

Christina von Dreien im Gespräch mit Transinformation: Konkrete Tipps, wie wir unsere Schwingung erhöhen und hoch halten können



[Christina von Dreien](#) ist eine junge Frau, die mit einer multidimensionalen Wahrnehmung und mit anderen paranormalen Begabungen gesegnet ist und einen völlig natürlichen Umgang damit zeigt. Denn diese Fähigkeiten sind nur Nebenerscheinungen ihres wahren Seins. Sie gehört zu einer neuen Generation von jungen, evolutionären Denkern und überzeugt mit einer hohen Ethik, offensichtlicher Weisheit und tiefem inneren Frieden. Christina ist eine junge Frau unserer Zeit, die aus tiefstem Innern gewillt und bereit ist, ihr Dasein in den Dienst eines globalen Wandels hin zum Positiven und Konstruktiven zu stellen.

Vielen ist Christina von ihren [Veranstaltungen](#), [Fernsehsendungen](#), [Interviews](#) und Büchern ([Band 1](#), [Band 2](#), [Band 3](#)) her bekannt.

Die Herausforderungen, denen sich immer mehr Menschen stellen müssen – unter anderem verursacht durch das aktuelle Geschehen wie fortdauernde Einschränkungen im Leben durch Corona-Maßnahmen, wirtschaftliche Unsicherheit, derzeitige Ereignisse wie Unruhen – haben uns veranlasst, Christina um ein Interview zu bitten.

Wir sind uns darüber im Klaren, dass viele unserer Leser wissen, dass die persönliche

Schwingungserhöhung – gerade auch in herausfordernden Zeiten – einen wesentlichen Beitrag zur positiven Veränderung auf persönlicher sowie globaler Ebene bewirken kann. Doch das Halten der Balance ist nicht immer einfach und deshalb baten wir Christina um konkrete Umsetzungsvorschläge.

Ein ganz herzlicher Dank geht an Christina, die sich sofort dazu bereit erklärte, für diesen Artikel mit uns zusammenzuarbeiten und mit Liebe sowie Geduld unsere Fragen beantwortete.

Wie kann man seine Schwingung erhöhen?

Alles, was uns guttut, erhöht unsere Schwingung. Wenn wir uns über etwas freuen, wir an etwas Schönes denken und uns auch an den kleinen Dingen im Leben freuen, z.B. dass die Bäume so schön grün sind, wir jeden Tag etwas zu essen haben und wir ein Zuhause haben. Wenn wir das tun, von dem wir spüren, dass unser Herz dabei ist, wenn wir auf unsere Bedürfnisse hören und uns z.B. Zeit für uns nehmen, wenn wir merken, dass wir das jetzt brauchen.

Auch anderen Menschen oder Tieren eine Freude zu machen, tut uns gut und erhöht unsere Schwingung. Ganz allgemein die Hinwendung zu Liebevollem und Schöнем, Aufbauendem erhöht unsere Schwingung. Deshalb ist es ja so wichtig, dass wir darauf achten, womit wir uns befassen, mit welchen Menschen wir uns umgeben, welche Bilder wir ansehen, welche Musik wir hören, was wir lesen usw.

Was ist der Unterschied zwischen „in der Liebe sein“ und „eine hohe Schwingung haben“?

Wenn wir in der Liebe sind, dann spüren wir in unserem Herzen und in unserem Bewusstsein auch Liebe. Wir fühlen sie einfach. Liebe ist die höchste Schwingung, die es gibt. Wenn wir Freude, Vertrauen, Hoffnung, Dankbarkeit empfinden, sind wir ebenfalls in einer hohen Schwingung, auch wenn es sich anders anfühlt, als wenn wir komplett in der Liebe sind.

Wie kann man anderen – nicht mit Ideen und Tipps, sondern durch „vorleben“ oder „sein“ – helfen, ihre Schwingung zu erhöhen?

Wir leben in einer Welt, in der die meisten Menschen Masken tragen. (Hier meine ich jetzt nicht die Gesichtsmasken!?) Wenn Menschen sie selbst werden und somit keine Maske mehr tragen, inspirieren sie andere Menschen.

Denn die anderen werden durch den maskenlosen Menschen daran erinnert, dass sie eigentlich auch sie selbst sein möchten.

Da viele Menschen ihre Masken schon seit Jahren und Jahrzehnten tragen, müssen sie zuerst wieder herausfinden, wer oder was sie wirklich sind und was sie nicht wirklich sind, sondern was sie einfach an Programmen übernommen haben von anderen, durch Erziehung oder auch durch die Gene der Ahnen.

Um wir selbst zu werden, müssen wir wieder eine Verbindung herstellen zu unserer seelischen Ebene und zu unserem Herzen. Dann spüren wir wieder, was wir wirklich wollen, was unsere wahren Bedürfnisse sind etc.

Viele Menschen haben ihr Herz verschlossen und ihre Bedürfnisse unterdrückt, z.B. durch Vorkommnisse in ihrer Kindheit. Wenn wir z.B. kein Fleisch essen wollten, als wir klein waren, und unsere Eltern uns dazu gezwungen haben, weil „der Körper das braucht“, „weil das stark macht“ etc., dann mussten wir unser Herz zum Teil verschliessen und unser Bedürfnis, dass wir eigentlich gar kein Fleisch essen wollen, verdrängen. Kinder wollen in den seltensten Fällen von sich aus anderen Lebewesen Schaden zufügen.

Immer da, wo wir nicht so sein können, wie wir tief im Inneren sind, sondern wo wir denken, dass wir anders sein müssen, uns anders verhalten müssen, verschliessen wir uns vor uns selbst und ziehen uns eine Maske an.

Um also anderen zu helfen, ihre Schwingung zu erhöhen, müssen wir dies erst bei uns selbst tun. Es genügen manchmal aber schon kleine Dinge, wie ein Lächeln oder ein freundliches Wort.



Welche Kraft kann in der Visualisierung stecken?

Können sogenannte Tagträume (auch wenn sie nur ganz kurz sind), die sich auf etwas beziehen, das unsere persönliche Schwingung erhöhen kann, eine tatsächliche Unterstützung sein? Konkret: Kann die Vorstellung eines Spaziergangs am Strand einen gleichen oder vergleichbaren Effekt haben wie der tatsächliche Spaziergang am Strand?

Ja, auch Tagträume können uns helfen, dass wir uns besser fühlen und dass sich somit unsere Schwingung erhöht. Wenn wir uns bewusst Dinge vorstellen, die uns Freude bereiten, die unser

Herz berühren, wo wir etwas Schönes erleben, hebt sich unsere Schwingung. Wichtig ist, dass wir uns das nicht nur vorstellen, sondern es auch fühlen. Je mehr wir es fühlen können, desto mehr kann ein Tagtraum fast so sein, als hätten wir etwas wirklich erlebt. Aus den Dingen, die wir denken, entstehen Emotionen und Gefühle und diese bestimmen dann unsere Schwingung.

Welche Möglichkeiten, Rituale, „Instrumente“ gibt es, um die Schwingung von bestimmten Plätzen/Orten zu erhöhen?

Gilt das dann auch für Orte, an denen viele Menschen zusammenkommen, wie z.B. Klassenzimmer, Geschäfte, Büros etc.?

Jeder Raum, jeder Ort, jede Region hat ein eigenes Bewusstsein und somit eine eigene Energie. Diese Energie beeinflussen wir als Menschen, wenn wir dort sind, mit. Und je mehr Menschen natürlich an einem Ort sind, desto mehr beeinflussen sie ihn.

Wenn Menschen zusammenkommen, entsteht ein Bewusstseinsfeld an dem Ort, das aus der Energie besteht, die diese Menschen zusammen haben.

Dieses Bewusstseinsfeld entsteht auch, ohne dass die Menschen sich darüber bewusst sind. Jede Stadt, jedes Dorf hat das und dieses Feld beeinflusst die Energie zum Teil sehr stark mit.

Wenn wir also die Energie von einem Ort erhöhen möchten, sollten wir anfangen, darauf zu achten, was wir selbst ausstrahlen. Was wir an dem Ort denken, fühlen und tun.

Wir können ausserdem unser geistiges Team bitten, dass es den Raum von allem, was nicht zum höchsten Wohl für alle Beteiligten ist, reinigen.

Es gibt natürlich viele verschiedene Methoden. Ein Amazonas-Schamane tut so etwas ganz bestimmt in anderer Form und mit anderen Mitteln als ein Weiser aus Indien oder du oder ich.

Ich selbst bevorzuge den einfachsten und direktesten Weg. Man soll das tun, was sich für einen selbst stimmig und richtig anfühlt.

Wichtig dabei ist die Absicht, die man hat. Ein Mensch, der sein Bewusstsein auf eine Schwingungserhöhung konzentriert, hat eine noch viel grössere Wirkung als ein Mensch, der einfach mit einer hohen Schwingung anwesend ist.



Welche Möglichkeiten gibt es für Menschen, die an einem Ort mit wenig bis keiner Natur leben (Grossstadt), sich trotzdem mit der Natur zu verbinden?

Gibt es bestimmte Zimmerpflanzen, die Unterstützung bieten können oder kann das Anlegen einer Art „Naturecke“ zu Hause, in der sich mehrere Pflanzen befinden, dabei helfen? Müssten diese Pflanzen dann in Erde gepflanzt sein (keine Hydrokultur etc.)?

Wenn jemand keine Möglichkeit hat, direkt mit der Natur in Kontakt zu kommen, ist es eine Möglichkeit, dass man sich in der Wohnung eine „Naturecke“ anlegt. Was aus meiner Sicht bedeutet, dass man richtige Pflanzen, also keine Plastikpflanzen, einpflanzt und diese Pflanzen sich auch in Erde befinden. Wichtig ist, dass die Pflanze sich wohlfühlt. Pflanzen helfen der Energie im Raum auch, wenn sie sich wohl fühlen.

Man kann auch eine Figur von einem Zwerg oder einer Elfe aufstellen, wenn einem das gefällt. Das hilft, dass wir uns immer wieder daran erinnern, dass Naturwesen existieren, selbst wenn wir sie nicht unbedingt sehen. Natürlich gibt es an vielen Orten, gerade in Städten, fast keine Naturwesen mehr. Wir haben dort ihren Lebensraum zerstört. Trotzdem ist es wichtig, dass auch Menschen in der Stadt sich darüber bewusst werden, dass Naturwesen immer noch existieren. Wenn wir uns dessen bewusst sind, spüren die Naturwesen das nicht nur, sondern wir werden auch automatisch liebevoller mit der Natur umgehen, da wir nun wissen, dass nicht nur jede Pflanze und jeder Stein eine Seele hat und somit Gefühle, sondern auch die Natur viele Wesenheiten beherbergt, die wichtig für das Gleichgewicht der Erde sind – und somit auch für uns.

Abgesehen von „Naturecken“ kann jeder Mensch sich auch jederzeit mit dem Herz der Erde

verbinden. Wir erden uns so und sind direkt mit der Erde verbunden.

Welchen Einfluss können Menschen in unserem direkten Umfeld haben, die wir als „runterziehend“ wahrnehmen?

Gilt es, den Kontakt mit ihnen zu vermeiden bzw. zu reduzieren und welche Möglichkeiten kann man anwenden, wenn Vermeidung bzw. Reduzierung des Kontakts nicht möglich ist?

Wenn wir Menschen in unserem Umfeld haben, die uns „runterziehen“, sinkt unsere Schwingung, wir fühlen uns vielleicht sogar plötzlich müde oder gestresst. Wir verlieren Energie. Es gibt Menschen, die saugen uns Energie weg. Das hat nicht unbedingt damit zu tun, dass diese Menschen das bewusst mit negativen Absichten machen, sondern diese Menschen haben in sich selbst einen Mangel, den sie versuchen auszugleichen.

Darum ist es wichtig, dass wir immer schauen, wie wir uns mit einem Menschen fühlen und auf Distanz gehen, wenn wir merken, dass uns der Umgang mit ihm nicht mehr guttut.

Wenn wir mit jemandem zusammen sind, der uns nicht guttut und Energie abzieht, ist es noch viel mehr so, dass wir dann plötzlich Gedanken oder Emotionen von diesem Menschen übernehmen, weil sie auf uns abfärben und das umso stärker passieren kann, je weniger wir in unserer Kraft sind.

Wir werden zwar immer beeinflusst durch die Energiefelder anderer Menschen und auch durch das kollektive Feld, doch wenn wir in unserer Kraft sind, eine hohe Schwingung haben, kann das viel weniger passieren. Wir sind uns dann eher dessen bewusst, dass nicht alles, was wir denken und fühlen, immer von uns kommen muss. Manchmal haben wir einfach etwas, ohne es zu bemerken, übernommen.

Wenn wir merken, dass wir mit einem Menschen Kontakt hatten, der uns Energie abzog, können wir unser geistiges Team darum bitten, dass alle energieabziehenden Verbindungen, die dieser Mensch zu uns hat, bei uns «ausgesteckt» oder einfach entfernt werden, wenn es zum höchsten Wohl von allen Beteiligten ist und dass die Löcher, die davon in unserem Feld sind, geheilt werden oder aufgefüllt werden mit bedingungsloser Liebe.

Wenn es sich nicht vermeiden lässt, jemandem regelmässig zu begegnen, der einen solchen Effekt auf einen hat – zum Beispiel bei der Arbeit – dann ist es wichtig, sich immer wieder einen Moment Zeit zu nehmen und die Helfer zu bitten, das Energiefeld – bzw. Körper, Geist und Seele – von den Strukturen des anderen zu reinigen und einen Schutz zu erstellen. Wenn es möglich ist, schicke dem anderen auch immer wieder liebevolle Gedanken.



Inwieweit ist es nötig, die Augen vor der 3D-Realität zu verschliessen, um in der Liebe zu bleiben?

Es ist natürlich einfacher, in der Liebe zu bleiben, wenn wir die 3D-Realität nicht allzu stark betrachten. Doch ich glaube, das ist nicht die Lösung. Denn gerade die 3D- Realität braucht unsere Liebe. Wir wünschen uns alle, dass auch die 3D- Realität heiler / harmonischer wird. Das kann aber nur passieren, wenn wir erkennen. Denn der erste Schritt von Heilung ist immer das Erkennen – dass da noch etwas ist, was noch nicht in Harmonie ist.

Natürlich ist die 3D-Realität manchmal alles andere als schön und wir sind dann erschrocken darüber, wie so etwas nur sein kann.

Wenn andere Menschen etwas tun, das wir nicht verstehen, weil wir gewisse negative Gedankengänge und Handlungen nicht nachvollziehen können, dann können wir versuchen, uns daran zu erinnern, dass das Unlicht nur da ist, weil es abgetrennt ist von der Liebe. Und abgetrennt von der Liebe kann ein Mensch nur sein, wenn er sich von seinem Herzen getrennt hat. Diese Trennung vom Herzen passiert nicht einfach so. Sie entsteht, wenn ein Mensch traumatisiert ist und sich dadurch so verschlossen hat von seinem Herzen, dass er nicht mehr fähig ist, Empathie und Mitgefühl zu haben.

Dieses Verständnis kann uns dabei helfen, Wut besser in Mitgefühl umwandeln zu können.

Welchen Rat kannst du Menschen geben, die einerseits die Zustände (die verändert werden sollten) erkennen und zum Positiven beeinflussen wollen und andererseits aber auch in der Liebe bleiben wollen?

Wie sollen sie mit den Gefühlen wie Wut, Ärger, Unzufriedenheit, Angst, Sorgen umgehen, um eine gesunde und effektive Balance zu erreichen?

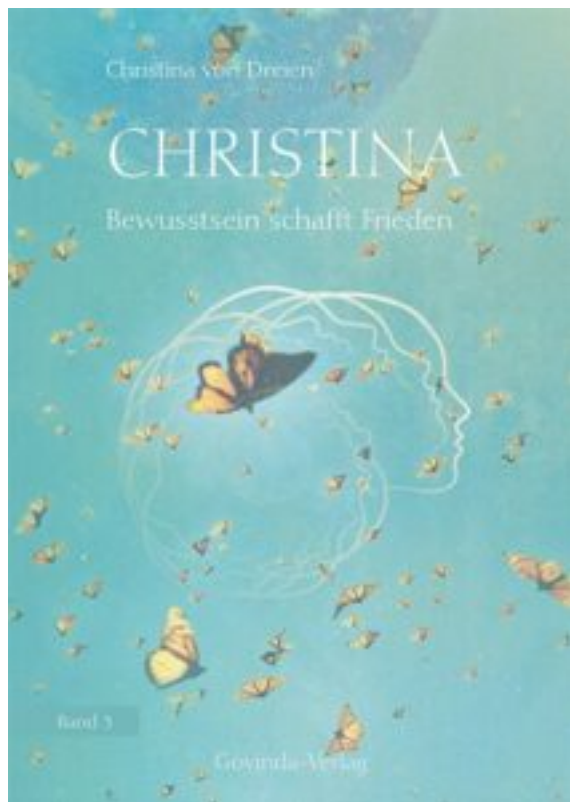
Wenn wir spüren, dass wir wütend, traurig sind oder Angst haben, ist es wichtig, dass wir diese Emotionen zuerst einmal annehmen und nicht verdrängen. Es ist wichtig, dass wir uns selber Verständnis entgegenbringen, dass wir das nun fühlen. Akzeptanz bringt uns schon auf eine ganz andere Ebene als Widerstand gegen etwas, das gerade da ist.

Weiterhin ist von Bedeutung, dass wir danach versuchen, unsere Sicht zu ändern, das Ganze aus einer höheren Perspektive zu betrachten, um uns wieder in eine andere Schwingung zu bringen. Dabei kann es helfen, dass wir uns daran erinnern, dass die unlichten Wesen eigentlich nur traumatisiert sind und dass sie darum alles Licht auf dieser Welt unterdrücken möchten. Sie haben Angst vor dem Licht, weil es sie daran erinnert, dass sie selber nicht leuchten können, da zu viele Traumata in ihnen sind.

Und natürlich sollten wir nie vergessen, dass am Ende alles gut kommt – wann auch immer das Spiel, das hier gerade gespielt wird, beendet wird. Wir sollten auch nicht vergessen, dass es in jeder Situation einen verborgenen Segen gibt – auch dann, wenn wir ihn im Moment noch nicht erkennen können.

Wir sollten immer auf die beste Art und Weise handeln, die wir in unserem aktuellen Bewusstsein kennen. Als Menschen, die schon wacher sind als viele andere, haben wir eine Verantwortung.

Darum sollten wir immer versuchen, trotz all der Dinge, die geschehen, die uns manchmal auch traurig machen oder derentwegen wir in Sorge sind, Licht in die Welt zu schicken und dafür müssen wir bei uns anfangen, sodass wir zurück zu dem finden, was wir wirklich sind. Jede Erkenntnis, die wir erfahren und auch fühlen, geht mehr in unsere Zellen und je mehr wir etwas Neues in uns integriert haben, desto besser können wir dieses Neue auch anderen geben – und zwar so, dass es auch wirklich bei anderen ankommt und etwas bewirkt.



Der dritte Band der “Christina-Buchreihe” besteht ausschließlich aus Christinas eigenen Worten, zusammengestellt aus ihren Seminaren und Interviews der Jahre 2018 und 2019. Christina berichtet darin, wer wir Menschen in Wirklichkeit sind, warum die Zustände auf der Erde heutzutage so sind, wie sie sind, und in welche positive Richtung die globale Entwicklung vorangehen kann. Damit schenkt sie uns Zuversicht und Hoffnung auf eine Zukunft des inneren und äußeren Friedens und nährt unsere Ahnung, dass sämtlichen düsteren Prognosen zum Trotz letzten Endes alles gut sein wird.

Die Themen von Band 3 sind unter anderem:

Individuelle Schwingungserhöhung; Reinigung der Seele; Körperwesen und Zellkommunikation; unser geistiges Team; das große Spiel des Vergessens; Karma und Schöpferkraft; eine Schule für herzbasierendes Lernen; Vertrauen in das eigene Herzgefühl; die Evolution der Liebe; spirituelle Vernetzung; kindliche Lebensfreude und Verspieltheit.

[Buch und Hörbuch können hier erworben werden.](#)