

# ZEIT UND EWIGKEIT

## Zwei Gegensätze vereint im Leben

**Wir fühlen uns alle sehr von der Zeit bestimmt. Jeden Morgen stehen wir zu einer bestimmten Uhrzeit auf, verlassen unser Heim und müssen zu einer bestimmten Zeit in der Schule, Arbeit oder bei anderen Verpflichtungen sein. In der modernen Welt wird unser Leben sehr stark von der Zeit diktiert, wir kommen dem kaum aus. Wir teilen unser Leben nach Zeit ein und rechnen in Lebensjahren, in Monaten, Wochen, Tagen, Stunden, Minuten und Sekunden.**

Unsere Zeit hier auf Erden scheint begrenzt zu sein und liegt in Deutschland im Schnitt bei Männern bei 77 Jahren und 4 Monaten und bei Frauen bei 82 Jahren und 6 Monaten. Dennoch ist der Begriff Zeit relativ und ist keine wirklich messbare Größe. Denken wir dafür einmal an bestimmte Stunden in unserem Leben zurück: Beispielsweise die letzte Stunde, als wir auf den Beginn einer wichtigen Prüfung gewartet haben, nervös, voller Spannung, unsicher, ob wir gut genug vorbereitet sind. Diese Stunde zog sich endlos hin, bis es denn endlich soweit war und die Anspannung vorbei ging, weil die Prüfung endlich begann. Nehmen wir im Gegensatz dazu eine Stun-

bringen durften, bevor man sich für lange Zeit nicht mehr wieder sieht, so eine Stunde ging wie im Flug vorbei - kaum hatte sie begonnen, war die Stunde Zeit auch schon wieder vorbei. Und dennoch handelte es sich bei beiden Stunden um 60 Minuten Zeit unseres Lebens. Daran sieht man, dass es nicht nur um die reine Messung geht, sondern dass die Zeit auch sehr von der Qualität abhängig ist – und diese bestimmt der Mensch selbst.

### **BEFREIUNG VON DER ZEIT**

Wir mögen als Mensch nur eine gewisse Anzahl von Jahren leben, doch in

ein Mensch, der ein paar Jahre auf Erden lebt, du bist ein wichtiger Teil des ewigen Kreislaufs des Lebens. Wir alle kommen auf diese Welt, gehen von dieser Welt und setzen das endlose Leben fort. Wir selbst sind das Leben und das Leben sind wir. Im endlosen Kreislauf ist die Geburt weder der Beginn noch der Tod das Ende. Alles ist Leben, das Kommen und das Gehen. Die Zeit selbst existiert nicht, auch wenn wir uns alle im menschlichen Leben daran klammern. Wir sollten lernen uns von der Zeit zu befreien, denn sie engt uns nur ein in unserem Dasein, in unserer Vorstellung und in unserem Wirken. Zeit begrenzt, sie sperrt den Geist ein. Zeit setzt unter Druck, sie führt zu Stress, zu Fehlern und sie verwirrt uns. Wenn wir uns zu sehr auf die Zeit konzentrieren, dann verlieren wir den Kontakt zu uns selbst – zu unserem Sein – zu unserer endlos lebenden Seele aus den Augen. Unsere Seele kennt keine Zeit, sie lebt und existiert in jedem Augenblick. Wir alle sind da, im Moment, wir leben im Hier und Jetzt. Alles was wir erleben passiert jetzt. Wir haben so gesehen keine Vergangenheit und auch keine Zukunft, wir haben nur diesen Moment des Lebens. Alles passiert zur gleichen „Zeit“ auf der endlosen Schleife des Lebens.

*Wenn wir uns zu sehr auf die Zeit konzentrieren, dann verlieren wir den Kontakt zu uns selbst.*



© Wolfgang Pfensig | pixelio

de Zeit, die wir mit einem besonderen Menschen ver-

Wirklichkeit leben wir alle unbegrenzt. Es liegt an uns selbst, wie wir unser Leben sehen, ob wir jeden Augenblick nutzen und intensiv leben oder die Jahre einfach so vorüber gehen. Jeder Mensch ist Teil des ewigen Lebens, Teil der Unendlichkeit, Teil der Ursprungs und des höheren Ziels. Du bist niemals nur

Die Kritiker werden jetzt protestieren, denn es gibt Menschen, die mit uns gelebt haben, aber bereits verstorben sind. Und dennoch geschieht alles jetzt.

steht immer noch fort. Wir unterbrechen es nicht durch unsere menschliche Existenz, wir sind hier und dennoch gleichzeitig an einem anderen Ort.

*Deine Seele trägt eine unendliche Kraft in sich – die Ewigkeit des Lebens.*

Geh zurück in deiner Erinnerung zu einem Menschen, der nicht mehr auf Erden weilt. Erinnerung dich an einen Menschen, den du sehr geliebt und vor langer „Zeit“ verloren hast. Du erinnerst dich an die letzte Begegnung mit diesem Menschen, wie wenn es gestern erst gewesen wäre. Du siehst sein Gesicht, seine Mimik, seinen Gang, als wäre er gestern erst zur Tür hinaus und nicht vor fünf, zehn oder zwanzig Jahren verstorben. Die Gefühle an diesen Menschen sind immer präsent, wenn du ihn dir in Erinnerung rufst. Der Mensch ist in deinem innersten Gefühl immer noch da, er ist so nah, dass du meinst er wäre immer noch am Leben und du könntest ihn jederzeit anrufen, treffen, mit ihm sprechen. Für dich ist er nur auf einer Reise, auch wenn diese Reise im menschlichen Kalender Jahre zählt. Der verlorene Mensch, die geliebte Seele ist da. Sie war es immer und wird es immer für dich sein. Die Zeit kann keine Menschen trennen, die Zeit ist nur ein Schein.

Wir alle befinden uns auf einer Reise durch das menschliche Leben, doch unser seelisches Leben be-

Wir leben und wirken als Menschen und gleichzeitig leben und wirken wir als endlos lebende Seele. Es sind nur unsere Gedanken, die uns begrenzen, die uns an Zeit und Ort fesseln, doch unsere endlos lebende Seele bleibt dabei frei.

**DIE ENDLOSIGKEIT DER ZEIT**

Löse dich von der falschen Vorstellung Zeit. Löse dich von dem Druck, den dir die Zeit auferlegt. Denn in dem Moment, wo du die Zeit lässt und in die innere Ruhe hineingehst, fängt der Zeiger der Uhr an langsamer vorwärts zu gehen. Dies mag ein Paradox sein, denn je weniger Zeit wir haben, umso mehr sollten wir in die Ruhe hinein gehen um mehr Zeit zu gewinnen. Doch es funktioniert wirklich, probiere es im größten Stress einmal aus. Höre dafür auf, dich zu beeilen, schau nicht mehr ständig auf die Uhr, sondern atme ruhig und bewusst. Werde ruhig und langsamer in deinem Tun. Vertraue darauf, dass du es schaffst pünktlich zu sein oder fertig zu werden. Besiege deinen Stress durch Bewusstheit, besiege

die Uhr durch Achtsamkeit, erkenne die Endlosigkeit der Zeit in dir. Du kannst mit dieser Technik des Loslassens alle Zeit besiegen, denn deine Seele trägt eine unendliche Kraft in sich – die Ewigkeit des Lebens.

Eine große Rolle spielen Zeit und Ewigkeit ebenfalls, wenn man sich mit dem Sinn des menschlichen Lebens befasst. Geht man von einem einzigen Leben aus, der mit dem Tod des Menschen endet, dann haben wir nur eine begrenzte Zeit des Lebens und es ist umso wichtiger jeden Augenblick zu nutzen, bevor die Lebenszeit abgelaufen ist. Geht man jedoch von der Ewigkeit des Lebens aus und dem Fortbestand der Seele, die unabhängig vom menschlichen Körper fortbesteht, dann ist ein einzelnes Menschenleben nur ein winziger Wimpernschlag in der Endlosigkeit. In diesem Fall sind weder 20 menschliche Lebensjahre noch 80 ein großer Unterschied, denn dann hört unsere Zeit niemals auf. Ich denke, dass nur die Materie und daher auch der menschliche Körper an die Zeit gebunden sind, denn alles, was erschaffen wird, kann auch wieder vergehen. Alles was besteht – wie unsere Seele – wird niemals vergehen, ist zeitlos und ewig am Bestehen. Wir Menschen mit unseren doch sehr beschränkten Vorstellungen und Sinnen können dies sicherlich nur schwer verstehen. Die Natur macht uns das endlose Leben jedes Jahr von Neuem vor. Im Frühjahr werden Blätter auf Bäumen geboren und schlüpfen Pflanzen aus der Erde – neues Leben entsteht. Im Herbst geht dieses Leben

– das Blatt, die Blume – zugrunde und stirbt. Dennoch lebt ein Teil der Pflanze und des Baumes fort und wird im nächsten Frühjahr neu geboren. Der Lebenszyklus eines Tieres und des Menschen ist entsprechend länger, so dass unser Körper mehrere Pflanzenszyklen oder Jahre am Leben bleibt. Doch bestehen wir Menschen wirklich nur aus unserem vergänglichen Körper oder ist das Leben selbst nicht mehr? Mittlerweile gibt es viele Hinweise und Untersuchungen, dass unser Leben nicht mit dem menschlichen Tod beendet ist, sondern dass wir alle fortbestehen in einer anderen Zeit, an einem anderen Ort, wahrscheinlich bis in die Ewigkeit – etwas, das wir weder verstehen, sehen, noch messen können. Doch eines ist gewiss: Unsere Welt besteht schon seit einer Ewigkeit, bevor wir als Menschen geboren wurden und sie wird auch noch bis in die Ewigkeit bestehen, wenn wir als Menschen gestorben sind. Die Welt ist ewig, wir Menschen sind es nicht, daher klammern wir uns an die Zeit – denn so meinen wir, wir leben ewig. ■

*Zur Autorin:*

*Seit 2008 gibt Nathalie Schmidt regelmäßig Coaching-Sitzungen in ihren Räumlichkeiten in Ottobrunn bei München. Durch die Arbeit mit schwerkranken Menschen, durch die Arbeit des Coachings von Menschen in belastenden Lebenssituationen, aber auch durch eigene Erlebnisse, erkannte sie die Zusammenhänge zwischen Energie und dem menschlichen Leben. Im März 2012 erschien der erste Band „Energie – Grundlage des Lebens“ im Schirner Verlag. Im Herbst 2012 erschien das Folgebuch „Energie – im menschlichen Leben“ ebenfalls im Schirner Verlag veröffentlicht. [www.energie-lebensberatung.de](http://www.energie-lebensberatung.de)*