



# Angst essen Seele auf

und Liebe lässt uns sein.

„Angst essen Seele auf“ ist ein deutsches Melodram des Regisseurs Rainer Werner Fassbinder aus dem Jahr 1974. Der Film handelt von einer älteren Frau, die sich in einen jüngeren Marokkaner verliebt und ihn heiratet. Ein Melodram, das mit kühler Brillanz die Missachtung von Minderheiten und die Mechanismen sozialer Unterdrückung analysiert.

Nun, was hat dieses Melodram mit den derzeitigen Situationen von Maskenpflicht, Kontaktverboten und sonstigem panischem Aktionismus „angesichts“ eines Virus zu tun?

Es zeigte bereits vor vielen Jahren auf, wie eine sogenannte zivilisierte Gesellschaft auf etwas Fremdes oder nicht moralisch Vorstellbares reagiert. Mit Ausgrenzung, Kampf, Ironie, Missachtung, Verleumdung und Hass. All das, was wir in diesen Zeiten verstärkt erfahren dürfen und was seit Jahrtausenden immer untergründig präsent war und ist.

Alle Ansichten und Einsichten von Jesus von Nazareth waren den seinerzeit Mächtigen fremd und bedrohlich. All das gipfelte in seiner Ausgrenzung, Missachtung, Verleumdung und dem Hass des gelenkten Volkes.

Es drückte sich in der Kreuzigung Jesu aus. All der Hass, den die Menschen in sich entwickelt hatten, konnten sie so auf das Feindbild Jesu projizieren. Hat sich etwas verändert?

Heute hat sich offensichtlich nicht viel verändert. Die Feindbilder sind andere, sie sehen heute anders aus, vertreten andere Meinungen, kommen aus anderen Kulturen oder sind sogar unsichtbar.

Im Folgenden möchte ich nicht die aktuelle Krise kommentieren, sondern das, was geschieht, aus einer höheren Sichtweise betrachten, um zu sehen, warum es geschieht und was zur Heilung von uns Menschen möglich wäre, um in Freude, Frieden und Freiheit mit uns und der Natur zu leben.

## ***Brauchen wir Feinde?***

Ja, weil wir immer noch den Weg der Kriege gewählt haben und damit wahren Frieden verhindern. Wenn ich unbedingt Feinde brauche, dann lösen unsichtbare Feinde (z.B. ein Virus) enorme Ängste aus, weil gegen den Feind, den ich nicht sehen kann, kann ich nicht in gewohnter Weise kämpfen, auch weil für die meisten von uns ja nur das existiert, was sie auch mit den Augen sehen können.

Nun, auch diese sehr eingeschränkte Sichtweise wird durch die unsichtbaren „Feinde“ nun ad absurdum geführt. So dürfen auch diese Menschen in der heutigen Zeit fleißig lernen.

Wir sind geistige Wesen, die hier menschliche Erfahrungen sammeln dürfen, um zu lernen und uns selbst zu erkennen. So ist das, was wir mit unseren Augen sehen, vielleicht 5% von dem, was wirklich existiert. Doch ca. 95% sind für unsere Augen unsichtbar, in Analogie zu unserem Universum.

## **Im Kleinen, wie im Großen.**

Als energetischer geistiger Heiler habe ich mich dahin ausgerichtet immer mehr von diesen ca. 95% des Unsichtbaren zu erfahren, zu erkennen und weiterzugeben, wobei die ca. 5% des Sichtbaren als Projektionsfläche (z.B. als unsere Körpererscheinungen) nützlich und hilfreich sind.

## **Das Wesentliche ist den Augen unsichtbar. - Man sieht nur mit dem Herzen gut.**

In unserer menschlichen Gestalt ist es ähnlich, so dass uns vielleicht 5% von unseren wahren Möglichkeiten bewusst sind und uns ca. 95% dessen, was uns wahrhaft ausmacht, unbewusst sind. Es ist also wie die Spitze des berühmten Eisbergs, die im Sichtbaren, im Bewussten ist. Dem zur Folge müssen wir stets in die Tiefen unserer menschlichen Gestalt vordringen, um dem, was wirklich wirkt, näher zu kommen. Dieses entspricht der Instanz in uns, den wir Seele und Geist nennen und der unsterblich ist. Doch unser gesamtes Bewusstsein, unabhängig ob bekannt oder unbekannt, gestaltet unseren gesamten Körper.

In unserem Körper-Universum ist unser Unbewusstes auf zellulärer Ebene gespeichert. Je klarer wir

unseren Körper fühlen können, desto mehr kann uns bewusst werden. Dies erfordert, dass wir unsere Aufmerksamkeit mehr auf uns selbst zu richten haben und vor allem, dass wir das, was wir in uns fühlen auch korrekt interpretieren. Dies ist die Wahrnehmung von uns selbst, welche oftmals aus vergangenen Erfahrungen recht verzerrt ist.

Wir sind von Kindheit an so trainiert die Aufmerksamkeit nach außen zu richten, dass wir in späteren Jahren oftmals verlernt haben uns selbst zu fühlen und wahrzunehmen. Wer kennt es nicht, wenn wir nach einem langen Arbeitstag nach Hause kommen und uns fragen wer wir überhaupt sind.

So verwundert es nicht, dass wir den uns umgebenden Menschen, Wesen oder Viren sehr viel Aufmerksamkeit schenken, viel mehr, als uns oftmals gut tut.

### **Die Energie fließt stets dorthin, wohin wir unsere Aufmerksamkeit richten.**

All das, zu dem wir unsere Aufmerksamkeit fließen lassen, wird stärker werden.

In dem z.Z. ein Virus weltweit so viel Aufmerksamkeit erhält, wie nie zuvor, wird dieses Virus bzw. die Bedeutsamkeit dieses Virus immer stärker.

Und in dem wir das Virus immer weiter stärken, so mutiert dieses Virus zu einem Virus, welches wesentlich gefährlicher ist: *Dem Virus der Angst*. Dem zur Folge ist nicht das Virus die Herausforderung, sondern die daraus entstandenen mannigfaltigen Ängste, die den gesunden Menschenverstand offensichtlich außer Wirkung setzen, in welcher Ausprägung auch immer.

Und bei allen hilflosen und z.T. absurden Maßnahmen, die aus Angst entwickelt und praktiziert werden und wurden, kämpfen wir weiter gegen die Natur, gegen das Virus. Nein, in dem die Ängste weiter durch die Medien und andere Irrgläubige geschürt werden, entwickeln viele von uns nun verstärkt Ängste gegen die Menschen, also gegen die Wesen unserer Art. Wer einmal beim Einkaufen die Reaktion der Menschen beobachtet hat, wenn jemand niest, der weiß, was ich meine.

Und es hat viele weitere Reaktionen zur Folge. Kinder werden mit Schuld beladen, so dass sie Angst haben ihre Großeltern zu infizieren, und Masken allein aus dieser Angst heraus tragen und für andere leiden. Wollen wir das so, angstbesetzte Kinder?

Doch ernst wird es wohl erst, wenn sich ein Kind erschreckt, wenn seine Mutter die Maske abnimmt. Neben allen finanziellen Folgen wird all dies tiefgreifende gesellschaftliche und menschliche Folgen haben, die größtenteils noch gar nicht überschaubar sind, denn:

### **Die Angst vor dem Virus ist nun eine Angst vor den Menschen. Doch Menschen brauchen Menschen, um zu heilen.**

Nun, streng betrachtet hat sich nichts verändert, denn wie viele Menschen sind auch zuvor in ihren aufgesetzten, nur unsichtbaren Masken herumgelaufen. Es wird durch die Ängste nur offensichtlicher und klarer erkennbar.

Viele Menschen hatten auch zuvor Angst vor anderen Menschen. Es wird jetzt nur deutlicher.

So gesehen werden wir Menschen in dieser Zeit nur sichtbarer und klarer erkennbar, in dem deutlicher wird, wer aus Angst lebt und wer in Liebe (mit der Natur).

### **Aus der Angst in die Liebe**

Mit all den z.Z. aktivierten Ängsten sind wir auf dem entgegen gesetzten Weg, der uns in allen spirituellen und religiösen Schriften empfohlen wird und zur bedingungslosen Liebe oder Gott führt.

Die Grenzen unseres selbstbestimmten Lebens werden also immer enger (Enge = Angst).

Und hier ist sehr deutlich die Frage zu stellen, ob wir wirklich ein selbstbestimmtes Leben führen (dürfen), d.h. ein Leben in absoluter, bedingungsloser Eigenverantwortlichkeit.

### **Wer ist für mein Leben verantwortlich?**

Dies ist wohl die Frage aller Fragen in dieser heutigen Zeit, in der weltweit Ängste freigelegt sind.

Und in den meisten aller Länder und Völker meinen die Regierenden oder Herrschenden die Verantwortung für das Leben ihrer Bürger oder Untertanen übernehmen zu müssen und treiben so die Massen in die Enge bzw. in die Angst. So sind die Massen besser steuer- bzw. manipulierbar.

Beziehe ich mich auf unseren Körper, so meint unsere Verwaltungsbehörde in unserem Gehirn die Macht über jede Zelle (ca. 80 Billionen) in unserem Körper zu besitzen, welches nur scheitern kann, weil ca. 5% unseres Bewusstseins die anderen 95% zu steuern versuchen. Dies ist die energetische Ebenenverwirrung, da versucht wird auf der Körperebene etwas zu erreichen, was nur durch Seele und Geist möglich ist. Wie wäre es, wenn wir jede Information von ca. 80 Billionen Zellen erfahren?

Jedem sollte ersichtlich sein, dass dies unser Gehirn und damit auch die Regierenden und Herrschenden über Länder und Völker total überfordert. Erschwerend ist dabei, dass wir uns in Analogie zum vorgenannten Machtsystem ein entsprechend kostenoptimiertes Gesundheitssystem geschaffen haben, welches gegen neuartige Viren nahezu hilflos wirkt bzw. Hilfreiches aus ideologischen Gründen immer noch ablehnt. Doch die größte Menge an Menschen ist gut vorbereitet!

Dieses von uns allen geschaffene Machtsystem nimmt uns nun in Zeiten der Krise die Verantwortung für unser aller Leben ab. Nun, wer will sich jetzt darüber beschweren?

Wir alle, ob jung oder alt, werden wieder zu Kindern degradiert, die nicht eigenständig sein können und schwere Strafen befürchten müssen, wenn wir gegen die neuen Regeln verstoßen.

Wir können also feststellen, dass nicht wir selbst die Verantwortung für unser Leben haben und das löst noch mehr Ängste aus, vor allem in denen, die gerne selbstverantwortlich leben (wollen).

In dem wir also unsere Eigenverantwortung für unser aller Leben abgegeben haben (oder wurde sie uns genommen?), müssen wir alle nun in mannigfaltigen Ängsten leben.

Aus meiner langjährigen Erfahrung, nicht nur als energetischer geistiger Heiler, sondern auch als ehemals schulmedizinisch „unheilbar“ Kranker, kann ich feststellen, dass hinter jeder Krankheit Ängste stehen und so werden mehr Ängste noch mehr Krankheit auslösen. In der Essenz meiner eigenen Heilung habe ich mich vor allem mit meinen größten Ängsten auseinander gesetzt und durch neue Erfahrungen durch sie hindurch gehen müssen. Heute gehe ich mit ihnen.

### **Nur die Liebe zu sich selbst, die Selbstliebe, führt in die Heilung.**

In der Liebe zu sich selbst hat unser Herz oder unsere Herzessenz die Führung, nicht unser Gehirn. Wir handeln so, dass wir uns selber und damit auch allen anderen fürsorglich, wohlwollend und nachsichtig zugewandt sind. In dieser Herzessenz schenken wir jedem Organ und jeder Zelle in uns die liebevolle Aufmerksamkeit, wie jedem anderen Menschen dann auch.

### **Im Innen, wie im Außen.**

Leben wir aus dieser Herzessenz nehmen wir die Verantwortung für unser Leben, für alles was wir denken oder nicht denken, wie wir handeln oder nicht handeln, ganz zu uns. Wir sind dabei voll und ganz für alles verantwortlich, was in uns geschieht bzw. nicht geschieht. Und in dieser bedingungslosen Eigenverantwortung lassen wir es nicht zu, dass andere uns diese Verantwortung ab- oder wegnehmen. Wir werden so die Meister/innen unseres Lebens und tanzen auf einem Maskenball.

### **In der Herzessenz sind wir vollkommen verantwortlich für uns selbst.**

In dieser Selbstverantwortung sind wir lernende Wesen, ein Leben lang und vermutlich darüber hinaus. Wir sind Gottes Kinder und sind hier, um Neues zu erfahren, zu lernen und daran zu wachsen. Jedes neue Virus ist so eine Herausforderung, der ich so zu begegnen habe, damit ich lernen darf. Dies ist eine grundlegende Erkenntnis in Bezug auf alle Gefahren, die uns begegnen:

Solange wir uns einer Gefahr nicht stellen, wird sie uns beständig im Leben folgen und uns immer wieder begegnen, nur immer extremer, bis sie für uns lebensbedrohlich wird ...

Sehe ich mich einer Gefahr gegenüber, der ich mich nicht gewachsen fühle, so muss ICH mich schützen, flüchten, mich verstecken, mich isolieren, ... bis die Gefahr vorüber ist. Doch wir projizieren unsere Ängste wieder auf alle anderen, anstatt uns selbst damit auseinander zu setzen.

Wir haben uns so jeder Gefahr (Lebensthemen) zu stellen, um zu leben und an ihnen zu wachsen bis wir sie liebevoll annehmen können und sie in uns nichts mehr beängstigendes auslöst.

Das Geschenk, was wir uns so in Liebe zu uns selbst gestatten, ist das Vertrauen in uns selbst. Dieses Vertrauen wächst, in dem wir gut für unseren Körper, ein starkes und ausgeprägtes steuerndes und physisches Immunsystem, eine gesunde Ernährung, eine saubere Hygiene, .... sorgen.

Wenn wir uns selber nicht vertrauen, dass wir gesund und gesund geschützt leben können, wem können wir dann noch vertrauen? Die Ergebnisse unseres Nicht-Vertrauens erleben wir jetzt.

So haben wir beständig die freie Wahl, ein Leben in Angst und Krankheit zu leben oder ein Leben in Liebe und Heilung. Und, wofür entscheidet sich jede(r) Einzelne von uns?

Natürlich sind beide Wege eine enorme Herausforderung, die entweder in ein Leiden oder in die Heilung führen werden. In unserer bewussten Entscheidung haben wir jederzeit die freie Wahl, und:

**Wir wissen überhaupt nicht, wie wundervoll Leben sein kann!  
Nur Mut, alles ist (wird) gut.**

### ***Liebe lässt uns sein***

Alles im Leben führt uns weiter in die Liebe, ob durch Leid (unbewusst) oder durch Heilung (bewusst), ist unsere Wahl.

**Die Wege ins Licht sind verschieden, doch das Ziel ist stets das gleiche.**

Hier sind es vor allem unsere eigenen Ängste, vor allem die Angst zu sterben bzw. der Wechsel ins unsichtbare Leben, die unseren Lebensweg bestimmt. Ängste sind ein Folge unserer negativen Erfahrungen aus unserer Vergangenheit, welche sich nicht nur auf das derzeitige Leben reduzieren lassen. Oftmals wissen wir nicht, was in unserem Leben geschehen ist, wodurch in uns Ängste ausgelöst werden. Wir versuchen mit dem Verstand Erklärungen für alles zu schaffen. Dabei sollten wir uns besser in das Erleben unserer Zeit als Kind zurück versetzen, um diesen alten Gefühlen wieder Raum zu geben und uns fragen, ob unser heutiges Verhalten immer noch angemessen ist.

In dieser Zeit werden wir alle wieder in die Zeiten unserer Kindheit zurück versetzt. Die Regierenden oder Herrschenden maßregeln uns, schüren alle möglichen Ängste in uns, lassen uns nicht in Freiheit leben, drohen uns mit fürchterlichen Strafen, kontrollieren uns usw. Sie generieren Angst.

So ist es nicht verwunderlich, dass sich die Menschen, die dies bereits in der Kindheit erfahren haben, nun aufbegehren. Sie ergeben sich, wie in früher Kindheit, in die Opferrolle, kämpfen gegen die Bösen, und manch andere ertragen alles und die Braven von ihnen denunzieren ....

All dies wird in der heutigen Zeit der Krise wieder angeregt und nun auch deutlich im Außen sichtbar. Wie im Film „Angst essen Seele auf“ werden heute die Minderheiten ausgegrenzt, bekämpft, ignoriert, mit Ironie verspottet und verleumdet, anstatt dies in einen Dialog des Lernens zu führen. Wie groß müssen daher auch die Ängste der sogenannten Mächtigen und Regierenden erst sein.

Letztendlich könnten wir heute erkennen, dass das, was in dieser Krise geschieht, absolut sinnvoll ist. In unserem beständigen Fortschritt haben wir uns mehr und mehr von den Grundlagen unseres irdischen Lebens entfernt, von Mutter-Natur, Mutter-Erde, dem Universum, dem All, Gott. Der globale Klimawandel ist nur ein Ausdruck unseres „Fortschritts“.

**Wir Menschen sollten uns besinnen, unserem Sinn folgen.**

Wir sollten umdenken, ob wir nicht besser den Weg der Selbstverletzung und Selbstvernichtung verlassen und uns selbst, unseren Mitmenschen und unserer göttlichen Natur wieder liebevoll zuwenden. Und diese Krise zeigt es uns um so deutlicher:

**Wir können nur mit der Natur leben, nicht dauerhaft gegen sie.**

Die Natur ist stärker als wir Menschen. Wir werden nie die Natur absolut kontrollieren können, son-

dern sie schafft sich ihren Raum, ob wir wollen oder nicht. Die zunehmenden Wetterextreme, Überschwemmungen, riesigen Brände, Wirbelstürme, Zyklone, Schmelzung der Erdpole, Massensterben vieler Tierarten usw. zeigen es nur zu deutlich.

Und wenn wir uns nicht besinnen, jede(r) Einzelne, wird es immer extremer werden.

Meinen wir immer noch, dass dies gemäß dem Ursache-Wirkung-Prinzip keine Auswirkungen hätte? In liebevoller Zugewandtheit zu Mutter-Natur und unserer geistigen Quelle haben wir die Möglichkeit in Harmonie zu leben oder zunehmend in Angst und Schrecken. Wir haben die freie Wahl.

Doch momentan schwingen die meisten von uns weiterhin in den Gegenpol und sehen in einem Virus den äußeren Feind, der nun eingefangen, unschädlich gemacht und eliminiert werden muss. Wir sind weiter mit der Natur im (Welt)Krieg. Wir kämpfen weiter gegen die Natur (gegen uns selbst) und so werden die Folgen weiter zunehmen, weil alles, was wir aussenden, auf uns zurückkommen wird.

Bereiten wir uns darauf vor, in dem wir den Weg der Liebe und Heilung klar und bewusst wählen.

So strebt alles, was lebt, in die Harmonie – in den Ausgleich – und so auch Mutter-Natur, die Grundlage unserer menschlichen Existenz. Dies ist das Grundgesetz der Heilung, der Liebe.

**In der Eigenverantwortung zu unserem Leben sind wir uns selbst zugewandt,  
können wir uns heilen und in Liebe sein.**

Nehmen wir so die Verantwortung für uns selbst wieder ganz zu uns, so ist jeder wieder für sich aus Liebe voll und ganz für sein Leben, für jeden Gedanken, verantwortlich, in Selbstliebe. Und wenn jeder von uns gut für sich selbst sorgt, so ist für alle gesorgt und wir können anderen hilfreich sein es ebenso zu tun. Nicht, in dem wir es für sie tun, sondern in dem sie lernen es selbst zu tun.

Diese Selbstzugewandtheit ist eine willentliche Entscheidung und führt fast zwangsläufig zu Selbstannahme und geistigem Wachstum hin zu einer göttlichen Ausrichtung.

**Nur wer sich selbst vollkommen annehmen kann,  
kann auch alle anderen vollkommen annehmen.**

Dies ist der Paradigmenwechsel, der zur globalen Heilung notwendig wird. Hierbei wird es grundsätzlich überflüssig alles äußere von mir zu verändern, weil ich es annehme, so wie es ist, in Liebe.

Und wenn alle Menschen sich so annehmen würden, wie sie wirklich sind, dann wäre die Welt eine andere. Doch dazu müssten wir uns erst bewusst werden, wer wir wahrhaftig sind:

**Wir sind alle reine Seelen!  
Nur manche von uns wissen es noch nicht.**

Mögen wir allen Regierenden unser Mitgefühl schenken, da sie sich total überfordert haben.

Mögen wir allen im Gesundheitssystem Arbeitenden Dankbarkeit, Kraft und Stärke schenken.

Mögen wir allen Querdenkern ihren Trotz und Hass verzeihen, auf dass sie ihre Freiräume finden.

Mögen wir allen Ängstlichen mit Nachsicht und Verständnis begegnen, auf dass sie Schutz finden.

Mögen wir alle Verstorbenen bedauern, sie betrauern und ihnen inneren Frieden wünschen.

Mögen wir uns immer wieder bewusst werden, dass alles was entsteht, auch wieder vergeht ...

... jede Pflanze, jede Zelle unseres Körpers, jedes Lebewesen, jeder Mensch und jedes Virus ...

Gerne bin ich behilflich und biete energetisches geistiges Heilen zum *Gesundbleiben* an.

In innerer Verbundenheit

Michael Bergmann - Energetisches geistiges Heilen