

Panache Desai  
Die Signatur der Seele



PANACHE DESAI

DIE  
*Signatur*  
DER *Seele*

33 Tage, die dein Leben verändern:  
Entfalte die Kraft  
deiner wahren Bestimmung

Aus dem amerikanischen Englisch übersetzt  
von Jochen Lehner

*Ansata*

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2014 unter dem Titel »Discovering Your Soul Signature: A 33-day Path to Purpose, Passion & Joy« bei Spiegel & Grau, einem Imprint von Random House LLC in der Penguin Random House Company, New York, USA.



Verlagsgruppe Random House FSC®N001967  
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier  
EOS liefert Salzer Papier, St. Pölten, Austria.

Ansata Verlag  
Ansata ist ein Verlag der Verlagsgruppe Random House GmbH.

ISBN 978-3-7787-7508-0

Erste Auflage 2015

Copyright © 2014 by Panache Desai Publishing, Inc.

All rights reserved.

Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2015 by Ansata Verlag,

München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Dr. Diane Zilliges und Katrin Ingrisch

Einbandgestaltung: Guter Punkt, München,

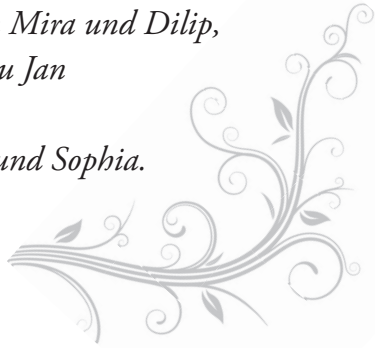
unter Verwendung eines Motivs von © Apostrophe/shutterstock

Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering

Druck und Bindung: Friedrich Pustet KG

[www.ansata-verlag.de](http://www.ansata-verlag.de)

*Meiner geliebten Großmutter Shanti Desai,  
meinen liebevollen Eltern Mira und Dilip,  
meiner wunderbaren Frau Jan  
und meinen Lehrern:  
meinen Töchtern Olivia und Sophia.*





*Es ist das Vorrecht eines ganzen Lebens,  
der zu sein, der du bist.*

*JOSEPH CAMPBELL*





## INHALT

Einleitung .....	11
1. Tag: Angst .....	27
2. Tag: Traurigkeit .....	35
3. Tag: Ärger .....	42
4. Tag: Schuld .....	50
5. Tag: Scham .....	57
6. Tag: Selbstverurteilung .....	64
7. Tag: Muster .....	72
8. Tag: Sucht .....	79
9. Tag: Das Ego .....	85
10. Tag: Ich bin nicht gut genug .....	90



11. Tag: Dem inneren Saboteur das Handwerk legen .....	98
12. Tag: Auslöser .....	107
13. Tag: Sich ergeben .....	114
14. Tag: Veränderungen und mehr .....	121
15. Tag: Licht .....	128
16. Tag: Achterbahn .....	133
17. Tag: Die Gedanken beobachten .....	141
18. Tag: Harmonie .....	149
19. Tag: Gegenwärtigkeit .....	155
20. Tag: Authentische Transparenz .....	163
21. Tag: Dankbarkeit .....	171
22. Tag: Nörgeln .....	178
23. Tag: Dem Leben seinen Lauf lassen .....	187
24. Tag: Bescheidenheit, Demut .....	194
25. Tag: Das Leben als Meditation .....	200

26. Tag: Ein Mensch sein . . . . .	207
27. Tag: Das Unermessliche . . . . .	213
28. Tag: Werkzeuge und Techniken. . . . .	219
29. Tag: Boten. . . . .	224
30. Tag: Das neue Leben. . . . .	231
31. Tag: Du bist der Wandel . . . . .	236
32. Tag: Ein Instrument sein . . . . .	241
33. Tag: Liebe . . . . .	246
Dank. . . . .	251



## EINLEITUNG

Du liest die Zeilen auf dieser Buchseite hier nicht zufällig. Das Leben hat dich zu diesem Augenblick geführt. Vielleicht ging dem Ganzen eine Scheidung voraus, ein Verlust, ein finanzieller Engpass. Oder die Gesundheit spielt nicht mehr mit, oder es ist auf einmal – nur vage und noch undeutlich – eine Sehnsucht in dir aufgestiegen ... Und jetzt ist es einfach da, ein Verlangen, eine bohrende Ahnung, dass da noch mehr sein muss. Überraschend bist du auf einen tiefen Wunsch gestoßen: auf den Wunsch, so zu sein, wie du eigentlich bist.

Irgendetwas stimmt mit deinem bisherigen Leben nicht. Deine Probleme mögen groß oder klein sein, sichtbar oder eher im Verborgenen liegen, jetzt gerade jedenfalls bist du ganz durchdrungen von dieser einen Sehnsucht. Und ich verrate dir etwas: Es geht uns allen so. Auf dieser Erde Mensch zu sein bedeutet, mit allen möglichen, vielschichtigen Gefühlsregungen konfrontiert zu sein.

Jetzt jedenfalls bist du hier. Wie es dazu gekommen ist, spielt keine Rolle mehr. Wunderbar. Das Einzige, was zählt, ist, dass du es geschafft hast.

Willkommen. Dein Geist hat dich zu diesen Worten geführt.

Welches Werk du in diesem Leben zu vollbringen hast, das entscheidest du – wie wir alle im Übrigen – nicht selbst. Aber diese Aufgabe ist die *Signatur* deiner Seele, dein unverwechselbarer Ausdruck, man könnte auch sagen: deine spirituelle DNA.

Sie ist das, was du im Innersten bist und was nur du allein dieser Welt zu geben hast. Sie hat nichts mit dem Streben nach Ruhm und Reichtum zu tun – wenngleich auch das dazugehören kann –, sondern sie ist die Summe all dessen, was du bist und je warst, was du in diesem ganzen Leben gedacht, gefühlt, getan und erlebt hast.

Um das für dich etwas nachvollziehbarer werden zu lassen, möchte ich dir erzählen, wie ich auf meine eigene Seelensignatur gestoßen bin. Als kleiner Junge habe ich jede freie Minute im Meditationsraum meiner Großeltern in East London verbracht. Wenn mir etwas nicht passte oder ich wütend war, ließ mich schon das Betreten des Raums ruhiger werden. Da saß ich also jeden Morgen und sah meiner Großmutter zu, wenn sie betete. Sie sang die *Guru-Gita*, ein Gebet der Andacht, das die Erinnerung an das innere Licht wachhalten soll. Meine Großmutter hatte prächtiges langes schwarzes Haar und trug einen Sari. Sie duftete nach Kokosöl. Und sie betete für jeden Einzelnen von uns um Gesundheit, Wohlergehen und Fülle. Sie schloss dann immer die Augen und bewegte die Perlen ihrer Mala. Sie las auch aus dem *Mahabharata* und der *Bhagavadgita*. Ein kleiner Kassettenrekorder lief die ganze Zeit über und erfüllte den Raum mit frommen Klängen und Gesängen. Schon die Luft selbst hatte etwas Weihevolleres an diesem Ort. Heilig, geborgen, voller Liebe und Kraft. Es war der einzige Platz auf der Welt,

an dem ich mich zu Hause fühlte, auch wenn ich damals noch nicht wusste, woran das lag.

Die ersten fünf Jahre meines Lebens verbrachte ich geborgen in einer Umgebung von reiner Schwingung. All ringsum waren mit ganzer Seele auf das Göttliche ausgerichtet.

Dann verschwand das mit einem Mal alles aus meinem Leben.

Als ich fünf war, zogen meine Eltern und ich aus der zu kleinen Wohnung in East London aus. Sie wollten eine bessere Schule für mich und überhaupt ein besseres Leben für uns alle. Ich war ein Einzelkind, einsam und eher schüchtern. Jetzt fühlte ich mich von einem Tag auf den anderen gänzlich von all der liebevollen Fülle abgeschnitten, die mein bisheriges Leben ausgemacht hatte. Es fühlte sich für mich wie eine Bestrafung an. Wie war ich nur in dieses endlos scheinende Abseits geraten?

Wir zogen im Lauf der Jahre noch mehrmals um, und ich besuchte zwei Mittelschulen. Als ich auf der Highschool war, landeten wir dann wieder in East London, und zwar in einem armen Arbeiterviertel, in dem alle ums tägliche Überleben kämpften. Hier lernte ich, was Schmerz bedeutet. Ich fühlte, was in den Menschen vorging. Und ich selbst lebte wie in einem Strudel von Energien, die größtenteils aus Ängsten und Sorgen bestanden. Wir besuchten meine Großeltern an den Wochenenden, doch der Meditationsraum sagte mir nichts mehr, ich konnte seinen Zauber einfach nicht mehr spüren. Als Teenager war mir überhaupt nicht danach, am Samstagabend mit einem Haufen Erwachsener zu meditieren.

Für das Leben unter den Jugendlichen im Dschungel der Straßen East Londons war ich nicht gut gerüstet. Ich war ein sensibler, offener Junge und verstand die Grausamkeiten nicht, die Menschen einander antun. Sie prügelten sich, und jeder wollte dem anderen überlegen sein. Es kam dann auch, wie es kommen musste. Ich wurde gemobbt und zog böse Schikanen auf mich. Ich passte einfach in keine Gruppe. Meinen Eltern erzählte ich nichts davon, aber an manchen Abenden weinte ich mich leise in den Schlaf. Wozu war ich überhaupt am Leben? Was für einen Sinn sollte das Ganze haben?

Der Schmerz wurde so groß, dass ich ihn schließlich irgendwie betäuben musste. Ich verneinte meine Seelensignatur und versagte mir den ureigenen Ausdruck meiner selbst – und das kam mich teuer zu stehen. In meinen späteren Teenagerjahren fand ich Zugang zur Musikszene, aber das war auch mit Drogen und Alkohol verbunden. Ich schmiss mein Universitätsstudium hin. Damit brachte ich mich mehr und mehr in eine verzweifelte Lage und hatte schließlich kaum noch das Gefühl, mich da wieder rausziehen und meinen endgültigen Absturz noch abwenden zu können. Zwar hatte ich eine eigene Radiosendung und organisierte in der Londoner Musikszene Raves und andere Events, doch die innere Qual wuchs und wuchs. Spiritualität interessierte mich zu diesem Zeitpunkt überhaupt nicht mehr. Damit hatte ich abgeschlossen. Auch meine Großeltern besuchte ich nicht mehr. Der Meditationsraum war verblasst zu einem Trugbild aus meiner Vergangenheit, ein unscharfes Bild aus einem längst vergessenen Traum. Ich sah ihn nicht mehr vor meinem geistigen Auge und hätte ihn auch nicht mehr betreten können.

2001 erlebte ich dann eine Art Weckruf in Form einer Prügelei mit drei anderen Typen in einer Bar. Einer versetzte mir einen Kopfstoß, und dann fielen sie zu dritt über mich her. Den Türstehern gelang es irgendwie, mich vor dem Schlimmsten zu bewahren. In dieser Nacht wurde noch jemand angeschossen, und ich kann von Glück sagen, dass ich einigermaßen heil aus der Sache herauskam. Mit dem Trinken, den Drogen und der Musik war es dann im wahrsten Sinne des Wortes auf einen Schlag vorbei. Fertig. Erledigt. Ich wusste augenblicklich, was für ein Segen in diesem üblen Ende für mich lag. Mir war auch klar, dass mir die Lektion in eher milder Form erteilt worden war. Hätte ich sie jetzt nicht verstanden, wären die zukünftigen Aufrüttler sicher deutlich lauter, härter und zerstörerischer ausgefallen.

Ohne bereits konkrete Vorstellungen von möglichen neuen Wegen zu haben, ahnte ich, dass ich an das anknüpfen musste, was ich als Kind erfahren und erlebt hatte. Ich musste mir die Signatur meiner Seele wieder in Erinnerung rufen.

Es gibt keine großen oder kleinen, hohen oder niederen Seelensignaturen. Meine Signatur ist schlicht und ergreifend der spirituelle Weg. Bei deiner kann es darum gehen, Kinder für etwas zu begeistern, junge Menschen an ihre Bestimmung heranzuführen, deine ureigenen Begabungen in dein Lebensumfeld einfließen zu lassen oder was auch immer. Martin Luther King hat es in etwa so formuliert: »Wenn es deine Bestimmung ist, Straßen zu fegen, dann tu diese Arbeit so, wie Michelangelo gemalt, Beethoven komponiert und Shakespeare gedichtet hat. Fege die Straßen so gut, dass alle himmlischen und irdischen Heerscharen innehalten und sa-

gen: Er lebte als großer Straßenfeger, und er hat seine Arbeit wirklich gut gemacht.«

Die Signatur deiner Seele gehört ganz und ausschließlich zu dir. Sie ist so individuell wie dein Fingerabdruck und macht den Kern deiner selbst aus. Sie durchdringt alle Bereiche deines Lebens.

Ich wusste, ich musste mein Zuhause finden, den Ort, dessen Energie mit der meinen übereinstimmte. Also verabschiedete ich mich von meinen Eltern und ging in die Vereinigten Staaten, wo ich für ein halbes Jahr in einem Aschram lebte. Die Tage waren dem selbstlosen Dienen geweiht: Ich arbeitete in der Küche und bereitete in riesigen Bottichen vegetarisches Essen für Hunderte von Retreat-Teilnehmern zu. Aber als Yogi taugte ich nichts. Bei der gemeinsamen Morgenmeditation schlief ich ein, Tag für Tag. Im Guru-Lehrbetrieb würde ich es zu nichts bringen. Ich war verbittert, traurig, einsam und völlig ratlos. Die Gefühle, die ich all die Jahre zu verdrängen versucht hatte, kamen wieder in mir hoch. Trotzdem hatte die Energie des Meditationsraums etwas zutiefst Aufbauendes für mich, weil sie mich an meine frühen Jahre erinnerte. Wieder war es der Ort, an dem ich Frieden fand.

Als ich diesen Aschram verließ, wusste ich nicht, wie es weitergehen würde. Ich war dankbar für die Zeit dort, für den Raum, der sich mir bot, um wieder Anschluss an mich selbst und meine Gefühle zu bekommen, aber das Aschramleben war einfach nichts für mich. Ich empfand es als ein Ausweichen, als eine Flucht.

Inzwischen war ich Anfang zwanzig und sehnte mich nach einem Zuhause. In einem Umfeld, dessen Energie im



Einklang mit meiner eigenen Energie war, konnte ich mich ganz hingeben und fühlte mich körperlich wie seelisch gelassen und entspannt. Stieß ich jedoch im Außen auf Energien, die mit meinem energetischen Zustand überhaupt nicht kompatibel waren, so verunsicherte und ängstigte mich das zutiefst, dann fühlte ich mich einfach überfordert. Es geht uns wohl allen so, nur dass wir meist nicht bemerken, was da eigentlich vorgeht. Wir führen es nicht auf die Energien zurück. Es fällt uns nicht auf, dass wir nicht im Einklang mit unserer Seelensignatur sind. Dann geben wir uns selbst oder anderen die Schuld.

Ich fühlte mich entwurzelt, war psychisch labil und ohne klare Zielvorstellungen oder Richtungsvorgaben, ohne eigene Bewegungsimpulse – wie ein Tier in der Wildnis erschnüffelte ich mir meinen Weg tagtäglich neu. So führten Intuition und Instinkt mich schließlich von New York nach Los Angeles. Im Stadtteil Venice fand ich eine kleine Wohnung, die ich mir mit einem anderen teilte. Ich besuchte ein Meditationszentrum, fühlte mich dort aber nicht zu Hause. Ich wartete auf irgendetwas, wusste aber nicht, auf was.

Das Warten hatte durchaus seinen Platz. Es war kein bloßes Warten, sondern eher ein Aufarbeiten all dessen, was in mir so vor sich ging. Es war eine Pause. Leider meinen wir bei Pausen oft, etwas sei daran nicht in Ordnung. Aber hier lag kein Fehler vor, es ging darum, all das Falsche, was ich im Laufe von dreiundzwanzig Jahren in mir angesammelt hatte, zu lösen und selbst zu entsorgen. Im Aschram hatte sich etwas in mir zu lockern begonnen, was ich »Schwingungsdichte« nenne (ein Begriff, der dir im weiteren Verlauf dieses Buchs ganz geläufig werden wird). Sie bestand bei mir aus so

viel Traurigkeit, Ablehnung, Verrat, Verlust, Kummer, Wut und Angst, wie in ein so kurzes Leben überhaupt nur hineinpassen kann. Und als ich den Aschram einmal verlassen hatte, gab es auch kein Ausweichen mehr. Alles wurde drängender, lauter. Ich kannte mich nicht mehr aus, meine bisherige Wirklichkeit kollidierte mit einer neuen. Ganz vage spürte ich, worin diese neue Wirklichkeit bestand, aber ich drang nicht bis zu ihr durch. Noch nicht.

Am Silvesterabend 2002 war ich allein in meiner Wohnung in Venice, mein Mitbewohner war zu seiner Familie gefahren. In diesem Alleinsein, so wurzellos, spürte ich, wie sich eine Woge von Angst in mir auftürmte. Sie war stärker als alles, was ich bisher erlebt hatte, und sie wich nicht wieder zurück. Im Gegenteil, sie wuchs und wuchs. Ich spürte sie als etwas Konkretes, das bei mir in diesem Zimmer war. Es war nicht mehr möglich, diese Angst einfach zu übergehen. Ich versuchte, früh schlafen zu gehen. Was sollte ich bis zwölf warten? Ich stand wieder auf, sah nach, ob alle Fenster und Türen gut verschlossen waren. Ich schaute sogar unters Bett wie ein Kind, das Buhmänner fürchtet.

Es war, als würden alle Schrecken meines bisherigen Lebens auf einmal in mir losbrechen, und ich konnte nur zusehen, wie Welle über Welle auf mich einstürzte. Gleichzeitig spürte ich eine Art elektrischen Strom, und je weiter die Angst zunahm, desto stärker wurde auch dieser Strom. Heute weiß ich, dass es sich um so etwas wie eine energetische »Generalüberholung« handelte, aber damals hatte ich keinerlei Worte dafür. Ich verstand gar nichts. Für mich war es das Ende meiner Welt, und in einem gewissen Sinne trifft es das auch ganz gut.

Ich verließ die Wohnung, setzte mich in den Wagen und fuhr eine Weile in L.A. herum. Es nützte einfach nichts, ich gewann keinen Abstand. Diese Energie verfolgte mich, wohin ich auch fuhr. Zuletzt fuhr ich nach Hause zurück und legte mich mit geöffneten Händen aufs Bett. Ich hatte die ganze Nacht kein Auge zugemacht, und es wurde bereits Morgen. Diese Energie schien sich jetzt in der Herzgegend zu konzentrieren. Würde mein Herz nun stehen bleiben? Ich zitterte, ich schlotterte – alles, was ich war, fiel von mir ab.

Schließlich ergab ich mich. Ich gab auf. Im gleichen Moment füllte sich das Zimmer vom Boden bis zur Decke mit goldenem Licht. Ein Gefühl wie von Elektrizität überschwemmte mich als immer weiter anschwellende Woge, die mich aufs Bett drückte. Und überall dieses Licht, so golden, dass es beinahe weiß wirkte. Das mit ihm verbundene Gefühl rauschte über mich hinweg und durch mich hindurch. Ich erkannte es, es war Liebe, aber Liebe einer anderen Art, als ich je mit dem Wort verbunden hatte. Ich war umgeben von dieser Liebe, und sie war auch in mir. Angst und Traurigkeit waren wie weggefegt, wie in ihre Einzelteile zerlegt und von mir abgefallen. Ich wusste: Dieses strahlende Licht, diese Liebe, ist der Stoff, aus dem unsere Realität gemacht ist. Ohne Angst würden wir ständig in diesem Licht und dieser Liebe leben. Ich stand auf, verließ die Wohnung und ging auf die Straße. Auch da strahlte jetzt alles, wirklich alles – der Unrat, die Autos, die Graffiti, sogar der betrunkene Mariachi-Sänger, der so furchtbar falsch sang, und das meist vor meinem Fenster. In allem und allen war dieses Leuchten. Plötzlich überfiel mich der Hunger, und ich besuchte zum

Mittagessen ein mexikanisches Restaurant. Mein Burrito leuchtete genauso wie alles andere.

Meine Großmutter und die Sprache meiner Kindheit fielen mir wieder ein, ihre sanfte Stimme, mit der sie aus den Hindu-Schriften gelesen hatte. Der Duft von Räucherwerk, wie er durch den Meditationsraum gezogen war. Die durch das Fenster hereinfallenden morgendlichen Sonnenstrahlen. »Diese Welt ist eine Ausgießung der Herrlichkeit Gottes, des viel Verheißenden, der strahlenden Liebe. Jedes Gesicht, das du siehst, ist seines. Er ist ohne Ausnahme in jedem gegenwärtig.« Die frühen Jahre, in denen ich den Gebeten meiner Großmutter gelauscht hatte, erlaubten mir jetzt, die Geschehnisse richtig einzuordnen und zu wissen, dass ich gerade nichts anderes als die Unendlichkeit Gottes erfuhr.

Mir wurde klar, dass ich als Bote hier bin. Das war mein Wesenskern. Es war das, was mich wirklich ausmachte, meine Seelensignatur. Ich war von meinem Weg abgekommen, hatte ihn beinahe komplett aus den Augen verloren, doch die Signatur meiner Seele hatte geduldig darauf gewartet, dass ich sie wiederfinden würde. Ich wusste, dass ich von jetzt an für immer mit ihr verbunden und verbündet sein würde.

Mit unserer Seelensignatur auf einer Linie liegen – eigentlich sollte das eine ganz natürliche Sache sein. Aber so viele ringen mit ihrem Leben, so viele wissen nicht einmal um die Existenz einer Signatur der Seele. Als Menschen, die so gut wie immer vom Aufruhr der Gefühle erfüllt sind, machen wir nur zu leicht den Fehler, unsere wahre Berufung zu missachten oder sogar als falsch anzusehen.

Frag dich einmal: Könnte es sein, dass du dir irgendwo auf deinem Weg die von deiner Familie oder von anderen oder sogar von deiner eigenen Verunsicherung ausgehende Einschätzung zu eigen gemacht hast, dass du nicht gut genug, also ungenügend bist? Mit dieser Haltung wendest du dich von dem ab, was du im Innersten bist, von deinem Wesen.

Wir schneiden uns damit von unserem Ursprung ab, und das ist ein Schritt in das Erleben von Leid und Mangel. Wir sind dann wie verlassene Küken im Nest, noch unfertig und schwach, unfähig zu fliegen oder sich selbst zu ernähren. Finden wir jedoch unsere Seelensignatur und wachsen in sie hinein, sind wir wieder vollständig. Wir nehmen uns an mit allem, was wir sind, und so kann die Signatur unserer Seele zu ihrem höchsten Ausdruck finden. Das vollzieht sich als Abfolge kleiner Schritte, bei den meisten Menschen ist es keine großartige Sache von der Art eines Feuerwerks. Es kommt auf leisen Sohlen, ganz überraschend. Sobald wir bewusst an unsere Seelensignatur anknüpfen und uns unserer wahren Natur nicht länger widersetzen, verändert sich unser Leben auf eine Art, die wir uns vorher nicht einmal hätten vorstellen können.

Dieses Buch führt dich auf eine dreiunddreißig Tage dauernde Wanderung, bei der du eine »Dichte-Entschlackung« erleben wirst, wie ich es nenne: Schicht für Schicht werden dabei verhärtete, festgefahrene Gefühle abgetragen. Es gilt eine Schale zu knacken, die aus all dem besteht, was dich bisher festgehalten hat. Durch eine Reihe von aufeinander aufbauenden Meditationen und Übungen lernst du dich in all deinen Facetten kennen und wirst ganz vertraut mit dir. Es geht darum, dich



Panache Desai

### **Die Signatur der Seele**

33 Tage, die dein Leben verändern: Entfalte die Kraft deiner wahren Bestimmung

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 256 Seiten, 12,5 x 20,0 cm  
33 s/w Abbildungen  
ISBN: 978-3-7787-7508-0

Ansata

Erscheinungstermin: September 2015

Der intuitive Zugang zur heilenden Kraft der Seele

Jeder Mensch besitzt eine ganz eigene Seelensignatur. Sie ist unsere spirituelle DNS, unser wahres Selbst, mit all seinen unbegrenzten Möglichkeiten. Panache Desai führt Sie in dieses mächtige innere Potenzial. Schritt für Schritt klären sich Ängste, Selbstzweifel und andere negative Energien und es öffnet sich der Zugang zur Signatur der Seele. Wachsen Sie in sie hinein, und werden Sie wieder vollständig. Nehmen Sie sich an mit all dem, was Sie sind. Entdecken Sie Ihre wahre Bestimmung und finden Sie in Ihre ureigene Kraft.



[Der Titel im Katalog](#)