

# Sorgen und Ängste bewältigen

Jesus Christus



LICHTWELT  
VERLAG

23.02.2021

→ Botschaft aus der 114. Lichtlesung

DIE MENSCHEN STÄRKEN

» Gib immer dein Bestes und übergib in der Folge das – was du nicht direkt beeinflussen kannst und was nicht direkt in deiner Hand liegt – Gott. «

JESUS CHRISTUS

# Sorgen und Ängste bewältigen

JESUS CHRISTUS

→ Bewusstseinsarbeit der 114. Lichtlesung, Video ab Beginn

## Gezielte Bewusstseinsarbeit

Geliebter Mensch,

die Zeit der großen Umbrüche ist im Gange. Es kann nicht mehr geleugnet werden: Gravierendes geschieht und fundamentale Umstellungen des Lebens auf der Erde stehen bevor.

Jetzt geht es darum, die richtigen Schlüsse zu ziehen und die richtigen Entscheidungen zu treffen. Jetzt geht es darum, bei den Weggabelungen, die sich zeigen, richtig abzubiegen.

Trauert dem alten Leben auf Erden nicht nach, denn was jetzt kommt, ist bei Weitem schöner und lichtvoller als alles, was euch bisher Erfüllung und Freude brachte.

Jedoch ehe es so weit ist, gilt es für die Menschheit durch die notwendigen Transformationsprozesse zu gehen und es gilt für den einzelnen Menschen sein inneres Licht zum Leuchten und seine Liebesfähigkeit zum Ausdruck zu bringen.

Das erfordert gezielte Bewusstseinsarbeit. Denn alles, was eines Tages von selbst zu dir gelangt, muss von deinem Herzen und von deiner Seele davor angezogen werden.

**Du musst imstande sein, das Licht der Schöpfung und die Liebe des Schöpfers magnetisch anzuziehen, dann bist du zu allem fähig. Weder Sorgen noch Ängste können dich dann erreichen.**

Und um die Sorgen und um die Ängste geht es in dieser Bewusstseinsarbeit in der Gnade Gottes.

## **Ich bin der Weg**

ICH BIN DER WEG, DIE LIEBE UND DAS LEBEN.

ICH BIN OHNE SORGE, ICH BIN FREI VON ANGST!

Diese dich stärkenden Worte halten dich, wenn du sie oft genug sprichst und verinnerlichst, in einer lichten Grundschwingung. Diese Worte sind die erste und zugleich wichtigste Maßnahme, um in dieser Zeit angstfrei und sorglos bleiben zu können. Denn das ist jetzt das Um und Auf, da eine noch nie dagewesene Angstkampagne über die ganze Menschheit ausgebracht wurde.

Ich bin JESUS CHRISTUS und ich bin mitten unter euch!

Ich gehe den Weg, der dir und der der Menschheit jetzt bevorsteht, mit euch! Wir gehen gemeinsam ein in das Licht und gemeinsam bewältigen wir die Sorgen, die jetzt aufkeimen und die sich zu Ängsten auswachsen, so wir nichts für deren Auflösung beitragen.

Erfreue dich an dieser Bewusstseinsarbeit und an den Heilungen, die jetzt von den Aufgestiegenen Meistern, den Erzengeln und durch Gott selbst gegeben werden. Öffne deinen Geist für die Energie des Lichts und öffne dein Herz für die Kraft der Liebe. Darauf kommt es am Ende an, denn **alles ist nichts ohne die Liebe.**

Geliebter Mensch,

was geschieht derzeit auf der Erde?

Der epische Kampf zwischen der Liebe und der Angst, dem Licht und der Finsternis ist in vollem Gange.

Obwohl der Sieg des Lichts gewiss ist und obwohl die Kräfte der Finsternis damit begonnen haben, sich selbst zu zersetzen, regiert bei immer mehr Menschen die Sorge und es ist die Angst, die die Herzen von immer mehr Menschen erfasst hat.

Warum? Während sich die einen vor dem Corona-Virus fürchten, haben die anderen Angst vor den Corona-Maßnahmen! Zu welcher Gruppe zählst du dich?

Alle Menschen sollen kollektiv in die Angst, in die Trennung und in den Wahnsinn getrieben werden, so lange, bis sie die bereits vorbereiteten Lösungen für diese Probleme akzeptieren. Wisset: Die, die für diese künstliche Krisen verantwortlich sind, sind jene, die dafür bereits Lösungen in ihrem Sinne entworfen haben. Die, die das Feuer gelegt haben, schreien jetzt am Lautesten, wenn es darum geht, das Feuer zu löschen.

Das ist so weit bekannt und wird von vielen Menschen immer mehr durchschaut. Jedoch die Ängste bleiben und die Sorgen wollen nicht weichen. Was ist also zu tun, wie aus dieser Falle rauszukommen und wie bei Verstand zu bleiben?

Wie die Nerven zu behalten und mitten in den Stürmen der Zeit ein glückliches Leben zu führen?

Wie Sorgen und Ängste zu bewältigen? Auch wenn es das letzte Spiel der Dunkelmächte ist, auch wenn am Ende alles gut wird, heute bist du in Sorge und heute lähmt dich die Angst.

Diesen zwei Aspekten wollen wir jetzt unsere ganze Aufmerksamkeit schenken, denn am Ende dieser Heilungsarbeit im Lichte Gottes, sollst du mit Werkzeugen versehen sein, die dich durch diese Zeit manövrieren und sicher an das Ufer der Neuen Erde mit bewussten und erwachten Menschen bringen. Widmen wir uns im ersten Teil der Sorge.

## **Die Sorge ist eine schlechte Gewohnheit**

Die Sorge mischt sich gerne in dein Leben ein. „Schließlich gib es genug Gründe für die Sorge!“, wirst du sagen, „Wenn ich auf die Welt blicke, dann habe ich sogar allen Grund zur Sorge!“

**Ich sage dir, die Sorge ist eine schlechte Gewohnheit, die du jetzt ablegen darfst und sollst.**

Wenn du in dieser Zeit dein inneres Gleichgewicht behalten oder wiederfinden möchtest, dann ist es an der Zeit, dein gewohnheitsmäßiges Denken – die Sorgen betreffend – abzulegen. Den ganzen Tag über machst du dir Sorgen.

Du hast Sorge um Menschen, um Dinge, die du verlieren könntest, Sorge vor Krankheit oder Sorge um dein Leben. Dein Verstand sorgt sich unentwegt. Ohne dass du es bemerkst, keimt der Same der Sorge in dir und es erwächst die Angst. Diese bittere Frucht vergiftet deine Seele und verschließt den Zugang zu deinem Herzen.

Wie der Sorge begegnen? Ändere die Gewohnheit! Das heißt, verbiete dir, Sorgen zu haben. Wie stellst du das am besten an? Nimm dir jeden Tag EINE bewusste Stunde Zeit dafür, dass du dir alle Sorgen, die aufkeimen, verbietest. Halte am Anfang zumindest EINE Stunde am Tag sorgenfrei.

**Mach täglich Urlaub von den Sorgen? Wie? Indem du, sobald eine Sorge auftaucht, zu dir selbst sagst: Ich verbiete mir diese Sorge!**

Danach denke immer an ein schönes Ereignis in deinem Leben, an einen Moment, der dich glücklich machte und wo du frei von Sorge warst.

Trainiere dein Gehirn auf das Abrufen lichtvoller und glücklicher Augenblicke. Das entfernt die Sorge. Es ist ein kleines Training mit großen Auswirkungen auf dein Tagesbewusstsein. Fällt es dir am Anfang schwer, positive Erinnerungen abzurufen, dann ist diese Übung ideal, aber auch dringend für dich!

Erster Schritt: Gehirn umschreiben und Sorgen entfernen

Gehe wie folgt vor:

- 1.) Verbiete dir jede Sorge!
- 2.) Rufe dir glückliche und sorglose Momente in Erinnerung!
- 3.) Sprich: ICH BIN DER WEG, DIE WAHRHEIT UND DAS LEBEN. ICH BIN FREI VON SORGE UND VOLLER LIEBE.

Wiederhole bei jeder Gelegenheit Punkt 3 und du wirst dein Gehirn umschreiben und aus der Sorge in das Vertrauen finden.

Es ist eine Arbeit, die sich lohnt und die deinen Alltag lebenswerter macht – weg von der Sorge, die sich einnistet, ohne dass du es bemerkst. Mach dir die Sorgen bewusst, wenn sie auftreten, und beende sie mit diesen Werkzeugen.

Verfahre auf ähnliche Weise mit der Angst. Wovor hast du Angst? Vor der Impfung, vor der Neuen Weltordnung, vor dem Transhumanismus, vor Krieg und Seuchen, vor der Trennung der Menschheit, vor Denunzianten, vor Freiheitseinschränkungen und vor der Zukunft deiner Kinder?

Es gibt unendlich viele Ängste, die heute auftreten können und die dich in einer tiefen Grundschwungung halten.

**Ein Mensch mit einer dauerhaft negativen Perspektive zieht genau die Umstände, vor denen er sich fürchtet, wie ein Magnet an.**

Das heißt, auch in diesem Falle gilt es die Gegenbewegung einzuleiten.

## Zweiter Schritt: Gehirn umschreiben und Angstfrei werden

- 1.) Verbiete dir die Angst!
- 2.) Rufe dir glückliche und angstfrei Augenblicke in die Erinnerung!
- 3.) Sprich: ICH BIN DER WEG, DIE WAHRHEIT UND DAS LEBEN. ICH BIN FREI VON ANGST UND VOLLER LIEBE.

Nimm dir jeden Tag für diese bewusste Hinwendung an deine Ängste Zeit. Bewältige sie, indem du sie zuerst wahrnimmst und respektierst!

Danach weise sie zurück, verbiete dir, Angst zu haben, und programmiere dein Gehirn neu.

Dein Gehirn nimmt Angst oder Liebe gleichsam wahr, es ist nur die Frage, womit du dich beschäftigst. Angst schwächt dein Nervensystem. Liebe stärkt und heilt es.

Beschreibe dein Gehirn neu, beschreibe deine Nervenbahnen mit schönen, lichtvollen, freudigen und friedfertigen Erlebnissen.

Das sind die Übungen, die dir ein Leben in der ansteckenden Energie von Freude zurückbringen.

Du wirst sagen: „Gut, mir gelingt es über weite Strecken angstfrei und sorglos zu sein. Doch immer wieder erreichen mich Sorgen und auch Ängste verschwinden nicht ganz. Manchmal fühle ich mich ohnmächtig im Angesicht so vieler Ängste und ängstlicher Menschen, die mich umgeben. Die Sorgen, die Negativität, die täglich über den Äther ausgestreut wird, wirken sich auch auf mein Leben aus und kaum habe ich eine Angst entfernt, kommt schon die nächste.“

Wie ist damit zu verfahren?

### **3 Schritte: Übergib alles Gott!**

Geliebter Mensch,  
es gibt einen Punkt in deinem Leben, an dem du alles Weitere Gott überlassen sollst! Was ist zu tun:

**Gib immer dein Bestes und übergib in der Folge das – was du nicht direkt beeinflussen kannst und was nicht direkt in deiner Hand liegt – Gott.**

Gott wartet auf deinen Auftrag und er wartet darauf, dass du dich mit IHM direkt verbindest. Niemand ist alleine auf dieser oder auf einer anderen Welt.

**Kein Mensch, auch du nicht, muss die Welt alleine retten oder den Kampf, der jetzt auf dieser Erde tobt, alleine führen.**

Gib immer dein Bestes! Sorge dafür, dass deine Sorgen weichen. Doch gelangst du an einen Punkt, an dem du nicht weiterkannst oder weiterweißt, dann übergib alles Gott.

Verfahre so auch mit deinen Ängsten und mit allen Problemen, mit denen du konfrontiert wirst:

- Ermächtige dich selbst, sodass du deinen **SORGEN** offen und weise gegenübertrittst, das heißt, die Fähigkeit zu entwickeln, die **SORGEN** vergessen zu können und sie aus dem gewohnten Denken zu entfernen.

- Ermächtige dich selbst, sodass du deinen ÄNGSTEN offen und weise gegenübertrittst, das heißt, die Fähigkeit zu entwickeln, die ÄNGSTE vergessen zu können und sie aus dem gewohnten Denken zu entfernen.

## **Wellness für die Seele**

Wellness von den Sorgen, Wellness von den Ängsten, heißt Wellness für die Seele. Das funktioniert, sobald du dich täglich damit beschäftigst und dir deine Kraft und Macht bewusster wirst.

Dennoch gibt es Momente, wo du nicht weiterkannst oder weiterweißt! Das ist das Leben des Menschen auf Erden. Erst der Erleuchtete ist befreit davon, da er auf einer Schwingungsebene lebt, auf der weder die Sorge noch die Angst existieren können.

Doch auch der Erleuchte übergibt alles an Gott! Deshalb verinnerliche bitte diese Wahrheit: Gott wartet nur darauf, für dich in Erscheinung treten zu können – und sei dir gewiss:

**Wenn du dein Bestes gegeben hast und wenn das Beste für das Glück nicht reicht, dann wird Gott zum unbewegten Beweger deines Schicksals.**

**JJK:** Heute - bei meinem Waldspaziergang, als sich diese Botschaft bereits ankündigte und ich über die Macht Gottes und SEIN Eingreifen nachdachte - kam ich am Dorfrand an einem katholischen Bildstock vorbei. Unter einem Marienbild las ich die Inschrift:

„Denn er befiehlt seinen Engeln, dich zu behüten auf all deinen Wegen.“ (Psalm 91,11)

**JESUS CHRISTUS:** Das ist die unabänderliche Wahrheit und das göttliche Gesetz für alle Welten und alle Wesenheiten auf und in allen Welten. Verbiete dir niedrige Schwingungsfelder und es geschieht! Gib dein Bestes und übergib alles Weitere Gott. Gott befiehlt seinen Engeln, dich zu behüten auf allen deinen Wegen. Das ist es, was du begreifen kannst, erfassen sollst und in dein Leben integrieren darfst. Gott behütet dich! (Meisterdialoge 8: Du bist behütet)

## **Gott behütet dich!**

Noch immer haben zu viele Menschen Gott aus ihrem Leben verbannt. So sind Ängste und Sorgen „normal“, jedoch, das muss nicht sein. Du kannst es sofort ändern, du hast es in der Hand! Niemand zwingt dich dazu, den Samen der Sorge keimen zu lassen, sodass am Ende die Frucht der Angst entsteht. Willst du dein Leben weiterhin vergiften?

Du sagst: „Aber die Umstände auf Erden, die Problemstellungen waren noch nie so massiv wie heute! Wie da sorglos sein oder angstfrei werden?“

**Ich sage dir: Jede Zeit hat ihre Menschen und exakt die Herausforderungen, die diese Menschen gewählt haben und meistern können. Heute stehen viele Menschen vor großen Wachstumsschritten. Alle Krisen, die jetzt auftreten, dienen dafür, diese Entwicklung zu vollziehen und die Wachstumschancen zu nutzen.**

In vielen vergangenen Leben habt ihr mit Krisen umzugehen gelernt. Nun ist die Zeit eurer Meisterschaft gekommen.

Gewissermaßen befinden sich viele von euch in der Abschlussprüfung – dass ihr sie meistern werdet, steht außer Frage! Doch du zweifelst gerne daran.

## **Neues Denken und neue Gewohnheiten**

So gehe hin und ändere dein Denken! Lösche ungünstige, alte Gewohnheiten und ersetze sie mit neuen, guten Gewohnheiten.

**Wenn es deine Gewohnheit ist, dich zu sorgen, so kann es auch zu einer Gewohnheit werden, sorglos zu sein – frei von Sorge!**

Mit den einfachen Übungen und Werkzeugen, die ich dir heute vorgestellt habe, wirst du wieder Lebensfreude kreieren und von der dichten Angstschwingung, die sich jetzt auf der Welt ausbreitet, weitgehend unerreicht bleiben. Verwandle die Angst in kreative, positive Energie und nimm die Sorge als Anlass dafür, der Freude mehr Aufmerksamkeit zu schenken.

**JJK:** Wie kann aber den Menschen geholfen werden, die in der Angst und Sorge stecken bleiben?

**JESUS CHRISTUS:** Sobald du fest in dir stehst, sobald du nicht mehr auf deine Sorgen blickst oder dich vor deinen Ängsten in Acht nehmen musst, bist du bereit, jenen ein Licht zu sein, die sich in der Finsternis verlaufen.

Das heißt, zuerst heile dich, zuerst bringe dich in deine Mitte, zuerst öffne deinen Zugang zum Herzen und entspanne deinen Geist und deine Nerven.

Das Wichtigste ist: dass du selbst ganz bleibst oder ganz wirst! Alles andere übernimmt Gott! Und auch die Menschen, die nach Hilfe und Trost suchen, finden von selbst zu dir.

Deine Aufträge können sich während eines Lebens wandeln, doch sie werden dir erst dann enthüllt, wenn du dich in ihre Richtung bewegst und bereit bist dafür.

## **Gott ist alles!**

Geliebter Mensch,

Du hast allen Grund zur Freude. Bewege dich täglich aus der Sorge heraus! Übe mit dir selbst, befreie dich selbst und verbiete dir mit Gottes Hilfe und unter dem Schutz der Engel alle Sorgen und Ängste.

Lenke dich dort ab, wo es möglich ist, das heißt, richte deine Aufmerksamkeit auf erhebende Dinge und Situationen.

Sobald sich die Sorge zeigt, betrachte sie und handle, sobald Angst entsteht, betrachte sie und handle. Befasse dich mit Dingen, die dir Freude bereiten und umgib dich mit Menschen, die Freude ausstrahlen.

**ICH BIN DER WEG, DIE WAHRHEIT UND DAS LEBEN.  
ICH BIN FREI VON SORGE UND ICH BIN FREI VON  
ANGST.**

In jeder Situation kannst du dieses Gebet der Selbstermächtigung sprechen. In jeder Lebenslage ist es dir eine große Hilfe.

Menschen, die nach Vollendung streben, achten auf ihre innere Mitte, auf ihren Schlüssel zum Herzen und sie gehen eine tiefe Verbindung mit Gott ein. Die Hingabe ist dann vollkommen und der Mensch vollendet sich in Gott.

Gibt dein Bestes und warte ab, was Gott mit dir vorhat. Gibt dein Bestes und siehe, wie sehr dich Gott liebt.

Dein Leben ist in SEINEN Händen. Deine Sorgen und die Ängste sind es umso mehr.

Gott ist alles.

**JESUS CHRISTUS**

→ *Geduld verwandelt dich in Liebe (pdf) – BABAJI*

<http://www.lichtweltverlag.at>

© Das Copyright dieser Texte liegt bei Jahn J Kassl. Es ist ausdrücklich erlaubt, diese Texte, als Ganzes und ungekürzt ohne weitere Nachfragen in jeder Form zu vervielfältigen.

Ein Zitieren ohne Hinweis auf den kompletten Text ist nicht zulässig. Jede kommerzielle Nutzung dieser Seiten ist untersagt und bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Autors.

Alle »Nachrichten aus dem Sein« finden Sie unter:

<https://lichtweltverlag.at/blog/>

