

# Alles über Selbstwert

*Kryon durch Lee Carroll, Del Mar, Kalifornien, USA, 30.8.2003*

*Übersetzung: Wolfgang Süß mit Hilfe von DeepL <sup>[1]</sup>*

Seid begrüßt, ihr Lieben, ich bin Kryon vom Magnetischen Dienst. Heute habt ihr von den Prophezeiungen der Heilung gehört, und vom Beginn der Entdeckungen eurer wahren Macht auf diesem Planeten. Was glaubt ihr denn, was eure Rolle ist? Was denkt ihr über die Wesenheiten, die jetzt mit euch in diesem Raum sind – die, welche interdimensional sind und die ihr nicht sehen könnt? Sie sind schon den ganzen Tag hier, wisst ihr. Und was glaubt ihr, welche Rolle wir hier spielen? Viele von uns sind vor drei Tagen gekommen, weil wir erwartet haben, dass du, liebes menschliches Wesen, hier bist. Was glaubst du, welche Rolle wir spielen?

Ich werde euch die Antwort geben: Wir weinen vor Freude! Das ist unsere Rolle. Denn wir fangen an zu sehen, wie sich das Gleichgewicht auf dem Planeten von dem Zustand, den es seit Äonen hatte, zu etwas bewegt, das nur diejenigen sehen, die die Neue-Energie-Leser sind, und darüber werden wir sprechen. Es ist ein neues Paradigma, in dem die Menschheit beginnt, in dem Maße ermächtigt zu werden, wie es dem entspricht, weshalb sie gekommen ist. Mit anderen Worten, viele von euch beginnen tatsächlich zu spüren, dass die Energie des Planeten mit eurer übereinstimmt, anstatt sie zu bekämpfen – etwas, das ihr euch seit eurer Geburt nur erhofft hattet.

Viele haben bereits den Mantel von Spirit übernommen. Wir sprechen jetzt von den Lehrern, die heute anwesend waren [Dr. Eric Pearl und Peggy Phoenix Dubro]. Sie sind beide in Spirit verliebt! Beide sind so sehr auf das fokussiert, was wir ihnen gegeben haben, dass sie kaum Zeit damit verbringen, etwas anderes zu tun als zu lehren. Der Mantel Gottes liegt über ihnen, und sie sehen die Menschheit anders als ihr. Sie sehen diejenigen, die bereichert und befähigt werden können. Sie sehen euch nicht verurteilend an, und sie sehen sich nicht gegenseitig verurteilend an. Denn sie verstehen die Integrität und die Absicht des Herzens. Und so ist es kein Zufall, dass an diesem Tag diese beiden

<sup>1</sup> <https://www.deepl.com/translator>  
Englischsprachiges Original-Dokument: [https://www.kryon.com/k\\_chaneldelmar03.html](https://www.kryon.com/k_chaneldelmar03.html)

tiefgründigen Heiler im selben Raum mit Yawee, dem Meister der Drehungen [Dr. Todd Ovokaitys], zusammengebracht wurden.<sup>[1]</sup>

## Mehr über die DNA

Wir werden also noch einmal über die DNA sprechen. Um dies angemessen tun zu können, müssen wir über ein Stück und einen Teil davon sprechen, der nicht schwer zu verstehen ist. Es liegt »direkt vor eurer Nase«. Wir werden mehr Klartext reden, mehr die Kerninformationen lehren, die ihr zu hören bereit seid.

In den letzten drei oder vier Übermittlungen haben wir euch die Namen von zwei der drei Schichten der DNA gegeben, mit denen ihr gearbeitet und die ihr studiert habt. Keiner von euch erhält im Moment irgendwelche Informationen über die dritte Schicht hinaus. Fragt einen der Heiler, die heute ihre göttlichen Informationen präsentiert haben: »Wie viele Schichten gibt es?« Ihre Antwort? »Zwölf.« In der Tat! Wir haben euch die gleichen Informationen gegeben. Wir haben euch auch gelehrt, wie diese Schichten organisiert sind. Wir haben euch gesagt, dass es sich nicht um Stränge, sondern um Schichten handelt. Wir haben euch gesagt, dass es von allen 12 nur eine gibt, die in eurer Dimensionalität liegt, aber wir haben sie noch nicht benannt.

Wir haben euch von der zweiten Schicht erzählt, die einen Großteil der Emotionen trägt. Sie ist interdimensional, aber ihr versteht sie, weil ihr hier oft »fühlt«. Manchmal ist es das Gefühl des Ärgers oder der Sorge, und manchmal ist es das Gefühl der Liebe. Manchmal ist es die Erfahrung der Liebe Gottes. Das ist die Gefühlsebene. Wir haben euch gebeten, euch zu fragen, ob Emotionen die Chemie beeinflussen. Die Antwort ist ein klares Ja. Sorgen, Liebe, Wut und Dramen wirken sich alle drastisch auf eure Biologie aus. Schicht zwei ist also eine Schlüsselschicht für das Gleichgewicht. Wir haben euch gesagt, dass ihr Name *Torah E'ser Sphiroth* ist. Ihre Bedeutung ist »Göttliche Blaupause« oder »Die Blaupause des Gesetzes«.

Wir haben euch von der dritten Schicht erzählt und ihr auch einen Namen gegeben. Sie wurde *Netzach Merkava Eliyahu* genannt, was »Aufstieg und Aktivierung« bedeutet. Wir sagten euch, dass es sich um die »Aufstiegsschicht« handelt und dass sie die beiden anderen Schichten stark verändert – fast so wie ein Katalysator in der Chemie. Dann haben wir euch etwas erzählt, das für euch sehr schwer zu verstehen war. Wir erzählten euch von der Weisheit des Meisters und luden euch ein, sie zu verstehen.

---

1 Siehe das Channeling von Mt. Shasta vom 21. Juni 2003 für weitere Informationen darüber, was das bedeutet: <https://perpetuummobile.net/s/kryon.php?T=hVFbCFam455qQJlj>

Aber wir haben nie die Schicht Nummer eins benannt, obwohl wir über die Nummer eins mehr als über alle anderen gesprochen haben. Nummer eins ist das menschliche Genom, die biochemische Schicht, die sich innerhalb eurer dimensionalen Wahrnehmung befindet. Ich werde euch jetzt ihren Namen geben.

Du fragst vielleicht: »Kryon, warum hast du uns den Namen der Schicht Nummer eins nicht schon früher gegeben? Du hast uns die Namen von zwei und drei gegeben, aber nicht den der häufigsten Schicht? Warum jetzt?« Und der Grund ist, dass wir ihn euch in Gegenwart der Heiler geben wollten, die ihr heute geehrt habt und die alles darüber wissen. Sie wissen, wie sie von den Energien des Universums beeinflusst wird. Sie wissen um die Göttlichkeit im menschlichen Körper und was passiert, wenn man diese heilige Energie in Anspruch nimmt. Ihr ganzes Bestreben ist es, sie zu lehren und gleichzeitig zu zeigen, dass sie alltäglich und verfügbar ist, sodass sie nicht erschreckend oder furchteinflößend wirkt. Sie versuchen, euch zu zeigen, wie jeder von euch sie in seiner eigenen göttlichen Kraft praktizieren kann.

Der Name der ersten Schicht der DNA ist *Keter Etz Chayim*. Das bedeutet »Der Baum des Lebens«. Alle diese Namen sind in der spirituellen Kernsprache der Erde gegeben. Jeder Name soll als gesprochene Phrase gehört werden, aneinandergereiht ergibt sich die volle Bedeutung auf Hebräisch.

## Mehr über Schicht zwei

Heute möchten wir mehr über die zweite Schicht sprechen. Das Verstecken in der zweiten Schicht ist eine Dualitätseigenschaft, mit der ihr jeden Tag zu tun habt. Wenn wir den heutigen Tag der Lehre zurückspulen und den Fragen zuhören könnten, die den Heilern auf dieser Bühne gestellt wurden, würden sie sich oft um das Wie und Warum und die Zweifel des Lebens drehen. Einige sagten: »Ich fühle mich so, ich fühle mich so, warum kann ich dies nicht tun, und warum kann ich das nicht tun?«

Wenn ihr den Heilern noch einmal zuhören könntet, wenn sie euch über ihr Leben erzählen, würdet ihr sogar Ausdruck ihrer eigenen Zweifel hören. Sie fragten sich: »Mache ich es richtig? Mache ich es falsch? Was soll ich als Nächstes tun?« Sie schilderten eine Situation, in der sie nicht immer wussten, was sie tun sollten. Rückblickend könnte man sich also fragen: »Warum gibt es einen solchen Zustand? Warum gibt es so viele Zweifel und Schwierigkeiten, selbst bei göttlicher Führung?« Mit dieser Frage eröffnen wir ein Thema, das wir noch nie in dieser Ausführlichkeit behandelt haben. Es ist für die Lemurier im Raum, die fast alle hier sind [*gemeint sind die Teilnehmer der Heilungssitzung*].

Menschliches Wesen, untersuche dein Herz. Sprich mit deiner zellulären Struktur und frage sie: »Wie oft war ich schon hier?« Die Antwort mag euch überraschen, denn die meisten von euch waren schon hier, lange bevor die Spezialisten der Menschheitsgeschichte die Möglichkeit eurer Existenz erkannten. Es gibt Stücke und Teile der Schichten eurer DNA, die ihr noch nicht entdeckt habt, die alles über jeden einzelnen vergangenen Ausdruck [*vergangenes Leben*] wissen, der mit euch auf der Erde ankommt. Das ist ein Teil eurer Biologie und ein Teil der Chemie, die interdimensional ist. Sie umfasst alle Namen, die ihr hattet, und alle Leben, die ihr gelebt habt. Wir haben also einen Raum voller alter Seelen, und ihr wisst es! Wir haben junge Leute hier, die es wissen. Wir haben ältere Menschen hier, die es wissen. Für einen Moment habt ihr alle das gleiche Alter, und dieses Alter gilt für immer in beide Richtungen [*Vergangenheit und Zukunft*]. Das ist es, was ein interdimensionales Wesen mit einem anderen interdimensionalen Wesen gemeinsam hat.

Ihr tut so, als würdet ihr euch hier in diesem Raum nicht kennen. Wenn ihr in ein paar Minuten aufsteht und diesen Ort verlasst, werdet ihr immer noch so tun, als würdet ihr euch nicht kennen. Die Wahrheit ist jedoch, dass hier Mütter und Väter, Cousins und Cousinen und Großmütter sind. Achtet nicht auf das Geschlecht, nicht auf die Rasse und nicht auf die Nationalität. Schaut stattdessen auf die Flügel. Wir haben euch schon einmal gesehen. Ihr habt einander schon einmal gesehen. Die Einladung, dies zu spüren, ergeht also genau jetzt, und die Lehre beginnt in diesen Augenblicken.

## Selbstwert – der Kern der Dualität

Wir werden heute über den Selbstwert sprechen, und es ist an der Zeit. Wir haben euch immer wieder gesagt, dass die Dualität der Menschheit durch ein Gleichgewicht der Energie gekennzeichnet ist. Wir werden uns mit einem Thema befassen, das schwer zu beschreiben ist, weil wir nur einige englische Wörter haben, die geeignet sind. Wir sprechen über das Gleichgewicht von »Dunkelheit und Licht«, aber wir meinen nicht das, was ihr denkt. Manche haben es ein Gleichgewicht der Energie genannt. Manche haben es sogar alt und neu genannt. Aber keine dieser Bezeichnungen ist korrekt. Stattdessen sehen wir es als einen Energiequotienten, eine schwankende Mischung aus hinzugefügten und abgezogenen Attributen, die ähnlich wie ein Puzzle entsteht – ein Puzzle, das einen Wettstreit zwischen einer Art von Energie und einer anderen erzeugt.

Seit Äonen ist dieses besondere Selbstwert-Gleichgewicht im menschlichen Wesen zur dunklen Seite hin verzerrt. Im Rückblick werde ich eine Erklärung abgeben, und ich hoffe, dass ihr sie vollständig begreift und versteht.

## Dunkelheit

Es gibt auf diesem Planeten nichts Böseres oder Dunkleres als das, was der menschliche Verstand heraufbeschwören kann. Es gibt kein Böses, das für sich allein auf diesem Planeten steht. Alles Böse ist im Bewusstsein der Menschheit enthalten. Es gibt keine dunklen Wesenheiten oder Gruppen von Wesenheiten, die nur darauf warten, dass du ausrutschst und fällst, damit sie dich mitnehmen oder deine Seele einfangen können. Solche Geschichten sind angstbasiert und spiegeln nicht die Großartigkeit, Macht oder Verantwortung der wahren menschlichen Situation wider.

Aber es gibt Dunkelheit, nicht wahr? Sie wird aus freier Entscheidung von jenen Menschen geschaffen, die sich dafür entscheiden, ihr Bewusstsein auf eine dunklere oder dichtere Seite zu bringen. Also, lieber Mensch, der dunkelste Ort auf dem Planeten ist das, was die Menschen durch ihre Wahl geschaffen haben.

Erinnert euch daran: Ihr seid Schöpfer von Energie. Die Menschen haben die Macht, Dunkelheit zu erschaffen, genauso wie sie Licht erschaffen. Deshalb werden die Elemente des Planeten tatsächlich auf diese Art von Energie reagieren und die Art von dunkler Magie erschaffen, vor der so viele Menschen Angst haben und von der viele glauben, dass sie von einem dunklen Ort oder einem Lager des Bösen kommt. Das ist nicht der Fall. Sie kommt von den Menschen.

Erinnert euch auch an das, was wir euch schon seit Jahren sagen: Dunkelheit und Licht sind nicht die gleichen Energien. Wenn ihr einen dunklen Ort habt und Licht hereinkommt, verkriecht sich die Dunkelheit nicht in einen anderen dunklen Ort. Stattdessen wird sie umgewandelt! Von den beiden Energien ist das Licht die einzige, die eine aktive Komponente und eine physische Präsenz hat. Man kann die Dunkelheit nicht an einen hellen Ort »beamen«! Es kann nur andersherum sein. Das liegt daran, dass sie nicht gleichwertig sind. Das eine ist die Abwesenheit des anderen.

## Licht

Der göttlichste Ort auf der Erde, wo es das meiste Licht auf diesem Planeten gibt, existiert im menschlichen Geist innerhalb der menschlichen Energie. Es ist der engelsgleiche Teil der Menschheit, der sich selbst zeigen, sich selbst befähigen und seine Göttlichkeit einfordern möchte. Es gibt keine Gruppe heller, weißer Engel, die bereitstehen, um deine Hand zu nehmen und dich in den Himmel zu befördern, wenn du es willst. Stattdessen stehen sie in vollem Ornat bereit, um zu feiern und zu lieben und sich mit ihren Energien auf dich zu stürzen, um dich wissen zu lassen, dass sie da sind. Der Planet der freien Wahl

ist so. Es ist der Mensch, der befähigt ist, und es ist der Mensch, der den Unterschied in der Geschichte des Planeten ausmachen wird. Es ist der Mensch, der die Verantwortung für Licht und Dunkelheit trägt, nicht eine äußere Macht, die um eure Seele buhlt. Aber das habt ihr schon immer gewusst, nicht wahr?

Doch ist es bei all dem nicht seltsam, dass ihr mit einem Selbstwertgefühl auf dem Planeten ankommt, das wie eine Flagge auf Halbmast hängt? Es ist nicht ausgeglichen, nicht wahr? Und warum? Weil euer Selbstwertgefühl durch den Quotienten der Energie des Planeten gemildert wird. Er ist ein Maß dafür, was ihr durch die Handlungen der Menschheit entwickelt habt - was ihr getan habt und was ihr noch tut. Daher spiegelt der persönliche Selbstwert das energetische Gleichgewicht des Planeten wider.

## Das neue Gleichgewicht des Selbstwerts

Habt ihr euch jemals gefragt, was auf der Erde passiert ist, das euer Armageddon zu nichte gemacht hat? Ist euch aufgefallen, dass trotz aller Vorhersagen der Propheten das Armageddon nicht eingetreten ist? Diese Vorhersage von Kryon, die vor vielen Jahren auf einem Hügel direkt hinter euch gegeben wurde, ist jetzt eure Realität. [*Die Arbeit von Kryon begann nicht weit von dem Ort, an dem dieses Channeling stattfindet.*] Damals kam ich durch meinen Partner und sagte: »Ihr habt die Spuren oder die Realität gewechselt und die Essenz des menschlichen Bewusstseins verändert. Es wird kein Armageddon geben.«

(Viele religiöse Führer werden euch sagen, dass ihr diese Botschaft von Kryon ignorieren sollt, dass Kryon ein falscher Prophet ist, auch wenn die Ereignisse auf der Erde sich so entwickeln, wie wir es euch vor vielen Jahren gesagt haben. Sie werden euch sagen, dass das Armageddon immer noch stattfinden wird – und zwar bald! Unsere Antwort ist diese: Wir bitten euch nicht, etwas anderes zu tun, als euch umzusehen und selbst zu urteilen. Warum verschieben sie ihre eigene Prophezeiung? Unterscheidet selbst und sucht nach Antworten, die richtig sind. Ihr könnt sie »abwarten«, wenn ihr wollt, und abwarten, ob sie recht haben. Wenn ihr das tut, müsst ihr diese Entscheidung jedoch immer wieder treffen, während sie versuchen zu erklären, warum ein Paradigma der alten Erde in ihrer Lehre nicht stattgefunden hat. In der Zwischenzeit habt ihr Jahre des Handelns verloren, ein vergeudetes Potenzial, eure eigene göttliche Macht zu nutzen, um Frieden auf der Erde zu schaffen.)

Wir haben euch von der Befähigung der Menschheit erzählt und euch Informationen über ein 10- bis 12-jähriges Zeitfenster gegeben, in dem sich die Magnetik eures Planeten verändern würde – und das tat sie. Wir sagten euch, dass sich das Wetter ändern

würde – und das tat es. Vor vier Jahren sagten wir, dass der Tag kommen würde, an dem die größten religiösen Führer eures Planeten nicht mehr das eine sagen und das andere tun könnten [*gemeint ist die derzeitige Herausforderung durch Priester, die Kinder missbrauchen*]. Jetzt ist all dies eure Realität. Habt ihr das bemerkt? Fangt ihr an, für euch selbst »die Punkte zu verbinden«?

Das Armageddon, das nicht stattgefunden hat, befindet sich auf einer Erde, auf der ihr nicht mehr seid! Jetzt seid ihr hier, ihr Lieben, in einer neuen Energie. Doch da ist immer noch die Frage des Selbstwertes. Es geschieht nicht automatisch, versteht ihr? Euer persönlicher Selbstwert repräsentiert eine Energie bei eurer Geburt, nicht eine veränderte Erde. Ein neuer Selbstwert stellt sich nicht automatisch ein, nur weil ihr einen neuen Weg geht.

## Warum ist das Leben so schwierig?

Findet ihr es nicht interessant, dass die meisten Religionen auf eurem Planeten euch als schmutzig geboren betrachten? Ist das nicht eine seltsame Haltung für ein Geschöpf göttlicher Schöpfung? Klingt es überhaupt vernünftig, dass ihr in ein spirituelles System hineingeboren werdet, in dem ihr keine Chance hattet, als ihr ankamt, wegen etwas, das Äonen vor eurer Ankunft hier geschah? Klingt das wirklich so, als wärt ihr »nach dem Bilde Gottes geschaffen«?

Ist es nicht so, dass es überall auf der Erde nicht-spirituelle Industrien gibt – große Industrien –, die große Ressourcen dafür ausgeben, um Menschen aus dem Loch der Selbstzweifel herauszuhelfen? Ihr nennt das eine Selbsthilfe-Industrie. Warum sollte es so etwas überhaupt geben, wenn ihr mit einem guten, ausgeglichenen Selbstwertgefühl auf diesen Planeten gekommen wärt? Der Grund? Der Selbstwert, den ihr besitzt, wurde euch entsprechend der Energie des Gleichgewichts von Licht und Dunkelheit auf dem Planeten gegeben, als ihr geboren wurdet.

Jetzt, da die Energie des Planeten schneller schwingt, hat sich dieses planetarische Dunkel-Licht-Gleichgewicht verändert. Lasst mich euch Informationen geben, die einen Sinn ergeben werden: Es gibt eine neu geschaffene Energie auf dem Planeten, eine, die ihr 1987 begonnen habt und die ihr 2012 beenden werdet. Dies ist das 25-Jahre-Energiefenster, in dem ihr arbeitet. Ihr wurdet in einer älteren Energie geboren. Deshalb ist euer Selbstwert-Attribut auf Halbmast. Aber für die Menschen, die jetzt geboren werden, ist das überhaupt nicht so. Von wem spreche ich? Die neuen Kinder! Wir haben sie Indigos genannt. Manche haben sie Kristalle genannt. Manche haben sie Kinder der neuen Erde, Kinder des neuen Jahrtausends, die neuen Kinder genannt – nennt sie, wie ihr wollt.

Jeder merkt es, nicht wahr? Die Kinder sind anders! Sie sind in Sachen Selbstwertgefühl sehr gut aufgestellt. Ihre Fahne des Selbstwerts weht hoch und stolz. Was passiert, wenn man ein Kind mit einem hohen, ausgeglichenen Selbstwertgefühl mit Erwachsenen zusammenbringt, die ihr Selbstwertgefühl auf halbem Wege verloren haben? Die Kinder wirken dann vielleicht etwas eigensinnig? Vielleicht liegt es daran, dass sie wissen, wer sie sind! Hat dich ein Kind schon einmal neugierig angeschaut und du konntest in seinen Augen sehen, dass es sich fragt: »Warum bist du so?« [*Lachen*] Es ist ein Bewusstsein, das ein anderes anschaut! Es ist ein fähiges Bewusstsein, das ausgeglichen hereinkommt und auf ein Bewusstsein blickt, das mit einer alten Energie der Unsicherheit und des Zweifels hereinkam. Sie sind im Moment eure Kinder, was es noch schlimmer macht. Diese Kinder haben nicht die Absicht, schwierig zu sein! Aber für euch, die ihr nie die Eigenschaften eines ausgeglichenen Selbstwerts hattet, wirken sie oft überheblich.

## Die Wahrheit

Wollt ihr die Wahrheit über das Gleichgewicht zwischen der Dualität – euch und dem spirituellen Du – erfahren? Geht zurück und lest das Gleichnis, das wir euch gegeben haben: »Die Heimreise« [*Kryon Buch 5*]. In diesem Gleichnis geht es um einen Mann namens Michael Thomas. Michael steht für den Erzengel Michael und Thomas für den zweifelnden Thomas. Als Michael in diesem letzten Haus stand und den letzten Engel die Treppe herunterkommen sah, war der Engel so großartig, dass Michael Thomas kaum atmen konnte! Während des ganzen Gleichnisses hatten die Engel, denen er zuvor begegnet war, gesagt: »Warte, bis du den letzten Engel triffst. Er wird der beste sein. Warte – warte einfach.« Und als er diesem Engel begegnete, der sich ihm langsam offenbarte, war es der göttlichste von allen auf seiner Reise. Gold war die Farbe des Engels. Als der Engel die goldenen Stufen herunterkam und sein Gesicht offenbarte, war es das Gesicht von Michael Thomas. Michael sah sich selbst als das Gesicht Gottes, und er war verblüfft.

Siehst du, lieber Mensch, das ist die Wahrheit, aber du kommst an, ohne die Fähigkeit, sie zu sehen. Schmutzig geboren? Oh nein! Ihr seid vielleicht behindert geboren, nur in eurem Bewusstsein, wer ihr seid, aber nicht schmutzig. Stattdessen wirst du göttlich geboren, aber mit einem Rätsel vor dir, um es zu entdecken, einschließlich der Fallen, denen zu glauben, die deine Göttlichkeit auf ein Nichts reduzieren wollen.

## Schaffung eines ausgewogenen Selbstwerts

Wie würdet ihr dieses Ungleichgewicht gerne ausgleichen? Wie wäre es, dieses Ungleichgewicht zu beseitigen und auszugleichen? Es ist möglich, und ich lade euch ein, damit zu



beginnen, und es gibt sieben Eigenschaften, die euch dabei helfen können. Einige von ihnen sind leicht, einige sind schwer, einige sind einfach zu erklären, und einige sind es nicht. Einige von ihnen werden sich allzu simpel anhören. »Nun, das wusste ich«, werdet ihr vielleicht sagen. Und ich werde euch entgegenen: »Warum macht ihr es dann nicht?«

Hier sind sieben Eigenschaften, von denen wir garantieren, dass sie, wenn ihr sie alle regelmäßig praktiziert, euer Engelsbewusstsein steigern und für ein Gleichgewicht des Selbstwertes sorgen werden.

## 1. Kreativ werden

Der erste Punkt ist dieser: Tut etwas Kreatives! Ihr werdet vielleicht sagen: »Ich habe überhaupt nichts Kreatives«. Doch, das habt ihr. Ihr alle habt etwas. Wie viele von euch haben schon einmal versucht zu channeln? Und ihr sagt vielleicht: »Nun, ich glaube nicht, dass ich das tun will.« Warum versucht ihr es nicht, wenn ihr allein seid? Warum versucht ihr es nicht auf dem Papier? Warum schaut ihr nicht, was eure Zellen und euer Höheres Selbst euch sagen wollen, wenn ihr es rauslasst? Ihr werdet vielleicht schockiert und überrascht sein. Ihr müsst niemandem zeigen, was ihr tut, niemals.

Wenn ihr kreative Dinge tut, bringt ihr den göttlichen Teil von euch in den dualen Teil von euch, und es ist interessant zu beobachten, wie sich das Licht entwickelt. Macht etwas Kreatives. Vielleicht haltet ihr euch nicht für einen Sänger, also schreibt stattdessen ein Lied. Lasst es von jemand anderem singen. Vielleicht seid ihr keine Maler? Malt trotzdem. Lasst euer Kind Bilder malen, die ihr als Kind gemalt habt. Tut etwas Kreatives. Das ist die Nummer eins. Das klingt allzu simpel, nicht wahr? Beobachtet, wie diese Dinge ineinander übergehen, wenn Nummer eins zu Nummer sieben wird. Der Kreis der Attribute, die ich euch jetzt nenne, wird viel tiefgründiger sein, als es jetzt klingt. Kreativität bewirkt etwas für euch, was fast nichts anderes kann. Sie klopft an die Tür des Gott-Selbst und beginnt, die Teile von euch zu trainieren, die geweckt werden müssen.

## 2. Anderen helfen

Nummer zwei: Helft anderen. Das klingt einfach, bis ich es näher erläutere. Also komme ich gleich zur Sache: Wir fordern euch auf, euch freiwillig an einem Ort zu melden, an dem Menschen im Sterben liegen. Sucht euch den dunkelsten Ort im Krankenhaus, den ihr finden könnt, Lichtarbeiter. Sucht den Ort, an dem die Kinder sterben, und platziert euch dort. Findet diejenigen, die an Krebs und Viren sterben, und stellt euch dorthin. Lest

ihnen vor, haltet ihre Hände und erzählt ihnen Geschichten. Engagiert euch ehrenamtlich. Ihr habt Zeit für die Kinder – und ihr wisst es. Habt ihr jemals daran gedacht?

»Kryon, du hast uns gerade etwas Schreckliches aufgetragen. Das können wir nicht. Ich könnte niemals dorthin gehen«, könntest du sagen. »Ich würde schluchzend an der Tür stehen und niemandem etwas nützen.« Liebe Leute, das ist ein weit verbreiteter Irrglaube – dass Menschenfreunde nicht helfen könnten, weil sie so sensibel sind. Ich werde euch also ein Postulat geben und euch dann bitten, es selbst zu beweisen: Wenn ihr an der Tür des Ortes steht, an dem diese Kinder sterben, und diese Tür öffnet, dann fällt euer Licht in diesen Bereich und ihre Liebe fällt auf euch. Ihr werdet euch erhaben und gesegnet fühlen. Du magst dasitzen und die Hand eines Kindes halten, wenn es stirbt, und du magst um sein Leben weinen, aber du wirst dich bereichert und erhoben fühlen, weil das Göttliche in dir das Göttliche in ihm berührt. Es gibt nichts Vergleichbares, menschliches Wesen – nichts Vergleichbares. Du wirst Teil eines göttlichen Prozesses! Kannst du dich darüber freuen, dabei zu sein und zu helfen?

Wenn ihr die Familie berühren wollt, dann tut es dort. Geht freiwillig dorthin, wo die Senioren sind, wo sie kurz vor dem Tod stehen. Lest ihnen Geschichten vor. Fragt sie nach ihrem Leben. Feiert ihre Jugend, und seid da, wenn sie vergehen. Eure Göttlichkeit wird ihre Göttlichkeit feiern, und ihr beide werdet bereichert werden.

Denjenigen zu helfen, die sterben, ganz gleich, wie alt sie sind, erschafft und stimuliert einen Teil von euch, der euch überraschen wird. Ihr werdet darum bitten, es immer wieder zu tun, weil ihr versteht, dass das, was ihr tut, wahrhaft heilige Arbeit ist.

Lieber Mensch, das sind nur zwei der Punkte, und schon wirst du anfangen, dich anders zu fühlen. »Vielleicht bin ich jemand!«, magst du sagen. »Vielleicht ist da wirklich etwas dran.« Die dunklen Anteile in dir werden sich allmählich verringern, wenn sie sehen, wie sich das Licht in Bereichen zu entwickeln beginnt, die vorher dunkel waren. Das ist Nummer zwei. Geh und hilf jemandem.

### 3. Trainieren und meditieren

Dies ist der schwierigste Punkt, der euch nicht gefallen wird. Bewegt euch! In eurer Kultur jagt man keine Tiere mehr für Nahrung! [*Lachen*] Ihr müsst diesen Mangel an Aktivität durch Bewegung ausgleichen. Biologisch gesehen verschiebt und verändert sich das chemische Gleichgewicht, wenn man sich bewegt. Außerdem nimmt man den dringend benötigten zusätzlichen Sauerstoff auf, der für den Körper eines Menschen, der versucht, neue Teile seines Denkens zu verbessern, ein wirklich notwendiger Treibstoff ist.

Die Sauerstoffzufuhr ist in der Vergangenheit übersehen worden. Das ist aber dringend notwendig!

Ich verrate euch noch ein weiteres Geheimnis: Geht trainieren und meditiert danach. Beobachtet, was passiert. Ein mit Sauerstoff angereichertes Gehirn schafft eine neue Palette für den Künstler der Meditation. Das ist die Reihenfolge der Dinge. Macht es richtig: Erst trainieren, dann meditieren. Schummelt nicht. Einige von euch werden sagen: »Mal sehen, das ist doch meditieren und meditieren, oder?« [Gelächter] Das ist Nummer drei, so wichtig wie alles andere.

#### 4. Persönliche verbale Affirmationen

Nummer vier ist vielleicht schwer zu erklären, und sie ist zu vereinfacht. Achtet darauf, was ihr sagt! Die Worte, die ihr aussprecht, sind Energiekonstrukte, die göttlich sind. Sie gehen in die Luft und werden, so gut es geht, von den Energien in deinem Körper erfüllt, und diejenigen um dich herum (die du nicht sehen kannst) versuchen ihr Bestes, um das zu erfüllen, was du miterschaffen möchtest. In einer negativen Situation sagt ihr vielleicht: »Oh, toll! Ich wusste, dass das passieren würde.« Eure Zellstruktur sagt: »Hast du die Chefin gehört? Es hat ihr gefallen!« Die Wesenheiten um euch herum hören es auch. »Hast du die Chefin gehört? Sie findet es großartig. Lass es uns noch einmal machen!« Habt ihr jemals daran gedacht? Die Zellen hören es, und sie werden ihr Bestes tun, um sicherzustellen, dass es wieder geschieht!

Achtet darauf, was ihr sagt. Anstelle negativer Äußerungen solltet ihr euch Bestätigungen geben. Gesegnet ist der Mensch, der die Macht der menschlichen Sprache versteht. Wer bist du? Sprich deinen Namen laut aus. »Ich bin {hier steht dein Name}.« Betone das »bin« und beobachte, was passiert. Ich sage euch, was dieser Satz bedeutet. Wenn dein Name Paul ist und du sagst: »Ich bin Paul«, dann sind die ersten beiden Worte die Aussage darüber, wer du bist. »ICH BIN.« Paul ist dann der zusätzliche Identifikator dessen, wie du genannt wirst. Das sind zwei Aussagen in drei Worten.

Du manifestierst die Energie, die du durch Sprache in die Luft setzt. Die Elemente selbst »hören« es auf einer universellen Ebene. Ihr seid so daran gewöhnt, nur dann einen großen Lärm zu machen, wenn die Dinge herausfordernd sind. Versucht, das auszugleichen! Es ist an der Zeit, eure Freude auszusprechen!

## 5. Fordere deinen dunkelsten Teil heraus

Das hört sich beängstigend an, ist es aber nicht. Hört zu: Fordert die dunkle Seite in euch zu einem Kampf heraus! Werft den Fehdehandschuh aus. Erzählt ihr, wo und wann ihr euch treffen wollt, und wartet dann darauf. Fordert diesen Teil heraus, euch frontal zu begegnen. Gibt es Teile von dir, die du nicht magst? Natürlich hast du welche, da du in der Dualität lebst. Ich habe euch gerade diese Information gegeben. Gibt es dunkle Anteile in dir, die du gerne loswerden würdest oder die du vielleicht gerne loswerden oder besiegen würdest? Nun, dann fordere diesen dunkelsten Teil von dir zu einem Kampf heraus. Setze einen Termin fest. Willst du wirklich mutig sein? Dann fordere ihn zu einem Kampf in der Dunkelheit heraus, in seinem eigenen Revier! [*Schnappt nach Luft*]

Und der Grund, warum wir euch das sagen, ist, dass diese dunklen und schrecklichen Teile nicht auftauchen werden! Sie haben Angst vor dem hellen Teil von euch, und vor allem vor den Teilen, die stärker werden. Ihr werdet diesen Kampf gewinnen, wenn ihr einfach in der Dunkelheit steht und sie herausfordert, sich zu zeigen. Bald werdet ihr in der Dunkelheit stehen und singen! Unerschrocken und lachend über diese ganze Situation. Wenn ihr euch heute an nichts anderes erinnert, dann daran, dass diese Energie, die ihr für so wild haltet, in Wirklichkeit Angst vor der göttlichen Absicht hat! Die Absicht, auszugleichen, wird diesen dunklen Teil jedes Mal besiegen. Ermächtigt euch selbst, und die dunklen Anteile in euch beginnen das Schiff zu verlassen. Sie wagen es nicht, sich zu zeigen, und sie werden es auch nicht tun.

## 6. Den inneren Engel einfordern

Nachdem du erkannt hast, dass der dunkle Teil von dir ein Feigling ist, ist es an der Zeit, den Engel einzufordern, der schon immer da war. Es geht darum, zu verstehen, wer du wirklich bist. Auch wenn du diesen engelsgleichen Teil von dir vielleicht nie sehen kannst, so ist er doch dein wahres Selbst, und er ist bereit, eingefordert zu werden. Nutzt auch hier eure Sprachgewalt, wenn ihr diesen Prozess unterstützen wollt. Haltet eine Zeremonie ab, wenn es euch hilft, diesen Prozess für euch selbst real werden zu lassen.

Versteht ihr, wie die oben genannten Eigenschaften zusammenpassen? Hier seid ihr kreativ, helft anderen Menschen, übt euch, achtet darauf, was ihr sagt, erkennt, dass die dunkle Seite keine Macht über euch hat, fangt an, euer eigenes Lebenspotenzial zu spüren, und jetzt ist es an der Zeit, euren Engel aus seinem Versteck zu rufen (versteckt nur, weil ihr ihn vergraben habt)!

Leser, Hörer, ihr denkt, dass dies nur »Channel-Geschwätz« ist, nicht wahr? Wartet nur ab. Wie gerne würdet ihr das Drama in eurem Leben loswerden? Wie gerne würdet ihr euch jeder Situation stellen können und wissen, dass ihr in eurer Wahrheit absolut 100 Prozent sicher seid? Niemand kann euch in irgendeine Richtung oder auf irgendeine Weise formen, wenn euer Engel das Sagen hat. Wenn der Engel erscheint, beginnt die dritte Schicht der DNA aktiviert zu werden. Darüber haben wir beim letzten Mal gesprochen. Selbstwert ist dann kein Thema mehr. Ihr wisst, wer ihr seid. Es ist ermächtigend, von seiner Göttlichkeit zu wissen. Es schafft eine Situation in eurem Leben, die freudig ist.

## 7. Verschmelzung

Der letzte Punkt, Nummer sieben, handelt von der Verschmelzung der Polarität. Gerade jetzt auf diesem Planeten ist eines der Dinge, die mit der Erde, mit den Felsen, mit dem Boden, mit den Portalen vor sich gehen, ein Verschmelzungsprozess, an dem ihr teilhaben könnt. Es zeichnet sich eine Verschmelzung von Männlichem und Weiblichem ab. Die Attribute eures Geschlechts, die ihr für selbstverständlich gehalten habt – ein Geschlecht ist dies, ein Geschlecht ist das – sie werden in Gedanken nie zusammenkommen – beginnen sich zu verändern. Jeder von euch ist in einem Geschlecht hier, also bitten wir euch, die Eigenschaften des anderen zu akzeptieren. Ihr dachtet, ich hätte euch gebeten, eine andere Person zu betrachten, nicht wahr? Nein. Ich möchte, dass ihr die Eigenschaften des anderen Geschlechts in *euch* seht.

Ihr existiert mit der Fähigkeit, ein gesundes Gleichgewicht beider Geschlechter in euch zu vereinen, das es euch ermöglicht, das andere Geschlecht auf dem Planeten zu verstehen und mit ihm zu koexistieren. Es macht euch zu einem viel besseren menschlichen Wesen, wenn ihr einen ausgeglichenen Geist beider Polaritäten habt, auch wenn ihr das offensichtliche biologische Geschlecht nur eines von beiden seid.

Lasst mich euch sagen, was dieses Gleichgewicht bewirkt. Es bringt die Menschheit näher zusammen! Man nennt das Bewusstseinsverschmelzung, und es ist der Beginn eines weiteren Bewusstseinswandels der Menschheit auf dem Planeten. Wir sprachen über Portale und Wirbel, die zu Wirbeln werden. Wir sprachen darüber, dass Yin und Yang [Gegensätze] zusammenkommen und etwas erschaffen, das ihr noch nie gesehen habt – eine neue Art von menschlichem Gleichgewicht. Ihr mögt vielleicht nicht ganz verstehen, was wir euch in diesem Moment sagen, aber wir sagen euch etwas, das einige von euch zu fühlen beginnen – Frauen werden stärker, Männer werden sensibler, gemeinsam betrachtet ihr einander anders und teilt den Planeten dadurch viel besser. Hört auf, euch gegenseitig als Gegensätze oder als Gegner zu sehen, sondern als eine spirituelle Familie.

Hört auf, das andere Geschlecht in euch als Schwäche zu sehen! Fangt an zu verstehen, dass jeder von euch das Bewusstsein des anderen braucht. Das Ergebnis? Das ausgeglichene menschliche Wesen ist nun in der Lage, einen Überblick über das Gleichgewicht zu gewinnen, weil es mit anderen Augen sieht – mit denen, die in den Schuhen des anderen stecken, und mit denen, die ein großartiges Selbstwertgefühl haben! Wir würden euch diese Dinge nicht sagen, wenn sie nicht so wären.

Wir sind also am Ende dieser Unterweisung angelangt. Einige von euch kamen heute und sagten: »Wenn ich lange genug in dieser Energie sitze, gehe ich vielleicht anders weg. Vielleicht habe ich sogar eine Heilung. Vielleicht lerne ich etwas und werde dieses oder jenes los. Ich bin es leid, es mit mir herumzutragen.« In der Tat, diese Macht liegt jetzt in eurer Hand. Leser, Hörer, wenn ihr einen der Heiler, die heute gesprochen haben, befragen wollt, werden sie euch sagen, dass ihr sie jetzt schon in der Hand habt. Vielleicht ist es eine Heilung der Einstellung, des Ärgers oder der Sorgen. Diese Veränderung steht euch zur Verfügung. Es gibt keinen besseren Zeitpunkt als jetzt, um die Hand auszustrecken und diesen Selbstwert und die damit einhergehenden Heilungen zu ergreifen.

Und so sind wir nach all diesen Jahren wieder an diesen Ort gekommen, um die Saat und den Kern der Arbeit zu feiern. 1989 haben wir hier gearbeitet, um meinen Partner zu segnen und ihm zu helfen, die Arbeit von Kryon zu beginnen. Wir sind bis heute nicht zurückgekehrt. Jetzt, im Jahr 2003, haben wir Lemurier, die auf einer veränderten Erde erwachen, die ihr geschaffen habt (falls ihr es bemerkt habt). Vieles von dem, was wir lehrten, dass es geschehen könnte, ist geschehen. Vieles von dem, was wir lehrten, dass es vollbracht werden könnte, wurde verwirklicht. Beachtet, dass wir nichts erschaffen haben. Das habt ihr. Wir schauen nur zu und helfen bei eurem großen Plan.

Gesegnet ist der Mensch, der das Glas auf dem Planeten halb voll sieht und der versteht, dass die Veränderungen auf dem Planeten notwendig und erforderlich sind. Gesegnet ist der Mensch, der auch versteht, dass der alte Tempel entfernt und sein Fundament gereinigt werden muss, um einen neuen Tempel zu errichten. Der neue Tempel wird das Neue Jerusalem genannt, eine Metapher, die Frieden auf Erden bedeutet. Und so wie diejenigen, die sich 1989 fragten, ob die Dinge, die wir ihnen sagten, jemals eintreten würden, so könntet ihr euch im Jahr 2003 umsehen und euch über das wundern, was wir jetzt sagen. Könnte es sein, dass die Dinge nicht so sind, wie sie scheinen? Könnte es sein, dass Historiker über diese revolutionären Zeiten vor dem großen Erwachen, dem Wandel der Menschheit, sprechen werden – als den Beginn einer Zeit, die eine friedlichere Erde geschaffen hat?

Nur die Lemurier werden in der Lage sein, euch die Antwort auf diese Frage zu geben. Und so ist es.