

Aktueller Brief

Mitte April 2012



Liebe Freunde, sehr geehrte Damen und Herren,

seit dem Osterfest rauscht eine weitere Energiewelle über die Erde und durch uns Menschen und bringt viel Bewegung in unser Leben. Die Hilferuf-E-mails, die ich und viele unserer Transformationstherapeuten erhalten, häufen sich mehr und mehr. Immer mehr von uns werden durch ihren Körper, ihre Partner, Kinder und andere Menschen oder durch die Situation an ihrem Arbeitsplatz in eine Krise geführt. Diese Krisen wollen uns aufwecken und fragen uns: **Was stimmt nicht mehr in deinem Leben? Was ist der Sinn deines vielen Tuns? Stimmt das, was du da lebst, mit dem überein, was dein Herz leben will?**

Diese Krisen wollen uns nicht das Leben schwer machen, auch wenn es sich im Moment schmerzhaft oder sehr unsicher anfühlt. Vor allem unsere vielen Ängste werden jetzt hochgespült, denen wir bisher durch unsere Geschäftigkeit und viel Ablenkung aus dem Weg gehen wollten. Aber sie lassen sich jetzt nicht mehr unterdrücken. **Es sind meist Ängste, die wir aus unserer Kindheit kennen: Angst, verlassen zu werden und allein zu bleiben. Angst zu versagen und beruflich zu scheitern. Angst, krank oder nicht mehr gesund zu werden. Angst, die Kontrolle zu verlieren. Angst vor Abhängigkeit und vor Verletzung. Angst vor Veränderung usw.**

Diese Ängste werden durch die Gedanken des kleinen Mädchens und des kleinen Jungen in uns aufrecht erhalten und genährt. Solange wir es vermeiden, uns diesen Ängsten fühlend und annehmend zu stellen, unser Herz für sie zu öffnen und zu begreifen, dass sie unsere eigenen Schöpfungen sind, die von uns gewürdigt, gefühlt, ja geliebt werden wollen, können sie nicht gehen bzw. sich nicht verwandeln. Ich empfehle jedem, der unter Ängsten leidet, sich ihnen in **Meditationen wie „Befreie und heile das Kind in dir“, „Besuche und verwandle das kl. Mädchen in dir“ und „Ich habe Angst, aber nicht mehr lange“** regelmäßig zu stellen.

Keine Pille, kein Arzt und kein Therapeut kann uns diese Ängste nehmen. Nur wir selbst, die sie selbst erschaffen und genährt haben, können sie in den Zustand von Freude und Freiheit verwandeln.

Wenn wir so mit Liebe und Geduld durch unsere Ängste hindurch gehen, erinnern wir uns wieder daran, dass wir in Wirklichkeit vom Leben geliebt und getragen sind. Die Transformationszeit dieser Jahre ruft uns zu: „Mensch, wach auf und erinnere dich, wer du wirklich bist. Besinne dich wieder auf die wesentlichen Fragen und kümmere dich liebevoll um deine eigenen Schöpfungen. Höre auf das, was dein Herz wirklich will und folge ihm, egal, was die Anderen dazu sagen. Höre auf, dein Herz zu verraten. Denn die „Sicherheiten“, die du bisher im Äußeren, in deinem Beruf, deinem Partner, deinem Geld gesucht hast, sie sind Schein-Sicherheiten, die du verlierst, solange du nicht auf dein Herz hörst und dich seiner Führung anvertraust.“

Ich wünsche allen eine Frühjahrszeit mit viel Muße, Besinnung, Innehalten und Zeit für sich selbst.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr

Robert D. Zitz