

Leseprobe



Matthias A. Exl

Befreie dich selbst!

Einleitung, S. 13 – 16



Einleitung

Das Buch, welches Sie, lieber Leser, heute in Händen halten, ist einen weiten Weg gegangen. Es ist getragen von der Erfahrung, die ich selbst in meinem Leben gemacht habe. Durch diese Erfahrung und den eigenen persönlichen Tiefpunkt wurde ich in die Lage versetzt, etwas ganz drastisch zu korrigieren – nämlich mein Lebensziel und meine Lebensführung, die zum damaligen Zeitpunkt perfekt schienen, mich jedoch krank und unglücklich machten. Doch langsam, der Reihe nach.

Aufgewachsen bei liebevollen Eltern im konservativen Österreich, angetrieben durch sehr persönliche Motive, fühlte ich mich verpflichtet, eine glanzvolle Karriere hinzulegen. Jedoch wollte ich nicht in einer kleinen Vorstadt irgendein Geschäft leiten, nein, ich wollte hoch hinaus. Ich wollte auf dem internationalen Markt die Welt erobern, was mir in gewissem Maße auch gelang. Aber eben nur in einem gewissen Maße, denn eigentlich hatte die Welt mich erobert! Auf dem Höhepunkt meiner Karriere arbeitete ich als Vizepräsident eines Dienstleistungsunternehmens, an dessen globalem Aufbau ich maßgeblich beteiligt gewesen war. 500 Angestellte, die größten Venture-Kapitalisten als Finanziers, entlohnt mit hohem Gehalt – ja, dies war mein Leben. Damals hätte ich gesagt, es handele sich um ein Leben in Fülle, erfüllt von teuren Restaurants, Autos und vielem mehr, das es da zu konsumieren gab. In Wahrheit jedoch hatte ich mich verändert, nicht zum Positiven. Ich kann nicht mehr sagen, was damals größer war: meine Eitelkeit, mein Hochmut oder doch meine Arroganz? Irgendwann begriff ich, dass ich in Wirklichkeit nichts gewonnen, sondern mich selbst verloren hatte. In einer Scheinwelt, aufgebaut auf vielen kleinen Lügen, die die Realität zu sein schienen. Gefangen war ich in meiner ganz persönlichen „Matrix“, aus der es kein Entrinnen gab. Irgendwann erreichte ich schließlich den absoluten Tiefpunkt in

meinem Leben, ein Niedergang, der interessanterweise parallel zum beruflichen Aufstieg verlief: Ich musste mir eingestehen, krank zu sein. Nicht nur körperlich. Die täglichen Magen- und Kopfschmerz-Tabletten, die vielen Tassen Kaffee, kombiniert mit dem Alkohol am Abend, waren ja schon „normal“ geworden – nein, auch emotional, seelisch und spirituell war ich krank. Sie sehen schon, dass ich unterscheide zwischen mehreren Ebenen der Krankheit, resultierend aus der Erfahrung, die mich das Leben auf seine ganz eigene Art und Weise gelehrt hat. Die emotionale Krankheit bestand darin, dass ich mein Herz den Mitmenschen, aber vor allem den Menschen, die ich zu lieben glaubte, verschlossen hatte. Gleichzeitig funktionierte ich eifrig, um Steuern zu zahlen, zu konsumieren, zu präsentieren, vorzusorgen, abzusichern und einsam zu sein. Die seelische Krankheit, von der ich lange Zeit nicht einmal wusste, zeigte sich erst viel später, als sich das Leugnen meiner Seele mehr und mehr in starken Emotionen, Krankheit und Schlafstörungen manifestierte. Zwar hielt ich mich für einen spirituellen Menschen, doch in Wirklichkeit war ich nicht mehr als ein FFE, ein Fast-Food-Esoteriker. Von tiefer Trauer erfüllt, begann ich alles zu hinterfragen und dann auch mit allem zu brechen – mit meinem Beruf, meiner damaligen Beziehung, meinen Freundschaften und vielem mehr. Was ich damals nicht wusste: Mein gesamtes gelebtes Außen, welches ich gerade aus meinem Leben verbannte, war nur eine Spiegelung meines Inneren. Sich von Dingen zu lösen, ohne sich innerlich zu wandeln, konnte nicht funktionieren. Denn ohne den inneren Wandel würde man im Kahlschlag bei Freundschaften, Beziehungen und Beruf nur die Einen gegen Andere austauschen. Durch Leid durfte ich auch dieses lernen und begann langsam zu erwachen. Ich begann ein neues Leben und ließ dabei alles zurück. Dieser Weg war schwierig; ich wurde mit den Ängsten konfrontiert, welche durch Veränderungen entstehen.

Heute bin ich an einem Punkt angekommen, bei dem ich mich selbst, aber vor allem *Gott* gefunden habe, auf einem Weg, der mich Demut lehrte. Dies ist nicht unbedingt *im christlichen Sinn* gemeint, nein, vielmehr als *befreiende* Demut vor der wunderbaren Schöpfung, der Spielwiese, die Gott für uns geschaf-

fen hat, damit wir uns darin verwirklichen. Sollten Sie, liebe Leserin, lieber Leser, sich unter Umständen an dem Wort „Gott“ stoßen, ersetzen Sie es bitte mit einem Ihrem Glaubenssystem entsprechenden Wort. Sie werden das Wort „Gott“ sehr oft in diesem Buch finden. Gott, so wie ich ihn verstehe, ist weder personifiziert noch außerhalb von mir. Gott ist alles, alles ist Gott. In diesem Sinne ist auch das Wort „Gott“ nicht im klassischen kirchlichen Sinne gemeint, sondern als ein Symbol für das, was Sie unter Gott verstehen. Sei es Allah, Krishna, die Schöpfung, Energie, Licht, Liebe usw. Ersetzen Sie das Wort in diesem Buch durch das Wort, mit welchem Sie sich wohl fühlen.

Dieses Buch ist deswegen kein reiner Erfahrungsbericht, da ich meine Erfahrung zwar einfließen lassen durfte, mir jedoch sehr viele Bereiche von Gott, so wie ich ihn verstehe, eingegeben, diktiert, geschenkt wurden. Ich habe später beim Lesen des Geschriebenen selbst sehr viel gelernt. Dieses Werk soll dazu dienen, Ihre ganz individuelle Kommunikation mit Gott zu finden, damit Sie selbst Ihr Gespräch führen und dadurch wertvolle Hilfe bei der Veränderung, bei der Transformation, bei Ihrer ganz persönlichen Befreiung erhalten. Dieses Buch wird Ihnen Wunderbares aufzeigen, es wird Sie näher zu sich selbst führen und Ihnen helfen aufzuwachen. Ich verspreche Ihnen schon jetzt, dass sie in ein „Wunderland“ eintreten werden, dessen Existenz Sie sich vermutlich nicht einmal vorstellen können. Vor allem aber hoffe ich, dass Sie die allumfassende Liebe spüren werden, welche die Schöpfung genau für Sie empfindet, egal wohin Ihr Leben Sie bisher geführt hat. Denn glauben Sie mir: Gott liebt Sie bedingungslos, in einer so vielschichtigen Art, wie niemand sonst Sie lieben kann. Doch leider wissen wir heute nur selten mit dieser Liebe umzugehen; kaum jemand weiß sie zu empfangen. Der Mensch hat verlernt, sich selbst zu vergeben, sich selbst anzunehmen, ja, sich selbst zu lieben.

Vertrauen Sie mir. Versuchen Sie vorbehaltlos zu lesen und zu spüren. Konsumieren Sie dieses Buch nicht einfach nur, um in Gedanken an die Leistung am Abend sagen zu können, Sie hätten 20 Seiten gelesen. Fühlen Sie Seite für Seite, erlauben Sie sich, bei einer Seite innezuhalten. Dies ist wichtig, damit Sie den Prozess der Befreiung beginnen können. Denn, lieber

Leser, wenn Sie zu schnell sind und z. B. gewisse Dinge nicht für sich aufschreiben wollen, werden Sie an der Tür, die Ihnen Gott gerade jetzt zeigen will, vorbeilaufen. Sie werden sie schlichtweg übersehen – was nicht weiter schlimm sein wird, da Sie dies nicht einmal bemerken und nur in Ihr altes vertrautes Leben zurückkehren werden. Nehmen Sie sich daher die Zeit, die Ruhe, und legen dieses Werk auch einmal zur Seite. Erlauben Sie sich, nicht perfekt zu sein. Lesen Sie nur dann, wenn es Ihnen Freude bereitet, und erlauben Sie sich auch, ein Kapitel noch einmal zu erfahren. Geben Sie den Worten den Raum, sich in Ihnen zu entfalten, denn dann werden Sie nicht nur *wissen*, Sie werden es *erfahren* haben. Glauben Sie mir, dies ist ein sehr großer Unterschied!

Und nun, liebe Leserin, lieber Leser, versuchen wir es, fangen wir an, einige Dinge in Ihrem Leben zu hinterfragen. Willkommen auf unserer Reise!

„Wandlung ist notwendig wie die Erneuerung der Blätter im Frühling.“

Vincent van Gogh (1853 – 1890), niederländischer Maler

Matthias A. Exl

Befreie dich selbst!

Über die Kunst,
wahrhaftig zu leben

Mankau Verlag, 1. Aufl. August 2008

215 Seiten (HC mit Schutzumschlag)

13,5 x 21 cm

16,95 € (D) | 17,50 € (A)

ISBN 978-3-938396-19-3



www.befreiung.at

Internetseite zum Buch „Befreie dich selbst!“, Presse-Downloads, Leseproben

www.mankau-verlag.de

Informationen zu Buch und Autor, Diskussionsforum mit dem Autor, Leseproben

www.matthiasexl.org

Persönliche Seite des Autors Matthias A. Exl



Das Experiment:

450.000

verkaufte Exemplare bis 2013!

„Jeder Mensch ist Schöpfer seiner eigenen Realität.“
Matthias A. Exl wagt das Unglaubliche und prognostiziert:
Im Jahr 2013 soll „Befreie dich selbst!“ 450.000 Mal verkauft worden sein. Ist das Ziel erreicht, fließt aus den Buch-Erlösen eine Spende von 100.000 Euro in insgesamt zehn anerkannte soziale Projekte (u. a. Solwodi e. V., Menschen helfen e. V., Green Ocean e. V., Kinderhilfe Bethlehem im Deutschen Caritasverband e. V.). Damit soll sich Exls Buch selbst beweisen.

