

# Neue Werkzeuge: Frieden besiegt den Stress

**Kryon durch Lee Carroll am Healing Wednesday vom 26.04.2023**

Englische Originalaufzeichnung unter [www.kryon.com](http://www.kryon.com)  
Private Übersetzung ab Audio-Aufnahme von Edda Späth

Seid begrüßt, meine Lieben, ich bin KRYON vom Magnetischen Dienst.

Dies ist das vierte Channeling in einer Reihe von acht. Und wir stellen in diesen Channelings verschiedene Werkzeuge vor, wenn ihr sie so nennen wollt. Manche nennen sie sogar Geschenke. Es gibt verschiedene Energien, die für verschiedene Zeiten gebraucht werden.

Wir haben in so vielen Channelings zuvor schon erwähnt, insbesondere in den drei vor diesem, dass dieser spezielle Planet gerade eine Verschiebung durchlebt, der eine Evolution des menschlichen Bewusstseins hervorruft.

Und jetzt gibts da bestimmt wieder diejenigen, die sagen: „*Was genau soll das eigentlich bedeuten? Werden wir schlauer?*“

Bewusstsein ist nicht notwendigerweise ein Maß für Großartigkeit oder Klugheit, die Du mit einem IQ-Test messen könntest. Es ist vielmehr ein Maß für Weisheit. Reaktionen zeigen, wie weise jemand ist.

Was ein Mensch tut, umgeben von dem Licht in ihm, ist ein Maß für seine Weisheit.

In dem Moment, in dem Menschen anfangen, das größere Gesamtbild zu entdecken, sind sie weniger anfällig dafür, die in anderen die ewig gleiche, traumatisierte Emotion hervorrufen, mit anderen Worten: Sie handeln dann weniger aus der Wut heraus.

Aber das Werkzeug, das wir heute untersuchen werden und über das wir später im Kreis der 12 an diesem Tag sprechen werden, hat mit dem zu tun, was in den bisherigen Diskussionen bereits behandelt wurde.

Es geht dabei um die Reaktionen, die wir zeigen, während wir gestresst sind oder schlimme Dinge erleben, insbesondere während dieser „Drama“ Zeiten.

Diese haben eine Menge Gesichter, meine Lieben.

Wenn jemand wütend ist und ihr kommt zufällig dazu, egal ob der/diejenige auf euch oder jemand anderen wütend ist, stolpert ihr buchstäblich in die „Drama-Energie“.

Wenn jemand in Sorge oder gestresst ist oder weint, ist das das Drama, das dann nur „für denjenigen“ da ist, von dem ihr euch dann u.U. auch angesprochen fühlt.

Wenn ihr gar nichts tut, aber ihr seid immer noch von wütenden Menschen umgeben, egal ob sie auf euch oder jemand anderen wütend sind, vielleicht auch nur wütend, um überhaupt wütend zu sein, dann ist das echtes Drama.

Ihr findet euch ständig in diesen Situationen wieder, ohne dass ihr sie jemals erschafft, und ihr seid euch dessen bewusst. Die Frage ist, wie reagiert ihr darauf?

Wir haben schon sehr oft darüber gesprochen, was genau passiert, wenn das Drama auf die Lichtarbeiter zurückfällt. Aber das meinen wir jetzt gar nicht.  
Wir wollen darüber sprechen, was es bedeutet, den Frieden in euch zu bewahren, während ihr von Drama und Stress umgeben seid. Egal ob's eurer ist oder er von jemand anderem kommt.

Und warum wir es jetzt so ausdrücken, ist, weil ihr genau wisst, dass wenn der Raum von Drama erfüllt ist, ihr nicht unabhängig davon seid.  
Menschen strahlen nun mal automatisch aus, wie ihre Gefühlslage ist. Das liegt in der Natur des Menschseins und ihr wisst das.

Wart ihr jemals an einem Ort, an dem es grad nicht so gut lief oder gestritten wurde?  
Ihr könnt das sofort fühlen, wenn ihr diesen Ort betretet. Davon sprechen wir.

Und das Werkzeug daran ist:  
Könnt ihr euren Frieden im Innern, eure Meisterschaft bewahren, während um euch herum Drama und Stress stattfindet?

Wenn der Stress um euch herum ist, möglicherweise auch gerade jede/n „befallen“ hat und möglicherweise auch aus einem durchaus „legitimen“ Grund, „die Ratten verlassen das sinkende Schiff und ihr seid mit drauf“ - könnt ihr dann trotzdem in eurem Frieden bleiben, so dass ihr noch klar denken könnt?

Wir haben euch immer gesagt, dass einer der Tests der ist, den Mütter oft zu „bestehen“ haben:  
Mitten in der Nacht kommt der Anruf der Polizei.  
Das Erste, was sie denken, ist *„Oh, da war bestimmt ein Unfall. Geht's meinem Sohn / meiner Tochter gut? Was passiert jetzt?“*

Und exakt in dieser Sekunde, bevor ihr hört, was tatsächlich als Nächstes passiert, was tut ihr da?  
Sehr oft ist es so, dass Menschen dann so gestrickt sind, dass sie Angst bekommen.  
Aber eigentlich müsst ihr dahinter blicken, damit ihr nicht in den Stress rutscht und dennoch einen „kühlen Kopf“ behaltet, um entsprechende Entscheidungen zu treffen.

Aber jenseits dessen hat das mit den Lichtarbeitern zu tun und damit, welche Reaktion andere an und in euch sehen, wenn um sie selbst herum nur Stress ist.

Oder vielleicht schauen sie auch nur genau hin, wie **ihr** so reagiert, wenn **ihr** gestresst seid.

Ich sage euch was:  
Was **ihr** in **diesen** Situationen tut - davon wird von **allen** Notiz genommen.  
Es wird gesehen!  
Und es wird da diejenigen geben, die sehen, dass ihr nicht reagiert oder nur in der beobachtenden Haltung bleibt und **deswegen** dann denken, dass etwas mit euch nicht stimmt.  
Seid bereit dafür.

Sie werden sagen *„Du müsstest doch wütend sein, aber Du bist es nicht. Du solltest Angst haben und hast keine. Was stimmt denn mit Dir nicht? Fühlst Du denn gar nichts?“*

Habt ihr das schon gehört?

Es gibt da diejenigen, die **menschliche Reife und Weisheit** für eine **Schwäche** halten?  
Habt ihr das schon mitbekommen?

Letztlich kommt es nicht darauf an, denn dies ist ein **sehr altes** Paradigma der menschlichen Wahrnehmung bzw. Perspektive.

In einer alten Energie entstanden und auch dort vielfach „angewendet“ und manche Gesellschaften fußen darauf, die sagen: *„Lächle bloß nicht zu viel - könnte sein, dass Du was verbirgst.“*

Seht ihr, meine Lieben, warum das schwierig ist?  
Selbst wenn ihr eine Situation auf eure weise Art löst.  
Es wird da immer die geben, die sagen, es ist ein Zeichen von Schwäche.

Das ist die Neue Energie, im Neuen Zeitalter, in einer Neuen Zeit.

Dasjenige Werkzeug, das ihr dafür also heute an die Hand bekommt, ist, dass ihr friedvoll bleiben könnt, auch dann, wenn's stressig ist.

Wie fühlt sich das für euch an, jetzt gerade?  
Könnt ihr das für euch selbst visualisieren?  
Könnt ihr das üben?

Das ist vermutlich der Schlüssel: Wie übt man friedvoll im Stress zu bleiben?

Und ihr werdet sagen, *„Da muss ich halt einfach mal warten, bis es wieder stressig wird.“*  
Seid ihr sicher? [lacht] Könnt ihr das nicht auch einfach vortäuschen um es zu üben?

*„Du bist ja wohl völlig verrückt, Stress vorzutäuschen. Warum sollte man sowas überhaupt tun?!“*

Und die Antwort ist: Um es zu üben.

Was wäre, wenn ihr vortäuschen könntet, gestresst zu sein wegen einer Situation, die euch wirklich nervt, und dann übt, in dieser Situation euch nicht vom Stress anstecken zu lassen, sondern in einen wirklich friedlichen Zustand gelangt.

Atmet, tut die Schritte, die ihr schon gelernt habt, und kommt an einen Punkt, an dem ihr sagt: *„Es ist egal. Ich bin im Frieden mit mir selbst und mit allem, was mich umgibt.“*  
So dass ihr letztlich in eine Haltung kommt, an dem ihr sagt, *„Das betrifft mich gar nicht. In bin in Frieden mit mir selbst und auch all dem, was um mich herum passiert.“*

Das bedeutet es Meisterschaft zu üben.

Das ist das erste Mal, das ich zu irgendwem jemals gesagt habe: *„Übe Dich darin, gestresst zu sein.“*

Aber eigentlich ist es ja auch gar kein „Stress üben“, als vielmehr zu üben, mit der Wirkung von Stress umgehen zu lernen. Das bedeutet es, friedvoll zu sein, eine entsprechende Haltung einzunehmen.

Oder wie wäre es, dies sogar als Kohärenz mit eurer Seele zu bezeichnen? Eine Kohärenz mit eurer Seele.

Das würde bedeuten, dass ihr vollständig und umfassend mit allem in Frieden seid, egal was ist.

Wenn ihr darüber mal für einen Moment genauer nachdenkt, fragt ihr euch dann nicht, ob das nicht genau das ist, was die Alten Meister getan haben? Ist das nicht das, was uns gesagt wurde, dass die Alten Meister taten?

Und die Antwort ist: Ja.

So war es immer, die Meister in ihrer Lotus-Pose, Augen geschlossen [lacht] und das anbetend, was wunderschön ist.

Und für so etwas habt ihr ganz sicher keine Zeit!

Und das ist der Grund, warum dies hier auch nur eine Probe sein soll, eine Probe im Stress.

Hand aufs Herz - wie würdet ihr reagieren? In welcher Situation auch immer, die für euch voller Stress sein mag oder Dramen verursacht.

Vielleicht geht es um mehr als eine Person, ein Wortgefecht ist im Gange. Was würdet ihr tun? Wie kann man sich nicht einmischen, sondern stattdessen mit beiden in einer Weise kohärent sein, dass man denen, die sich streiten oder mit Worten kämpfen, seinen Frieden übermittelt?

Verstehen ihr, was ich damit sagen will?

Je öfter ihr euch in diese Positionen hineinversetzt und diese Dinge übt, desto wohler werdet ihr euch fühlen, wenn es darauf ankommt.

Vielleicht ist das die schwierigste Sache, die Du jemals lernen wirst, denn es verlangt von euch, dass ihr Kontrolle über eure Emotionen habt.

Womit ihr dann das, was eure erste Reaktion wäre wie z.B. Frust und Wut, in Frieden verwandelt.

Man kann dann die Angst vollständig überwinden und sie in Liebe umwandeln.

All das ist **machbar**! Und es wird wahrgenommen werden!

Da kommt noch mehr.

Was für ein Geschenk für manche von euch! Ein wunderbares neues Werkzeug.

Und so ist es.

KRYON