

Auszug aus dem
Handbuch für die Liebe

von

Monika Runa Chaloun

Vorwort

Lieber Leser,

bevor wir zusammen beginnen, möchte ich dich auf ein paar Dinge aufmerksam machen, welche dir im Laufe der Lektüre begegnen werden.

Das DU in der Ansprache

Wie immer verwende ich das von Herzen kommende Du anstelle dem trennenden Sie in der Ansprache. Die Seele kennt kein Sie und genau dort möchte ich dich erreichen. Denn alles Wissen ist bereits in dir selbst, in deiner Seele, vorhanden. Ich helfe dir mit meinen Worten nur ein bisschen auf die Sprünge, damit du dich selbst wieder ein bisschen (viel?) mehr an dein wahres Sein erinnern kannst.

Bildersprache

Ich verwende gerne bildhafte Beispiele um dir zu verdeutlichen, was im Einzelnen gemeint ist. Diese Beispiele sind niemals persönlich gemeint, selbst wenn ich dabei das DU verwende. Auch eventuelle Namen sind frei erfunden.

Bin ich da womöglich in einer Sekte gelandet?

Ich kann deine Ängste verstehen, sehr gut sogar. Manche der geistigen Wesen, wir nennen sie Engel, werden oftmals im Zusammenhang mit einer Sekte erwähnt.

Ich gehöre keiner spirituellen Gemeinschaft, außer der gesetzlichen Kirche, an, welcher ich irgendeine Art von ‚Mitgliedsbeitrag‘ zahle.

Auch versuche ich in meinen Büchern dein Bewusstsein so sanft und liebevoll wie nur irgend möglich zu erweitern, ohne dass es dich zu sehr verwirrt, denn die wirkliche Wahrheit ist oftmals eine ganz andere, als uns bisher immer erzählt wurde.

Das war einer der Hauptgründe, warum ich mit diesem Handbuch so lange gezögert habe. In mir war immer wieder die Frage, ob denn die Menschen schon dafür bereit sind Teile der sogenannten Geheimnisse, welche jahrtausendlang vor uns verborgen waren, auf diese öffentliche Art und Weise zu erfahren.

Viele der Hohen Wesen haben uns in Ihren Inkarnationen versucht die Wahrheit zu übermitteln. Meist in Form von Gleichnissen, Geschichten, Märchen oder Gedichten. So wusste bspw. Goethe viel mehr, als wir oftmals herauslesen konnten:

„Der Menschen Seele gleicht dem Wasser: Vom Himmel kommt es, zum Himmel geht es, und wieder nieder zur Erde muss es – ewig wechselnd.“

Oder Lao'Tse:

„Wer andere erkennt ist klug; wer sich selbst erkennt ist erleuchtet.“

Ich habe so lange gezögert, bis ich schließlich einen ‚liebvollen‘ Rüffel von meinem Hohen Selbst bekam:

„Überlasse die Entscheidung den Menschen selbst. Ein Jeder ist nun reif genug dafür, denn die Zeit ist JETZT, und die Schwingung schon sehr hoch.“

Und weil es schon genügend ‚Klugscheißer‘ auf unserer Welt gibt, möchte ich dich mit meinen ‚Büchern für die Seele‘ ein Stück hin zu dir selbst führen. Eben so weit, wie du dafür bereit bist und es zulässt.

Und genau das ist der große Unterschied zu einer Sekte, niemals wirst du zu irgendetwas gezwungen. Keinesfalls möchte ich irgendeine Angst erzeugen, denn die brauchst du wirklich nicht zu haben. Du kannst den Worten Glauben schenken und vertrauen, oder auch nicht. Du hast die freie Wahl, es ist immer deine eigene Entscheidung.

Wie auch immer du dich entscheidest, das macht keinen Unterschied. Ich liebe dich so wie du bist, ich kann gar nicht mehr anders.

In Liebe Runa

Vorgeschichte

Alles begann an einem frühen Morgen vor dem Spiegel in meinem Badezimmer. Wie immer warf ich nochmals einen prüfenden Blick auf mein äußeres Erscheinen, mein Spiegelbild.

Doch, statt wie jeden Tag das Badezimmer anschließend wieder zu verlassen, blieb ich an diesem besagten Morgen vor über 10 Jahren wie gebannt vor dem Spiegel stehen.

Mein Blick war an meinen Augen hängengeblieben und in ein Versinken, eine Art tiefes Schauen übergegangen. Tief, so tief wie noch niemals zuvor schaute ich in mich selbst hinein.

„Wer ist das?“, fragte ich mich.

Mit Entsetzen stellte ich fest, dass ich die Frau, die mich da aus dem Spiegel heraus ansah, ja gar nicht kannte. Eine große Traurigkeit überkam mich und mein Blick schwamm.

An diesem Morgen traf ich eine schicksalsträchtige Entscheidung, und die Dinge nahmen ihren Lauf. Ich verließ, zu dieser Zeit noch sehr unbewusst, meinen bisherigen Lebensweg und wählte einen anderen neuen Weg. Damals hatte ich noch keine Ahnung, dass mich dieser Weg in ein neues Leben, in die bedingungslose Liebe im eigenen Herzen führen würde.

Heute weiß ich, dass ein Leben ohne Liebe niemals wirklich lebenswert ist. Die wahrhaftige, bedingungslose Liebe im eigenen Herzen gefunden zu haben, bedeutet den Himmel auf Erden zu leben. Unabhängig vom Alter oder Geschlecht. Der Weg in ein neues glückliches und erfülltes Leben führt immer nur über die Liebe. Anders ist es nicht möglich.

Andere Wege wären Umwege, welche dich irgendwann doch nur wieder zu dir selbst führen: In das eigene Herz, den schillernden Tempel in dir selbst, in die Glückseligkeit, wo die Antworten auf alle Geheimnisse bereits vorhanden sind.

Darum gab ich diesem Handbuch, das dein Bewusstsein um Meilen erweitern kann, auch den Namen: Handbuch für die Liebe.

Ich meine nicht nur die Liebe, welche Mann und Frau füreinander empfinden, nicht nur die Liebe der Eltern für ihre Kinder, für die Familie und die Freunde, ich meine die ganz große Liebe, in der alle Formen der Liebe enthalten sind.

Ja, die Liebe, kein anderes Wort bewegt die Welt und die Herzen der Menschen mehr als die Liebe.

Die Vorstellungen davon was Liebe ist, sind so vielfältig wie es Menschen gibt. Ein jeder Mensch hat seinen eigenen Standpunkt, sein eigenes Bewusstsein und folglich auch seine eigene Ansicht von den Dingen. So auch von der Liebe.

Die wahre wirkliche Liebe, die Liebe, die einfach nur ist, bedingungslos und ohne Wertung, unermesslich groß, ist den meisten Menschen noch unbekannt. Und doch kann sie ein Jeder erleben.

Ja, auch du. Heute, Hier und Jetzt.

Wie ich im Laufe der Jahre erfahren habe, ist es nicht immer ganz leicht, die wirkliche, bedingungslose Liebe selbst zu fühlen, sie bewusst im eigenen Herzen zu tragen und sie auch zu leben.

Schon gar nicht, wenn man nicht weiß wie man es anstellen soll und was man tun kann. Von den verschiedenen Hügeln oder Bergen, welche einem auf dem Weg hinein ins eigene Herz begegnen können, einmal ganz abgesehen.

Ja, manchmal war es für mich gar nicht leicht. Dann galt es den Mut nicht zu verlieren oder vielleicht sogar wieder aufzugeben, denn sonst ändert sich das Leben nicht und das Glück, das leichte Sein und die Liebe können sich nicht einstellen.

Darum habe ich dieses Handbuch geschrieben. Es ist für dich. Möglicherweise hilft dir die eine oder andere Beschreibung meiner Erfahrungen ein Stück auf deinem Weg. Vielleicht nützen dir manche der Informationen um leichter verstehen zu können. Auch kann die eine oder andere beschriebene Übung dir sehr dienlich sein. Dir dienlich, indem sie dein Bewusstsein erweitern und dir helfen kann dein Leben aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Denn das gehört dazu, anders kannst du die wahre große Liebe niemals finden. Nicht wirklich.

Meist sind es die kleinen Dinge, die vielen kleinen Dinge, aneinandergereiht wie eine Perlenkette, welche dir Tür und Tor öffnen und dir den Weg in ein neues, glückliches Leben weisen. Alles ist möglich.

Teile meines Weges führe ich nun in diesem Buch auf. Der ganze Weg würde den Rahmen sprengen und vieles davon ist auch nur für mich persönlich wichtig gewesen. Das, was aber letztendlich für viele Menschen bedeutend sein kann, so vielleicht auch für dich, gebe ich hier wieder. Es sind meine Erfahrungen und manchmal auch Empfehlungen. Ob du sie für dich annehmen kannst und die eine oder andere Übung sogar selber machst, bleibt vollkommen dir überlassen. Es ist dein Leben. Deine eigene Suche nach einem erfüllten Leben in der wahren Liebe. Ich habe sie inzwischen gefunden und zeige dir nur auf wie ich das gemacht habe.

Es ist eine Reise, eine Reise in das eigene Zuhause in einem selbst, eine Reise zu der großen und wahrhaftigen Liebe, zu der Liebe, die einfach nur liebt.

*Ein Geheimnis
Deiner Selbst, bist du selbst.*

*Geheimnisse, alte Weisen. All das kannst Du selbst bereisen.
All das liegt in Dir verborgen, deshalb warte nicht auf morgen.*

*Wenn Du den Moment erkennst, und er gleichzeitig Dich empfängt,
dann entsteht, wonach Alles strebt -
das größte Geschenk, das sich Liebe nennt.*

*Sie ist kein Geheimnis, doch wartet sie verborgen,
ganz still und heimlich
auf Dich.
In Dir.
Warte nicht auf morgen.*

Gedicht von Martina Shana Haider

Fühle für dich selbst nach ob du das denn auch wirklich möchtest: ‚die bedingungslose Liebe erleben‘, denn es könnte dein Leben radikal verändern. So sehr verändern, dass auch du nur noch im Glück und in der Liebe bist, jeden Tag und in jeder Situation.