

Phänomen-Verlag

## Die Autorin



Dr. phil. Fabienne Mathier widmet sich seit ihrem 23. Lebensjahr der Spiritualität. Sie arbeitete 10 Jahre als Psychologin und Psychotherapeutin und wechselte dann zur Kunst. Sie schrieb und inszenierte ein Theaterstück und produzierte zwei spirituelle Kinofilme, bei denen sie auch als Regisseurin und Cutterin tätig war: „Winna – Weg der Seelen”

und „Einssein – Reise des Erwachens”. Ihre spirituellen Erfahrungen und Kenntnisse gibt sie in Seminaren weiter. Sie reist leidenschaftlich gerne, was sie ebenfalls zu diesem Buch inspirierte. „Reise zum inneren Glück” ist ihr erster Roman.

FABIENNE MATHIER

# REISE ZUM INNEREN GLÜCK

Eine Erzählung über die spirituelle  
Entdeckungsreise

*Mit Illustrationen von James Kline*

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek:  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bib-  
liografische Daten sind im Internet über [http://  
dnb.ddb.de](http://dnb.ddb.de) abrufbar.

EAN 979-13-991026-1-1

Phänomen-Verlag

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

E-Mail: [kontakt@phaenomen-verlag.de](mailto:kontakt@phaenomen-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das Recht der  
mechanischen, elektronischen oder fotografischen Ver-  
vielfältigung, der Einspeicherung und der Verarbeitung  
in elektronischen Systemen, des Nachdrucks in Zeitun-  
gen und Zeitschriften, des öffentlichen Vortrags, der  
Verfilmung oder Dramatisierung, der Übertragung  
durch Rundfunk, Fernsehen oder Video, auch einzelner  
Textteile. Satz & Gestaltung: Phänomen-Verlag, 2025

# INHALT

Prolog	9
1. Anna und der Wahrheitsspiegel	11
2. Die Weigerung	20
3. Das Treffen mit der Seele	27
4. Eintritt in die Spiegelwelt	35
5. Das Ankommens-Abteil	39
6. Erkenne, was du nicht bist: Auge in Auge mit dem Ego	43
7. Die Käfige aus einschränkenden Überzeugungen	52
8. Der schmale Grat der Liebenswürdigkeit	57
9. Was bin ich?	76
10. Im Einssein beim Herzsee	82
11. Die Rückkehr	93
12. Im Bewusstsein verweilen	102
Dank	107



*Meinem Mann James Kline gewidmet,  
in unendlicher Liebe und Dankbarkeit*



## PROLOG

Sie sind dabei, mit Anna in eine Geschichte einzutauchen, die auf meiner eigenen Entdeckungsreise zum wahren Selbst basiert. Ich habe früh in meinem Leben eine tiefe Sehnsucht verspürt nach den Antworten auf die Fragen: Was ist der Sinn des Lebens? Woher kommen wir? Und warum sind wir hier? Dabei sind über wunderbare Synchronizitäten spirituelle Lehrer und Lehrerinnen, Bücher und Begegnungen mit Menschen in mein Leben gekommen, die mich auf der Reise von der Identifikation mit dem begrenzten Ego hin zum Wiederentdecken des Einsseins begleitet haben. Ich habe dabei einen Bewusstseinszustand von tiefem Frieden und Glückseligkeit gefunden, den ich durch diese Geschichte mit Ihnen teilen möchte. Ich reise selber auch leidenschaftlich gerne und habe die eine und andere eigene Reiseerfahrung in Annas Abenteuer einfließen lassen. Viele Elemente der Geschichte in der phantastischen Spiegelwelt sind mir geschenkt worden. Ich habe mich an den Laptop gesetzt, Bilder sind aufgetaucht und die Figuren haben begonnen, miteinander zu sprechen. So ist dieses Buch eine Ko-Kreation mit der göttlichen Schöpferkraft, genau genommen sind wir eins und eine getrennte Autorin existiert gar nicht.

Die Tatsache, dass Sie diesen Prolog lesen und dass dieses Buch in Ihr Leben gekommen ist, ist auch ein Beispiel dafür, wie alles miteinander verbunden ist und wie Menschen und Dinge, die eine ähnliche Schwingungsfrequenz haben, zueinander finden. Vielleicht haben Sie dies selber schon erlebt, dass Sie genau im richtigen Moment am richtigen Ort waren oder dass Sie eine wichtige Person in Ihrem Leben durch Synchronizität getroffen haben.

Alles ist perfekt so wie es ist. Sie sind immer am richtigen Punkt in Ihrem Leben. Es ist nichts falsch, weil es nie zu Ende ist. Wir alle befinden uns in einer fortwährenden Entwicklung und Sie bringen genau die Einmaligkeit von sich auf dieser Welt zum Ausdruck.

Ich wünsche Ihnen viel Freude auf Ihrer Reise durchs Leben!

Fabienne Mathier

23. September 2025

# 1.

## ANNA UND DER WAHRHEITSSPIEGEL

Ein grauer, verhangener Novembertag geht in die Dämmerung über. Ich ziehe meinen Rollkoffer hinter mir her, müde von der langen Zugfahrt, und gehe die Straße hinunter zu unserem Haus. Ich kann die Enttäuschung nicht loslassen. Ich hatte mir erhofft, in diesen beiden Wochen für mich allein im Ferienhaus meiner Freundin neue Ideen zu finden. Was ist bloß los mit mir? Ich habe alles: Ich bin gesund, glücklich verheiratet, habe einen guten Job und trotzdem ist da dieses Gefühl von: Das kann doch nicht alles sein. Der Todesfall meiner Cousine vor einem Monat hat mich gründlich aufgerüttelt. Ich habe nicht ewig Zeit hier auf Erden.

Ich mache die Haustür auf, es duftet nach frischem Kaffee.

»Hallo Schatz, ich bin zurück.«

Mein Mann kommt zur Tür und begrüßt mich mit einer herzlichen Umarmung. »Schön, dass du wieder da bist. ... Wie war es?«

»Ach, frag nicht.«

»Möchtest du Kaffee?«, fragt er.

»Ja, gerne.«

Er lächelt mich sanft an und verschwindet dann leichten Schrittes in die Küche. Ich hänge meinen Mantel in die Garderobe, befreie mich von meinen Stiefeln und gehe ins Bad, um mich etwas aufzufrischen. Mein Blick gleitet auf den Wäschekorb. Er ist noch voll. Das glaube ich nicht! Ich hatte ihn doch gefragt, ob er die Wäsche machen könnte. »Ja, kein Problem«, hatte er gesagt. Und jetzt das! Ich bin müde und morgen muss ich wieder zur Arbeit. Frustriert setze ich mich im Wohnzimmer aufs Sofa. Peter kommt mit einer Tasse Kaffee und einem Teller mit Kuchen herein, stellt beides auf das Tischchen vor mir hin und nimmt neben mir Platz: »Was ist los? Dieser Blick ...«

»Ich hatte *eine* Sache von dir verlangt, während ich weg war, aber das ist schon zu viel!«

»Was meinst du damit?«

»Die Wäsche!«

»Ach so. Die habe ich total vergessen.«

»Ja, du denkst immer nur an deine Sachen! Du bist so ein elender Egoist!«

»Du bist ja in einer Stimmung! Das muss ich mir nicht antun.«

Er steht abrupt auf und verlässt verärgert das Wohnzimmer.

Na toll! Das habe ich jetzt wieder toll hingekriegt, wegen so etwas Kleinem zu streiten. Ich raffe mich auf und folge ihm in die Küche.

»Es tut mir leid, ich habe es nicht so gemeint.«

»Ja, ist okay. Ich mache die Wäsche morgen«, sagt er trocken, ohne seinen Blick von seinem Mobiltelefon abzuwenden. Müde gehe ich ins Schlafzimmer und lege mich aufs Bett.

Mein Wecker klingelt. Ich bin noch halb benebelt. Ich war in so einem schönen Traum. Immer noch fühle ich diese Weite in mir. Um was ging es? Fast kann ich Bruchstücke des Traums noch erinnern, abstrakte Elemente. Aber dann entweicht der Traum meinem Versuch, ihn zu ergreifen und löst sich in Luft auf. Schade. Unter der Dusche sinne ich meinem Traum nach, vergeblich, er ist aus meinem Gedächtnis verschwunden.

Nach einer Tasse Kaffee verlasse ich das Haus und begeben mich in unsere Gruppenpraxis, wo mich bald schon meine erste Klientin mit Freude begrüßen wird. Ich begleite sie seit vielen Jahren. Es tut gut, anderen Menschen zu helfen. Wenigstens das gibt meinem Leben Sinn. Wenn ich schon nicht weiß, was mit mir selber los ist.

Es ist Mittag, ich hole mir einen Imbiss bei dem Inder, zu dem ich immer dienstags gehe. Auf dem

Rückweg zur Praxis entdecke ich diesen neuen Laden. Da war doch vorher ein Kleidergeschäft. Und jetzt liegen Bücher im Schaufenster. Etwas in mir sagt: »Gehe in den Laden hinein.« Nein. Ich habe warmes Essen dabei, das wird kalt. Und außerdem brauche ich kein Buch. Der Impuls wiederholt sich: »Gehe in den Laden!« Neben den Büchern im Schaufenster steht ein Strauß mit wunderschönen frischen Rosen in zarten Farben. Okay, ich kann ja kurz reinschauen.

Ich trete in den Laden. Da ist ein Duft von frischem Pfefferminztee, der mich an meine Reisen erinnert. Drinnen empfängt mich ein älterer Herr mit einem Lächeln:

»Guten Tag.«

»Guten Tag«, antworte ich.

Es ist niemand sonst da.

»Suchen Sie etwas bestimmtes?«

»Nein, ich möchte mich nur umsehen.«

»Gerne.«

»Dürfte ich meine Lunch-Box kurz hier abstellen?«

»Ja, kein Problem.«

Ich stelle meinen Imbiss auf die Ladentheke, gehe den ersten Gang entlang und überfliege die Titel der Bücher. Die Büchergestelle sind aus edlem dunklen Holz gefertigt, stabil und filigran zugleich. Der ganze

Laden strahlt eine Leichtigkeit aus. Ich fühle sofort ein wohliges Gefühl in meinem Körper. Etwas hier drinnen fühlt sich sehr vertraut an. Ich merke, wie sich eine Anspannung in meinen Schultern löst. Ich schaue mir die Bücherreihen an. Hier drinnen scheint die Zeit still zu stehen. Es gibt keine Themenschilder und es ist keine Ordnung in der Auslage der Bücher ersichtlich.

»Ihr Herz findet das richtige Buch für Sie«, sagt mir der Mann, als ob er meine Gedanken lesen konnte. Er fügt hinzu: »Wie schon der kleine Prinz sagt, bei Antoine de Saint-Exupéry: Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.«

Ja, stimmt, denke ich. Der kleine Prinz, den habe ich auch mal vor Jahren gelesen.

Ich bin am Ende des ersten Ganges angelangt. Weiter rechts, in der hinteren Ecke des Geschäfts steht ein großer, ovaler Spiegel mit einem Goldrahmen. Er wirkt wie aus einer anderen Zeit. Etwas in mir zieht mich dahin. Ich gehe auf den Spiegel zu.

»Wenn die Schülerin bereit ist, erscheint die Erkenntnis«, sagt der ältere Herr.

»Was meinen Sie damit?« Ich stehe beim Spiegel und drehe mich zu ihm um.

Er gesellt sich zu mir und sagt: »Die meisten Menschen sehen nur sich selbst im Spiegel. Aber es gibt Ausnahmen. Was sehen Sie?«

Ich stelle mich vor den Spiegel und sehe hinein. Was ich dort sehe, lässt mich erschreckt zusammenzucken: Ich sehe mich selber da stehen, mit einem Käfig um meinen Kopf, wie ein kleiner Vogelkäfig. Ich fasse mit meinen Händen zu meinem Kopf, aber da ist nichts zu ertasten. Da ist kein Käfig und doch sehe ich ihn ganz klar im Spiegel. Ich trete näher an den Spiegel und mustere die Gitterstäbe genauer. Da sind Worte eingraviert, aber ich kann sie nicht lesen. Ich schaue den Herrn an:

»Was bedeutet das? Was ist das für ein Spiegel?«

»Das ist der Spiegel der Wahrheit. Er ist sehr alt und wurde in unserer Familie von Generation zu Generation weitervererbt. Scheinbar ist die Zeit reif für Sie.«

»Reif für was?«

»Sie sind bereit, die Wahrheit zu erfahren. Wenn Sie in den Spiegel eintreten, begeben Sie sich auf eine spannende innere Reise.«

»Da täuschen Sie sich. Ich bin überhaupt nicht bereit. Das ist doch bloß ein Trick, eine optische Täuschung! Heutzutage kann man den Menschen alles Mögliche vortäuschen, was nicht existiert.« Ich drehe mich vom Spiegel weg und gehe auf die Theke zu. »Ich gehe jetzt.« Ich drehe mich zu ihm um: »Einen schönen Tag noch.«

»Der Spiegel ist hier, wenn Sie es sich anders überlegen. Es wäre sehr schön, Sie wieder hier zu sehen«, sagt er, immer noch mit einem Lächeln.



»Danke. Auf Wiedersehen.« Ich ergreife mein Lunch-Paket und verlasse den Laden. Ich trete auf den Bürgersteig hinaus.

Unglaublich, dieser Mann! Was denkt der sich eigentlich! Wenn die Schülerin bereit ist, erscheint die Erkenntnis! Ich bin doch keine Schülerin! Ich schaue auf meine Uhr. Oh, nein! In zwanzig Minuten kommt mein nächster Klient und das Essen ist jetzt sicher auch schon kalt.

Es ist wieder Dienstag. Ich sitze allein im kleinen Aufenthaltsraum unserer Gruppenpraxis und esse mein indisches Curry. Der ältere Herr mit dem Spiegel geht mir nicht mehr aus dem Kopf. Ich habe es niemandem erzählt. Mein Mann und meine Freundinnen würden sowieso sagen, dass er mich nur um den Finger wickeln möchte, mit allen möglichen Geschichten und Tricks. Also habe ich versucht, die ganze Sache zu vergessen. Aber es nagt immer noch ein Zweifel an mir. Der Herr strahlte so etwas Friedliches aus. Könnte er tatsächlich Menschen hinters Licht führen? Ich habe mich in dem Laden so zuhause gefühlt. Warum? Was, wenn er Recht hat? Dann wäre es eine einmalige Chance für mich. Er hat gesagt: »Die meisten Menschen sehen nur sich selbst im Spiegel.« Warum war das bei mir anders?

Das Telefon klingelt. Ich nehme ab. Es ist mein nächster Klient. Er kann nicht kommen, weil er drin-

gend zum Arzt muss. Okay. Dann habe ich also Zeit bis fünfzehn Uhr.

Ich räume den Tisch ab und werfe die leeren Essensbehälter in den Müll. Ich packe meinen Mantel und die Handtasche, schließe die Praxis und schaue in den sonnigen blauen Himmel. Ein kleiner Spaziergang tut jetzt sicher gut. Es gibt eine kleine Runde im nahegelegenen Wald, die ich regelmäßig mache. Die Natur hat mir schon immer geholfen, meine Gedanken zu ordnen und mich wieder in meine Mitte zu bringen. Wie lange hatten wir keine Sonne mehr? Es muss über eine Woche her sein. Wie ich das vermisst habe: die warme Sonne auf meinem Gesicht zu spüren. Es ist eigentlich ganz gut, dass dieser Klient abgesagt hat.

## 2.

### DIE WEIGERUNG

Zurück von meinem Spaziergang fühle ich mich besser. Ich habe noch eine halbe Stunde Zeit. Ich entscheide mich, dem Herrn im Büchergeschäft einen kurzen Besuch abzustatten. Ich möchte die ganze Sache ein für alle Mal für mich abschließen. Sie geht mir ja sowieso nicht aus dem Kopf.

Der ältere Herr ist wieder allein im Laden. Ob sein Geschäft wohl nicht so gut läuft?

»Guten Tag«, sage ich.

»Guten Tag«, erwidert er. Seine Augen leuchten. »Ich freue mich, Sie wiederzusehen! ... Wie kann ich Ihnen helfen?«

»Ich möchte mit Ihnen ein ernstes Wort sprechen. Haben Sie Zeit?«

»Ja. Möchten Sie Pfefferminztee? Wir können uns hinten hinsetzen.«

»Nein, keinen Tee für mich, danke.«

Der Herr schreitet mir voraus in den hinteren Teil seines Geschäfts. Er hat für sein Alter einen federnden,

jugendlichen Gang. Ich folge ihm. Bei einem kleinen Tischchen mit zwei Stühlen hält er an, schiebt einen Stuhl für mich zurück und bittet mich, Platz zu nehmen.

Komisch, hier stand doch der Spiegel vor einer Woche.

»Wo ist denn der Spiegel hin?«, frage ich.

»Den brauchen wir heute nicht«, sagt der Herr.

»Ach so.«

»Sie wollten mit mir sprechen. Was liegt Ihnen auf dem Herzen?«

Ich weiß nicht genau, wie ich anfangen soll. Seine Freundlichkeit macht es mir nicht einfach. Ich mache einen tiefen Atemzug und halte kurz den Atem an.

»Hören Sie, Ihre Geschichten mögen vielleicht bei anderen Kundinnen ankommen, aber ich bin hier, um die Wahrheit zu erfahren.« Ich schaue ihm direkt in seine dunkelbraunen Augen. »Was hat es mit dem Spiegel auf sich? Was ist das für ein Trick? Ist es eine optische Täuschung? Sagen Sie mir die Wahrheit!«

Der Herr lächelt mir freundlich zu. »Ich verstehe Ihre Verwirrung. Das ging mir auch so, als ich mit 14 Jahren zum ersten Mal in den Spiegel schaute.« Sein Blick senkt sich zur Seite und er schaut für einen Moment ins Leere. Er scheint diese Situation aus seiner Jugend vor seinem inneren Auge zu sehen. Dann blickt er mir wieder in die Augen. »Mein Vater hatte mich vor

den Spiegel gestellt und ich habe gesehen, was Sie gesehen haben.«

»Sie wissen ja gar nicht, was ich gesehen habe!«

»Ja, das stimmt, wenn man es genau nimmt. Jeder und jede von uns hat eine ganz individuelle Wahrnehmung der Wahrheit, wie eine eigene Form und Färbung, und doch ist es die gleiche Wahrheit.«

»Das müssen Sie mir erklären.«

»Treten Sie durch den Spiegel und Sie werden alle Antworten finden, die Sie suchen. Sie müssen sich selber auf die Reise begeben. Ich kann Ihnen das nicht abnehmen.«

Ich möchte widersprechen, aber etwas in mir weiß, dass er Recht hat. Seine Aussage ist wie ein Tropfen Wasser, der in meinen Seelensee fällt und seine Ringe hinterlässt. Ich lasse sie nachklingen.

Er lässt mir etwas Zeit, bevor er fortfährt: »Wenn ich es Ihnen erkläre, dann tritt es nur in Ihren Verstand ein. Sie müssen es mit Ihrem Herzen verstehen. Ich kann Ihnen nur soviel sagen: Die Welt ist das, was Sie denken, was sie ist. Die Außenwelt ist ein Spiegel Ihrer Innenwelt. Wenn Sie offen sind für die Wahrheit und sie aktiv suchen, dann werden Sie sie finden. Wenn Sie sich jedoch davon abwenden, können Sie keine Einsichten erwarten. Der Spiegel ist die Pforte zur Wahrheit.«

Meine Gedanken überschlagen sich. Ich bin doch hierhergekommen, um seinen Betrug zu enttarnen, um

diese Angelegenheit ein für alle Mal zu beenden. Und jetzt sitze ich entwaffnet und sprachlos hier. Ich weiß nicht, was ich sagen soll.

Er schaut mich an, seine Augen strahlen so viel Liebe aus. »Überlegen Sie es sich und kommen Sie in einer Woche wieder, dann wird der Spiegel hier auf Sie warten.«

Ich nicke still. Ich muss meine Gedanken ordnen. Ich brauche Zeit. Ja, eine Woche. Ich stehe langsam auf. »Auf Wiedersehen«, sage ich, mehr zu mir selbst. Mein Kopf ist wie in Watte gepackt. Ich kann noch den Gedanken wahrnehmen: Deine nächste Klientin ... Ich schaue auf meine Uhr: fünf vor drei Uhr. Es reißt mich aus meiner Dämmerung, ich bin wieder voll präsent.

»Ich komme am Dienstag wieder. – Auf Wiedersehen«, sage ich und gehe zügigen Schrittes davon.

»Auf Wiedersehen«, höre ich von hinten sagen.

Als ich rennend bei unserer Gruppenpraxis ankomme und die Tür öffne, sitzt dort schon meine Klientin im Warteraum. »Entschuldigen Sie bitte meine Verspätung«, sage ich.

Die Klientin mustert mich mit verschränkten Armen und mürrischem Blick.

»Sie wissen, dass ich nicht gerne warte. Alle kommen immer zu spät! Meine Tochter, mein Buchhalter und jetzt Sie auch noch!«

»Entschuldigen Sie bitte, das tut mir wirklich sehr leid«, wiederhole ich.

Diese Woche scheint endlos gewesen zu sein. So viel nachdenken und abwägen: Soll ich? Soll ich nicht? Bis ich schließlich heute Sonntag auf meinem Spaziergang zu dem Schluss gekommen bin: Ich werde es sein lassen. Ich bin nicht bereit für ein solches Abenteuer. Wer sagt denn, dass ich da heil wieder herauskomme? Ich könnte sterben dabei oder für immer in dieser Spiegelwelt verbleiben. Nein, es ist zu gefährlich! Chance hin oder her. Die Wahrheit kann warten. Es fühlt sich gut an, endlich eine Entscheidung getroffen zu haben.

Beim Abendessen unterhalte ich mich angeregt mit meinem Mann Peter bei einem guten Glas Wein. Wir haben schon länger nicht mehr so gelacht. Nach dem Essen zieht er mich sanft in seine Arme und wir tänzeln zusammen ins Schlafzimmer.

Ich schaue mich um, ich bin in einem Gefängnis. Ich sehe die verschiedenen Insassen mit ihren leeren Blicken. Die ganze Szenerie ist in Grautönen. Ein Mann ist in seinem Verstand gefangen und quält sich selber mit

Vorstellungen. Es geht irgendwie auch um Briefe. Dann liege ich in derselben Gefängniszelle mit ihm am Boden. Eine Frau ist noch neben mir, sie fühlt sich vertraut an. Urin fließt von diesem Mann den Boden entlang zu mir. Ich weiche aus. Szenensprung. Ein Mann, ein Insasse in diesem Gefängnis, sitzt nackt am Boden auf dem kahlen Beton. Hinter ihm ist eine Gruppe von Gefängnisinsassen. Sie missbrauchen ihn alle, einer nach dem anderen und die Gefängnisdirektion weiß dies und lässt es zu. Ich bin nicht involviert, ich beobachte nur. Es ist mir zu viel. Ich will nichts mehr davon sehen und schließe im Traum meine Augen. Es funktioniert, ich sehe schwarz.

Ich wache auf, noch ganz erstarrt von diesem Traum. Ich muss ihn von mir abschütteln. Ich bin in totaler Traurigkeit über das Elend und das viele Leiden auf dieser Welt. Ich weiß, dass solche Szenen real sind und häufig passieren und noch viel, viel Schlimmeres. Mein Herz ist weit offen und voller Traurigkeit. Gott, warum lässt du das zu? Das ist so schrecklich! Das sollte nicht geschehen! Das müsste verhindert werden können! Wie kann ein liebender Gott/das Göttliche so etwas zulassen?

Ich fühle wieder zurück in meine Traurigkeit, sie ist so groß und das Elend auf dieser Welt ist so groß. Die Erlebnisse all dieser Seelen auf dieser Erde. Und es ist

zu viel für mich, ich fühle mich überwältigt, dieses Leiden auszuhalten. Man muss doch etwas tun können, um all diesen leidenden Menschen zu helfen.

Ich stehe auf, ziehe mich an und setze mich in die Küche. Dort steht eine Kanne mit Kaffee, den Peter gemacht hat. Er ist schon bei seiner Arbeit. Ich schenke mir eine Tasse ein.