

LORNA BYRNE
Herzensgebete für ein Leben voller Licht



GOLDMANN

Buch

Lorna Byrne hat Millionen von Menschen dabei geholfen, sich für die Engel zu öffnen und sich ihrer göttlichen Weisheit anzuvertrauen. Wie sie selbst die Verbindung mit Gott und den Engeln vertieft und dauerhaft festigt, offenbart sie nun in ihrer ganz persönlichen, inspirierenden Gebetssammlung. Diese Gebete sind nicht nur ein Juwel für all jene, die die richtigen Worte finden möchten, wenn sie um mehr Hoffnung, Freude oder Unterstützung bitten oder sich einfach nur bei den Engeln bedanken möchten. Vielmehr vereinen sie uns mit der göttlichen Essenz. Wir müssen nur lauschen und uns öffnen. Dann werden wir ihre Gegenwart und die heilende Kraft ihrer Liebe spüren.

Autorin

Lorna Byrne, geboren und aufgewachsen in Irland, kann seit frühester Kindheit Engel sehen und mit ihnen kommunizieren. Seit sie 2008 das erste Mal mit ihrem Wissen an die Öffentlichkeit ging, erreichte ihre Botschaft Millionen von Lesern in der ganzen Welt. Ihre Bücher, darunter »Engel in meinem Haar« und »Himmelspfade«, wurden in 30 Sprachen übersetzt. Lorna Byrne ist Mutter von vier Kindern und lebt zurückgezogen in Irland.

*Von Lorna Byrne sind folgende Titel bei
Goldmann, Arkana und Kailash lieferbar:*

Engel in meinem Haar (22088)

Himmelspfade (22104)

Eine Botschaft der Hoffnung (63059)

Liebe – Das Geschenk des Himmels (22158)

Deine Seele leuchtet (63128)

Engel berühren meine Fingerspitzen (22316)

Lorna Byrne

HERZENS GEBETE

*für ein Leben
voller Licht*

Aus dem Englischen
von Bettina Lemke

GOLDMANN

Die englische Originalausgabe erschien 2018 unter dem Titel »Prayers from the heart« bei Coronet, London.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.

Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

2. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe November 2021

Copyright © 2019 der deutschen Erstausgabe: Arkana

Copyright © 2021 dieser Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlag: UNO Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: Landschaft: © frank mckenna/unsplash

Vögel: © anthony delanoix/unsplash

Redaktion: Daniela Weise

LG · CB

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-22339-8

www.goldmann-verlag.de

Ich widme dieses Buch
mit Frieden und Liebe im Herzen
all meinen Leserinnen und Lesern.





Inhalt

1	Wie wir mit Gebeten unsere Beziehung zu Gott verändern	9
2	Die Verbindung zur Natur, zu den Tieren und zu uns selbst vertiefen	31
3	Kraft und Hoffnung fördern	53
4	Gebete für eine bessere Welt	69
5	Gebete um Ausdauer, Resilienz und Hoffnung.	81
6	Gebete um Harmonie in der Familie	95
7	Gebete um Beistand, wenn wir Kummer haben.	111
8	Gebete um Ermutigung, den eigenen Lebensweg zu verfolgen	119
9	Gebete bei Suchtproblemen und Gruppenzwang.	133
10	Gebete um Heilung	143
11	Unsere Liebe Frau, Maria, und weitere Gebete	155

12 Gottes Glaube an Sie	169
13 Unsere Seele und unsere spirituelle Reise. .	185
14 Die Liebe nach einem Trauma erneuern . .	195
15 Ich bin der Liebe Gottes würdig.	203
16 Das Leben voll ausschöpfen	215
17 Wenn man sich ungeliebt fühlt.	225
18 Die Kraft des Gebets	239
19 Das Herz öffnen und sich gegen das Böse wehren	251
20 Ein erfülltes Leben führen.	263
21 Wir können überall beten	277
 Danksagung	 281
Gebetsverzeichnis	283



Kapitel 1

Wie wir mit Gebeten unsere Beziehung zu Gott verändern

Jetzt, da ich mein erstes Buch zum Thema Gebete schreibe, bin ich von Engeln umgeben. Die Gebetsengel sind ebenfalls hier. Wenn ich zwischendurch aufschaue, sehe ich einen unendlichen Wasserfall, der das Haus umgibt und den Raum erfüllt – und der nach oben strömt, anstatt hinunterzufließen: einen Wasserfall aus Gebetsengeln. Gott sorgt dafür, dass sie so nah bei mir sind, weil ich viele Gebete in dieses Buch schreiben werde, das für Sie alle bestimmt ist.

Seitdem ich mein erstes Buch, *Engel in meinem Haar*, geschrieben habe, bekomme ich immer wieder Anfragen von Menschen aus aller Welt, ein Buch über Gebete zu schreiben. Sie bitten mich um Gebete für alles Erdenkliche. Mir ist bewusst, dass viele von uns in unterschiedlichen Situationen bestimmte Ge-

bete brauchen, die helfen, mit den Höhen und Tiefen des Lebens fertigzuwerden.

Selbst wenn es gut läuft, stellen Sie vielleicht fest, dass es Sie Mühe kostet, Ihr Ziel zu erreichen. Sie befinden sich bereits auf halber Höhe des Berges, aber wenn Sie nach vorn blicken, sehen Sie immer noch ein riesiges Stück Weg vor sich. Doch wenn Sie nur einen Moment lang zurückschauen, werden Sie erkennen, wie weit Sie bereits gekommen sind. Danach können Sie sich wieder darauf ausrichten, in Ihrem Leben weiterzugehen.

Zu den Tiefphasen kommt es in der Regel, wenn wir enttäuscht sind, weil wir nicht erhalten haben, was wir uns wünschen oder was wir unserer Meinung nach verdient hätten. Wir sehen uns selbst unten am Fuß des Berges und sind kaum in der Lage, auch nur ein wenig vorwärtszugehen. Hier können uns Gebete helfen. Sie schenken uns die Kraft, die wir brauchen, und ermutigen uns, den nächsten Schritt auf unserem Lebensweg zu tun. Dieser Weg ist stets gewunden und verändert sich fortwährend. Er führt zuweilen bergauf und dann wieder bergab und bringt uns auf unserer Lebensreise doch weiter.

Wir alle brauchen Gebete. Egal was Sie dazu auch sagen mögen, ob Sie daran glauben oder nicht, es wird stets eine Zeit in Ihrem Leben geben, in der Sie Gebete brauchen. Ja, das gilt wirklich für uns alle, selbst wenn wir manchmal so niedergeschlagen sind, dass wir uns nicht dazu in der Lage fühlen zu beten. Deshalb sollten wir auch füreinander beten, denn

manchmal schafft man es einfach nicht, das für sich selbst zu tun. Etwa wenn man physisch und emotional zu sehr leidet und die Gebete selbst nicht sprechen kann, die man in dieser Zeit als Unterstützung bräuchte.

Überhaupt helfen Gebete uns, jeden Schritt auf dem Lebenspfad zu genießen und uns dabei nicht abzuheizen. Gebete erinnern uns daran, das Leben voller Freude zu leben und jeden Moment auszukosten, sei er gut oder schlecht, weniger gut oder nicht gar so schlecht. Unser ganzes Leben lang ist es so, als befänden wir uns auf einer Waage, als schwebte unser Glück in dieser Balance. Doch während all dieser Höhen und Tiefen sollten wir stets versuchen, jeden Augenblick in seiner Gänze auszuschöpfen, selbst wenn wir in Tränen aufgelöst sind.

Wir brauchen Gebete für all diese Dinge. Gebete für unsere Verletzungen sowie für das Leid, das wir empfinden. Wir brauchen Gebete, die uns helfen, mit dem Leben fertigzuwerden sowie Glück und Freude zu empfinden. Während wir beten, entsteht eine Verbindung zwischen unserer Seele, unserer Energie und Gott, die uns Frieden und Hoffnung, Kraft und Mut verleiht.

Bei all den Gebeten in diesem Buch wurde ich von Gott angeleitet, manchmal vermittelt von den Engeln. Während ich dieses Buch schrieb, war häufig ein Erzengel an meiner Seite, entweder der Erzengel Michael oder einer der anderen Erzengel. Manchmal war es auch einer der Engel, die zu meinem täglichen

Leben gehören. Natürlich war mein Schutzengel die ganze Zeit über bei mir.

Gebete wirken sich positiv auf Menschen aus, die unter Sorgen, Ängsten und Depressionen leiden. Die Gemütsverfassung sowie emotionale Probleme einer Person haben stets auch einen körperlichen Aspekt. Sowohl unser physischer Körper als auch unser Geist brauchen die Kraft des Gebets, die Verbindung zu unserer Seele, die das Gebet uns schenkt. Gebete können uns helfen, diese Verbindung zu erkennen, und uns die Stärke schenken, all die mentalen und emotionalen Probleme zu überwinden. Nicht zuletzt kann diese Kraft, wie wir sehen werden, auch zur körperlichen Heilung beitragen.

Jeder Einzelne sollte selbst beten. Das ist sehr wichtig. Aber es ist genauso von Bedeutung, dass auch andere für diesen Menschen beten, sodass er mit den Dingen, die er durchmacht, fertigwerden kann und damit er die Gewissheit hat, dass er sie überwinden wird. Ich bin vielen Menschen begegnet, die stark unter einer psychischen Erkrankung litten. Manche von ihnen hatten bereits darüber nachgedacht, sich das Leben zu nehmen, begannen dann aber eines Tages, zu Gott zu sprechen. Sie erkannten, dass sie beteten, und hatten von diesem Tag an einen stärkeren Glauben. Überdies glaubten sie mehr an sich selbst. Sie konnten das Licht der Hoffnung vor sich sehen. Das Gebet hilft, die Wolke aufzulösen, und unterstützt den Einzelnen dabei, das Leben zu erkennen, das vor ihm liegt.

So betet man besser

Ich begeben mich einfach ins Gebet. Der Gedanke kommt mir in den Sinn, und ich beginne zu beten.

Viele von Ihnen fragen mich, wie sie beten sollen oder auf welche Weise sie besser beten können. Nehmen Sie sich Zeit dafür, selbst wenn es nur eine Minute sein sollte, und gehen Sie in die Stille. Sie müssen kein Wort sagen. Sie sollten lediglich üben, Ihren Geist zu leeren.

Sie benötigen keinen besonderen Platz dafür. Die Welt hat sich so verändert. Die Menschen sind ständig in Bewegung. Sie könnten zum Beispiel beten, während Sie spazieren gehen.

Es gibt keine falschen Orte, wenn man beten möchte. Aber an manchen Orten ist der Schleier zwischen dieser Welt und der geistigen Welt dünner. Einige davon, etwa Kirchen oder heilige Quellen und Waldhaine, Höhlen oder Berggipfel, werden bereits seit Langem zum Beten genutzt. Ein solcher Platz ist zu einem heiligen Ort geworden, an dem man Ruhe findet, betet und meditiert. Und wenn wir dorthin kommen, nehmen wir in der Regel die Ruhe und den Frieden wahr. Meist handelt es sich um sichere Orte. Sie sind erfüllt von der Liebe und Spiritualität der Menschen, die bereits dort waren. Wenn ich mich einem solchen Ort nähere, sehe ich diese Liebe und Spiritualität hervorströmen.

Gebet für heilige Orte

Lieber Gott,

*ich danke Dir für all die heiligen Orte auf der Welt,
für Deine Engel, die in großer Zahl an solchen Orten
vorhanden sind,*

*für die Segnungen, die uns geschenkt werden,
die Segnungen des Friedens, der Hoffnung, der
Ruhe und Heilung.*

Umgeben von Deiner Liebe

*kann ich an diesem Ort im Gebet meditieren
und die Heiligkeit dieses geweihten Ortes spüren.*

Danke, mein Gott.

Amen.



Heilige und geweihte Orte sind sehr wichtig für Menschen aller Glaubensrichtungen und auch für diejenigen, die keiner Religion angehören. Diese Orte sind stets von Frieden erfüllt, und es sind immer Millionen von Engeln dort, die fortwährend beten. Manchmal nehme ich auch Heilige wahr, die erscheinen, um zu beten.

Häufig sehe ich die Seelen von Angehörigen. Sie sind gekommen, um mit den Menschen zu beten. Obwohl die Angehörigen längst verstorben sind, leben ihre Seelen für immer weiter, denn die Seele ist unsterblich. Sie ist der Lichtfunke Gottes, unser spiritueller Anteil.

Die Seele eines nahestehenden Menschen ist stets da, um zu helfen, um Ihnen Zeichen zu geben, um Ih-

nen etwas ins Ohr zu flüstern. Sie können sie viel leichter hören als irgendeinen Engel. Achten Sie daher darauf, welche Hilfe diese Seele Ihnen zuteilwerden lässt. Wenn Sie ihre Präsenz spüren und erkennen, dass Sie etwas tun sollten, dann tun Sie es. Bedanken Sie sich bei der Seele des nahestehenden Menschen dafür, dass sie für Sie da ist.

Emotionen verstärken das Gebet. Sie sollten meinen, was Sie sagen, und Dinge nicht einfach routinemäßig wiederholen. Wenn Sie von einer Emotion erfüllt sind, dann bringt das Ihre Seele in den Vordergrund. In der Regel halten wir unsere Emotionen unter Verschluss, weil die Menschen vieler Glaubensrichtungen angewiesen werden, sich nicht bei Gott zu beklagen. Aber wir sind Gottes Kinder, daher dürfen wir mit Gott Klartext reden, so wie ein Kind, ein Teenager und sogar ein erwachsener Mensch mit seinen Eltern redet. Wir sollten in unseren Gebeten offener sein. Das sagen die Engel mir immer wieder. Lassen Sie Ihre Emotionen heraus.

Es gibt einen weiteren wichtigen Aspekt beim Beten: Sie sollten sich dessen vollkommen bewusst sein, dass Sie beten und dass Ihre Emotionen, Ihre Anrufung Gottes von Ihnen kommt, aus jedem kleinsten Teil Ihrer Seele und jedem Teil Ihres menschlichen Körpers. Dann werden Sie sehr authentisch sein.

Je intensiver Sie ins Gebet vertieft sind, desto weniger werden Sie Ihre Umgebung wahrnehmen. So mag beispielsweise der Eindruck entstehen, Sie wür-

den ein sehr langes Gebet sprechen, im Nachhinein allerdings stellen Sie fest, dass es nur ein paar Sekunden gedauert hat. Das liegt daran, dass Sie sich in einem geistigen Zustand befanden. Wenn Sie das bemerken, lächeln Sie und bleiben Sie achtsam dabei. Die Welt ist heutzutage ständig in Eile, und wir meinen, wir hätten keine Zeit.

Hin und wieder sollten Sie beim Beten lauschen, entweder am Ende des Gebets oder noch bevor Sie ein Wort gesagt haben. Ich glaube, jeder, der im Gebet zuhört und diesen Raum der Ruhe aufsucht, kann in irgendeiner Weise eine Stimme wahrnehmen. Manche Menschen sind vielleicht von einer inneren Ruhe und von Frieden erfüllt oder sie wissen einfach, was zu tun ist, oder sie hören – in außergewöhnlichen Fällen – deutlich eine Stimme. Wir sollten uns während des Betens Zeit zum Zuhören nehmen. Möglicherweise hören wir, wie ein nahestehender Mensch, unser Schutzengel oder unsere eigene Seele zu uns spricht. Oder sogar Gott. Und wenn das geschieht, sollten wir es nicht anzweifeln. Wir wissen es einfach. Es wird klar sein.

Viele Menschen fragen mich, wie oft und für wie lange man beten sollte. Anfangs sollten Sie sich in Ihrem geschäftigen Alltag eine Minute zum Beten und danach eine Minute der Ruhe einräumen. Schon nach kurzer Zeit werden Sie länger beten. Dessen bin ich mir sicher. Selbst die Phase der Ruhe wird zum Gebet werden, da Sie lernen, sich in einen meditativen Gebetszustand zu versenken.

Wir alle profitieren auf vielfältige Weise vom Beten. Geist, Seele und Körper profitieren. Die Seele, jener Lichtfunke Gottes, der jeden Teil von uns durchdringt. Sie ist ein Teil von Gott, von Gottes Herz, das reine Liebe ist. Je mehr Sie beten, desto mehr wirkt sich das auf Ihre Seele aus. Zunächst hilft das Gebet Ihnen, sich Ihrer Seele und Ihres spirituellen Selbst bewusster zu werden.

Sodann werden Sie wissen, dass es eine Liebe gibt, die aus Ihrem Inneren stammt, ein strahlendes Licht. Wenn Sie beginnen, das wahrzunehmen, wird sich Ihr physischer Körper anders anfühlen – leichter und in jeder Hinsicht stärker. Aufgrund des Betens und der Verbindung zu Ihrer Seele machen Sie sich nicht mehr so viele Gedanken darüber wie zuvor.

Sie können lernen wahrzunehmen, wie Ihre Seele hervortritt. Wenn Sie spüren, dass Ihre Seele hervor- kommt – selbst wenn es nur ein kleines bisschen ist –, werden Sie es genießen. Sie werden lächeln. Möglicherweise kommt es Ihnen nur wie eine Sekunde vor, aber in Wirklichkeit dauert es länger. Alles verschwindet. Ihr Körper wird leichter, Schmerzen und Beschwerden gehen zurück. Möglicherweise sehen Sie Ihre Seele vor sich. Wenn sich Ihre Seele auf diese Weise zeigt, können sich Körper und Seele miteinander verflechten und der Befreiungsprozess beginnt. Natürlich wissen Sie, dass Ihr physischer Körper jederzeit krank werden kann und dass er altern wird, aber aufgrund Ihrer Gebete ist fortan jeder Schritt, den Sie tun, anders. Sie spüren die Kraft und die Es-

senz des Lebens. Sie erkennen, wie überaus wundervoll es ist, einfach da zu sein, weil Sie nun den Augen Ihrer Seele erlauben, durch Ihre physischen Augen die Schönheit des Lebens um Sie herum zu sehen.

All dies können Sie mit der Kraft des Gebets erreichen. Das Gebet berührt Ihre Seele. Und wenn Ihr physischer Körper krank wird, Ihre Seele jedoch weiß, dass Sie wieder gesund werden und noch viele Jahre hierbleiben sollen, dann werden Sie die innere Stimme hören, die von Ihrer Seele stammt, von Ihrem spirituellen Selbst, wie sie zu Ihnen sagt: »Lass mich dir helfen zu glauben.« Der Glaube, den Sie durch das Beten gewonnen haben, wird Ihnen die Stärke verleihen, gegen Krankheiten anzukämpfen, die Ihren physischen Körper angreifen.

Versuchen Sie, mit reinem Herzen zu beten. Wenn Herz, Geist und Seele beim Beten rein sind, wird es Ihnen leichtfallen. Und je mehr Sie auf diese Weise beten, desto ungehinderter kommt es zur Verflechtung.

Ich denke an die Zeit zurück, als ich ein kleines Mädchen war und der Engel Amen mir das Beten beibrachte. Amen sagte: »Du musst ohne Bössartigkeit in deinem Herzen beten. Du musst dich von deinen Reaktionen auf Menschen lösen, die dir wehtun.« Ich fordere Sie immer wieder dazu auf, Dinge weniger persönlich zu nehmen. Jedes Mal, wenn Ihnen etwas widerfährt, das Sie verletzt, sollten Sie zu sich sagen: »Es ist in Ordnung, ich liebe mein Gegenüber.« Egal, wie klein oder groß die Sache ist, um

die es geht, nehmen Sie sich vor, den anderen nicht zu hassen, sondern ihn zu lieben. Ich spreche hier von dem Bemühen, jemanden zu lieben, während Sie sich im kontemplativen Gebet befinden. Es geht darum, anderen an diesem heiligen Ort Liebe entgegenzubringen.

»Sie wissen es einfach nicht besser, Lorna«, sagte der Engel Amen zu mir. Ich verstehe diese Worte, aber ich kann sie nicht vollständig erklären.

Ein Mensch, der betet, wird ein strahlenderer Mensch. Ich weiß nicht, wie ich das genau beschreiben soll. Es ist so, als hätte er seiner Seele erlaubt hervorzutreten, sodass helleres Licht von ihm ausstrahlt.

Der menschliche Körper verändert sich mit der Zeit. Wenn wir die Verflechtung von Körper und Seele zulassen, altern wir nicht, und wir werden nicht krank. Durch das Beten kommt dieser Tag schneller. Körper und Seele bilden gemeinsam einen Strang. Wie bald dieser Tag kommen wird, liegt bei uns.

Manchmal, wenn wir krank werden oder ein Familienmitglied erkrankt, entdecken wir die Kraft des Gebets. Im Gebet bitten wir Gott mit reinem Herzen und Geist sowie mit reiner Seele darum, uns mehr Zeit zu schenken. Wir sagen zu Gott: »Ich möchte, dass mein Angehöriger wieder gesund wird, wenn irgend möglich.« Wir beten, und unsere Familie betet mit uns. Häufig ist dies die Zeit, in der jemand seine Seele wahrnimmt. Wir sollten jedoch nicht warten, bis unser physischer Körper erkrankt, um uns