

1. RUNDSCHREIBEN August 2019

Jacques Suijkerbuijk

Die Themen:

1. Einleitung
2. Die Geistige Welt
 - Die menschlichen Betrachtungen der Geistige Welt
 - Die Begrenztheit des menschlichen Bewusstseins
3. Einige Aspekte zur Geistigen Entwicklung
 - Geistige Entwicklung im Westen heute
 - Die verschiedenen spirituellen Ansätze
4. Individuelle Aspekte einer geistigen Entwicklung
 - Die vertikale und die horizontale Lebensrichtung, die Mitte des Kreuzes
 - Der Unterschied zwischen Persönlichkeitsentfaltung und geistiger Entwicklung
5. Feedback
6. Meditation und Übung

Würde die Menschheit nur einen Schimmer davon erhaschen, was für unendliche Freuden, was für vollendete Kräfte, was für leuchtende Weiten spontanen Wissens, was für ruhige Ausdehnungen unseres Wesens auf uns warten in Regionen, die unsere tierhafte Natur noch nicht erobert hat, so würde sie alles lassen und nicht eher ruhen, als bis diese Schätze gewonnen sind. Doch der Pfad ist eng, die Tore sind schwer aufzubrechen, und Misstrauen, Angst und Zweifelsucht sind da, die Fangfühler der Natur, die unseren Fuß daran hindern sollen, sich von den gewöhnlichen Weiden abzukehren.

Sri Aurobindo

1. Einleitung

Nachdem ich in April eine Vorankündigung verschickt habe, jetzt (endlich) das erste neue Rundschreiben. Wie schon geschrieben, will ich mit den Rundschreiben ein größeres und konkretes Grundwissen vermitteln über die Geistige Welt und die vielen momentane Prozesse die dazu beitragen, eine neue und stimmigere Lebenssituation auf Erden zu schaffen. Zentral für mich auch, das gesamte Weltgeschehen aus geistiger Sicht zu betrachten und differenziert über die individuellen Prozesse auf einem geistigen Weg zu schreiben.

Ich werde die Rundschreiben in mehrere Themenschwerpunkte einteilen, die sich natürlich vielfach auch überschneiden werden. Ich schreibe dies alles von meinem Gesichtspunkt aus. Wer eigene Gedanken zu Themen hat oder auch Fragen zu den Artikeln, dann freue ich mich, wenn du mir diese schreiben würdest. Ob und in welchem Umfang ich Fragen beantworten kann, wird sich herausstellen.

Ich habe noch keine genaue Vorstellung, wie ich diese neuen Rundschreiben genau aufbauen werde, welche Form sie annehmen werden. Beim Vorbereiten und dabei alles Durchschauen und Aufschreiben, was alles zu dieser Thematik gehört, wurde mir noch mehr klar, wie vielfältig und differenziert unser Leben ist und wie groß (und auch schön!) die heutigen Herausforderungen sind - und, wenn vom stimmigen Bewusstseinspunkt aus betrachtet, auch wieder ganz einfach.

Ich werde die Rundschreiben etwa zweimonatlich jeweils zum Vollmond verschicken. Das nächste Schreiben kommt dann am 13. Oktober.

Sehr viele Menschen haben heute eine spirituelle Orientierung. Sie gehen davon aus, dass das Leben mehr ist als das konkret Sichtbare und das Anstreben von materiellen Zielen. Dazu gehört auch, das individuelle Leben in einem größeren Kontext zu verstehen, aus dem eine ganz andere und selbstverständliche Verantwortung für die Welt und die Erde hervorgeht. Trotzdem gibt es große Unterschiede, wie jemand dieses größere und umfassendere Bewusstsein zeigt und lebt.

Viele Menschen fangen an, ihr persönliches Leben anders zu gestalten, achten z.B. darauf, wie sie sich ernähren und mit der Umwelt umgehen. Darüber hinaus fragen viele sich, was sie für eine persönliche Aufgabe für die Welt haben, was ihre ganz individuelle Qualitäten sein könnten. Ebenfalls sind sie sich ihrer Begrenzungen be-

wusst und arbeiten in irgendeiner Weise daran, ihre Vergangenheit aufzuarbeiten indem sie blockierende und noch nicht gelöste traumatische Ereignisse, Verletzungen und Ängste therapeutisch genauer anzuschauen. Andere beschäftigen sich gezielt mit spirituellen Themen und/oder üben eine spirituell orientierte Praxis aus wie Meditation oder Gebet - für sich selbst oder in Gruppen. Wieder andere fangen gar nicht direkt bei sich an, sondern sind aktiv in einer geistigen Gemeinschaft, die sie in irgendeiner Form - vom einfachen Gebet oder Meditation bis zur intensiven meditativen Praxis - unterstützen. Oder sie gehen in eine der vielen weltweit gegründeten Gemeinschaften mit ihren ebenso vielen Ausrichtungen und Schwerpunkte. Wieder andere haben direkt keine spirituelle Orientierung, sondern setzen sich aktiv für konkrete Projekte ein.

Gleichzeitig ist leider immer noch für die allermeisten Menschen auf der Erde der primäre und meistens einzige geistige Prozess, dafür zu sorgen oder darauf zu hoffen, in Frieden leben zu können und/oder genug zu essen (bzw. Wasser) zu haben. Dies letztere ist auch für die Geistige Welt ein Hauptanliegen, weil solange diese beide Aspekte - Frieden und Nahrung - nicht eine normale und selbstverständliche weltweite Basis sind, wird die Menschheit nicht wirklich den nächsten Schritt in ihrer Entwicklung machen können.

Jeder Mensch, der sich bewusst und aktiv mit den eigenen Lebensprozessen beschäftigt und dabei seine/ihre Verantwortung für die Welt spürt, leistet einen Beitrag zu diesem sehr grundlegenden Heilprozess der Erde selbst - in der die Menschheit eine zentrale Bedeutung hat.

In diesem ersten Rundschreiben werde ich folgende Schwerpunkte setzen:

- Die Geistige Welt beleuchten und dabei erstmal auch die noch sehr starke Begrenzung des menschlichen Bewusstseins betonen, weil dies eine Hauptursache der momentanen schwierigen Lebenssituation auf Erden ist.
- Eine erste Betrachtung über die geistigen Lebensgrundlagen:
 - Allgemeines zur geistigen Entwicklung hier im Westen und die unterschiedlichen Möglichkeiten.
 - Das gleichschenkeligen Lebenskreuz eines Menschen mit der geistigen (vertikalen) und weltlichen (horizontalen) Lebensrichtung - und der Mensch selbst in der Mitte.
 - Der Unterscheid zwischen Persönlichkeitsentfaltung und geistige Entwicklung,

2. Die Geistige Welt

Für sehr viele Menschen hat das, was wir Leben nennen, eine viel größere Dimension als nur das konkret Erleb- bare und Sichtbare. Jedes Naturvolk ist selbstverständlich in Kontakt mit einer geistigen und nicht gleich sicht- baren und konkret erlebbaren Welt. Für sie hat das Leben viele Bewusstseins Ebenen und die materielle in nur eine davon - und gleichzeitig die am meisten begrenzte.

Die bekannten Religionen sind die Lehren, die von großen Wesen uns Menschen gegeben wurden. Jede Religion hat dabei für eine ganz bestimmte kulturelle Gruppe und Zeitperiode eine Botschaft um den Menschen die Ver- bindung zu ihrem geistigen Ursprung bewusst zu machen und sie dabei zu unterstützen, diese Verbindung im konkreten Leben zu integrieren. Was die Menschen und Völker aus der ursprünglichen Idee gemacht haben, ist natürlich eine andere Sache - ändert aber nichts an dem hohen und stimmigen Impuls eines religiösen Lehrers.

Die menschlichen Betrachtungen der Geistige Welt

Viele Menschen haben eine traditionelle Religion als Grundlage, nehmen das dort Gesagte und Geschriebene als Ausgangspunkt ihres Glaubens an einer Geistigen Welt.

Die Generation, die ab den 40er Jahren geboren wurde, hatte ein ganz neues und vor allem *individuelles* Erleben von der Zugehörigkeit zu einer Geistigen Welt. Die 60er Jahre mit der neuen Musik, Hippiezeit und Drogen war Ausdruck einer energetischen Bresche zu einer inneren Bewusstseins Ebene, wodurch ein enormer Zustrom geis- tiger Energie möglich war. Seitdem ist sehr viel neu in Bewegung gekommen, sehr viel gewachsen an Bewusst- sein für eine andere Lebensdimension. Das neue sg. Wassermannzeitalter¹ - das kollektiv schon seit etwa 500 Jahren im Kommen ist - wurde damit zum ersten Mal auch individuell erlebt. Diese Öffnung hat viel Gutes in Be- wegung gesetzt und ebenso viel herausgefordert. Was im Fischezeitalter noch das Glauben und Annehmen ein zentraler Faktor, so ist im neuen Wassermannzeitalter das Wissen und selbst Erforschen zentral. Hierdurch werden auch die traditionellen Religionen auf den Prüfstand gestellt, weil sie dazu gedrängt werden, ihre Werte zu überdenken und plausibel zu machen. Vor allem können die traditionellen Religionen wieder in ihren ur- sprünglichen Qualitäten verstanden und gelebt werden, wenn sie nach und nach von den vielen menschlichen Abwandlungen und Missbräuchen gereinigt sein werden.

Die Geistige Welt hat für viele Menschen unterschiedlichste und oft undifferenzierte Namen: Gottvater, das Uni- verselle, das Göttliche, größere Wahrheit oder Dimension. Für andere gibt es unterschiedlichste Wesenheiten, wie aufgestiegene Meister, Engel (oder Deva-)wesen, Schutzgeister, kontemplative Wesen...

Erst wenn wir die Geistige Welt und ihre Bedeutung besser verstehen, können wir ihre großen unterstützenden und heilenden Qualitäten (ich kann auch sagen: ihre heilende Macht) für unser Leben nutzen. Dann auch wird der Kon- takt beider Welten (die Geistige und die Menschliche) ein ganz anderer sein.

Wir leben hier im Westen in einer sehr materiell orientierten Welt - die damit auch sehr viel Gutes auf Erden geschaffen hat: Erkenntnisse über das konkrete Leben und ihre vielen Gesetzmäßigkeiten, gute Erfindungen und funktionierende Strukturen. Sie hat dabei aber leider mehr und mehr die Verbindung zum Geistigen verloren und lebt z.T. In der Annahme, dass es diese gar nicht gibt und sie auch nicht gebraucht wird.

Wenn wir unsere heutigen weltweiten Schwierigkeiten in wohl jedem Lebensbereich lösen wollen, dann wird dies nur gehen, wenn wir klar und bewusst unser Leben wieder in Verbindung mit der Geistigen Welt gestalten.

Es würde schon reichen, wenn die leitenden Personen in Wirtschaft und Politik auf Erden die elementaren Werte des Lebens anerkennen und konsequent leben würden. Ich meine damit die *ganz normale* Menschlichkeit, das gegenseitige Anerkennen und Wertschätzen, das Bewusstmachen, dass nur ein Miteinander Probleme lösen und eine lebenswerte Welt erschaffen kann!

Anders gesagt: Würden die Menschen nur ansatzweise die Bereitschaft und Ehrlichkeit haben, sich nach den in der UNO festgeschriebenen und von allen Ländern anerkannten und unterschriebenen(!) 'Allgemeine Erklärung der Menschenrechte' zu richten, wären wir einen sehr großen Schritt weiter (<https://www.amnesty.de/alle-30-artikel-der-allgemeinen-erklaerung-der-menschenrechte>).



Die Begrenztheit des menschlichen Bewusstseins

Ein Versuch zu erklären, was jetzt genau die Geistige Welt ist, kann nur gelingen wenn ich vom Bewusstsein der Geistigen Welt selbst ausgehe und nicht, was die Menschen in ihrem immer noch sehr begrenzten Bewusstsein daraus gemacht haben. Die Menschheit befindet sich aus kosmischer Sicht noch auf einer sehr niederen Be-

¹ Auf die Zeitalter und die momentanen Wandlung werde ich in einem späteren Rundschreiben noch eingehen.

wusstseinsstufe - auch wenn man dies den 'modernen' Menschen natürlich so nicht sagen darf. Ja, der Grundton unseres Bewusstseins ist auch noch die Begrenztheit selbst.

Jedes Volk und jede Kultur hat aus ihrem Erleben und begrenzten Verstehen heraus eine meist sehr vermenschlichte Idee von der Geistigen Welt gemacht – allen voran die großen Weltreligionen. Dies ist ja nicht schlimm und ermöglicht dem menschlichen Bewusstsein dadurch auch sie anzunähern. Dass darüber hinaus die geistigen Energien komplett missbraucht wurden für menschlichen und persönlichen Wünschen und Vorstellungen, ist dann nochmal eine weitere Abstufung, besser gesagt Herabwürdigung.

ALLE heiligen Schriften sind von Menschen geschrieben, später übersetzt und interpretiert! Deswegen sind sie Teil der menschlichen Begrenzung und als erste religiöse Leitlinie trotzdem sehr wichtig. Wenn wir uns also der Geistigen Welt in ihrer wahren Bedeutung und Größe aus unserem Bewusstsein versuchen anzunähern und sie zu verstehen, wird dies nicht gelingen.

Das Kleinere kann das Größere ja nie umfassen und wirklich verstehen – es kann es in seiner Begrenztheit nur erahnen, spüren und darauf reagieren, um sich anzunähern. Mehr aber nicht.

Aber: Das Geistige ist *in der* Begrenzung drin, ist immer vorhanden. Daher das *Wissen* aller Menschen seit Urzeiten um diese geistige Qualität in Allem - und das daraus resultierende unaufhörliche *Suchen* danach!

Astrologisch kann man sagen, herrscht immer noch Saturn: Festhalten und Erhalten von dem, was ist, Begrenzen, Sicherheit und Stillstand, aber auch Pessimismus und Angst, statt Uranus: Symbol für Freiheit, Offenheit, Beweglichkeit und Kreativität.

Die gerade sich politisch weltweit ausbreitenden starren und abgrenzenden Meinungen (meine Wahrheit, meine Religion, meine Überzeugung, mein Land...) beweisen die Begrenztheit des menschlichen Bewusstseins. Das Leben selbst ist Bewegung, Offenheit, Fließen, Teilen, Austausch, Relativität, Veränderung...

Das menschliche Bewusstsein ist immer noch sehr begrenzt, stark an Materie und Begrenztheit selbst gebunden. Menschen können nicht mal im Konkreten und in den bekannten Bereichen über das Bestehende hinausgehen! Sie projizieren das was ist – als Ergebnis der Vergangenheit - nach vorne.

Denken wir an Menschen, die vor 100, 200 oder sogar 500 Jahren gelebt haben. Sie hatte nicht im Entferntesten die Möglichkeit zu ahnen, was die Welt heute ist.

Wir können darüber lachen oder schmunzeln, aber viel weiter sind wir heute auch nicht. Welche Zukunftsforscher bietet und denn eine komplett andere Welt an, in der z.B. Frieden, Schönheit und Liebe vorherrschen? Alles nur Utopie, Fantasie, Märchen. Fast NIEMAND würde so was ernst nehmen. Wenn jemand aber berechnet, wie katastrophal die Welt/Umwelt in 50 Jahren aussieht, horchen wir auch, weil diese Fortsetzung des Bestehenden ist 'ja klar'. Und dass die Politik nicht wirklich was unternimmt, ist ja 'auch klar'.

Nicht mal da, wo das Bewusstsein verankert ist und sich bewegt, haben die Menschen eine Offenheit und Weitblick, sondern begrenzen alles auf das, was sie kennen und selbst erfahren können. Geschweige denn also, wenn es um die innere, Geistige Welt geht, die für das Bewusstsein nur erahnt werden oder die jemand annimmt, weil es die Religion so vorgibt.

Ein Beispiel von vielen: der Mauerfall in November 1989 – lange vorher energetisch da und in der Dynamik erfahrbar! – wurde von keiner Regierung auch nur geahnt. Dabei gehört die Zukunftsforschung in vieler Hinsicht als zentrale Grundlage für Wirtschaft, Industrie, Forschung...! Man hätte auch ein Studium machen können, was wäre, die Mauer fällt...

Im letzten Jahrhundert hat die Erde und damit auch die Menschheit einen sehr großen energetischen Veränderung durchgemacht - durch zwei Weltkriege und die schlimme Rezession dazwischen sehr leidvoll eingeleitet -, die zu einer neuen und für viele Menschen zu einer individuellen Öffnung zur geistigen Dimension geführt hat: Sie sind durch das Tor der ersten Einweihung, der Geburt Christi im Herzen, gegangen. Auch viele Länder haben kollektiv diesen Schritt gemacht. In einem späteren Schreiben werde ich - wie auf viele andere erwähnte oder angedeutete Aspekte und Behauptungen - ausführlicher darauf eingehen.

Die großen und grundlegenden Wandlungen der Erde und der Menschheit (als Chakra der Erde) beziehen sich darauf, dass die konkrete materielle und die innere Geistige Welt wieder bewusst mit einander in Kontakt kommen, dass die Geistige Welt wieder gesehen, verstanden und anerkannt wird von uns Menschen als eine reale Welt mit realen Wesen - wenn auch auf feinstofflicher Ebene.

Daher befindet die Welt sich in einem sehr großen Umbruch und entsprechend sind auch die momentanen Spannungen und Krisen, die leider nochmal sehr viel Leid und Grausamkeit hervorrufen. Aus geistiger Sicht ist es ein leider nicht zu vermeidendes Aufeinanderprallen alter und neuen Energien.

Im nächsten Schreiben geht es darum, was die Geistige Welt *aus geistiger Sicht* ist, ihr Sein und ihre Aufgabe.



3. Einige Aspekte zur Geistigen Entwicklung

Geistige Entwicklung im Westen heute

Entwicklung ist ein immerwährender, fortschreitender Prozess. Entwicklung bedeutet Veränderung und Bewegung und jede Phase des Lebens hat andere Ansprüche, Gesetzmäßigkeiten, Rhythmen und Anforderungen, oft entgegengesetzt zur vorherigen. Dies gilt für einen Menschen genauso wie für ein Volk, eine Kultur oder auch für die gesamte Menschheit. Dazu kommen noch soziale, religiöse, kulturelle und klimatologische Bedingungen, die bestimmte Entwicklungsphasen sehr unterschiedlich prägen und ihre eigenen Normen, Begrenzungen und Herausforderungen hinzufügen.

Unterschiedliche Phasen und Aspekte der Entwicklung finden in bestimmten Regionen der Erde in den verschiedenen Zeitperioden statt. Die Menschheit (Völker, Kulturen, Nationen) und die Erde, haben ihre Chakras, die sich wie beim Einzelmenschen, ständig weiter entfalten, wodurch neue Beziehungen, Wechselwirkungen, Möglichkeiten und Krisen untereinander hervorgerufen werden. Die schon längst vorhandene totale Vernetzung, die unausweichliche Abhängigkeit aller Nationen, aller Institutionen, aller Lebensbereiche zwingt die Menschheit zu einer allumfassenden Lösung.

Auch wenn das momentane Weltgeschehen das Gegenteil zeigt, sind das die wichtigsten Entwicklungsprozesse, die heute ablaufen:

- **Die Beziehung zur Seele²** – und damit die Verbindung zur Geistigen Welt – wird wieder als reale Tatsache empfunden und mehr und mehr anerkannt. Zum ersten Mal in der Menschheitsgeschichte beeinflusst das Seelenbewusstsein gezielt die Menschheit als Ganzes;
- als Folge davon entwickelt sich eine zunehmende **Integration** und Akzeptanz der dazugehörigen **Verantwortung** – individuell zwischen den einzelnen Persönlichkeitsbereichen, national und international durch das Vernetzen und Anerkennen wechselseitiger Abhängigkeiten aller menschlichen Bereiche;
- **das Entwickeln und kreative Nutzen des Mentalbereiches.** Der *analytische* Aspekt des Mentalbereichs ist schon sehr aktiv und immer mehr Einzelmenschen fangen an, selbst zu denken und darüber hinaus, das Mentale *kreativ* zu nutzen. Das verbindende, *synthetische* Denken verstärkt sich außerdem unter dem Einfluss der Seelenenergien immer mehr.

Die Menschheit befindet sich heutzutage in einer entscheidenden und entsprechend schwierigen Entwicklungsphase. Wer die oben genannten Punkte genauer durchdenkt, wird leicht feststellen, wie weitreichend, grundlegend und differenziert die Prozesse sind, vor allem durch den Aspekt der Integration. Sie ist heute das Allerwichtigste: Die tatsächliche und stimmige Integration – sei es in der Persönlichkeit eines Menschen, weltweit unter den Völkern, zwischen geistiger und irdischer Welt. Hier liegt die Einmaligkeit und das Problem:

Wir können heute nicht mehr alles nacheinander oder nebeneinander lösen. Stattdessen sollten wir lernen, die Einheit des Ganzen als Lebensgrundlage zu nehmen. Wenn wir dazu noch verstehen, dass die Einheit sich zeigt in der Vielheit – nur dann werden wir die Schwierigkeiten lösen können, die heute in jedem Bereich und überall auf der Welt zu sehen sind!

Individuelle Probleme lassen sich nur in einem Konzept der Einheit, in einem Bewusstsein der Verantwortung für alles Leben lösen, genauso lassen sich nationale Probleme nur international lösen, Gruppenkonflikte nur dann, wenn sie in einem viel größeren Rahmen verstanden werden.

Eine große Schwierigkeit, mit der wir heute zu tun haben, ist, dass das Bewusstsein der Menschen – auch wenn sie sich mit nationalen und internationalen Aspekten und Problemen befassen - noch sehr stark individuell, egoistisch geprägt ist: Unbewusst steht häufig doch der eigene Vorteil im Vordergrund. Wenn es um wirkliche Entscheidungen geht, dann sind sie meist noch davon gesteuert, was für sie selbst – oder das eigene Land – am vorteilhaftesten ist (und dies wiederum meist nur wirtschaftlich gesehen).

Entwicklung findet heute inmitten der Unruhe, der Veränderung, der schwierigen äußeren Gegebenheiten statt. Hier setzt die Integration an: indem ein Mensch lernt, seine im Inneren gefundene und gehaltene Stille, seine innere Gelassenheit und Seelenkraft für die äußere Situation zu nutzen. Dies bedeutet, dass er sich nicht mehr den vielen Gedanken- und Gefühlsströmen der Menschen entziehen und sich dauerhaft in die Natur, in ein Kloster oder Ähnliches zurückziehen kann. Er wird dies vielleicht zeitweilig notwendigerweise machen, um sein System zu regenerieren und die inneren Impulse zu festigen, aber er wird in die Welt zurückkehren, zurückkehren wollen. Oder jemand entscheidet sich, in eines der vielen kleinen und großen spirituellen Zentren zu gehen, um

² Das Leben hat viele Bewusstseins Ebenen. Die uns bekannten und direkt erfahrbaren sind der physische Körper, der Emotional- und der Mentalkörper. Darüber hinaus gibt es noch viele Ebenen, auf der wir existieren. Die 'erste' Ebene, die uns mit den inneren, nicht sichtbaren und über unsere Sinnesorgane hinausgehenden Ebenen verbindet, wird als Seelenebene bezeichnet. Sie ist das Tor in die weite Dimension der geistigen Welt. Wer von höherem Selbst, Ego, göttlichem Funken oder Ähnlichen spricht, meint damit das Gleiche wie ich mit dem Begriff Seele.

dort eine Aufgabe zu erfüllen. Diese bilden zusammen sehr wichtige Brennpunkte für das neue geistige Netzwerk auf Erden!

Im Bewusstsein seiner Seele weiß er, dass die individuelle Erlösung nur dann stattfinden kann, wenn er sich mit den anderen Menschen und der Erde verbindet – und zwar heutzutage ganz konkret in seinem Dienst, in seinem Dasein, in seinem Verbundensein mit den Problemen und Begrenzungen der Welt! Hier liegt auch der Grund, warum die Seele ihre Persönlichkeit teilhaben lässt an den Problemen und Schmerzen der Menschheit, obwohl dies eine extreme Herausforderung für eine seelendurchdrungene Persönlichkeit ist, die alles viel klarer und intensiver erlebt als ein Mensch, der nicht so stark unter Seeleneinfluss lebt – ein Aspekt, der oft vergessen wird!

Entwicklung bedeutet heute, *trotz allem* innerlich weiter zu gehen, sich der Seele anzuschließen, die tragende und heilende Stille zu halten, eine Vision auszuarbeiten, die individuelle Liebe zu zeigen und Verantwortung zu tragen. Genau hier zeigt sich, wo sich jemand in seinem Lebensprozess befindet und wie er fähig ist, die Seelenenergien einzubauen und sein Leben entsprechend zu erneuern.

Paradox: Die Energie der Seele hat eine machtvolle Wirkung, die alles in Bewegung setzt, intensiviert und differenziert und dadurch das Leben zur Einheit *zwingt*. Im konkreten Leben bedeutet dies heutzutage Unruhe, Hektik, Unklarheit, Krisen. Das alles widerspricht der Stille, Konzentration und Losgelöstheit, die es braucht, mit der Seele in Kontakt zu bleiben, damit ihre heilende Wirkung in alle Lebensbereiche einströmen kann!



Die verschiedenen spirituellen Ansätze

Das Angebot an spirituellen Wegen und Praktiken ist heute ausgesprochen vielfältig. In den letzten 30 Jahren hat die Anzahl der Möglichkeiten, aus denen jemand, der sich mit der spirituellen Seite seines Lebens beschäftigen will, wählen kann, enorm zugenommen. Bis dahin gab es nur die traditionellen großen Religionen, wobei vor allem die buddhistischen Schulen (speziell Zen und die tibetischen Traditionen), die islamischen (Sufi, Baha'i), und über die verschiedenen Yogarichtungen und Sri Aurobindo die hinduistischen viel Zulauf hatten. Nach und nach sind immer mehr Wege entstanden, die die westlichen und christlichen Grundlagen einbeziehen. Gleichzeitig wurden diese Ansätze mit dem entstandenen und gewachsenen psychologischen Bewusstsein kombiniert, wodurch die spirituellen Grundlagen der Religionen in das alltägliche Leben integriert werden konnten. Auch fängt im Christentum langsam eine Wandlung statt, weil mehr und mehr Menschen wieder direkt von den von Christus gegebenen Wahrheiten ausgehen.

Heute kann man wählen zwischen streng traditionellen Richtungen, sowohl westlichen als auch östlichen, und vielen modernen Ansätzen. Die modernen spirituellen Richtungen setzen sich zusammen aus Erkenntnissen über Bewusstseinsprozesse und Entwicklungsgrundlagen, aktiven und passiven Meditationen, Therapien, ökologischen und psychologischen Ansätzen. Es ist ein Hauptaspekt unserer Zeit, dass viele Menschen ihre eigenen Ideen und Betrachtungen haben und als Grundlage für andere anbieten. Die Vielfalt zwingt zur Selbständigkeit, zu eigenen Entscheidungen und zur Eigenverantwortung: Hauptaspekte des neuen Zeitalters. Auf dieser Basis kann man seine individuelle Entwicklung machen, seinen Weg zur Seele finden. Vielfalt ist der Grundton der Einheit!

Dies steht im Gegensatz zu den alten, traditionellen Methoden, bei denen es vom Lehrer ganz genaue Vorgaben gab, wer, wann, was zu machen hatte. Heute geht ein Mensch alleine, auch wenn er dies mit Unterstützung von Lehrern, Büchern, Gruppen usw. macht. *Dein* Weg ist der Weg, den *du* gehst! Dies beinhaltet nicht automatisch, dass man immer das Richtige macht oder den günstigsten Weg geht! Der Mensch lernt durch Erfahrung, Probieren, Fehler, Weitermachen. Auch nicht alle Angebote führen auf einen geistigen Weg! Viele Ansätze sind lediglich die Basis für das Aufbauen eines neuen Selbstbewusstseins, das aber nicht zwingend einen geistigen Weg nach sich zieht oder sogar beinhaltet; daran ändern auch die schönsten Versprechungen nichts.

In den achtziger Jahren gab es einen großen Aufbruch und eine starke Öffnung für spirituelle Werte, mit der Bereitschaft, sich zu vertiefen und dadurch eine neue Lebensgrundlage für sich auszuarbeiten. Nachdem sich anschließend in den neunziger Jahren eine breite Gruppe für neue Lebensansätze geöffnet hatte, ist es in vielen Bereichen auch wieder zu einer Verflachung gekommen und geistige Werte werden in erster Linie für das eigene, persönliche Leben verwendet. Auch hat das Bedürfnis nach tieferem Wissen deutlich abgenommen. Es gibt heute viele Menschen, die auf den Impuls ihrer Seele reagieren und diese erst einmal für rein persönliche Veränderungen nutzen, ohne darüber hinaus gehen zu wollen und auch noch nicht zu können.

Hier ist wie überall eine rhythmische Bewegung vorhanden und in den kommenden Jahren wird sich vieles neu ordnen, wenn Menschen mit dem 'Neuen' unzufrieden werden, weil sie nicht die Veränderungen erfahren, die sie sich gewünscht hatten (genauer: weil die Veränderungen nicht dem ursprünglichen Impuls der Seele entspre-

chen) – und die ihnen oft versprochen wurden.

Wer einen geistigen Weg gehen will, sollte sich für eine Richtung, eine Methode oder einen religiösen Ansatz entscheiden und diese konsequent verfolgen. Erst wenn sich klar zeigt, dass der begangene Weg oder die verwendete Grundlage nicht mehr stimmt, dann sollte man einen Wechsel in Erwägung ziehen. Man bedenke, dass hinter jeder geistigen Richtung ein Energiefeld steht, das von den Menschen, die diesen Weg leben und vertreten, ständig belebt und aufgeladen wird (hier liegt sowohl die Kraft, als auch die Starre von Religionen oder Lebensrichtungen). Jedes Energiefeld wird zudem von Wesen, die auf der inneren Seite arbeiten, mit Energie versorgt. Durch die aurische Verbindung mit einem bestimmten Energiefeld wird man dauernd davon genährt und kann entsprechend leichter Entwicklungen machen.

Schließlich verkörpern alle Energiefelder eine göttliche, übergeordnete Qualität. Auch wenn es am Anfang sinnvoll sein kann, wird jemand, wenn er häufig wechselt, keine tieferen Aspekte erleben, weil diese erst durch eine dauerhafte Verbindung entstehen können. Vergleichbar ist dies mit einer Beziehung: Erst in einer festen Beziehung, für die sich ein Mensch bewusst entscheidet, können tiefere Erfahrungen gemacht werden. Wer wechselnde Beziehungen eingeht, wird viel erleben und viele Anregungen bekommen, aber keine feste, tiefe, dauerhafte Qualität im Rahmen einer Beziehung in sich erfahren können.

Es gehört zur westlichen Lebenseinstellung, dass wir in einer schnelllebigen Zeit sind und kaum noch die Möglichkeiten für Ruhe und Vertiefung haben bzw. nehmen, in deren Verlauf sich Erfahrungen verankern könnten. Entsprechend glauben wir, auch in unserer Entwicklung ständig neue Reize, neue Erlebnisse durch äußere Veränderungen zu brauchen. Gleichzeitig ist die Schnelllebigkeit eine wichtige Möglichkeit, vielfältige Erfahrungen zu machen. Sie drückt aus, dass die Menschen stärker in den Einfluss ihrer Seele kommen und lernen können, sich dem viel höheren Seelen-Rhythmus anzupassen. Weil die Energie der Seele frei von der Trägheit der Materie ist, bewegt sie sich mit einer viel höheren Geschwindigkeit.

Auch wenn es notwendig ist, sich für eine Richtung oder eine Methode zu entscheiden und diese konsequent zu verfolgen, so ist es gleichzeitig sinnvoll, andere Betrachtungen, Theorien und Möglichkeiten kennen zu lernen und diese, je nach den Erfordernissen der individuellen Lebenssituation, zu nutzen oder zu integrieren. Genauso wie die Schnelligkeit ist auch die Vielfalt ein Aspekt unserer Zeit und bietet viele Möglichkeiten, die eigene Individualität differenziert kennen zu lernen und auszuarbeiten.



4. Individuelle Aspekte einer geistigen Entwicklung

Die vertikale und die horizontale Lebensrichtung, die Mitte des Kreuzes

Man kann das Leben in zwei Richtungen betrachten: die horizontale und die vertikale.

Die horizontale Betrachtung:

Ihr entspricht die alltägliche Bewegung, das Leben auf Erden. Sie ist das Wechselwirken eines Menschen mit seiner Umgebung und seinen Mitmenschen. Zu ihr gehören die Kommunikation, die Begegnung, die Reibung, die Freude und die Schwierigkeiten mit der Außenwelt. Die Familie, die Arbeit, das Geld. Es ist die Richtung, in der man seine Qualitäten zum Ausdruck bringt und sich in die Welt integriert. Es ist das Leben der Persönlichkeit.

Die vertikale Betrachtung:

Sie bezieht sich auf die geistige Ausrichtung, die spirituellen oder geistigen Prozessen und Entwicklungen eines Menschen. Hier beschäftigt jemand sich mit dem Öffnen und Bewusstmachen neuer Bewusstseins Ebenen, und umgekehrt mit dem Durchdringen seiner bekannten Ebenen mit den Energien der höheren Bewusstseins Ebenen. Dadurch entstehen ein Angleichen und Integrieren seiner geistigen Qualitäten, die dann wiederum im konkreten Leben umgesetzt werden.

Der Prozess rundet sich darin ab, dass der Mensch immer mehr seinen Stand in der Mitte einnimmt. Das Symbol hierzu ist das **gleichschenklige Kreuz**: Die gleichwertige Begegnung beider Richtungen in der Mitte (anders als beim christlichen Kreuz, wo die Betonung auf die Vertikale gelegt wird). Den Platz in der Mitte finden und einnehmen bedeutet: Zu einer von geistigen Energien durchdrungenen Person zu werden, die in sich die Qualitäten aller Ebenen, von der höchsten bis zur tiefsten integriert hat, und die andererseits diese Gesamtqualität nach außen hin in die Welt ausdrücken kann. Der Mensch, der seine geistigen Qualitäten in weltliche Fähigkeiten und Arbeit umsetzt und dadurch seine Umgebung teilhaben lässt an den inneren Ebenen. Umgekehrt nutzt jemand seine Lebenserfahrungen direkt für sein geistiges Gehen.

Somit hat jemand, der sich aktiv mit seinem Leben beschäftigt, drei verschiedene - wenn auch sich ständig gegenseitig bedingende - Lebensaspekte, die jeder für sich Aufmerksamkeit brauchen:

- die horizontalen, persönlichen Prozesse, die konkreten Lebenserfahrungen,
- die vertikalen, rein geistigen Prozessen,
- und die persönlichen Prozesse in der Mitte des Kreuzes. Hier geht es darum, die beiden unterschiedlichen Lebensrichtungen mit ihren eigenen Ansätzen und Gesetzmäßigkeiten zusammen zu bringen. Eine eigene und nicht immer leichte Herausforderung!

Nachfolgend nochmal differenziert die unterschiedlichen Prozesse beider Richtungen.



Der Unterschied zwischen Persönlichkeitsentfaltung und geistiger Entwicklung

Wer sich mit seiner Entwicklung beschäftigt, sollte unterscheiden zwischen:

- **Persönlichkeitsentfaltung - die horizontale Lebensbewegung**

Persönlichkeitsentfaltung ist ein Optimieren und Vervollständigen des Körpers, der Gefühle und der Gedanken. Es ist ein Reinigen von alten Mustern und ein ständiges Verbessern des Charakters. Durch die Beschäftigung mit Diäten, Körperdisziplin, reinen Gefühlen und positiven Gedanken werden die einzelnen Bereiche gereinigt und optimiert. Der Mensch bereitet sich darauf vor, höhere Energien gefahrlos aufnehmen zu können, da höhere Energien alles in einem aktivieren. Ein zu frühes Anziehen von geistigen Energien, ohne dass die Persönlichkeitsbereiche von alten Strukturen und Mustern "gereinigt" sind, kann zu deren unnötiger Verstärkung und damit zu inneren Auseinandersetzungen führen, die mehr Zeit und Energie brauchen, als wenn man langsamer vorgegangen wäre und erst die Persönlichkeitsbereiche zu einer stabilen Basis ausgebaut hätte.

Geistige Entwicklung - die vertikale Lebensbewegung

Sie ist eine gezielte, meist meditative Arbeit mit sich selbst, um höhere Energien anzuziehen und einzubauen, wodurch ein immer umfassenderes Bewusstsein entsteht. Dies führt dazu, neue Gedankenstrukturen zu entfalten, sowie zu einem klaren Erkennen des göttlichen Planes und der individuellen Absichten darin. Die Schwingung der einzelnen Energiebereiche, einschließlich des physischen Körpers wird erhöht, wodurch ein Mensch durchlässiger wird für neue Energiequellen und geistige Kräfte und sich seine Ausstrahlung ändert.

Im Prinzip ist die Persönlichkeitsentfaltung ein Bestandteil der geistigen Entwicklung (umgekehrt nicht unbe-

dingt!) und sie bleibt wichtig. Was geschieht ist, dass der Schwerpunkt des Bewusstseins sich mehr und mehr in die geistige Entwicklung als primärem Ansatz verlagert. Die Persönlichkeitsentfaltung läuft dann als selbstverständlicher Teil innerhalb der Entwicklung ab.

Beides sollte miteinander in Einklang sein. Wenn eine geistige Entwicklung zu stark, d.h. ohne die entsprechende Reinigung und Klärung der Persönlichkeitsstrukturen angestrebt wird, kann es zu schwierigen Prozessen und Krankheiten kommen, da die Persönlichkeitsbereiche nicht reif sind, die starke Energie der Seele durchzulassen. Andererseits, wenn die Betonung zu stark auf der Persönlichkeitsentfaltung liegt, verliert man leicht aus dem Auge, worum es im Leben wirklich geht. Es besteht die Gefahr, dass die Persönlichkeit zu viel Aufmerksamkeit bekommt und für höhere Energien nicht mehr aufnahmefähig ist.

Zusammengefasst:

Persönlichkeitsentfaltung	Geistige Entwicklung
Optimierung der Persönlichkeit	Das Öffnen neuer Ebenen und Dimensionen
Sich erleben	Über sich hinausgehen
Bekanntes Raum gestalten	Rahmen und Grenzen sprengen
Harmonie	Erneuerung, eventuell Krise
Ich bin wichtig	Meine Aufgabe ist wichtig
Horizontales, konkretes Leben primär	Vertikales, geistiges Leben primär



5. Feedback

Wie in der Einleitung schon gesagt, freue ich mich, wenn jemand Fragen stellt oder Ergänzungen zu meinen Artikeln schreibt. Daraus kann sich dann die stimmige Form dieses Rundschreibens ergeben.



6. Meditation und Übung

Ich werde in jedem Rundschreiben auch eine Meditation und/oder Übung geben, die jeder für sich unterstützend machen kann.

Die vielleicht einfachste aber dadurch keineswegs wenig effektive meditative Übung ist, sich eine Viertelstunde hinzusetzen und nur still zu sein. In dieser Stille nur sich spüren und alles um einen herum beobachten. Mehr nicht! Ganz so einfach ist diese schlichte Übung für viele Menschen oft doch nicht, weil wir stark aktiv unterwegs sind und machen, tun, erkennen, verstehen, wissen wollen usw. unser Antrieb sind. Stattdessen nur sitzen und *sonst nichts*, beobachten, wahrnehmen und *sonst nichts* - darin kann Vieles ganz neu und anders wahrgenommen und vor allem auch verstanden werden.

