

# Aktueller Brief

Mitte Juni 2013



*Liebe Freunde, sehr geehrte Damen und Herren,*

viele Menschen verschwenden einen großen Teil ihrer Energie, indem sie sich über andere Menschen ärgern, sie in ihren Gedanken oder Worten kritisieren oder gar gegen sie kämpfen. Ärger, Wut, Hass, Gram, Groll, Neid, Missgunst und Eifersucht beherrschen das innere Klima vieler und belasten das äußere Klima in Familien, Firmen und anderen Gemeinschaften. Die meisten glauben, sie seien das Opfer ‚schlechter‘ oder ‚schwieriger‘ Menschen und wären diese nicht da oder wären sie anders, dann ginge es ihnen gut. Das ist ein Irrtum. Ich bin überzeugt, dass wir uns alle in unserem Herzen nach Frieden und Harmonie sehnen und dass in dieser Zeit immer mehr diesen Frieden in sich, mit sich und mit ihren Mitmenschen finden werden und zu Zufriedenheit gelangen. Hierzu ein paar Gedanken und Empfehlungen.

1. Alle Menschen, über die wir uns ärgern oder an denen wir uns reiben, können für uns Wegweiser zum Frieden mit uns selbst sein. Sie gehören zu den wichtigsten Menschen in unserem Leben, die uns auf einen Unfrieden in uns selbst aufmerksam machen.
2. Wenn ein Mensch ein unangenehmes Gefühl wie Ärger oder Wut in uns auslöst, dann war dieses Gefühl schon vorher in uns. Es ist fast immer die Wut des kleinen Kindes in uns. Aber in der Regel verdrängen wir solche Gefühle und erkennen sie nicht als unsere eigene Schöpfung.
3. Wenn wir unsere Verantwortung für dieses Gefühl übernehmen und es als unser Gefühl in Besitz nehmen, indem wir nach innen gehend sagen: **„Du bist meine Wut. Ich habe dich einmal erschaffen und lange abgelehnt, dich zu fühlen. Heute bin ich bereit dich mit Liebe zu fühlen“**, dann können wir diese Gefühle in uns in Frieden und Freude verwandeln (das geht über verschiedene Meditationen, u.a. mit „Frieden mit deinen ‚Arsch-Engeln““).
4. Wir lehnen am Anderen meist etwas ab (Eigenschaften oder Verhaltensweisen), was wir auch an uns selbst ablehnen oder was wir nicht sein wollen.
5. Oft erinnert uns dieser ‚schwierige‘ Mensch an einen Menschen aus unserer Vergangenheit, mit dem wir bis heute noch nicht im Frieden sind (oft sind es Vater, Mutter, Bruder oder Schwester).
6. Jeder wütende Mensch ruft mit seiner Wut nach Liebe. Sobald wir anfangen, uns selbst und unsere Wut zu lieben (indem wir sie als die Wut des Kindes in uns erkennen und dieses Kind lieben lernen), können wir unser Herz für den anderen öffnen und ihm innerlich mit Liebe begegnen (wenn er im Außen für solch eine Begegnung noch nicht offen ist).

7. Die innere Begegnung mit einem Menschen (im Rahmen einer Meditation) ist weit wirkungsvoller, heilsamer und friedensstiftender als der Versuch, mit dem Anderen zu reden. Begegnen wir Partner, Kind, Chef, Kollegen, Kind, Bruder, Vater, Mutter, Schwester etc. im Inneren im Rahmen eines Friedens- und Befreiungsrituals, spürt der andere dies und er beginnt – oft schon nach kurzer Zeit – sich anders uns gegenüber zu verhalten, weil sich unsere Ausstrahlung, unser Resonanzfeld, geändert hat.

**Im kommenden Live-Abend-Seminar steht dieses Thema im Mittelpunkt des Abends und ich freue mich, wenn viele sich jetzt für den Weg des Friedens, des Verstehens und Vergebens, für den Weg der Liebe entscheiden und ihn gehen. Denn in der unterdrückten Wut steckt eine ungeheure Menge gebundener Lebensenergie. Je mehr Wut und Ärger wir in unserem Körper gefangen halte und unterdrücken, desto müder und erschöpfter wird er werden.**

Mit herzlichen Grüßen

Ihr

Robert Betz

