

# Können Menschen das Altern aufhalten?

*Kryon durch Lee Carroll, 5.3.2025*

*Übersetzung: unbekannt <sup>[1]</sup>*

Seid begrüßt, ihr Lieben. Ich bin Kryon vom magnetischen Dienst. Ich bringe euch heute eine Botschaft, die zu diesem Zeitpunkt für manche provokant sein mag. Bereitet euch auf neue Einsichten vor – oder auf die Bestätigung dessen, was viele von euch schon lange gespürt haben.

Alle lebenden Wesen auf diesem Planeten sind mit einer bestimmten Lebensspanne erschaffen worden – so ist es vorgesehen. Doch die eigentliche Frage lautet nicht einfach: Könnt ihr das Altern stoppen? Sondern vielmehr: Könnt ihr eure Lebenszeit deutlich verlängern – und zwar in Gesundheit, Vitalität und innerer Kraft? Und wenn ja – warum ist das möglich? Und wie?

Ich sage euch dies, ihr Lieben: Aus chemischer Sicht ist der heutige Mensch nicht derselbe wie einst. Ihr könnt den Menschen vor 200.000 Jahren mit 24 Chromosomen nicht zum Maßstab nehmen, denn sie waren nicht wie ihr. Wenn das für dich neu ist, lade ich dich ein, dich mit jenen Botschaften zu beschäftigen, die nicht nur durch mich gechan-nelt wurden – sondern auch mit dem, was selbst eure Wissenschaft langsam beginnt zu erkennen. Ihr habt 23 Chromosomen. Ihr stammt nicht aus der Linie der 24.

Etwas ist vor 200.000 Jahren geschehen – etwas, das euch zu den bewussten Wesen gemacht hat, die ihr heute seid. Eine Verschiebung im Menschsein. Und damit haben sich die Parameter verändert: für Gesundheit, Lebensdauer und sogar für die Fähigkeit zur Regeneration. Euer Körper ist darauf ausgelegt, sich selbst zu erneuern.

Jede Zelle eures Körpers – selbst jene, von denen euch gesagt wurde, sie würden sich nicht regenerieren – tut es doch. Vielleicht auf eine Weise, die eure Wissenschaft bisher

<sup>1</sup> <https://www.kryon.de>

nicht erkannt oder verstanden hat. Ihr seid nicht dafür gemacht, alt und gebrechlich zu werden, eure geistige Klarheit zu verlieren oder an Vitalität zu verlieren. Das war nie das Design. Die wahre Bestimmung des Körpers ist ein Zustand beständiger Erneuerung – der euch gesund, klar und lebendig hält bis zum natürlichen Abschluss eures Lebens.

Und dieser Abschluss? Er könnte mindestens doppelt so weit in der Zukunft liegen wie eure derzeitige durchschnittliche Lebensspanne.

Hab ich jetzt eure Aufmerksamkeit? Ich möchte euch einige Informationen geben – Wissen, das ihr vielleicht anwenden möchtet, wenn ihr bereit seid. Was ist das wahre Geheimnis der Langlebigkeit? Ein langes Leben – in Gesundheit, Kraft und geistiger Klarheit?

Ich gebe euch den Schlüssel. Nicht den Weg dorthin – aber den Schlüssel selbst: Ein starkes Immunsystem. Punkt. Wenn euer Immunsystem kraftvoll ist, werdet ihr nicht jenen Einflüssen ausgesetzt sein, die eure Zellchemie schwächen oder die Fähigkeit zur Regeneration behindern. Solange euer Immunsystem stark bleibt, wird es jenes Gleichgewicht erhalten, das für die fortwährende Erneuerung notwendig ist. Denn es ist das Gleichgewicht, das alles entscheidet. Dieses Gleichgewicht ist der Schlüssel zur Erneuerung – es ermöglicht neue Hautzellen, es unterstützt Organe, es wirkt auf Synapsen, auf das Gehirn und ja – auch auf jene Teile des Herzens, von denen eure Wissenschaft annimmt, sie seien von Geburt an unveränderlich. Und dennoch: Auch sie erneuern sich.

Du bist dafür geschaffen, mindestens doppelt so lange zu leben, wie es derzeit dem Durchschnitt der Menschheit entspricht. Und das, wovon ich spreche – das Immunsystem – bietet klare Hinweise darauf. Beweise, die bereits sichtbar wurden. Erwinnere dich an die Zeit der Pandemie.

Viele von euch wurden gewarnt, achtsam zu sein, bestimmte Symptome zu beobachten, sich zu schützen. Man sagte euch: Wenn das Covid-Virus in euren Körper eindringt, werden manche es kaum bemerken – als wäre es ein leichter Schnupfen. Sie würden sich schnell wieder erholen. Gleichzeitig hieß es, andere müssten sofort ins Krankenhaus – für sie könne es lebensbedrohlich sein. Was also war der Unterschied?

Früher – bei alten Epidemien – traf es alle gleich. Wer sich ansteckte, hatte kaum eine Chance. Der Ausgang war oft rasch und tödlich. Doch dieses Virus reagierte unterschiedlich – von Mensch zu Mensch. Manche bemerkten es kaum. Andere mussten sofort medizinisch versorgt werden. Warum?

Ich habe es euch bereits gesagt: Die Stärke des Immunsystems ist der Schlüssel. Menschen, die selten Erkältungen oder grippale Infekte haben, sind oft auch jene, die durch die Virusinfektion beinahe unversehrt hindurchgingen. Für sie war es unangenehm – ja. Aber es war kein Grund für einen Krankenhausaufenthalt. Kein Todesurteil. Andere hingegen mussten eingeliefert werden – und viele haben den Übergang gemacht.

Manche sagen: »Das lag doch nur am Alter – denn ältere Menschen haben ein schwächeres Immunsystem.« Doch das ist nicht korrekt. Du kannst ein starkes Immunsystem bis zum letzten Tag deines Lebens haben. Ein Leben, das sehr, sehr lang sein kann – in dem sich der Erneuerungsprozess mit der Zeit ganz natürlich verlangsamt, in dem sich die Telomere schließlich verkürzen – und das dann sanft zu Ende geht.

Aber dieses Ende ist nicht das, was ihr heute kennt: kein Leiden, kein Verfall, kein langer Weg in die Pflege und Betreuung. Denn all das geschieht nur deshalb, weil viele Menschen nicht wissen, wie sie ihr Immunsystem stärken können. Die Verbindung zwischen Immunabwehr, Gesundheit und Lebensdauer ist ihnen nicht bewusst.

Was hat euch Covid noch gezeigt – und wurde nicht vollständig berichtet? Es gab Menschen – in anderen Kulturen, aber auch in eurer –, die durch ungesunde Lebensgewohnheiten ihr Atemsystem geschwächt hatten. Covid war ein Atemwegsvirus. Wenn dein Atmungssystem bereits belastet war, war auch dein Immunsystem geschwächt. Und genau dadurch hatte das Virus freie Bahn. Es ist sehr schwer, sich zu erholen, wenn die Lungen bereits vorgeschädigt sind.

Verstehst du, was ich dir sagen will? Je stärker dein Immunsystem ist, desto länger wirst du leben. Ein einziges Wort trägt den Kern in sich: Gleichgewicht. Der Körper sehnt sich nach einem Zustand des biochemischen Gleichgewichts. Ohne ihn ist Gesundheit nicht möglich. Ein schwaches Immunsystem verkürzt das Leben – das ist unumstößlich. Darum will ich dir nun einige Aspekte nennen, die ein starkes Immunsystem fördern. Und es sind mehr, als du vielleicht denkst.

Ich habe sie euch schon früher übermittelt – zu Zeiten, in denen manche dachten, ich würde »nur Ideen« channeln. In Wahrheit sprach ich bereits damals über das, was den Schlüssel zur Vitalität birgt.

## Ernährung und chemisches Gleichgewicht

Viele von euch ernähren sich nicht auf eine Weise, die das innere Gleichgewicht unterstützt. Ihr wisst, was ich meine. In eurer Zeit ist es mittlerweile üblich, auf die Zusammensetzung von Lebensmitteln zu achten – auf Zusatzstoffe, Nährstoffe, und die Chemie eurer Nahrung. Doch vieles von dem, was ihr zu euch nehmt, bringt euren Körper aus dem Gleichgewicht, statt ihn zu nähren. Daher greifen viele zu Nahrungsergänzungsmitteln – und einige davon funktionieren tatsächlich. Ich werde euch sogar sagen, welche die besten sind. Das mag heute noch kontrovers sein – aber eines Tages wird es bestätigt werden.

## Die lebendigen Essenzen der Erde

Dieser Planet ist darauf ausgelegt, mit euch zu kooperieren – mit eurem Bewusstsein, eurem Körper, euren energetischen Gittern. Die Erde ist euer Partner. Sucht nach lebendigen Essenzen – Nahrungsergänzungen oder Pflanzenextrakten, die im Einklang mit eurem Körper arbeiten. Diese können aus Wäldern stammen, aus Wurzeln, aus der Luft. Es gibt noch viele Substanzen, die ihr nicht entdeckt habt – Essenzformen Gaias, die euch nicht nur chemisch, sondern auch bewusstseinsmäßig unterstützen können.

Schaut in die Meere, zu Algen und Pflanzen, zu Seen, Blüten, Kräutern – überall gibt es hochschwingende Essenzen, die auf euren Körper und euer Energiefeld wirken.

## Die große Wahrheit: Emotionen beeinflussen Lebensdauer

Doch es gibt noch mehr. Und nun spreche ich über das, was ich seit Jahren teile – was aber viele noch nicht erkennen: Was verkürzt euer Leben mehr als alles andere?

Angst

Sorge

Unruhe

Anhaltende innere Anspannung

Habt ihr das erlebt? Denn der eigentliche Katalysator für langes Leben ist emotional:

Freude

Lachen

Frieden im Herzen

Diese Emotionen wirken auf den Körper genauso intensiv wie jede Nahrungsergänzung oder Heilpflanze. Wenn du also lebendige Essenzen der Erde mit innerem Frieden und Liebe kombinierst, wird sich dein Leben verlängern – um viele Jahre.

Selbst gewöhnliche Krankheiten wie Erkältung oder Grippe werden dich kaum berühren. Und größere Leiden haben es schwer, in einem Körper Fuß zu fassen, dessen Zellen mit Freude schwingen.

## Kann der Mensch das Altern aufhalten?

Vielleicht nicht völlig. Aber ihr könnt es radikal verlangsamen – auf ein Viertel des heutigen Tempos oder weniger. Das ist möglich.

Ich teile diese Wahrheit mit euch. Denn ihr seid auf dem Weg zur Meisterschaft – und Meister wussten immer, warum sie so lange lebten.

Ich bin Kryon – in tiefer Liebe mit euch allen.

Und so ist es.