



**Etwas in dir hat nie aufgehört zu wissen,
dass du mehr bist, als diese Welt erlaubt.**

Leaving WonD3rland

Elmira Nuri



Reiseverzeichnis

EINLEITUNG

<i>Vorwort</i>	<i>Seite 09</i>
<i>Wie das Buch aufgebaut ist</i>	<i>Seite 11</i>
<i>Woher dieses Wissen kommt</i>	<i>Seite 12</i>
<i>Die Reise beginnt</i>	<i>Seite 13</i>

TEIL 1: BEWUSSTSEIN & REALITÄT – DIE GRUNDLAGEN

<i>Kapitel 1: Bewusstsein und die Natur der Realität.....</i>	<i>Seite 14</i>
<i>Kapitel 2: Frequenzen & Schwingungen.....</i>	<i>Seite 20</i>
<i>Kapitel 3: Die Mechaniken der Realität.....</i>	<i>Seite 38</i>
<i>Kapitel 4: Die Quantenfelder & Plasmaarchitektur.....</i>	<i>Seite 50</i>

TEIL 2: DIE STRUKTUR DER REALITÄT

<i>Kapitel 5: Feldarchitektur des Lebens.....</i>	<i>Seite 60</i>
<i>Kapitel 6: Dimensionen & Zeitlinien.....</i>	<i>Seite 74</i>
<i>Kapitel 7: Die 12 universellen Naturgesetze.....</i>	<i>Seite 92</i>
<i>Kapitel 8: Frequenzbewusstsein & die Sprache der Wellen..</i>	<i>Seite 124</i>
<i>Kapitel 9: Die Illusion der Zeit.....</i>	<i>Seite 148</i>
<i>Kapitel 10: Frequenz, Licht & Klang.....</i>	<i>Seite 158</i>

TEIL 3: MUSTER, CODES & FREQUENZPROGRAMME

<i>Kapitel 11: Schöpfersprache: Mathematik, Geometrie & Zahlecodes.....</i>	<i>Seite 168</i>
<i>Kapitel 12: Das System hinter dem System.....</i>	<i>Seite 206</i>
<i>Kapitel 13: Programme, Kontrolle & Frequenzverzerrung....</i>	<i>Seite 214</i>
<i>Kapitel 14: Frequenzheilung, Codierung.....</i>	<i>Seite 232</i>
<i>Kapitel 15: Die 144 Frequenzmuster.....</i>	<i>Seite 246</i>

TEIL 4: TRANSFORMATION & ERINNERUNG

<i>Kapitel 16: Musik als universelle Sprache & Heilmittel.....</i>	<i>Seite 314</i>
<i>Kapitel 17: Lichtkörper-Aktivierung.....</i>	<i>Seite 321</i>
<i>Kapitel 18: Die verborgene Geschichte der Menschheit.....</i>	<i>Seite 328</i>
<i>Kapitel 19: Die Reise der Seele.....</i>	<i>Seite 337</i>

TEIL 5: PRAXISTEIL – ANWENDUNG DES WISSENS

<i>Lektion 1: Matrix erkennen.....</i>	<i>Seite 349</i>
<i>Lektion 2: Frequenz wahrnehmen.....</i>	<i>Seite 351</i>
<i>Lektion 3: Bewusstsein schärfen.....</i>	<i>Seite 353</i>
<i>Lektion 4: Der Körper als Resonanzfeld.....</i>	<i>Seite 355</i>
<i>Lektion 5: Emotionen integrieren.....</i>	<i>Seite 357</i>
<i>Lektion 6: Gedanken entschärfen.....</i>	<i>Seite 359</i>
<i>Lektion 7: Stimme & Ausdruck befreien.....</i>	<i>Seite 361</i>
<i>Lektion 8: Der innere Kompass.....</i>	<i>Seite 363</i>
<i>Lektion 9: Verbindung heilen.....</i>	<i>Seite 365</i>
<i>Lektion 10: Grenzen setzen durch Schwingung.....</i>	<i>Seite 367</i>
<i>Lektion 11: Das ursprüngliche Selbst erinnern.....</i>	<i>Seite 368</i>
<i>Lektion 12: Verkörperung – Erkenntnis wird Handlung.....</i>	<i>Seite 369</i>

Vorwort

Es gibt keine Zufälle. Das, was du in den Händen hältst, sieht zwar aus wie ein Buch – doch es ist mehr als das.

Es ist ein Schlüssel.

Vielleicht hast du es schon immer gespürt – dass es mehr gibt als das, **was du siehst**. Vielleicht hast du in einigen Momenten das Gefühl, dass etwas mit dieser Welt nicht stimmt. Als ob du nur einen Teil wahrnimmst und du in deinem Inneren das Wissen trägst, dass da mehr ist. Du hast vielleicht in Augenblicken das Gefühl, dich an etwas zu erinnern – an eine Wahrheit, die du längst vergessen hast, an eine Verbindung zu etwas Größerem, das außerhalb der Grenzen dieser Welt liegt. Etwas, das jenseits unserer derzeitigen Vorstellungskraft liegt. Aber du kannst es noch nicht fassen.

Diese Erinnerungen und Gefühle haben dich hierhergeführt.

Wo sind wir hier? Was sind wir? Warum sind wir? Was bedeutet es, am Leben zu sein?

Diese Fragen lassen uns innehalten. Sie kommen aus einem Ort tief in uns, einem Ort, der sich daran erinnert will, dass es mehr gibt – Dass es etwas gibt, außerhalb der Strukturen, die uns von Geburt an geformt haben – durch Regeln, Normen und Überzeugungen, die nicht unsere eigenen sind. Wir leben ein Leben, das vorhersehbar ist. Sicher. Berechenbar. Doch auch begrenzt? Begrenzt durch unsichtbare Grenzen, die wir nie hinterfragt haben?

Aber was ist dieses «Mehr»?

Ich habe nach Antworten gesucht. **Nach einem Buch, das mir das Leben wirklich erklärt** – nicht nur in Bruchstücken, nicht als starres Konzept, nicht als spirituelle oder philosophische Ideologie, sondern als

eine **ganzheitliche, lebendige Wahrheit**. Ich wollte verstehen, **wie Realität funktioniert**, warum unser Bewusstsein so machtvoll ist, was Schwingungen, Frequenzen und universelle Prinzipien mit unserem Dasein zu tun haben. Einfach alles! Ich wollte nicht weiter in Dogmen gefangen sein – nicht in religiösen, nicht in gesellschaftlichen und auch nicht in den unsichtbaren Programmen, die uns ein Leben lang formen. Ich wollte nicht irgendwo hin, ich wollte **zurück zu mir**.

Doch dieses Buch gab es nicht. Also habe ich es geschrieben.

Dieses Buch wird dir Wissen vermitteln, das eigentlich jedem Menschen zustehen sollte, es aber nicht tut. Es ist keine Sammlung von Theorien, die du glauben oder ablehnen kannst. Es ist eine Reise und jeder erlebt sie einzigartig für sich selber. Eine Möglichkeit, die dich aus der programmierten Realität hinausführt und dir zeigt, wie du selbst erkennst, erfährst und erschaffst, aber vor allem zu was du fähig bist. **Dieses Buch ist auch eine Brücke. Es verbindet uraltes Wissen mit modernen Erkenntnissen. Spiritualität mit Wissenschaft. Bewusstsein mit Realität.** Es geht um **Frequenzen, Energie, Manipulationen und die unsichtbare Architektur unseres Daseins** – und darum, **wie du diese Mechanismen für dich nutzen kannst**. Doch du bekommst nicht einfach fertige Antworten geliefert. Du bekommst Werkzeuge – aber es liegt an dir, sie zu benutzen.

Denn wahres Wissen entsteht nicht durch das blinde Akzeptieren von Informationen, sondern durch direkte Erfahrung und unabhängiges Denken.

Vielleicht wirst du beim Lesen Momente erleben, die dich fordern und Widerstand auslösen – in dir selbst, in deinen Überzeugungen.

Das ist gut. Je mehr du dein eigenes Denken hinterfragst, desto klarer wird sich dir offenbaren, was wirklich ist.

Wie dieses Buch aufgebaut ist

Dieses Buch nimmt dich mit auf eine Reise des Verstehens – von der Wahrnehmung deines Körpers bis hin zu den unsichtbaren Mechanismen, die ihn beeinflussen, formen und durchdringen.

Es ist so aufgebaut, dass du zuerst die *Basis kennlern*lernst: Was ist Bewusstsein? Wie funktioniert Frequenz? Und wie hängt dein inneres System – Körper, Emotion, Wahrnehmung – mit dem zusammen, was wir „Realität“ nennen?

Du bekommst zu Beginn einen klaren Einblick in dein „technisches Sein“ – also in die energetischen, biologischen und wahrnehmungsbasierten Grundlagen deines Selbst. Erst danach gehen wir in die Ebenen, in denen dieses Selbst mit der Welt agiert: mit Feldern, Programmen, Mustern, Manipulation – aber auch mit Erinnerung, Schöpfung und innerer Autorität.

Das Wissen in diesem Buch *baut aufeinander auf* – jede Schicht führt dich tiefer, schärft dein Verständnis und verändert deinen Blick auf dich selbst. Auch wenn du frei wählen kannst, wo du einsteigst: Viele Kapitel greifen ineinander, wie Zahnräder eines größeren Systems.

Am Ende jedes Kapitels findest du deshalb eine Zusammenfassung: „*Was du gelernt hast*“ – damit du dich sortieren, verankern und wieder ausrichten kannst, bevor du tiefer gehst. **Und das in deinem Tempo.**

Dieses Buch ist kein Wettbewerb, kein Rennen zur Erleuchtung. Manche Abschnitte wirst du schnell durchdringen, andere werden dich vielleicht fordern oder länger begleiten. **Beides ist richtig.** Es geht nicht darum, alles sofort zu verstehen – sondern darum, das Gelesene wirklich zu integrieren.

Veränderung geschieht nicht durch Bestätigung, sondern durch Herausforderung.

Woher dieses Wissen kommt

Diese Frage ist nicht leicht zu beantworten – und doch wesentlich. Denn was du hier liest, ist keine reine Theorie und keine dogmatische Lehre. Es ist auch kein esoterisches Channeling und keine rein wissenschaftliche These. Es ist eine *bewusstseinsbasierte Erkenntnis* – gewachsen aus persönlicher Erfahrung, innerer Forschung und einer Fähigkeit zur Vernetzung scheinbar getrennter Ebenen wie persönliche Wahrnehmung, neurobiologische und physikalische Prinzipien (z. B. aus der Quantenphysik), Felder, Mythologien, Symbolsysteme und energetische Ordnungen.

Was mich dabei geleitet hat, war nie eine „lineare Wahrheit“, sondern das Aufleuchten von *Knotenpunkten* – dort, wo persönliche Erfahrung, kollektive Muster und die großen Fragen des Menschseins sich berühren. Ich habe nicht „neues“ Wissen erfunden – aber ich habe bestehende Informationen neu verknüpft, in Zusammenhänge gebracht und mit Bewusstsein gespiegelt.

Dieses Buch ist das Ergebnis dieser Vernetzungsleistung – und die Einladung an dich, darin **deine eigene Wahrheit zu erkennen**. Es geht nicht darum, dich von etwas zu überzeugen. Sondern darum, dir ein Feld zu öffnen, in dem du dich selbst wiederlesen kannst – und vielleicht auch wiederfinden.

Geh in Resonanz mit dem, was sich stimmig anfühlt – und lass den Rest los.

Du musst nichts glauben, nichts übernehmen. Aber vielleicht lohnt es sich, auch dem einen Moment Raum zu geben, was dich zunächst abstößt. Denn das Wesentliche versteckt sich nicht immer in dem, was dir sofort gefällt.

Bist du bereit? Willkommen auf der Reise deines Lebens. Stell Fragen. Sei neugierig. Und vertraue auf deine eigene Fähigkeit, Wahrheit zu erkennen.

Die Reise beginnt

Vielleicht kennst du das: Du wachst auf, und etwas fühlt sich anders an. Kein konkretes Bild, keine klare Erinnerung – nur ein vages Gefühl. Etwas war da, etwas Bedeutungsvolles, dass du im Traum erlebt hast, aber nicht mehr fassen kannst. Je mehr du versuchst, es zu erinnern, desto schneller entgleitet es dir. Zurück bleibt ein leiser Nachhall – wie ein Echo aus einem Raum, den du nicht benennen kannst.

Viele kennen diesen Moment. Eine Empfindung zwischen den Welten, zwischen Wissen und Vergessen. Für einen kurzen Augenblick scheint sich etwas geöffnet zu haben – und dann wieder zu. Und obwohl du nicht sagen kannst, was du gesehen oder gespürt hast, bleibt dieses Gefühl: ***Da war mehr.***

Vielleicht war es nur ein Traum. Vielleicht aber auch nicht. Vielleicht war es ein Echo von etwas Größerem – nicht vom Verstand konstruiert, nicht zufällig. Sondern ein Hinweis, dass Bewusstsein mehr ist als das, was du denkst. Dass Erinnerung manchmal aus Richtungen kommt, die du nicht einordnen kannst – aber trotzdem wahr sind. In solchen Momenten stellt sich eine einfache, aber kraftvolle Frage:

Was, wenn das, was du für einen Traum hältst, eine Erinnerung war?

Eine Erinnerung an das, was du bist – jenseits der Geschichten, Rollen und Konzepte. Wenn du beginnst, dich selbst nicht mehr als Beobachter zu sehen, sondern als Teil von allem, verändert sich deine Wahrnehmung. Es gibt kein "da draußen", das du durch ein Schlüsselloch betrachten kannst. Die Trennung ist Illusion. Du bist bereits mittendrin.

Dieses Buch beginnt nicht mit einer Theorie. Es beginnt mit dir – in einem Zustand der Offenheit. Du brauchst keinen Plan, keine Vorstellung davon, wie „Bewusstseinsweiterung“ funktionieren soll. Alles, was du brauchst, ist da.