

# 11. RUNDSCHREIBEN März 2021

Jacques Suijkerbuijk

## Die Themen:

1. Allgemeine und grundlegende Themen
  - Spiritualität und Realität – Teil I
2. Die Geistige Welt
  - Licht
3. Einige Aspekte zur Geistigen Entwicklung
  - Leben ist Wandlung – Die Chakras als Beispiel
4. Individuelle Aspekte einer geistigen Entwicklung
  - Der Tod und das Sterben
5. Gedanken zur eigenen Entwicklung
  - Fragen, die man für sich beantworten sollte
6. Meditation und Übung
  - Wer bin ich?

---

Die Krise ist der Moment, wenn die alte Weltordnung wegdriftet und die neue Ordnung sich allem Widerstand und allen Widersprüchen zum Trotz durchsetzen muss. Diese Übergangsphase zeigt sich klar in vielen Fehlern und Auseinandersetzungen. Antonio Gramsci

---

## 1. Allgemeine und grundlegende Themen

### Spiritualität und Realität – Teil I

Religiosität oder Spiritualität ist für viele Menschen ein wichtiger Aspekt ihres Lebens, auch wenn nicht jeder dies direkt und öffentlich zeigt. Für sie hat das Leben noch eine andere Dimension als die 'rein weltliche' und sie wissen um bzw. spüren eine größere Wahrheit als die, in der wir leben. Sie erleben das Vorhandensein eines anderen Potenzials und vor allem, welche neuen Möglichkeiten daraus konkret entstehen könnten. Die Aufgabe ist, diese neue Dimension mit der bestehenden Realität in Einklang zu bringen – nicht immer eine leichte Aufgabe, aber genau darin liegt die Herausforderung unserer Zeit. Ein Prozess, der nicht nur im Individuellen, sondern heutzutage vor allem auch im Kollektiven stattfindet.

Spiritualität und Realität sind zwei Begriffe für unterschiedliche Bewusstseins Ebenen. Die Trennung in Spiritualität und Realität gibt es auch nur von unserem Bewusstsein aus. 'Von oben' gesehen, ist alles als spirituell zu verstehen.

- Spiritualität ist die Realität auf einer anderen Bewusstseins Ebene.
- Die konkrete Realität ist Ausdruck einer inneren (= spirituellen) Welt.

#### Das Leben eines Menschen findet auf drei Bewusstseins Ebenen statt:

Die erste, höchste Ebene: Die Energie reinen Geistes, der Ursprung unseres Daseins.

Die zweite, mittlere Ebene: Die Seelen-Ebene. Sie ist das Tor zur geistigen Welt, die allumfassende Ebene der Liebe.

Die dritte, untere Ebene: Dies ist die konkrete, sichtbare oder materielle Ebene, der Daseinsbereich unserer Persönlichkeit.

#### Alles, was mit einem materiell ausgerichteten Bewusstsein zu tun hat, gehört zur 3. Ebene:

- Praktische Lebensgrundlagen, das Verwirklichen von Ideen, die Wirtschaft, ebenso die Betonung des Persönlichen und Individuellen;
- im Körper sind die unteren Chakras damit verbunden: Solarplexus-, Sakral- und Basis-Zentrum;
- der Energien des 3. Strahls (aktive Intelligenz) gehört zu dieser Ebene.

#### Alles, was im weitesten Sinne mit Liebe und Bewusstwerdung zu tun hat, gehört zur 2. Ebene:

- Verantwortung tragen, Gemeinschaft, Menschlichkeit, alle sozialen, heilenden und erzieherischen Lebensgrundlagen, das Erkennen einer umfassenden oder religiösen Wahrheit. Gemeinschaft, Teilen, Verstehen und Gruppenbewusstsein;
- im Körper sind die oberen Chakras (Herz-, Hals- und Scheitel-Zentrum) damit verbunden;
- die Energien des 2. Strahls, Liebe-Weisheit, passen dazu.

Die Menschheit befindet sich heutzutage in einem Übergangsstadium, in dem das Bewusstsein von der 3., wirtschaftlichen, in die 2., menschliche, Ebene verlagert wird. Es ist wahrscheinlich die größte Veränderung in der Menschheitsgeschichte, die das Leben auf der Erde in den nächsten 200 Jahren von Grund auf verändern wird. Heute erleben wir die notwendigen Krisen und Spannungen, die Geburtswehen des neuen Bewusstseins.

Auch wenn die Menschheit die Lebens- und Entwicklungsprozesse auf Erden durch ihre Entscheidungen gestaltet, ist sie trotzdem höheren, kosmischen Gesetzen unterworfen! Der Übergang zum Wassermannzeitalter, die neuen Einflüsse des 7. Strahls und das Entwicklungsstadium der Erde bedingen diese derzeitige starke Wandlung. Der Mensch ist dabei ausführendes Organ: Er bestimmt, auf welche Art und Weise das Neue zustande kommen wird, wie viele Konflikte dazu nötig sind und in begrenztem Maße auch, in welchem Tempo sich alles wandeln wird.

Viele Menschen denken und agieren noch nach dem wirtschaftlichen und individuellen Prinzip, aber die dazu gehörenden (und bisher richtigen) Gesetzmäßigkeiten greifen nicht mehr. Eine neue und vor allem bewusste kollektive Lebensgrundlage bildet die Basis für die Zukunft.

Nur, wenn wir lernen, Probleme und Lebenssituationen von der 2. BewusstseinsEbene aus anzugehen, werden wir die heutigen Krisen in der Welt lösen können! Veränderungen gehen immer vom Allgemeinen zum Individuellen und so leben wir schon längst in einer Welt, die von Gruppen und Kollektivstrukturen geprägt ist – allerdings agieren wir häufig noch auf individuelle, meist egoistische und angstbesetzte Art, was zwangsläufig zu Spannungen führt und echte Lösungen blockiert. Die Krisen werden so stark zunehmen, bis genug Menschen ein anderes Bewusstsein verkörpern und sich nach den neuen Grundlagen der 2. Ebene richten. Hier kann *jeder* Mensch zu *jeder* Zeit aktiv ansetzen und damit zur Lösung der (Welt-)Krisen beitragen.

Wenn Liebe und Verantwortung die Grundlagen in all unserem Tun bilden, wenn das Denken synthetisch und allumfassend ist, wenn das Miteinander und Füreinander unsere Lebensgrundlagen bestimmen, dann werden wir eine sehr stabile Struktur von Frieden, Freiheit und Menschlichkeit für die Zukunft schaffen. Und: Eine andere Lösung gibt es nicht!

#### Eine Lösung wird nur noch sein, wenn wir

- menschliche und ethische statt wirtschaftlicher Aspekte an die erste Stelle setzen;
- Geld wieder als Tauschmittel und als etwas sehen, was unserem Leben Qualität gibt, statt es an Sicherheit und Angst zu koppeln oder sogar mit einer Eigendynamik zu versehen (wie z.B. an der Börse);
- miteinander statt gegeneinander und in Konkurrenz leben.

#### Die Zwischenphase

In den fünfziger Jahren inkarnierten viele Menschen, die offen waren für eine neue Lebensgrundlage. In den 60er – 80er Jahren fand ein großer Aufbruch statt und viele junge Menschen durchbrachen die alten Muster mit den strengen moralischen und engen religiösen Konzepten. Sie bauten ein neues Energiefeld auf, das nach und nach zu vielen guten Erneuerungen in allen Lebensbereichen geführt hat. Vor allem entstand auch ein neues Bewusstsein, in dem Gruppenbewusstsein und eine Verantwortung für die Gemeinschaft eine größere Bedeutung bekam. Dieses Energiefeld – das am Anfang von der bestehenden Gesellschaft bekanntlich heftig bekämpft wurde – ist heute für viele längst eine anerkannte Lebensgrundlage geworden. Trotzdem fehlt eine wirkliche Integration mit allen Lebensaspekten, allen voran dem wirtschaftlichen und politischen.

Diese Bereiche werden nach wie vor zum allergrößten Teil besetzt von Menschen mit einer alten Denkstruktur, die persönliche Macht, Geld und Besitz an die erste Stelle setzen. Sie bilden miteinander ein mächtiges und schwer zu durchbrechendes Energiefeld. Nur wenn ein gleich starkes Energiefeld des Herzens, also der 2. Ebene, aufgebaut ist, kann die alte Struktur endgültig durchbrochen werden. Dies ist es, was die Hauptspannung im Weltgeschehen – national und international – hervorruft. Veränderungen in diesem Umfang laufen nie harmonisch ab: Das Neue wird aus dem Spannungsfeld geboren – nur da holt das Neue die nötige Kraft her, die für eine stabile Basis notwendig ist. Anders gesagt: Die richtig gelebten, ausgetragenen Konflikte liefern die notwendige Stabilität für eine neue Lebenssituation.

Viele Menschen, die damals den Aufbruch ermöglicht haben, haben es heute nicht immer leicht. Der Grund dafür liegt darin, dass diejenigen, die damals die Veränderungen eingeleitet haben, *gegen* die bestehende Ordnung waren, *gegen* die wirtschaftliche Struktur. Sie sagten zwar einerseits Ja zu einer ganz neuen und menschlicheren Lebenssituation, lehnten dabei aber noch auf einer tiefen Ebene die alten und starren Lebensstrukturen ab. Dadurch aber sind sie in Wirklichkeit noch nicht ganz frei, nicht wirklich in einem neuen Energiefeld, sondern befinden sich dazwischen (sie tragen die alten Werte noch in sich, sonst müssten sie nicht dagegen sein!). Dies hat zur Folge, dass sie weder klar in der einen, noch in der anderen Welt verankert sind und dementsprechend oft schwierig zu einer Lebensgrundlage zu finden.

Sie tragen daher oft eine Spaltung in sich und dies kann zu persönlichen Schwierigkeiten führen, weil sie nicht die Lebensumstände schaffen konnten, die sie sich wünschten – und es auch nicht geschafft haben, die dazu erforderlichen Schritte zu machen und die notwendigen Entscheidungen zu treffen um eine gute Lebensgrundlage zu finden. Viele der damals jungen Menschen leben jetzt in dieser Situation, was zu größeren – auch finanziellen - Problemen führen kann. Sie gehören letztendlich zu keiner der beiden Welten, eine Integration konnten sie nicht schaffen und sie befinden in einem Zwischenstadium. Ein Vorgang, der aber bei größeren kollektiven Veränderungen normal ist: Diejenigen, die eine Vorreiterrolle spielen, passen danach nicht in das neue kollektive Muster, das seine eigene Dynamik in der neuen Energie entwickelt. Aus karmischer Sicht ist dies auch nur eine Erfahrung, die diese Menschen auf sich nehmen und in einem späteren Leben ausgeglichen wird.

Fortsetzung folgt in Rundschreiben 12.



## 2. Die Geistige Welt

### Licht

#### 'Licht ist die Substanz der erhofften Dinge, der Beweis für die unsichtbaren Dinge'

Licht ist ein zentraler Begriff in allen Religionen und esoterischen Lehren: Das Licht, das gesehen wird, erkannt werden muss, erreicht werden muss, von dem man durchstrahlt wird oder von dem ein Erleuchteter ständig durchdrungen ist.

Was ist Licht, dass es eine so zentrale Bedeutung für uns bekommt? Verallgemeinert lässt sich sagen: Licht ist die Wahrnehmung der Energien einer höheren Bewusstseins Ebene.

Als Licht wird Energie bezeichnet, die ein Mensch in einer bestimmten Art erlebt. Die Parallele zum Tageslicht ist dabei kein Zufall: Es lässt uns Lebensformen bewusster und differenzierter erkennen. Die Wahrnehmung von Licht bedeutet, dass das Bewusstsein in der Lage ist, Energie einer höheren Ebene wahrzunehmen. Die Wahrnehmung ist aber gleichzeitig der Beweis dafür, dass der Mensch an einem Punkt in seiner Entwicklung ist,

- diese neue Ebene nach und nach in sein Leben zu integrieren und
- schließlich sein Bewusstsein dorthin zu verlagern.

Daher stammt die zentrale Bedeutung, die Licht bekommen hat: Es ist der Beweis für das bis jetzt noch nicht Wahrgenommene, das bisher noch nicht Gesehene. Licht ist das, was einem Menschen den Weg zeigt - eine oft gehörte Aussage, wie zum Beispiel bei den drei Königen, die dem Stern folgten, der sie zum Christuskind führte.

#### Was bewirkt Licht?

Das Wahrnehmen von Licht ist ein Aktivieren der höheren Energien, die Veränderungen im eigenen Energiesystem bewirken, wodurch wiederum die niederen und trägeren Energien aktiviert werden. Hierdurch entsteht ein Energiewirbel, eine verstärkte Rotation und eine Beschleunigung der (ätherischen) Atome und damit der Energieströme. Das Bewusstsein wird in dem Moment in eine klare und erweiterte Wahrnehmung versetzt, die wiederum eine andere magnetische Anziehung zur Folge hat. Schließlich reagieren auch die realen Umstände auf die Veränderung, was zu konkreten Prozessen im Leben führt.

Wenn die höhere Energie eine Eigendynamik bekommt und dadurch anfängt, dauerhaft aktiv einzuwirken, entsteht eine Reibung mit der trägeren Substanz der niederen Ebene, wodurch Hitze hervorgerufen wird. Diese Hitze erhöht die Schwingung der Materie auf der niederen Ebene und ermöglicht es einem Menschen, in seinem Leben neue Qualitäten zum Ausdruck zu bringen. Ebenfalls können dadurch auch noch höhere Bewusstseins Ebenen - wiederum als Licht - wahrgenommen werden.

Wenn dieses Aktivieren durch regelmäßiges Üben, Meditieren, Gebet und Ausrichten dauerhafter wird, integriert sich die neue Energie in das System und sie wird dann auch *nicht mehr als Licht wahrgenommen!* Daher auch die unterschiedlichsten Auffassungen bei Menschen, wann jemand erleuchtet ist, wann jemand als weise oder weit entwickelt angesehen wird. Dies ist unmittelbar gekoppelt an das eigene Bewusstsein, mit dem ein Mensch wahrnehmen kann und dementsprechend eine bestimmte Ausstrahlung als Licht erkennt. Viele Faktoren spielen dabei eine Rolle, auch ist dabei oft Verblendung im Spiel.

Wir erleben verschiedene Lichtstufen. Licht und Energie sind genau genommen das gleiche, unterscheiden sich nur im Bewusstsein eines Menschen und in der Art des Erlebens. Wer zum ersten Mal eine höhere Energie wahrnimmt, wird sie als ein Licht erleben, im Laufe der Zeit aber nimmt die Lichtwahrnehmung ab, weil die neue Energie normal geworden ist. Wer trotzdem immer wieder auf das *Licht* der Seele meditiert, zieht dadurch feinere und neuere Qualitäten aus dieser Ebene an. Wer auf die *Energie* der Seele meditiert, stärkt dagegen die bestehende Verbindung. In der Praxis wird dies meistens nicht so differenziert. Kraft ist angewandte Energie und kann als die nächste Abstufung genommen werden. Kraft ist die Energie, die jemand konkret anwenden kann.

Wenn ein Mensch ein höheres Licht in sich verankert hat, ruft er automatisch eine Wirkung in seiner Umgebung hervor. Diese Wirkung des Lichts auf andere Menschen ist sehr unterschiedlich und davon abhängig, ob und wie jemand in der Lage ist, auf das Licht zu reagieren – entweder bewusst oder unbewusst.

- Ein Mensch, für den das Licht von einer zu hohen Ebene kommt, kann nicht bewusst darauf reagieren. Entweder passiert bei ihm gar nichts, oder er spürt eine wohltuende, heilende, beruhigende oder sonstige positive Wirkung - die er weder deuten noch aktiv nutzen kann. Er spürt ein tiefes Vertrauen und Angemessenheit, weil ein innerer Kern angesprochen wird, was ihn in seinem Tun stärkt.
- Ein Mensch reagiert, aber sein System hält dagegen, wehrt sich, nimmt es nicht an. In diesem Fall ist es eine natürliche Reaktion, mit der er sich vor Veränderungen schützt. Der natürliche Selbsterhaltungsdrang eines Wesens wehrt sich gegen Veränderung. Licht bewirkt eine Veränderung und der Mensch muss sich zeitweilig dagegen wehren und macht dies oft sehr heftig, je stärker er tatsächlich von dem Licht berührt wird! Diese Auseinandersetzung ist wichtig, weil sie die notwendige Energie freisetzt, die der Mensch für den

Wandlungsprozess braucht. Eine neue Harmonie braucht vorab den Konflikt, damit das Neue mit seiner größeren Intensität auch angenommen werden kann.

- Eine positive Reaktion: Der Mensch ist in der Lage, das Licht aufzunehmen und für sich zu verwenden. In diesem Fall hat das Licht eine bereichernde, erneuernde, öffnende und anziehende Wirkung. Das führt häufig auch zu dem Wunsch, nur noch mit diesem befreienden Licht zu sein. Das neu erfahrene Licht kann zeitweilig auch zu einer Verblendung führen.

### Der Umgang mit Licht

Das Licht wahrzunehmen hat natürlich auch Auswirkungen auf einen selbst. Wie schon erwähnt, kann die Wahrnehmung von Licht vieles in Bewegung bringen und zu guten und schwierigen Reaktionen in einem selbst und in der Umgebung führen. Eine Gefahr, die mit dem Erfahren des Lichts einhergeht, ist die Verblendung:

- Die Wahrnehmung des Lichtes kann eine so starke positive Wirkung auf einen Menschen haben, dass er sich nur noch mit der Qualität des Lichtes identifizieren will und entsprechend die nicht vom Licht durchdrungenen Bereiche vernachlässigt. Dies ist die typische Struktur des Mystikers, der sich dadurch in eine immer größere Spaltung hineinbegibt. Er erlebt die heilende und lösende Qualität des Lichtes, ist aber nicht mehr in der Lage, dies umzusetzen. Am Ende sieht er die Notwendigkeit davon auch nicht mehr ein und strebt nur noch dem erfahrenen Licht entgegen. Zeitweilig ist dies sogar sinnvoll, damit das neue Licht sich verankern kann. Erst wenn man den Zeitpunkt verpasst, das neue Licht in das Bestehende zu integrieren, kann das Licht eine verblendende Eigendynamik bei einem Menschen hervorrufen.
- Eine andere Schwierigkeit ist, dass man Licht - also die Energie einer höheren Ebene - wahrnimmt, aber dass danach das Bewusstsein mehr und mehr anfängt, sich mit den Reaktionen und den daraus entstehenden Vermischungen im eigenen System zu identifizieren und diese für das Licht hält. Damit ist ebenso eine Verblendung entstanden. Der Mensch ist nicht mehr in der Lage, zu unterscheiden, ob er noch das Licht oder schon längst die Reaktionen in seinem System wahrnimmt und sich nach ihnen richtet.

Beispiel: Wenn jemand sein Herz für Seelenenergien öffnet und dadurch sich ganz neu erfahren wird - liebevoller, selbstbewusster, freier und kreativer. Nach und nach wird die Energie in das Solarplexus-Zentrum einströmen und aktiv neue Lebensumstände schaffen. Die Gefahr ist dabei, dass das Solarplexus-Zentrum - also das persönliche Ich - anfängt, immer stärker und bestimmender zu werden. So wird das Neue aus dem Herzen mehr und mehr von alten persönlichen Überzeugungen eingefangen. Dies passiert z.B. immer wieder, wenn jemand mit guten Motiven ein Verein gründet und wenn diese dann erfolgreich ist, kommen persönliche Aspekte - wie z.B. Macht, Besitz, Geldmissbrauch - zum tragen. Immer noch in der Überzeugung, Gutes zu tun ist der Verein schon längst zum sg. Selbstbedienungsladen geworden.

In beiden Fällen braucht es Unterscheidungskraft, das Licht und die richtige Wirkung zu sehen und auch entsprechend mit beiden - dem Licht und der Reaktion - umzugehen. Vertrauen ist hier die Basis: Das Wissen, dass die Wahrheit immer siegen wird und die stimmige Situation herbeiführt.

Eine große Gefahr entsteht, wenn 1. Strahl-Menschen in diese Verblendung kommen. Sie erleben sich als übermächtig, können politisch zum Diktator werden und viel Dunkelheit - also Grausamkeit - in die Welt bringen.

Die günstigste Methode, mit einem wahrgenommenen Licht gut umzugehen, ist, sich mit dem Licht zu identifizieren ohne - soweit dies natürlich möglich ist - mit Gedanken und Gefühlen darauf zu reagieren und auch, ohne Ergebnisse zu erwarten. Das Bewusstsein im Licht zu halten, die Wirkung dem Licht zu überlassen und dadurch die optimalen Ergebnisse zu erzielen, wäre die beste Haltung.

**Also Stillsein in der Bereitschaft**, sich mit dem Seelenlicht zu identifizieren und dieses Licht zu integrieren. Und auch zu wissen, dass die Verblendung nicht zu vermeiden ist: sie ist ein normaler Aspekt des eigenen Gehens.

### Das Lichtkreuz

Ein Mensch, der höhere Energien durch sich fließen lassen will, kann sich in der Vorstellung in sein Lichtkreuz stellen. Es ist die Haltung, in der man vertikal Licht aufnimmt und sich dabei mit der Verbindung zum Höheren identifiziert - hier werden Scheitel- und Basis-Zentrum miteinander verbunden. Die horizontalen Arme des Kreuzes verkörpern die Verbindung und Begegnung mit der Außenwelt, wohin die Energien gebracht werden sollen. Der Mensch selbst steht dann in der Mitte des gleicharmigen Kreuzes und ist Symbol und Kraftquelle für die Verbindung zweier Welten. Er ist im positiven Sinne dort gekreuzigt. Die Mitte des Kreuzes sollte immer mehr die Kombination von Herz - mit den Qualitäten Liebe und Heilen - und Solarplexus-Zentrum sein, von wo aus das innere Licht aktiv und tatkräftig ins Leben eingebracht wird. Eine machtvollere Haltung mit entsprechender Wirkung. Dieser Mensch transformiert das innere Licht in persönliche Qualitäten, die er anderen Menschen schenkt.

**Licht und Dunkelheit**

Dunkelheit wird ebenso wie Begriffe wie Stille oder Leere oft negativ definiert: Als die Abwesenheit von Licht (bzw. Geräusche, Fülle)

In unserem dualen Bewusstsein kennen wir Licht und Dunkelheit. Dunkelheit ist dabei *nicht* die bloße Abwesenheit des Lichtes, sondern eine eigene Größe, nämlich der Gegenpol zum Licht.

In unserer dualen Betrachtungsweise ist das Dunkle das Höchste, weil für uns nicht mehr Fassbare und Wahrnehmbare, aus dem Licht für uns 'geboren' wird - was nichts anders ist als das plötzliche Wahrnehmen der Energien aus dieser bisher dunklen Ebene. Das Licht lässt Formen entstehen, erlebbar und sichtbar werden, aber ein zu grelles Licht löst Formen wieder auf: Ein Mensch braucht genau die richtige Lichtmenge zum Erkennen und zum Wachsen; weder zu viel noch zu wenig Licht ist sinnvoll.

Dunkelheit oder das Nichtwahrnehmbare ist auch alles, was

- entweder nicht von unserem Bewusstsein wahrgenommen wird, weil es selbstverständlich geworden ist (z.B. das vegetative Nervensystem, viele alltägliche Handlungen),
- oder, weil etwas verdrängt wurde und deswegen für das Bewusstsein nicht mehr existiert oder erfahrbar ist.



### 3. Einige Aspekte zur Geistigen Entwicklung

#### Leben ist Wandlung – die Chakras als Beispiel

Buddha sagte: 'Das Einzige was fest steht, ist das s alles sich wandelt'.

Wandlung und Veränderungen sind zentrale Grundlagen unseres Lebens. Aber auch eine Veränderung wäre statisch, wenn sie sich nicht selbst auch verändern würde - und dies schließt auch den Standpunkt und das Bewusstsein, mit dem jemand eine Situation betrachtet, mit ein. So klar und stimmig sich dies vielleicht anhört, ganz so einfach ist es nicht, dies in seinem ganzen Umfang zu verstehen. Letztendlich ist es aber die wahre Grundlage und damit stimmige Bewegung in unserem Leben, wenn wir es als einen Entwicklungsprozess betrachten und leben wollen. Alles, was ich über die Wandlung und Betrachtung eines Chakras hier schreibe, bezieht sich also genau so auf das Bewusstsein und das ganze Leben eines Menschen.

Die Art und Weise, wie jemand das Leben betrachtet, wie er bestimmte Strukturen versteht und einordnet, welche Bedeutung etwas für ihn hat, ist direkt von dem Entwicklungspunkt seines Bewusstseins und der Gesamtsumme seiner Erfahrungen abhängig. So sind auch die Chakras je nach dem Bewusstsein, mit dem sie betrachtet werden, anders in ihrer Wirkung, Bedeutung und in ihrem Aussehen. Meine Ausführungen über 'Bewusstsein' in Rundschreiben 8 passen gut zu diesem Thema.

Wir beschreiben die Konstitution eines Menschen modellhaft als bestehend aus den verschiedenen Ebenen und Aspekten der Persönlichkeit mit der individuellen Seele, die im Laufe der Entwicklung als gezielt wirkender Faktor dazukommt, um schließlich den als Monade bezeichneten geistigen Gegenpol zur Persönlichkeit, den höchsten Punkt unseres Bewusstseins, zu erreichen.

Dieses statische Modell – wie auch die vielen anderen Modelle, die die Menschen, Kulturen und Religionen von unserer Konstitution und unserem Wachsen gemacht haben – ist wahr und gleichzeitig gekoppelt an unsere *jetzige* Wahrnehmung und unser *momentanes* Verstehen.

#### Es gibt zwei Möglichkeiten, das Leben zu betrachten:

- **Vom statischen Punkt aus.** Die Form, das Gegebene ist der Ausgangspunkt, von wo aus Veränderungen möglich sind.  
Dies ist die Betrachtung der Persönlichkeit, die selbst Teil des formgebundenen und damit statischen Lebens ist. Veränderungen können deswegen auch nur in einem bestimmten Rahmen stattfinden, soweit es vom Bewusstsein erfasst und erlaubt ist. Auch ist dies die für uns einfachste Art der Betrachtung, da sie eine klare und überschaubare Struktur vorgibt, in der Prozesse und Veränderungen stattfinden.  
Es ist das *lineare Modell*, wo das Leben auf einer Zeitachse von hier nach da geht, wo Veränderungen nacheinander und in einer klaren Struktur ablaufen. Unsere moderne Wissenschaft und Medizin sind die ausgeprägten Strukturen dieser Art der Betrachtung. Sie ist die wichtige und notwendige erste Grundlage, wenn wir das Leben als Ganzes verstehen wollen.
- **Aus der Bewegung und Veränderung heraus.** Formen und feste Strukturen sind jetzt Aspekte der Wandlung und ständigen Veränderung. Ihre Aufgabe besteht darin, die Bewegung erfahrbar zu machen und dadurch eine sich ständig erweiternde Bewusstseinswandlung zu ermöglichen. Eine andere Bedeutung hat eine Form – egal welche, wie umfassend und wie bedeutsam sie zeitweilig ist – von dieser Betrachtung aus nicht! Jetzt ist die ständige Wandlung und Erneuerung der 'Fixpunkt' des Bewusstseins, das nicht mal sich selbst als unwandelbar und immer vorhanden erlebt: Irgendwann in der Entwicklung wird auch das Bewusstsein wie wir es versuchen zu verstehen – der für uns so bedeutsame und zentrale Fixpunkt in unserem Wachsen, Erkennen und Verstehen - überholt sein! Es wird dann ersetzt durch etwas, was vielleicht als ein 'unmittelbares Erfahren des Seins im Leben' beschrieben werden kann! Somit sind das Bewusstsein, das Verstehen und die Betrachtung einer Sache selbst ebenfalls Teil der Wandlung.  
Dies ist die *holistische Erfahrung*, in der alles gleichzeitig existiert - *einschließlich des linearen Modells!* Anders gesagt: wo alles gleichzeitig IST und NICHT IST.

Veränderung bedeutet also auch, dass die Veränderung *selbst* sich ändert, sowohl in der Dynamik, als auch in der Ausrichtung, der Betrachtung und der Bedeutung! Eine für unser Bewusstsein nicht leicht nachvollziehbare Tatsache, wissen wir doch nicht, was es beinhaltet, wenn das Leben tatsächlich *nur* Bewegung und Wandlung ist!

#### Auf die Chakras und die Betrachtung von Entwicklung bezogen bedeutet dies:

Am Anfang sind sie ursprüngliche Energieformen, die den physischen Körper und unsere Psyche bestimmen. Nicht mehr der physische Körper, sondern die ätherischen und wandelbaren Chakras stehen zentral bei der Betrachtung einer Entwicklung und bei physischen Prozessen. Es ist der erste Schritt, das Bewegende – den Ätherkörper – zentral zu sehen und nicht mehr den statischen physischen Körper. Entwicklung ist jetzt die Wandlung und das Harmonisieren der Chakras.

Später erweitert sich die Bedeutung: Sie werden als Schaltstelle zwischen dem physischen Körper und dem Emotional- bzw. Mentalbereich gesehen. Entwicklung ist jetzt das Optimieren, bewusstseinsmäßige Durchdringen und emotional und mental 'in Besitznehmen' der Chakras. Darüber hinaus fließt die Energie der Seele nach und nach ebenfalls durch die Chakras.

Als Nächstes werden die sieben Chakras selbst mit ihren eigenen differenzierten Strukturen gesehen und verstanden. Die vier Energie-Ebenen eines Chakras entsprechen dabei den vier ätherischen Unterebenen des Ätherbereiches und können als ein direktes Abbild der geistigen Entwicklung eines Menschen gesehen werden: So, wie die vier Ebenen entwickelt und mit einander verbunden sind, so sind auch die Bewusstseins Ebenen eines Menschen miteinander verbunden<sup>1</sup>. Alle sieben Zentren zusammen umfassen dabei nochmal alle Aspekte unseres Lebens, sie sind eine weitere Differenzierung unseres Lebens.

Auch fängt jemand an, diese Differenzierung überall zu erkennen: Jede in sich existierende Form, ob Gruppe, Land, Stadt, die ganze Welt, hat ebenfalls sieben Chakras, sieben sich ergänzende Aspekte (Rundschreiben 10). Dieses Erkennen legt eine neue Verbindung zwischen einem Menschen und den über ihn hinausgehenden Strukturen, was eine viel größere Wirkung hat als man normalerweise vermutet: Es verknüpft sein Bewusstsein aktiv mit anderen Formen, und geht damit einen wichtigen Schritt in Richtung Synthese!

Immer mehr geht es nicht nur um die Entfaltung einzelner Chakras, sondern werden die Verbindungen und die existierenden Dreiecke der Chakras untereinander gleichwertig wichtig. Damit wird für das Bewusstsein die Bewegung und der Austausch der Zentren untereinander zentral – analog dazu, dass nicht der Mensch selbst, sondern das Wechselwirken und die Synthese schaffende Energie in allem grundlegend ist.

Die Chakras werden erkannt in ihrer Differenzierung und Aufgabe *und* ihrem Wechselwirken (untereinander, im Wechselwirken zwischen Denken, Fühlen und physischem Körper, in sich selbst und mit der Außenwelt). Die Größe, die Qualität, ihre Feinheit werden verstanden. Allein dadurch wird ihre Wirkung schon anders und erweitert. Bedenke immer wieder, dass das Bewusstsein, mit dem jemand etwas betrachtet, eine direkte Wirkung auf das Betrachtete hat!

Trotz all dieser Wandlungen ist die Betrachtung aber immer noch statisch.

Eine erste Abwendung vom statischen Betrachten erfolgt, wenn die Chakras als symbolischer und gleichzeitig tatsächlicher Aspekt der Gesamtstruktur eines Menschen verstanden werden.

Wer die Chakras aus dem Bewusstsein der Seele heraus sieht, erkennt gleichzeitig ihre vielfältige Wirkung, Bedeutung und Form, wie oben beschrieben, und auch ihre Aufgaben, die sie als wachsende Einheit für die individuelle Aufgabe eines Menschen im Weltgeschehen haben. Jetzt entsteht eine Eigendynamik der Chakras, eine in sich lebendige Energie, die keine Anregung mehr von außen braucht und gleichzeitig bedingt ist durch das Wechselwirken in alle Richtungen. Dadurch wird es möglich, alte – ja auch uralte – individuelle und kollektive karmische Energien zu aktivieren und erlösend zu erfahren. Die persönliche Entwicklung bekommt jetzt noch einmal eine ganz andere Dynamik. Die Chakras werden dadurch nach und nach zu Toren, die zwei Welten mit einander verbinden.

Es ist der erste Schritt, durch den die Chakras nicht mehr nur Teil des individuellen Menschen sind – sie gehören einer größeren Wahrheit an und haben dementsprechend eine erweiterte Bedeutung und Aufgabe.

Die Aktivität der Chakras ist jetzt dynamisch und bestimmend. Sie ist ein Zusammenspiel von *eigener Entwicklung* (in den Chakras selbst und den einzelnen persönlichen Bereichen), *Wandlungen in der Persönlichkeit*, *Wirkung auf die Umgebung* und *Öffnen der Beziehung zur Seele*.

Daher entsteht jetzt auch eine Rückwirkung auf die Seele mit ihrer eigenen Konstitution (die 3x3+3 Seelenblätter besitzt, die die Entwicklung der Seele auf ihren eigenen Ebenen darstellen).

Diese Wandlung geht weiter, wodurch auch die bewusstseinsmäßige Annäherung und Betrachtung, inklusive das Verstehen davon, was die Chakras sind, eine Grenze erreichen. Sie können dann nicht mehr in ihrer Bedeutung und Dimension vom Bewusstsein erfasst werden, sondern nur noch aus der Betrachtung des Lebens selbst.

Schließlich – und dies ist die meist esoterische Deutung für uns - werden die Zentren zu sieben Toren, die dazu dienen, die innere Vollkommenheit des Geistes in Berührung zu bringen mit der Unvollkommenheit des äußeren Lebens, wodurch die Unvollkommenheit zur Vollkommenheit *gezwungen* wird - einfach deswegen, weil die Vollkommenheit das wahre Prinzip des Lebens ist und in Wirklichkeit die Unvollkommenheit einschließt.

Beispiel: Christus, der spontan Gelähmte heilte und Tote auferstehen ließ, tat dies aus diesem hohen Bewusst-

<sup>1</sup> Die menschliche Konstitution umfasst sieben Ebenen: Die unteren drei kennen wir als Körper/Ätherkörper, Emotionalbereich (Gefühle) und Mentalbereich (analytisches Denken). Dann kommen die vier überpersönlichen oder geistigen Bereiche, die als manasischen, buddhischen, atmischen und monadischen bezeichnet werden. Das, was ich verallgemeinert als Seele bezeichne, ist als Energiekörper dieser höheren Energien, also manasischen, buddhischen und atmischen, zu verstehen. Bei der Entwicklung eines Menschen werden nach und nach die höheren Ebenen aktiviert und neu mit einander verbunden. Dies wiederum bedingt rückwirkend eine Wandlung im Bewusstsein und in der energetischen Struktur der unteren drei Bereiche der Persönlichkeit. So, wie die vier höheren Bereiche aktiv und bewusst mit der Persönlichkeit verbunden sind, genauso zeigt sich dieses Muster im Ätherkörper und in den Chakras wieder.



sein heraus, was mit der gewöhnlichen Betrachtung von Heilung natürlich nichts mehr zu tun hat.

Diese von mir aufgeführten Veränderungen sind immer noch eine statische Wandlung in der Zeit. Im Laufe der Entwicklung haben die Chakras ihre Blütenblätter nach und nach geöffnet, was als ein Entfalten von Qualitäten erfahrbar wird. Dann fangen sie an zu drehen, nach und nach in zwei Richtungen gleichzeitig, später sogar dreidimensional und in jede Richtung. Dies erhöht die Dynamik und löst nach und nach jegliche Statik und Trennung auf! Diese Dynamik, angeregt durch die stärker werdende Kundalini-Energie, lässt etwas ganz anderes entstehen, das auch nicht mehr dem normalen Zeitgeschehen unterliegt.

Die wohl am Schwierigsten nachvollziehbare Veränderung ist, dass ein Mensch anfängt, die Gleichzeitigkeit aller Stadien zu erfahren! Die Zeitachse verschwindet und somit auch die Abfolge von Prozessen.

Wer noch weiter gehen will, kommt an den Punkt, dass alles sowohl gleichzeitig abläuft (inklusive die auf der Zeitachse sich befindenden linearen Bewusstseinswandlungen), als auch die Nicht-Existenz von all dem erfahren wird, dass – wie schon erwähnt, das Bewusstsein als solches verschwindet.

Die gezielte Beschäftigung mit den Zentren lässt mehr und mehr nach, ihre Entwicklung ist ein selbstverständlicher Bestandteil der gesamten Entwicklung, das Bewusstsein dezentralisiert sich, die Entwicklung der Persönlichkeit wird eine Folge und nicht die Ursache einer Veränderung.

Entwicklung bedeutet jetzt, in der richtigen Orientierung zu SEIN.

Versuch mal in Stille und Konzentration nachzuvollziehen, was Wandlung tatsächlich alles beinhalten kann und dass unsere statischen Vorgaben in Raum und Zeit wahr und notwendig sind, aber durch das eigene Wachsen stetig untergraben werden – so lange, bis wir das eigene Leben aus der Zukunft und nicht aus der Vergangenheit, aus dem Neuen und nicht aus dem Bestehenden heraus betrachten und angehen. Dann erst kann als Nächstes die Stufe des Seins erlebt werden, wo das Bewusstsein seine Aufgabe verliert und wahres Freisein IST.

Es ist klar, dass der von mir hier beschriebene Prozess nicht einfach und sehr weitreichend ist. [Er](#) zieht natürlich auch entsprechend größere Veränderungen im konkreten Leben nach sich. Die uns so vertrauten Gesetzmäßigkeiten der Persönlichkeit werden nach und nach ersetzt durch die Gesetze der Seele, später durch die Gesetze des Lebens selbst. Demnach verlangt es auch sehr viel Mut, ehrlich und konsequent die eigene Entwicklung voran zu bringen.

Es lohnt sich trotzdem, sich für diese Überlegungen Zeit zu nehmen. Ein zentraler Aspekt in der Welt ist genau diese Wandlung: Wir müssen lernen, die Bewegung in allen Prozessen an erster Stelle zu setzen und nicht das Statische. [Z.B.](#) in Wirtschaft, Finanzwesen und Politik versucht man sehr häufig noch eine Struktur wieder herzustellen, die nicht mehr ist und nie wieder kommen wird. Das Bewusstsein hält fest an [vergangenen](#) Strukturen, die [einmal](#) wahr und stimmig gewesen sind, jetzt aber nicht mehr passen. Sehr klar und [z.T.](#) extrem zeigt sich dies – auch durch die momentane Coronasituation - in momentanen politischen Bewegungen, die auf starre, einengende und begrenzende Strukturen zurückgreifen wollen – und damit erst auch viele Menschen erreichen, die noch zu viel Angst vor der Unsicherheit einer Veränderung haben. Das Leben lässt sich aber nicht von menschlichen Begrenzungen aufhalten und das, was schon vom Bewusstsein erreicht ist (und das ist auch das *sehr viele* Gute und Bewusste, was heute schon von immer mehr Menschen gelebt wird!!). Vertrauen und Offenheit in Liebe gehalten ist die wichtigste Unterstützung, die wir dem Leben selbst anbieten können.



## 4. Individuelle Aspekte geistiger Entwicklung

### Der Tod und das Sterben

Wer das Leben aus geistiger Sicht betrachtet, für den ist der physische Tod kein Endpunkt, mit dem das Leben endgültig aufhört, sondern ein Übergang, wo das Bewusstsein die für uns sichtbaren und erfahrbaren Persönlichkeitsebenen verlässt.

Unser Bewusstsein existiert gleichzeitig auf mehreren Ebenen: Man kann sich eine durchgehende Energieverbindung vorstellen von der dicht-physischen Ebene bis zur höchsten geistigen Ebene, und von 'oben' betrachtet ist diese durchgehende Verbindung immer vorhanden. Beim Sterben wird der unterste Bereich der durchgehenden Energieverbindung zurückgezogen und endet dann auf der Seelenebene, wodurch die Persönlichkeit stirbt. Solange jemand nur oder hauptsächlich mit den sehr begrenzten Bewusstseisebenen der Persönlichkeit identifiziert ist, hat er kein Erleben von höheren Ebenen und dann ist für ihn der Tod tatsächlich auch das Ende seines Lebens.

Für diejenigen, die bewusst oder unbewusst das Leben in einem größeren Rahmen verstehen, setzt sich das Leben nach dem Tod auf inneren Ebenen fort. Wie viel ein Mensch davon wahrnimmt, hängt von seinem Entwicklungsstadium ab. Ein entwickelter Mensch, der im Anschluss an die eigene Seele gelebt hat, wird auch nach dem physischen Tod ein Bewusstsein für seine Existenz haben und seine Lebens- und Erfahrungsprozesse auf inneren Ebenen fortsetzen können. Menschen, die noch nicht weit entwickelt sind, haben nach dem Tod keine Wahrnehmung ihrer Existenz.

Wie real der größere Lebensrahmen für einen Menschen tatsächlich ist, kann man daran erkennen, wie jemand zum Thema Tod steht – wie viel Angst hat er davor? Wird er auch, wenn er direkt mit dem Tod konfrontiert wird, sein Vertrauen in ein Weiterleben – egal in welcher Form - aufrecht erhalten?

Esoterisch gesehen wird der physische Tod als Geburt bezeichnet, weil ein Mensch sich hier befreit von der Enge der Persönlichkeitsebenen, die aus träger Substanz bestehen und für das höhere Bewusstsein eine starke Begrenzung sind. Die Geburt eines Menschen wird in diesem Sinne als eine Art Sterben betrachtet, weil man vorübergehend die Freiheit der inneren Ebenen verlässt, um notwendige Erfahrungen auf der Erde zu machen.

### Das Sterben

Sterben ist der Prozess, in dem ein Mensch sich von der physischen Ebene verabschiedet, um sein Leben auf inneren Ebenen fortzusetzen. Es ist ein Prozess des Verarbeitens, Verabschiedens und Sammelns von Erfahrungen. Für die Entwicklung eines Menschen zählen nur die im Leben gemachten und *verankerten* Erfahrungen! Deswegen ist es so wichtig, alten Menschen dabei zu helfen, ihr Leben nochmals anzuschauen und in Gesprächen die vielen Erlebnisse zu echten Erfahrungen zu machen und abzuschließen, bei denen sie das während ihres Lebens nicht konnten.

Weil das Bewusstsein sich kurz vor dem Sterben schon teilweise von der physischen Ebene zurückgezogen hat, kann jemand noch zu klaren Erkenntnissen kommen und dadurch sein Leben befreiter abschließen, um das Neue entsprechend anzufangen. Dies ist die biblische Geschichte von einem der beiden Verbrecher, der mit Jesus gekreuzigt wird und erkennt, dass er die Strafe für von ihm begangenes Unrecht zu Recht bekommt. Jesus sagt daraufhin zu ihm: Du wirst noch heute mit mir im Paradies sein (Lukas, 23, 33-43).

### Durch eine bewusste und offene Annäherung an den Tod kann ein Mensch:

- sich viel leichter und bewusster von seinem irdischen Leben verabschieden,
- seine Lebenserfahrungen verankern und als Grundlage für die nächste Inkarnation mitnehmen,
- seine Seele den Sterbeprozess leichter durchführen lassen, da die Persönlichkeit weniger Angst hat und entsprechend weniger Widerstand leistet.

LEBEN und STERBEN gehören unmittelbar zusammen. Es liegt viel Wahres in der Aussage, dass ein Mensch erst leben kann, wenn er keine Angst hat zu sterben: Im Laufe des Lebens stirbt ein Mensch unzählige Male, wenn auch nicht physisch. Die Bereitschaft und der Mut zum Sterben im Alltag ermöglichen es einem Menschen, sich intensiv auf das Leben einzulassen, Erfahrungen zu machen und seinen Weg offen und freudvoll zu gehen. Wer Angst hat vor Veränderung und Erneuerung, hat in Wirklichkeit auch Angst vor dem Sterben *und* vor dem wirklichen Leben! Die Angst zu Sterben kommt häufig auch aus einem Empfinden, etwas nicht abgeschlossen, erfahren oder gelebt zu haben.

Genauso umgekehrt: Wer bereit ist, sich aufs Leben mit seinen vielen unbekanntem und erneuernden Prozessen einzulassen, wird keine Angst haben vor dem Sterben, weil er sein Leben voll genutzt hat und es in Frieden abschließen kann.

## Der Sterbeprozess

Wenn jemand stirbt, zieht seine Seele den Bewusstseins- und den Lebensfaden<sup>2</sup> aus der Persönlichkeit zurück und die Existenz auf dieser Ebene endet. Für die Seele ist es eine große Befreiung, weil sie nicht mehr an die physische Ebene mit ihren starken Einschränkungen gebunden ist.

Beim Sterben gibt die Seele die von der Erde 'geliehene' Substanz der materiellen, emotionalen und mentalen Ebene wieder zurück, die allerdings jetzt 'aufgeladen' ist mit allen Erfahrungen, die ein Mensch während seines Lebens gemacht hat.

Diese Erfahrungen werden in Energie-Einheiten, die als 'permanente Atome' bezeichnet werden, gespeichert. Jede Ebene, die ätherische(-physische), emotionale und mentale, hat ein eigenes permanentes Atom. Man kann es sich wie ein Samenkorn vorstellen, in dem die gesamte Information einer Pflanze gespeichert ist. Wenn ein Mensch wieder inkarniert, werden diese permanenten Atome magnetisiert und ziehen die entsprechende Substanz an, wodurch ein Mensch seine Lebenserfahrungen dort fortsetzen kann, wo er aufgehört hat. Allerdings entscheidet die Seele, welche Anteile der permanenten Atome magnetisiert werden. Dabei richtet sie sich danach, was sie als richtigen Erfahrungsprozess für das neue Leben sieht, dementsprechend baut sie Fähigkeiten und Disharmonien ein.

Der Sterbeprozess ist ein systematisches Sich-Zurückziehen von der physischen, danach von der emotionalen und schließlich von der mentalen Ebene.

Nach dem Durchtrennen von Lebens- und Bewusstseinsfaden ist ein Mensch nur noch bis zur ätherischen Ebene anwesend. Die gestorbene Person nimmt die Umgebung immer noch wahr, weiß oft gar nicht, dass sie gestorben ist. Durch die Reaktion der Umgebung wird es ihr bewusst.

Erst wenn alle drei Ebenen zurückgelassen sind, ist der Mensch vollkommen frei von der Persönlichkeitsebene. Dies kann 12-36 Stunden dauern, deswegen wartet man offiziell drei Tage mit einer Verbrennung. Menschen die stark in der Persönlichkeit leben und dadurch mit ihrem Bewusstsein hier gebunden sind, schaffen es oft nicht, diese Ebene zu verlassen. Sie 'schweben' mit ihrem Bewusstsein herum und können nicht weg. Sie suchen ihren Körper oder besetzen die Aura eines anderen (Besessenheit), damit sie wieder hier leben können.

Ebenso kann ein plötzlicher Tod (Krieg, Unfall) dazu führen, dass der Mensch nicht weiß, dass er tot ist. So wandert er im Ätherischen umher und sucht seinen Körper (im schlimmsten Fall monate- oder sogar jahrelang). Das Bewusstsein ist blockiert und braucht dann Hilfe von außen (Erlösungsarbeit, Gebet, Schutzgeist).

Selbstmord ist übrigens keine Erlösung: Die einem Menschen gegebene Lebensenergie (Prana) ist in diesem Fall nicht verbraucht und muss 'ausgeschwungen' werden. Man ist an die eigene Energie gebunden, und kann die Persönlichkeitsebenen erst verlassen, wenn die Energie verbraucht ist. Im Bewusstsein der Person wiederholt sich der letzte Lebensabschnitt dabei immer wieder, das Bewusstsein 'steckt dort 'fest'. Was anderes ist es, wenn jemand sich bewusst entscheidet, sein Leben zu beenden und dies würdevoll als Prozess – oft auch mit Begleitung - zu machen, z.B. wenn jemand unheilbar krank ist.

Es gibt unterschiedliche Gründe, warum ein Mensch stirbt. Bedenke, dass der Moment des Sterbens nicht total festgelegt ist, sondern sehr wohl von mehreren Faktoren abhängt, die zu einem großen Teil von der Persönlichkeit selbst bestimmt werden.

- Entweder bestimmt die Seele, indem sie sich bewusst zurückzieht, weil alle Erfahrungen gemacht wurden und die Phase in einem irdischen Körper zu Ende ist.
- Oder die Persönlichkeit bestimmt durch ihr Verhalten, wann der Zeitpunkt gekommen ist. Zum Beispiel wenn jemand durch seine zu materielle Ausrichtung oder eine ungesunde körperliche oder psychische Lebensweise viel Substanz unnötig verbraucht (und seine Seele ihn dadurch nur bedingt mit geistiger Energie versorgen kann!) Dies kann auf Dauer zu chronischer Krankheit, Schwäche und/oder psychischen Schwierigkeiten führen. Irgendwann ist eine Situation entstanden, in der ein Mensch nicht mehr in der Lage ist, die für sein Leben vorgesehenen (karmischen) Lebensprozesse zu machen bzw. zu Ende zu führen. In dem Fall bricht die Seele die Inkarnation ab und der Mensch stirbt – offiziell natürlich durch irgendeine körperliche Schwäche oder Schwierigkeit.

## Nach dem Sterben

Beim Sterben tritt das Bewusstsein über eines der Chakras aus:

- Der unbewusst lebende Mensch tritt normalerweise über das Solarplexus-Zentrum aus und geht dadurch erst einmal durch die niederen Astralebenen, die mit diesem Zentrum in Verbindung stehen.

---

<sup>2</sup> Die Seele ist zweifach mit der Persönlichkeit verbunden, wenn man sie räumlich betrachtet: Einmal über den Lebensfaden zum Herzen, wo sie im Sinusknoten ansetzt (die Stelle oben am Herzen, von der aus der elektrische Impuls ausgeht, der das Herz schlagen lässt. Medizinisch kann dies nicht erklärt werden, wodurch dies gesteuert wird.), und über den Bewusstseinsfaden, der in der Kopfmittle ansetzt. Beim Schlafen wird der Bewusstseinsfaden 'zurückgezogen', der Lebensfaden bleibt unberührt. Beim Sterben werden beide Verbindungen abgebrochen und der Mensch stirbt.

- Der entwickelte Mensch tritt in der Nähe des Herz-Zentrums aus, noch später wird das Scheitel-Zentrum benutzt. Der Prozess geht hier schneller, wird nicht von Energien aus der Astralebene aufgehalten.

#### Noch einige Überlegungen:

- Sterben ist ein Ausdruck von Nicht-mehr-leben-Wollen. Wenn die Seele leben will, und die Persönlichkeit den Impuls aufnimmt, stirbt ein Mensch nicht und kann auch in extremen Situationen überleben. Aber: Wer als Persönlichkeit zu stark leben will, dem wird das Leben genommen. Der individuelle Wille bestimmt mit! Auch bei Kriegen, Naturkatastrophen oder - wie momentan - Pandemien, die allesamt kollektive karmische Ereignisse sind, ist es kein Zufall, wer dabei stirbt. Kollektive Gesetze haben immer Vorrang vor den individuellen, beide verbinden und vermischen sich miteinander!
- Wer die physische Ebene verlassen hat, ist immer noch anwesend und ansprechbar. Man kann weiterhin Kontakt mit der Person aufnehmen.
- Wer sich tatsächlich als Seele erkennt, stirbt nicht, sondern wechselt mit dem Bewusstsein nur die Daseins-ebene. Ein so denkender Mensch hat keine Angst vor dem Tod und kann ihm freier, bewusster und positiver begegnen, was sowohl den Prozess als auch die Zeit danach erheblich erleichtert.

Man kann ein Mensch in seinem Sterbeprozess gut unterstützen. Das Wichtigste ist natürlich die eigene Einstellung dazu. Wenn jemand den Tod als etwas Befreiendes erleben kann und dann auch keine Angst davor hat, kann er entsprechend viel leichter jemand in diesem intensiven und wichtigen Prozess begleiten. Dann kann man der Person tatkräftig zur Seite stehen und ihr die Kraft und Zuversicht vermitteln, die er oder sie braucht in dieser schwierigen Phase. Man sollte aktiv da sein, wenn möglich mit dem Menschen reden – auch wenn er nicht antwortet, so kommt das Gesagte doch an.

#### Einige Empfehlungen, die das Sterben unterstützen:

- Stille, um eine konzentrierte Ausrichtung zu halten,
- orangefarbiges Licht soll helfen, den Menschen in den Kopfbereich zu konzentrieren,
- das Verbrennen von Sandelholz (gehört zum 1. Strahl = Zerstörer-Aspekt),
- man sollte den Sterbenden wenn möglich mit dem Kopf zum Osten hinlegen. Die Sonne geht im Osten auf und gilt von altersher als Himmelsrichtung, in der wir unseren Ursprung finden und in die wir zurückkehren,
- Musik (klassische, meditative...), bestimmte Laute oder Mantren ('Vater, in deine Hände lege ich meinen Geist') können den Übergang unterstützen. Man kann auch den Schutzgeist des Menschen um Hilfe bitten,
- nach dem Sterben sollte man den Gestorbenen 'wegschicken'. Er hat hier nichts mehr zu tun, der Lebensprozess auf Erden ist beendet und er sollte sich an seinen Schutzgeist wenden und mit ihm gehen,
- da der Sterbeprozess nach dem physischen Tod noch weitergeht, ist es sinnvoll, die Rituale, Gebete oder die sonstigen unterstützenden Maßnahmen noch eine Weile fortzusetzen.

Gleich nach dem Tod erlebt der Mensch in kurzer Zeit noch einmal sein ganzes Leben, sieht die wichtigsten Erfahrungen. Er erlebt, was er gemacht und was er versäumt hat. Die Idee eines Jüngsten Gerichts bezieht sich auf diesen Moment, an dem der Mensch nach seinem Leben gemeinsam mit inneren Wesen in *Liebe und Weisheit* sein abgelaufenes irdisches Leben noch einmal betrachtet und auf die gemachten Erfahrungen schaut, *ohne jegliches Verurteilen*, wie es häufig fälschlicherweise dargestellt wird! Er erlebt auch eine enorme Bewusstseinsweiterung und erfasst eine Weile seine Lebensprozesse in ihrer gesamten Schönheit. Diese Phase nennt man im Osten die *Devachan-Periode*. Sie wird oft als Periode der Glückseligkeit oder als Traumzustand bezeichnet.

Wenn jemand gestorben ist und den eigenen Prozess abgeschlossen hat, so bleibt er auf der inneren Seite verbunden mit den Zurückgebliebenen – das karmische Band geht ja nicht verloren. Wer hier eine klare Aufgabe hatte, z.B. eine Firma geleitet hat, setzt diese Arbeit auf der anderen Seite fort, indem er lenkende Impulse geben kann.

Es ist m.E. sinnvoll, sich frühzeitig und positiv mit dem Tod und dem Sterben zu beschäftigen und dadurch eine eigene klare Haltung zu finden, die ja dem momentanen Leben dann auch zugute kommt. Wer unmittelbar betroffen ist, wenn zum Beispiel ein/e Angehörige/r bald sterben könnte, sollte sich so früh wie möglich darauf vorbereiten. Eine gute Übung ist es, sich vorzustellen, was wäre, wenn die Person morgen sterben würde und man sich nicht mehr verabschieden könnte. Was würde dann fehlen, was hätte man noch sagen oder teilen wollen? Eine solche Übung bringt oft Klarheit und man kann dann bewusst Dinge ansprechen oder teilen solange die Person noch lebt. Oft genug machen Menschen sich noch jahrelang Vorwürfe, weil sie etwas nicht mehr gemeinsam in Gespräch oder in Taten abschließen konnten.



## 5. Gedanken zur eigenen Entwicklung

### Fragen, die man für sich beantworten sollte

#### Wer bin ich?

Dies ist die letzte Frage in dieser Reihe seit Rundschreiben 3 und sie ist eigentlich die erste.

Wer anfängt, sich gezielt mit dem eigenen Leben zu beschäftigen, wird in Wirklichkeit von dieser Frage dazu gedrängt. Etwas ist in einem erwacht und will wissen, was Leben ist, warum man hier ist, was es bedeutet Mensch zu sein, wo kommen wir her, wo gehen wir hin – oder kurzgefasst: Wer bin ich 'eigentlich'?

Auf dem Weg zu sich selbst kann man sich vorerst nur nach konkreten Erfahrungen richten und sie als Orientierung nehmen. Man ahnt etwas, spürt etwas, wird gedrängt, oft getrieben von einem Suchen, ohne zu wissen, was eigentlich gesucht wird und auch warum. Je weiter man kommt, desto mehr zentriert sich der Lebensprozess und **wird die Frage 'Wer bin ich' als wichtigste** Frage auftauchen und das Suchen aktiv unterstützen. Jetzt wird bewusst alles, was einem geschieht, mit dieser Frage abgeglichen und neu ausgerichtet.

Es gibt natürlich viele Stadien und Möglichkeiten, diese Frage zu beantworten und jedes Mal wird man eine andere Antwort bekommen. Dann drängt sich immer mehr auch die Frage auch, wer bin ich denn wirklich, wenn das 'ICH' sich immer wieder ändern kann?

Irgendwann wird man erfahren, dass die Antwort erst dann kommen kann, wenn man *keine Antwort mehr sucht, keine Lösung anstrebt*. Das nur Sein mit der Frage, das zu einem stillen Erleben von einem selbst führt, ist der Weg, die Antwort zu erfahren, die sich auf einer Ebene befindet, wo das Wachbewusstsein nicht hingehört und weswegen das rein Mentale nicht den Weg dorthin weisen kann. Die Frage beantwortet sich in der Stille selbst.



## 6. Meditation und Übung

#### Wer bin ich?

Werde still, vielleicht täglich 15 Minuten und stelle die Frage 'Wer bin ich?', OHNE eine Antwort abzuwarten oder zu suchen und halte die Energie so intensiv, wie du kannst in dem Wissen, dass die Antwort sich selbst findet und sich im richtigen Moment offenbart!

Es können viele und immer andere Antworten kommen. Man fängt oft erst einmal an, sich Namen zu geben:

- Ich bin ein Mann, eine Frau,
- Ich bin Vater/Mutter
- Ich bin ..... (Beruf)
- Ich kann das gut...

usw.

Was am Ende bleibt, ist ein immer stilleres Erfahren von **'ICH BIN'**

Je größer die innere Stille wird, desto klarer wird am Ende nur noch das **'ICH'** erlebt.

Eine gute ergänzende Überlegung ist: 'Wer bin ich nicht?'