ich dir empfehle, wirst auch du wachsen und zu einer ›Königin‹ werden.

DAS ALTE PARADIGMA

Ich verrate dir mein großes Herzensanliegen: Bitte glaube mir und erkenne in der Tiefe deines Wesens, dass es keinen Grund gibt, über dein Alter zu verzagen und zu denken, du würdest in deiner zweiten Lebenshälfte keinen Mann mehr ›abbekommen‹.

Wir leben in einer Gesellschaft, in der die Jugend gefeiert und uns suggeriert wird, wir würden allmählich zum alten Eisen gehören. Man sagt uns, dass unsere Libido sinke, während unsere Falten zunehmen und uns die Hormone schlimmstenfalls zu lustlosen, frustrierten, alten ›Schachteln‹ mutieren ließen, die sich einsam rosarote und himmelblaue Fernsehromanzen reinziehen und von der Liebe träumen,

anstatt sie zu erleben. Das komplette Gegenteil ist der Fall! Wenn wir uns befreien, kann in unserer zweiten Lebenshälfte unsere Sexualität explodieren, und wir sollten unser sexuelles Feuer auch nicht erlöschen lassen, während wir uns auf unseren Traumpartner vorbereiten. Das hat viele Gründe, die ich in diesem Buch erläutern werde.

PARTNERSUCHE IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE

Ja, es ist mit Sicherheit etwas anderes, mit 45 oder 60 auf Partnersuche zu gehen als mit 25 oder 35. Wobei – ich kenne Dreißigjährige, die schon jammern, sie seien zu alt und würden sicher keinen Mann mehr finden.

Also ja, es gibt einen Unterschied. Wir haben mehr erlebt, wir sind in der Regel öfter verletzt worden, unsere Herzen tragen mehr Narben als in jungen Jahren. Unsere Programmierungen sind noch fixierter, ebenso unsere Ansichten über das Leben. Wir sind so in unserem Wahn, dass wir uns gar nicht ausmalen, wie unendlich viele Möglichkeiten und Chancen es gibt und wie viele Wunder sich in unserer Welt ereignen. Insofern stimmt es, dass die Partnersuche anders ist als in jungen Jahren.

Was allerdings immer noch gültig ist: gewisse archaisch in uns angelegte Gesetzmäßigkeiten. Ein klassisches Beispiel: Frauen senden Signale, und Männer reagieren darauf, ihr Jagdtrieb springt an. Ja, diese Darstellung ist krass aufs Wesentliche reduziert, doch irgendwie funktioniert es genau so. Dazu später mehr.

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

Es gibt einen Spruch, den ich sehr mag: »Wenn du Gott zum Lachen bringen willst, erzähle ihm von deinen Plänen.« Ich kannte diesen Spruch schon, bevor ich etwas erlebte, das mich dazu gebracht hat, zu den Wurzeln zurückzukehren sowie Frauen zu coachen und dieses Buch zu schreiben. Ja, auch ich hatte einen Plan. Ich wollte an der Seite meines damaligen Mannes alt und grau werden. Ich dachte wirklich, ich sei angekommen, schließlich hatte ich ihn mir zehn Jahre zuvor bewusst manifestiert. Aber das Leben hatte andere Pläne mit mir.

Bevor wir uns also um dein Liebesglück und um die magischen Geheimnisse der weisen Frauen kümmern, bevor wir die alten Lehren mit modernen Flirt-Strategien verbinden, sollst du im nächsten Kapitel meine eigene Geschichte kennenlernen. Ich möchte, dass du verstehst, was mich antreibt und warum ich den Ereignissen meines Lebens einen Sinn abgewinnen möchte. So dunkel, kalt und einsam sich die tiefen Täler auch anfühlten, durch die ich gehen musste – ich wäre nicht an der Stelle, an der ich heute stehe, ich wäre nicht die Frau, die ich heute bin, wenn ich all das nicht erlebt hätte, wovon ich dir gleich erzähle.

Ich wünsche dir von Herzen, dass auch du auferstehst wie Phönix aus der Asche, dass du die neuen Chancen in deinem Leben erkennst und dich ebenfalls mit der Weisheit des weiblichen Feldes verbinden kannst. Mögen dir all die wundervollen Männer da draußen zu Füßen liegen, mögen sie dir viel Freude bereiten, bis der Richtige kommt, der es verdient hat, dein Herz zu gewinnen.

MAGIE

Wenn ich von Magie schreibe, meine ich ausschließlich die Manifestation dessen, was dem höchsten Wohl aller dient. Ich distanzieren mich ausdrücklich von schwarzmagischen, manipulativen Ritualen und Praktiken, zumal ich es für sehr gefährlich halte, sich dem hinzugeben; es ist, als würde man seine Seele verkaufen.

Ich persönlich fühle mich sehr den Schamanen dieser Welt verbunden, vor allem den Kahunas, den Schamanen Hawaiis, und den Curanderos, den Heilern Südamerikas. Serge Kahili King, ein Kahuna, der auch über eine längere Zeit in der schamanischen Tradition Westafrikas ausgebildet wurde, sagte einmal: »Es gibt keine alten Schwarzmagier. Wenn ein Schwarzmagier alt aussieht, dann sieht er nur alt aus.«

Alles Dunkle zieht uns langfristig Energie ab. Über sich selbst oder andere schlecht zu denken bzw. zu reden oder – noch schlimmer – darüber nachzudenken, jemandem etwas heimzuzahlen bzw. auf Rache zu sinnen, erzeugt ein Energiefeld, das sich sehr destruktiv auf seinen Erzeuger auswirkt. Durch schwarzmagische Praktiken begibt man sich energetisch in eine Abwärtsspirale; körperliche und seelische Probleme können sich manifestieren. Ein Schwarzmagier hat gewiss kein liebevolles, offenes Herz.

Unsere Seele, unser höheres Selbst oder wie immer du diese höhere Intelligenz in dir bezeichnen magst, strebt nach Expansion, nicht nach Destruktivität.

Wenn ich also von Magie spreche, dann meine ich damit alles, womit wir mehr Liebe in unser Leben bringen können. Dazu gehört auch, in uns selbst »aufzuräumen«, unsere Schatten ans Licht zu bringen, sie dieser höheren Intelligenz zu

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

überlassen, im Vertrauen auf Heilung sowie Manifestation dessen, was uns allen dienlich ist.

Wir alle sind fasziniert von dieser Form der Magie, anders lässt sich der Erfolg von Büchern und Filmen eines gewissen Zauberschülers mit der Blitznarbe auf der Stirn nicht erklären. Und tatsächlich tragen wir alle diesen magischen Anteil in uns; bei vielen Menschen ist der Zugang nur verschüttet. Vor allem wir Frauen haben durch unser gelebtes Schöpfer-tum als Mütter einen Zugang zu altem, überliefertem Wissen und zur Weisheit unseres Körpers und des morphogeneti-schen Feldes.

Schamanisch-magische Praktiken und Tools haben mitt-lerweile in erfolgreiche große Firmen Einzug gehalten. Die CEOs von Google und Co haben gelernt, sich selbst in medi-tative Zustände zu versetzen, um Inspiration und neue Ideen zu bekommen und sie über Visionsarbeit in die materielle Realität zu bringen. Diese Techniken haben auch Eingang ge-funden in Therapieformen wie Neurolinguistisches Program-mieren (NLP), Familienaufstellung, Katathymes Bildererle-ben, Gestalttherapie usw., auch wenn das nur die wenigsten wissen.

Das Wort ›Magie‹ hat mit ›Imagination‹ zu tun: Wir stellen uns etwas vor unserem inneren Auge vor. Über unseren in-neren Raum sind wir mit dem göttlichen Feld verbunden, wir sind die Beobachter dessen, was wir uns vorstellen.

Gemäß den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Quan-tenphysiker ist alles im Universum vernetzt. Durch unsere Erwartungshaltung beeinflussen wir das Ergebnis, d.h. wenn wir aus tiefstem Herzen das Beste erwarten und daran glau-ben, dann wird uns auch das Bestmögliche widerfahren. In

tiefer Meditation tauchen wir ein ins Quantenfeld, wo Raum und Zeit nicht existieren. Unser Verstand hat Sendepause, wir sind eins mit der universellen Intelligenz. Ein einziger positiver Gedanke in diesem friedlichen Zustand kann unsere gesamte Realität verändern, weil dieser Gedanke eine Frequenz aussendet, die das gewünschte Ergebnis SOFORT in unser Leben ziehen kann.

Einer meiner Lehrer, Dr. Joe Dispenza, ist ein wahres Genie darin, diese Phänomene wissenschaftlich zu erklären. Das hilft vor allem sehr kopflastigen, kritischen Menschen, sich auf diese Konzepte einzulassen. Ich selbst durfte die große Gnade erfahren, in Dr. Joes Retreats und später auch außerhalb davon in sehr tiefen Meditationen nicht nur meine Zirbeldrüse ›befreien‹ zu dürfen, sondern dadurch auch Zugang zu den Mysterien zu erhalten, von denen spirituelle Lehrer aller Zeiten erzählen. Ich durfte vollkommen klare Momente erleben, in denen es keine Fragen und Wünsche mehr gab. Jedoch gehört es zum ›Spiel‹ auf dem Planeten Erde, all das auch wieder zu vergessen, sobald wir in die Dreidimensionalität zurückkehren und eintauchen. Je öfter wir allerdings mit der Wahrheit hinter den Schleiern konfrontiert werden, desto mehr verankert sich das universelle Wissen in unseren Zellen und wir wissen dann einfach, dass lichtvolle magische Praktiken sehr kraftvoll und wirksam sind.

Daher möchte ich dir magische Tools näherbringen, die du dazu nutzen kannst, deine große Liebe magnetisch in dein Leben zu ziehen. Und nicht nur das. Vieles davon kannst du auf alle Bereiche deines Lebens übertragen. Spannend ist außerdem, dass nachhaltige Veränderungen in einem Bereich natürlich Auswirkungen auf alle anderen Lebensbereiche haben.

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

Mit zum magischen Denken gehört für mich auch, die Geschehnisse nach und nach aus einer höheren Warte betrachten zu können und die Zusammenhänge zu erkennen. Je verbundener wir uns fühlen, je mehr wir uns unserer Schöpferkraft bewusst sind, desto freier werden wir.

Zu dem Zeitpunkt, da ich dies schreibe, weiß ich, dass ich durch den Schmerz, die damit zusammenhängenden Erkenntnisse und die Schattenarbeit geradezu eine Rakete in Sachen ›Entwicklung‹ bestiegen habe. Ich fühle mich sehr gereift, aber zugleich sehr viel demütiger als früher, bevor ich den Verlust meines früheren Ehemannes bewältigen musste. Und spannend ist vor allem: Wohin wird mich mein Weg noch führen?

Trotz unserer aller Fähigkeit, bestimmte Ereignisse bewusst manifestieren zu können, bleibt das Leben voller Geheimnisse und Mysterien. Ja, es ist wahrhaftig voller Magie und Wunder, wenn wir es zulassen können.

DIE MAGIE DER 7 – DIE ERWECKUNG UNSERER WEISHEIT

Vermutlich hast du schon einmal etwas vom 7-Jahres-Zyklus gehört. In vielen Kulturen hat die Zahl 7 eine besondere Bedeutung und auch in unserer modernen Zeit gilt die 7 als rhythmusgebende Zahl, die sich durch unseren Alltag zieht. Zudem erneuern sich die Zellen unseres Körpers in etwa alle 7 Jahre und wenn wir auf unser Leben zurückblicken, werden wir feststellen, dass große Veränderungen ebenfalls diesem 7-Jahres-Rhythmus unterliegen.

Clarissa Pinkola Estés beschreibt in ihrem Buch *Die Wolfsfrau*¹ folgende Phasen des weiblichen Lebens:

Bis zu unserem 7. Lebensjahr lernen wir vor allem über unseren Körper – wir lernen laufen, sprechen und knüpfen soziale Kontakte. Zwischen dem 7. und dem 14. Lebensjahr entwickelt sich unsere Vorstellungskraft und unser Ich-Bewusstsein immer mehr, der rationale Verstand gewinnt immer mehr die Oberhand.

Zwischen dem 14. und dem 21. Lebensjahr erwacht die Sexualität, wobei viele Mädchen heute noch viel früher in die Pubertät kommen. Die Eltern werden immer unwichtiger, dafür gewinnen Äußerlichkeiten und das eigene Image enorme Wichtigkeit. Die Zeit zwischen 21 und 28 ist die Zeit des Aufbruchs und der Autonomie. Wir lösen uns vom Elternhaus und entdecken neue Welten. Beruf und Partnerschaft nehmen einen immer höheren Stellenwert ein.

Die Jahre zwischen 28 und 35 ist die Zeit der Elternschaft, es ist eine sehr arbeitsreiche und leistungsfähige Phase. Wir widmen uns der Familie, unser Selbstvertrauen wächst. Zwischen 35 und 42 erleben viele von uns eine Zeit der Krisen. Meist ist dies auch der Beginn des seelischen Wachstums, es kommt zu inneren und äußeren Kämpfen, auch in der Partnerschaft. Dafür gewinnen wir an innerer Tiefe und Erkenntnis.

Die Phase zwischen 42 und 49 nennt Estés die ›Zeit der ersten Seelenweisheit‹. Wir wachsen durch Krisen, stoßen an unsere Grenzen und sehen die Dinge klarer. Die Menopause kündigt sich an, die hormonellen Veränderungen sorgen für Verwirrung und Stimmungsschwankungen. Die Jahre zwischen 49 und 56 ist die ›Zeit der Unterwelt‹. Wir werden mit

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

den dunklen Seiten in uns konfrontiert, mit den Themen, die uns Angst machen. Hier haben wir die große Chance, enorm zu wachsen, wenn wir unsere Dämonen nicht wegsperren, sondern mit ihnen arbeiten. Am Ende dieser Schattenzeit steht laut Estés die ›vollständige Einweihung‹, auch für unsere Partnerschaft, wenn sie bis dahin gehalten hat.

Zwischen 56 und 63 befinden wir uns in der Zeit der Entscheidung. Wir treffen wichtige Entscheidungen, in welche Richtung wir in Zukunft gehen wollen, welche Themen uns wichtig sind. Bei den meisten Frauen sind die Wechseljahre vorbei, nun können wir unsere Sexualität viel freier leben, ohne Angst, schwanger zu werden.

Die Jahre zwischen 63 und 70 ist die Zeit der Beobachtung, wir können aus unserer inneren Weisheit schöpfen und das Gelernte und Erfahrene neu einordnen. Partnerschaften werden von Toleranz und Dankbarkeit geprägt. Die Jahre zwischen 70 und 77 bezeichnet Estés als die ›Zeit der Verjüngung‹. Angesichts des Nachlassens der körperlichen Kräfte erscheint diese Bezeichnung als paradox, doch gewinnt idealerweise unsere innere weise Frau an Kraft. Wir lassen die ›Idee der Jugend‹ los und werden noch freier.

Die Zeit zwischen 77 und 84 nennt Estés die ›Zeit der Nebelwesen‹. Die Prozesse, die wir durchlaufen haben, machen uns demütiger und weiser, die kleinen Dinge des Lebens gewinnen zunehmend an Bedeutung. Wir betrachten das Leben aus einer höheren Warte und bereiten uns auf die nächste Phase vor, die ›Zeit der Weber‹ in den Jahren zwischen 84 und 91. Werden wir um Rat gefragt, so antworten wir aus unserer Weisheit heraus, denn wir verstehen das Gewebe des Lebens und lernen es zu deuten.

Die Jahre zwischen 91 und 98 ist die ›Zeit der Feinstofflichkeit‹. Wir ruhen in uns selbst, wir leuchten von innen und dürfen einfach sein. Die Zeit ab 98 und darüber ist die ›Zeit des großen Atems‹. Idealerweise existieren wir zeitlos ganz im Hier und Jetzt.

Clarissa Pinkola Estés beschreibt hier natürlich das archetypische Ideal. Leider sind wir in unserer westlichen Kultur sehr geprägt vom Jugendwahn und seinen Ausprägungen, doch liegt es an uns, uns an unsere Wurzeln zu erinnern. Wir können uns entscheiden, der Gesellschaft und ihren Vorstellungen zu glauben, oder uns auf die Suche nach unserer eigenen Wahrheit zu machen. Wir haben jederzeit die Möglichkeit, uns mit dem Kollektiv des Ur-Weiblichen zu verbinden, dies ist viel einfacher, als es auf den ersten Blick erscheint.

Im Kapitel Bonus 2: *Die magischen Geheimnisse weiser Frauen* bekommst du einige Tipps, wie du z.B. alte Verbindungen lösen kannst oder wie du neue, erwünschte Verbindungen mit Hilfe der weisen Frauen stärken kannst. Du hast auch die Möglichkeit, meine geführten Meditationen zu nutzen, die du zu diesem Buch geschenkt bekommst:

- Dein Traummann
- Auflösung vererbten Blockaden
- Der Rat der weisen Frauen*

Wenn wir uns wieder mit dem Archetypus der weisen Frau verbinden, dann verschwindet auch die Angst vor dem Älter-

*Den Link zu den Meditationen findest du im Anhang.

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

werden, weil wir die Vorzüge der Reife erkennen und sie zu unseren Gunsten und derer, die uns am Herzen liegen, nutzen können.

Ich kann mich noch erinnern – als ich meinen fünfzigsten Geburtstag feierte, war mir ganz elend zumute. Ich fühlte die Hypnose, in der sich die westliche Gesellschaft befindet. Die unterschwellige Meinung, dass man ab fünfzig zum alten Eisen gehört. Die Außenwelt spiegelte mein Entsetzen durch die Zusendung mehrerer Mammografie-Termine, die Briefe flatterten einfach in meinen Briefkasten und ich dachte mir: »Wow, nun bin ich wohl automatisch gefährdeter, an Brustkrebs zu erkranken und daher behandelt man mich wie ein unmündiges Kind, indem man mir unaufgefordert einen Termin zuteilt.« Erboast schmiss ich die Briefe zum Altpapier.

Später passierte mir, was vielen Frauen in dieser Phase des Lebens geschieht: Mein damaliger Mann tauschte mich gegen eine Jüngere aus, so zumindest empfand ich es. Dieses Drama stellte die Weichen, ich durchlebte die ›dunkle Nacht der Seele‹ und stieg aus den Tiefen meiner Ängste und Blockaden hinauf ins Licht, woraufhin dieses Buch entstand. Ich möchte dich dabei unterstützen, selbst aus der Hypnose der westlichen Welt auszusteigen und zu der kraftvollen, reifen Frau zu werden. Einer Grand Dame, die aus ihrer Lebenserfahrung schöpft und mit einer natürlichen Selbstsicherheit, Gelassenheit und Weisheit so zu strahlen beginnt, dass sie automatisch ein Magnet wird für die schönen Dinge des Lebens und für wundervolle, aufregende Männer.

Doch bevor wir mit unserer gemeinsamen Reise zu deinem inneren Leuchten beginnen, lass mich dir meine Geschichte erzählen. Sie soll dir Mut machen und dir die Gewissheit

schenken, dass das schlimmste Drama dich enorm wachsen lassen kann.

DER ALBTRAUM

Es ist 5 Uhr morgens, ich wache schweißgebadet auf, mir ist übel. Und schon wieder schießt mir dieser Gedanke durch den Kopf: »Er hat eine andere.« M. ist auf einem Seminar, ich bin allein zu Hause, und obwohl mir mein ganzer Körper und mein Energiesystem signalisiert »Da stimmt etwas nicht!«, will ich mir partout nicht vorstellen, dass M. sich einfach so in eine andere verlieben kann – er liebt mich doch heiß und innig.

Ein paar Tage später gibt es keinen Zweifel mehr. Meine feinen Antennen haben mir längst angekündigt, was nun zur traurigen Gewissheit wird: Er hat diese Frau zwischen uns gelassen, sie wollte ihn unbedingt, und er hat sich verliebt.

Meine Welt bricht zusammen. Der große Traum, ich sei endlich angekommen, zerplatzt wie eine Seifenblase. Dabei war ich so gerne mit ihm verheiratet, ich liebte ihn und er mich, und dennoch muss ich mich nun von allem verabschieden, woran ich geglaubt habe.

Die nächsten Wochen und Monate sind die Hölle, ich bin in einem Albtraum gelandet. Oft will ich aufgeben, dann wieder gibt es Phasen, in denen ich meine Ehe zu retten versuche; ich habe Hoffnung, weil er in dieser Phase auch sexuell doppelgweisig fährt. Doch nichts hilft. Anfangs sind meine Freunde für mich da, aber schon nach ein paar Wochen will ich sie nicht mehr mit meinen Problemen belästigen.

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

Abgesehen davon ist mir klar, dass jeder einzelne dieser lieben Menschen seine ganz eigene Sicht der Dinge hat, und so bekomme ich natürlich viele verschiedene Ratschläge, die zwar alle gut gemeint sind, aber nicht unbedingt zu mir passen. Also höre ich auf zu kommunizieren und fühle mich noch einsamer.

DIE DUNKLE NACHT DER SEELE

Der Weg, den ich gehen muss, ist dunkel, einsam und angst-einflößend, in spirituellen Kreisen würde man wohl von der ›dunklen Nacht der Seele‹ sprechen. In einer Phase wie dieser verändert sich wirklich alles, manchmal habe ich das Gefühl, verrückt zu werden, gleichzeitig weiß ich genau, was hier passiert. Es handelt sich um einen tiefen, mitunter sehr schmerzvollen Transformationsprozess, der mich dazu zwingt, mich meinen ›dunklen‹ Themen widmen zu MÜSSEN. Viele spirituelle Meister berichten von solchen Phasen in ihrem Leben, die mitunter der Erleuchtung vorausgegangen sind.

Ich sitze also tief unten in der Liebeskummer-Hölle, gefangen im Opferbewusstseins-Schlamm, und jammere vor mich hin: »Mein Gott, wie soll ich mit über fünfzig wieder einen Mann finden? Die wollen doch nur jüngere Frauen ... Mein Leben ist zu Ende, ich werde mich nie wieder verlieben, ich werde nie wieder Sex haben«, und dieser ganze Mist.

HILFE KOMMT

Doch wie es so ist, wenn man nicht resigniert, sondern sich dem Prozess hingibt: Irgendwann kommt tatsächlich ›himmliche Hilfe‹: Ich lerne eine Methode kennen, mit der ich mich aus den tiefen Angstzuständen und dem Gefühl der haltlosen Einsamkeit immer mehr selbst befreien kann und die ich noch heute für mich selbst und andere anwende, um aus den überholten, teilweise vererbten Mustern herauszukommen.

Ich stelle mich meinen Ängsten, schaue den Dämonen in die Glut-Augen, gehe durch die Angst und werde belohnt. Nach und nach wird alles besser, und ich staune über die Schnelligkeit, in der meine Verwandlung vonstattengeht. Der große Switch fällt mir in den Schoß und ich kann meine Situation aus einer völlig neuen Perspektive betrachten. Ich weiß, warum dies alles geschieht, doch trotz der Erkenntnis und des Perspektivwechsels geht die Reise weiter, es geht bergab und wieder bergauf. Mein Trost und mein Halt sind in dieser Phase wirklich die Clearings, denn mit jedem Prozess erlöse ich eine neue Schicht, mitunter gelingt es mir sogar, die Wurzel eines tiefen Schmerzes zu erwischen. Die Belohnung zeigt sich als eine Phase der Leichtigkeit und der Zuversicht – bis es Zeit ist, die nächste Schicht zu erlösen. Dann geht es wieder hinab in die Tiefe, dort, wo meine Dämonen wohnen.

Meine größte Erkenntnis in dieser Zeit ist, dass mein hinderliches Liebesmuster alles andere als erlöst ist. Was mir da gerade passiert, ist nur eine weitere Schleife, denn im Grunde zieht sich diese ›Dreier‹-Thematik wie ein roter Faden durch mein Leben. Schon lange ist mir bewusst gewesen, dass ich das Leben meiner Mutter nachlebte; genau wie ich ist sie immer irgendwie in einer Dreier-Konstellations gelandet. Meine

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

Mutter hat allerdings resigniert, als sie erst 50 Jahre alt war; sie war so oft enttäuscht worden und hatte den Glauben an die Liebe verloren.

Aufgeben war für mich in letzter Konsequenz keine Option. Ich war wild entschlossen, glücklich zu sein.

DER PERSPEKTIVENWECHSEL

Also entschied ich mich, die vererbten Glaubens- und Beziehungsmuster zu verändern und glücklich zu sein, denn mir war klar, die Erkenntnis allein, dass es diese Muster gibt, sorgt nicht für die gewünschte Veränderung. Es musste einen anderen Weg geben. Die Methode, die ich »zufällig« kennenlernte, war für mich der goldene Schlüssel, um meine schönen Manifestationen wahr werden zu lassen.

So erlangte ich tiefe mystische Erkenntnisse über die Magie unserer Weiblichkeit, wie wir sie aktivieren können, um wieder in unsere Kraft zu kommen, und wie wir wie von selbst den Partner in unser Leben ziehen können, der wirklich zu uns passt. Ich konnte auf einmal die neuen Chancen wahrnehmen, ich wusste mit Gewissheit, dass ich mich wieder verlieben würde und auf dem Weg dorthin viel Spaß haben konnte.

Am wichtigsten aber war, dass ich meiner Geschichte einen Sinn abgewinnen wollte, der über mein eigenes Wohlergehen hinausging: Wenn ich es geschafft hatte, wie Phoenix aus der Asche aufzuerstehen, dann konnte ich auch Frauen wie dir helfen, den Diamanten, der sie sind, zu entdecken und zum Strahlen zu bringen. Ich bin unumstößlich davon überzeugt,

dass es das Universum gut mit uns meint. Und wenn wir nicht resignieren, sondern bereit sind, unser Leben in die Hand zu nehmen, öffnen sich für uns neue Türen und wir werden mit Wundern und Glücksmomenten belohnt, von denen wir in unserer Komfortzone nie zu träumen gewagt hätten.

Heute fühle ich, dass mir die ganze Welt offen steht. Es bereitet mir so viel Vergnügen, zu flirten und auszutesten, wie Männer auf mich reagieren, wenn ich mich in meiner satten Weiblichkeit einfach wohlfühle. Selbst Männer, die um einiges jünger sind, reagieren positiv auf mich – obwohl ich zu dem Zeitpunkt, da ich dir von mir erzähle, nicht als schlank gelte, also nicht dem in der Gesellschaft gängigen Bild einer bei Männern erfolgreichen Frau entspreche.

Ganz ehrlich, mir sind gesellschaftliche Vorgaben, was das Aussehen anbelangt, relativ egal. Ich weiß endlich wieder um meine weiblichen Qualitäten. Viele davon waren jahrelang verschüttet, sodass ich sie erst wieder erwecken musste. Das kannst auch du – und ich kann dir aus der Tiefe meines Herzens versprechen, dass es sich absolut lohnt.

Es zahlt sich auch aus, dich mit deiner Spiritualität auseinanderzusetzen. Vielleicht fallen dir Momente auf, in denen du dir deiner Verbundenheit absolut bewusst warst, ohne dafür absichtlich etwas getan zu haben. Hier ein Beispiel aus meiner eigenen Geschichte:

Manchmal war es mir sogar als junge Frau beim Partyfeiern passiert: Es war, als ob ein Schalter umgelegt wurde. Plötzlich hatte ich das Gefühl, all das, was mir gerade widerfuhr, nur zu träumen. Manchmal erlebte ich zudem Momente, in denen alles klar war und ich alles wusste. Dabei ging es gar nicht um etwas Spezielles, sondern allgemein um den Sinn des Lebens.

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

Als ich mich schließlich auf die spirituelle Suche machte, kamen die richtigen Menschen und Lehrer in mein Leben. Manche taten mir gut, andere überhaupt nicht, doch alle brachten mich enorm weiter und ließen mich wachsen. Meine beeindruckendsten Ausflüge in den Raum aller Möglichkeiten machte ich allerdings mit Hilfe von Dr. Joe Dispenza. Ich besuchte seine Week Long Advanced Retreats, und er wurde einer der Lehrer, bei denen ich mich für die Geheimnisse des Lebens am weitesten öffnen konnte. Dr. Joe kann das Mystische wissenschaftlich erklären, sodass auch der Verstand mit Informationen gefüttert wird, und er verbindet Neurowissenschaft, Quantenphysik und Spiritualität auf unvergleichliche Art und Weise. Von ihm habe ich sehr viel über Manifestation gelernt.

Nachdem ich außerdem einige schamanische Techniken kennengelernt hatte, die Vergebungsarbeit meines Mentors John Newton und die einfache Methode des Klärens all unserer energetischen Verstrickungen mit unseren inneren Kindern, Ahnen und anderen Leben, die ich heute anwende, war ich mit meinen Tools super gut aufgestellt, um anderen zu helfen.

Ich könnte dir noch so viel mehr erzählen – schließlich blicke ich schon auf ein sehr bewegtes Leben mit einem reichen Erfahrungsschatz zurück. Ich kenne alle Seiten, ich war Geliebte und Betrogene, ich schwebte auf Wolke sieben und fiel in die Hölle. Für jede einzelne Erfahrung in meinem Leben bin ich dankbar, denn heute bin ich so viel gelassener und selbstsicherer als in jungen Jahren – und auch das sind übrigens Qualitäten, die Männer zu schätzen wissen.

Bevor wir gleich auf dich und dein zukünftiges Liebesglück zu sprechen kommen, bitte ich dich noch, über etwas nachzudenken.

MEINE BITTE AN DICH

Auf deinem Weg mit mir wirst du viele magische Geheimnisse kennenlernen, die sehr mächtig sind. Es gehört zur Ethik meiner Methode, sehr behutsam und besonnen mit diesem Wissen umzugehen!

Bitte erobere einen Mann niemals nur aus Spaß oder Egoismus! Sei dir bewusst, dass du mit deiner weiblichen Kraft das Herz eines Mannes brechen und ihn todunglücklich machen kannst. Wir wissen nicht definitiv, ob es so etwas wie Karma gibt. Allerdings will ich persönlich es nicht noch mehr herausfordern, als ich es in meiner früher so unbewussten Art eventuell schon getan habe. Daher meine eindringliche Bitte an dich: Sei eine gnädige Königin, keine grausame. Sei eine Königin, die ihr großes Herz strahlen lässt, anstatt ihre sexuelle Kraft für das Brechen von Männerherzen zu benutzen.

Sei auch so klug und erzähle keinem Mann, dass du dieses Buch gelesen hast! Er könnte misstrauisch werden und glauben, du habest ihn manipuliert oder mit irgendwelchem magischen Schnickschnack verzaubert. Das finden die allermeisten Männer garantiert nicht sexy.

Sobald du zu der faszinierenden Frau wirst, die eigentlich in dir steckt, und du die Flirt-Tipps anwendest, von denen ich dir erzählen werde, wirst du deinen zukünftigen Liebsten – oder die Männer, die du auf deiner Reise triffst, ohne dass sie

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

in dein Leben kommen, um zu bleiben – wie von selbst bezaubern. Also bitte versprich dir selbst und mir, dass du klug bist und dass dieses Buch unser kleines Geheimnis bleibt.

Bitte lass auch die Finger von den Männern anderer Frauen! Wie erwähnt kenne ich beide Seiten: die der jahrelangen Geliebten und die der betrogenen Ehefrau. Als Geliebte war ich sehr verliebt, aber leider auch sehr unbewusst; ich bin alles andere als stolz darauf, dass ich die andere Frau offenbar so wenig respektiert habe. Dieses solidarische Schwestern-Bewusstsein habe ich erst später gewonnen. Und solltest du dich doch in einen Mann verlieben, der sich trotz seiner ›älteren‹ Beziehung in dich verliebt, lass dich möglichst erst dann auf ihn ein, wenn er sich in gegenseitigem Einverständnis getrennt hat und er für dich frei ist.

Würde ich mich heute – als Coach – noch einmal ausgerechnet in einen bereits ›vergebenen‹ Mann verlieben, dann würde ich mich selbst fragen, was der tiefere Grund dafür ist. Tatsächlich ist das alles sehr komplex ..., und es ist nahezu unmöglich, die Antwort allein mit dem Verstand zu finden. Die gute Nachricht lautet: Man kann die Ursache für dieses Muster mit Hilfe der universellen Intelligenz durch die Anwendung einer sehr simplen Methode auflösen, die ich später noch genauer beschreiben werde.

Noch einmal, weil es mir so wichtig ist: Tue dir selbst den Gefallen und jage nicht in fremden Revieren, mag es auch noch so prickelnd sein. Von einer Schamanin habe ich einen sehr weisen Satz gelernt: »Man kann sein Glück nicht auf dem Unglück eines anderen Menschen aufbauen.«

WAS ERWARTET DICH?

Dich erwartet auf alle Fälle eine sehr spannende Reise, auf der du viel Neues erlebst. Wenn du offen und vertrauensvoll durchs Leben gehst und bereit bist, über den Tellerrand hinauszuschauen, kann es sein, dass dir das Universum Abenteuer präsentiert, die du dir in deinen kühnsten Träumen nicht hättest ausmalen können.

Ich erinnere mich an einen prägnanten »Erkenntnis-Anfall«. Damals dachte ich gerade darüber nach, was ich denn so alles manifestieren könnte, also wie meine Zukunft genau aussehen sollte. Dabei ging mir ein Licht auf: Vermutlich würde ich mein Leben ziemlich langweilig finden, wenn ich bis auf jedes kleine Detail wüsste, was dann passiert; dadurch würde ich mich ja gegenüber den Überraschungen des Lebens sperren.

Ich beschloss damals, möglichst gut auf meine geistige Führung zu vertrauen, weil ich ahnte, ja im Grunde sogar wusste: Wenn ich mich ganz hingab, würde ich Überraschungen erleben, die ich mir selbst nie und nimmer hätte ausdenken können. So würde das Leben spannend bleiben.

Einer meiner Mentoren, Alexander Mark, sagte einmal zu mir: »Solange du in Bewegung bist, bist du geschützt, du kannst nicht tiefer fallen als in die Arme Gottes. Wenn du hingegen stagnierst, stirbst du!« Vielleicht ist das mit ein Grund, weshalb einige Menschen, kaum dass sie in Rente gegangen sind, kurz darauf sterben: Wenn ihre Arbeit ihr Lebenssinn war und es scheinbar nichts mehr gibt, was das Herz noch erfreut, könnte Sterben eine Option sein.

Also lebe, du einzigartige Frau! Kümmere dich um deine hinderlichen Programmierungen, die vererbten Blockaden

DAS GEHEIMNIS DER LIEBE

und die eingeschlossenen Emotionen! Mit Hilfe der in diesem Buch vorgestellten Methoden steht deinem Liebesglück nichts mehr im Weg. Lebe und freue dich auf eine neue Liebe! Glaube fest daran!

SONJAS GESCHICHTE

Bevor ich dir – endlich! – meine Tipps präsentiere, lass mich dir Sonja näher vorstellen, die du in der Einleitung kennengelernt hast. Sie ist eine attraktive Frau Mitte fünfzig, und bis vor einem halben Jahr schien ihr Leben perfekt zu sein. Vor 13 Jahren hatte sie ihre große Liebe Alfons geheiratet, und das Paar war felsenfest davon überzeugt gewesen, den Rest seines Lebens gemeinsam zu verbringen.

Alles war wie im Bilderbuch. Beide waren beruflich sehr erfolgreich. Sonja hatte vor fünf Jahren ein kleines Unternehmen gegründet, das mittlerweile brillant lief. Sie war gerade dabei, zu expandieren, und war ziemlich beschäftigt, was dazu führte, dass Sonja und Alfons weniger Zeit zusammen verbringen konnten.

Natürlich gab es auch in dieser Ehe die üblichen Herausforderungen, und die Leidenschaft und Sinnlichkeit waren einer gewissen Gewohnheit gewichen. Doch weil Sonja und Alfons immer wieder über ihre Ehe sprachen und nach außen hin alles gut zu sein schien, gab es für Sonja keinen Anlass zur Sorge.

Als die beiden zu Mittfünfzigern wurden, veränderte sich etwas. Alfons fing an, sich die grauen Haare an den Schläfen zu färben und exzessiv im Fitnessstudio zu trainieren. Und

was Sonja am allermeisten verwunderte: Er regte sich immer öfter über Kleinigkeiten auf und nörgelte an ihr herum, so dass sie immer mehr das Gefühl hatte, es ihm einfach nicht mehr recht machen zu können, egal, was sie tat.

Schließlich platzte die Bombe: Alfons gestand Sonja, dass er sich in eine Arbeitskollegin verliebt habe. Die beiden hatten bereits über ein halbes Jahr eine heimliche Affäre, doch nun begann die Geliebte, Alfons zu erpressen, dass sie ihn verlassen würde, wenn er sich nicht von Sonja trennte.

Alfons knickte tatsächlich ein, so sehr war er dieser Frau verfallen. Für Sonja stürzte eine Welt ein. Nach der ersten Trotzphase, den dazugehörigen Wutausbrüchen und vielen Streitereien schien Alfons wieder unentschlossener, auch weil die Emotionsausbrüche dazu führten, dass Sonja und Alfons ab und zu zusammen im Bett landeten, um verzweifelt und leidenschaftlich Sex zu haben.

Dieses Hin und Her ließ Sonja hoffen, ihre Ehe vielleicht doch retten zu können, doch langfristig hatte sie im Grunde keine Chance gegen die andere, die noch dazu 15 Jahre jünger war. Sonja fühlte sich wie ein Häufchen Elend; sie sah erbärmlich aus – was die Situation nicht besser machte. Demgegenüber war das neue Leben, das sich Alfons mit seiner Geliebten ausmalte, mächtig; er war nach wie vor im Oxytocin-Rausch (Oxytocin ist das Bindungshormon, das uns in der Verliebtheitsphase alle ein bisschen verrückt macht). Er verhielt sich wie ein verliebter Siebzehnjähriger, verließ das gemeinsame Haus und zog zu seiner Neuen.

In dieser Phase lernte ich Sonja kennen. Eine Freundin hatte ihr empfohlen, mal meine Webseite zu besuchen, doch es sollte noch eine Weile dauern, bis sich Sonja bei mir melde-

te. Sie hatte schon einige Onlinekurse bei anderen Coaches gebucht, eine Menge Geld in alles Mögliche gesteckt, das schnelle Heilung und Erfolg versprach, aber nichts halb nachhaltig. Der Dschungel der Heilsversprechen war groß. Doch irgendwann musste sich Sonja eingestehen, dass sie alleine nicht einen Schritt weiter kam, obwohl sie bereits einiges unternommen hatte, um ihr Herz zu heilen und wieder positiv zu denken.

Sonja bekam es mit der Angst zu tun, dass sie keinen passenden Mann mehr kennenlernen würde; sie wusste auch nicht, wo sie fündig werden könnte, und geflirtet hatte sie schon lange Zeit nicht mehr. Ohnehin war sie wegen ihrer schlechten Erfahrungen im Augenblick dermaßen desillusioniert, dass sie sich nicht vorstellen konnte, sich überhaupt neu zu verlieben.

Eines Abends saß Sonja mit ihrer Freundin Doris bei einem Glas Wein zusammen, und Sonja schüttete (wieder einmal) ihr Herz aus: dass sie Alfons so sehr vermisse, dass sie sich unansehnlich und wie weggeworfener Müll fühle und einfach nicht wisse, was sie tun solle.

Doris rollte innerlich mit den Augen, denn in den letzten zwei Monaten hatte sie dieselben Sätze von Sonja immer und immer wieder gehört, aber als gute Freundin ließ sich Doris nichts anmerken. Wenigstens hatte Sonja auf ihren Rat gehört und gerade diesen Onlinekurs absolviert, wo es darum ging, den Seelenpartner anzuziehen; allerdings jammerte Sonja nun, dass sie sich inmitten all der jungen Frauen, die sie ja in der Facebook-Gruppe sehen konnte, völlig fehl am Platz fühlte. Außerdem war die Angst vor neuen Verletzungen immer noch groß. Schließlich brach Sonja in Tränen aus und schaute

ihre Freundin mit leicht glasigen Panda-Augen an: »Ich werde einsam und alleine sterben!«, heulte sie vor sich hin, dann lief sie wie hysterisch zu einem großen Spiegel und zeterte weiter: »Schau mich doch an, ich bin so hässlich und dick und so entsetzlich alt. Männer wollen doch nur viel jüngere Frauen als mich.«

Doris hielt kurz inne, holte tief Luft und sagte dann ruhig, aber resolut: »Schatz, jetzt ist Schluss mit der Jammerei! Du bist nicht hässlich, und alt bist du auch nicht! Neunzig ist alt, aber nicht fünfundfünfzig. Weißt du, was ich mir für dich wünsche? Dass du Alfons eines Tages auf einer schicken Sommerparty begegnest, strahlend schön, begleitet von zwei unglaublich netten Männern, die um deine Gunst buhlen. Und du gehst auf Alfons und seine Tussi zu, lachst ihn einfach an und sagst: »Danke, Alfons, wenn du mich nicht verlassen hättest, hätte ich niemals all die wundervollen Abenteuer erlebt. Was glaubst du, welch liebenswürdige Männer ich mittlerweile kennengelernt habe und wie sehr ich mich begehrt fühlen darf! Mein Leben ist jetzt grandios! So schlimm unsere Trennung zunächst für mich war – inzwischen bin ich dir unendlich dankbar.« Du lässt ihn einfach stehen und ziehst mit deinen Verehrern weiter, flirtend, lachend und ein bisschen übermütig, denn du hast den Spaß deines Lebens und bist dir auch sicher, dass du dich wieder ernsthaft verlieben wirst.«

Sonja sah Doris mit großen Augen an. Wie zur Salzsäule erstarrt hatte sie Doris' Worten gelauscht. Und plötzlich lachte und hüpfte sie vor Freude. Sie umarmte Doris und jubelte: »Ja, ja, ja, genau das will ich!«

Abrupt hielt sie inne, blickte Doris unsicher an und meinte: »Aber wie soll ich das erreichen?« Und Doris antwortete:

»Lass dich coachen! Tu was für dich, es wird Zeit, dass du wieder nach vorne schaust.«

Wenig später erinnerte sich Sonja an mich und mein Coaching-Angebot. Über meine Webseite meldete sie sich zu einem kostenfreien Herzengespräch an, und ein paar Tage später telefonierten wir zum ersten Mal miteinander. Ich erklärte Sonja, dass dieses kurze Gespräch zunächst klären sollte, ob wir wirklich ein Stück ihres Weges gemeinsam gehen möchten. Ich fragte sie, was sie sich denn wünsche und – vor allem – inwiefern sie bereit sei, etwas für eine Veränderung ihres Liebeslebens zu tun. Ich möchte bei meinen Klientinnen jeweils sichergehen, dass wir beide unsere Zeit und Energie sinnvoll in ihr Liebesglück investieren.

Sonja verstand mein Anliegen. Und so bot ich ihr an, ein paar Tage später unverbindlich und für sie kostenlos einen individuell auf sie zugeschnittenen Plan für unser Coaching zu präsentieren.

Du wirst Sonja in diesem Buch ein Stück ihres Weges begleiten. Du wirst miterleben, wie sie sich verwandelt: von einem gefühlten Häufchen Elend hin zu einer strahlenden Frau in ihren besten Jahren, der die Männer zu Füßen liege – übrigens irgendwann auch ihr abtrünniger Ehemann Alfons ... Ob sie ihn wohl wiederhaben will? Lass dich überraschen.

Die Namen der Protagonisten habe ich natürlich geändert, Diskretion versteht sich bei mir von selbst. Sonja hat mich sogar ausdrücklich gebeten, ihre Geschichte zu erzählen. Einige Details habe ich leicht verändert, um die Intimsphäre meiner Klientin hundertprozentig zu schützen.

Wir werden nun gemeinsam die verschiedenen Phasen des Coachings durchlaufen, wir werden gemeinsam erforschen,

wo genau du hinwillst und was dich aktuell noch daran hindert, dein Ziel zu erreichen. Bist du bereit für dein großes Abenteuer? Dann schnall dich bitte an.



Lade dir die geführten Meditationen schon jetzt herunter, damit du sie zu gegebener Zeit zur Hand hast. Den Link findest du im Anhang.

Phase 1

DEIN ZUKUNFTSTRAUM

Angenommen, ich hätte einen Zaubertrank und könnte dich in den Zustand befördern, in dem du gerne wärst:

- *Wie würde dein Leben dann aussehen?*
- *Wo würdest du leben? Auf dem Land oder doch lieber in der Stadt? Im Wald, am Meer, an einem See, in welchem Land, in einem Haus oder in einer Wohnung ...?*
- *Wie würdest du leben?*
- *Und mit wem?*

Um fürs Tagträumen in Stimmung zu kommen, kannst du die Meditationen nutzen, die ich für meine Ladys produziert habe. Den Link dazu findest du auf meiner Webseite www.tanja-mazurek.de. Die Meditationen sind so produziert, dass du schnell in einen entspannten Alpha- und später Theta-Zustand gleitest, wo dein Verstand mit all seinen Einwänden Pause hat und deine Seele und dein Herz zu dir sprechen.



MAGIC SECRET

Schreiben als magischer Akt

Erstelle beim Beantworten der obigen Fragen ruhig die berühmte Liste, und falls du nicht weißt, was genau du willst, weißt du mit Sicherheit, was du nicht mehr willst. Schreib es auf! In dem Prozess wird dir irgendwann bewusst, was genau du willst.

Wichtig ist, dass du die Liste in der Gegenwartsform schreibst. Warum das bedeutsam ist, erfährst du in Phase 3, Kapitel *Fehler beim Manifestieren*. Solche Fehler können dafür sorgen, dass genau das Gegenteil dessen geschieht, was du dir wünschst.

Nimm gleich dein schönes Notizheft oder -buch und schreibe minutiös auf, was genau du vor deinem inneren Auge siehst und sinnlich empfindest. Mach das Schreiben zu deinem täglichen Ritual. Du wirst staunen, wie deine Träume im Lauf der Zeit wahr werden, wenn du dranbleibst.

Schreiben ist ein magischer Akt. Du solltest unbedingt alles handschriftlich notieren; so nutzt du sowohl die kognitive als auch die kreative Seite deines Gehirns – du verbindest quasi das gebende Männliche mit dem empfangenden Weiblichen. Ein kraftvoller Akt der Manifestation!

Also hör jetzt zu lesen auf, schließe die Augen und male dir dein traumhaft schönes Leben in den herrlichsten Farben aus. Erinnerung dich, du hast von mir diesen Zaubertrank bekommen, der alle Limitierungen aufhebt. Gib dich deinen wildesten, verwegensten, allerschönsten Träumen hin. Dream big! Augen zu und los!

Noch ein kleiner Hinweis: Wenn du Probleme hast, Bilder vor deinem inneren Auge zu sehen, dann kann es vielleicht

daran liegen, dass du mehr auditiv oder kinästhetisch veranlagt bist, dass du die Welt also mehr über dein Gehör oder dein Gefühl wahrnimmst. Beziehe beim Visualisieren also all deine Sinne mit ein – fühle, rieche, schmecke deine Zukunft. Was hörst du, was siehst du, was fühlst du?

Falls du glaubst, du kannst vor deinem inneren Auge nichts sehen, dann mache einfach einen kleinen Versuch: Sieh aus dem Fenster und präge dir ein, was du siehst. Nun schließe die Augen und erinnere dich daran, was du gerade gesehen hast, als du aus dem Fenster gesehen hast. Kannst du es sehen? Wenn ja, gratuliere ich dir – du kannst sehr wohl mit inneren Bildern arbeiten und visualisieren.

Ich möchte dir noch eine weitere kleine Übung zeigen, die ich bei der Arbeit mit Hypnose gerne anwende. Sie dient dazu, festzustellen, welche Methode am besten dazu dient, diesen bestimmten Menschen in eine Trance zu führen, um eine gesunde Veränderung in Zusammenarbeit mit dem Unterbewusstsein herbeizuführen. Stelle dir also folgendes vor, wenn du gleich die Augen schließt:

Sieh vor dir eine große, geschälte, saftige Zitrone. Sie ist sonnengelb und du wirst nun gleich in diese Zitrone hineinbeißen. Also, jetzt ist es soweit! Beiße in die Zitrone und schmecke ihren Saft. Na, verzieht du dein Gesicht? Lläuft dir das Wasser im Mund zusammen?

Du siehst, wie mächtig deine Vorstellungskraft ist. Nutze sie, um dir dein Traumleben zu erschaffen und mache nun die Übung.



Tanja Mazurek moderierte 14 Jahre lang die Kult-Radiosendung »Late Night Love«, in der Hunderte von Paaren zusammenfanden. Während all dieser Jahre engagierte sie sich zugleich als Coach für Singles. Mit dem (traurigen) Ende ihrer Ehe begann für die Autorin ihre ganz persönliche Heldinnenreise. Das Überleben der »dunklen Nacht der Seele« ließ sie stärker werden als je zuvor. Seitdem begleitet sie Ladys in ihrer zweiten Lebenshälfte auf ihrem Weg zum Traummann und ins Traumleben.

Hast du Angst, zu alt, zu furchtsam, zu verbrannt für die Liebe zu sein?

Die gute Nachricht lautet: die Gesetze der Manifestation unterstützen dich zu jeder Zeit, auch in deiner aktuellen Lebensphase. Hinderliche Psycho-Programme lassen sich zudem leicht aus deinem System löschen, ähnlich dem Deinstallieren von Computer-Software.

»Das Geheimnis der Liebe« unterstützt dich darin, dich wieder mit deiner weiblichen Urkraft zu verbinden und zu erkennen, dass das Universum uns Frauen in der zweiten Lebenshälfte eine viel kraftvollere Rolle zu-denkt, als es uns die Gesellschaft suggeriert.

Du lernst in diesem Buch, die Vorzüge deiner Reife zu erkennen, satt in deiner Weiblichkeit zu sitzen und dich mit der Weisheit des weiblichen Kollektivs zu verbinden. Weil du dir selbst gehörst, strahlst du auf ganz natürliche Weise selbstsichere Gelassenheit aus und erlebst insbesondere auch deine Sexualität neu und aufregend. Aus deiner Selbstliebe und Stabilität heraus erblühst du zu einer zeitlosen Schönheit und manifestierst dir den Mann – und das Leben! – deiner Träume.

Tanja Mazurek vermittelt in diesem Buch eine moderne Sicht auf altes, magisches Wissen über weibliche Spiritualität. Das Geheimnis der Liebe enthält nicht nur viel Weisheit, sondern auch zahlreiche Flirttipps und Meditationen, u.a. zur Auflösung alter, übernommener Glaubenssätze aus der Ahnenreihe. Es ermutigt dich, dich entspannt und voller Vorfreude auf die Ankunft deines Traumpartners vorzubereiten.

