

ELVIRA ZEISSLER

DIE  
WAHRE  
*Magie*  
DES  
LEBENS

# INHALTSVERZEICHNIS

Disclaimer .....	8
Einleitung .....	9
<b>Deine Träume sind der Wegweiser deines Lebens .....</b>	<b>16</b>
Wovon träumst du? .....	18
Die logische Stimme der Vernunft .....	27
Das Gesetz der Anziehung .....	36
<b>Das Geheimnis der Manifestation .....</b>	<b>44</b>
Die Krux des Wollens .....	46
Alles eine Frage der Energie .....	52
Uuund ... Action! .....	59
Die Kunst des Loslassens .....	66
Die Kraft der Dankbarkeit .....	76
<b>Die wahre Magie des Lebens .....</b>	<b>86</b>
Wer bist du in deinem Leben? .....	88
Das Leben ist immer <i>für</i> dich .....	96
Umgang mit blockierenden Glaubenssätzen .....	104
Dein Blick auf die Vergangenheit .....	112
Das liebe Geld .....	118
Du bist so gesund, wie du dich fühlst .....	132
Woran kann es liegen, wenn es doch nicht klappt? .....	141
Impulse zur Integration .....	153
Mein persönlicher Weg .....	159

Alle Journaling-Tipps auf einen Blick .....	166
Nachwort .....	172
Anhang .....	175
Über Elvira Zeissler .....	178

»DU ALLEIN ENTSCHIEDEST IN JEDEM  
AUGENBLICK DEINES LEBENS, WAS FÜR  
EIN MENSCH DU SEIN MÖCHTEST, FÜR  
WELCHE ZUKUNFT DU DICH EINSETZT.«

*Aus »Edingaard: Gebieter der Schatten«*



# EINLEITUNG

Als Fantasyautorin ist Magie mein täglich Brot. Sollte man zumindest meinen.

Trotzdem habe ich, als ich vor einigen Jahren in einem Interview danach gefragt wurde, jeden Glauben an »Übernatürliches«, an Dinge, die man weder messen noch wissenschaftlich beweisen kann, von mir gewiesen. Meine Welt war kristallklar in Fantasie und Realität getrennt. Ist sie streng genommen immer noch.

Ich mag Logik und Vernunft, ich mag wissenschaftliche Fakten und ich muss alles in erster Linie mit meinem Verstand erfassen, bevor ich mich voll darauf einlassen kann. Und tatsächlich erfüllt alles, was ich in diesem Buch mit dir teilen möchte, diese Kriterien. Es ist in vielen Feldstudien und Selbstversuchen von Wissenschaftlern, Laien und »alten Meistern« immer wieder überprüft und bestätigt worden.

In einem meiner älteren Bücher wurde meine Protagonistin einmal gefragt: »Was wäre, wenn die Welt viel größer, viel wunderbarer wäre, als du es für möglich hältst?« Und gerade jetzt, mit dem Fortschreiten der Wissenschaft – vor allem der Quantenphysik, der

Epigenetik und der Neurowissenschaft – wird immer deutlicher klar, dass es genauso ist. Dass wir uns nur eines winzigen, sehr beschränkten Ausschnitts der Realität bewusst sind und trotzdem meinen, den vollen Durchblick zu haben, genau zu wissen, wie die Gesetze des Lebens funktionieren, was möglich ist – und was nicht.

**»Kann es wirklich sein, dass der gleiche Prozess zu einem anderen Ergebnis führt, wenn man ihn mit einer anderen emotionalen Energie ausführt?«**

Diese Frage stellte ich im Sommer 2021 voller Zweifel in einem Internetforum.

Für mich als studierte BWLerin war dies unvorstellbar, obwohl ich mich inzwischen seit rund zehn Jahren beruflich dem Schreiben von Fantasyromanen widmete. Die Behauptung, dass der persönliche emotionale Zustand bei einem definierten Prozess eine Rolle spielen sollte, klang für mich geradezu absurd.

Wenn ich zum Beispiel irgendwo einen Werbeslot buche, welche Rolle sollte es spielen, was ich darüber tief in meinem Inneren denke? Der entsprechende Newsletter wird automatisch in die Postfächer der Empfänger zugestellt, die ihn dann lesen und beachten oder eben nicht. Ich bin weder die Absenderin, noch formuliere ich den Betreff. Folglich habe ich rein gar nichts mit dem Ergebnis zu tun.

Oder doch?

Ich kam ins Grübeln, als meine Bücher immer weniger Leserinnen fanden, obwohl ich immer mehr dafür tat. Während die Bücher anderer Kolleginnen, die mit den meinen durchaus vergleichbar waren, durchstarteten, verschwanden meine eigenen Werke gefühlt in der Versenkung.

Natürlich suchte ich nach Gründen. Ich stellte fest, dass die erfolgreicherer Kollegen auch nicht viel anders machten als ich, zum Teil waren sie auf Social Media, wo ich mich regelmäßig stresste, um die empfohlenen mindestens drei Beiträge pro Woche zu fabrizieren, sogar weniger aktiv. Auch die Qualität oder die Themen ihrer Bücher unterschieden sich nicht relevant von meinen.

Was also machte ich falsch? War es einfach nur Pech? War es ausgerechnet mir nicht vergönnt, das zu erreichen, was ich mir so sehr wünschte? Gab es irgendwo im Himmel eine Macht, die Glück und Pech geradezu willkürlich verteilte? Die manchen alles gewährte und anderen eben nicht?

Ich kann gar nicht zählen, wie oft ich in den vergangenen Jahren von unten gegen eine gläserne Decke getrommelt habe, frustriert, verzweifelt und entmutigt.

Wie oft ich alles hinschmeißen wollte und es doch nicht konnte. Nicht nur weil es inzwischen meinen Lebensunterhalt sicherte, sondern auch, weil der Wunsch, endlich den Durchbruch zu schaffen, in mir

so groß war. Das Schreiben ist meine Leidenschaft, meine Berufung. Zu jeder Zeit spürte ich, dass ich mich selbst verraten, mich selbst aufgeben würde, wenn ich das Schreiben aufgab.

Gleichzeitig tat es irgendwann fast unerträglich weh, dass mir der Erfolg, den ich mir so sehr wünschte, trotz all meiner Mühe verwehrt blieb.

Es kam, wie es kommen musste: gesundheitliche Probleme, Schwächeanfälle, aus heiterem Himmel die Diagnose der Zöliakie, Erschöpfung bis an die Schwelle des Burn-outs und – fast das Schlimmste von allem – ich verlor die Freude am Schreiben.

Ich zog mich zurück, verordnete mir eine Pause und kramte ein Buch hervor, das mir meine Yoga-Lehrerin vor einiger Zeit empfohlen hatte. Ich begann, Podcasts zu hören, und absolvierte einen Online-Coaching-Kurs.

Ich erfuhr von Dingen wie blockierenden Glaubenssätzen, dem inneren Kind oder dem Konzept der Manifestation. Besonders Letzteres interessierte mich sehr, schien ich hier doch endlich den Schlüssel für all meine Probleme gefunden zu haben!

Kleiner Spoiler: Es funktionierte nicht.

Insgesamt half mir der geballte Input, besser zu verstehen, was in mir vorging, doch das große Wunder, das in dem Onlinekurs in Aussicht gestellt wurde, blieb für

mich aus. Trotz täglicher Meditations- und Manifestationspraxis stand ich am Ende mit leeren Händen da.

Das stürzte mich in eine erneute Krise. Endlich hatte ich etwas gefunden, das bei so vielen wahre Wunder bewirkte, nur bei mir klappte es wieder nicht. War es mir wirklich nicht vergönnt? Oder wollte ich es nicht stark genug? Wollte ich es auf die falsche Weise?

Oder war das alles womöglich nur Humbug, von schlaunen Coaches in die Welt gesetzt, um Leuten das Geld aus der Tasche zu ziehen? Aus Marketingsicht betrachtet ist die Kunst des Manifestierens schließlich das perfekte Produkt: Alle wollen es. Und wenn es nicht funktioniert, liegt das per Definition zu 100 % an dem Anwender.

All diese Zweifel führten schließlich zu der eingangs genannten Frage in einem Forum. Und damit begann für mich eine schier unglaubliche Reise, die mein bis dahin so klar strukturiertes Weltbild grundlegend veränderte.

Die bisherigen Highlights und Aha-Momente dieser Reise, die – das weiß ich jetzt – niemals zu Ende sein wird, möchte ich in diesem Buch mit dir teilen. Damit auch du erkennen kannst, dass die Welt, das Universum und wir als Menschen so viel grenzenloser, wunderbarer und machtvoller sind, als wir es normalerweise für möglich halten.

Denn es gibt einige fundamentale Wahrheiten über

uns, die Funktionsweise dieser Welt und unsere Fähigkeit, ein rundum erfülltes, gesundes, erfolgreiches Leben zu führen, die den meisten von uns niemand bringt. Weder die Schule, noch die Eltern, noch die Gesellschaft. Hauptsächlich, weil sie es selbst nicht wissen.

Dabei sind diese Wahrheiten weder verborgen noch geheim. Seit Tausenden von Jahren gibt es immer wieder Menschen, die sie lehren, aufschreiben und verbreiten. Selbst die Bibel – das meist verkaufte Buch aller Zeiten – ist damit angefüllt. Wir haben bloß vergessen, wie man diese Wahrheiten findet, wie man zwischen den Zeilen liest. Deshalb bleibt der wahre Sinn oft verborgen.

Ich habe das, was ich in diesem Buch schreibe, mir also ganz gewiss nicht selbst ausgedacht. Und ich bin weder die Erste noch die Letzte, die davon spricht. Ich habe jedoch das Glück, die Wirkung dieser fundamentalen Erkenntnisse am eigenen Leib Schritt für Schritt und ganz bewusst zu erfahren.

Und ich kann dir versichern – sie haben es in sich.

Wenn du hier auf eine schnelle Zauberformel hoffst, die dein Leben von jetzt auf gleich komplett verändert, die dir wie mit einem Zauberstab alle Wünsche erfüllt, muss ich dich leider enttäuschen. Darauf hatte ich anfangs ebenfalls gehofft, nur um festzustellen, dass alles in der Theorie sehr einfach und einleuchtend klingt, in

der Umsetzung jedoch durchaus herausfordernd sein kann. Damit möchte ich dich keineswegs entmutigen, sondern dich im Gegenteil dazu inspirieren, dich auf deine ganz individuelle Reise zu deinem ganz persönlichen Glück zu begeben. Denn es ist deine Reise, dein Leben und niemand kann dir die Verantwortung dafür abnehmen.

Ich kann dir nur eins versprechen, es ist eine Reise, die sich durch und durch lohnt.

Das, was ich auf den folgenden Seiten mit dir teilen werde, hat mein Leben, meine Gesundheit, meinen Blick auf die Zukunft und mein persönliches Glücksempfinden grundlegend verändert. Ich spreche hier also hundertprozentig aus eigener Erfahrung.

Und du musst weder gläubig noch religiös oder spirituell sein, um deinen Nutzen aus diesem Buch zu ziehen. Alles, was du brauchst, sind ein wacher Verstand und die Bereitschaft, deine Vorstellung von dem, was möglich ist und was nicht, ein wenig zu dehnen.

TEIL I  
DEINE TRÄUME SIND DER  
WEGWEISER DEINES  
LEBENS



Irgendwann kommen die meisten von uns an einen Punkt, an dem wir uns mit gewissen Dingen abfinden.

Weil das Leben nun mal so ist, wie es ist.

Weil man nicht alles haben kann, was man möchte.

Weil es gewisse Verpflichtungen gibt.

Weil Gesundheit und Vitalität naturgemäß nicht von Dauer sind.

Weil man manchmal einfach Pech hat.

Weil es bei anderen auch nicht besser läuft.

Weil wir uns daran gewöhnt haben.

Trotzdem hören wir manchmal eine leise Stimme sehnsüchtig flüstern, dass das noch nicht alles sein kann. Dass mehr möglich sein sollte. Mehr Freude. Mehr Freiheit. Mehr Liebe. Mehr Erfüllung. Mehr Glück. Mehr Gesundheit. Mehr Geld. Mehr Erfolg. Mehr Leben.

Diese Stimme ist die Stimme unseres wahren Selbst, unserer Seele – wenn du mit diesem Konzept etwas anfangen kannst. Diese Stimme flüstert uns den wahren Zweck und Sinn unseres Daseins zu. Sie ist es, die uns beständig an unsere Träume erinnert, damit wir sie niemals gänzlich vergessen.

Denn wir sind auf diese Welt gekommen, um genau das zu verwirklichen.

# WOVON TRÄUMST DU?

So banal diese Frage klingt, sie hat es in sich. Denn sie verlangt, dass du absolut ehrlich zu dir selber bist. Dass du alle Bescheidenheit, alle Bewertung, alle Zweifel und alle Angst fallen lässt und dir eingestehst, wonach es dich tief in deinem Inneren verlangt.

Die Frage, was du *wirklich* willst, ist womöglich die wichtigste und zugleich schwierigste deines Lebens. Denn wenn du dich auf die Suche nach deiner Antwort begibst, rennst du höchstwahrscheinlich gegen Jahrtausende gesellschaftlicher Konditionierung an.

*»Träume sind Schäume.«*

*»Hochmut kommt vor dem Fall.«*

*»Bescheidenheit ist eine Zier.«*

*»Bleib auf dem Boden der Tatsachen.«*

*»Wer träumt, verpasst das Leben.«*

Das sind nur ein paar wenige Beispiele aus dem Volksmund, die aber deutlich machen, wie sehr wir darauf konditioniert sind, uns klein zu halten. Hinzu kommt unsere eigene Stimme, die uns oft wieder runterdrückt, sobald wir uns gedanklich über unser gewohntes Umfeld hinauswagen.

- »Was glaubst du eigentlich, wer du bist?«*  
*»Warum sollte es ausgerechnet dir gelingen?«*  
*»Wie soll das gehen? Das ist unmöglich.«*  
*»Du hältst dich wohl für was Besseres.«*

Kommen dir diese Sätze bekannt vor? Mir jedenfalls sehr.

Diese Stimme gehört unserem Ego, unserem derzeitigen Selbstverständnis, unserem logischen Verstand. Sie ist ein wichtiger Teil unserer Persönlichkeit und dazu da, uns vor unbekanntem Gefahren zu beschützen. Denn in dem Moment, in dem wir uns aus unserer gewohnten Umgebung, in welcher Form auch immer, hinaus bewegen, geraten wir ins Ungewisse.

Der logische Verstand greift kontinuierlich auf unser gesamtes Wissen und unsere bisherige Lebenserfahrung zurück (= Vergangenheit) und projiziert daraus unsere Zukunft. Ganz nach dem Motto: *»Never change a running system«*, was so viel bedeutet wie, dass man nichts verändern sollte, was bis hierher funktioniert hat.

Da du im Augenblick dieses Buch liest, bist du offensichtlich am Leben. Das verbucht dein logischer Verstand als Erfolg. Was auch immer du in deinem bisherigen Leben gemacht, geglaubt, erlebt hast, du hast es auf diese Weise bis hierher geschafft, also stehen rein logisch die Chancen recht gut, dass du damit auch die kommenden Jahre bewältigst. Wie glücklich

und erfüllt du dabei bist, steht auf einem ganz anderen Blatt.

Der logische Verstand ist also in erster Linie dazu da, uns zu beschützen und uns halbwegs sicher durch die Höhen und Tiefen dieses Lebens zu navigieren.

Bei mir selbst hat das zum Beispiel dazu geführt, dass ich – obwohl ich bereits im Alter von siebzehn Jahren meinen ersten Roman zu schreiben begonnen habe – nicht einmal *im Traum* daran gedacht habe, eines Tages als Autorin zu arbeiten. Stattdessen habe ich ein Einser-Abitur hingelegt und Betriebswirtschaftslehre studiert.

Weil niemand in meinem Bekannten- oder Familienkreis als freiberuflicher Künstler tätig war. Weil mir die Sicherheit einer Festanstellung von klein auf als der beste (und mir einzig mögliche) Weg zu wirtschaftlicher Absicherung vorgelebt worden war. Weil Schriftsteller für mich außergewöhnlich begabte und besondere Menschen waren – ganz im Gegensatz zu mir selbst. Weil ich mir ein solches Leben nicht vorstellen konnte.

Also hat mein logischer Verstand mich davor geschützt, mich ins Unbekannte zu begeben, stattdessen bin ich dem bewährten Weg gefolgt, den alle in meiner Familie zuvor gegangen waren – Schule, Studium, Festanstellung.

Bis dieses Leben für mich irgendwann nicht mehr tragbar geworden war und ich den beruflichen Weg als Autorin eingeschlagen habe.

Danach habe ich nochmals rund zehn Jahre gebraucht, bis ich mir selbst eingestanden habe, was ich als Autorin wirklich will. Worin »der Durchbruch«, den ich mir so sehr ersehnte, überhaupt bestand. Und als ich es (ganz still und leise und nur für mich) erstmals tat, kam ich mir absolut größenwahnsinnig vor. Ein Teil von mir schämte sich sogar dafür und dachte, dass ich das niemals irgendjemandem verraten darf. Weil es *nicht* bescheiden war und damit gegen alles verstieß, was mir gesellschaftlich anerzogen und durch die Epigenetik in die Gene geschrieben worden war.

Trotzdem ist es unfassbar wichtig, sich seine Träume einzugestehen und anzuerkennen, dass wir schlichtweg das Recht haben, genau das zu leben. Im Englischen gibt es dafür den Ausdruck »to own«, sich etwas ganz und gar zu eigen zu machen, sich aufrecht hinzustellen und zu verkünden, wer man ist. (Natürlich muss niemand das wirklich öffentlich tun, aber zumindest sich selbst gegenüber sollte man absolut ehrlich sein.)

Es liegt nämlich kein Mehrwert darin, uns kleiner zu machen, als wir sind – weder für uns selbst, noch für die Menschheit als Ganzes. Du glaubst mir nicht? Denk einfach mal kurz darüber nach, wer alles davon profitieren würde, wenn du deinen wildesten, größten Traum verwirklichst.

Ganz offensichtlich du selbst, vermutlich auch deine Familie und all die Menschen, Geschäftspartner,

Dienstleister, die in irgendeiner Art und Weise an der Verwirklichung dieses Traums beteiligt sind.

Und was ist mit den Menschen, die dein Beispiel inspirieren könnte? Oder mit denen, denen du mit der Erfüllung deines Traums ganz konkret etwas Gutes tust? Indem du ihnen genau das Produkt, die Dienstleistung, den Service lieferst, den sie haben möchten?

Ich bin sicher, du merkst, worauf ich hinaus will. Keiner von uns lebt in einem isolierten Raum und die größten Träume, die dir selbst die größte Erfüllung bringen, haben meist mit anderen Menschen zu tun. Sie bringen insgesamt mehr Fülle in diese Welt.

An dieser Stelle möchte ich dir gern einen Gedanken dalassen, der mir weiterhilft, wenn ich mich frage, ob ich das, was ich mir wünsche, wirklich haben KANN. Ob es tatsächlich möglich für mich ist.

Du kennst mit Sicherheit genügend Filme und Bücher über Zeitreisen und alternative Zeitszenarien. Im Grunde kann man sich die Zukunft als ein unendliches Geflecht von möglichen Zeitlinien vorstellen. Jede Entscheidung, so winzig sie sein mag, eröffnet eine neue Gabelung, eine neue mögliche Zukunft. Somit ist jede, absolut jede Zukunftsversion von dir und deinem Leben, die du dir vorstellen kannst, in diesem endlosen Geflecht *bereits jetzt* als Potenzial vorhanden. Allein die Tatsache, dass du es dir vorstellen kannst, ist der Beweis für ihre Präexistenz.

Das bedeutet, es gibt bereits jetzt eine Zukunftsversion von dir, die in allen Bereichen das absolut großartigste, unfassbarste, genialste Leben führt, das du dir vorstellen kannst. Genauso gibt es eine, die nichts von alledem hat, sowie all die unterschiedlichsten Ausprägungen dazwischen.

Die wichtigste Entscheidung, die du für dein Leben treffen kannst, ist daher, welche dieser unzähligen Versionen du für dich wählst.