

2026 – Das «Kipp-Jahr» zum Wandel.

50 Jahre Wandel-Geschichte der Menschheit, anno Domini 2026 bis 2075

Peter vom Zürichsee.

1. Januar 2026. Vor einem halben Jahrhundert glaubte kaum jemand auf diesem Planeten, dass eine tiefgreifende Transformation der Menschheit möglich sei und gelingen könnte. Was für uns heute, zum Jahresauftakt 2026, völlig «normal» ist, war damals grundlegend anders. Jetzt schauen wir staunend zurück auf die Reise vom inneren und äusseren Wandel – und gehen dankbar den «gemeinsamen Weg des Menschseins» weiter.

Prolog

Beim Lesen lässt du dich ein auf die kommende «Wandelgeschichte der Menschheit», inspirierend – realitätsbezogen – Möglichkeiten schenkend. Dieser Essay startet heute in 50 Jahren im Januar 2026, zurückblickend auf 50 Wandel-Jahre bis zum 1. Januar 2026.

Die sieben Schritte, mit je sieben Wandeljahren pro Schritt, skizzieren, wie grundlegende individuelle und kollektive Verwandlungen über die Jahre ermöglicht werden.

Niemand braucht «so lange» zu warten, bis wir den nächsten Schritt an die Hand nehmen und ins Leben integrieren. Wir brauchen unendlich viele Menschen, wie dich, die vorausgehen und für andere, die später folgen werden, hilfreich zu Seite stehen...

Vielleicht gehörst du zu Denjenigen, die viele alte Themen und Traumata aufgearbeitet haben. Super, so kannst du jene Schritte komplettieren, die dich persönlich weiterbringen und dir Flügel verleihen...!

Vielleicht bist du jetzt oder später in einer Lebensphase wo du Zeit findest, oder wegen Burnout oder Arbeitsunfähigkeit einen zeitlichen Spielraum bekommst, den du für dich und deinen persönlichen Wandel nutzen willst.

Früher oder später kommst du in die Lage, Mitmenschen zur Seite zu stehen und sie zu unterstützen, wenn sie auf ihrem Weg aus alten Verwicklungen und Ohnmacht in ihre Kraft und ihr Potenzial kommen möchten... So bist du immer wieder ein Geschenk für dich selbst und deine Mitmenschen, genauso für unseren Planeten. Ist das nicht das, wofür wir aus Sicht des Göttlichen geschaffen worden sind?

Für einen besseren Überblick findest du ganz zuhinterst in diesem Dokument eine Übersicht über die sieben Schritte, zugleich Inhaltsverzeichnis, zur leichteren Verständlichkeit, sortiert in der zeitlichen Reihenfolge ab heute bis ins Jahr 2026.

Bitte gönne dir Zeit beim Lesen und darin «Einsinken», sehr gern auch mehrmals, genau dort im Text, wo es dich anspricht oder wo du Potenzial spürst.

Peter vom Zürichsee, peter.wyler@gmx.ch

Damalige Gegenwart im Jahr 2026

Das Jahr 2026 startet mit wenig Hoffnung.

Es herrschen blutige und verbale Kriege. Autokraten, Diktatoren und Pseudo-Demokratien sowie kapitalkräftige Lobbisten und «Unternehmer» beherrschen Politik und Menschheit. Viele Millionen Menschen werden unterdrückt, verhungern und verdursten. Aufgrund eines ungewöhnlich schnellen «Klimawandels» steigen dessen Folgen ungeahnt rasch und weltweit an: Erwärmung unserer Erdatmosphäre; Versauerung und Erwärmung der Ozeane; zerstörerische Wetterextreme wie Überschwemmungen, Hitzewellen und Trockenheit; Hunger-Epidemien; vermehrt grosse Bergstürze wegen auftauendem Permafrost; Flutwellen, Abschmelzen der vereisten Poole und Gletscher und damit Anstieg der Meeresspiegel; sich ausbreitende Wüsten; ungebremster Anstieg des CO₂-Gehalts der Luft aufgrund weiter zunehmender Ausbeutung und Verschleuderung fossiler Energieträger (Erdöl, Erdgas, Kohle); infolgedessen anschwellende Migrationsströme – Menschen verlassen ihre zunehmend unbewohnbare Heimat.

Schleichend vereinsamen weltweit Milliarden von Menschen ... Digitale Medien beeinträchtigen reale Begegnungen mit anderen und sich selbst, stiften Verwirrung durch unvorstellbare Mengen an Informationen und Fake News, was zu Konflikten führt und emotionale Nähe schwächt. Ziemlich parallel dazu nehmen «innere Not» und psychische Erkrankungen stark zu – insbesondere bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

Die Stimmung zu Beginn des Jahres 2026, auf den Punkt gebracht:

*Es herrscht eine weit verbreitete Ohnmacht,
Hilflosigkeit und grosse Verunsicherung,
in Anbetracht dieser vielen, verwirrenden Geschehnisse ...*

... am 1. Januar 2026.

Das ist noch längst nicht alles, was in der damaligen Zeit, ein Vierteljahrhundert nach dem Jahrtausendwechsel, schiefgelaufen ist.

Aus heutiger Sicht, 50 Jahre später, ist die erdrückende Last, welche sich die Menschheit mit den selbst erschaffenen Problemen damals auferlegt hat, kaum noch nachvollziehbar. Seither hat sich so unendlich viel gelöst – ist leichter und lebensfroher geworden. Zum Glück!

Im Jahr 2026 bemerken erst wenige Menschen, dass sie im «Kipp-Jahr» zum Menschheits-Wandel leben. Es ist oft so, dass man erst Jahre oder Jahrzehnte später – «mit Blick in den Rückspiegel» – bemerkt, zu welchem Zeitpunkt der Vergangenheit etwas grundlegend Frisches, Neues, grundlegend Veränderndes wie ein Same zu quellen, keimen und zu gedeihen begonnen hat. Selbst Teil des Geschehens, übersehen wir das meistens, weil das «Pflänzchen» des Neubeginns anfangs noch fein und klein ist. Dass solche Samen überall auf der Welt verstreut zu erwachen beginnen, bleibt oft noch unbemerkt, weil ich als Mensch hier lebe, wo ich lebe, und nicht überall gleichzeitig sein und das «überall» miterleben und bemerken kann.

Im Jahr 2026 beginnen – rückblickend erkennbar – viele Menschen, wie keimende Samen, in eine *evolutionäre* Entdeckungs-, Gestaltungs- und Lebenskraft hineinzuwachsen.

Keine **Revolution**, kein Blutvergiessen, sondern sanftes, einfaches Erwachen, langsam Erstarken, seine Möglichkeiten gewundrig (neugierig) ausprobierend, dem Leben insgesamt dienend ... lebendige **Evolution**.

Auf diesem Weg lernen überall auf dieser Erde immer mehr Menschen, sich alte Missgeschicke und selbst erschaffene Weltprobleme Schritt für Schritt einzugestehen, sie zurückzulassen und gemeinsam neue Erfahrungen zu machen, die uns und unseren Planeten nähren...

Heute, im Jahr 2076, blicken wir auf...

50 Wandeljahre, von 2075 zurück bis ins Jahr 2026

Berührt schauen wir auf die inspirierenden, wesentlichen Veränderungen in sieben Schritten, rückblickend auf die *sieben Phasen VII bis I, mit je sieben magischen Jahren* der weltweit heilenden Wirkung auf unzählige Menschen.

Diese Geschichte des grundlegenden Wandels der Menschheit ist inspiriert von einer umfassenden Einsicht, die uns ermutigt, neues zu wagen:

„Eine wirklich gute Idee erkennt man daran, dass ihre Verwirklichung von vorneherein ausgeschlossen scheint.“

angeblich von Albert Einstein, [siehe hier](#).

Die folgenden sieben Transformations-Schritte können «von oben nach unten, rückblickend vom Jahr 2075 bis 2026» ...



... oder chronologisch, wie «geschehen vom Jahr 2026 bis 2075», in der hier vorliegenden Geschichte von ganz unten bis hier oben gelesen werden.



Auf rot markiertem Hintergrund ist im Text unter jeder dieser siebenjährigen Phasen beispielhaft beschrieben, was die Menschheit vor dem Kipp-Jahr 2026 belastete und tief verwirrte, bevor sich der 50jährige, umfassend gelingende Wandel weltweit entfaltete.

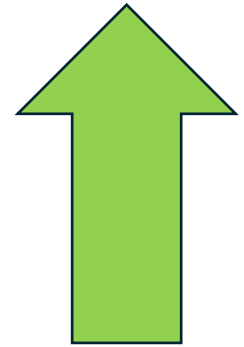
Jahr 2075: Dankbares Feiern überall

Die Menschheit feiert die gemeinsame, weltweite Verbundenheit sowie das sich entfaltende und geschenkte Potenzial, welches jeder Mensch für das Gemeinwohl auf diesem Planeten einbringt. Kaum jemand kann sich heute vorstellen, in welchen «selbstgemachten» Problemen die Menschheit noch vor weniger als 50 Jahren litt und zu ertrinken drohte.

VII 2068 – 2074: Aufschwung der sanften Problemlösungs-Evolution

Es etabliert sich weltweit eine sanfte, zugleich kraftvolle und **hoch wirksame Kultur des gemeinsamen Problem- und Aufgaben-Lösens**. Voller Offenheit, Achtsamkeit, Lebendigkeit, (Co)- Kreativität, Begeisterung und Leichtigkeit packen wir gemeinsam die letzten grossen menscheits-gemachten Probleme an und lassen sie Schritt für Schritt Vergangenheit werden. Es sind die Jahre der unerwartet riesigen Erleichterungen von den Altlasten und früheren Weltproblemen.

*Wir entdecken und finden zu allem,
was es **jetzt** für uns und unseren Planeten braucht,
**echte Lösungen – grundlegend, schlicht
und einfach**, für alle verständlich,
gemeinsam – mit einer magischen Leichtigkeit
im Sein und Tun.*



Siebter Wandel-Schritt

Geschichtlicher Rückblick darüber, was bis vor 50 Jahren «üblich» gewesen ist:

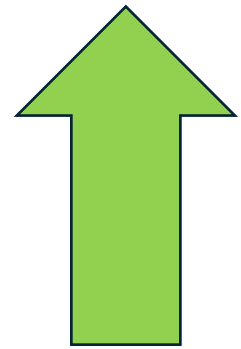
Die grössten menschengemachten Probleme sind zwar weitgehend bekannt und erforscht, lassen jedoch noch immer die grosse Mehrheit der Menschen den zerstörerischen Weg weitergehen wie bisher. **Probleme werden oft verdrängt und schöngeredet. Die meisten Menschen denken: «Ich kann daran eh nichts ändern.»** Und sind davon überzeugt: «Die Probleme sind viel zu komplex – und ausserhalb unseres Einflussbereichs».

VI 2061 – 2067: Quantensprung in die wundervolle Verwandlung

Diese «sieben Jahre der Verwandlung» sind in der Symbolik vergleichbar mit der Metamorphose, von der vollgefressenen Raupe zum paradiesischen Schmetterling.

Die «verwandelten» Menschen entdecken und erforschen das in ihnen schlummernde Potenzial – und unterstützen einander so, dass jeder sein Potenzial ausprobieren und für DAS LEBEN einbringen kann und darf. Im **Zeitalter der Kreativität und «spielerischen Leichtigkeit des Lebens»** erfahren unzählige Menschen diese Verwandlung, schlüpfen wie ein Schmetterling aus ihrer Puppe – ans Licht. Seither leben wir endlich als Teil und in Harmonie der kraftvollen, heilenden Lebensvielfalt.

Hier sehen wir die Jahre der Verwandlung von Milliarden Menschen, hinein die Verwirklichung der eigenen und gemeinsamen Potenzialentfaltung.



Sechster Wandel-Schritt

Rückblick auf die «Zuvielisation» vor diesen Wandeljahren

Während viele Menschen mit unglaublichem Komfort in «Saus und Braus» leben und von allem viel mehr als genug haben – und sich quasi vollfressen und daran teils tödlich erkranken, verhungern und verdursten gleichzeitig immer noch Hunderttausende von Menschen; werden Milliarden unterdrückt und ausgebeutet, sind Millionen in Kriege verwickelt oder arbeiten als «moderne Sklaven» im bestehenden Wirtschaftssystem – sie arbeiten für das Geldsystem (Mammon), anstatt dass das Geldsystem für sie arbeitet. All das bewirkt, dass die Betroffenen ihr Potenzial übersehen oder wegen des «nackten Überlebens» kaum eine Chance haben, sich frei im Sinne des Ganzen zu entfalten.

Es fehlt eine Kultur, unser Potenzial zu entdecken und wirklich zu leben und einander dabei zu unterstützen. Es fehlt das kollektive Verständnis, dass **Vielfalt** das Fundament des Lebens und der kreativen Potenzialentfaltung sowie Lebensschönheit ist.

V

2054 – 2060: Die grosse Befreiung

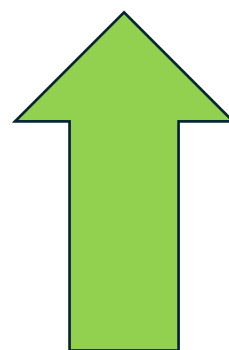
Diese Phase geht als «Zeit der Erleichterung und der Befreiung von den «Fesseln unserer Verwicklungen» in die Geschichte ein. Das fühlt sich an, als würde sich nach Wochen eines undurchdringlichen Nebels der Himmel über uns öffnen und die Sonne alles warm und in frischem Glanz erscheinen lassen. Unsere Herzen sind glücklich und jubeln.

Nach vielen Jahren des Zögerns und Zauderns wird es einem grossen Teil der Menschheit immer klarer, dass persönliches und gemeinsames Freiwerden von früheren Altlasten das Tor zum «ganz im Jetzt-Sein und Wirken» ist. Das ebnet den Weg, restliche und noch vorhandene, teils uralte Traumata auf individueller und kollektiver Ebene zu erkennen und mit ihrer Verarbeitung zu beginnen. Ausbeutung, Unterdrückung, Missbrauch, alte Konditionierungen, «so-tun-als-ob»–Falschheit, Bedürftigkeit, emotionale und finanzielle Abhängigkeit, alte Verstrickungen, Bewertung und Beurteilung, Beschuldigung, toxische Scham sowie alle Formen von emotionaler, verbaler,

psychischer und körperlicher Gewalt sowie «die Kunst der Ausreden» **schmelzen im Licht der Achtsamkeit** weg **wie Schnee in der Frühlingssonne**. Auch die verbliebenen oder mitunter noch aufpoppenden Ängste jeglicher Art und Stärke – auch unbewusste und alte Ideen des Mangels – transformieren sich in das **Bewusstsein der Fülle** und in einen von Geld und Materiellem befreiten **«inneren und äusseren Reichtum»**.

Der fruchtbare Boden dafür ist die **gelebte «Magie des tief Zuhörens» – und des «wirklich gehört Werdens.»** Erfüllt von Hingabe.

Diese grosse Befreiung setzt ungeahnte Energie, Lebensfreude und Lebenslust in den Menschen frei. Endlich fällt der wahnsinnige, zuvor meist verdrängte Druck weg!



Fünfter Wandel-Schritt

Das zeigt sich früher anders: Seit langem, bis über den zweiten Jahrtausendwechsel nach Christi Geburt hinaus, ist **Homo sapiens sehr müde geworden**. Träge bis apathisch, lustlos, hilflos und blockiert in der Sackgasse steckend in Anbetracht all dessen, was er seit Jahrhunderten diesem Planeten und sich selbst zumutet und antut. Der Mensch hat sehr viel darin investiert, Wissen anzuhäufen und Künstliche Intelligenz einzusetzen, um alles im Detail verstehen, beherrschen und für sich «zu Gold machen» zu können. Deshalb haben viele Menschen auch die Verbindung zu den Wundern der Natur und des Lebens verloren und vergessen.

Seit vielen Jahren gilt es als erstrebenswert, mit möglichst wenig Aufwand möglichst viel Geld zu verdienen. Doch die weltweite Finanzwelt – damals mit neuen spekulativen, dezentralen, digitalen Währungen (Kryptowährungen) – wird zunehmend instabil und zusammensturzgefährdet.

Die vielen Verpflichtungen und unlösbaren Herausforderungen zeigen deutlich, wie abhängig und manipulierbar wir Menschen geworden sind, gefangen in einem undurchdringlichen Gewirr aus Zwängen und Abhängigkeiten.

Weitestgehend fehlt das Verständnis, dass wir Menschen uns diese Unmengen von schwer auf uns lastendem Schrott selbst erschaffen.

Homo sapiens ist zu einer sich selbst fesselnden und unterdrückenden Spezies geworden, die sich nach Erlösung von diesem Bösen sehnt. Der Leidensdruck, und damit der Wunsch, endlich einen Weg aus diesen Verwicklungen zu finden, ist ins Unermessliche angestiegen. Die Ratlosigkeit auch ...

IV 2047 – 2053: Aus dem komplexen Chaos zu Klarheit und Frieden

Den persönlichen und gemeinsamen Umgang mit den damals verflixten und oft unerwünschten Gefühlen, Gedanken und Überzeugungen, erkennen wir heute rückblickend als «Passepartout» zu Klarheit und Frieden. Die Menschheit erkennt ihre «Gefangenschaft in Problemen» und findet wirksame Wege, sich zunehmend aus inneren und kollektiven Blockaden zu lösen.

Gefühle und blockierte Zustände ...

Im schon über 60jährigen «Zeitalter der digitalen, weltweiten Vernetzung» und dem damit ermöglichten globalen Erfahrungs- und Informationsaustausch erkennen seit Jahrzehnten immer mehr Menschen, dass **Gefühle einfach zum Fühlen da** sind. Dass Homo sapiens – wie alle Lebewesen – fühlende Wesen sind. Dass uns Gefühle etwas zeigen und auf etwas hinweisen möchten. Dass aller Reichtum dieser Welt, auch die schönsten und besten Lebenspartner:innen, nichts bringen, wenn wir Gnade und Liebe nicht fühlen.

Jetzt lernen Milliarden von Menschen, «schwierig» auszuhaltende Gefühle und blockierte Zustände zu beachten, sie zu «hören und zu sehen», zu erkunden und zu transformieren.

In dieser Phase lockern sich «innere Blockaden» und verwirklichen sich in der «Gefühlswelt» wesentliche Transformationsprozesse. Hier teilen wir zur Erinnerung einige gelungene Transformationsbeispiele. Es sind verschiedene Aspekte und Facetten desselben Ursprungs. In der folgenden Liste jeweils links, in Normalschrift, sind die Gefühle und blockierenden Aspekte zu sehen – rechts **in kursiver Fettschrift deren Transformationen:**

- von Trennungsgefühlen und Einsamkeit **zu herzlicher Verbundenheit**
- von Stolz und Überheblichkeit **zu Demut und Bescheidenheit**
- von Ablehnen und Kampf **zum friedlichen Annehmen**
- von Neid und «Selbstverständlichkeit» **zur Dankbarkeit**
- von Argwohn und Misstrauen **zu Dialog und Vertrauen**
- von Schuldgefühlen **zur Selbstvergebung**
- von Selbstvernachlässigung **zu Selbstfürsorge**
- vom Nehmen **zum Geben**
- vom funktionierenden Autopiloten **zum Piloten seiner selbst**
- vom Ausbeuten **zum Beistehen, Unterstützen und füreinander dasein**
- von der Sprachlosigkeit **zur Kultur, einander tief zuzuhören**
- vom Vermeiden und Ausweichen **zum aufeinander Zugehen und Ermöglichen**
- von Gewaltbereitschaft und jeglicher Gewaltanwendung **hin zu Begegnungen, die Ängste lindern und Wege zu gemeinsamen Lösungen eröffnen**
- von der Analyse der Details **zur Wahrnehmung der Ganzheit**

Auf diesem Weg des Transformierens «fallen» sehr viele Menschen vorübergehend in schwere persönliche und familiäre Krisen.

Auch im beruflichen und gemeinnützigen Alltag bleibt kaum ein Stein auf dem anderen. Zum Glück sind in den letzten Jahren Millionen von Menschen den Weg des persönlichen Wandels und der Transformation in Familien, Gruppen, Unternehmen und Staaten vorausgegangen. Diese «Vorreiter» stehen überall auf der Welt jenen, die sich auch auf den Weg der Verwandlung machen, unterstützend und fördernd zur Seite.

Dabei zeigt sich je länger, desto klarer, dass **zwei menschliche Faktoren den Transformationsprozess so herausfordernd machen und blockieren können:**

Unsere Gedanken / unser Denken und unsere «Glaubenssätze» sowie Überzeugungen. Im Bewusst-sein und achtsamen Umgang damit schlüpfen wir Menschen in die «Sieben-Meilen-Stiefeln zum Wandel» ...

Glaubenssätze ...

... sind stark verwurzelte, oft unbewusste Überzeugungen und Annahmen über uns selbst, andere und die Welt. Innerlich «gespeicherte» Glaubenssätze prägen unser Denken, Fühlen und Handeln, indem sie unsere Wahrnehmung filtern und als «meine absolute Wahrheit» wirken. Sie entstehen hauptsächlich in der Kindheit durch Erfahrungen, Vorstellungen und Überzeugungen der Bindungspersonen in der Erziehung (z.B. wiederholte Botschaften und Zurechtweisungen), die sich auf uns übertragen, sowie durch kulturelle und andere soziale Prägungen. Mit Wiederholungen verfestigen sie sich zu «Glaubenssätzen», die uns aus dem Unbewussten stark beeinflussen, oft auch destruktiv und blockierend für unser Leben.

In diesen Jahren geschieht «die Hochblüte» des Erkennens und Erkundens «der eigenen» Glaubenssätze. Die Menschen erforschen und erspüren, wie sich diese Überzeugungen in ihrem Leben auswirken und was das mit ihnen und ihren Mitmenschen macht und bewirkt. Wir erkennen, dass die alten, oft über Generationen weiter vererbten Glaubenssätze «automatisch» unsere zwischenmenschlichen Beziehungen vergiften und uns selbst, das Miteinander und diesen Planeten schwächen und krank machen.

Viele Menschen bemerken endlich, dass solche Überzeugungen als eine Art Überlebens- und Schutzmechanismus die Illusion vermeintlicher Sicherheit erzeugen. Und **dass unser Leben über weite Strecken wie getrennt von unseren tiefsten Herzenswünschen «abläuft».**

Dass sich ein solches Leben – wie es früher volkstümlich gesagt und empfunden wurde, einfach «Scheisse, Scheisse, Scheisse anfühlt»!

Zum Glück lernen in dieser Epoche Millionen von Menschen, sich von alten Glaubenssätzen und Überzeugungen zu lösen, sie «zurückzugeben» – und sie in lebensdienliche, freudige, herzensverbundene, konstruktive, stärkende und ermutigende, frische «Lebensinspirationen» zu wandeln.

Diese segensreiche Transformationsarbeit führt zunehmend...

- von «ich glaube, nicht gut genug zu sein, ich bin ein Versager» **zu «ich entfalte mich sinnvoll im Leben»**
- von fixen Überzeugungen **zum Freisein**
- von «Trennungsgefühlen» **in die wohltuende Herzensverbundenheit**
- vom «Perfekt-sein-müssen» **zum «Frei-Sein-Dürfen»**

- von «Überzeugungen» **zum Freiwerden von Dogmen und Prägungen**
- aus dem «zu glauben, was ich denke», **zum achtsam mein Denken prüfen und hineinspüren** (diese «The Work»-Arbeit hat Byron Katie nach der Jahrtausendwende ins Leben gerufen. Im deutschsprachigen Raum bekannt unter dem Buchtitel «Lieben was ist» (4).

Mehr oder weniger «verflichte Gedanken» ...

... kommen und gehen. Das ist schon immer so gewesen und wird immer so bleiben. Doch bemerken wir, **wie «es denkt»** in uns?

Glaubenssätze und Überzeugungen sind immer mit «Salven von Gedanken» verbunden. Je länger, desto klarer erkennen die Menschen: Sobald sich das «Gedankenkarussell» dreht und nicht mehr stoppbar scheint, ist die Einladung da, sich um den «Motor» dieses Karussells zu kümmern. Darin verbergen sich noch verborgene Glaubenssätze.

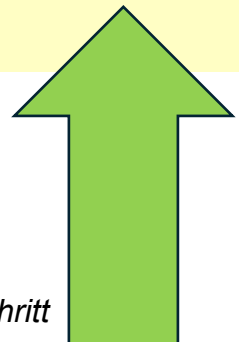
In den 2020er Jahren hat Joseph Nguyen mit seinem herausgegebenen Buch **«Hör auf zu glauben, was du denkst»** (3) einen starken und inspirierenden Impuls unter die Menschen gebracht, welcher zu einer grossen Befreiung und Entspannung im Denken führt: Endlich glaube ich nicht mehr, was es in mir «denkt». Gedanken kommen und gehen, wie am Himmel Wolken kommen und gehen. So wie es keinen Sinn macht zu versuchen, Wolken am Himmel festzuhalten, ist es bei aufkommenden Gedanken. Sie zu glauben und sich an diesem Glauben festhalten, macht das Leben unglaublich schwer und kompliziert. Genau das wird jetzt unendlich vielen Menschen bewusst.

Es gehört zu den Schlüsselerfahrungen und Erkenntnissen des Homo sapiens, damit aufzuhören, zu glauben, was «es denkt», «ich denke», «du denkst», «wir denken».

Das Denken ist befreit worden vom Glauben-Wollen und -Müssen. Seither dient das Geschenk des Denkenkönnens den Menschen, sich liebevoll dem Dienst an unseren Planeten hinzugeben – was sich als umfassender Wandel hin zur Regeneration und Gesundung allen Lebens, auch der Menschen, erweist.

*Anstelle sich über andere Gedanken zu machen sowie zu urteilen und zu bewerten, entfaltet und integriert sich immer weiter die gelebte Praxis: **Statt «übereinander zu reden», sprechen wir m i t e i n a n d e r.***

*Statt wie früher sehr oft zu beobachten, «pseudo-» oder «zweckgebunden» zuzuhören, um «besser» oder «mit gewichtigeren Argumenten» «zurückschlagen» zu können, **hören wir einander empathisch «aktiv» zu. Das Praktizieren des achtsamen Zuhörens mit dem «Bohmschen Dialog», inspiriert von David Bohm, erweist sich immer wieder als wahrer Change Maker im zwischenmenschlichen Austausch und Gewinnen von gegenseitigem Verständnis** (5).*



Vierter Wandel-Schritt

Rückblick auf damals blockierte, verflixte Gedanken, Gefühle und Überzeugungen.

In der obigen Auflistung ist rückblickend der damals verbreitete «Zustand» jeweils zuerst genannt, in Normalschrift. *Daneben in kursiver Fett-Schrift, zu welcher Lebens-Qualität die Transformierung hingeführt hat und weiter hinführt.*

Dazu weitere Beispiele, welche das Transformationspotenzial der damaligen Zeit bewusstmachen:

- von Angstmacherei **zu Zuversicht und Vertrauenswürdigkeit**
- vom Populismus **zur ehrlichen Gemeinwohlpolitik**
- vom «Leistungsglauben» **zur eigenen Entfaltung**
- vom «blabla-Geschwätz» **zur authentischen Präsenz**
- vom «Die Erde ist mir untertan» **zur liebevollen Zusammenarbeit mit der Natur**
- vom billig und immer mehr Produzieren und Wegwerfen **zu Qualität, die Bestand hat und Wert schafft**
- vom Gefühl, von der Natur getrennt zu sein **zur innigen Erd-Verbundenheit**
- von angeblich unumgänglicher, erdvergiftender Landwirtschaft **zu giftfreier Erde und Ernährung**
- von industrialisierten Monokulturen **zu regenerativen, artenreichen Anbaumethoden**
- von den Wirtschafts-Wachstumszwängen **zum Schaffen, das uns Menschen und dem ganzen Planeten dient**
- von den planetenbelastenden fossilen (Erdöl, Erdgas, Kohle) **zu regenerativen Energien, die alles Leben schützen**
- von Zwängen, Regeln und Gesetzen **zu gelebter Freiheit – die niemals auf Kosten von Erde oder Lebewesen geht –, die achtsames Miteinander fördert und dem Gemeinwohl dient**
- von betäubenden Versuchungen wie Konsumrausch, Sucht, Viel-Reiserei und Ablenkungen aller Art **zu bewusstem Leben, Freude und Liebe**
- von «ich bin schon viel weiter als du» oder «ich bin auf einer höheren Stufe als du» **zu «wir sind füreinander stets Lehrende und Lernende»**
- von «ich weiss es besser und genauer als du – ich habe Recht!» **zum achtsamen gemeinsamen Erforschen, indem wir unser Potenzial einbringen und kreative neue Möglichkeiten eröffnen**
- vom Kampf über «Gewinnen» und «Verlieren» **zum kooperativen Miteinander, das uns allen zugutekommt**
- von Stress sowie «mich selbst & dich-Überforderung» – **zur inneren Ruhe, Leichtigkeit, bewussten Selbstfürsorge und achtsamen Miteinander, das regeneriert und Energie schenkt**

- von «ich bin etwas Besonderes» **zu «ich bin» – ohne Anspruch, ohne Vergleichen, verbunden im Wir**
- vom lärmigen, unruhigen Leben **zu regenerierender Stille, Ruhe, Sanftheit und erwachendem Staunen über all die Wunder**
- von Ernst und Schwere **zu frischer Leichtigkeit voller "Gwunder" (Neugier), die meine spielerische Kreativität und Freude weckt, mich aufatmen lässt und mein Lachen wieder entfacht**
- von fremdbestimmter «Führung von oben» **zur Kultur des gemeinsamen Selbstführens auf Augenhöhe, indem wir Verantwortung aufmerksam und transparent teilen, bewusst miteinander gestalten und so wunderbar Neues entstehen lassen**
- vom Wandel (es verändert sich sowieso ständig vieles) **zur Wende, zum Kurswechsel – und damit zur Zuwendung. Wir wenden uns einander, der Natur, den Wundern zu – voller Zuneigung.**

III 2040 – 2046: Tiefe Verbundenheit mit meiner Mitwelt entdecken

Diese Zeit ist geprägt vom frischen Wiederentdecken der Wunder des Zusammenlebens und berührenden Begegnungen.

Schon über 100 Jahre zuvor gibt der bekannte Arzt, Philosoph, evangelische Theologe und Friedensnobelpreisträger Albert Schweitzer eine «grundlegende Erkenntnis» an die Menschheit weiter:

*Ich bin leben, das leben will,
inmitten von Leben, das leben will.*

Albert Schweitzer

Dieses bewusste «inmitten von Leben, das leben will» – verbunden mit Ehrfurcht vor dem Leben – entdecken jetzt mit wachsender Achtsamkeit Milliarden von Menschen. Wir bemerken, dass von all dem unglaublich vielfältigen Leben und faszinierenden Lebensformen nicht mal zehn Prozent, vielleicht sogar nur ein bis zwei Prozent, etwa 1,8 Millionen Arten, jemals wissenschaftlich beschrieben und «bekannt» geworden sind. Und wir selbst ja kaum 100 oder gar 1000 Tier- und Pflanzenarten «kennen». Dass ich ein Wesen wie beispielsweise eine Schlüsselblume oder einen Fuchs zwar «bestimmen» und beim Namen nennen kann, dieses Lebewesen jedoch meistens gar nie wirklich näher betrachtet, beobachtet und bewundert habe – es also so gut wie gar nicht kenne. Wir beginnen uns einzugestehen, dass wir uns massenhaft Meinungen (ein)bilden, die weder auf einer wirklichen Ahnung, geschweige denn auf grundlegenden Erfahrungen basieren.

Das Bewusstsein, dass mit hoher Wahrscheinlichkeit schon mehr als ein Drittel des weltweiten Artenreichtums – durch menschliche, zerstörerische Einwirkungen – bereits ausgestorben ist, ohne jemals erforscht und als Mitwelt und Geschenk erkannt worden zu sein, führt jetzt zu einem grundlegenden Umdenken.

Während dem ersten Schritt haben Milliarden von Menschen mit grosser Entdeckerlust die früheren Trennungsgefühle gegenüber der Natur zu einer nährenden Erd-Verbundenheit transformiert (siehe weiter unten im Schritt 1, von 2026 bis 2032).

Was wäre, wenn *genau diese universelle Verbundenheit* der Schlüssel ist, der uns Menschen das Herz für die Kostbarkeiten des Lebens und unseres Planeten öffnet? Bestärkt durch die Klarheit, die Antoine de Saint-Exupéry uns schon 1943 mit seinem so *wesentlichen* Hinweis mitgegeben hat:

*Man sieht nur mit dem Herzen gut.
Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.*

Antoine de Saint-Exupéry, «Der kleine Prinz» im Original «Le petit prince»

Inspiriert von ausprobierten und gelebten, berührenden Erfahrungen, mit den Anregungen aus den ersten beiden Schritten des Bewusstwerdens, öffnet sich unser lebendiges Wesen.

Wir entdecken das Wunder der Vielfalt in unseren Mitmenschen. Gehen den Weg des einander achtsamen Begegnens – und «Erkennens». Unsere Herzen verbinden sich sanft mit den Herzen der Mitmenschen. *Gwundrig (Neugierig)* entdecken wir in uns selbst und in Mitmenschen, was in unseren Herzen schlummert und als Potenzial gelebt werden möchte!

Es wird immer klarer, welche Verbundenheit wir Menschen ganz besonders brauchen. Überall erwartet uns die Einladung und Ermutigung, das Bedürfnis nach «Verbundenheit unter uns Menschen» achtsam wahrzunehmen und dazu beizutragen, unser **gemeinsames Grundbedürfnis, gesehen, gehört und geschätzt zu werden**, zu erfüllen. Uns inspirieren zu lassen und in uns selbst und im Miteinander wesentliche Inspirationen zu entdecken – das und noch viel mehr geschieht in dieser Zeit des transformierenden, neuen WIR:

- **Ich verbinde mich mit dem, was in meinem *und deinem* tiefsten Innersten freudig darauf wartet, entdeckt zu werden. Erkunde, was aus meinem *und deinem* Herzen geboren werden, sich entfalten und leben möchte.**

→ *Im sich Verbinden mit meinen und deinen Herzenswünschen liegt der Schlüssel zur Verbundenheit im zwischenmenschlichen Leben. In meiner und deiner Lebendigkeit zeigen sich unsere Entdeckerfreude, Forschergeist und Kreativität.*
- **Wir begegnen einander achtsam im hier und jetzt.** Sind präsent.
- **Wir sorgen gemeinsam dafür, dass wir uns in einer Gruppe im Kreis öffnen können**, wo sich alles, was jetzt in uns ist, zeigen darf. **Wir hören uns tief zu. Jede*r wird gehört und gesehen.** So entsteht ein **heilender Begegnungsraum**. Im aufmerksamen, authentischen Austausch verbinden wir uns auf dem Weg, ganz Mensch und gemeinsam getragen zu sein. Wir spüren Freude und Lebendigkeit, unser gegenseitiges Potenzial zu erkunden und zur Entfaltung zu bringen.

Solche Begegnungsräume wirken als wunderbare Nährböden wachsender Verbundenheit.

Jetzt entfaltet sich in uns, je länger desto öfter, wahrhaftiges **Bereit-Sein, uns den Herausforderungen in Gemeinschaften zu stellen**. Wir anerkennen, dass diese Bereitschaft nicht eingefordert werden kann, weil Mitmenschen damit unter Druck gesetzt und zum Objekt gemacht würden. Wir ermutigen Mitmenschen und laden sie ein, sich mit uns im Wir zu öffnen und zu zeigen.

Mit unserem Bereit-Sein erleben und spüren wir zunehmende Verbundenheit, die wir uns schenken. Immer wieder – auch wenn es schwierig wird und ist.

Vorurteile, Missverständnisse und Konflikte bieten uns die Möglichkeit, uns noch achtsamer zuzuhören, uns gehört und verstanden zu fühlen und darauf aufbauend zu neuen, für alle annehmbaren Lösungen und heilenden Erfahrungen zu gelangen. Im Bereitsein, einander – und uns selbst – anzunehmen und zu schätzen, zu würdigen, so wie wir in all unserer Verschiedenheit sind. Damit entfaltet sich eine weiter vertiefende, nährnde Verbundenheit.

Das bewusste Erkennen durchflutet uns Menschen. Das Bewusstsein wächst, dass jede Form und Intensität von Gewalt uns Menschen voneinander trennt, unnötig Leid und Mangel schafft. Unabhängig davon, in welcher Art und Intensität sich Gewalt zeigt oder spürbar wird: Sie übt körperlichen, psychisch/emotionalen, verbalen, sozialen, strukturellen, digitalen oder kulturell-symbolischen Druck aus – und macht Menschen zu Objekten (Dingen). Und wer möchte schon gerne acht- und lieblos als Gegenstand behandelt werden? Niemand.

Wir alle sind miteinander verbunden. Dieses Bewusstsein leuchtet wie ein Komet am Himmel, als Wegweiser und Lebenshilfe.

Das Leben möchte uns «weichköcheln», sanft und zärtlich werden lassen, unsere Gemeinschaften und Begegnungen in ein bewusstes und kraftvolles, geborgenes Wir-Sein führen.

Nährnde Verbundenheit mit Mitmenschen beschenkt uns immer wieder frisch von Neuem.

Wir begegnen uns als lebendige, unterschiedliche Wesen **mit Zuneigung** und nehmen uns an. **Diesem Begegnen wohnt ein Zauber inne**, der wie ein Same keimt, gedeiht und seine zarte Lebenskraft entfaltet.

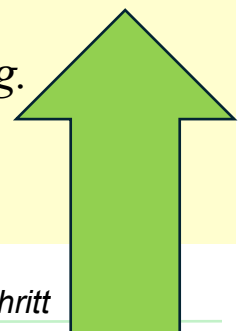
Der wundervolle, unermesslich vielfältige «Begegnungsraum Erde» ist unser Zuhause.

Wir alle sind Teil dieser Verbundenheit – des WIR.

Wir alle sind Teil der Mitwelt.

Ohne dich gibt es kein WIR – ohne mich genauso wenig.

*Es braucht dich, mich, uns alle,
für das alles heilende WIR.*



Dritter Wandel-Schritt

In der sogenannten «Neuzeit» der Menschheit, der Ära von Entdeckung und «Fortschritt», schreitet seit ca. 1760 die Industrialisierung auf unserem Planeten voran. Ein Quantensprung ist von ca. 1870 bis 1970 die Einführung der Elektrizität und Massenfertigung – mit zunehmender Automatisierung. Ein weiterer Quantensprung, der vermutlich die Auswirkungen der Industrialisierung übertrifft, ist die Entwicklung des Internets und die damit einhergehende und sich rasch ausbreitende Digitalisierung seit den 1980er Jahren.

Die Jahre 2023 bis 2026 bringen die sich explosionsartig ausbreitende *künstliche Intelligenz*, die zunehmend alles überwacht, registriert, auswertet, kontrolliert und beeinflusst – und die Möglichkeiten von Desinformation sowie Manipulation in bisher nie dagewesenem Umfang digital-automatisiert vorantreibt.

Das Jahr 2025 geht in die Geschichte ein als Jahr der weltweiten politischen, wirtschaftlichen, territorialen und digitalen Kriege: Wiedereinführung von Zöllen im weltweiten Handel – als interkontinentales Druck- und Erpressungsmittel; Abschaffung bisheriger Massnahmen zum Schutz unserer Lebensgrundlagen – wie z.B. die neue Erlaubnis, gentechnisch veränderte Organismen und Lebensmitteln ohne Deklarationspflicht zu produzieren und zu verkaufen. Selbst giftige Pestizide könnten plötzlich für immer zugelassen werden – ohne Sicherheitsprüfung; die Rüstungsindustrie wird in Deutschland auf 5% des BIP hochgefahren, was mehr als 40 Prozent des gesamten Bundeshaushalts entspricht und das Versprechen unterläuft, die Gefahr eines Dritten Weltkriegs zu bannen ... denn die Geschichte der Menschheit und menschlicher Verhaltensforschung belegt, dass mehr Waffen zu mehr mörderischen und kriegesischen Handlungen, einer Vervielfachung menschlichen Leids und zur massenhaften Zerstörung von Siedlungen, Kulturlflächen, Infrastruktur und der Natur führen ...

Diesen Geschehnissen zugrunde liegt ein System, das die Macht- und Geldsucht der Herrschenden bedient und stimuliert. Wir Menschen sind zum Objekt, zum «Ding» dieser Macht- und Gier-Spiele geworden. Wir prostituieren uns, machen wohl oder übel mit, sind aufs Geldverdienen auf Gedeih und Verderben angewiesen.

Wir haben uns scheinbar unendlich weit vom gwindig (neugierig) Entdecken und Erleben unserer menschlichen Herzenswünsche abgewendet.

Trennungsgefühle, Ohnmacht und Hilflosigkeit beeinflussen – wenn auch oft unbewusst – Milliarden von Menschen.

Der Mehrheit der Menschen wird immer klarer: Es ist höchste Zeit, uns den menschlichen Grundbedürfnissen nach Nähe, Verbundenheit und Zuneigung zuzuwenden. Der Hunger, der Durst nach wohlthuender Verbundenheit ist riesengross geworden.

II 2033 – 2039: *Meinen inneren Schätzen begegnen*

Wer bin ich? Warum – oder wozu bin ich auf dieser Welt? Und warum gerade jetzt?

Was ist meine Lebensaufgabe – vielleicht meine Berufung? Wie entdecke ich sie – und gelingt es mir, sie zu leben? Kenne ich meine essenziellsten Herzenswünsche? Was ist in mir verborgen, das soooo gerne entdeckt, gespürt und gelebt werden möchte?

Finde ich «meine inneren Schätze? Schenke ich meine Gaben der Welt? (6)

Es sind solche **Sinn-Fragen**, die jetzt immer stärker «aufpoppen», sich wie ein Schneeballsystem «automatisch» und unwiderstehlich in Milliarden Menschen ausbreiten.

In diesen erstaunlichen Jahren des «Entdeckens und Erforschens innerer Schätze» sowie von Möglichkeiten, die ich jetzt – endlich – aus meinem Innersten wecken und als «Schatz» heben kann, beginne ich zu lernen, was LEBEN wirklich heisst.

Jetzt zeigen sich meine tiefen Herzenswünsche je länger, desto konkreter. Jetzt lerne ich mich – bzw. das, was in mir als Wesen schlummert – zunehmend besser kennen. Selbsterkenntnis wird für mich und dich zu einem natürlichen Entfaltungsprozess.

Ich gehe von ganzem Herzen liebevoller mit mir und mit dir um. Ich entdecke empathisches Zuhören auf völlig neue Weise: Ich lausche in mich hinein. Dabei erlebe ich ein bisher unbekanntes, tiefes Selbst-Mitgefühl. Ich lerne, mir Verständnis zu schenken und mir selbst zu vergeben. Ich höre mir immer wieder aufs Neue aufmerksam zu.

Jahre bis Jahrzehnte von stiller, unbewusster Ohnmacht und Hilflosigkeit – nicht zuletzt wegen den teils schrecklichen Weltgeschehnissen – verwandeln sich in eine frische, wunderbare Klarheit und Kraft.

Ich beginne, den Ruf meines Herzens zu verstehen – und ihm zu folgen.

In der gleichen Lebensphase wird zunehmend klar, in welchen Situationen ich *jenseits* meines Innersten und meiner Intentionen tätig bin, mich für Geld und Anerkennung auf Arbeiten einlasse, die *entgegengesetzt* zu meinem Wesen, meinen Werten und Gefühlen stehen. Ich löse mich Schritt für Schritt von solchen auslaugenden und krankmachenden Tätigkeiten – und spüre, wie ein inneres Aufatmen, ein sanftes Freiwerden erwacht.

Auf diesem Weg scheinen sich immer wieder Hindernisse in die Quere zu stellen.

Da und dort kommen wir in Kontakt mit «vergessenen Traumata», unverarbeiteten und verdrängten, in uns gespeicherten, schmerzvollen Gefühlen.

Ich spüre, dass etwas am gehorsamen «Mitmachen», «gute-Miene-zum-bösen-Spiel-machen», am eigenen Verhalten und Auftreten, grundlegend **nicht** authentisch ist mit meinem Innersten. Dass ich mich von mir selbst entfremdet habe, ausbrenne, abgestumpft und antriebslos geworden bin – «einfach nicht mehr kann».

Dazu gehört, in einer Art **Modus des «so Tun als ob»** im Alltag «mitzuspielen» ...

Aus der inneren Intention heraus beginnen immer mehr Menschen es zu wagen, zu den eigenen Bedürfnissen, Intentionen, kreativen Ideen und innewohnenden Potenzialen zu stehen – und das in Gemeinschaften und Gruppen einzubringen: z.B. in die Familie und Beziehungen, in das Unternehmen, die Gemeinde, die Politik, die Organisation, den Verein ... Das führt bisherige Pseudogemeinschaften zuerst in eine Phase des Chaos.

«Der wesentliche Vorgang bei der Pseudogemeinschaft ist Konfliktvermeidung. (...). Die grundlegende Täuschung in der Pseudogemeinschaft ist die Leugnung von individuellen Unterschieden.» (8).

Es wird uns je länger, desto klarer, uns in Gruppen und Gemeinschaften bewusst in «Räumen des aktiven Zuhörens» zu öffnen, die nun zunehmend gepflegt werden. Und immer wieder überraschend zu lernen, auch sich selbst tief zuzuhören. In die eigene Sehnsucht nach wohlthuender Verbundenheit hinein lauschend ...

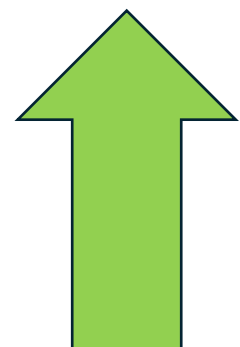
So begegnet meine Sehnsucht mit allen Sinnen meiner tiefen Selbst-Achtsamkeit. Alles, was wir im ersten Schritt (2026 bis 2032) – beim bewussten Erforschen unserer Sinne und Sinnlichkeit – Wiederentdecken und auf diese Weise unsere Erdverbundenheit spüren und erleben, frischen wir während dem jetzigen zweiten Schritt auf, und erweitern es. Das hilft, **mich auch immer wieder ganz in mich hinein zu verbinden.**

«Einfach so», wie ich als kleines Kind gelebt habe – erforschend, erfahrend, ergründend, ausprobierend, staunend, mich freuend, voller Unschuld, ohne «zu wissen wie es geht», frei von Konditionierungen und Vorstellungen anderer, zeitlos im jetzigen Moment versunken – lebe ich immer öfter präsent im Flow – als erwachender Erwachsener.

Jetzt erleben wir heilende Zeiten, wo es uns gelingt, die in uns wohnenden Herzenswünsche und Schätze aus den Tiefen der Schatzkiste zu heben und ins Leben zu integrieren.

Das Zeitalter des eigenen «Potenzial-Bewusstwerdens» ist gekommen!

Für den vollständigen Wandel braucht es weitere, wesentliche Transformations-Schritte, um das, was uns dabei in der Quere steht, zu erkennen, zu verarbeiten und loslassen zu lernen. Um ganz frei zu werden, die persönlichen, sozialen, regionalen, nationalen sowie weltweiten Probleme mit einer spielerischen Leichtigkeit in grundlegende Lösungen zu verwandeln.



Zweiter Wandel – Schritt

Bis in die 2020er Jahre leben viele Menschen ihren Alltag mit dem Gefühl, stets funktionieren zu müssen. Sie erfüllen etliche Vorgaben und Zwänge, die sie als von aussen und aus sich selbst herauskommend erleben. Oft handeln sie nicht aus freier Wahl, sondern im Glauben, so und nicht anders sein und tun zu müssen. Dabei geht vergessen, dass ihr Leben viel mehr bieten könnte als das blosser Erfüllen von Erwartungen.

«Selbstaussbeutung» und «sich ausbeuten lassen» sind damals weit verbreitete Haltungen. In nie dagewesener Klarheit bemerken wir, wie wir einer im Grunde genommen sinnlosen Tätigkeit nachgehen, um das eigene Leben finanzieren zu können. Sinnlos besonders mit Blick auf die Schäden, die wir im Ausüben solcher Jobs unserem Planeten und Mitmenschen zufügen.

Eindrückliche Beispiele: Herstellen, in Verkehrbringen, Verkaufen und Ausbringen von Pestiziden; Gewinnen, Verarbeiten, Verteilen und Verwenden fossiler Energieträger; Mitfinanzieren und Absichern der fossilen Lieferketten sowie denen der Rüstungsindustrie; massenhaftes Herstellen, Verkaufen und Verbreiten von Wegwerfartikeln, welche oft gar nie gebraucht oder nach wenigen Malen weggeschmissen werden; Produzieren von synthetischen Stoffen, Mischgeweben und Kleidern, die rasch im Abfall landen, den Planeten mit Mikroplastik verseuchen und als vorgegaukeltes «Recycling» kilometerlang Küsten verwüsten und ins Meer gelangen; usw. usw. ...

Unser Wirken im Lebensalltag als Teil der weltweiten Probleme und Bedrohungen zu erkennen, scheint unmöglich. Doch die Erkenntnis, dass wir unserem seit Jahrzehnten praktizierten Lebensstil, diese menschengemachten Probleme und die Erkrankung unseres Planeten keinesfalls heilen können – dass es ein bewusstes «Aufhören damit!» braucht, könnte irgendwann in Zukunft möglich zu werden.

Es geht mir so, wie x Millionen von Menschen. Ich spüre, und in mir drinnen weiss ich: So wie in den letzten Jahrzehnten kann und darf es nicht weitergehen.

So beginnt insgeheim die Frage aufzukeimen: Wie könnte mein und unser Leben anders gehen? Voller Zuneigung, Achtsamkeit, Respekt, aufeinander Rücksichtnehmen, sodass für alle genug und ein Platz zum Leben da ist ...

Meine Sehnsucht – auch die unzählbarer Menschen, nach einem von Altlasten befreiten und sinnvollen Leben – ist gross und nimmt weiter zu. Zugleich versuchen wir krampfhaft, an erworbenen Errungenschaften und alldem, das uns vermeintliche Sicherheit gibt, festzuhalten. Tausende «Wenn und Aber» lassen mich zögern – halten mich fest – und lassen mich halt weitermachen wie bisher ...

I 2026 – 2032: Von der Trennung zur Erd-Verbundenheit

Diese Phase ist in der Ich-Form geschrieben, um die Hinwendung zu *bewussten* Naturerfahrungen, die zunehmend viele Menschen jetzt erleben, direkt mitempfinden und nachvollziehen zu können.

Es wird mir immer bewusster, dass ich die Erde, die Wunder dieses Planeten, bisher **irgendwie nicht fühlen** kann. Dass meine sinnliche Wahrnehmung eingeschlafen ist oder ganz fehlt. Damit wird die Frage immer stärker bemerkbar: *Wie gelingt es mir, mich mit diesen Wundern verbunden fühlen* können? Wo finde ich Raum und Zeit, die Erde und Natur wirklich zu spüren? Das aus der Erde spriessende Leben zu sehen, zu bestaunen und zu bemerken, was das mit mir macht?

Zunehmend gelingt es mir, Spielräume und Momente zu finden, meine Naturverbundenheit wieder zu entdecken und mich bewusst in meine vervollständigende Erd-Verbundenheit zu vertiefen. Das geschieht auch bei zunehmend mehr Menschen, überall auf unserer Erde.

Immer öfter nutze ich jeden Tag, «Kostproben aus dem Reich der Sieben Sinne» wahrzunehmen; die in mir wohnenden Sinne achtsam zu benutzen und zu fühlen. Mit mir beginnen viele zu spüren, dass **D A S** das Tor zum sinnreichen SEIN und TUN sein könnte. Dass uns das Leben durch unsere Sinne zum Sinn hinführt.

Ein zärtliches Verständnis für die Wunder dieser Erde breitet sich so immer mehr aus.

*Die Verbindung über die Sinne führt zum Sinn,
verbindet mich mit der Fülle,
in mir, in dir und unserem Planeten Erde.*

Ich spüre damit häufiger und intensiver meine Lebendigkeit.

Wirklich bewusst ...

- **höre ich achtsam** auf Naturgeräusche, werde still ...
- **schnuppere ich** mit der Nase in Blumen, an Kräutern ...
- **koste ich** mit meiner Zunge den sich im Mund ausbreitenden Geschmack ...
- **betrachte ich in Ruhe** natürliche und gestaltete Schönheit und spüre, was das mit mir macht ...
- **erkunde ich mit meinen Fingern und meiner Haut sanft und achtsam** vieles in der Natur ...

- **nehme ich mein ganzes Körperempfinden wahr**, spüre meinen Atem, den Gleichgewichtssinn, meine körperliche Tiefensensibilität, meine körperlichen Bewegungen ...
- **lausche ich in meine Intuition** – «mein Bauchgefühl» ...

Mit Freude spüre ich, dass sich mein Gefühl der **Erdverbundenheit** verstärkt, wenn ich gleichzeitig mehrere Sinneseindrücke bewusst wahrnehme – was mir das Erleben stärker spürbar macht. Das berührt mich immer wieder in unserem wundervollen Zuhause auf dem Planeten Erde. Ich erlebe das als Nährboden für mein Leben und Entfalten.

Sobald ich handwerklich in meinem Garten tätig bin, mit all meinen offenen Sinnen wahrnehmend, erlebe ich auch beim Gärtnern oft eine wohltuende Erdverbundenheit.

An Tagen ohne *bewusst gespürte* Erd-Verbundenheit fehlt mir Essenzielles.

Ich verbinde mich mit mir, meinem ruhigen, bewussten Atmen ...

Mit allen Sinnen erfahre ich immer öfter eine wachsende Erd-Verbundenheit.

Mehr dazu im Essay «Welche Verbundenheit brauchen wir? Zuhause sein auf dieser Erde – im Wir.» (7).

Dieser «Wandel zum Bewusstsein und Lieben, was ist», berührt mich in der begeisternden Vielfalt und Schönheit der Pflanzen- und Tierwelt, von Gesteinen und Mineralien, von natürlichen Materialien – und wundervollen Landschaften. Genauso alles, was wir Menschen aus natürlichen Materialien gestalten und herstellen.

Seither lebe ich **mit immer wieder bewusster Achtsamkeit**, in grosser Entdecker- und Forscherfreude. Ich beachte und bewundere immer wieder frisch die Gaben der Natur und Schönheit unseres Planeten Erde. Ich werde ständig von Neuem beschenkt: von Begegnungen mit Pflanzen, Tieren, Landschaften, Wetterphänomenen – und liebevollen Mitmenschen – einfach wundervoll.

Daraus erwachen und verstärken sich meine Gefühle der Verbundenheit – immer wieder frisch und überwältigend stark.

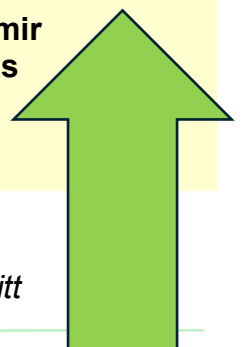
Bemerkenswert ist die Beobachtung, dass mir dieser «erste Schritt» auf dem «Weg zur Lösung unserer (Menschheits-) Probleme» zuerst völlig banal erscheint.

Ist das bei dir auch so?

Beim Blick auf den «zweiten Schritt» dieses Weges, «Meinen inneren Schätzen begegnen», ist das ganz ähnlich. Es denkt vielleicht in mir: «DAS soll irgendetwas bewirken für den grossen Wandel? Ich kann das kaum glauben!» *Wie wirkt das bei dir?*

Mit diesem «immer wieder frisch mit allen Sinnen wahrnehmen», wird mir und unendlich vielen Menschen auf diesem Weg bewusst, dass uns das Spüren der sich vertiefenden Erdverbundenheit in unsere Kraft und Lebendigkeit führt.

Erster Wandel - Schritt



Vor Beginn dieser 50jährigen Wandelgeschichte ist die Menschheit in eine hoffnungslos tiefe Sackgasse geraten. Keinesfalls absichtlich, sondern schleichend und exponentiell zunehmend.

Die Menge und Komplexität der menschengemachten Probleme und daraus folgenden Katastrophen haben sich in den letzten Jahren zugespitzt und zeigen sich im Jahr 2025 in noch nie dagewesenem Ausmass. Ganz zu Beginn dieses Essays findest du liebe Leserin, lieber Leser, mehr zur Situation am Anfang des «Kipp-Jahres zum Wandel 2026».

Der Druck, grundlegende Veränderungen herbeiführen zu müssen, wird immer stärker. Die wirkliche Bereitschaft dazu ist allerdings noch gering. Vielleicht, weil wir Menschen zu dieser Zeit noch keine Ahnung haben, wie dieser Wandel gelingen könnte? Wir Angst vor dem Unbekannten «so einer Transformation» haben – auch weil wir noch keine gemeinsame Vision und Vorstellung dazu gesucht und gefunden haben?

Auf individueller und regionaler Ebene wirken sich die globalen Probleme äusserst unterschiedlich aus.

Hundertern Millionen Menschen in den führenden Industrienationen geht es im Leben gut bis sehr gut.

Die Schattenseiten zeigen sich «im Innenleben» sehr vieler Menschen, wo psychische und seelische Nöte und Ängste hausen – die meist unterdrückt werden mit einer Unmenge von Ablenkung, Verdrängungsstrategien, Ausreden und Kompensationshandlungen. Viele verlieren sich in Süchten wie beispielsweise Konsum- und Kaufzwang, Börsengeschäften, Spekulation, Alkohol, Drogen, Vielfliegerei, herrschaftlichen Fahrzeugen usw. usf.

So «versickern» unendlich viel Potenzial und Ressourcen, die für das Wesentliche auf dieser Welt fehlen ...

In vielen Gegenden und Ländern mangelt es den Menschen an fast allem:

Beispielsweise fehlt in vielen Avocado-Anbaugebieten Trinkwasser, weil kapitalkräftige Unternehmen ihre Ländereien aufkaufen, dort massenhaft neue Wasserfassungen in die Tiefe bauen und der Grundwasserspiegel deshalb soweit absinkt, dass der örtlichen Bevölkerung das Wasser versiegt und ihre Kulturen auf den Feldern verdorren. In vielen Ländern herrschen Kriege und Guerillakämpfe, werden massenhaft Menschen von ihrem Zuhause vertrieben, sterben deswegen Hunderttausende von Menschen Jahr für Jahr ...

Die Liste, was der Homo sapiens alles auf der Erde anrichtet und dabei ist, die Lebensgrundlagen für sich selbst und alle Lebewesen systematisch zu zerstören, kann fast beliebig verlängert werden...

Es ist zwar **kaum mehr von der Hand zu weisen, dass dieser Wahnsinn schlicht und einfach sinn-los ist**. Das höchstens dazu dient, den reichsten Menschen das Gefühl von Macht und Erhabenheit zu vermitteln.

Das Gefühl von Trennung und Distanz zum Planeten Erde, zur Natur, zu Mitmenschen aus aller Welt, auch zu sich selbst... dieses Mangelgefühl bewirkt zu glauben, nie genug haben zu können – und lässt wahnsinnig viele Menschen innerlich verhungern; lässt sie nach dem Sinn des Lebens und des eigenen Tuns suchen, auch nach Verbundenheit und Zugehörigkeit lechzen.

Es ist Zeit, uns einzugestehen: So wollen wir keinesfalls weitermachen. Und dass wir uns fragen: Wo soll und kann uns ein grundlegender Wandel hinführen? **Wie könnten wir das gemeinsam herausfinden und – ohne Zwänge und Vorschriften – aus ganzem Herzen die krank gewordene Welt in ein Leben zum Wohl des Gesamten verwandeln?**

Die Zeit ist reif dazu.

* * * * *

Schluss- und Anfangsgedanken zum kommenden Zeitalter des heilenden Wandels

Jetzt hast du die 50jährige Wandelgeschichte, wie sie gelingen könnte, gelesen. Vielleicht hast du darin konkretere Super-Lösungen erwartet. Oder ermunternde Beispiele, wie es da und dort seit längerem gelingt, einzelne Probleme zu lösen und im Einklang mit der Natur und unserem Planeten leben zu können – ohne auf liebgewordene technische Errungenschaften verzichten zu müssen.

Unglaublich viele Grundlagen haben Bobby Langer und Alander Baltosée im **«Wandel-Reiseführer in eine zukunftsfreundliche Lebensweise»** zusammengetragen. Die [erste Edition 2024 dieses Online-Buches](#) steht für dich zur Verfügung, herausgegeben von [Ökoligenta](#) und dem [Verlag des Wandels](#). Unter [Ökoligenta](#) findest du ein überwältigendes Zeugnis laufender und ein Archiv bewährter Wandel-Beispiele aus aller Welt.

Wenn du dich auf der Ökoligenta-Website für den [Newsletter](#) einschreibst, bekommst du einmal im Monat viel Frisches und Neues aus der Wandel-Bewegung per E-Mail zugesandt.

Auch Lino A. Zeddies inspiriert mit seinem Buch **«Utopia 2048 – Reise in eine wunderbare Zukunft»** (2).

Ja – es läuft schon einiges in eine hoffnungsvolle, zukunftsweisende Richtung.

Nein – das ist kein Grund, sich zurückzulehnen und zu hoffen, «es wird schon noch alles gut werden». Warten – und weiter hoffen, ist keine Option (9).

Nichts *muss* sein. Ich muss *nicht* im alten Verhalten und Leben stecken bleiben, das mich und die Mehrheit der Menschheit innerlich (emotional-psychisch) und/oder körperlich verhungern und verdursten lässt.

Genauso *muss* niemand – weder du noch ich – weiter warten mit dem kreativen Aushecken und Ausprobieren von positiven, nährenden Lebensweisen. Ich muss nicht zuwarten, bis es schrittweise zu weltweiten Wandel-Schritten kommt – vielleicht so oder ähnlich geschehend, wie hier in dieser Wandel-Geschichte skizziert.

Ich, du, wir *dürfen*. Das ist überall dort auf dieser Welt möglich, wo wir nicht unsere ganze Lebenskraft verbrauchen und absorbiert haben, um uns gemütlich in dieser Gesellschaft einzurichten oder das nackte Überleben zu sichern. Wir alle, die wir zeitliche und/oder finanzielle Spielräume zum (Um)gestalten verfügbar haben:

Wir dürfen und können uns jederzeit auf den Weg des Wandels aufmachen.

Damit wird und ist nicht plötzlich alles neu. Was sich ändert, ist unsere **Offenheit für die Wunder dieser Welt**, in mir selbst, in dir, die so gerne entdeckt und entfaltet werden möchten. So weitet sich meine und deine Sicht, die sich möglicherweise durch veränderte Blickwinkel unerwartet und gwundrig (neugierig) machend, eröffnet.

Frische und neue Erfahrungen erweitern den Blick und das Vorstellungsvermögen, wie die hier angeregten sieben Schritte sich heilend auf mein Leben und unsere Gemeinschaften auswirken ...

In Zeiten von Krisen, welche stets auch Chancen auf Veränderungen in sich tragen, ist **geteiltes Leid halbes Leid. Geteilte Freude doppelte Freude**. Genau das stärkt uns auf all unseren Wandel-Wegen. Dies nicht nur zu wissen, sondern auch zu fühlen und ins Leben zu bringen, ist und bleibt eine erfüllende Herausforderung.

Dabei ist wesentlich, mir selbst und dir mit Zuneigung und Achtsamkeit zu begegnen – dass wir einander achtsam zuhören und uns in tiefem Dialog (5) austauschen – immer wieder frisch aufs Neue.

Wir dürfen miteinander jederzeit auf diesem Weg sein.



Herzlich grüsst dich, *Peter vom Zürichsee* (10)

Danke!

Vielen Dank für das Lektorat an Bobby Langer vom Deutschen Lektorenbüro in Würzburg!

Quellen und Links im damaligen Jahr 2025

- (1) Charles Eisenstein: Das Buch **«Die schönere Welt, die unser Herz kennt, ist möglich»** erschien erstmals auf Englisch unter dem «Titel The More Beautiful World Our Hearts Know Is Possible» im November 2013 bei North Atlantic Books in Berkeley, Kalifornien, USA. Die deutsche Ausgabe wurde erstmals 2014 heraus gegeben vom Scorpio Verlag in Berlin. Deutsche Ausgabe ISBN 978-3-943416-76-3.
- (2) Lino Alexander Zeddies: **Utopia 2048 – Reise in eine wunderbare Zukunft**. Stell dir vor, du wachst in der Zukunft auf und die große sozial-ökologische Wende ist gelungen, die Demokratie ist aufgeblüht, es herrschen Frieden und Wohlstand, die Wirtschaft ist gemeinwohlorientiert und der Klimakrise wurde erfolgreich begegnet. Wie würde diese neue Welt aussehen? *«Die bessere Welt, die Lino Zeddies so grandios und vielschichtig entworfen hat, ist derart funktionierend und in sich stimmig, erscheint so greifbar und nah, dass man sich fragt, weshalb sie denn eigentlich noch nicht Realität sei. Miriam Scheibe, FuturZwei»*. Herausgeber: BoD – Books on Demand, 5. Auflage 2022, ISBN 978-3-7519-8140-8.
- (3) Joseph Nguyen's Buch: **HÖR AUF ZU GLAUBEN, WAS DU DENKST – Der einfache Weg für Ruhe im Kopf**. Verlag O.W.Barth 2022, ISBN 3-426-29233-7.
- (4) Byron Katie's Buch: **Lieben was ist – wie vier Fragen das Leben verändern können**. Im Buch lehrt die Autorin, wie man Leiden, Stress und belastende Gefühle durch die Erkundung der eigenen Gedanken mit vier Fragen auflösen kann. Sie basiert auf der Annahme, dass nicht die Realität selbst, sondern unsere Gedanken über die Realität, die Ursache für unser Leid sind. Verlag Arkana, viele Auflagen seit den 2000er Jahren, Neueste: Februar 2025, ISBN 978-3-442-34289-1.

- (5) David Bohm's Buch: **Der Dialog. Das offene Gespräch am Ende der Diskussionen**, Klett-Cotta Verlag, 11. Druckauflage 2024, ISBN 978-3-608-98836-9.
- (6) Peter vom Zürichsee mit dem Essay: **Welche Gaben hast du – und gibst du sie der Welt?** DAS BLATT Ausgabe von Hrsg. ROUND ABOUT PEACE, Dezember 2024, [Direktlink >](#)
- (7) Peter vom Zürichsee mit dem Essay: **Welche Verbundenheit brauchen wir? Zuhause sein auf dieser Erde – im Wir.** DAS BLATT Ausgabe von Hrsg. ROUND ABOUT PEACE, September 2025, [Direktlink >](#)
- (8) Scott Pecks Buch: **Gemeinschaftsbildung – Der Weg zu authentischer Gemeinschaft**, Hrsg. Schloss Oberbrunn GmbH, 8. Auflage 2023, Seite 75, ISBN 978-3-9816860-2-9.
- (9) Peter vom Zürichsee mit dem Essay: **Warten – und weiter hoffen?** DAS BLATT von Hrsg. ROUND ABOUT PEACE, Ausgabe Dezember 2025, [Direktlink >](#)
- (10) «Peter vom Zürichsee» ist der Autornamen von Peter Wyler, pensionierter Gärtnermeister, Autor des obigen Essays (oder eher: der obigen Wandelgeschichte?) und des entstehenden Buches «Was brauchen unsere Erde, du und ich zum guten Gedeihen? – *Sieben Schritte auf dem Weg zur Lösung unserer (Menschheits-) Probleme.*» Mehr dazu auf <https://era-nova.org>.

Peter freut sich auf dein Feedback und Mitgestalten, peter.wyler@gmx.ch

Überblick über 50 Wandel-Jahre 2026 bis 2075

Inhaltsverzeichnis

Jahre	Schritt/ Thema (verlinkt zur jeweiligen Überschrift)	Seite
2026 – 2032	1. Von der Trennung zur Erdverbundenheit	18
2033 – 2039	2. Meinen inneren Schätzen begegnen	15
2040 – 2046	3. Tiefe Verbundenheit mit meiner Mitwelt entdecken	11
2047 – 2053	4. Aus dem komplexen Chaos zu Klarheit und Frieden	7
2054 – 2060	5. Die grosse Befreiung	5
2061 – 2067	6. Quantensprung in die wundervolle Verwandlung	4
2068 – 2074	7. Aufschwung zur sanften Problemlösungs-Evolution	4
2075	Dankbares Feiern überall	3
Weder Anfang noch Ende	Schluss – und Anfangsgedanken zum kommenden Zeitalter des heilenden Wandels	21
Quellen	Quellen und Links	22

© Copyright by Peter Wyler, CH-Uetikon am See