

## Sternenschau 4: Eine besondere Zeit, Teil 1

Die Neue Zeit aus astrologischer Sicht – Mai 2015  
Von Katharina Friedrichs



*Es war einmal eine wundersame Zeit. Der Planet Erde und die Lebewesen, die diesen Planeten bewohnten, waren im Wandel begriffen. Eine neue Energie wollte auf der Erde entstehen – eine Energie, die keine Polarität mehr besaß. Eine geheimnisvolle Zauberhand wirkte dazu im Hintergrund, die den Planeten unentwegt mit neuen, hochfrequenten Energien flutete. Um alles und jeden zu wandeln. Dies tat sie tatsächlich – unentwegt. Niemand hatte die Wahl... Menschen und Natur waren gefordert, sich immer tiefer in diese neu entstehende Energie hinein zu begeben. Bewusst oder unbewusst. Chaos schien auszubrechen...*

Da stehen wir nun. An allen Ecken und Kanten spitzt sich die Lage zu. Individuell und kollektiv. Das Licht bringt alles ans Licht. Die Glaubenssysteme und vermeintlichen Wahrheiten unserer 3 D-Welt beginnen sich aufzulösen, um Raum zu schaffen für die „neuen Wahrheiten“, die mit dem Bewusstsein der 5. Dimension in Einklang sind. Die Evolution des Bewusstseins ist überall auf der Welt zu spüren. **Wir bewegen uns vom Dualitätsbewusstsein ins Einheitsbewusstsein.** In diesen Zeiten ist es wichtig, die innere Balance zu finden, zu halten und gut für sich selbst zu sorgen. Um den eigenen Weg bei all dem Neuen und dem Lösen des Alten zu finden. Auch um Gemeinschaften Gleichgesinnter zu finden, in denen ein nährendes, unterstützendes und beglückendes Miteinander möglich ist. Aufmerksamkeit und Achtsamkeit sind jetzt gute Ratgeber. Denn für die meisten geht es recht turbulent weiter. Gehen wir's mit Freude an! Geübt sind wir ja inzwischen... Noch immer gibt es verhältnismäßig wenig Aufklärung – über das, was in diesem Prozess wirklich geschieht. Über das, was in der Welt wirklich geschieht. Viele wissen nichts. Viele Wissende schweigen. Der breiten Öffentlichkeit wird wichtiges Wissen vorenthalten. Die alten Machtthemen... – die wir noch in allen Kreisen unserer Gesellschaft finden. Ein großes „spirituelles Ego“ kann übrigens mindestens so schädlich sein wie ein „normales Ego“...

**Heute ein wenig Hintergrundwissen und Hilfreiches, damit's leichter wird und wir diese besondere Zeit auch genießen und bewusst mitgestalten können:**

Die wahre Bestimmung der Menschheit auf dem Planeten Erde ist es, ein Leben in Einklang mit der universellen Ordnung und Gott zu leben. Dazu braucht es Bewusstseinsenerweiterung und Schwingungsfrequenzerhöhung – weil wir uns von diesem paradiesischen Zustand in unendlich vielen Inkarnationen weit entfernt haben. Deshalb die einflutenden neuen Energien, die uns Menschen und die Erde „erheben“ wollen. Es ist ein ganzheitlicher Prozess – Körper, Geist und Seele betreffend. Das besondere an dieser Zeit: In relativ

kurzer Zeit darf unsere Seele enorm viel lernen und enorm viel Karma lösen. Wir dürfen uns aus den Engen des karmischen Schauspiels von wechselnden Täter- und Opferrollen, so wie aus den Engen des grobstofflichen Körpers heraus lösen – hinein in ein Sein und Leben in Freude, Freiheit, Fülle und Frieden. **Die Erde ist ein großer Lernplanet...** Und wir haben gewählt, hier zu sein – auch, wenn wir uns nicht mehr erinnern können. Dieser Aufstiegsprozess wird aus dem Kosmos unterstützt und schließt das Sonnensystem und die Erde mit ein, die sich ebenfalls in einem Zustand der Reinigung und Transformation befinden. Es ist wahrlich eine außergewöhnliche Evolutionsperiode, an der wir teilhaben dürfen. Ein großes Geschenk. Und wir sind nicht allein in diesem Prozess. Neben unseren Brüdern und Schwestern hier auf Erden werden wir unterstützt von den lichten Kräften in allen Universen. Es gibt auch eine unsichtbare Welt...

Im Folgenden (und in einem 2. Teil) ein paar Punkte, die helfen können, durch diese turbulenten Zeiten mit Freude zu gleiten:

### **Fürsorge / Selbstliebe**

Dieser Transformationsprozess ist anstrengend. Körper, Geist und Seele leisten viel, um die neuen, hochfrequenten Energien zu assimilieren und zu integrieren. Einige machen gerade in diesen Tagen und Wochen eine **innere Metamorphose** durch, in der sich Vieles bewegt und löst (auch über Nacht, in der Meditation...). Das kann müde machen und erschöpfen. Und auch Phasen des vermeintlichen Stillstands verursachen: Nichts scheint voran zu gehen, es fühlt sich vielleicht sogar nach Rückschritt an. So manches wird in Frage gestellt... Nutzt diese Pausen, indem Ihr gut für Euch sorgt und Eurer inneren Führung lauscht. Um Euch innerlich zu klären für die nächsten Schritte.

Viel Wasser trinken tut jetzt gut – damit unterstützt Ihr die momentanen Prozesse sehr. Esst das, was Ihr liebt. Wonach Euer Körper sich sehnt, ist das Richtige (auch ein dickes Stück Kuchen mit Sahne!). Wenn unser Herz sagt, es tut uns gut, dann tut uns das gut. Das gilt übrigens für alle Lebensbereiche. Wohltuend und reinigend sind jetzt auch Meersalz-Badewannen oder -Duschen. Wunderbar auch für diejenigen, die mit Fremdenergien zu tun haben.

### **Authentizität**

**Seid Euch selbst treu! Seid echt!** Damit tut Ihr Euch und allen Anderen den größten Gefallen. Selbst auf die Gefahr hin, nicht mehr dazu zu gehören. Die für uns wichtigen Menschen werden uns sehen. Wenn wir uns verstellen (bewusst oder unbewusst), verzerren wir die Energie, die wir aussenden. Alles ist Energie, alles ist Schwingung. Eines der kosmischen Gesetze besagt, dass Gleiches Gleiches anzieht. Wenn wir uns verbiegen, bekommen wir also entsprechende Verzerrungen zurück – einen Beruf, der uns nicht entspricht, einen Mann/eine Frau, die uns nicht entspricht, falsche Freunde... Baut nicht die Schwingungen eines Zitronenbaums auf, wenn Ihr Euch Erdbeeren wünscht. Pflanzt einen Erdbeerstrauch! Unser Leben ist im besten Falle eine Widerspiegelung dessen, wer wir **WIRKLICH** sind. Dazu aber müssen wir den Mut haben, wir selbst zu sein – echt zu SEIN. Und echt zu HANDELN. Erst im reinen Ausdruck unseres Selbst werden wir unsere perfekten Entsprechungen und Erfahrungen anziehen. Umso wichtiger übrigens auch, dass wir Umfeldler wählen, die uns gut tun, in denen wir uns entfalten können. Wo alte Energien wie Konkurrenz, Neid, Manipulation/Täuschung etc. nicht mehr existieren.

**Was senden wir aus ins Universum – durch unser Denken, Fühlen und Handeln?** Wir bekommen es genauso zurück... Also, habt den Mut, Ihr selbst zu sein! Und wenn Ihr nicht wisst, wer Ihr seid, begeben Euch auf die spannendste und lohnendste Reise überhaupt – auf die Reise zurück zu Euch selbst. In die innere Freiheit und Heilung.

### **Alles Wahre ist einfach**

Davon bin ich heute überzeugt. Zumindest von der grundsätzlichen Schwingung im Miteinander. Dass es im Weiteren Entwicklungsprozesse mit Höhen und Tiefen gibt, steht

außer Frage. Gerade in diesen turbulenten Zeiten, wo wir uns alle wandeln. Es kann auch sein, dass wir uns das für uns Leichte schwer machen. Da bin ich z.B. Meister drin... Sobald jedoch für uns Leichtes anstrengend wird, sind wir im Ego. Unser Ego liebt vielleicht die Perfektion, vielleicht muss es anstrengend sein, damit es gut ist... Puhhhh... **Ziel ist ein freies, schöpferisches, lebendiges Leben. Für jeden von uns.** Wir alle sind hier auf Erden, um in reiner Freude unsere eigenen Schöpfungen aus Liebe in die Welt zu bringen. Aus dem Herzen, nicht aus dem Ego.

Sobald ein Miteinander anstrengend wird, wird's schwierig... Wenn wir dann noch anfangen, uns zu verbiegen, sind die Probleme vorprogrammiert. Traut Euch also, aus nicht mehr Stimmigem auszusteigen – in Frieden und Wertschätzung. Vielleicht reicht auch erst mal eine Pause. Die Energien lösen gerade Vieles von selbst. Geduld und Nichts-Tun ist so manches Mal Gold wert. Idealerweise sind wir dabei auf ein klares Ziel fokussiert (z.B.: „Ich wünsche mir eine Lösung in diesem Konflikt – zum besten Wohle Aller!“ Dann lasst es los und ein paar Tage vergehen. Schaut mal, was sich bis dahin so alles bewegt hat – innerlich und äußerlich... Oft hat es sich dann schon von selbst erledigt.). Und lasst los, was aus Euerem Leben gehen möchte. Ohne Widerstand. Verschwendet Eure Energie nicht. Fühlt rein – dann wisst Ihr, was für Euch gut ist. Was jetzt geht, soll auch gehen. Ohne Urteil – das ist altes Dualitätsbewusstsein. Es geht nur noch darum, ob wir mit etwas schwingen, mit etwas in Resonanz sind. Mit Menschen, Tätigkeiten, dem Essen etc. Das ist Einheitsbewusstsein.

### **Neue Kommunikation**

**Alles hat Bewusstsein hier auf Erden, alles lebt.** Alles ist Energie/Schwingung. So können wir uns in der Stille auf das Bewusstsein unseres Gegenübers einstellen. Wenn wir das möchten. Auf das Bewusstsein von Menschen, Tieren, Pflanzen oder von menschlichen Organen. Wir haben mehr als 5 Sinne. Über 90 % der Kommunikation läuft über die Schwingung hinter den Worten, Gesten, Gedanken etc. Wahre Kommunikation in der Neuen Zeit braucht mehr als Stimme und Ohren...

Probieren wir es aus: Gehen wir in die Stille, um zu hören, was ein Anderer uns wirklich zu sagen hat. Wenn wir unser Bewusstsein z.B. auf die Schwingung eines Pferdes einstellen, können wir das Pferd „lesen“. Nehmt Kontakt mit dem Herzen Eures Partners oder Eures Kindes auf – was wünschen sich ihre Seelen? **Hört von Herz zu Herz. Da fängt das wahre Verstehen und Sehen an.** Ein Verstehen und Sehen ohne Worte. In meinen Ohren klingt das wunderbar... Einige Menschen, vor allem viele Hochsensible, können heute schon die Gedanken und Gefühle von Menschen lesen. Sie spüren/fühlen (fast) alles. Da werden wir alle in ferner Zeit mal hinkommen... Warum sollen wir uns nicht jetzt schon darin üben... Wer jetzt erschreckt schluckt – seid beruhigt: Wenn es soweit ist, gibt es vermutlich nur noch lichte Energie auf diesem Planeten. Und auch entsprechende Gedanken und Gefühle – so dass wir nichts mehr zu verbergen haben...

Bislang sehen die meisten Menschen die Welt und ihre Mitmenschen jedoch leider nicht so, wie sie wirklich sind, sondern so wie SIE sind. Und machen entsprechende Erfahrungen in ihrer Welt. Das heißt, wenn ich manipulativ bin, deute ich das Verhalten von Anderen schnell als manipulativ – selbst wenn dies nicht der Realität entspricht. Oder ich bin misstrauisch, weil ich mir selbst nicht traue. Das nennen wir Projektion: Wir projizieren unseren eigenen Schatten auf unser Gegenüber, weil wir ihn in uns nicht sehen (wollen). Projektionen (und auch Übertragungen) erschweren das menschliche Miteinander ungemein und sind weit verbreitet. Wenige sind in der Lage, Situationen/Menschen/die Welt mit einem objektiven, klaren Blick zu betrachten, ohne dass dieser von den eigenen Themen verzerrt wird. Trotz eigener noch zu lösender Themen. Ein schönes Lernziel, finde ich – allein schon zum Schutze unserer Mitmenschen. Das ist übrigens die Wassermannenergie, die uns das jetzt beginnende Wassermann-Zeitalter u.a. vermitteln möchte. Ein kleiner Trick dazu: Wenn Ihr allzu identifiziert seid mit Euren Gefühlen und Gedanken – nehmt die Vogelperspektive ein: Blickt auf Euch und die Situation/auf Euer Leben... von oben herab. Distanziert und unverhaftet. Diesen Perspektivwechsel zu üben macht unseren Geist beweglich und ist

zudem eine schöne Entscheidungshilfe. **So lasst uns all unsere Sinne entdecken!** Entdecken wir uns selbst, unser Gegenüber und die Welt auf neue Art! Es lohnt sich – auch und vor allem für ein wertschätzendes, toleranteres und freieres Miteinander.

### **Freude**

Nehmen wir die Themen mit Freude, die weiter hoch kommen. Nach den 3 Jahren des Uranus-Pluto-Quadrats sind wir inzwischen ja geübt. Da Pluto in der Rückläufigkeit jetzt noch mal das Uranus-Pluto-Quadrat aktiviert, darf manch einer noch mal Bilanz ziehen. Alte Themen aus dem letzten Jahr können sich noch mal zeigen, sofern noch nicht gelöst (betrifft v.a. diejenigen mit Planetenstellungen in den kardinalen Zeichen zwischen 6° und 16°). Ein Transit möchte uns u.a. hinsichtlich zu heilender Lebensthemen prüfen. Bei der Rückläufigkeit, also einem erneuten Übergang über einen „zu bearbeitenden Planeten“, prüft er, wie weit wir die Lernaufgabe inzwischen gelöst bzw. ob wir sie überhaupt schon als solche verstanden haben.... Denjenigen, die also jetzt noch mal Altes aufgetischt bekommen (und dies vermutlich mit größerem Druck als noch im letzten Jahr), sei geraten, nun in die Lösung zu gehen. Kein Aufschieben mehr – sonst kann´s im Herbst richtig ungemütlich werden, wenn Pluto direktläufig die Grade ein letztes Mal berührt. Und auch, weil noch so manches Andere am Firmament hinzukommt... So z.B. der z. Zt. ebenfalls rückläufige Saturn, der bald noch einmal ins Zeichen Skorpion marschieren wird, um Restliches aufzuräumen... So geht es jetzt für manch einen noch mal ans Eingemachte. Nähere Hinweise gibt der Blick ins individuelle Geburtshoroskop. Damit möchte ich keine Angst machen – vielmehr Eure Aufmerksamkeit schärfen. Probleme kommen auf, damit wir sie lösen und freier werden. Und weil wir ihnen jetzt gewachsen sind.

### **Herzöffnung**

Bei jedem von uns öffnen sich die Herzen mehr und mehr (genauer gesagt das Herz-Chakra). Bewusst oder unbewusst. Das macht uns sensibler, weicher, mitfühlender. **Unser heiliges Herz ist der Tempel der Seele.** Hier sind wir mit dem Schöpfergott verbunden – hier finden wir das Göttliche in uns und auch in Anderen. Auch unsere bedingungslose Liebe „sitzt“ hier. Schauen wir uns um, sehen wir wie die weiblichen Energien zunehmend Ausgleich auf unserem Planeten schaffen... Auch, wenn sich erst noch alles rütteln, schütteln und reinigen muss, um sich in goldener Zukunft harmonisch zu einem Ganzen zu fügen. Schauen wir den Menschen in die Augen – es ist ein Zugang zu ihrer Seele. Wenn wir mit einem liebevollen Blick schauen, werden wir das Göttliche in jedem erkennen können...

### **Miteinander**

Findet und bildet Gemeinschaften Gleichgesinnter. Tauscht Euch aus, teilt Euer Wissen. Wärmt und unterstützt Euch gegenseitig. Und die, die sich berufen fühlen: Werdet auch im Sinne des kollektiven Bewusstseins und des großen Ganzen aktiv – in welcher Form auch immer. Vielleicht entstehen völlig neue Geschäftsideen... Seid kreativ! Ich bin offen für jedes Projekt mit Herz und Bedeutung! Wir alle brauchen einander. Jetzt mehr denn je.

Machen wir was draus – aus diesen turbulenten, doch so wundervollen Zeiten!  
Damit das Leben ein Ausdruck unserer Seele wird...

Bei Fragen zu diesem großen Wandlungsprozess unterstütze ich gerne.

*Katharina Friedrichs*

Coaching & Astrologie  
Heilwigstraße 88  
20249 Hamburg  
info@katharinafriedrichs.de  
www.katharinafriedrichs.de  
040 22738694