

# Der Dimensionen Wandel

ein Leitfaden zu den Veränderungen in nächster Zeit mit Tipps

Die Erde und die Menschheit stehen vor einem grossen Wandel. Es wird viel darüber geredet und es gibt viel Informationen über was denn nun geschieht. Die einen sagen, dass es Umweltkatastrophen gibt, andere sagen die Erde geht unter, andere reden von einem Aufstieg und dass wir bald ausserirdische sehen, Klimawandel usw.

In diesem Leitfaden möchten ich Lena (Kristallkind, Autorin) und Uwe Breuer (Dimensionenwanderer, Bewusstseinsforscher) unsere Wahrnehmung teilen und die Informationen weitergeben, welche wir von unserem geistigen Team erhalten haben.

Nun haben wir das Vergnügen diese wunderbaren und wichtigen Informationen mit dir zu teilen. Am Schluss von dem Leitfaden, weisen wir noch auf die 3 häufigsten Fehler hin, welche Lichtarbeiter in dem Bezug zum Wandel machen können und geben Tipps wie du sie vermeiden kann.

## Wo steht die Erde jetzt?

Wir fangen mal damit an wo die Erde denn jetzt nun steht. Der Planet Erde befindet sich im Multiversum in der 3. Dimension und steht davor sich in die 4. Dimension - und dann auch gleich in die 5. Dimension hoch zu schwingen :-)

### 3. Dimension

Die dritte Dimension ist die Dimension der linearen Zeit. Es gibt ein «Jetzt», davon rückwärts gesehen gibt es eine «Vergangenheit» und wenn wir vorwärtsschauen, dann gibt es sozusagen eine «Zukunft». Alles braucht eine gewisse Zeit, bis es in Erscheinung tritt, dann ist es aber recht stabil und es braucht auch wiederum Zeit, bis es vergeht. Wir haben deswegen Zeit etwas in Ruhe zu betrachten, unser Bewusstsein zu schulen, um dadurch zu lernen!

### 4. Dimension

In der 4. Dimension wird vor allem der Verstand gebildet und geschult. Die Menschen lassen sich hauptsächlich und nur auf den Verstand ein. Sie haben kein Vertrauen in ihr Herz, kein Vertrauen in die göttliche Schöpfung, Engel, Intuition oder innere Führung. Das Leben ist anstrengend, man ist ganz viel am Machen, tun und leisten. Muss sich viel erarbeiten, viel Leisten, erzwingen und erobern. Viele Menschen werden schnell müde, depressiv und/oder krank. Es gibt aber immer noch Strom und auch noch Raum und Zeit. Sie kennen ihren LebensPlan nicht und können sich auch nicht daran erinnern, woher sie kommen, wer sie sind oder was sie auf der Erde wollen oder machen.

### 5. Dimension

In der 5. Dimension ist der Verstand komplett gebildet und die Menschen haben erkannt, dass es einfacher und schöner ist sich vom Herzen führen zu lassen. Also es herrscht viel Liebe und

Herzlichkeit. Des weiteren ist die Schwingung so hoch oder auf so einem Level, dass sich der Strom verflüssigt und auflöst. Wie wenn man Wasser kocht und Dampf entsteht, so wird auch der Strom sich verdampfen und viele Maschinen werden nicht mehr funktionieren. Das ist kein Grund zur Unruhe, es wird uns nichts passieren, wir sind zu jeder Zeit sicher. Wir können uns jetzt schon darauf einstellen wie es dann ist zu leben, ohne Strom, ohne Heizung, ohne Computer, ohne Handy, ohne Internet, ohne Auto, ohne Zug, ohne Flugzeug, ohne fließend Wasser, ohne Klo... die werden alle sehr wahrscheinlich erstmal nicht funktionieren. Je nach Bewusstsein, werden dann nette ausserirdische Zivilisationen und Wesen aus dem inneren der Erde uns helfen neue Technologien anzuwenden. Wo wir alles auch ohne Strom betreiben können, da machen wir das dann sowieso. Oder es kann auch sein, dass es gewissen Wissenschaftler dann erlaubt sein wird ihre Techniken mit freier Energie zu verbreiten. Da gibt es immer mehrere Möglichkeiten. Stelle dich einfach darauf ein, dass du vielleicht länger ohne Strom, ohne Fahrzeug leben darfst. Geldautomaten werden auch nicht mehr gehen. Aber eben, wenn du einfach immer dein Herz fragst und ihm folgst wirst du immer alles haben und wissen was zu tun ist.

Ein Holzofen ist sicher eine gute Möglichkeit zu heizen und ein Gemüsegarten ist sicher auch immer praktisch. Und eben es sind sooo viele Engel, Meister, Ausserirdische, lichtvolle Seelen und so wunderbare feinstoffliche Helfer da rund um die Erde, die wir jeder Zeit um Hilfe bitten können und auch jeder Zeit für uns da sind :-)

Des weiteren wird sich auch Zeit und Raum Stück für Stück auflösen. Das heisst Uhren werden auch nicht mehr funktionieren. Bei mir funktionieren Uhren schon länger nicht mehr und es ist eine schöne Erfahrung sich mal nur vom Herzen oder den Engeln leiten lassen. Als ich das mal gemacht habe, kam ich immer genau rechtzeitig auf den Bus. Wenn ich nach der Uhr ging kam ich meist zu früh, mal zu spät zum Bus. Also wir können alles durch das Herz oder die geistigen Helfer ersetzen.

Und natürlich hilft uns die Erde. Je mehr wir uns mit ihr verbinden umso besser. In der 5. Dimension kann die Seele natürlich durch das Herz viel besser Kontakt zum Menschen herstellen, kann ihn besser erreichen und Richtungstipps geben. Und das manifestieren wird schneller.

### NullPunkt

Das neue oder tolle ist, dass die Erde durch den NullPunkt geht. Dieser spezielle Punkt, bringt ganz neue Möglichkeiten. Die gesamte Erde hat dadurch eine höhere Frequenz und Leichtigkeit, alles wird dadurch kristallisiert und potenziert.

Mehr zum Thema «NullPunkt» hat es in Videos auf unseren Homepages.

### Wie du dich emotional Vorbereiten kannst

Am einfachsten und am besten geht der Wandel, wenn du in der Freude und im Herzen bist.

Also finde jetzt schon Dinge, welche dich in 1 Minute in die Freude bringen. Bei mir ist es latino Musik, die mich sofort zum tanzen anmiert und egal wies mir gerade geht, ich tanze und bin in der Freude :-)

- Immer in der Freude sein
- malen, tanzen, basteln, nähen, musizieren, singen, sich freuen
- es ist immer alles in göttlicher Ordnung

- ruhig bleiben

### Wie du dich praktisch vorbereiten kannst

Es gibt auch ein paar praktische Dinge, welche du jetzt schon tun kannst um dich vorzubereiten. Frage auch da dein Herz und Schutzengel ob du es tun sollst und wie.

- Gemüse anbauen (Permakultur)
- Dinkelkorn lagern (Handgetreidemühle)
- Holzofen einbauen (für heizen, kochen, Warmwasser)
- niedrige Mietkosten (gemeinsam wohnen, Tiny Haus)
- Wasser in der Nähe finden (Bach, Quelle, Brunnen)
  - selbstversorgend und autark leben
    - Wasserfilter
    - EssensVorrat zu legen

Die 3 häufigsten Fehler welche Lichtarbeiter in Bezug auf den Wandel machen und wie du sie vermeiden kannst:

### Fehler 3

Der 3. Fehler, welche Lichtarbeiter in Bezug auf den Wandel meistens machen ist

#### Sich zu viel am Aussen orientieren

Obwohl die meisten Lichtarbeiter geübt sind in ihrer Mitte zu sein, zu bleiben und auf ihre Intuition vertrauen, orientieren sie sich doch noch zu oft am Aussen. Das heisst sie schauen noch Fernsehen, lesen Boulevard Blätter, hören Radio, lesen auf Sozialen Plattformen (z.B. Facebook, Twitter, Telegram, Youtube usw.) informieren sich von mainstream medien oder auch alternativen Medien. Das ist alles in Ordnung, aber die meisten Infos brauchst du nicht und viele sind einfach nicht ganz wahr. Oder sprechen mit Menschen, welche sich vom Mainstream beeinflussen lassen.

Da möchten wir dir einfach sagen, die Lichtarbeiter sollten den Ton angeben. Das heisst du kennst die geistige Welt, hast schon Erfahrungen oder Erlebnisse damit gemacht, traue dir. Traue deiner Intuition und höre nicht auf das was im Aussen auf dich kommt, sondern was du im inneren fühlst, was dein Herz und deine Seele sagt.

Also lasse besser TV, Zeitung, Hefte, Handy, auch online Plattformen weg und erinnere dich an deine Wahrheit in dir. An all die schönen Dinge und Erlebnisse die du schon hattest mit den Engeln, geistigen Wesen oder Naturwesen.

Was das auch noch verstärken kann, deine Verbindung mit deiner Seele, deinem Herzen, deiner

Essenz ist meditieren, mit deinem Herzen reden, dich bewusst mit deiner Seele verbinden.

Ja sagen zu deinem Lebensplan und zu dem was und wie du bist.

Du bist göttlich perfekt so wie du bist und so darfst du sein :-)

Lass das Aussen stehen und gehe ganz nach deiner Intuition, das wird ganz wichtig sein. Wenn dein Gefühl Nein sagt, dann ist nein. Und wenn es ja sagt dann ist ja, auch wenn du zweifelst, gehe mit diesem JA :-)

Also orientiere dich am Inneren und nicht im Aussen. Auch wenn das Aussen spirituell oder seriös wirkt. Dein Inneres weiss es immer besser.

## Fehler 2

Der 2. meiste Fehler welche Lichtarbeiter machen in Bezug auf den Wandel ist:

Sie umgeben sich mit künstlichen Dingen

Das heisst sie sitzen oft lange am Handy oder sind oft im Internet, am Computer unterwegs. Diese Technologien sind wirklich super und haben einen grossen Nutzen, jedoch sollten sie uns nicht abhängig machen und nicht zu lange daran verweilen. Und die Strahlen beeinflussen nun mal unsere Verbindung zur feinstofflichen Welt. Je verstrahlter wir sind, umso schwieriger wird es, die geistige Welt wahrzunehmen. Und gerade im Wandel ist es wichtig, dass unsere Wahrnehmung klar bleibt und wir in Verbindung bleiben und gut hören, wo und was wir wann tun können.

Tipp 1: So wenig wie möglich mit elektronischen Geräten sein

Da wir ja wahrscheinlich auf der 5. Dimension weniger technische Geräte brauchen, ist schon gut, wenn wir uns davon lösen und unabhängig sind. Also mal bewusst probieren, 3 Tage ohne Handy und ohne PC zu verbringen. Oder einfach den Konsum zu verringern.

Tipp 2: Sich mit natürlichen Dingen umgeben

Das heisst vollwertige Nahrung, Bio-Produkte aus Bio Läden, wenn möglich. Oder noch besser aus dem eigenen Garten. Sich mit natürlichen Materialien umgeben, wie Holz, also Holzmöbel.

Mehr Holz und Stein und weniger Plastik und Kunststoff.

Dann auch besser in kleinen, Holzhäuser leben, zum Beispiel Tiny Häuser, oder Hobbit-Häuser, mini Häuser... wo man näher an der Erde und der Natur ist.

Das sind alles nur Tipps, stresse dich nicht damit, einfach falls du den Impuls hast in diese Richtung zu gehen, dann gehe.

Tipp 3 Mit der Erde verbinden

Sich wirklich tief mit der Erde verbinden. Die Erde hat mir gesagt, dass je besser und tiefer ein Mensch mit ihr verbunden ist, umso einfacher wird der Wandel für den Menschen. Weil sie dann die Energien im Menschen ausgleichen, harmonisieren und mittransformieren kann.

Ich kenne das selber, ich habe mich vor 13 Jahren tief geerdet, in dem ich meine feinstofflichen Wurzeln geheilt habe und mit der Erde verankert habe.

Dies hat mir geholfen meinen Seelenkörper mit meinem physischen Körper zu verbinden und in Harmonie zu bringen. Was mir ermöglichte auch in grossen Menschenmengen, offen und feinfühlig zu sein und mich wohl zu fühlen. Was mir auch hilft hohe Energie zu kanalisieren und mich hier auf Erden wohlfühlen. Da sie mir und ca. 200 Leute, mit welchen ich diese ErdungsÜbung gemacht habe, sehr geholfen hat, habe ich sie in einem online Seminar zusammengestellt, welches ich dir empfehlen kann. Schaue es dir an hier:

[www.lena.ch/erden](http://www.lena.ch/erden)

Je mehr wir geerdet sind, umso leichter fällt uns das Leben hier, mit allen Herausforderungen :-)

## Fehler 1

Der häufigste Fehler welche Lichtarbeiten machen ist:

Sie trauen ihrem Herzen nicht

und treffen so oft wichtige Entscheidungen mit dem Verstand anstatt mit dem Herzen.

Gerade Lichtarbeiten, die spirituell sind und oft meditieren, hochsensibel sind oft auch hellfühlend, hellhörend oder hellsichtig, kriegen sehr viel Informationen. Und können oft nicht unterscheiden, welche Information kommt aus dem kollektiven Bewusstsein, welche kommt von einem Engel, welche kommt aus dem Ego, dem Verstand und welche kommt wirklich vom Herzen und der Seele. Der Unterschied zwischen all den Boten ist oft ganz fein und oft schwer zu erkennen.

Es ist so wichtig, jede Ausbildung, Handlung, Umzug, grössere Entscheidung mit dem Herzen abzufragen. Ob es der richtige Weg ist und der richtige Zeitpunkt.

Und vor allem den Unterschied zu kennen, wenn wirklich das Herz spricht und wann wir einfach einer Erwartung entsprechen wollen, von wem die auch immer kommt.

Und das ist dann so schade, weil die Menschen und die Erde dringend Hilfe brauchen. Doch wenn man dann das falsche oder nicht passende für die Seele macht, hilft es genau gar nicht.

Also ich kann dir wärmstens ans Herz legen.... hihi... den Unterschied zu lernen und vor allem zu üben. Eben weil wenn der Wandel kommt und die Verstandes Ebenen, kollektiv Konstrukte wegfallen, braucht die Erde und die Mitmenschen, so viele Menschen wie möglich, welche sich vom Herzen her leiten lassen können und den Unterschied kennen.

Jetzt gebe ich dir ein paar Tipps wie dich gerade hier und jetzt mit deinem Herzen bewusst verbinden kannst und wie du den Unterschied erlernen kannst.

Tipp 1: Gehe oft in die Natur

Die Natur und all die Baumwesen, Elfen, Waldgeister, Zwerge und Pflanzen helfen und unterstützen den Menschen in seine Mitte zu kommen und ihr Herz wieder zu hören. Also gehe so oft es geht in den Wald, an einen See... irgendwo wo es grün ist, oder ans Meer und sei einfach dort.

### Tipps 2: Fühle dein Herz bewusst

Es gibt eine kleine Übung die kannst du gerade jetzt machen. Lege dazu einfach deine linke Hand auf dein Herz und atme in dein Herz hinein. Du kannst die Augen dazu schliessen, wenn du magst... und einfach dein Herz mal fühlen, dich mit deinem Herzen verbinden.

Ich gebe dir gerne eine gratis HerzMeditation dazu, du findest sie auf meiner Homepage unter

Für Dich oder hier:

[www.lena.ch/herzmeditation](http://www.lena.ch/herzmeditation)

### Tipps 3: Übe dein Herz und deine Seele zu hören

Seine Seele, seine Essenz und sein Herz zu hören braucht einfach Übung. Viele können es schon oder haben eine Ahnung. Je mehr wir es machen, trainieren umso einfacher fällt es uns auch in grossen Veränderungen anzuwenden. Dafür haben ich und Uwe das online Seminar zum Vorbereiten für den Dimensionen Wandel erschaffen :-)

Darin zeigen wir dir genau, wie das Herz spricht, wann und du kannst es üben. Eine Übung hilft dir den Kanal zu seiner Seele zu reinigen, damit sie besser mit dir in Verbindung treten kann. Und dann noch eine Übung mit der du Gefühle wie Angst, Sorgen umwandeln und transformieren kannst, damit du schön in der Freude bleiben kannst :-)

Schaue mal hier findest du mehr Details zum online Seminar Vorbereiten Dimensionen

Wandel:

[www.lena.ch/wandel](http://www.lena.ch/wandel)

Wir freuen uns auf eine wunderschöne Zeit und einen harmonischen Wandel

Wisse es ist alles da und wir haben riesige Unterstützung :-)

Es ist immer alles in göttlicher Ordnung

Liebe Grüsse  
Lena und Uwe

~ Leben, Lachen, Lieben ~

[www.lena.ch](http://www.lena.ch)

Uwe Breuer

[www.integrale-energetik.ch](http://www.integrale-energetik.ch)