

Botschaft der Geistigen Welt für den März 2011

GESPROCHEN AUS DEM »STRAHL DES EMANUEL«

Geistige Welt: Gott zum Gruße. Der März ist so etwas wie ein Routinemonat im Jahr und deshalb ein ganz wichtiger. Wir eröffnen diese Rede mit etwas, das ihr euch ganz leicht vorstellen könnt. Geliebte Seelen. **Der März ist so wie eine Taschenlampe, die überall hinein scheint** und sagt: „Schauen wir doch mal. Suchen wir doch mal. Gehen wir doch mal hinein.“ **Das März-Licht ist etwas ganz Wichtiges.**

Schaut euch euer Verhalten in diesen Breitengraden in dieser Zeit immer wieder an. Ihr sucht es ja auch. Ihr geht hinaus, sucht das erste Licht, die Möglichkeit, euch in die Decke einzuhüllen und euch auf die Terrasse zu setzen. Das ist die Grundenergie des März. Und wir freuen uns sehr über das Ereignis, denn **es ist ein Zentralmonat, ein Routinemonat, an dem wir viele Grundgesetze erörtern** und noch einmal aufschreiben können in dieser wichtigen Botschaft des März 2011. Gott zum Gruße. Habt Dank. Wir freuen uns sehr, Bruder des Lichts, dass du dies hier abrufst, dass du die Gelegenheit gibst, diese Welt hier informativ sprechen zu lassen zu euch.

Wie gesagt, die Basis, die Routine, das Licht an sich als Grundgesetz ist das Thema dieser Stunde und daran gegliedert das, was der März in sich trägt, nämlich den Schmerz noch einmal zu transformieren und die Körperthemen gut zu besprechen. Hier spricht das Wort aus dem Emanuel-Strahl. Ihr seid es gewöhnt. Es kommt immer wieder aus einem großen Lieben der Entwicklung der Transformation des Menschen heraus. Auf dieser Basis beruhen diese Botschaften. Gott zum Gruße, habt Dank. Auch der, die hier spricht aus hohem Licht, großen Dank für die Übermittlung.

Dieses Suchen des Lichtes bedeutet: das Grundgesetz ‚Licht‘ hat immer ein Interesse daran, sich dem Menschen kund zu tun, denn dann läuft Leben synchron. Dann passiert Heilung. Dann geschieht richtige Transformation. Dann geht es weiter, wenn das Licht synchron mit dem Menschen geht. Wenn diese zwei Grundgesetze miteinander funktionieren, dann hat das Leben eine gute Richtung, dann fließt es. Darauf kommt

es uns an, wenn wir über Schmerz und über Herz und über den Körper sprechen in dem Zusammenhang dieses Monats. **Weshalb sagen wir ‚Routine‘? Das Licht ist eine Routine. Es taktet auf die Erde, es hat eine physikalische Grundlage und es ist das, was ihr als Blut-Rhythmus, als Herz-Rhythmus anerkennt.** Hier sind Zusammenhänge und Linien zu erkennen, **‚Licht und Herz‘ und das physikalische Grundtakten dieser Energie.** Was hier betont werden soll: **Es ist gut, im März wieder Routine mit diesem Licht zu bekommen. Routine bedeutet also, es in sich wieder als eine stabile Größe aufzunehmen.** Das heißt, öfter raus zu gehen, sich mit dem Licht als Sonne zu verbinden, das geschieht dann automatisch. Und sich hier auch dem zu stellen, was Schmerz ist. Es gibt Verspannungen, es gibt Müdigkeiten aus dem Winter heraus, denn in euren Breiten hat sich durch den Rückzug in die Stuben in einer gewissen Form eine Müdigkeit breit gemacht hat und da kommt sehr viel zu transformierender Schmerz her.

Ihr habt euch viel niedergelegt und seid nicht mit dem Licht gegangen. Das ist der Schmerz überhaupt. Der Grundschmerz rührt daher, nicht mit dem Licht zu gehen, nicht synchron zu sein, nicht das zu sein, was ihr wirklich seid. Daran arbeitet ihr, ihr vergebte euch in diesem Leben, in diesen Monaten und auch über viele Leben: **„Ich bin nicht mit dem Licht gegangen. Ich habe mich der Liebe verwehrt. Ich habe nicht geliebt, wo ich hätte lieben sollen. Ich war nicht im Licht, hell wissend, wo ich hätte etwas wissen müssen.“** Und das läuft jetzt alles auf im März. Dieser Schmerz läuft auf im März. Ihr habt das Gefühl, dass ihr nicht mehr fließt. Das führt in gewisser Form auch zu diesem Grundgefühl von dem Winter, von dem Nichtblühen.

Jetzt kommt also diese Lichtkraft hinein, die sagt: „Ich takte.“ Taktet mit dem Licht. Gebt Schmerz einfach als Wort in den Tag und sagt: „Das ist mein Schmerz. Hier bin ich nicht gegangen. Hier habe ich mich nicht draußen bewegt. Ich bin nicht mit dem Grundgesetz gegangen. Nicht in den letzten Monaten, nicht in den letzten Jah-

ren. Ich habe mich geweigert zu lieben, mich oder die Erde oder den Partner oder irgendetwas." Und der März nimmt euch an die Hand und sagt: **„Komm, diesen Schmerz werden wir ausmerzen.“** Da habt ihr es als Wort darin.

Und der größte Schmerz, der jetzt in die Heilung gelangt über dieses Fließen hier, was nun überall beredet und besprochen und hier auch diktiert wird: **dieses Fließen ist das, wonach ein großes Sehnen ist. Und größer ist das Sehnen niemals gewesen als jetzt in diesem aufbrechenden Frühjahr. Niemals ist die Sehnsucht nach Fließen, nach Heilung, nach diesem Mittakten mit dem Licht größer gewesen, als jetzt in diesem März und April 2011 und diesem Frühjahr. In euren Herzen tragt ihr dieses Aufgestaute: „Ich habe nicht genug geliebt. Ich habe nicht genug mit dem Licht getaktet. Ich bin nicht genug gegangen.“ Und jetzt geht in diesen März, der diesen Schmerz ausmerzt.** Wir gehen weiter, denn Bruder, hier hast du ja schon genügend, um zu fragen.

Das zweite, was es hier zu sprechen gilt und gleich folgt ja die Frage nach dem Körperschmerz, ist, dass der Körper das ja alles mitgemacht hat. Und ihr könnt die leichteste Methode nehmen, um dem Körper wieder die Freudigkeit zu geben, das Wissen: er ist dabei. **Der Körper will von euch, von eurem Geist, nur wissen: „Bin ich dabei? Nimmst du mich mit? Hast du mich lieb in den Tagen, in denen du dich geistig hier bewegst auf der Erde?“ Und ihr könnt dem Körper am besten die Botschaft geben: „Ja, ich habe dich lieb“, wenn ihr mit der Nahrung gut arbeitet. Der März ist ein absoluter Nahrungsmonat.** Wir möchten euch etwas künden, weil viel geredet wird über das Essen und oft die Frage an die geistigen Kulturen gestellt wird: **„Was gilt es zu essen?“**

Wir möchten euch sagen, dass es in jeder Kultur anders sein muss, aufgrund der Grundbedingungen eines Landes und einer gemeinschaftlichen Situation. Hier, für diese Kultur, für die wir sprechen, gilt folgendes: **Es gibt keine Regeln darüber, was es zu essen gilt und was es nicht zu essen gilt. Es gibt für den Körper hier nur eine wichtige Grundregel: Er möchte Routine haben. Er möchte gerne eine Grundlage haben im Sinne eines respektvollen Umgangs mit dem Tag.** Er taktet, er hat alles in einem Rhythmus und er möchte zum Beispiel gerne von euch einen Essrhythmus haben. Das ist das, was der Hunger ankündigt. Geht mit dem und sagt: „Ich gebe meinem Körper einen guten sinnvollen Rhythmus, eine Einteilung des Tages der Nahrung. **Der Körper stellt im-**

mer die Grundfrage: „Wie gehst du mit mir um, da du ja ein Geistwesen bist?“ Das ist das, was der Körper beständig tut.

Nehmt als Grundlage, dass es ganz wichtig ist, wo ihr lebt und wisst, **aus welcher Kultur, aus welcher Grundlage ihr kommt, nämlich von den Bauern.** Und da galten folgende Grundlagen. Das sind kleine Anleitungen, kleine Ideen, wie hier die Nahrung aussehen kann aus eurer grundlegenden Perspektive dieses Landes. Die Bauern in euren Grundkulturen haben morgens das alte Obst genommen, es warm gemacht und haben das alte Brot genommen und es dort hineingegeben. Das ist die Basis von einem Frühstück, von dem Morgenessen auf Grund der Naturbewegung.

Am Mittag wurde alles dargelegt. Am Mittag wurde alles in die Mitte des Tisches gelegt, was gepflückt wurde am Vormittag, die Ernte, das Brot, das gebacken wurde, die Früchte, die frisch geholt wurden, auch schon das erste Fleisch, das vom Stall genommen wurde.

Und dann am Abend waren es sozusagen die Reste von dem Tag. Wenn Milch übrig war, dann wurde sie zu Käse geschlagen, der gegessen wurde. Wenn noch ein paar Fische gefangen wurden, wurden sie geräuchert gegeben. **Das sind, wir sagen es, Seelen der Liebe, das sind keine grundsätzlichen Essgewohnheiten, die ihr euch angewöhnen sollt, nur das liegt als Kultur, als Esskultur unter eurer Kultur.** Nehmt euch aber immer wieder ein Beispiel an der Natur. Sie gibt es hervor. Und da ihr in den Märkten einkauft, erinnert euch wieder daran. Es ist dem Körper heilig, euch zu dienen, euch Geistwesen. Das ist es, wie ihr ihn immer wieder behandeln könnt.

Und ein Drittes noch zu dem Thema der Nahrung, Das was die Nahrungsmittel sind, sie haben alle eine Position. Sie dienen dem Geist. Ein Nahrungsmittel ist das, **was in der Mitte ist.** Und die Nahrung ist für den Geist. Und jedes Nahrungsmittel – eine Kartoffel, ein Apfel, Reis, Fleisch – hat seine eigene Bedeutung im Sinne von Geist und hat hier Platz genommen und zeigt sich. **Liebe hat hier Platz genommen.** Das Salz sagt: „Ich habe hier Platz genommen, das geistig Kristalline, das Christus-Bewusstsein“, sagt das Salz. Das Endprodukt des Lichtes. Der Zucker sagt: „Die Süße hat auf eurer Erde Platz genommen, der Honig, der Zucker in der Frucht.“ Das Süße: „Ich mache aus allem was Süßes. Alles, was sauer ist, mache ich süß.“ Und so könnt ihr weitergehen durch alles. Das Fleisch ist das Lebendige. Die Kartoffel ist die, die sich in die Erde schlafen legt und das, was hier der Apfel ist, ist das Paradies.

Also alles stellt eine geistige Größe dar. Und je mehr ihr euch den Spaß macht, die Freude macht, zu schauen: Welche geistige Größe ‚Essen‘ nimmst du ein?“, desto synchroner könnt ihr essen. Das Essen und der März und die Aufstellung von Essen haben eine wichtige Bedeutung.

Und die Synchronizität, von der wir am Anfang gesprochen haben, die Synchronizität zwischen dem, was ihr tut und dem, was hier im Grundgesetz ist, sie bedeutet Heilung. Es bedeutet grundsätzlich wunderbare gute Arbeit, bedeutet ein Herangehen mit Gutem, mit viel Geld, sie bedeutet Heilung und Fließen in euren Tagen. **Wenn ihr synchron seid mit dem, was ihr tut, wenn ihr Geistwesen und ein Körperwesen seid, dann habt ihr einen Garant, ein Grundgesetz, für Fließen und für heilende Systeme und Leben.**

Und so kann der März den Schmerz ausmerzen mit den einfachsten Methoden, dass er sagt: Wenn du jetzt die Kreisläufe nimmst, wenn du dich in die Tage begibst und sagst: „Ah, jetzt freue ich mich, weil Mittag ist, weil es ist die Mitte des Tages, breite ich mich ein wenig aus hier. Hier bin ich ja auch mit der Mahlzeit.“ Und auch am Abend geht ihr wieder hinaus und merkt noch mal, wie die Sonne geht, also ihr lebt den Tag wieder mit. Dann ist es schon wieder ausgemerzt, dass der Schmerz gesagt hat: „Du warst nicht im Fließen. Du hast nicht überall Energie drin gehabt.“

Wir danken sehr für die Möglichkeit dieser einleitenden Worte. Bruder der Sonne. Jetzt hast du hier mit uns und für die anderen Menschen, die dies hier wohlwollend lesen mögen, die Aufgabe nachzufragen. Darauf freuen wir uns sehr. Es wird hier aus dem Emanuel-Strahl gesprochen über dieses Instrument. Große Kunde, dass hier die Geistige Welt direkt mitteln darf in eure Leben hinein. Wir danken sehr dafür, haben die Träne der Freude überall in allen Engelkulturen, die hier angeschlossen sind und mithelfen, die mit der Nahrung sind und sie euch zum Besten darreichen wollen. Wir möchten unsere Freude ausdrücken darüber, dass wir so direkt in eure Wohnzimmer und Küchen kommen dürfen, um zu preisen euer Leben, um zu preisen, dass ihr Liebe seid, um zu preisen euer Licht auf der Erde, denn es ist so sehr geliebt. Danke. Gott zum Gruße.

Noch einmal also hier jetzt die Möglichkeit, in der kommenden zweiten Strecke, anschließende Fragen zu stellen. Gott zum Gruße. Habe Dank.

R. Betz: Ich grüße euch auch und freue mich mit euch über diese frohe März-Botschaft, die ja eine Rückkehr zur Natürlichkeit des Menschen beinhaltet: Das Alte heilen und dann synchron gehen, in die Synchronizität gehen mit dem, was wir sind, nämlich Geist-Wesen.

Ihr habt drei große Stichworte genannt. Das war das Grundgesetz des Lichtes verbunden mit der Liebe, dann den Schmerz in Verbindung mit Heilung und Vergebung und dann das ganze Thema des Körpers und der Nahrung.

Ich möchte noch einmal oben anfangen bei Transformation von Schmerz im März. Das ist natürlich ein wunderbares Wortspiel, was ja auch da ist beim ‚ausmerzen‘. Heißt also auch Heilen hier im März, der März als Heilungsmonat. In den letzten Monaten kommen immer mehr an Schmerzen des Körpers heran. Die Körper weinen, wie ihr an anderer Stelle sagt.

Wie könnt ihr das noch mal plastischer umbrechen für den Einzelnen, der jetzt mit Schmerz konfrontiert ist, ausgelöst oft durch psychische oder durch äußere Faktoren, zum Beispiel durch Verlassenheits- oder Verlusterlebnisse. Und die Körper rufen jetzt sehr stark nach Heilung. Der einzelne Mensch sehnt sich nach Heilung. Es wird alles Mögliche angeboten an Heilung. Und der Trend ‚Mach mich mal heil‘ oder ‚Mach mir das weg‘, das heißt, die Machtabgabe für die Gesundheit des Körpers ist noch sehr weit verbreitet. Was sagt ihr jetzt einem Menschen, der eine mittlere oder schwere Krankheit hat in seinem Körper. Welche Basisschritte kann er machen Stück für Stück, um in seine Gesundung zu kommen? Ihr habt das Wort der Vergebung, des sich Bewusstwerdens erwähnt. „Ich bin aus dem Rhythmus gekommen. Ich habe mich in meinem Bewusstsein getrennt von meinem Körper“. Ihr habt früher oft gesagt: Dieser feinstoffliche Körper und auch der grobstoffliche wollen jetzt wieder an Bord, wollen integriert werden in meinem Tagesbewusstsein. Heißt das nicht, dass es wieder eine, – ihr habt das mit dem Wort vom ‚Reset‘ bezeichnet – zu einer Rückbesinnung zu einer Natürlichkeit kommen muss im Alltag, die dem normalen Alltagsrhythmus vieler Menschen heute vollkommen entgegensteht? Heißt, heute befinden sich viele Menschen im Kopf, fühlen sich gehetzt, tun das, was sie glauben tun zu müssen, opfern sich auf, arbeiten viel. Aber sie sind – bei den Männern habt ihr es schon gesagt – nicht bei sich, sie nehmen den Kör-

per nicht mit. Eure Tipps noch einmal für diesen Umschwung von einem unbewussten Leben, in dem der Körper missbraucht wird, entsprechend krank wird und jetzt schmerzt, zu einem heilen Leben, zu einem Rhythmus-Leben im Rhythmus mit der Natur?

Geistige Welt: Danke, Bruder, auch darin liegen schon viele wichtige Zusammenfassungen, in dem, was du erarbeitet hast in der Sprache. Was wir noch einmal betonen möchten, ist, was hier schon genannt wurde: Das, was jetzt da ist, muss und musste – es war angekündigt – eine Stausituation sein. Deshalb so viel Schmerz, wie ein Stausee, wie ein Moment, in dem das Wasser gleichsam fließt, die Themen, die Menschen, das Gehen. Und dann wird ein Staudamm hineingegeben und plötzlich läuft hier der Schmerz auf der einen Seite auf. Und das musste irgendwann kommen, denn die Situation auf der Erde heißt jetzt: der Mensch wird wieder ‚synchroner‘. Das heißt, er will mehr mit seinem Geistbewusstsein leben.

Und das Thema, das „Ich habe zu viel mit meinem Körperbewusstsein oder zu viel unsynchron gelebt“, das fährt jetzt sozusagen an die Wand. Anders geht es nicht. So muss es jetzt sein. Wenn ihr Müll in etwas hinein gebt, dann gibt es einen Punkt, wo der Müllbehälter voll ist und dann muss dieser weggebracht werden. Er muss geleert werden, es muss etwas frei werden. Diese Situation habt ihr jetzt. Da gibt es von uns schon sehr viele Worte. Es ist über Jahre gesagt worden: „Geht synchroner, wisst, wer ihr seid, geht auf die Situation ‚Leben – Mensch – Erde‘ ein. Und wenn das jetzt so nicht in einer guten Beanspruchung war, dann muss es jetzt diesen Faktor von Aufprall geben. Und genau der passiert.

Auf der anderen Seite: Wenn hier gesehen wird, dass viele Menschen jetzt transformieren, bereit sind dafür, passiert folgendes: dass sie einfach viel sehen. Dass sie sehen und erkennen: „Wo habe ich mich außerhalb meiner Liebe befunden? Wo habe ich nicht geliebt, wo ich hätte lieben können, lieben wollen und lieben sollen? Wo war Licht und ich habe es nicht gesehen? Wo habe ich einfach Dunkel vor meine Augen gemacht?“ Das prallt jetzt alles auf und fällt auf wie eine Türe, die plötzlich zugemacht wird und alles fließt weiter. Das heißt, was jetzt passieren kann und was jetzt passiert ist, dass sich da auf der anderen Seite ein See entwickelt, dort, wo jetzt dieser Stau ist. Es wird mehr und mehr und es wird auch wieder ruhig. Das heißt, dort entsteht ein See, ein großer See, ein Stausee, und dort, wo es langsam wieder auf der anderen Seite abfließt – denn es gibt natürlich einen Abfluss – dort fängt es auch an zu fließen.

Das heißt, das einzige was jetzt wirklich das Wichtigste ist, ist Ruhe, Stille und Wärme. Diese Art von Stress, die jetzt viele kennen, diese psychischen Stressfaktoren, auch die Depressionen sind deshalb da, weil die Menschen jetzt in gewisser Form wissen: „Ich habe etwas vorher nicht gut gemacht.“ Und die Menschen schlagen auf sich ein. Es sind ganz viele Herzschmerzen, die dann auf Körperschmerzen übergehen. „Wie konnte ich nur?“ **Ganz viele Eigenschläge, die die Menschen tun. Das gilt es nicht ‚weg‘ zu machen. Es ist nicht wegmachbar. Ein Mensch, der sich selbst geschlagen hat und zu einem anderen geht und sagt: „Mach mir weg, dass ich mich selbst geschlagen hab“, das macht keinen Sinn.**

Das was ihr hier tun könnt ist, das, was wir immer wieder empfehlen: **Beginnt den nächsten Tag einfach etwas anders. Legt euch etwas länger und hüllt euch etwas kuscheliger in die Bettdecke ein und sagt: „Ich bin mit mir.“** Dieser große Abschied von dem Selbstschlagen des Menschen, der sagt „Wie konnte ich nur?“, der ja mit der Erkenntnis verbunden ist, „Ich bin das. Ich liebe mich ja. Ich kann mich ja lieben“, dieser Abschied geht einher mit kleinsten Schritten. Und wir sagen deutlich, **die Wärme ist eine der größten Heilungsfaktoren. Nehmt euch überall Heizwärme.** Eine schöne Warmflasche kann Wunder wirken für das Gefühl, ich werde von außen gewärmt. Etwas, was euch um die Schultern liegt, das Tuch der Frau, ein wärmendes Kissen, eine Decke, wir haben sie schon besprochen, auf der Terrasse in der Märzsonne, kann, wie man sagt, Wunder wirken, weil sie die Botschaft transportiert „Es geht ja weiter! Es geht ja weiter!“ Und so kann der Körper sofort weiterarbeiten. **Der Körper arbeitet mit Wärme sofort weiter. Er hat sofort, was er bekommt, sofort Lichtzufuhr. Über die Wärme und über warmes Wasser kann er eine Lichtzufuhr bekommen.**

Ihr könnt euch wirklich manches Mal auch einen großen Gefallen tun und mit warmem Wasser arbeiten und es trinken und es um euch geben. Allein dies gibt dem Körper den absoluten Respekt davor, dass ihr ja der Geist Mensch sein wollt, der ihr seid. Und wenn ihr eine Wellness habt, in eine Wellness-Abteilung geht, dann sagt ihr dem Körper: „Ich bin bereit, hier in gewisser Form etwas für dich zu tun. Ich bin bereit, dass es mir gut gehen will. Ich will, dass es mir gut geht in der Erde.“ Und sofort hat der Körper Substanz für Heilung. **Die große Transformation, die jetzt hier passiert, kann nur mit kleinsten, schönsten, einfachsten Schritten besprochen werden, mit der Warmflasche.**

R. Betz: Das heißt: Wenn wir das äußere Licht des März'es jetzt genießen, wenn wir öfter in die Sonne gehen, auch wenn wir die Wärme der Wärmflasche oder andere Wärmequellen nutzen für den Körper, bedeutet das auch, dass wir so gleichzeitig das Licht, die Liebe unseres Herzens scheinen lassen dürfen auf das, was wir bisher gelebt haben. Das heißt, du kannst dich noch so gesund ernähren, kannst noch so viel Wellness machen, wenn du nicht bereit bist, höre ich hier raus, dir wirklich zu vergeben, das heißt, zuzugestehen, ich habe mich nicht geliebt, dann kann der Körper auf Dauer auch nicht heilen und gesunden. Richtig?

Geistige Welt: Der Körper reagiert sofort. Wenn der Körper das Signal erhält: „Aber jetzt bin ich bereit, mich zu lieben“, dann ist dieses Signal sofort und er setzt es sofort um und synchronisiert sofort die Zellen, das Quantenbewusstsein, in das Beste hinein. Und wir sagen – ganz wichtig – an dieser Stelle: Wo soll hier eine andere Energie hineingehen? Und wo soll etwas weggenommen werden? Wie soll es gehen? **Durch Hinzu-Nahme! Durch Hinzu-Gabe von Liebe ist Heilung möglich und nicht durch Hinfert-Nahme. Ihr habt hier etwas vergessen und erinnert euch daran und das ist Zugabe. So als, durch Zugabe, durch ein ‚Hin-zu‘. Auch der, der abnehmen möchte, der nimmt mehr hinzu. Er isst unter Umständen mehr von etwas. Und dann nimmt er ab. Genau da ist viel zu finden. Vielen Dank.**

R. Betz: Ja, wo ihr jetzt angefangen habt beim Körper, Abnehmen und andere Dinge, kommen wir zu dem Thema der Nahrung. Nahrung und gesundes Ernähren, hat bei uns für viele schon fast Religionscharakter. Das heißt, hier beharren die einen auf ihren Glaubenssätzen und die anderen sind da strikt dagegen. Ihr habt in einer letzten Botschaft etwas gesagt, worüber sich manche Menschen aufgeregt haben oder zumindest die Stirn sehr gerunzelt haben. Da ging es um das Thema der Bio-Nahrung. Deswegen noch mal meine Frage, ihr habt eben appelliert an den Rhythmus der Natur und gefragt: Was gibt's bei euch natürlicherweise? Hier die Frage: Was essen? Wie essen? Wann essen? Aber erst mal vor allen Dingen: Was essen? Ihr seid nicht dafür, dass der Mensch darauf achtet, möglichst gesunde biomäßige Nahrung, zu sich zu nehmen. Oder wie sieht das aus eurer Sicht aus?

Geistige Welt: Es ist deutlich geworden, dass die Erde jetzt durch die Freudeschwingung gesünder, ruhiger wird und dadurch – und so ist es ausgedrückt worden auch und wir sagen es gerne noch einmal – dadurch wird die Nahrung automatisch biologischer auf eurer Erde. Das heißt, die Schere wird kleiner, die Schere zwischen ungesunder Nahrung und gesunder Nahrung wird kleiner. Und es muss gar nicht mehr so viel sein, dass man sagt: „So, jetzt muss ich die schlechte Nahrung verachten und die biologische vorziehen.“ Das ist es, was wir gesagt haben. Dass es auch hier in euch in einen ruhigen Takt geht. Wir möchten möglichst mit diesen Botschaften eine Zuwendung zu euch geben, **dass ihr möglichst wenig ablehnt und möglichst viel so nehmt, wie es ist. Genauso geht die Natur. Sie hat in sich einen Rhythmus des Annehmens und des Fließens**. Und den wollen wir vermitteln, Botschaft für Botschaft für Botschaft.

Und dieser Hang zu: „Ich lehne dieses ab!“ und, „Ich nehme nur dieses!“, macht wieder eine Schere auf, die die Natur so nicht kennt. Die Natur geht mit dem, was ist. Und so erhält sie sich gesund und so möchten wir es euch anbieten. Esst natürlich gerne biologische Nahrung, zieht sie auch gerne vor, nimmt auch gerne die vegetarische und die veganer Nahrung vor der anderen Nahrung. **Es ist, wir sagen es hier aus dem Geist ganz deutlich, immer eine Frage des Persönlichkeitsaspektes. Es gibt Menschen, die Fleisch brauchen, weil sie die Lebendigkeit brauchen, weil es darum geht, eine Angst abzubauen. Es gibt Menschen, die das aber anders machen, die das auf der psychologischen Ebene machen und hier also deswegen Fleisch nicht brauchen. Deswegen geht es aber nicht darum, dieses abzulehnen.**

Das, was das Stärkste ist, was wir sagen, ist dieser Mut zur Natürlichkeit, den wir immer wieder hier transportieren möchten, um den geht es im Kern. **Richtig ist, Seelen der Liebe, dass diese eure Nahrung noch sozusagen verdorben ist von einer Unnatürlichkeit. Aber dasselbe ist auf der Geistesebene auch der Fall. Also versucht nicht etwas, was auf dem Geist dann noch da ist, auf der Ebene der Nahrung wett zu machen, sondern geht synchron**. Ihr könnt unbiologische Nahrung essen, weil ihr wisst, auf dem Körper ist nicht alles rein. Und dann also merkt ihr, wie das plötzlich in eine Einheit kommt. Und plötzlich merkt ihr, ihr könnt alles essen. **Wir sagen es immer wieder. Es ist, das System des Menschen, dass ihr alles sein könnt, weil ihr alles habt. Ihr könnt rauchen, ihr könnt sogar hier in einzelnen Teilen auch eine leichte Droge nehmen**. Das war immer schlussendlich nur eine Parallelität zur Öffnung des Gei-

stes. **Wir sagen nur ganz deutlich, jeder der hieraus ein Diktat macht, beachtet nicht, dass das Körperliche immer einen Spiegel zu der geistigen Haltung hat. Die gilt es zu beachten. Die geistige Haltung gilt es zu beachten.**

Der Körper ist der Diener, der sagt: „Wenn du diese geistige Haltung hast, dann werde ich dies hier auch auf die andere Seite geben.“ Wenn also eine große Frische – im Geist – da ist im Leben, dann wird der Mensch ganz automatisch und alsbald immer mehr nach frischen Früchten greifen und nicht nach Dosengemüse, sondern nach frischem Gemüse von dem Markte und dann auch vom Bio-Markte. Also, macht daraus nicht einen Schnitt, trennt diese Ebenen nicht, sondern schaut euch zu. **Und so könnt ihr euren Geist gleichsam heilen. Was nützt es, einen ganz gesunden Körper zu haben und sich ganz streng, martialisch, an eine Form von Nahrung zu ketten und aber im Geist zu wissen, dass da keine Verbindung dazu ist.** Und wir sagen noch einmal, die Nahrung ist da, um jubelnd zu sagen: Die Liebe und Licht ist im Menschen, im Geistigen, im Feinstofflichen des Menschen. Die Nahrung, alles auf der Erde jubelt, die Blume, der Apfelbaum jubelt: „So ist es!“ und gibt sich freudig als Nahrung. Und wenn die beiden zusammen passen, gibt es einen Respekt, gibt es gute Körper, gibt es gesunde Körper, gibt es heilende Körper. Wir nennen immer wieder diese Synchronizität und bei dieser gibt es keine Ablehnung, nur eine Zusammenkunft. Nur Liebe untereinander zwischen Körper und Geistkörper.

R. Betz: Vielleicht noch ein spezielles Wort für die vielen Menschen, die unter Übergewicht, unter so genanntem Übergewicht, leiden. In Deutschland haben sehr viele Übergewicht und wünschen sich sehnlichst, ihre Pfunde zu verlieren. Die Frauen noch etwas mehr als die Männer. Die leben in der Regel etwas mehr im Frieden damit. Was könnt ihr diesen Damen sagen, insbesondere nach all der Anstrengung, die sie unternehmen mit Diäten, ‚Weight Watchers‘ und sonst was. Gibt es da ein Rezept der Geistigen Welt, leicht und schnell oder langsamer abzunehmen?

G Geistige Welt: Wir haben es schon genannt. Was der Körper hier aussagt, ist meistens: Es hat irgendwo ganz streng, ganz stark an der Liebe zu etwas gefehlt. Und das ist bekannt, dass da dann die Nahrung sozusagen als ein Ausgleich genommen wurde. Dass also hier irgendwo geistig die Liebe völlig fehlt in einem Bereich und dass hier

dann der Mensch ganz automatisch sagt: „Hier muss ich mir die Liebe dann von der Erde holen.“ Dieser Spiegel ist richtig und auch richtig erkannt.

Das bedeutet also, wir haben es schon einmal genannt, teilweise mehr Nahrung zu geben. Diesen Frauen und diesen Menschen möchten wir raten zu lernen, einen Apfel mehr am Tag zu essen, etwas mehr Frische zu essen. Hier liegen meistens auch Selbsthass und Rache sich selbst gegenüber vor, die dazu führen, gerade nicht frisch zu essen. Hier geht es sehr stark darum, wieder Frische zu essen und zu lernen, das Süße zum Beispiel aus dem Apfel zu nehmen und nicht aus der Schokolade, sondern sie aus der Frucht zu essen. Diese Fruchtsüße ist die Ursüße, nehmt sie nicht in einer raffinierten Form zu euch.

Denn darin liegt dieser Fallstrick, ein Gefängnis, in dem viele Menschen, viele Frauen sitzen, die unbewusst sagen „Ich lynche mich dafür, dass ich hier nicht liebe, dass ich zum Beispiel einen Teil von mir nicht liebe, einen geistigen Teil von mir, einen Aspekt von mir. Und der trifft sich dann an in einer raffinierten Nahrung. Also versucht, möglichst immer wieder frisch zu sein, neu zu sein, jung zu sein, zu sagen: „Ich kehre wieder zurück in diese Frische“ und sich bemühen, immer mehr Frische zu essen, die zieht. Je mehr ihr Frische und Früchte esst und Gemüse, desto mehr zieht das und will das sein. Und das zieht dann auch den geistigen frischen Aspekt nach und ist auch fürs Verzeihen gut. Da also finden sich viele Möglichkeiten abzunehmen und diese zwei Aspekte zusammenzufügen.

R. Betz: Das heißt, wir haben hier eine Rückwirkung von außen nach innen. Wenn ich mehr Früchte und mehr Frische zu mir nehme, dann wird es leichter, auch diesen Körper wieder zu mir zu nehmen, diesen Körper wieder liebevoll anzunehmen. Denn er hat ja nur gedient. Und viele Frauen hassen ihren Körper, egal ob er zu dick ist oder ob es ihnen nicht gefällt, wie er aussieht.

G Geistige Welt: Ja, es ist eine Trickanwendung zu sagen: „Ich werde etwas über den Körper machen, denn es ist immer ein Fehlen von einem geistigen Aspekt. Es ist immer der Fall: „Irgendwo habe ich meine Liebe verloren.“ Gut ist es noch, auf die Suche zu gehen und zu fragen: „Wo habe ich denn meine Liebe verloren? Wo und wann habe ich denn in welchem Leben aufgehört mich zu lieben oder meine Mutter, oder mein Leben oder meine Wohnung?“ Dieses Aufhören von lieben können gerade Frauen sich sehr, sehr schlecht verzeihen, das zeigt sich

dann an den Körpern, weil sie ja dafür da sind, weil das ihre Ursequenz ist.

Die, die wir ‚Zauberfrau‘ genannt haben, ist die Frau, die in der Erde da ist und sich ohnehin heilig weiß in der Erde. Und dies ist das, was die Frau sich intuitiv nicht verzeihen kann und dann über das nicht natürliche Essen versucht, sich daran zu rächen, und sich das Essen aus der **Retorte** nimmt. Und der Ausweg gelingt über diese Frische, die der Körper sich gewöhnend anfängt zu brauchen. Der Körper fängt dann automatisch an, in gewisser Form danach zu rufen, nach mehr Frische. Und dann gibt es hier eine große Möglichkeit abzunehmen, denn viel Frische, frisches Essen, ist dann dasjenige, was dem Körper die alten, diese engen Pfunde des sekundären Essens sozusagen abweichen lässt.

R. Betz: Noch ein Wort zum Essrhythmus. Ihr habt empfohlen, dem Körper einen gewissen Rhythmus zu schenken des Essens in Zeitenabfolge. Damals im ‚Doppelbettenbuch‘ habt ihr etwas spezifischer gesprochen über das Essen des Mannes und das Essen der Frau. Könnt ihr das noch einmal ein wenig ausführen? Gibt es da einen kleinen Widerspruch? Ein fester Essrhythmus, wird das nicht zu einer statischen Angelegenheit und ist eben nicht natürlich? Und wie unterscheidet sich das für Männer und Frauen? Ihr habt gesagt, Männer und Frauen sollen unterschiedlich, abends zum Beispiel Verschiedenes essen. Und andere sagen, nach 18 Uhr sollen wir gar nichts mehr groß essen. Wie seht ihr das, Unterschiede bei Männern und Frauen und ein statischer oder flexibler Essrhythmus?

Geistige Welt: Es gibt tatsächlich keinen Tag von einem Menschen, der gleich ist wie der Tag eines anderen Menschen. Auch da wieder hier eine Liebe hervorbringen und fragen: „Wie sind meine Rhythmen?“ Nur das ist die Grundlage dieser Aussage, dass die Natur in Rhythmen arbeitet und atmet und dass hier gerade die Mond- und die Sonnenphasen wichtig sind und sozusagen Stellvertreter für den Tag sind. Dem gegenüber sich entsprechend zu verhalten, ist das, was wir gesagt haben.

Wir sagen es noch einmal ganz einfach. Die Frau hat eher ein Mondessen und der Mann hat eher ein Sonnenessen. Das heißt, das, was die Frau hat, ist immer eher, dass sie in der Basis ist, dass sie sich also

wirklich teilweise hinsetzt und sagt: „Ich esse mehrmals am Tag und dieses zelebriere ich. Da bin ich.“ Das ist etwas Da-Seiendes, um noch einmal das Grundgesetz, den Grundstock zu sagen. Und der Mann sagt eher: „Ach, ich esse mal von da und von da.“ Das ist von der Grundgesetzlichkeit des Menschen abhängig. Aber wir wollen hier gerade in dieser Stunde eben keine Regeln aufstellen, sondern euch an eure Natur verweisen. Und so ist es gut, wenn die Frau sich auch dann für die Heilungs- und für die Abnehmthemen und für die Schwangerschaftsthemen in Ruhe hinsetzt und sich Mahlzeiten nimmt. Sich sozusagen ein Programm macht und nach ihrem eigenen Tag guckt: „Wie will der Tag das und wie gestaltet sich mein Tag? Und wie gebäre ich mich in diesen immer wieder hinein?“ Und der Mann sagt eher: „Ach, ich pflücke hier und ich pflücke da eine Nahrung.“ Der Mann ist eher ein Reisender, der Nahrung isst. Diese Grundgesetzlichkeit wollen wir noch einmal nennen, denn wir haben ganz am Anfang deutlich gesagt **„Es gibt kein falsches Essen. Es gibt nur das Essen, das zu euch passt.“**

R. Betz: Ihr sagt, das Essen gehört zu eurer Natur. Andere sagen, der Mensch ist ja ein geistiges Wesen, also braucht er doch eigentlich kein materielles Essen. Er kann sich auch, wie von Jasmuheen und von anderen demonstriert, von Licht ernähren. Was sagt ihr dazu? Müssen wir dauernd essen? Ist es nicht verständlich, dass manche Menschen es als lästig empfinden, drei-, vier-, fünfmal am Tag was essen zu müssen? Können wir darauf nicht verzichten und uns gleich von Prana bzw. von Licht ernähren?

Geistige Welt: Es gibt eine Subkultur auf eurer Erde. Wir nennen es einmal ‚Subkultur‘, eine ‚Unterkultur‘. Diese Unterkultur ist genauso richtig wie alles andere auch. Es gibt diese Unterkultur, die sagt: „Wir nehmen der Erde etwas anderes ab. Wir sagen: Die Erde ist schon woanders. Die Erde bedarf nicht mehr das, was sie gerade ist.“ Beide Ansätze sind richtig. Den Ansatz, den wir hier nennen und vertreten für die vielen Menschen ist: „So ist es gerade. Das ist gerade eure Zeit. Schaut her. So ist der Schmerz. So ist die Heilung. So ist, wie ihr damit umgehen könnt.“ Das ist dasjenige JA, dasjenige Neigen zum Transformationsakt.

Diese Subkultur sagt: „Wir sind schon weiter. Es ist bereits eine transformierte Erde.“ Nun, auch das ist richtig. Nichts ist falsch. Auch das ist eine richtige Situation, **nur diese Subkultur muss dann auch gänzlich gelebt werden. Das heißt, dieser Mensch muss sich dann völlig transzendent verhalten. Er kann nicht in alten Schemata leben, sich sozusagen selbst nicht verzeihen und sich gleichzeitig nur von Licht und von Prana ernähren.** Er muss sich geistig wiederum hier völlig gewendet haben in ein anderes Zeitalter.

Das ist so, als würde der Mensch sagen: „So, jetzt gehe ich ins Wasser. Ich werde ein Taucher.“ Er kann es aber nicht tun in einem Pelzmantel und in Schuhen. Er muss sich ausstatten mit Taucherrüstung. Er muss hier völlig gewendet sein mit einem Sauerstoffgerät etc. Dann kann er es machen. Er muss sich völlig an das andere Element angeglichen haben. Er muss die Füße mit Flossen haben. Er muss einen Anzug haben für das immer kältere Wasser. Ein Astronaut ebenso. Also, es ist eine völlig andere Denkweise, dann so zu leben. Aber zweifelsohne ist sie möglich.

R. Betz: Also könnte man abschließend sagen: Öffne dich im März dem Licht der Sonne außen und dein Herz dem Licht deiner Liebe und der Schmerz wird ausgemerzt. Könnte man das so auf den kurzen Nenner bringen?

Geistige Welt: Schön, Bruder, vielen Dank. Das ist das gute und richtige Schlusswort und auch die Zusammenfassung dieser Stunde. Wir freuen uns sehr, denn derjenige Stab durch dieses 2011, er steckt jetzt hier in

dem flotten Schritte von dir, von euch, von ihr, die sprach, von euch, sehr tief geliebte Seelen, die ihr zuhört, dass hier dieses Takten, dieses Synchronisieren, euer Heilen flott voran geht und ein großer Bringer ist dieser März und das Märzlicht 2011.

Gott zum Gruße. Habt Dank, sehr tief geliebte Seelen. Wir freuen uns sehr über weitere Taten, die kommenden Botschaften über das liebende Hören und Lauschen, Seelen. Ihr werdet unendlich geliebt für diese Phase der Erde, die hier voller höherem und höherem, immer höherem Licht ist in euch und durch euch. Vielen Dank, sehr tief geliebte Seelen. Gott zum Gruße.

Aus dem Emanuel-Strahl wurde gesprochen. Dir, Bruder von großem Herzen, sei Dank für die Sonne, die strahlt überall hier in viele Häuser und Hütten. Habe Dank, hier Seele, die du sprachst aus deiner alten hohen Kenntnis des Lichtes. Gott zum Gruße. Habe Dank.



Übermittelt durch
Andrea Schirnack,
Aschau/Chiemgau,
www.Das-Zauberwort.de



Fragestellung und
Textbearbeitung:
Robert Betz,
www.robert-betz.de



Zauberfrau & Sonnenmann

In diesem Buch beschreibt Andrea Schirnack, inspiriert durch die vielen Durchsagen, die sie in den letzten Jahren erhielt, Ursprungsbilder über Frau, Mann und die Liebe, die uns wieder an unseren Ursprung erinnern und helfen,

wieder authentisches Frau-Sein und Mann-Sein zu leben. Über diese Bilder entdecken wir wieder, wie das Lieben im Ursprung gemeint war.

Andrea Schirnack · Verlag Roberto & Philippo € 12,90



Zersägt eure Doppelbetten

... und macht Rollen darunter
In diesem Buch beantwortet die Geistige Welt über 180 Fragen, die Robert Betz ihr stellt zu allen wesentlichen Fragen rund um Partnerschaft, Liebe, Frau- und Mann-Sein. Ein hoch informatives

Buch, das sich einer Bildersprache bedient, der sich der Leser Stück für Stück öffnen darf, damit sie in ihm 'arbeiten' und ihn führen können.

Robert Betz · Verlag Ansata · inkl. Live-CD · € 21,95

Diese und andere Bücher finden Sie im Online-Shop unter www.robert-betz.de