



B.Bessen, PF 11 33 06, 20457 Hamburg  
Bürozeiten: Donnerstag + Freitag 9.00 - 12.00 Uhr  
Tel. 040/37 50 32 01

### **Liebe Freunde der monatlichen Botschaften!**

Die Herbstseminare zeigen mir sehr deutlich, wie wichtig es ist, sich selbst lieb zu haben und sich anzunehmen, so wie man ist. Am Wochenende in München beim Seminar hat Raphael sehr intensiv über Heilung gesprochen und deren verschiedenen Facetten. Der wichtige Punkt, den er ausführlich beschrieb war: Das sich selbst so anzunehmen wie man ist. Heilung kann nur geschehen, wenn man das Jetzt akzeptiert, um dann aus dieser Qualität heraus, Heilung geschehen zu lassen. Das heißt auch, die Krankheit, mentale oder emotionale Prägungen anzunehmen und nicht dagegen anzugehen bzw. sie zu verdrängen, zu akzeptieren, dass sie da sind, ihnen auch Respekt und Liebe entgegenbringen. Auch dem einen oder anderen Zipperlein und den so lang anhaltenden mentalen Lebenseinstellungen. Erst dann, wenn man sie in Liebe annimmt, zu ihnen steht, beginnt Heilung. Es lohnt sich, darüber etwas länger zu kontemplieren, wie die geistigen Freunde gern sagen. Auch schwere Krankheitssymptome wie Krebs sollten angenommen werden, um dann aus dieser Situation zu schauen, warum der Krebs da ist, und was er einem sagen will. Das ist der erste Schritt in die Heilung, vermittelte uns Raphael. Ich spüre eine tiefe Resonanz zu dieser Weisheit. Ich wünsche allen nun viel Freude mit Kryon.

Herzlich

**Barbara Bessen**

## Kryon-Channeling November 2016

### Sich selbst inniglich lieben....

Seid mir herzlich begrüßt liebe Freunde, ich bin Kryon vom magnetischen Dienst. Was für eine Begrüßung, sie klingt etwas ältlich, etwas antiquiert, oder? Ich bin einer/eine von denen, die schon lange hier weilen, die Erde und ihre Bewohner betreuen und ihnen Kraft, Liebe und Begleitung schenken. Ich hatte viele Namen, mit denen man mich ansprach, identifizierte und katalogisierte. Diesen Namen Kryon nahm ich nach der Harmonischen Konvergenz an, weil er passend für diese Zeit ist. Passend in der Schwingung, passend in dem Ausdruck, in der Qualität. Dieser Name gilt nun immer noch, er hat nichts an Schwingung eingebüsst. Hat aber in der physischen Realität etwas gelitten durch die Katalogisierung und Bewertung durch einige Menschen. Und es gab jene, die versuchten, diesen Namen zu beschädigen, ihn als trügerisch zu beschreiben. Tja, so ist es mit den Namen. Und zu guter letzt: Wenn man Menschen seit dreißig Jahren mit derselben Begrüßung erscheint, kommt bei einigen ein Gefühl der Verbundenheit auf, bei anderen so etwas wie ein Gefühl der Langeweile und das Bedürfnis nach etwas Neuem. Es ist wie es ist.

Dennoch hat die Kraft, die ich mitbringen darf, nichts eingebüsst. Ich bin wie ich bin, ich bin der ich bin, und ich bleibe hier, bis die Erde ihren Aufschwung, den Weg in die lichtereren Ebenen geschafft hat. Mit welchem Namen auch immer...

Wer dies hier liest, darf sich nun zurücklehnen und kann das, was ich jetzt übertrage, genießen. Was ich übertrage? Na, die Liebe natürlich. Die Liebe, die Göttliche Schöpferenergie, die alles hält, die die „Suppe“ für die Formwerdung zur Verfügung stellt. Die Energie von allem was ist. Nun, lasst uns währenddessen ein wenig plaudern. Es geht in dieser Zeit des großen Wandels immer um die Verbindung zum Göttlichen.

Schau dich um, was ist los auf der Erde? Immer noch viel Transformation. Einige von euch mutmaßen, es hört wohl nie auf. Das ist korrekt, solange ihr auf dem Weg nachhause seid, geht es immer ums Loslassen, um Wachstum. Womit Wachstum gleich Transformation und Integration ist. Es geht um das Loslassen der eigenen Erfahrungen und die der Erde. Es geht nicht darum, sie zu löschen oder auszuradiieren, sie sollen bleiben, um als Trophäe vom Höheren Selbst integriert zu werden. Und manche unter euch fühlen, wie die „Goldene Welle“, der Synchronisationsstrahl aus dem Zentrum der Galaxie, noch einen stärkeren Schub bekommt. ER wirkt noch intensiver in beide Richtungen des dualistischen Feldes. ER nimmt das Alte weg bzw. holt es nach oben und gibt somit der Göttlichen Energie die Möglichkeit, das Leben der Menschen in die Herzensqualität zu heben.

Es wird viel über Heilung gesprochen. Wenn du tief in dich fühlst, weißt du, Heilung geschieht immer durch dich selbst. Andere dürfen lediglich ein bisschen schubsen bzw. dir die Hand reichen. Aber der Heiler deines Seins bist du. Und was geschieht, wenn und damit du in die Heilung gehst? Du nimmst dich an, so wie du bist. Man nennt es auch, in die Selbstliebe gehen. Die Liebe, die ich meine, ist ohne Wertung. Es geht nicht darum, irgendetwas zu tun, um liebenswert zu sein. Du bist bereits liebenswert. Du bist es wert, dich selbst zu lieben und auch geliebt zu sein. Nichts ist schlecht an dir. Du hattest und hast lediglich eine Reise in der Dualität. In dieser Dualität geht es oft wild zu, es wird geschubst, getreten, gerangelt, geküsst, gestreichelt und geliebt. Oft geschieht dies auch schnell hintereinander oder durcheinander. Der Mensch packt dann diese Erfahrungen in die Werteschublade. Das ist der Stoff der Dualität. Hat es dir Spaß gemacht, so zu spielen? Du musst lachen? Das ist gut. Lachen ist der Schmierstoff für die Glättung deiner Erfahrungen, damit sie nicht mehr in Resonanz gehen und dich berühren. Lache deine Sorgen hinfert, und lache dich selbst an. Lache,

und dir wird es gut gehen. Du hast Sorgen? Welche? Du hast kein Geld, du bist krank und/oder du fühlst dich nicht geliebt? Das sehe ich. Aber was wäre, wenn du dich selbst in den Arm nimmst und dir vermittelst, dass es für alles eine Lösung gibt. Und dass diese irdischen Parameter lediglich dein Leben hier beschäftigen. Es ist Energie aus Ursache und Wirkung. Nicht mehr und nicht weniger. Du bist multidimensional, dein wahres Sein kann es nicht beeinflussen, nicht beschädigen, nicht belästigen. Dein wahres Sein, dein Höheres Selbst ist nur ein Beobachter, kein Wertender. ER SIE ES guckt zu, wie seine Fragmente hier auf der Erde leben und erfreut sich an den Erfahrungen. Das ist das Leben hier auf der Erde und ist auf anderen dritt- und vierdimensionalen Planeten ähnlich.

Es wäre wunderbar, du würdest dich nun als das ansehen, was du bist: Ein hohes Göttliches Schöpferwesen, das eine Enderfahrung hat. Du bist Geist in einem irdischen Körper. Hmm, wie fühlt sich das für dich an?

Leg für einen Moment eine Hand auf deine Brust in Herznähe und fühle die Verbindung zu dir selbst. Ich lege noch meine Hand dazu. Ich lenke die Göttliche Energie gezielt als Liebesstrahl in dein Sein. Verweile gern so einen Moment. Spüre, wie alle Gedanken in die Peripherie gehen. Sie berühren dich nicht mehr. Du bist ganz im Feld der Liebe. Durch diese Liebe verlichtet sich dein körperliches System, alte Speicherungen verlieren an Resonanz. Damit will ich dir vermitteln, dass jetzt in diesem Moment Heilung geschieht. Was geheilt wird? Das, was du jetzt in diesem Moment - ob bewusst oder unbewusst - loslassen und transformieren möchtest. Wir nennen es auch „Verlichtung“. Deine innere Weisheit wird wissen, was dran ist. Selbstliebe ist das Annehmen des eigenen Seins, so wie es jetzt ist. Mit all den Dingen und Fehlern, wie du es nennst, die du in deinem Leben als Erfahrung hattest. All dies ist nichts Schlechtes. Es ist einfach. Du bist liebenswert, so wie du jetzt

bist. Ganz und gar, mit Haut und Haaren und all den Erlebnissen, die du nicht anschauen magst, oder all den Krankheits- oder Lebenserfahrungs-Symptomen, die du hast.

Kannst du das annehmen? Wunderbar. Die Liebe des Göttlichen wohnt in dir und breitet sich immer mehr aus. Kannst du das fühlen? Nimm dir öfter Zeit, in dieser Qualität zu sein. Auch gern, indem du dies hier immer wieder mal liest. Du brauchst uns von der anderen Seite des Schleiers eigentlich nicht, du bist selbst dein Heiler und Schutzengel. Aber ab und an ist es gut, einen Freund an der Seite zu haben, der schützend und liebevoll seine Hand auf dein Herz legt.

Sich lieben heißt, sich anzunehmen, bedingungslos. Dann wird das Leben leichter, und der Strudel der Dualität wird langsamer, leichter und erfasst dich nicht mehr so schnell. Es ist die Zeit, das eigene Leben in Freiheit, in Freude und mit weit geöffnetem Herzen zu genießen. Und manchmal ist es auch voller Wunder. Oder sind es „nur“ Synchronizitäten, die sich ergeben, weil du in Liebe mit dir bist?

Für all die, die gern mit ihrem Verstand die Welt verändern wollen, möchte ich gern noch etwas hinzufügen: Es wird immer das in dein Leben kommen, worauf du deinen Fokus lenkst. Ist dir schon aufgefallen, dass gewisse Erfahrungen nicht mehr in dein Leben kommen, dass sie dich nicht berühren? Und ist dir auch aufgefallen, dass gewisse Dinge *immer wieder* in deinem Leben passieren? Woran mag das liegen? Du hast noch etwas in deinem Erfahrungsrepertoire, das unerledigt ist. Was du tun kannst? Dich lieben, deinem Höheren Selbst die Chance geben, dich zu verlichten.

Dann gibt es die „Denker“ von euch, die sich mit allem beschäftigen, was auf der Erde passiert. Wie fühlt es sich für dich an, in diesem Feld der Geschehnisse zu sein? Aufregend, spannend? Aber es empört auch, es macht wütend und schafft schlechte

Stimmung, nicht wahr? Oder was geschieht mit dir, wenn du beispielsweise die Wahl in Amerika beobachtest? Kannst du darüber lachen, weil es so skurril erscheint? Das ist sicher das Beste. Denn die Lösung oder das Ergebnis ist nicht so wie es scheint. Es wird sich eine Entlarvung, eine Aufdeckung von vielen Dingen ergeben, egal wer gewinnt. Das ist der Grund, warum es so ist, wie es ist. Es geht also auch - wie überall auf der Erde - um loslassen und transformieren. Wie es in Syrien weitergeht? Ähnlich, es geht darum, zu erkennen, wer wirklich was will. Worum geht es hier tatsächlich? Das ist zurzeit nur für einige sichtbar, die sich gern mit Verschwörungstheorien beschäftigen. Natürlich sind es andere Dinge, die da gewollt sind. Und nicht immer ist der der Gute, der sich dafür ausgibt. Im Moment weiß niemand so recht, wer welche Rolle spielt. Manchmal wechseln auch die Macher die Fronten. Und natürlich sind alle Länder und Regierungen an allen Plätzen involviert, auch wenn äußerlich nicht erkennbar ist, wie wer mit wem vernetzt ist und den Reigen der Macht tanzt.

Nun sei noch erwähnt, dass du jetzt hier auf die Erde gekommen bist, um das Feld der „Goldenen Welle“, der Göttlichen Energie, weiter offensichtlich zu machen, zu stärken, zu vernetzen. Und da macht es Sinn, sich selbst zu fragen, was jetzt hier deine Aufgabe ist. Auf jeden Fall ist es die, dich selbst zu transformieren und zu stärken, mehr in dem Feld der Liebe zu sein. Aus dieser Qualität heraus wirst du das entwickeln, das tun, was wichtig ist, um die Transformation hier auf der Erde zu unterstützen. Angst, sogar Hassgefühle oder Gefühle der Resignation sind nicht hilfreich. Möglicherweise gibt es im Moment für diverse äußerliche Probleme keine Patentlösung. Aber sei sicher, sie wird da sein, wenn es soweit ist, wenn es passt. Und vielleicht aus einer Ecke oder einer Lebensqualität, aus der es keiner erwartet. Wer diese scheinbaren Wunder möglich macht? Die Liebe.

Ich bin in tiefer Liebe und Verbundenheit ein Freund der Menschheit  
KRYON

Empfangen von Barbara Bessen im November 2016. Dieser Text steht zur freien  
Nutzung zur Verfügung. Änderungen des Textes sind nicht erlaubt.