

Jahresrückblick 2020



Januar 2020

Spruch: Vor dir liegt nicht nur 2020, **vor dir liegt dein gesamtes Leben!**

Bande: Du gestaltest die Welt; mit deinen Gedanken!

Nach Silvester ist vor Silvester! Kaum hat das neue Jahr begonnen, läuft unsere Planung mit dem Ziel auf das Ende des nächsten Jahres hin. Wir stecken bisher in Gewohnheiten und traditionellen Abläufen des Lebens und diese haben einem sicheren, aber oft eintönigen Hamsterrad geglichen.

Das heute begonnene Jahr 2020 wird schon von Beginn an eher einem wilden Karussell ähnlich sein, bei dem man ganz schnell weiche Knie bekommen wird und vielleicht die Orientierung verliert! **Das Hamsterrad war einmal, es lebe Wahrhaftigkeit, Veränderung und Lebendigkeit.**

Das wird das Motto dieses Jahres sein. All das, was eigentlich nicht zu dir gehört, was du tust, weil es andere von dir erwarten, von dem du nicht wirklich überzeugt bist, ganz gleich welches Themengebiet in deinem Leben es betrifft, wird sich lösen.

Wenn du es erkennst, an dir arbeitest und loslässt, nehmen dein **Leben und die Freude und Kraft** an Fahrt zu. Willst du aber die alten Muster festhalten, an der Tradition und deiner gewohnten Komfortzone kleben bleiben, könnte es etwas schmerzhaft werden. Die Schwingungen, die wir gerade in und um uns herum erleben, reißen uns mit.

Das neue Jahr wird ein bisschen so, wie laufen lernen. Das kleine Kind will den aufrechten Gang erobern, einen neuen Blickwinkel einnehmen können, muss dafür aber die Sicherheit des Krabbelns mit wenig Überblick über das Geschehen hinter sich lassen. Schritt für Schritt ein neues Gelände erkunden, immer wieder nach einem Sturz aufstehen und mutig weitermachen.

Du willst jetzt die Freiheit deines Bewusstseins erfahren, und musst dafür die alten blockierenden Muster hinter dir lassen, eine neue ungewohnte Perspektive einnehmen, Sicherheit und Gewohnheiten verlassen, und darfst dich dafür auf neue Erfahrungen freuen, und erkennen, dass die Welt weit mehr ist als ein berechenbares, messbares Etwas, dass im Weltraum sinnlos herumirrt!

Die Möglichkeiten, die sich dir bieten solltest du wertfrei und offen annehmen, die Gedanken zur Gestaltung deiner Welt nutzen, die Synchronizitäten genießen!

Das hört sich doch gut und lebendig an? Ich wünsche dir von Herzen wundervolle Erfahrungen und ein offenes und unbedarftes Herz für die kommende Zeit.

[CORONA EXTRA Newsletter](#)

Das Corona Virus ist ein Phänomen. Innerhalb kürzester Zeit stellt das Virus unsere Welt auf den Kopf, und bringt uns, neben unzähligen Unannehmlichkeiten, zahlreiche Entwicklungschancen. Ich möchte hier eine etwas andere Perspektive auf die Pandemie eröffnen, ohne das Corona Virus in die Ecke der Verschwörungstheorien zu drängen.

Denn Eines wird in diesen Tagen deutlich: **Wir sind alle Eins!** Das ist doch was uns viele Weise seit Jahrhunderten berichten und in vielen Weisheitskulturen das höchste Ziel der Entwicklung ist. Das winzige Krönchen, das Corona Virus, bringt uns gleich mal dazu, beide Seiten der Medaille zu spüren. Ist die Erkenntnis, dass wirklich alles Eins ist und alles mit allem verbunden ist, nicht wundervoll? Und ist es nicht gleichzeitig gruselig, dass alles Eins ist und wir sogar mit den negativsten Gefühlen und Auswirkungen des Verbundenseins umgehen müssen? Wir werden mit uns, mit unseren tiefsten Ängsten und Bedenken konfrontiert! Alles, unser komplettes soziales Leben, die Wirtschaft, die Familien, das Reisen, unsere Arbeit

und die Sicherheit der Ernährung, einfach Alles, ist gerade auf sehr wackeligen Beinen unterwegs. Corona sei Dank!

Nehmen wir die Chancen der Krise an oder versinken wir in Ängsten und Blockaden? **Nur wenn der Sinn erkannt wird, kann das Symptom gehen!**

Ich habe hier sowohl eine meiner Podcastfolgen dem Virus gewidmet, mit dem Virus zu Hause auf meinem Sofa gesessen und ein Interview geführt und ein paar Inputs zusammengeschrieben, um dem Sinn der Pandemie auf die Sprünge zu helfen.

Ich wünsche von Herzen viel Freude, Erkenntnis und neue Perspektiven.

Februar 2020

Spruch: Am Ende geht's immer ums Anfangen ... !

Bande: Wann, wenn nicht jetzt?

Die Welt ist reif für „neue Menschen“! Du gehörst dazu!

Sei dabei, lass die alten Denkmuster los und öffne dein Bewusstsein für neue Wege! Achte auf die Synchronizitäten in deinem Leben. Sie sind Hinweise auf die Zeitenergie. Niemals war Wandel so leicht möglich wie jetzt! Das was du denkst und fühlst wird sofort zu deiner Realität.

Weißt du, was dein größtes Hindernis in deinem Leben ist? Du selbst bist es!

Aber ... du bist auch stark! Das hört sich doch nach einer großen Chance an, oder? Denn nur du hast die Möglichkeit tatsächlich was zu ändern und die Hürden selbst und aktiv aus dem Weg zu räumen. Ganz gleich was auch immer dir begegnet, ganz gleich, was du als Hindernis und Störung wahrnimmst, vollkommen egal was dich bremst: **die Ursachen, und damit immer auch die Lösung, findest du in dir! Fokussiere nicht das Hindernis, sondern gib deine Aufmerksamkeit in die Lösung.**

Manchmal sind es nur kleine Optimierungen, in anderen Fällen geht es tatsächlich um tiefgehende Veränderungen. Egal was deine Fragen sind, was deine Themen oder Probleme sind. Du brauchst eine neue Perspektive und eine vertrauensvolle Begleitung.

Es gibt tatsächlich KEIN Thema, für das es keine Lösung gibt! Richte deinen Blick und deine Energie neu aus und es geschehen Wunder!

März 2020

Spruch: Zwei Dinge sind unendlich, das Universum und die menschliche Dummheit, aber bei dem Universum bin ich mir noch nicht ganz sicher. (A. Einstein)

Bande:

Riskiere den Blick von Oben!

Nimm das Virus an die Hand!

Es klopfte an meiner Tür. Vertrauensvoll öffnete ich, und siehe da, ein niedliches kleines Wesen stand dort und fragte, ob es bitte mit mir sprechen könnte. Es war rosa und quicklebendig, und hurtig hüpfte es auf mein Wohnzimmersofa.

*„Wer bist du denn?“ fragte ich freundlich, und bat ihm einen Kräutertee an. „Ich bin Cora das **Coronavirus**“, sagte es, „und will dir gerne die Geschichte des **Coronavirusleben** erzählen. Hast du etwas Zeit für mich?“*

„So, so,“ meinte ich stirnrunzelnd, „was gibt es denn da zu erzählen?“ Und setzte mich direkt neben Cora, um ihr kleines Händchen halten zu können.

*„Nun,“ begann sie mit großen **Coronavirusaugen** zu berichten, „ich bin doch nun wirklich ein kleines Ding. Alleine bin ich nix. Ich brauche immer einen anderen Körper, um mich auf dieser Welt bewegen und fortpflanzen zu können. Geboren, oder eher erschaffen, wurde ich durch sogenannte Forschungen in einem Labor, in einem weit entfernten Land. Ich bin überall, so schnell kannst du garnicht schauen! Aber weißt du, was das Geniale ist? Die Wesen auf, oder besser in denen ich hervorragend leben kann, die müssen, damit ich mich so richtig wohlfühle, ein ganz bestimmtes Gefühl haben. Ich glaube ihr Menschen nennt es Angst! Diese Angst macht die Menschen sooooo schwach, dass es uns **Coronaviren** so richtig Spaß macht, in einen solchen Körper von Menschen einzuziehen und uns breit zu machen. Ist er schwach und hat uns erstmal eingeatmet, dann rutschen wir in seine Lungenbläschen ganz tief rein und übernehmen die Führung im ganzen Menschenkörper! Da unterscheiden wir uns nicht von anderen kleinen Helferwesen auf diesem Planeten. Wir finden es nur so richtig klasse, dass ihr Menschen so doof seid, und diese Angst so gerne und so schnell verbreitet, ich glaube ihr nennt das viral, dass wir inzwischen überall auf der Welt in den Menschen Platz finden. Und die Angst wird immer mehr! Klasse, oder? Dabei sind wir garnicht schlimmer oder frecher als andere unsere Kollegen. **Nur wenn ihr in eurer Menschengemeinschaft nicht auf eure Probleme schauen wollt oder Ablenkung sucht, dann sät ihr in euren Köpfen und Herzen den Angstkeim.** Der wächst und wächst und wird von eurem ach so einseitigen schlaunen Verstand gepusht. Ihr braucht dann Berichte und Statistiken, Untersuchungen und Forschungen, um euch zu beweisen, wie gefährlich wir **Coronaviren** sind. Die feindliche Macht von außen! **Coronaviren** auf dem Vormarsch. Anstatt ihr euren Verstand mal einschaltet, um zu verstehen wie die Zusammenhänge sind, seid ihr rund um die Welt beschäftigt, die Angst zu pflegen! Ihr meint auch noch ihr könnt euch vor uns schützen, das ist echt zum schiefachen“ prustete Cora in einem lauten Lachanfall hervor! „Ihr tragt komische*

*Stofffetzen vor dem Mund, trifft euch nicht mehr zum Musikmachen oder zum Feiern, fährt nicht mal mehr mit der Eisenbahn oder einem Schiff, weil ihr überall vor Angst das Leben nicht mehr genießen könnt. Und ganz Herden von euch suchen krampfhaft nach sogenannten Medikamenten. Das ist doch einfach nur witzig, oder?“ kicherte sie. „Mmmmh, aus der Vogelperspektive betrachtet ist es wahrscheinlich wirklich sehr witzig,“ sagte ich. „Aber weißt du liebe Cora, wir Menschen haben noch nie verstanden, dass uns genau das geschieht, was wir für unser Entwicklung brauchen. Wir denken tatsächlich, dass ein Virus von außen **über uns herfällt und uns krankmacht**. Dabei sind wir es immer selbst, die sich krankmachen. Wir achten nicht auf unsere Gefühle, nehmen unseren Körper nicht wahr oder ernst, essen komische Dinge, rauchen sogar und übergehen alle Botschaften, die uns unser Körper geben kann. Wir haben das Gefühl für uns selbst komplett verloren. Natürlich nicht alle Menschen, aber die, die da anders denken, müssen sich Hohn und Spott von den anderen gefallen lassen. Da wird dann gesagt, wir Menschen seien die Krone der Schöpfung, hochintelligent und gebildet, aber dann sowas! Es ist wirklich zum Verzweifeln!“*

*„Ach, liebe Stefanie, es wäre so easy für euch Menschen mit dem Spektakel aufzuhören, aber irgendwie scheint ihr ja gerade erst anzufangen! Ihr solltet mal eure Lebenskraft stärken, euch mal klar machen, dass ihr sowas habt! Du erzählst es den Menschen ja schon seit vielen Jahren, ich weiß das! Sobald die Lebenskraft euren Körper durchströmt und belebt, haben wir Winzlinge von **Coronaviren** keine Chance! **Sobald ihr auf euch selbst vertraut, finden wir keinen Platz im Körper**, an dem wir leben können. **Wir zeigen euch doch nur, an welcher Stelle ihr nicht mehr lebt**. Ob im einzelnen Körper oder in der Gesellschaft. Wir kommen, um zu helfen, verstehst du mich? Ihr braucht nicht krank zu sein, ihr könntet eurem Körper mal vertrauen und ihn liebevoll aufbauen mit gesundem Essen und guten Gedanken. Wir wollen euch aufwecken!*

*Ich mach mir da um unser **Coronavirusleben** keine Gedanken, denn von sowas seid ihr ja als gesamte Menschheit echt noch weit entfernt! Ihr habt immer nur Krieg und Kampf im Kopf. Dabei sind wir hier auf diesem Planeten als Symbiose gedacht. Aber ihr wollt euch ja besser fühlen als alle anderen. Das habt ihr jetzt davon!“ So kleine Winzlinge wie wir **Coronaviren**, versetzen euch Riesen in Angst und Schrecken, nur weil ihr es nicht schafft den Verstand mal sinnvoll zu benutzen, geil, oder?“*

Cora und ich saßen noch eine ganze Weile still nebeneinander, tranken unseren Tee und hielten uns an den Händen. Als ich wach wurde dachte ich mir, ich möchte euch diesen Traum einfach mal berichten, vielleicht erinnert sich der ein- oder andere von Euch!

April 2020

Spruch: Deine Sinne können nur aufnehmen, was dein Geist verarbeiten kann!

Bande: Nimm deine Wahrnehmungen wahrhaftig wahr!

Weißt du noch? Früher hat man sich zum ersten April so was richtig Nettes ausgedacht, womit man seine Familie oder die Freunde foppen konnte. Seit über einem Monat fühlt es sich so an, als sei jeden Tag der erste April! Aber heute heißt es dann nicht „April, April“, sondern Fake News. Aus diesem Grund, und um euch aus den eingeschliffenen Gewohnheiten herauszuholen, kommt mein Newsletter dieses Mal extra erst heute, am 2.4.2020!

Und ... April, April! Ich habe gestern schlichtweg vergessen den Newsletter zu schreiben!

Die Veränderungen unserer Realität, auf die wir schon so lange hoffen, kommen anders und schneller als wir es uns gedacht haben, **aber jetzt sind sie da!** Die Welt steht Kopf, und kaum einer versteht, dass das Virus **nicht** die Ursache der Krise und des Wandels ist.

Die Bewusstseinsenergie der Erde und jedes einzelnen Menschen heben sich an, und das Virus wirkt in der Gesellschaft genau, wie eine Erkrankung bei jedem einzelnen Menschen wirkt. Erkrankungen jeder Art zeigen einfach nur unsere Schwachpunkte auf. So weist uns Corona lediglich auf die (energetischen) Mängel unserer Gesellschaft hin. Nur da, wo Energie fehlt oder etwas nicht in Fluss ist, können Erreger, gleich welcher Art, wirksam werden.

Jetzt, wo der **Bewusstseinswandel an die Tür klopft**, wird hinter der Tür noch schnell staubgesaugt, aufgeräumt, abgewaschen und die Fenster werden geputzt, damit der Gast „Neues Bewusstsein“ sich wohlfühlen kann. Das führt zu recht viel Aufregung und Verwirrung. Denn manch einer weiß gerade nicht, wo sein Putzzeug ist! Ein anderer hat das Klopfen nicht gehört, wechselt den Staubsaugerbeutel und ganz viele andere versuchen gerade mit viel Mühe und Aufwand die Tür zu verbarrikadieren, in der Hoffnung, dass das Bewusstsein weiterzieht und woanders klopfen möge. Das funktioniert vielleicht mit den Sternsängern, aber nicht mit dem Bewusstsein! Es kommt, und wenn es nicht zur Vordertür hereinkann, wird es durch ein Fenster klettern oder die Hintertür nutzen! Kommen wird es! Von daher **macht es Sinn Ordnung zu schaffen**, Ängste zu lösen, auf die eigene Wahrnehmung trauen zu lernen, loszulassen was nicht mehr zu einem gehört, und zu erkennen, wer und was einem selbst nicht mehr entspricht!

Es bringt also nix, das Virus zu bekämpfen, sondern es geht darum, die Themen dahinter zu entdecken und zu bearbeiten. Einige von uns werden diese Realität verlassen, das geschieht täglich und hört sich vielleicht schlimm an, aber das ist nicht neu! Wer die Zusammenhänge des Lebens kennt, weiß das, und bewertet es nicht!

Wer rein materiell weiterdenkt, verstrickt sich mit seinen Gefühlen und seinem Denken in extremen Dramen der Schulmedizin, in Zahlen Daten und Fakten, oder gegenteilig, in Verschwörungstheorien. Das haben wir jetzt gerade in den vergangenen Wochen rundherum und täglich erlebt. Ich habe es in einem meiner

Live Streams beschrieben: Manchmal wird ein Star zum Star, nicht weil er besonders gut ist, sondern weil er zur rechten Zeit am rechten Ort war. Jetzt wird ein vollkommen normales Virus zum Star, zur anscheinend weltweit katastrophalen Bedrohung, einfach nur, weil es zur passenden Zeit entdeckt und hochstilisiert wurde!

Wer die energetischen Ansätze meiner Arbeit kennt und lebt weiß, dass die energetischen Blockaden heilen sollten, damit das Symptom gehen kann. Auch eine Gesellschaft kann heilen und sich weiterentwickeln, und dazu tragen wir alle bei! Wenn jeder an sich arbeitet, hinter seiner Tür Ordnung schafft, sich bewusst wird und die Zusammenhänge erkennt, **trägt jeder seinen bewussten Anteil zur Heilung der Menschheit bei.**

Wenn wir dann noch die gesamte Corona Thematik aus der Vogelperspektive betrachten, erkennen wir durchaus den „Witz“ der Sache. Witz insofern, als wir schon lange die Themen kennen, die jetzt mit der Pandemie gesellschaftlich aufbrechen. Themen wie Wertlosigkeit, Ängste, Macht und Ohnmacht, Finanzen, sich der Spiritualität und des Sinns bewusst werden. Haben wir zur Entwicklung tatsächlich das Virus nötig gehabt? Das ist doch bei einer angeblich hochintelligenten Spezies echt ein Witz?

Aber, so wie wir es auch persönlichen Umfeld und mit unserem Körper oder anderen Symptomen gerne tun, haben wir, bei allen Krisenthemen der letzten 50 Jahre, wie üblich weggeschaut und die Botschaften des Lebens ignoriert. erinnert euch an den König im Mittelalter, der seine Boten köpfte, wenn ihm eine schlechte Nachricht drohte! Gesellschaftlich haben wir alle Krisen, und damit Boten der letzten Jahre, geköpft! **Wir erleben jetzt, dass alle Schwachpunkte unserer Gesellschaft an die Oberfläche blubbern. Das Virus ist keine Ursache, Corona ist unser Symptom**, dass wir gerne beseitigen würden. Aber der alte Sumpf, der als Ursache mit all den energetischen Blockaden schon lange trockengelegt gehört, kommt nochmal so richtig in Wallung. Symptome möglichst schnell und aggressiv zu beseitigen, ist in einer wissenschaftlich geprägten Gesellschaft der erste Gedanke! Würden wir es schaffen lebendig und spirituell hinzuschauen, könnten wir tatsächlich Ursachen **erkennen, verändern** und danach gemeinsam eine andere und liebevollere Gesellschaft schaffen und **leben**.

Meine Botschaft:

Lasst uns die Ursachen erkennen und wandeln, den Sumpf trockenlegen, jeder in seinem Umfeld und mit seiner wahrhaftigen liebevollen Wahrnehmung in seinem Herzen.

Lasst uns gemeinsam erleben, welche neuen Möglichkeiten und große Chancen die aktuelle Krise ergeben.

Seid Schöpfer, die wirkliches Wachstum und Wunder möglich werden lassen, für die Menschheit.

Mai 2020

Spruch: Eine neue Art von Denken ist notwendig, wenn die Menschheit weiterleben will. (A.Einstein)

Bande: Brauchen wir Corona zur Heilung?

Willkommen im wunder-baren Mai 2020!

Kennst du meinen energetischen Blick auf das Phänomen Krankheit?

Die Ursache einer Erkrankung ist ganz ursprünglich das Nichtwahrnehmen deiner Bedürfnisse und der entsprechenden Gefühle und Zeichen deines Körpers.

Hier ein Beispiel: *Du spürst, wenn du ins Büro gehst, ein Unbehagen in der Magengegend, wenn du nur an deinen Chef und die Kollegen denkst? Aber du nimmst eine Tablette und übergehst diesen wichtigen körperlichen Hinweis. Das Magengefühl wird immer stärker, aber du wechselst einfach nur das Medikament? Dabei ist dein Magen nur Symptomträger! Irgendwann ist es nicht mehr nur ein Unbehagen, sondern es sind Magenkrämpfe, die dich peinigen, Übelkeit, Brechreiz. Dann suchst du vielleicht einen Fachmann auf, der dir dein tägliches lästiges Magenproblem beseitigen soll. Vielleicht reicht ein härteres Medikament, vielleicht gibt es aber auch ein Magengeschwür, eine OP und du bist für längere Zeit krankgeschrieben, bist raus aus den dich so belastenden Umständen. Du hast das Symptom bekämpft, die Botschaft deines Körpers vernichtet. Nach einiger Zeit gehst du zurück an deinen alten Arbeitsplatz, den du schon lange hättest kündigen sollen. Du hast nicht auf deine Symptome gehört, du hast nicht die Ursachen erkannt, geschweige denn bearbeitet oder gelöst. Das ursächliche emotionale Problem mit deinem Chef und den Kollegen ist immer noch da! Jetzt muss sich dein Körper eine neue Botschaft ausdenken. Und damit du sie dieses Mal verstehst, wird sie härter ausfallen, vielleicht ist sie lebensbedrohlich und vielleicht beschäftigst du dich dann mit den Ursachen, hörst wieder auf deine Gefühle und änderst endlich dein Leben? Denn wenn du so weitermachst wie bisher, kann die Situation tödlich für dich enden!*

Eine Krankheit kommt, aus energetischer Sicht, um dich auf deinen Lebenssinn aufmerksam zu machen.

Was hat all das mit dem Corona Virus zu tun?

Ich möchte einen Vergleich ziehen. Denn was ich gerade für den individuellen Sinn von Krankheit beschrieben habe, gilt gleichermaßen für komplexe Zusammenhänge, wie zum Beispiel unsere Menschheit. Das Corona Virus ist weltweit eine kollektive Erkrankung mit vielen Symptomen wie Quarantäne, Aggressionen, Machtlosigkeit, Maskenzwang, Luftnot, Feindlichkeiten, Abschottung, Argwohn, Misstrauen, Wut, wirtschaftlichem Absturz, finanziellen Krisen, pädagogischen Herausforderungen, Partnerschaftlichen Belastungsproben, Arbeitslosigkeit. Hab ich was vergessen? Ach ja, den Virusinfekt, der nicht schlimmer ist, als alle bisher dagewesenen Infekte!

Warum haben wir nicht schon früher auf die Symptome gehört, die unsere menschliche Kultur befallen haben?

Es gab Erkrankungen wie Aids, Sars, die Schweinegrippe, Wirtschafts- und Finanzkrisen, politische Krisen in allen Ländern der Welt, unendlich viele Kriege, Tyrannen, Hunger, Missbrauch, Übergriffe, Flüchtlingskrisen, Naturkrisen, wie den sauren Regen, die Umweltbelastungen durch Müll, Strahlungen, Verkehr, Luftverschmutzungen. All das und noch viel mehr sind Symptome, die jederzeit, allein in den vergangenen 70 Jahren, kollektiv zum Umdenken hätten bewegen können. Wir haben die Symptome zwar gesehen, aber wir haben sie überhört, im übertragenen Sinne versucht, sie mit Medikamenten zu beheben, Schadensbegrenzung zu betreiben, wegzuschauen, so wie wir es mit unseren persönlichen Krankheiten auch tun. Ursächlich haben wir, durch unsere durchaus berechtigten und logischen wissenschaftlichen Denkansätze, den Blick für das Menschsein und die lebendigen Zusammenhänge verloren. Gefühle werden verachtet, und nicht mehr als wichtige Wegweiser zur Orientierung genutzt. Empathie, menschliches Miteinander ohne Konkurrenz und in gegenseitiger Achtsamkeit haben keinen Stellenwert. Unser eigentlich menschliches Wesen, als Teil der Natur, haben wir dem wissenschaftlichen Denken und Handeln und zu guter Letzt dem neuen Gott Geld geopfert.

Immer haben wir die Chance gehabt, den Sinn hinter all dem und des Lebens zu erkennen, den Schalter der Menschheitsentwicklung umzulegen, die Spiritualität und dahinter die Wichtigkeit der Verbindung von Kopf und Herz zu finden. Uns als Menschen zu erkennen, die verbunden sind, und nur gemeinsam als Teil der Natur sinnerfüllt und wachstumsorientiert in Würde leben können.

Die Symptome und Hinweise werden mit der Zeit härter. Um überhaupt die Chance zu haben kollektiv umzudenken, muss das Bewusstsein anscheinend mit der größten unserer Ängste spielen, dem drohenden Tod! Das ist so lächerlich! Denn diese Angst gehört grundlegend zum Leben. Der Tod ist das einzige, was uns von Beginn des Lebens an sicher ist! Wir haben aber so panische Angst davor, und wollen uns nicht mit diesem Lebensthema beschäftigen, weil wir rein materiell denken, und der Tod natürlich rein materiell unser Ende bedeutet. Wir finden uns aber soooo wichtig, dass wir nicht enden wollen! Wenn der Tod so präsent wird, setzen wir unser Bewusstsein in Bewegung!

Die Corona Krise bietet uns nun allen den Ausstieg aus dem Labyrinth unserer alten Gedanken- und Verhaltensmuster. Denn wir alle dürfen gerade lernen, uns an unserem eigenen Herzen, an uns selbst und dem gesunden, uns allen gegebenen, Menschenverstand zu orientieren. Die Symptome zu sehen, jedoch jetzt endlich die Ursachen zu beheben.

Auf diesem Bewusstseinsweg haben wir die Chance, jeder auf seine Art, die eigenen Blockaden anzuschauen und aufzulösen. Nur dann bringt uns Corona, neben den vielen Symptomen, auch viele neue Chancen. So wie wir bisher zu denken gewohnt sind, einfach die Symptome zu missachten und zu beseitigen, wird uns auf keinen Fall Lösungen von Ursachen bringen:

Denn unsere Wissenschaft dient nicht mehr der Klarheit und Zuverlässigkeit in ihren Aussagen, sie verwirrt nur noch! Zahlen, Daten und Fakten, die die Kompetenz und die Verlässlichkeit der Wissenschaft ausmachen, sind verwirrender denn je. Was stimmt noch? Welcher Statistik kann ich trauen?

Die Politik dient nicht mehr der vertrauensvollen Führung, sondern ist selbst Opfer des Geldes, des Chaos und der Orientierungslosigkeit geworden. Politiker

sind überfordert und irren, ohne Überblick und Perspektive, im besagten Labyrinth herum.

Die Religionen haben sich kollektiv selbst über Jahre unglaubwürdig gemacht. Denn wenn jahrhundertelanger Missbrauch die Basis ist, kann darauf auch nicht in der Coronakrise das Pflänzchen Vertrauen wachsen!

Die Medien sind flutschig wie ein Fisch, und man hat den Eindruck, dass die Berichterstattung recht einseitig ausgerichtet ist, aber auf keinen Fall mehr meiner persönlichen Orientierung dienen kann.

Das ist lediglich eine Bestandsaufnahme, eine Wahrnehmung, keine Kritik und auch kein Kampf. Denn wenn unsere Welt, die Menschheit, zum entwickeln des kollektiven Bewusstseins und Verständnisses dieser Krise Eines nicht mehr brauchen kann, ist es Kampf!

Soweit die Welt da draußen.

Aber wie genau geht es dir?

Konntest du in den vergangenen Wochen deine individuellen Ängste und auch die Angst vor dem Tod verarbeiten?

Kannst du aus den Ohnmachten ausstiegen und deine Eigenverantwortung spüren und leben?

Fühlst du dein Menschsein als mehr als nur Materie?

Fühlst du dich sicher in dir und deinem Leben?

Hast du das tiefe Vertrauen in dich und deinen gesunden Menschenverstand schon wiedergefunden?

Kannst du dich an deinen Gefühlen und an deinem Herzen orientieren?

Spürst du die wachsende innere Kraft in dir?

Dann hat Corona für dich bereits seinen Sinn erfüllt!

Ich wünsche dir von Herzen Kraft und Zuversicht in dieser beeindruckenden Zeit der Veränderungen.

Juni 2020

Spruch: Wer anderen zu wenig traut, hat Angst an allen Ecken; wer gar zu viel auf andre baut, erwacht mit Schrecken! (Wilhelm Busch)

Bande: Vertrauen ist gut, in sich vertrauen noch besser!

Fifty shades of ... Vertrauen!

Früher dachte ich immer, die Sache mit dem Vertrauen ist ganz einfach. Ich habe Vertrauen in mich und damit weiß ich immer, wo es langgeht. Mit der Coronakrise habe ich verstanden, dass die Sache mit dem Vertrauen unfassbar viele Schattierungen hat, und nicht mal eben so einfach abzuhandeln ist. Was mir auffällt: wir sind in unserer Kultur gewohnt und so erzogen, anderen Menschen, und ganz besonders ernannten Autoritäten, mehr zu vertrauen als uns selbst. Das würde man gemeinhin „Autoritätshörigkeit“ nennen. Es bedeutet, dass wir den Meinungen anderer, und ganz besonders akademisch betitelten oder uniformierten Menschen, mehr Recht geben als unserem eigenen **gesunden Menschenverstand**.

Zu Beginn der Corona Krise traten die Wissenschaftler und Regierungsberater in den Medien auf, und fast jeder in unserer Gesellschaft bekam Angst und Schrecken, aber DIE müssen es ja wissen. Wir nahmen die Meldungen zunächst sehr ernst, aber ganz nach dem Motto: „ich vertrau keiner Statistik, die ich nicht selbst gefälscht habe“, gab es sehr schnell neue Fachleute in den Medien, mit den gleichen akademischen Titeln ausgezeichnet, die ebenfalls Zahlen, Daten und Fakten nutzten, um uns die gleichen Umstände vollkommen neu zu interpretieren. Da die meisten Aussagen, ganz gleich von wem, im Hintergrund von Ängsten gelenkt sind, war das die Geburtsstunde einer großen Zahl bunter Verschwörungstheorien. Jetzt waren wir verwirrt! Was geschieht da? Wer hat Recht? Zum Glück gibt es dann das Internet, das einem „den Rest“ gibt, im wahrsten Sinne der Worte! Den Rest an Information, aber auch den Rest an Überforderung! Und, wo ist das Vertrauen jetzt? Interviews hier, Demos da, Inhaftierungen, angeblich gelöschte Videos, Todeszahlen, leere Kliniken, Aggression, Überforderung und man hat einfach mal die Schnauze voll!

Um jetzt eine gute Basis in deinem Leben zu haben, solltest du die ohnmächtig anerkannten Autoritäten in Frage stellen! Jeder hat Recht, oder eben Keiner? Du siehst wundervollen Sonnenschein, blühende Pflanzen, riechst die frische Luft, willst mit deinen Freundinnen oder Freunden reden, dich bewegen, deine Kinder und Enkel besuchen, tanzen, lachen, feiern ... ? Natürlich musst du die gesetzlich vorgeschriebenen Sicherheitsmaßnahmen einhalten, aber dein Gefühl für dich und deine Bedürfnisse sollte nicht verloren gehen! Dein Grund Lebensgefühl könnte fröhlich, freundlich, positiv und veränderungsbereit sein.

Vielleicht ist auch das eine geniale Auswirkung der Coronakrise und den verwirrenden Meldungen der angeblichen Fachleute: dass wir ENDLICH das Ende der Autoritätshörigkeit erreicht haben, die uns ohnmächtig als Lemminge weiter auf den Abgrund zulaufen lässt, ohne dem eigenen Gefühl zu trauen!

Trau endlich dir und deinen Wahrnehmungen, nimm sie wahr und für wahr! Denn das sind die einzigen und wichtigsten Gefühle in deinem Leben, denen du trauen solltest!

Denn die Sache mit dem Vertrauen ist **doch** ganz einfach! Wenn du DIR wirklich traust, brauchst du keine externen uniformierten Autoritäten!

Juli 2020

Spruch: Ein richtiger Gedanke kann alles verändern!

Bande: Leben ist, was du daraus machst!

Kennst du den Satz: Deine Gedanken erschaffen deine Welt? Ich nenne es Bewusstseinsentwicklung, wenn wir endlich leben, was uns die Quantenmechanik schon lange beweist! Das Corona Virus war und ist uns eine große Hilfestellung bei diesem kollektiven Prozess. Es hat uns geholfen bewusst und wacher zu werden und Altes und Belastendes loszulassen.

Und unsere Entwicklung geht weiter und Eins ist sicher: wir werden nicht wieder die alten Zustände bekommen!

Was in dieser veränderten Zeit wichtig ist zu wissen: dass Alles was du denkst, sehr schnell zu deiner Realität wird. Schau, wie es in der Vergangenheit mit Corona geschehen ist. Es ist alles zu Tage getreten, was du gehofft hattest, verstecken zu können. Alles Versteckte hat sich materialisiert!

Du wolltest schon lange deine Arbeit loslassen oder verändern und hattest nicht den Mut dazu? Jetzt steht dein Arbeitsplatz durch Corona in Frage und du musst dich ganz neu orientieren?

Du hattest schon immer tiefsitzende Ängste und jetzt nehmen sie durch Corona einen großen Teil deines Alltags ein? Angst krank zu werden, zu sterben, andere anzustecken, deinen Job zu verlieren, dich falsch zu verhalten, kein Geld mehr zu haben?

Du wolltest schon lange dein Essverhalten in Frage stellen und weniger Fleisch zu dir nehmen, aber dazu warst du bisher zu bequem? Jetzt ekel dich aktuell die Berichte von unseren Fleischproduzenten wegen des Corona Virus an und du suchst nach neuen Wegen gesund zu essen?

Du hattest ein schlechtes Gewissen, weil du schon wieder einen Urlaub auf einem Luxusliner gebucht hattest und die Buchung wurde wegen Corona jetzt storniert? Du fühlst dich schon seit deiner Kindheit gegängelt und bevormundet und das Maskentragen wegen des Corona Virus erinnert dich und macht dich tierisch wütend?

Der drohende Impfzwang macht dir Angst und du fühlst dich ausgeliefert und ohnmächtig? Du hörst unendlich viele Verschwörungstheorien und weißt noch gar nicht, wem du zuerst glauben sollst?

Du spürst deine innere Wut und Orientierungslosigkeit wegen Corona, die du in deinem normalen Alltag vorher schon oft überspielt hast?

Schau hin und kläre deine ganz individuellen Themen!

Für mich bringt Corona der gesamten Menschheit die Bewusstseinsveränderung, die lange überfällig war. Wir erleben es sowohl im privaten Umfeld als auch auf den großen gesellschaftlichen, politischen Bühnen der Welt. Natürlich sind die individuellen Auswirkungen nicht auf die leichte Schulter zu nehmen und belasten den Einzelnen extrem. Das ist klar und braucht Raum und Verständnis.

August 2020

Spruch: You may say I'm a dreamer, but I'm not the only one!
Perhaps someday you'll join us, and the world will live as one! (*John Lennon*)

Bande: Gemeinsam geht's

Auch wenn wir gerade in der sommerlichen Mitte des Jahres schwelgen, so ist es für mich wichtig, **dass Du dich besonders jetzt um Dein eigenes Herz bemühst! Meistens kommen wir dem Thema Herz ja in der Weihnachtszeit näher, aber durch die weltlichen Ereignisse, Corona und alle anstehenden Veränderungen, braucht unser Herz ein wenig Zuwendung, damit es stark und bewusst als Orientierung für den Wandel der Zeit dienen kann.**

Unser Denken, und dementsprechend auch unser Handeln, ist auf Polarität und Trennung ausgerichtet. Mit unserem Verstand können und müssen wir unentwegt trennen und urteilen. In dem Augenblick, in dem wir Weiß denken, gibt es dazu entsprechend das Schwarz. Wenn wir Liebe Denken gibt es zeitgleich Krieg und Hass und wenn wir Heilung denken, erscheinen Krankheit und Leid. Nur unser eigenes Herz kann uns aus diesem Dilemma führen. Nur in unseren Herzen können wir die wahre Mitte, frei von Urteil und Verletzung, erkennen und leben.

So viele spirituelle Menschen kommen und sagen: Ich bin doch vollkommen in meinem Herzen, warum klappt nicht, was ich mir vorstelle?

Leider *denken* wir allzugerne, wir seien im Herzen, das ist unsere aktuelle Herausforderung!

Das Ergebnis, wenn wir wirklich in unserem Herzen sind, ist die **Allumfassende Liebe in Wort und Tat!** Doch unsere Umgebung ist gespickt mit Konflikten, Trennung, Aggression, Projektion, Wut und Ablehnung und zeigt uns, wie weit wir von diesem heilenden und heilen Zustand noch entfernt sind.

Mach deine ganz individuellen Schritte hin zu deinem Herz. Verbinde dich, meditiere, werde wieder zum Kind, fühle, geh in die Natur, denn dort bist du frei von den strukturierenden und trennenden Energien deiner Gedanken. Nimm dir Zeit für dich und genieße Ruhe und Entspannung. Ja, verbinde dich mit der Energie eines Baumes, auch wenn alle anderen lachen! Du wirst spüren, wie wohltuend und bewertungsfrei seine Energie ist!

Finde die Ruhe in dir, die dich erinnern lässt, an deinen Ursprung. Lass Dir nix erzählen von selbsterwählten Gurus. **Dein Herz ist dein wichtigster Maßstab in deinem Leben. Lerne einfach, ihm zu vertrauen!**

Ich denke wir sind auf einem guten Weg in unsere gemeinsame Zukunft.

*Du wirst vielleicht sagen, ich sei ein Träumer,
aber, ich bin nicht der Einzige.
Ich hoffe, eines Tages wirst auch du einer von uns sein,
und die ganze Welt wird eins.
(sinngemäße Übersetzung Titel oben)*

September 2020

Spruch: Wer seine Freiheit aufgibt, um Sicherheit zu erlangen, wird am Ende beides verlieren!

Bande: Freiheit ist ein hohes Gut

Freiheit ist ein Begriff, der wahrscheinlich für die meisten Menschen individuell, aber dennoch fest definiert ist. Schon der englische Philosoph John Stuart Mill hat die Freiheit als hohes Gut bezeichnet, dass es zu verteidigen gilt. Freiheit wird laut Wikipedia wie folgt beschrieben: Freiheit wird in der Regel als die Möglichkeit verstanden, ohne Zwang zwischen unterschiedlichen Möglichkeiten auszuwählen und entscheiden zu können. In der abendländischen Rechtstradition ist der Begriff der Handlungsfreiheit zentral: Das Handeln einer Person gilt als frei, wenn es dem Willen dieser Person entspricht. Die Handlungsfreiheit kann von äußeren Umständen wie Zwang durch Andere beschränkt oder aufgehoben werden.

Ich möchte hier ein paar Gedanken zu diesem wichtigen Thema aus energetischer Sicht auf den Weg geben. In unserer demokratischen Gesellschaft verstehen wir die Freiheit seit einigen Jahrzehnten als grundlegende und selbstverständliche Qualität. Aber mit der Freiheit ist es wie mit vielen anderen Dingen unseres Alltags: man spürt erst so wirklich, wie wichtig sie sind, wenn man sie nicht mehr hat. Die gute Luft, die Ruhe in der Natur, das tägliche Frühstück und viele andere Beispiele gibt es, bei denen es einem so gehen kann! Fehlen sie, dann fehlen sie! Sind sie selbstverständlich da, nimmt man ihre selbstverständliche Anwesenheit nicht wahr.

Freiheit, ja, haben wir! Solange sie selbstverständlich da war, haben wir nichts von ihr gemerkt! Inzwischen gibt es jedoch so einige Zustände in unserem Alltag, bei denen sich langsam das Fehlen der Freiheit bemerkbar macht, weil sie durch mehr oder weniger notwendige Umstände von außen beschränkt wird. Unser Drang und Bedarf nach dem unbekümmerten „Frei sein“ steht in Frage, zum Schutze und Wohle der Gesellschaft.

Die Zeit und natürlich das Corona Virus fordern uns auf, uns in unserem individuellen Umfeld mit unserer ganz persönlichen Freiheit zu beschäftigen. Und vor Allem aber auch mit unserer bisher eher selbstverständlichen Haltung zu unserer Freiheit. Und vielleicht auch damit, warum wir jetzt gerade diese Situationen erleben. Jeder kann für sich bewusst seine Situation **aktiv und konstruktiv ändern!**

Die Einschränkung der persönlichen Freiheit, die wir gerade erleben, hat ein Ohnmachtsgefühl zur Folge. Da, wo man sich bisher unbedarft bewegt hat und sich frei und emphatisch begegnen konnte, gibt es unzählige Beschränkungen, denen wir uns fügen müssen! Die Mimik, die uns Menschen so menschlich macht und der Sozialisierung dient, bleibt verborgen hinter meistens blauem Vlies. Die Atmung, die uns nicht nur Sauerstoff, sondern auch wichtige Lebensenergie liefert, wird gebremst! Ein Impfwang droht, der einen extremen Eingriff in die eigene körperliche Gesundheit bedeuten kann. Es gibt Ausgrenzung, wegen nicht durchgeführtem Corona Test. Meidung wegen nachgewiesener Infektion kann zum Thema Mobbing ausarten. Die körperliche Nähe, die für unser Wohlbefinden, für die Stärkung unseres Immunsystems lebensnotwendig ist, wird verboten. Alte Menschen, die einem am Herzen liegen, vereinsamen. Kinder bekommen für ihr Leben prägend vermittelt, dass andere Menschen eine Gefahr für die eigene Gesundheit sind! Man sitzt zum Teil überfordert im Home-Office, manch einer hat sogar seine Arbeit verloren. Die Themen kennt seit einem halben Jahr jeder, mehr oder weniger selbst betroffen, aus seinem direkten Umfeld.

Durch all die, mehr oder weniger berechtigten, Reaktionen auf das Virus werden Ohnmachtsgefühle erzeugt! Energetische Ohnmachten haben die Eigenart, dass, wenn man einmal drinsteckt, die Energie immer weiter absinkt und man weiter an Energie verliert, bis man am Ende explodiert, weil man das ohnmächtige Gefühl nicht mehr ertragen will.

Vor der heilsamen und kraftbringenden Explosion, die die Ohnmacht löst und die einen zurückbringt in die Eigenverantwortung, stehen interessante Phänomene: das heimlich Tun, das Denunzieren, das Verraten! Denn, wenn ich mich ohnmächtig einer Verordnung füge, versuche ich heimlich meinen kleinen privaten Aufstand! Wenn ich nicht kontrolliert werde, handle ich anders als es erwünscht ist! Um dies zu verhindern gibt es dann Kontrolle, Ordnungsstrafe, Bußgeld und Ächtung. Und, muss ich mich ungewollt fügen, will ich, dass andere sich auch fügen, und ich mantel mich zum Kontrolleur und Verräter auf! Damit entkomme ich einen Augenblick lang meinem Ohnmachtsgefühl und fühle mich mächtig. Wir kennen all das gut, immer wieder aus der Geschichte. Denn alte Gesellschaftssysteme lebten von und durch diese energetischen Ohnmachtsphänomene! Die Aggressionen, die wir gerade überall erleben und auch spüren können, sind der kollektive Ausbruch aus den erzeugten Ohnmachten! Corona trägt auf diese Weise zu Entwicklung des Bewusstseins bei. Und es trägt dazu bei, dass wir unsere Freiheit zu schätzen lernen!

Wann explodierst du? Wann fällst du die Entscheidung, nicht ohnmächtig sein zu wollen? Eine eigene Entscheidung zu fällen ist nämlich der einzig sinnvolle Ausstieg aus einer Ohnmacht. Zu erkennen, welche Anpassung und Gehorsam wann für dich sinnvoll ist und wie **du** dein Leben leben willst, um dann entsprechende Entscheidungen zu fällen. Wie ist deine Einstellung zu Krankheit oder Gesundheit? Wie willst du mit deinen Mitmenschen umgehen? Wie willst du, dass mit dir umgegangen wird? Kannst du die Beschränkungen ertragen? An was erinnert dich das? Wie willst du in Zukunft arbeiten? **Nutze täglich und bewusst deine Kraft der Entscheidung.** Beziehe Stellung zu dir, ohne ungerecht zu polarisieren und aggressiv zu sein! **Spüre deine Eigenverantwortung!** Denn nur mit dem bewussten Umgang von jedem von uns, kann es einen friedvollen Weg aus der ohnmächtigen Corona Krise geben.

Es gibt einen sehr passenden Spruch: Gib mir die **Gelassenheit** Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den **Mut** Dinge zu ändern, die ich ändern kann und die **Weisheit**, das eine vom anderen zu unterscheiden.

Oktober 2020

Spruch: Im Kongresstival ist **Würde** kein Konjunktiv!

Bande: Mensch sein!

Würde. Jeder Mensch hat sie. Sie wirkt wie ein energetischer Schutzmantel für unsere Seele. Würde gibt Halt im Leben und ist sehr wichtig für unser Überleben als Mensch. Ohne sie wäre unser Leben nicht denkbar. In unserer intellektuell betonten Kultur ist die Bedeutung der Würde ins Hintertreffen geraten. Wenn man selbst für das Thema Würde sensibel wird, eröffnen sich neue Wahrnehmungsebenen und man spürt, dass die Würde es wert ist geachtet und gepflegt zu werden; nicht nur die Würde anderer Menschen und allen Lebens, sondern **vor allem die eigene Würde.**

Das Wort „Würde“ ist sprachgeschichtlich verwandt mit dem Wort „Wert“. Die Würde gehört zur Grundausstattung des Menschen und jeden Wesens, der gesamten Schöpfung. Die Würde ist ein tiefes, intensives Gefühl. Eine Herzenssache sozusagen. Sie ist kein intellektuelles und auch kein materielles Konstrukt. Deshalb ist sie oft für uns Menschen so schwierig sie zu begreifen. Denn Würde ist etwas, das jeder nur in sich selbst spüren kann, oder eben nicht! Wären wir rein materielle Wesen ohne geistige oder seelische Anteile, hätten wir vermutlich keine Würde. Vielleicht ist die Würde der entscheidende Unterschied zwischen Menschen und Robotern?

Das Wahrnehmen der Würde, die sich unter Anderem ausdrückt als Achtung vor dem Leben, beginnt bei der eigenen Person: Sage ich ‚Ja‘ zu mir selbst, nehme mich selbst bedingungslos an und liebe mich so, wie ich bin? Mit allen meinen guten und schlechten Seiten, die alle ein Ausdruck meiner Persönlichkeit sind? Fühle ich einen tiefen, inneren Frieden? Oder bin ich ‚un-zufrieden‘? Befinde mich im ständigen Kampf mit mir selbst, hadere mit mir, verurteile mich und setze mich unter Druck? Dann gehe ich würdelos und unachtsam mit mir selbst um.

Dann fällt es mir folglich schwer, mit anderen Menschen achtsam und würdevoll umzugehen. Denn was ich mir selbst nicht zugestehe, entdecke ich in meinem Gegenüber als Fehler, für den ich ihn verurteile. **Der ständige Kampf in meiner inneren Welt findet immer einen Ausdruck in der äußeren Welt:** „Wer immerzu das Gefühl hat kämpfen zu müssen ist blockiert und kann keine positive Veränderung bewirken. Denn durch Kampf entsteht Druck und Druck erzeugt immer Gegendruck. So kommt es zu Verletzungen, Gewalt und Krieg. Und Kriege, gleich welche Themen die Ursache sind, sind würdelos, denn sie missachten das Leben und das Recht ein jeden Menschen einfach sein zu dürfen. Kriege zerstören die Menschen, die Umwelt, die Tiere und die Würde.

Auch der Alltag mit unseren Kindern ist oft bereits von Kampf geprägt. **Erziehung bedeutet: ungeachtet der Bedürfnisse des Kindes, Anpassung bis zur Selbstverleugnung!** Wir wollen die Kinder so zurechtbiegen, wie es uns passt und in unserer Familie Tradition ist. Erziehung ist immer die Weitergabe der eigenen Beschränkungen! Natürlich wollen wir Alles besser machen als die Generationen vor uns, vergessen aber leider, dass wir die Altlasten energetisch ungefiltert weitergeben, da unser Unterbewusstsein wirkt und miterzieht. Zur Not verabreicht man den unangepassten Kindern Medikamente, damit sie kein unerwünschtes Verhalten an den Tag legen. Ohne zu erkennen oder zu respektieren, dass Kinder eigenständige Wesen sind, die ihren Weg suchen und Erfahrungen machen möchten, nehmen wir ihnen auf diese Weise ihre Würde. **Grundsätzlich ist das Fehlen der Würde in allen Lebensbereichen zu beobachten** und der einzige Ausweg ist, mit sich selbst einen neuen, nachhaltig achtsamen und würdevollen Umgang zu finden. Sich der Existenz der Würde bewusst zu werden, sich Gedanken über den Sinn des Lebens zu machen und den eigenen Sinn zu finden.

Wer sein Leben in Würde führen möchte und eine würdevolle Umgebung schaffen will, kann nur bei sich selbst beginnen. Man kann liebevoll mit sich selbst umgehen, seinen Körper schätzen und achten, seine Signale wahrnehmen und danach handeln. Man kann sensibel werden, gegen die oft würdelosen eigenen Handlungen.

Schafft du es, das eigene Bewusstsein zu schärfen, kämst du niemals auf die Idee die Grenzen und die Würde eines anderen Menschen zu verletzen. So wie man sich selbst liebt und achtet, wird man immer auch seinem Gegenüber respektvoll begegnen. „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“, ist hier ein bekannter und in seiner Wichtigkeit unterschätzter Satz. Andere Menschen sein lassen, jeden achten, wie er ist und ihm seinen Raum geben, so wie auch du selbst geachtet werden willst, ist ein Ziel.

Aktuell:

Unsere aktuelle Realität strotzt vor Würdelosigkeit, vor Fakenachrichten, vor Missachtung, vor Missbrauch und Zerstörung und wir alle sind in unseren eigenen

Empfindungen in Bezug auf das eigene Leben anscheinend total abgestumpft. Wir erleben Übergriffe tagtäglich auf allen Ebenen und in allen Lebensbereichen und hoffen, dass wir selbst „wissen was stimmt“ und verschont bleiben, aber dabei fehlen die eigenen Maßstäbe zur Orientierung.

Ich denke jeder von uns sollte aktiv werden, nicht kämpfen, sondern bewusst sein, wie sehr wir uns ständig selbst verletzen. Denn wir Menschen sind soziale Wesen. Wir erleben eine äußere Welt als unseren inneren Spiegel, und können im Außen sehen, wie unsere eigene Würde und der gesunde Menschenverstand im Inneren verloren gehen.

Mit dem Würde-Kongresstival will ich erinnern und Türen öffnen zu einem neuen Bewusstsein, nachhaltig, für eine neue Zeit!

Komm mit dir selbst in Kontakt. Fühle, was es bedeutet Mensch zu sein. Das ist mir und dem Vision Würde Team ein tiefes und ernsthaftes Bedürfnis und ist drängender als je zuvor!

Mach dir bewusst, was Würde für dich bedeutet und nimm gerne auch jetzt noch an unserem Kongresstival teil. Du kannst auf [VisionWuerde.de](https://www.visionwuerde.de) sehr gerne deine Energie sinnvoll in Form von Geld in unsere Vision-Würde Arbeit einfließen lassen.

November 2020

Spruch: Nimm dir deine Macht zurück!

Bande: Stell dich und deine Bedürfnisse in den Fokus!

Nimm dir einen Moment Zeit und lass mal deine gesamte Lebenssituation, in der du gerade steckst, Revue passieren. Wie geht es dir? Wahrscheinlich spürst du einen tiefen inneren Frieden und ein Bedürfnis nach Ruhe? Geh diesem Gefühl nach und nimm dir reichlich Zeit dafür!

Es gibt durch die äußeren Bedingungen gerade unterschiedliche Ebenen, in denen wir alle im Alltag unterwegs sind.

Zum ersten sind es die Anforderungen und Veränderungen, die von außen an uns herangetragen werden, durch die sich ständig verändernden Vorgaben der Regierung. Ganz gleich, ob uns die Vorgaben gefallen, wir sie verstehen können, gutheißen oder ob wir sie ablehnen, missachten oder wütend sind. Wir müssen alle in irgendeiner Form damit umgehen. Keine Kontakte mehr, keine Gaststättenbesuche, Fitnessstudios, Cafés, kein geselliges Beisammensein, vielleicht erneut Homeoffice und Quarantäne? Das triggert individuell sehr verschieden. Manch einer wird zum Kämpfer, ein anderer versinkt in Resignation.

Dann gibt es dein ganz individuelles Umfeld. Hast du Angst krank zu werden, nicht mehr versorgt zu sein, an Einsamkeit zu verzweifeln, der großen Leere zu begegnen? Dich mit deinen Freunden zu verkrachen, weil ihr so unterschiedlich über Corona denkt und fühlt? Keine Arbeit mehr zu haben? Nicht in Urlaub fahren zu dürfen?

Aber du merkst auch, dass deine Klärung dich befreit, dass die Zwangsrufe ganz angenehm sein kann. Dass du endlich Dinge tun kannst, die du schon lange aufgeschoben hast. Dass Ausschlafen sehr erholsam sein kann und dass du nicht mehr Gefahr läufst, dem Shoppingkonsum zu verfallen, weil es einfach keinen Spaß mehr macht! Endlich gibt es vielleicht für dich wirklich beschauliche Weihnachten, ohne den oft für viele zwanghaften Familienstress.

Meistens ist es gut, dass wir im Vorhinein nicht wissen, wie sich die Dinge im Leben verändern. Ein schlauer Spruch sagt: **„Du musst dein Leben vorwärts leben, kannst es aber nur rückschauend verstehen!“**

Wenn uns im vorigen Herbst jemand gesagt hätte, was im Jahr 2020 alles passiert, hätte sich das wohl niemand vorstellen können, selbst zum Glück die großen Gurus und Propheten nicht, deren Aussagen auch immer nur so gut sind, wie sie ihre eigenen Ängste und Blockaden bearbeitet haben.

Und es ist ganz gut, dass wir nicht wissen, was sich in den nächsten Wochen noch so alles für uns verändern wird. Die Hochphase des Wandels kommt nämlich erst noch. Der Wandel ist nicht das Corona Virus, **sondern das Virus selbst ist nur ein Symptom der eigentlichen energetischen Veränderungen auf unserem Planeten die stattfinden.**

Diese energetische Ebene, die alles bestimmt, aber nicht von der Wissenschaft erkannt und schon gar nicht anerkannt wird, bestimmt unsere eigentlichen Veränderungen. Alle Schwingungen in unserem gesamten System heben sich an. Es kommen u.A. gigantische Sonnenstürme auf uns zu, die die Welt in Bewegung bringen. Und wir alle sind mit unseren Energiefeldern Teil davon. **Das Corona Virus ist, wie es bei allen Erkrankungen bei uns Menschen ist, bereits unsere Heilung.** Eine Erkrankung macht einen immer auf eine Blockade auf energetische Ebene aufmerksam, um sie zu lösen. Durch das Virus werden wir aufmerksam auf unsere eigentlichen Blockaden. Lösen wir die Blockaden, sind die Veränderungen leicht, das System heilt. Halten wir an den alten Mustern, an Macht, Gier und Traditionen fest, tut Veränderung weh, (und es braucht eine zweite, dritte Welle!). **Stattdessen werden die energetischen Prozesse auf jeden Fall, mit oder ohne Schmerzen, das ist vollkommen deine eigene Entscheidung.**

Ein Beispiel: Noch vor kurzer Zeit war es so, **dass Macht und Ohnmacht unsere Weltläufe bestimmt haben.** Hier haben in den letzten Monaten große Veränderung stattgefunden. Die **Ohnmächtigen steigen endlich aus ihren Ohnmachten aus und behaupten sich.** (Unsere alten politischen Machthaber sind die letzten Auslaufmodelle, keine Sorge!) In allen Lebensbereichen lösen sich die Ohnmachten mehr und mehr, was sich überhaupt nicht nur angenehm anfühlt. Denn wenn es keine Ohnmacht mehr gibt, hat die Meinung eines jeden Menschen Gewicht. Vieles brauchen wir dann nicht mehr, was sich durch das Spiel von Macht und Ohnmacht über Jahrhunderte fix definiert hat, aber wir haben noch keine neue Form gefunden für diese Veränderung. Unser gesamtes Finanzsystem, die Religionen, unsere Medizin, unsere Politik, unsere Wirtschaft, all unsere Weltbilder kommen ins Wanken, Wir sollten mit Bewusstsein umsteuern, indem

wir die Macht loslassen und erkennen, dass wir alle verbunden sind und wir alle gleichberechtigt sein können. Alles ist tatsächlich EINS!

In Zukunft macht sich jeder sein eigenes Bild, online, vernetzt, es gibt Meinungsfreiheit, Desorientierung, der Nachteil: es gibt Meinungsfreiheit! Es gibt kein Richtig und kein Falsch: es gibt alles, urteilslos. Beurteilen und abwägen muss jeder selbst. Was sind die Maßstäbe? Die wird es von außen nicht mehr geben! **Dein Herz ist dein Maßstab!** Und dein Maßstab gilt ausschließlich für dich!

Hier möchte ich den Bogen zu meinen Seminaren schwingen!

Ich bin (schon immer) meiner Zeit voraus! Ich biete wohlwissend seit über 20 Jahren energetische Seminare, bei dem all die Faktoren, die jetzt bei jedem Menschen eine Rolle spielen, angeschaut und bearbeitet wurden. Meine Seminare waren und sind die beste Voraussetzung, die aktuelle Zeit und die Zukunft kraftvoll zu leben. Denn alle Blockaden können erkannt und gelöst werden. Ohnmacht war gestern! **Das eigene Herz als Maßstab zu gewinnen, auf sich selbst zu vertrauen, zu wissen, wie die Dinge energetisch zusammenhängen, die Resonanzen des Alltags zu verstehen, das eigene Leben aus einer höheren Warte anzuschauen, den Seelenweg entdecken, die Metaebene fühlen, leben, Grenzen setzen, Eigenverantwortung leben, sich selbst erkennen, vertrauen, all das und noch viel mehr sind die Themen meiner Seminare.** Nicht analytisch auf der psychologischen Ebene, das wäre Oldschool, sondern rein auf der energetischen Ebene. Wertungsfrei, wachstumsorientiert, zeitgemäß!

Dezember 2020

Spruch: Lass die Vergangenheit sterben, sonst lässt sie dich nicht leben!

Bande: Jetzt gilt's! Du hast es selbst in der Hand!

Aufbruch

Ich habe gerade einen Text mit dem Titel „Aufbruch“ für das Maas Magazin 2021 geschrieben. Und ich denke dieser Titel passt auch ganz hervorragend in die angebrochene Adventszeit! Denn in diesem Jahr handelt es sich in der aktuellen Zeitqualität wirklich um einen Aufbruch, den wir zum Glück selbst aktiv gestalten können und sollten.

Viele Menschen spüren endlich, dass das Coronavirus am Ende nur ein Symptom ist, **für den eigenen Aufbruch in vielen Lebensbereichen!** Die Nachrichtenflut hat es geschafft, eine gewisse Stumpfheit zu erzeugen. Zum einen, weil man sich in der Unmenge der Meldungen nicht mehr orientieren kann, zum anderen aber auch, weil es nur belastende und negative Informationen gibt, nicht aber eine Perspektive geschaffen wird, wie man positiv und kraftvoll mit dem Leben umgehen kann!

Also macht man sich am besten selbst auf die Suche und lässt die ganzen Politiker, Wissenschaftler, Verschwörungstheoretiker und Schwarzmalen hinter sich!

Es ist doch ganz schön, wenn man zu diesem Weihnachtsfest ganz besinnlich ohne den großen Einkaufsstress wirklich zu sich findet? Keine großen Fahrten plant, keine Besuche mit Überfülle an Essen und Geschenken! Wenn wir es über 2020 Jahre nicht verstanden haben was Weihnachten wirklich bedeutet, gibt uns das Virus jetzt vielleicht einen Schubs in die richtige Richtung? **Das Herz zählt, nicht das Außen, der Schein, die Masse und der unendliche Konsum!** Bist du wirklich bereit diese Botschaft anzunehmen, oder köpfst du wie üblich den Boten und willst die eigentliche spirituelle Botschaft hinter dem Coronachaos noch immer nicht hören? Wie viele Wellen brauchst du?

Aufbruch bedeutet für mich in diesem Sinne, einen Aufbruch der alten verkrusteten traditionellen religiösen Muster und Verhaltensweisen. Wichtiger noch: den Aufbruch aus unserem alten wissenschaftlichen Denken, das das Fühlen und den „gesunden Menschenverstand“ bisher ausschließt! Denn unser Herz sollte jetzt einen neuen Raum einnehmen. Nicht das materielle Herz, sondern das ideelle Herz der Liebe, der Verbundenheit, der Menschlichkeit, der Fülle an Freude und der Erinnerung an das eigentliche Menschsein! Kann doch so richtig kraftvoll von Innen erfüllend werden, das diesjährige Weihnachtsfest?

Ich bin dabei! Du auch?

Ich möchte dir hier aber auch noch eine kleine Hilfestellung geben, wenn du so für dich feststellst, dass du die energetischen Wandel, der gerade stattfindet, so gar nicht spüren kannst. Immerhin ist die hochfrequente Bewusstseins-Ebene die Ursache unserer Veränderungen, Corona ist der Bote und unser Körper ist die materielle Ebene, die wie immer ein wenig hinterherhinkt, weil wir sie nicht wirklich ernstnehmen.

Hier kannst du dir selbst auf die Sprünge helfen, denn folgende Fakten blockieren deine Leichtigkeit für die Prozesse auf der materiellen Ebene:

Alle, alle, alle Formen von Medikamenten

Alle jemals im Leben genommene Antibiotika (Langzeitwirkung!)

Impfungen

Alkohol, Zigaretten und andere Suchtmittel

Weißer Zucker und Fleisch

Nahrungsergänzungsmittel

Schlafmittel

Informationsflut, Verwirrung, Bewertungen und alles was ablenkt von dir!

Was dir hilft, den Wandel zuzulassen:

Ruhe

Besinnung

Kontemplation

Gefühl

Wärme

Meditation

Natur

Dankbarkeit
Würdevoller Umgang
Bewusstsein
Vertrauen
Ständiges Verbundensein und „Alles ist Eins“ fühlen
Alle Projektionen und Spaltungen loslassen
Eigenverantwortung
LIEBE

Ich wünsche dir für die Vorweihnachtszeit von Herzen alles Liebe und Sensibilität,
viel Bewusstsein für deinen individuellen Weg und Kraft für die Veränderungen
der Welt.
Deine
Stefanie