

Katja Barnasiow Pereira

DER WEG ZU INNERREM REICHTUM

Heile deine Seele

Wie Sie Ihr Ego überwinden und
Ihre Kontrolle dem Urvertrauen überlassen

Trauerbewältigung, Lebensfreude und Heilung
durch Einklang von Körper und Seele

© 2025 by Katja Barnasiow Pereira – Portugal

Katja Barnasiow Pereira
c/o AutorenServices.de
Birkenallee 24
36037 Fulda

Für Pakete/Anfragen bitte gesondert via Kontakt oder E-Mail unter *info@katja-barnasiow.de* anfragen.
Herstellung Tradition

www.katja-barnasiow.de

3. Auflage
Alle Rechte vorbehalten.

ISBN: 978-3-384-64101-4 (Print)
Buch- und Umschlaggestaltung:
Katja Barnasiow Pereira

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung von Katja Barnasiow Pereira, der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung

Widmung

Gewidmet meiner lieben, verstorbenen Hündin Peanut, die mich fast 15 Jahre meines Lebens begleitet hat und zu den wichtigsten Seelen meines Lebens gehörte und es immer noch tut. Du bist in Gedanken, im Herzen und hin und wieder telepathisch hier bei uns.

Danke, meine liebe Pini, dass du mir so viel beigebracht und mir stets deine bedingungslose Liebe geschenkt hast. Du hast mir vieles gezeigt, was ich heute lehren und als Wissen weitergeben darf.



Danksagung

Auf diesem Wege möchte ich mich bei meinen Geistführern für die Eingebungen, die Führung für dieses Buch und auch auf meinem sonstigen Weg bedanken. Durch sie durfte ich für mich selbst so viel lernen, und das, was ich an die Öffentlichkeit tragen soll, hat mich auf meinem persönlichen Weg begleitet und weitergebracht. Kanal für die geistige Welt zu sein und als Sprachrohr für Menschen, Tiere und andere Lebewesen zu dienen, habe ich sehr dankbar als eine für mich wundervolle Begabung angenommen, und es erfüllt mich zutiefst, diese Aufgabe mit sehr viel Liebe und Begeisterung erfüllen zu dürfen.

Somit bedanke ich mich bei meinen Heilerinnen, Mentoren und Geistführern:

Servallo, der mich liebevoll seit Beginn meiner spirituellen Lebensaufgabe begleitet und mit mir wächst.

Elfe Orelia, die mich seit meiner Kindheit begleitet und liebevoll über mich wacht.

Cassandro, der mir mit seiner energischen Energie immer mal wieder den Kopf wäscht und mir bewusst macht, wo meine Aufgaben sind.

Erzengel

Erzengel Michael, Erzengel Zadkiel, Erzengel Raphael, Erzengel Gabriel, Erzengel Metatron, Erzengel Haniel, Erzengel Raziel und Erzengel Ariel für die Führung dieses Buches und Unterstützung in meinem Leben. Danke, dass Ihr mich hin und wieder testet, damit ich wachsen und meine Entscheidungen selbst treffen kann.

Aufgestiegene Meister

Thot, Mutter Maria, Jesus, Kuan Yin, Lady Gaia, Maria Magdalena, Hilarion und Franz von Assisi, Euch danke ich von Herzen für Eure liebevolle Führung und dafür, dass ich mit Euch arbeiten darf.

Göttinnen und Götter

Bast, Aphrodite, Krishna, Saja, Pele und Sedna, Euch ganz herzlichen Dank für Eure Führung und Begleitung.

Auch den Wesenheiten, die ich neu kennenlernen durfte:

Engel Saphira, Lady Gaia, Kryon und einer anderen Wesenheit, die noch nicht an die Öffentlichkeit möchte, bei Euch bedanke

ich mich für Eure Führung und die neuen Eindrücke, die ich gewinnen durfte.

Das Huhn Putti (Tierbote und Vertreter seiner Artgenossen)

Vielen lieben Dank, liebe Putti, für das wertvolle Kapitel in diesem Buch, zu dem Du trotz Müdigkeit beigetragen hast, stellvertretend für die tierischen Lebewesen, die meist zu kurz kommen in der menschlichen Gesellschaft.

Ich möchte auch meiner lieben Mama von Herzen danken, die mich auf diesem Weg unterstützt und an mich geglaubt hat. Ich danke dir von Herzen liebe Jeanette, dass du mich bei diesem, meinem ersten Buch mit deinem Wissen unterstützt hast.

Ein großes Dankeschön an dich, Josè, dass du mich mit meinem spirituellen Begleiter zusammengeführt hast, der mich seither in meinem Leben begleitet und schützt. Ich danke dir von Herzen, Josè, dass ich mich durch dich erinnern konnte und einen Teil in mir wiedergefunden habe, den ich seither verstehen kann.

Das Schlusswort geht an meine Hündin Peanut, die von 2002 - 2016 an meiner Seite war und mir der beste Wegbegleiter und

Heiler war, den ich mir vorstellen kann. Sie war meine treibende Kraft in einer Lebenszeit voller Höhen und Tiefen, aber auch meine Lebensretterin. Aus tiefstem Herzen bedanke ich mich für ihre Geduld und Liebe zu mir und dafür, dass sie mich oft daran erinnert hat, was wirklich wichtig ist. Meine Peanut begleitete mich viele Jahre in ihrem Hundeleben und hilft mir auf meinem spirituellen Weg. Sie führte mich auf den Weg, als Kanal zu dienen. Durch sie lernte ich viel, und sie verfügt über Wissen, vor dem ich großen Respekt habe. Vielen Dank, meine liebe Peanut, dass Du oft so geduldig mit mir gewesen bist, mir den Weg gezeigt hast und zu einem tollen Kapitel in diesem Buch beigetragen hast.

.

Inhaltsverzeichnis

Kapitel

Wie dieses Buch entstanden ist.....	13
Vorwort	14
Einleitung	18
Meditationshinweis	20
Wo suche ich nach dem, was ich eigentlich brauche?	21
1. Meditation: Überwindung des Ego	27
Zurück zum Ursprung	30
2. Meditation: Feinfähigkeit und Intuition fördern	34
Krankheiten als Symbol?	37
Wissenschaft	44
3. Meditation: Rückkehr zum Ursprung.....	54
Liebe	56
4. Meditation: Selbstliebe	62
Die Grundregeln des Lebens.....	64
Die Vergebung.....	76

Energetischer Haushalt des Menschen	80
5. Meditation: Energie tanken und ins Gleichgewicht kommen	87
Reinige deine Seele	90
6. Meditation: Bedingungslose Liebe	98
Die Botschaft des Herzens.....	101
7. Meditation: Loslassen.....	108
Reinigen der Kindheitsthematiken	112
Die Heilkraft der Farben.....	121
8. Meditation: Reinigung.....	129
Die Kraft in dir.....	132
13. Meditation: Bewusstes Wahrnehmen unseres Umfeldes.....	138
Der Weg zu innerem Reichtum	141
9. Meditation: Weiterentwicklung durch unsere innere Stimme	150
Vertrauen	152
Das Tuch der Liebe.....	158
Das Tier als Spiegel der Seele	163
10. Meditation: Eigene Themen durch die Seelenfamilie erkennen	172
Die kindliche Unschuld in uns	175

11. Meditation: Selbsterkenntnis.....	184
Seelenfamilie	186
12. Meditation: Lebensaufgaben annehmen	191
Zeitinversion	194
Missgunst.....	203
Missbrauch	208
13. Meditation Blockaden lösen.....	213
Unabhängigkeit	216
14. Meditation Dem Lebensfluss folgen.....	221
Angst	224
15. Meditation Innerer Wachstum und Vertrauen.....	233
Therapeuten.....	236
Schmerz	247
16. Meditation Sensibilisierung und Erwachen	254
Energieerhöhung und Reinigung	257
Emotionen	267
27. Meditation: Sich annehmen und positiv denken.....	273
Trauer und Transformation.....	276
17. Meditation: Loslassen und inneren Frieden zulassen.....	288

Einheitliches Wissen	290
Das Tor zum Regenbogen in dir.....	302
Ein kostenloses Audio Ritual um dein Herz zu heilen ...	306
Begleitende Meditationen zur Selbstheilung.....	307
Über die Autorin.....	309
Quellenverzeichnis	312

Wie dieses Buch entstanden ist

Ich wollte nicht mehr. Nicht mehr kämpfen. Nicht mehr funktionieren. Nicht mehr durchhalten.

Nach einer Trennung bin ich in ein tiefes Loch gefallen, die man als Depression oder Burnout bezeichnen würde. Aber es war mehr als das. Es fühlte sich an, als hätte mein ganzes System versagt: Es ging einfach nicht mehr weiter.

Der Schmerz, den ich da gespürt habe, war nicht neu. Er war schon lange in mir. Tief, alt, vergraben und immer wieder unterdrückt. Diese Krise hat ihn nur sichtbar gemacht. Und genau in diesem absoluten Tiefpunkt hat sich etwas verändert. Ich habe begonnen, mich wirklich zu fühlen. Ich habe die richtigen Menschen getroffen, habe angefangen, zu verstehen und meine Verbindung zu fühlen. Worte kamen leise und klar, nicht von mir, und nicht aus meinem Kopf. Ich habe sie empfangen und aufgeschrieben auf Anweisung von „oben“. Dieses Buch ist in genau dieser Zeit entstanden. Es war der Anfang meiner Heilung. Vielleicht spricht es auch mit etwas in dir, das gerade bereit ist, sich zu erinnern.

Vorwort

Als Buchautorin folge ich meiner Intuition. Durch meine Arbeit als Sprachrohr und die telepathische Kommunikation bringe ich die Botschaften der jeweiligen Quellen - seien es Tiere, andere Lebewesen oder die geistige Welt - in Wort und Schrift auf Papier. Es sind Informationen, die durch die Öffentlichkeit den Menschen etwas vermitteln und sie erreichen sollen. Ich fungiere als Kanal und diene der geistigen Welt als Schreibwerkzeug, um das nach „Außen“ zu bringen, was als wichtig erachtet wird. Die Quellen der jeweiligen Kapitel sind direkt unter den Kapiteln der Seiten aufgeführt.

Im September 2013 bekam ich die Eingebung bzw. Anweisung, dieses Buch zu schreiben. Die Dringlichkeit, dieses Buch an die Öffentlichkeit zu bringen, wurde mir stetig nahegelegt. Es ist an der Zeit, etwas zu verändern und unsere Umwelt bewusst wahrzunehmen, damit auch kommende Generationen die Möglichkeit haben, weiterhin auf Mutter Erde zu leben. Das ist aber nur möglich, wenn wir etwas dafür tun und wenn jeder bei sich selbst anfängt. Im Einklang mit der Natur zu leben, führt uns zu innerem Frieden, den wir brauchen, um glücklich zu sein und die Welt um uns herum ohne Urteil und Bewertung sehen zu können.

Wenn jeder den Frieden in sich selbst findet, wird es auch Frieden im Außen geben. Es geht um Nachhaltigkeit. In diesem Buch lässt Mutter Erde durch ihre Botschaften, die mir ihre Helfer durchgegeben haben, wissen, worum es geht und was wir tun können. Es geht darum, mit dem Herzen zu sehen, und damit kann man noch viel besser sehen als mit den Augen. Ich bin ehrfürchtig in meiner Aufgabe und unendlich dankbar dafür, dass mir dieses Projekt zugeteilt wurde. Durch das Schreiben dieses Buches durfte ich einiges lernen. Es trug gewissermaßen einen Teil zu meiner Reise zu mir selbst bei und lehrte mich neue Erkenntnisse.

In jeder Minute meines Lebens verstärkt sich mein Glaube an die geistige Welt und daran, was sie mir zuteilwerden lässt. Die Zeichen, die sie mir stetig sendet, und die Hilfestellung, die ich erhalte, wenn ich sie brauche, sind allgegenwärtig. Für mich gibt es keine Zufälle, und ich sehe das Leben als Lernfeld.

Das Erwachen jedes einzelnen Menschen ist so wichtig, denn wir leben in einer anderen Dimension, es verändert sich viel, und genau das möchte die geistige Welt vermitteln. Jeder kann nur an sich selbst etwas verändern und trägt somit einen großen Teil zum Ganzen bei. Wir sind alle miteinander verbunden, und das ergibt ein großes Ganzes. Das Buch beinhaltet ein breites Spektrum an Themen, die der Mensch mit sich trägt und soll Hilfestellung zum

Lösen und Bearbeiten dieser Themen leisten. Das Grundprinzip des Buches ist, dem Menschen zu helfen und zu vermitteln, wie er an den Lebenssinn „Das Glücklichsein“ kommt: das Arbeiten an der Seele, an der Ursache. Das Buch soll helfen, das Leben aus einer anderen Perspektive zu betrachten, über den Tellerrand hinauszuschauen und zu sich selbst zu finden. Aber wie findet man zu sich selbst, und was heißt wirklich „glücklich sein“, und vor allem: Wie wird man von Herzen glücklich? Es geht darum, das Leben als Lernfeld und Herausforderung zu sehen, um es leichter nehmen zu können.

Wie definiert man bedingungslose Liebe? Wie und durch was fühlt man sich geliebt? Warum existiert Liebeskummer, und was heißt Abhängigkeit in einer Beziehung? Viele Menschen fragen sich, warum sie immer wieder schlechte Erfahrungen im Leben machen und diese sich dann immer mehr zuspitzen. Hier werden Sie vielleicht genau die Antworten auf Ihre Fragen finden und verstehen, was uns damit gezeigt werden will.

Auch Tiere werden hier angesprochen: Warum sie bei uns Menschen sind und welche Aufgabe sie bei uns haben, ist ein Thema. Das Tabuthema Trauer und Tod wird angesprochen, weil es uns wie die Geburt begleitet, und die beiden Themen sich doch so nahe liegen. Mit diesem Buch können Sie durch die Meditati-

onen (nicht bei allen Kapiteln) gleichzeitig an sich arbeiten. Die Meditationen finden Sie auch als geführte Audio Meditationen auf meiner Webseite. Ich wünsche Ihnen von Herzen, dass Sie genau die Antworten auf Ihre Fragen finden, die Sie immer gesucht haben, und dass Sie dadurch Ihren Weg finden.

Einleitung

Erzengel Metatron

Der Mensch ist immer auf der Suche nach dem inneren Reichtum, um seiner Seele freien Lauf zu lassen. Geben und Nehmen spielt für ihn dabei die größte Rolle. Wie wichtig ist Geben und Nehmen, und wie viel dürfen wir nehmen und geben von dem, was wir haben? Oftmals wird vergessen, zu nehmen, aber auch zu geben. Ein Gleichgewicht zwischen diesen beiden Dingen kann schon zu einer inneren Zufriedenheit führen. Ist es nicht das Gefühl, zu viel gegeben zu haben, z. B. zum Thema Liebe? Wie viel dürfen wir an Liebe nehmen, wie viel dürfen wir andere für uns vereinnahmen, und wie glücklich macht uns das wirklich? Ist es nicht das, zu dem wir selbst gelangen sollen, um unseren inneren Frieden herzustellen?

Aber wie kommen wir an diesen Punkt? Das fällt vielen schwer und ist für die meisten ein großer Mangel und ein Laster. Woher kommen die Sehnsüchte, die uns niemand erfüllen kann? Wie kommen wir zu dem Punkt, uns diese selbst erfüllen zu können? Eine einfache Sache, wenn man weiß, wie und wo man sie finden kann. In diesem Buch werden Sie den Weg zu Ihrem eigenen inneren Reichtum finden, indem Sie Ihre Seele heilen. Das ist gar