

# Unsere Zukunft ist jetzt



**M**ein Name ist Reto Gabriel. Ich bin 25 Jahre alt und gehöre zu jenen Menschen, die ihre feinstoffliche Wahrnehmung nie ganz verloren haben. Ich fühle mich als Teil der jungen spirituellen Generation, und es ist mir ein Bedürfnis, der Welt mitzuteilen, was Spiritualität für uns bedeutet. Wir führen schon jetzt ein bewusstes Leben im multidimensionalen Raum und haben nie etwas anderes gekannt.

Mein Bewusstsein erlaubt mir, die physische wie die feinstoffliche Ebene während des Alltags bewusst wahrzunehmen. Mediale Wahrnehmungen hatte ich schon als Kind. Während eines längeren China-Aufenthalts als 18-Jähriger, als ich Qigong und innere Kampfkünste trainierte, traten die Dimensionen jenseits des physischen Schleiers wieder ganz bewusst in mein Leben ein. Ich habe das Bedürfnis, meine Erfahrungen mit der geistigen Welt mit anderen Jugendlichen zu teilen. Dadurch lernte ich immer mehr Gleichgesinnte kennen, wodurch sich unterdessen ein Netzwerk gebildet hat, das ständig wächst. Meiner Erfahrung gemäss gibt es inzwischen unglaublich viele junge bewusste Menschen.

Spiritualität und Alltag lassen sich nicht mehr trennen. Ich beobachte dies bei vielen meiner Freunde: Das Bewusstsein lässt sich im Alltag einfach nicht mehr so richtig ausschalten.

Dadurch ist Spiritualität nicht mehr ein Hobby, das in der Freizeit praktiziert wird, sondern Teil der täglichen Arbeit, egal, in welchem Bereich wir tätig sind. Dabei wird die Spiritualität ganz einfach im Alltag integriert, und die Gesellschaftsformen werden dadurch transformiert.

Unser Fokus hat sich von einem suchenden, trennenden Blickwinkel verschoben auf das Finden von verbindender Essenz und Gemeinsamkeit. Uns ist klar: Wir sehnen uns alle nach demselben, egal, ob wir uns religiös, wissenschaftlich, philosophisch, künstlerisch oder politisch ausdrücken. Hierzu einige praktische Beispiele: Wenn wir uns treffen, ist jeder Beteiligte zugleich Lehrer, Schüler und angehender Meister auf seinem ganz bestimmten Gebiet. Wir kommen auf gleicher Augenhöhe zusammen und ergänzen einander in unserem Tun. Jeder gibt seine Fähigkeiten in das Ganze. So wird auch unsere Gesellschaft funktionieren. Wenn wir meditieren, arbeiten wir für uns und gleichzeitig für die Welt. Wir funktionieren als Transformationskanal zwischen den weltlichen und den feinstofflichen Ebenen. Dies ist nötig, um auch in Zukunft gemeinsam auf dieser Erde existieren zu können. Wenn wir heilen, sind wir alle Nehmende und Gebende. Zusammen schaffen wir einen Raum für Heilkräfte. Wir heilen uns gegenseitig, jeder auf seine spezielle Weise. Auf diese Art kommen wir Menschen immer stärker in unsere Selbstverantwortung und Kraft.

Der Alltag steckt für mich voller spiritueller Werkzeuge. Beim Spazieren bewege ich mich nach Taiji-Prinzipien durch die Strasse. Ich nutze Treppen und steinigen Untergrund, um mir die Fussreflexpunkte zu massieren. So bleibt mein Körper im Fluss, und gleichzeitig ist meine Zeit sinnvoll und effizient genutzt. Ich öffne meine feinstofflichen Arme zur Umarmung der Welt, wann immer ich Kraft dazu habe. Das Leben umarmt mich zurück.

Jeden Monat gehen wir auf die Strasse, um physische Umarmungen zu verteilen. Einfach so. Kleine Gesten der Freude sind ansteckend. Und diese Gesten sind es, die mich persönlich erfüllen, wenn ich ihnen im Inneren und im Äusseren begegne. Vor jeder Arbeit bilden wir einen Kreis und lassen Energie fließen. Alleine dadurch lösen sich neunzig Prozent der vorhandenen Spannungen in nichts auf. Dies mit einem Zeitaufwand von fünf Minuten. In meiner Vision wird irgendwann jedes Geschäft und jede Schule vor dem Arbeiten solche Kreise bilden. Es ist so einfach, und die Wirkung ist unendlich gross.

Damit möchte ich aufrufen, Spiritualität direkt zu leben. Wir alle sind Meister. Nun ist es an der Zeit, dies zu leben.

*Reto Gabriel Biedermann lebt als selbständiger Therapeut in Bern,*

*[www.retogabrielbiedermann.ch](http://www.retogabrielbiedermann.ch)*