



Dienstag, 30. Juli 2019, 12:00 Uhr  
~18 Minuten Lesezeit

## Heilsame Verwandlung

Wenn wir die Kunst bewusster Transformation erlernen, vermeiden wir, dass uns erst harte Schicksalsschläge auf die Spur bringen. Teil 2/3.

von Isabelle Krötsch  
Foto: frankie's/Shutterstock.com

*Wir geraten individuell und kollektiv immer mehr außer Atem. Aber auch die Bewusstseins-Frequenz erhöht sich. Oft ist man Spielball der Rahmenbedingungen, der Gewohnheiten und Prägungen, und erst existentielle Ereignisse schenken einem die Möglichkeit, aus dem Hamsterrad auszusteigen und sich der Zusammenhänge neu bewusst zu werden. Heilsamer wäre es, dieses innere und äußere Klären und Aufräumen selbstverständlich in unser Leben zu integrieren.*

**Die MetAMORphose ist nicht nur individuell einsetzbar, sie kann** auch bei kollektiven Prozessen und auf gesellschaftlicher Ebene Wunder wirken. Da es durch die jahrhundertelangen Gräueltaten im Namen von Religionen wie auch von (atheistischen) Ideologien sehr viele unaufgelöste Traumata im gesellschaftlichen Kollektiv-Feld gibt, ist es eine große Aufgabe der gegenwärtigen Menschheitsfamilie – wenn sie wirklich Frieden erreichen möchte –, an der Auflösung und Transformation dieser Kollektiv-Traumata mitzuwirken. Eine persönliche Umgangsform, inspiriert von Armin Risi (1) und Christina von Dreien (2).

## **Der Kampf um die Seelen spitzt sich zu**

Immer wieder den Blick fürs Ganze im Auge behalten, während man sich gleichzeitig ganz auf das eigene Leben im Hier und Jetzt einlässt, ist ein wichtiger Aspekt unserer Bewusstseinsentwicklung. Das gilt nicht nur für die eigene Gesundheit, sondern in gleichem Maße für die kollektive Schwingung und gesellschaftliche Heilung der Wunden im *Kollektivfeld*. Schon längst gibt es nicht nur Kriegsschauplätze im Äußeren.

Der Krieg nach Innen wird durch Angst und Spaltung generierende Medien und Politik sowie Zerstörung der Natur – Vergiftung von Luft, Wasser und Erde – effektiv geführt. Doch in gleichem Maße, wie die Manipulation und Machenschaften im *Dunklen* zunehmen beziehungsweise durch mutige Aufdeckungsaktionen – wie etwa jenen von WikiLeaks – immer sichtbarer werden, wächst auch das Urvertrauen, die Zuversicht und der tiefe Glauben an das Gute, an die allumfassende und *bedingungslose Liebe* Gottes im Kollektiv-Feld. Durch unseren persönlichen Einsatz erweitern und verfeinern wir dieses lichtvolle und heilsame Feld, das mehr Macht hat, als wir zu träumen wagen. Genau deshalb wird ja so viel Angst gesät, weil

wir mit unserem Bewusstsein so unglaublich stark sind. Unser Herz ist, gepaart mit unserem Bewusstsein, ein ordnungsstiftendes Umpolungsorgan.

*„Unsere größte Angst ist nicht, unzulänglich zu sein.*

*Unsere größte Angst ist, grenzenlos mächtig zu sein.*

*Unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, ängstigt uns am meisten.*

*Wir fragen uns: Wer bin ich denn, dass ich so brillant sein soll?*

*Aber wer bist du, es nicht zu sein?*

*Du bist ein Kind Gottes.*

*Es dient der Welt nicht, wenn du dich klein machst.*

*Sich klein zu machen, nur damit sich andere um dich herum nicht unsicher fühlen,*

*hat nichts Erleuchtetes.*

*Wir wurden geboren, um die Herrlichkeit Gottes, der in uns ist, zu manifestieren.*

*Er ist nicht nur in einigen von uns, er ist in jedem Einzelnen.*

*Und wenn wir unser Licht scheinen lassen,*

*geben wir damit unbewusst anderen die Erlaubnis, es auch zu tun.*

*Wenn wir von unserer eigenen Angst befreit sind,*

*befreit unsere Gegenwart automatisch die anderen.“*

*(Marianne Williamson, „A Return To Love“).*

Wenn wir aus unserem Herzen heraus fühlen, denken, sprechen und handeln, steht uns das volle Potential der vereinten Naturgesetze zur Verfügung, das weit über die Fähigkeiten unserer sichtbaren Sinne reicht. In Harmonie mit den vereinten Natur- und kosmischen Gesetzen zu sein und zu handeln, ist eine Machtebene, die gar nicht missbraucht werden kann, denn sie ist nur *in Liebe* zugänglich und nutzbar.

## **Vertrauen und Glaube**

Das, was wir glauben, wird (in uns) manifestiert. Das, was uns trifft, be-trifft uns. Der Glaube an das Gute, an den Frieden, an die Liebe, die eigene Gesundheit und die göttliche Ordnung schafft, manifestiert, materialisiert göttliche Ordnung. Klingt eigentlich ganz einfach und ist auch vollkommen natürlich. Mit *göttlicher Ordnung* meine ich persönlich das, was dem Schönen, Wahren, Guten dient und sich aus dem Herzen heraus als stimmig anfühlt, was keinem anderen Lebewesen schadet und eine Harmonie fürs Ganze darstellt.

***Ein sehr wirksames Mittel zur inneren und äußeren Gesundheit, zum friedfertigen und harmonischen Wandel der Welt und Mutter Erde ist es, die Menschen, die Böses tun – also wider diese göttliche Ordnung handeln –, nicht zu verteufeln, sondern ihnen zu vergeben und für sie zu beten.***

So bekommen sie – feinstofflich – den Möglichkeitsraum, ihren Irrtum zu erkennen, zu bereuen und ihr Verhalten zu ändern. Wir schaffen auf diese Weise einen Resonanzraum der Heilung und schützen gleichzeitig auch uns selbst vor schädlicher Ausstrahlung. Das mutet nicht ganz einfach an. Wie kann man jemandem, der verbrecherisch und gewalttätig handelt, vergeben? Indem man zwischen Tat und Täter unterscheidet. Vergeben heißt nicht gutheißen und auch nicht vergessen. Vergeben werden muss ja nur da, wo etwas nicht harmonisch, heilsam, friedfertig und sinnreich läuft.

Der Geistheiler Bruno Gröning, der im Nachkriegsdeutschland wegen seiner geradezu biblischen Heilungen bekämpft wurde, fand zu diesem Thema auch eindeutige Worte: „Ich arbeite so, dass ich nicht einmal meinem größten Todfeind das Schlechte, sondern immer nur das Beste wünsche.“ Um auf dieser Ebene arbeiten zu können, heißt es: Augen auf – erkennen, was auf der Bühne der Welt gespielt wird. Die spaltenden Machenschaften nicht mit

eigenen Ängsten, Wut oder Zorn unterstützen. Nicht gegen das *Dunkle* kämpfen, sondern das *Lichtvolle* stärken und einfach – wo es geht – nicht mehr mitspielen bei diesem zerstörerischen Spiel.

Sich mit eigener innerer Haltung zu *ent-halten*, sich innerlich von Gewaltsamem oder Zerstörerischem zu distanzieren ist auch ein aktiver Standpunkt. Vergeben heißt nicht verdrängen oder negieren. Es geht also um die Ausrichtung des Geistes, mit welcher inneren Einstellung man etwas tut, sagt, isst und überhaupt ist, also um das Erkennen und die innerliche Entscheidung, ob man in Resonanz geht oder nicht.

Das Ablehnen einer Situation erfordert nicht unbedingt eine Äußerung im Außen. Man kann auch schweigend *nicht* einverstanden sein. Man muss für seine Meinung nicht unbedingt auf die Straße gehen, das wird sowieso leider oft instrumentalisiert. Es geht zum Beispiel darum, sich nicht nach den Meinungen anderer zu *richten*, sich von Nachrichten und Ansichten, die man nicht teilt, nicht „in Form“ bringen zu lassen – Vorgänge, die auch in den Worten *Information* und *Nachrichten* stecken.

Auf welche Weise wir das tun, ist unsere ganz persönliche Entscheidung, eine Entscheidung des individuellen freien Willens und – wie ich meine – inzwischen eine Frage des Überlebens. Denn bei allem Grauen, dem wir heute energetisch und faktisch ausgesetzt sind, sind wir gut beraten, nicht alles in unser Herz zu lassen. Und gleichzeitig sollten die eigene Überzeugung, Haltung und Handlung im Herzen *gegründet* sein.

Wegschauen ist keine Lösung, aber leider weit verbreitet, gerade auch in spirituellen Kreisen. Aber in volle Resonanz zu gehen durch Wut oder gar aktiven Kampf, ist auch kein sinnreicher Weg zum Frieden, sondern oft nur eine ohnmächtige Selbstrechtfertigung, um zu zeigen, dass man alles Menschenmögliche getan zu haben glaubt. Das bauchpinselt zwar das Ego, verschafft aber kaum

wirkliche Lösungen, da viele scheinbare Wege bereits zweckentfremdet anderen Zielen dienen als vorgegaukelt wird.

Sich gegen Unrecht zu verteidigen ist legitim, aber in der Sprache der Liebe. Auch hier ist Jesus ein gutes Beispiel, wenn er in der Wüste sagt: „Satan, weiche von mir!“, nachdem ihm der Teufel die Herrschaft der Welt angeboten hat. Er verteidigt und distanziert sich entschieden. Zudem gibt er dem Teufel dadurch keine Gelegenheit, sich weiter zu vergehen und verkürzt daher auch dessen „Leidens“-Weg, damit auch er wieder ins wirkliche Licht finde.

## **Liebe statt Angst – Leben statt Überleben**

Sich weder hinreißen noch provozieren zu lassen von den dunklen spaltenden Machenschaften, die nicht im tiefen Selbst gegründet sind, sondern im Ego derer, die davon profitieren, ist die eigentliche Stärke. Im Licht bleiben. Egal, was um uns herum geschieht. Und das göttliche Licht der allumfassenden Liebe nicht zu verwechseln mit dem künstlichen – luziferischen – Licht, das aus der Dunkelheit heraus das Licht zu definieren sucht. Dies ist eher ein innerer, erst einmal ganz unspektakulärer Vorgang, der aber einen klaren Geist erfordert sowie Mut und die Konsequenz, nicht mehr nach Macht zu spielen.

*Vergeben statt vergessen* kann hier auch heißen, den spaltenden Lebewesen den Möglichkeitsraum der Selbsterkenntnis und Reue zu geben, sie nicht zu verurteilen, sondern nur ihre Handlungen, das heißt zu *unterscheiden statt zu urteilen*. Da auch die spaltende Kraft über eine hohe, oft schillernde und verführerische Intelligenz verfügt, gehe ich davon aus, dass es wahrgenommen wird, wenn wir den freien Willen dieser Lebewesen respektieren und ihnen durch

unsere Liebe den Raum zum Innehalten, zur Umkehr, zur Reue anbieten und sie somit würdevoll behandeln. Diese kleinen Tropfen Lichtarbeit wirken manchmal wie Tropfen auf dem heißen Stein und werden einem nicht selten erst einmal als Schwäche ausgelegt.

Sobald wir aber dem, was wir als *böse* empfinden, Böses wünschen, gehen wir damit leider in Resonanz und steigen darauf ein, selbst wenn wir dieses Böse eigentlich bekämpfen wollen. Wir haben uns sicher alle schon mal von ganz harmlosen Bösartigkeiten provozieren lassen. Was ist zu tun, wenn es ganz dick kommt? Hier gibt es leider kein Patentrezept, nur eine Himmelsrichtung. Es kommt auch hier auf die Ausrichtung des Geistes an, sich immer wieder bewusst mit dem Göttlichen zu verbinden und zu vertrauen.

„Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch“, schreibt Friedrich Hölderlin. In besonders schwierigen Situationen hat man manchmal die Gnade, geführt zu werden. Hier gibt es fast unvorstellbare Berichte von Überlebenden aus dem Gulag und Konzentrationslagern, die uns ermutigen, daran zu glauben, dass es möglich ist. Unterdessen dürfen wir unsere ganze Herzenskraft dafür einsetzen, dass es anders kommt, denn steter Tropfen höhlt den Stein, auch den des Wunders, das wir dafür brauchen.

Es ist unser Beitrag als *lichtvolles Bodenpersonal*, mit den *unlichten*, zerstörerischen, gewaltvollen Strukturen und Energien bewusst nicht in Resonanz zu gehen, um sie nicht unwillentlich zu fördern. Wir haben nicht zu richten über andere Menschen, es reicht vollkommen, sie zu erkennen als das, was sie sind, und uns zu distanzieren. Wenn uns das gelingt, ist das schon eine echte Leistung! Wir dürfen dieses Richten abgeben an die geistige Welt, und so können wir trotz heftigster Rahmenbedingungen authentisch zufrieden und in Frieden sein.

***Nach uns selbst zu schauen, unseren (inneren) Garten zu pflegen, in der Mitte zu bleiben oder diese immer wieder***

**zu finden, und wo es geht, aus dem systemischen Hamsterrad auszutreten, das ist in heutiger Zeit schon ein echtes Kunstwerk.**

Entschleunigung ist ein probates Mittel, um festzustellen, wo man wirklich steht, was wirklich vor sich geht, worauf es ankommt, was ansteht. Wir erkennen durch den ruhigen Blick erst den Wahnsinn, den wir für Normalität gehalten haben. Wir können lernen, in dieser Welt zu sein, ohne von dieser Welt abhängig zu sein.

MetAMORphose betreiben heißt unter anderem auch, stellvertretend für andere das *Vergeben statt vergessen*-Ritual zu praktizieren. Etwa für jene, die sich eine solche Art der Entschleunigung nicht leisten können, weil sie im Überlebensmodus sind, verursacht durch die schwierigen Rahmenbedingungen ihres Lebensalltags. Oder für diejenigen, die in unseren Augen diesen ganzen Wahnsinn verursachen. Es ist manchmal eine heftige Herausforderung, für die zu beten, die es am nötigsten haben – also jene, die Mutter Erde und Menschen schänden und töten, die Schöpfung missachten und zerstören. Aber es ist meiner Erfahrung nach eine sehr effektive Methode, den Weg für den wahren Frieden – und damit auch für die eigene Gesundheit – zu ebnen.

Wenn man dieses Ritual in seinem eigenen Umfeld ausübt, erzielt man schnell eine sichtbar positive Wirkung. *Wie im Kleinen, so im Großen*. So macht es also durchaus Sinn, dies auch in größeren Zusammenhängen zu tun und dabei sehr konkret die gewünschten Themenbereiche zu visionieren. Zum Beispiel, wenn wir einen Artikel in einer Zeitung lesen, in dem über Gewalttaten berichtet wird, hier gleich – anstatt die Ohnmacht in sich aufsteigen zu lassen – Opfer wie Täter in eine Lichtwolke *bedingungsloser Liebe* zu hüllen, sich ganz klar zu dem Ereignis zu positionieren, zwischen Tat und Täter zu unterscheiden und so im kollektiven Feld den Möglichkeitsraum zu speisen, auf dass sich dieses Problem oder Verbrechen real lösen lasse. Hier sind die praktischen Hinweise von

Christina von Dreien eine echte Inspiration (2).

Dem „Radikalen Mittelweg“ von Armin Risi (3) entnehme ich die Herleitung und Definition von *bedingungsloser Liebe*:

*„Jeder Mensch glaubt an etwas Absolutes. Für Materialisten ist die abstrakte Totalität von Materie das Absolute, für Monisten die Nondualität von Energie, für Theisten die Individualität des Bewusstseins, sowohl in Gott, als auch in allen ‚Teilen‘ Gottes.*

*Realität aus theistischer Sicht ist die ewige Individualität: das ewige Sein und Bewusst-Sein als spirituelles Individuum. Weil Realität allumfassend ist, ist Individualität die grundlegende Eigenschaft sowohl im Relativen als auch im Absoluten. Wir als relative Lebewesen sind ewige Individuen und das Absolute ist ewiges ‚Individuum‘ mit allen Aspekten des bewussten Seins, insbesondere Liebe und Wille.*

*Göttliche Realität beruht auf Individualität und Einheit, und das Bewusstsein dieser Individualität und Einheit ist Liebe. Wirkliche Liebe braucht nichts und verlangt nichts, denn sie verbindet uns mit der allumfassenden Quelle.*

*Göttliche Liebe ist bedingungslos. Sie lebt aus sich selbst heraus und ist nicht abhängig von materiellen Faktoren wie Belohnung, Erfüllung von Wünschen, guten Gefühlen und so weiter.*

*Göttliche Liebe ist die höchste Kraft, weil sie die direkte (bewusste) Verbindung mit der Quelle ist. Die allumfassende Einheit Gottes kann nur im Bewusstsein der reinen Liebe erfahren werden – und diese reine Liebe ist Gottes Wille.*

*Weil das Absolute aber individuell ist, kann es sich offenbaren, und wir können die Realität der göttlichen Liebe erleben, auch wenn unsere Liebe aufgrund der materiellen Existenz nicht absolut rein und*

selbstlos ist. In Gottesbewusstsein zu leben und dem Kriterium der göttlichen Liebe zu folgen, heißt, immer zum Besten der Schöpfung und der Menschen zu handeln, auch derjenigen, die uns feindlich gesinnt sind.

Das bedeutet in erster Linie, sich nicht vom Bösen beeinflussen zu lassen. Aufgrund des Bewusstseins der reinen, bedingungslosen Liebe ist es möglich, das Relative und Absolute differenziert zu sehen und innerhalb des Relativen zu unterscheiden: unterscheiden ohne zu urteilen.“

**Viele innerhalb der sogenannten Machtelite wissen nicht wirklich, was sie tun, wem sie wirklich dienen. Die kognitive Dissonanz ist extrem weit fortgeschritten. Und selbst jene, die – aus welchem Grund auch immer – bewusst ausbeuten und zerstören, haben vergessen, dass alles, was sie tun, sie ebenfalls betrifft und auf sie zurückfallen wird. Denn es geht nichts verloren.**

Die Hybris zu glauben, wenn man etwas tut, was Gott – also die Quelle allen Seins – nicht tut, man dann mehr als Gott kann und daher selbst (mehr als) Gott sei, entpuppt sich hier als fataler Irrglaube, der aber in Kreisen der Elite und auch der sogenannten Esoterik verbreitet ist. Das Böse ist nicht geschaffen, weil sich Gott selbst erfahren will. Das Böse ist eine relative Angelegenheit, also abhängig von Rahmenbedingungen der relativen Wirklichkeit, und eine (bewusste) Abkehr vom Licht, das hier als eine andere Metapher für die göttliche – David Bohm würde hier sagen *implizite* – Ordnung steht.

Im übertragenen Sinn gesehen: Wenn man sich vom göttlichen Licht trennt, ist man im Dunkeln, abgespalten vom Lebensstrom. Wenn man sprichwörtlich im Dunkeln tappt, und Licht – Lebensenergie – braucht, muss man es *künstlich* erzeugen, denn aus dem *Dunkeln* heraus kann man kein Licht schaffen. Dafür müsste man schon

bewusst aus dem Dunkeln wieder ins (ewige) Licht zurückgehen, also *umkehren*. In diesem Zusammenhang wäre es auch spannend, den mythologischen Lichtbringer *Lucifer* zu betrachten. Er bringt uns ein Licht, das aus der Dunkelheit kommt, also ein *spaltendes* Licht, *diaballein* auf Griechisch. Wie naheliegend folgt hieraus die Verknüpfung mit dem real *künstlichen* Licht, erzeugt durch Kernspaltung...

Zurück zur symbolischen Ebene: Die Identifikation mit dem artifiziellen Licht im Dunkeln ist zwar *Illusion* – im indischen *Maya* genannt –, aber es hat eine reale Verkettung, weil es einen Übergriff erzeugt. Man muss sich das Licht anderer holen, um sich selbst zu erhalten; man muss sich die Energie eines anderen Lebewesens aneignen und einverleiben. Das wäre der eigentliche *Sündenfall*. Denn in diesem Moment kann man das göttliche Licht vom ungöttlichen Unlichten nicht mehr unterscheiden, man vermischt es im wahrsten Sinne des Wortes.

Das ist unter anderem in der Geschichte aus dem Alten Testament vom *Baum der Erkenntnis von Gut und Böse* sehr bildstark festgehalten. Diese mytho-logische Geschichte ganzheitlich zu beleuchten, ist von großer Wichtigkeit, um nicht gleich einen Fehler am Anfang der Rechnung zu machen. Es beginnt schon mit der korrekten Definition des Wortes „Erkenntnis“ im biblischen Sinn. „Adam erkannte Eva“ bedeutet Liebe machen, verschmelzen, also auch vermischen. Hierzu sind Armin Risis Ausführungen über den *Baum der Erkenntnis von Gut und Böse* sehr erhellend und bahnbrechend (4).

Einerseits spielt die bereits erwähnte Unterscheidung von Polarität und Dualität eine wichtige Rolle, aber auch die Erfahrung, dass (göttliche) Ganzheit nicht nur Einheit, sondern auch Liebe ist. Philosophisch gesprochen: *Nondualität* und *Individualität* zusammen sind die (göttliche) Ganzheit. Wenn man einen Teil davon verabsolutiert, fällt man in eine Einseitigkeit. Bei verabsolutierter

Liebe wie im Monotheismus führt dies zu Fundamentalismus, bei verabsolutierter Einheit wie im Monismus zur Gleichsetzung von Gut und Böse.

Aus dieser *Verschmelzung* entstehen weit verbreitete Aussagen wie: „Alles ist eins, alles ist Gott.“ Demnach wäre also auch *Krieg Führen* göttlich, nur weil es möglich ist. Hier spüren wir intuitiv, dass das nicht stimmen kann, ob wir nun an das Göttliche glauben oder nicht. „Dein Wille geschehe“ ist nie, was irgendeinem Lebewesen schadet, sondern immer absolute, eben *bedingungslose* Liebe für alle und alles.

Ultimativer freier Wille ist, sich freiwillig und bewusst zu entscheiden, etwas nicht zu tun, was die (göttliche) Ordnung zerstört, nur weil es möglich ist. Dieser ultimative freie Wille ist *Liebe*. Wenn man freiwillig in Harmonie mit der göttlichen Grundschiwingung ist, die auch potentiell die Abkehr von dieser Harmonie enthält, ist das gelebter Respekt, Achtung, Liebe. Im Fluss der Dankbarkeit zu sein, Liebe zu schenken und zu empfangen, ist höchst aktiv und gleichzeitig rezeptiv, ist Lebendigkeit pur und gleichzeitig Demut, Dankbarkeit und Geschehen lassen.

Wir sind von Natur aus *esoterische* Wesen. Esoterisch heißt nur, sich nach innen zu wenden. Sich nach innen zu wenden, um sich zu beobachten, sich zu verbinden, mit sich selbst, mit dem höheren Selbst, mit der Weltenseele, ist ein natürlicher Zustand des Menschen, es bedarf dabei keiner Übersetzer. Schon allein, dass unsere Gesellschaft das Wort „esoterisch“ so negativ konnotiert, erzählt viel darüber, welcher Geist hier herrscht.

Wir dürfen nicht vergessen, dass unsere Freiwilligkeit eine entscheidende Kraft ist. Wenn wir etwas Negatives nicht hinnehmen und damit nicht in Resonanz gehen wollen, hat diese Energie schlechte Karten.

**Angst ist ein probates Mittel, sich unser Einverständnis zu erschleichen. Deshalb ist es so wichtig, angstfrei den Dingen in die Augen zu schauen und nicht alles, was geschieht, in unser Herz zu lassen.**

Unter diesem Aspekt erscheinen die absurd vielen Kriege, die geführt wurden und immer noch geführt werden, in neuem Licht. Sie sind riesige *Opferungen* für jene, die sich vom Leid anderer ernähren. Man kann dem Weg des Geldes folgen, man kann es aber auch energetisch sehen. Kriege erzeugen Leid, und dieses Leid schwächt unser individuelles und kollektives Selbstbewusstsein. Wir sind in Angst und dadurch manipulierbarer.

Daher gibt es noch ein MetAMORphose-Ritual, einen *Vergeben statt vergessen*-Prozess, der äußerst wichtig ist: Man kann ihn stellvertretend für jene vollziehen, die es nicht mehr selbst tun können, weil sie – unerlöst – oft unter schlimmsten Schmerzen, Ängsten und Wut gestorben sind. Man denke an alle Genozide, Massenmorde, Schlachtfelder für Mensch und Tier, an den Holocaust: Diese Schauplätze toben in der feinstofflichen Welt weiter, wenn diejenigen, die starben, sich von den an ihnen verübten Verbrechen und Übergriffen nicht innerlich distanzieren konnten – und das konnten wahrscheinlich die wenigsten.

Auch hier mag es sich anfühlen wie eine hoffnungslose Angelegenheit, aber wenn jeder sich in seinem Umfeld mit den Geschichten in seinem Radius und allem, was ihn persönlich interessiert, auf diese Weise befasst, können auch hier Wunder vollbracht werden. Das *Königreich Gottes* ist inwendig in uns, es ist ein Bewusstseinswandel. Keiner nimmt uns diese Arbeit ab. Das Wissen ist da, wir müssen es nur noch ganzheitlich verstehen und umsetzen, einfach leben.

Wenn wir unsere geistige und körperliche Frequenz erhöhen, das heißt, die niedrigen Frequenzen von Angst, Wut, Gewalt, Zweifel mit

lichtvoller allumfassender bedingungsloser Liebe *transzendieren*, dann kann uns auch diese Form der Vergiftung nicht schädigen. Ein eindrucksvolles Beispiel hierzu ist die Geschichte der vier Jesuiten-Pater in Hiroshima, die den Abwurf der Atombombe den Rosenkranz betend und meditierend überlebt haben. Auch ihr Haus blieb stehen, obwohl es sich nur acht Häuserblocks vom Zentrum der Explosion entfernt befand und ringsherum alles in Schutt und Asche lag. Einer der Pater berichtete von diesem Wunder, und alle vier blieben auch vor Spätfolgen der radioaktiven Strahlung verschont und waren 1976 noch bei bester Gesundheit.

Das kann einem wirklich Mut machen, seinen eigenen Pfaden gelebter Spiritualität zu folgen, sie wieder lebendig werden zu lassen, ganz individuell, und diese eigene spirituelle Alltagspraxis zu pflegen und fest in sein Leben zu integrieren. Positiver Nebeneffekt ist, dass diese Form von Praxis einerseits eine Entschleunigung bewirkt, denn das nimmt Zeit in Anspruch. Das praktizieren dieser Form des Gebets ist zum Beispiel sehr geeignet beim Einkaufen oder anderen Wegen durch den Alltag.

Und andererseits – das ist meine eigene Erfahrung mit *Transzendentaler Meditation* – ordnet sich das eigene Leben derart sinnreich und stimmig neu, dass für alles Wichtige und Wesentliche immer noch genug Zeit ist. Durch die eigene spirituelle Praxis wird man ein Stück weit effektiver in seinen Handlungen und kann vieles in kürzerer Zeit bewältigen. Dann haben wir wieder mehr Raum für die von den Verkettungen der Vergangenheit und den Ängsten der Zukunft befreite *Gegenwart*. Wie der Dalai-Lama so schön sagt:

**„Es gibt nur zwei Tage im Jahr, an denen man nichts tun kann. Der eine ist Gestern, der andere Morgen. Dies bedeutet, dass heute der richtige Tag zum Lieben, Glauben und in erster Linie zum Leben ist.“**

## Quellen und Anmerkungen:

Hier finden Sie Teil 1 und Teil 3 der Artikelserie:

- **Heilsame Verwandlung**  
(<https://www.rubikon.news/artikel/heilsame-verwandlung>) – Wenn wir die Kunst bewusster Transformation erlernen, vermeiden wir, dass uns erst harte Schicksalsschläge auf die Spur bringen. Teil 1/3.
- **Heilsame Verwandlung**  
(<https://www.rubikon.news/artikel/heilsame-verwandlung-3>) – Wenn wir die Kunst bewusster Transformation erlernen, vermeiden wir, dass uns erst harte Schicksalsschläge auf die Spur bringen. Teil 3/3.

(1) <https://armin-risi.ch> (<https://armin-risi.ch>)

(2) <https://christinavondreien.ch/blog/blog-1>

(<https://christinavondreien.ch/blog/blog-1>)

(3) <https://www.amazon.de/radikale-Mittelweg-Überwindung-Monothetismus-Paradigmenwechsel/dp/3938516992>

([https://www.amazon.de/radikale-Mittelweg-](https://www.amazon.de/radikale-Mittelweg-Überwindung-Monothetismus-Paradigmenwechsel/dp/3938516992)

[%C3%9Cberwindung-Monothetismus-](https://www.amazon.de/radikale-Mittelweg-Überwindung-Monothetismus-Paradigmenwechsel/dp/3938516992)

[Paradigmenwechsel/dp/3938516992](https://www.amazon.de/radikale-Mittelweg-Überwindung-Monothetismus-Paradigmenwechsel/dp/3938516992))

(4) [https://youtu.be/nUm\\_ky5h3pM](https://youtu.be/nUm_ky5h3pM)

([https://youtu.be/nUm\\_ky5h3pM](https://youtu.be/nUm_ky5h3pM))

<https://youtu.be/RF8yHMuIvKA>

(<https://youtu.be/RF8yHMuIvKA>)

[https://youtu.be/N2-hbA-\\_l3o](https://youtu.be/N2-hbA-_l3o) ([https://youtu.be/N2-hbA-\\_l3o](https://youtu.be/N2-hbA-_l3o))



**Isabelle Krötsch** ist Künstlerin und Regisseurin. 2013 gründete sie mit ihrem Mann, dem Schauspieler Hans

Kremer, den DantonDenkRaum, eine interdisziplinäre Werk- und Begegnungsstätte. 2015 kam ihr erster Film „Büchner.Lenz.Leben“ in Deutschland ins Kino. Ihre Aufgabe sieht sie im Brückenbau zwischen Kunst, Wissenschaft und Spiritualität. Weitere Informationen unter [www.freies-feld.com](http://www.freies-feld.com) (<http://www.freies-feld.com/>).

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.