



## Erfahrungsbericht eines Cristallo-Forschenden

---

### Einleitung

Als ich vor über 20 Jahren Nuschka Lanz kennenlernen durfte hätte ich mir nicht einmal im Traum vorzustellen gewagt, dass ich die Möglichkeit erhalte über so viele Jahre bei dieser wunderbaren Schamanin und Künstlerin lernen zu dürfen. Es war die Teilnahme an einer öffentlichen Meditation in Zürich an einem sommerlichen Freitagabend. Bald darauf durfte ich im Centro Cristallo die Ausbildung zum Tri-energetischen Naturheiltherapeuten absolvieren und bin seither Teil einer weitgehend unveränderten Studiengruppe.

Die Basis dazu war schon immer und wird es mit grosser Wahrscheinlichkeit auch immer bleiben; das Praktizieren der Kriya-Meditation Technik.

### Was hat sich seither verändert?

Heute blicke ich mit grossem Stolz zurück auf all die Jahre an spiritueller Entwicklung die ich erleben durfte. Ich meine damit nicht, dass ich heute „über den Dingen stehe“. Nein, ich würde mir niemals anmassen so etwas zu behaupten. Auch heute mache ich Fehler – aber heute sind es nicht Fehler aufgrund eines nicht besseren Wissens, sondern ausschliesslich aufgrund dessen, dass ich nicht auf meinen inneren Lehrer gehört habe bevor ich eine Entscheidung gefällt hatte.

Zudem beobachte ich, dass es heute sehr viel schneller geht bis mich die Realität in solchen Fällen einholt. Dies empfinde ich als einen grossen Vorteil. Ich weiss dann immer sofort um was es geht, was mir die innere Stimme vor dem Entscheid doch eigentlich geraten hatte. Und meistens weiss ich auch umgehend welches die Lehre aus der Erkenntnis sein soll. Das ist praktisch; der Lernprozess dauert nicht mehr so unendlich lange wie früher, sondern folgt einem auf Schritt und Tritt. Jemandem wie mir der sich darum bemüht, spirituell bewusst durch das Leben zu gehen hilft dies ungemein.

### Was bedeutet für mich der Kreis?

Im Kreis finde ich meine wahren Freunde und Verbündete. Obwohl ich die meisten meiner Freunde aus dem Kreis ausserhalb des Centro Cristallo nur sehr selten oder gar nicht treffe fühle ich mich innerlich stets sehr verbunden mit ihnen. Das ist eine wirklich ungewöhnliche Situation. Wenn ich dieses Gefühl mit jenem welches ich zu meinen Freunden aus dem „privaten“ Umfeld vergleiche so ist da in keinem Moment eine ähnliche Verbundenheit spürbar. Sehe ich meine „privaten“ Freunde über eine längere Zeit nicht ist es danach wie ein neues kennenlernen. Ganz anders im Kreis; dort kann die Pause noch so lange dauern, sobald ich meine Freunde und Verbündete wieder treffe ist es als ob wir uns nur kurz nicht gesehen hätten.



Der Kreis ist für mich eine Art Tankstelle; ich tanke mir Kraft anstatt Benzin und gebe dafür meine positiven Energien anstatt viel Geld zurück. Doch das ist nicht alles; der Austausch im Kreis (im Gruppenraum) oder in der Küche oder draussen bei der Feuerstelle gestaltet sich ausnahmslos auf eine stets ungezwungene, offene Art. Dies ist mir sehr wichtig. Es sind immer Lehren dabei. Die Reflektion gehört dazu, das schmieden von Plänen und das Feedback einholen von Menschen aus den verschiedensten Ecken ebenfalls.

Nicht nur der Austausch ist dabei wichtig, sondern eben auch das „all-ein“ sein. Zeit und Raum zu finden sich mit einem selbst auseinanderzusetzen. Beim Aufbau eines Kraftfeldes mitzuwirken, seinen persönlichen Teil dazu beizutragen, auf die Pirsch zu gehen und spirituelle Entwicklung im Kraftfeld zu erfahren sind unglaublich wertvoll. Es bleibt immer etwas davon hängen, bewusst oder unbewusst. Es geht weiter – auch nach der Rückkehr in den Alltag.

### **Was bedeutet für mich Spiritualität und wie lebe ich sie?**

Spiritualität ist für mich die persönliche Einstellung vom Leben. Würde ich Spiritualität nicht im Alltag leben so wäre mein Leben gezeichnet von Trümmern und Scherben. Denn dann würde ich nicht darauf achten was ich tue und wie ich es tue um meine Ziele zu erreichen. Es bedeutet für mich stets abzuschätzen ob eine Veränderung nachhaltig sein kann und ob ich mit meinen Entscheidungen anderen schade. Natürlich ist dies nicht immer einfach umzusetzen. Aber mein waches Bewusstsein und meine Kenntnisse über Zusammenhänge zu Ursache und Wirkung helfen mir dabei die Spiritualität Tag für Tag besser umsetzen zu können. Die Kontrolle der eigenen Gedanken ist ein wichtiger Aspekt davon. Am Anfang war immer ein Gedanke – und der Gedanke kann genauso Schaden anrichten wie die Handlung.

Spiritualität ist für mich nichts geistig Abgehobenes. Nein, sie findet im hier und jetzt statt und sie ist sehr bodenständig. Meine Spiritualität entwickle ich durch das regelmässige und disziplinierte praktizieren der Kriya-Meditationstechnik wie ich sie von Nuschka Lanz, meiner spirituellen Lehrerin, gelernt habe.

Was Spiritualität bedeutet merke ich auch im Umgang mit meinen Freunden und Verbündeten aus der Cristallo-Gruppe. Als konkretes Beispiel kann ich mich auf meine Erfahrung berufen als ich vor einigen Jahren meine Arbeitsstelle verloren habe und meine Vergangenheit in Form von Schuldenbergen über mir zusammenbrach. Ich war verzweifelt und ratlos aber in keinem Moment dachte ich ernsthaft ans Aufgeben – in keinem Sinn. Diese positive Grundeinstellung welche ich auf meine spirituelle Entwicklung und auf das getragen sein von der Gemeinschaft zurück führe blieb mir auch in der aussichtslosesten Situation meines Lebens erhalten.

Meine vielseitige Suche nach einer Lösung dieses Existenz bedrohenden Problems führte mich an diverse Stellen. Zu den Banken, zu Genossenschaften, zu sozialen Beratungsstellen, zur eigenen Familie, zu Kollegen, ja sogar zur evangelisch reformierten Kirche.



Niemand wollte mir aus dem Schlamassel helfen. Eine Pfarrerin aus meinem engen Umfeld meinte sogar ich müsse zuerst richtig Busse tun und ganz unten durch (d.h. Betreibungen, Privatkonkurs, Sozialamt, etc.) um zu lernen und bevor sie mir allenfalls unter die Arme greifen würde. Eine Tante meinte „sie gehe doch nicht Arbeiten um mich zu unterstützen“. Nun, es sah nicht gut aus.

Doch dann taten sich meine Verbündeten aus den Cristallo-Gruppen zusammen und gaben mir ein grosses Darlehen welches ich in kleinen Raten zurückbezahlen konnte. Die Rettung kam aus der spirituellen Ecke meines Lebens! Und dieses Signal bewegte sogar meine Familie dazu mir ebenfalls zu helfen.

Ein solches Verhalten bedeutet für mich; gelebte Spiritualität.

### **Was macht für mich der Sinn der Cristallo-Arbeit aus?**

Für mich stehen die folgenden Eigenschaften der Cristallo-Arbeit im Vordergrund und machen somit den Sinn der Arbeit aus:

- Förderung der eigenen spirituellen Entwicklung
- Austausch über Lebenserfahrungen und Verhalten in verschiedenen Lebenssituation mit anderen Cristallo Studenten
- Gemeinschaft und Gemeinsamkeiten erfahren; das Familiengefühl
- Eigene rationale Grenzen überschreiten und kontrollierte Experimente im transzendentalen Bereich erleben; auf die Pirsch gehen
- Methoden zur Überwindung von Ängsten kennen lernen und in den Alltagssituation anwenden / üben
- Den „Wert“ des Lebens kennen und schätzen lernen
- Erfahrungen sammeln in einem geschützten Kreis/Feld (Fehler machen, darüber zu sprechen und daraus zu lernen)
- Fähigkeit erlangen das in der Cristallo-Arbeit gesammelte Wissen an andere Interessierte weiterzugeben und das Wissen über die Wichtigkeit solcher Kreise weiter zu verbreiten
- Spass und Freude im Leben neu entdecken und ins persönliche Umfeld einbringen
- Vielseitige Erkenntnisse sammeln und den gesunden Humor nicht verlernen



Die Cristallo-Arbeit hat für mich einen unschätzbaren Wert!

Weshalb?

Durch eigene Erfahrungen über die letzten zwei Jahrzehnte musste ich feststellen, dass die von unbeteiligten Dritten erkennbaren Veränderungen in meinem Wesen ziemlich gering waren. Das stört mich überhaupt nicht, im Gegenteil; es zeigt mir, dass ich den Boden unter den Füßen nicht verloren habe. Ich schwebe nicht durch das Leben ohne Bezug zu den wahren Problemen auf diesem Planeten. Ich verschliesse mich nicht vor der Realität. Ich lebe den Moment – im Hier und Jetzt. Doch was sich in meinem Unterbewusstsein seither getan hat und was sich auch immer wieder an die Oberfläche und damit ins Bewusstsein drängt zeigt mir wie viel doch mit meinem Wesen über diese Zeit in Wirklichkeit passiert ist.

Mein Lebensgefühl, meine Einstellung zum eigenen Leben, zu anderen Lebewesen als auch gegenüber unserer Mutter Erde hat sich derart grundlegend geändert, dass ich nichts anderes sagen kann als DANKE - das ist unbezahlbar!