

4 - RUNDSCHREIBEN Februar 2020

Jacques Suijkerbuijk

Die Themen:

1. Allgemeine und grundlegende Themen
 - Die Wirkung Shambalas und des 1. Strahls als Notwendigkeit für die großen Veränderungen auf Erde
2. Die Geistige Welt
 - Ihr Wirken
3. Einige Aspekte zur Geistigen Entwicklung
 - Grundlagen einer geistigen Entwicklung
4. Individuelle Aspekte einer geistigen Entwicklung
 - Die drei Lebensstadien
5. Gedanken zur eigenen Entwicklung
 - Wo stehe ich?
6. Meditation und Übung
 - Eine Situation vorbereiten

Working on our own consciousness is the most important thing that we are doing at any moment, and being love is a supreme creative act.

An unserem eigenen Bewusstsein zu arbeiten, ist das Wichtigste, was wir in jedem Moment tun, und Liebe zu sein, ist ein überragender kreativer Akt.

Ram Dass

1. Allgemeine und grundlegende Themen

Die Wirkung Shambalas und des 1. Strahls als Notwendigkeit für die großen Veränderungen auf Erde

In den vorigen Rundscheiben habe ich über die Übergänge vom Fische- zum Wassermannzeitalter und vom 6. zum 7. Strahl geschrieben. Die dritte große Veränderung ist die direkte Verbindung zwischen der Menschheit und der höchsten göttlichen Energie unseres Systems: der Shambala-Energie.

Als Shambala wird das Scheitel-Zentrum der Erde bezeichnet. Es gibt einen physischen Ort auf Erden, wahrscheinlich im Himalaya, nördlich von Tibet. Man kann den Ort nur finden und betreten, wenn dies geistig erlaubt ist. Wer dahin sollte, wird den Weg finden, wer da gewesen ist, wird niemals erzählen, wo der Ort ist.

Viel wichtiger als der Ort selbst ist die Energie Shambalas. Es gibt drei große Bewusstseins Ebenen aus geistiger Sicht:

- Shambala Das Scheitel-Zentrum der Erde, wo die göttliche Willenskraft ist,
- Die geistige Hierarchie Das Herz-Zentrum der Erde, wo die göttliche Liebe verankert ist,
- Die Menschheit Das Hals-Zentrum der Erde mit der Aufgabe, das Göttliche auf Erden zu gestalten, zu verwirklichen.

Die Entwicklung des Mentalbereiches ist direkt mit dieser großen Veränderung verbunden: Das Denken beim Menschen entspricht dem höchsten Aspekt in der Dreieinheit: Denken – Fühlen – Körper. Diese mentale Entwicklung ist die notwendige Voraussetzung, stimmig auf diese hohe und intensive Energie reagieren zu können.

Weil die Menschheit an einem Wendepunkt, vor einer größeren Entwicklungsschritt, steht, wächst in ihrem Bewusstsein die Fähigkeit, die starken und sehr intensiven Energien von Shambala nach und nach direkt aufzunehmen. Bis jetzt war dies nicht möglich, konnte die Menschheit nur mithilfe der geistigen Hierarchie, die diese intensive Energie mit ihrer Liebe abschwächte, aufnehmen. Die zwei großen Weltkriege im letzten Jahrhundert und ebenfalls die Befreiung der Atomkraft waren die erste direkte Wirkung dieser hohen Energie. Das diese erst einmal zerstörend war liegt nicht an der Energie – die ja unserer höchsten göttlichen Wahrheit entspricht – sondern vielmehr daran, dass sie sich mit dem Bewusstsein der Menschen verbunden hat, das noch sehr stark dualistisch und formorientiert ist. Trotzdem hatten die Weltkriege – wie grausam sie auch waren – eine reinigende Wirkung und haben bei den Menschen ein neues und tieferes Bewusstsein ermöglicht: Ganz neue Bewusstseins-

räume konnten seitdem erfahren werden. Sie sind die Grundlage für die vielen guten Prozessen und Bewusstseinsweiterungen, die seitdem bei sehr vielen Menschen weltweit sein konnten.

Diese Energie wird für uns ganz andere Lebensdimensionen öffnen, sie wird den Weg zeigen zu unserer innersten Schönheit und Wahrheit, sie wird uns zeigen, was wahre Freiheit für alle Menschen sein wird.

Aber ihre erste Wirkung – und da sind wir heutzutage mitten drin – ist eine zerstörende und reinigende. Sie wird alte Muster, Normen und Begrenzungen zerstören und diese Wirkung ist heftig, wie wir gerade weltweit erleben können. Die Zerstörung wird größtenteils von den Menschen selbst gemacht, indem die Personen, die stark auf diese Energien reagieren (1. Strahl, vor allem Politiker und machtvolle beherrschende Personen in der Wirtschaft, Militär) alte Konzepte immer zwanghafter versuchen durchzusetzen – meist auch mit anfänglichem Erfolg durch ihre manipulativen Fähigkeiten. Da diese Konzepte, Theorien und Strukturen aus geistiger Sicht schon längst eine Verblendung sind, werden sie sich letztendlich selbst zerstören.

Individuell wirkt sich die göttliche Willenskraft bei vielen Menschen aus als ein verstärktes Wünschen und ein intensives Erfahren des eigenen ICHs im Solarplexus-Zentrum – die erste und bewusste Reaktion, dem Bewusstsein vieler Menschen entsprechend mit ihren egoistischen und materiellen Wünschen. Dies ist grundsätzlich nicht verkehrt, solange dabei ein normales Maß eingehalten wird – statt dass sich das Wünschen verselbständigt. Zum Wünschen gehören auch egozentrierte Konzepte und Gefühle. Durch die heutige Werbung und entsprechende Überflutung von Information, die allesamt dazu gedacht sind, das Wünschen der Menschen zu verstärken, ist diese Herausforderung sehr groß.

Wünsche sind die einfachste und meist materielle Ausdrucksform der göttlichen Willensenergie – daher auch die Macht, die in dem menschlichen Wünschen vorhanden ist!

Dies ist aber ebenfalls Teil unserer momentanen Entwicklung: Lernen wir, Macht und Willenskraft mit höheren Qualitäten zu verbinden und dadurch eine neue Lebenssituation auf Erden zu schaffen? Dies beinhaltet, die großen Verblendungen, in denen die Menschheit gerade gefangen gehalten wird, zu durchbrechen!

Immer mehr Menschen reagieren aber auch positiv auf diese neue Energie, die sie in kreative Ideen umsetzen. Viele gerade auch junge Menschen haben erstaunlich gute und einfache Ideen um größere Probleme – speziell auch im Bereich Umwelt – zu lösen. Ein Aspekt der geistigen Willenskraft ist die Effektivität: mit wenig Aufwand für viele Menschen viel erreichen. Sie verbinden die Impulskraft mit ihrer Liebe, das Scheitel-Zentrum mit dem Herzen.

Kreativ denken, neue Impulse setzen, aktiv an einer neuen und menschlichen Welt arbeiten – konkret, theoretisch, philosophisch... - sind alles Reaktionen auf diese hohe Energie.

Menschheit steht ganz am Anfang, diese hohe und intensive Energie direkt aufzunehmen und zu lernen, damit stimmig umzugehen. In den nächsten 10-30 Jahren wird sich Vieles ändern, wenn immer mehr Menschen bewusst und aktiv im göttlichen Sinne mit dieser Energie umgehen werden. Die reale momentane Lebenssituation bringt immer mehr Menschen guten Willens automatisch dazu. Sie bilden zusammen das stetig wachsende Netzwerk geistiger Energien auf Erden.

Die momentane Klimadebatte ist eine erste größere und sehr wichtige Öffnung. Interessant ist zu erleben, wie die Menschen damit umgehen: Erstmal verstricken viele sich in Theorien und Gegentheorien, Behauptungen und Reaktionen darauf. Das Thema – das uns ja alle angeht, es geht um die systematische Zerstörung untere Lebensgrundlagen – zeigt auch unmittelbar, wo die Menschen stehen und vor allem, wie weit Politik und Wirtschaft (alles verallgemeinert natürlich, es gibt schon viele positive Ausnahmen!)) von der Realität entfernt sind, wie stark sie in Verblendung gefangen sind. Nach den vielen (hauptsächlich emotionalen) Erstreaktionen wird sich das Thema normalisieren und werden neue und stimmige Konzepte zur Heilung des Planeten entstehen (viele gute Ansätze gibt es da schon längst auch). Vor allem geht es darum, das *zwischenmenschliche* Klima wieder zu verbessern und zu heilen.

Auch wenn das absolut zentrale Thema für die Menschen und der Menschheit die Liebe ist und noch sehr lange bleiben wird: Das Lernen, menschlich, offen und ehrlich mit einander zu sein und zu leben, so braucht es als tragende und unterstützende Energie die Willenskraft. Liebe und Wille müssen bewusst in einem Mensch zusammenarbeiten, dann wird er fähig sein, seine Liebe tatkräftig und einflussreich auszustrahlen und damit Menschen und Situationen zu begegnen – egal wo er ist und was er macht. Dies alles verlangt eine (selbst-)bewusste, klare, offene Haltung.

Was diese Göttliche Willenskraft in ihrem Wesen wirklich ist, das wird noch lange ein Geheimnis für die Menschen bleiben. Sie steht unmittelbar mit dem *Wesen der Schöpfung* selbst in Verbindung. Sie steht in direkter Verbindung mit dem, was wir ‚die inneren Feuer‘ nennen. Die vor fast 100 Jahren von Helene Roehrich gegebene Lehre des Agni-Yoga (= Yoga des Feuers) ist die erste Grundlage im Westen, die sich offen mit diesem Thema beschäftigt.

Im Laufe der nächsten Jahrhunderte wird es immer mehr darum gehen, dass alle drei große Energiezentren mit einander in Einklang gebracht werden und damit die noch verborgene Schönheit des Lebens selbst offenbaren. Die göttliche Willenskraft (Shambala), die Liebe (geistige Hierarchie) und Intelligenz (Menschheit) werden dann als drei ergänzende Aspekte der Einheit wirken um in einer neuen Synthese die Basis unseres Lebens zu sein.



2. Die Geistige Welt

Ihr Wirken

Wenn wir das Wirken der Geistigen Welt verstehen wollen, sollten wir uns an die Dimension ihres Bewusstseins orientieren:

- Die Einheit des Lebens ist ihr Bewusstsein, Liebe als Tatsache der Grundton, Synthese ihre Ausrichtung;
- Die Geistige Welt identifiziert sich mit der Menschheit als Ganzes und darüber hinaus mit der Erde;
- Sie arbeitet mit Zeiträumen von 100-400 Jahren und mehr. Das neue Zeitalter hat aus geistiger Sicht schon vor etwa 500 Jahren kollektiv angefangen, seit etwa 50 Jahren dann auch individuell.

Als Vergleich könnte man die Menschheit mit einem höchstens 10-12jähriges Kind vergleichen, ganz am Anfang der Pubertät. Das Kind hat keine wirkliche Ahnung davon, was die Eltern (also die Geistige Welt) alles machen um dafür zu sorgen, dass in der Familie alles rund läuft. Welche Aufgaben sie in ihrer Arbeit haben, welche Verantwortung sie tragen, in welchem sozialen und beruflichen Umfeld sie sich bewegen und was sie dort alles bewirken. So in etwa kann man den Bewusstseinsunterschied zwischen den Menschen und der Geistigen Welt vorstellen.

Wie schon einige Male erwähnt, befinden wir uns in einer großen Übergangszeit. Dazu gehört, dass die Menschheit sich von ganz alten karmischen Strukturen – u.a. unguete Energien aus Atlantis – befreien sollte. Dies muss sie selbst machen, da darf die Geistige Welt nicht direkt eingreifen. Somit ist es die Aufgabe der Geistigen Welt, Impulse zu setzen und all die Menschen zu unterstützen, die bereit und fähig sind, daran mitarbeiten, die Verblendung der Welt aufzulösen.

Die Geistige Welt – spezifisch die aufgestiegenen Meister (siehe Rundschreiben 3) sind immer offen für Menschen, die anfangen in direktem Kontakt mit ihnen treten zu wollen. Auch wenn sie notwendigerweise hohe Ansprüche stellen an einen direkten Kontakt (damit ein Mensch ihre hohe Energie überhaupt auffangen und verwenden kann), so unterstützen sie auf vielerlei Weisen alle Projekte und Einsätze von Menschen guten Willens! Viel bekannte Organisationen – wie die UNO oder das rote Kreuz (bzw. roter Halbmond) sind aus gezielte Impulse der Geistigen Welt entstanden. Die Wirkung der Geistigen Welt findet hauptsächlich auf den höheren Mental-ebenen statt – da wo das synthetische Denken ist. Sie entwickeln Ideen und laden das Energiefeld damit auf. Darauf reagieren Menschen, die geistig offen und wach sind, als auch mit der Thematik zu tun haben. Diese machen daraus dann menschliche Konzepte und Strukturen.

Gleichzeitig inkarnieren immer wieder und auch immer mehr Menschen mit einem hohen Bewusstsein um für die Menschheit richtunggebende Grundlagen zu bringen und zwar in jedem Lebensbereich: Religion, Wirtschaft, Politik, Wissenschaft, Kunst.

Wenn eine sehr hohe Wesenheit inkarniert spricht man im Osten von einem **Avatar**. Christus und Buddha sind natürlich Avatare, aber es gibt auch viele bekannte Menschen in allen Lebensgebieten, die wir als Avatare bezeichnen können – wie zB. Plato, Luther, Lincoln, Shakespeare, Roosevelt, Gandhi, Mandela.

Ein weiteres Anliegen ist, dass die geistigen Wesen wieder direkt und offen mit den Menschen kommunizieren können, ja auch wieder inkarnieren würden, wenn das Energiefeld dazu rein genug ist. Dies alles wird seit 500 Jahren vorbereitet durch viele inkarnierte und fortgeschrittene Menschen, die selbst in der Lage sind in direktem Kontakt mit der Geistigen Welt zu arbeiten und deswegen gezielt inkarniert sind. Viele dieser Menschen wirken im Verborgenen, sind also fast unbekannt, damit sie sich voll auf ihre geistige Arbeit konzentrieren können. Menschen, die eine Aufgabe in der Öffentlichkeit haben, z.B. viele heutige spirituelle Lehrer, haben nicht unbedingt eine leichte Aufgabe, werden sie doch von den Energien sehr vieler Menschen gut und meist auch ungunst berührt. Auch für die Geistige Welt ist die heutige Zeit eine intensive Phase. Für sie wird sowohl die Verbindung zu der Menschheit und der Erde einerseits, als auch ihre Verbindung zu Shambala in eine ganz neue Dynamik gebracht.

Soweit einige Überlegungen zu der vielfältigen und intensiven Arbeit der Geistigen Welt, wie sie sich direkt und indirekt und fast immer unbemerkt mit dem Wohl und dem Wachsen der Erde und der Menschheit beschäftigt.



3. Einige Aspekten zur Geistigen Entwicklung

Grundlagen einer geistigen Entwicklung

Die eigenen Lebensprozesse und darüber hinaus die geistige Entwicklung sind für viele Menschen schon längst ein zentraler Bestandteil ihres Lebens geworden. Jeder Mensch, der sich Fragen stellt wie: Wer bin ich, warum mache ich dies, passt die Beziehung, die Arbeit wirklich zu mir...?, hat ein differenziertes Erleben von sich und ist bereit, sich damit zu beschäftigen.

Aber diese Fragen sind nur der allererste Anfang, nicht mehr als die Buchstaben einer Entwicklung. Erst wenn jemand solche Fragen auch aktiv angeht und beantworten will, sein Leben nach neuen Ideen und Werten ausrichtet, dann werden die eigenen Prozesse immer mehr zu einem zentralen Bestandteil des Lebens und wird jemand sein Leben nach und nach zu seinem Leben machen. Er fängt dann sozusagen an, aus den Buchstaben Worte zu bilden und erste Sätze zu schreiben. Bis daraus eine zusammenhängende Geschichte wird, erste Kapitel entstehen und schließlich das individuelle Buch des Lebens entsteht, ist es noch ein langer Weg.

Entwicklung ist zum wichtigsten Aspekt unseres Lebens geworden und zwar in jedem Bereich. Auch das Forschen der Wissenschaft und die Entwicklungen in allen anderen Lebensbereichen sind Ausdruck davon. Durch die psychologischen Erkenntnisse und neuen Erfahrungen ist uns eine gute Basis für die individuellen und kollektiven Prozesse gegeben, die unser Leben bedingen. Aber Entwicklung beinhaltet noch viel mehr. Durch die Öffnung einer neuen Dimension, durch die direkte und zum ersten Mal individuelle Verbindung zu dem, was wir als höhere Dimension, als göttliche Seele betrachten, bewegen wir uns in eine vollkommen neue Lebensgrundlage hinein. Die parallel ablaufenden und sich gegenseitig bedingenden individuellen und kollektiven Veränderungen führen zu einer Erneuerung auf Erden, wie es sie noch nie gegeben hat. Zum ersten Mal in der sehr langen Menschheitsgeschichte (die aus geistiger Sicht schon vor etwa 13 Millionen Jahren in der lemurischen Zeit angefangen hat) wird sich die Menschheit als Ganzes ihres göttlichen Ursprungs bewusst und wird anfangen, das irdische Leben in diesem Bewusstsein zu gestalten. Dadurch hebt sie die Trennung zwischen dem irdischen und geistigen Leben auf.

Ein Vorgehen, das einen totalen Wandel bringt und wir haben gerade angefangen, dies zu erahnen und unser Leben entsprechend freiwillig oder gezwungenermaßen zu wandeln.

Es geht in der individuellen Entwicklung daher gleichzeitig um mehrere Veränderungen, die sowohl in den einzelnen Bereichen (im Denken, Fühlen und im Konkreten), als auch in deren Wechselwirkungen untereinander ablaufen. Dazu kommt, dass der Einfluss der Seele ebenfalls kontinuierlich zunimmt und die gerade verstandenen und erneuerten Lebenswerte wieder in Frage stellt, sie durch höhere Gesetze und neue Lebensrhythmen ersetzen will. Ein Prozess der ständigen Bewegung und Erneuerung, der nur noch in dem Bewusstsein, dass das Leben ein einziger Prozess des Wandels ist, bewältigt werden kann.

Im Mittelpunkt stehen heute für viele die Persönlichkeitsentfaltung, das Wandeln und Erneuern der persönlichen Lebensumstände. Dies geschieht mehr oder weniger im Lichte der eigenen Seele, die diese Prozesse so aktiv, wie die Persönlichkeit dies erlaubt, steuert.

Gezielte geistige Entwicklung fängt dort an, wo die Seele aktiv einbezogen wird und ihre Lebensansätze in den Mittelpunkt aller Handlungen gestellt werden. Dies ist viel schwieriger als man sich vorstellt. Es braucht und verbraucht viel Energie, bedingt durch die Trägheit der Substanz unserer Persönlichkeitsbereiche, die noch nicht in der Lage sind, das Licht der Seele kontinuierlich zu halten und auch noch konstruktiv auf ihre Impulse zu reagieren. Dies ist der Hauptgrund, warum viele Menschen sich zeitweilig gezielt mit Entwicklung beschäftigen, aber nicht in der Lage sind, dies konsequent fortzusetzen, vor allem, wenn die ersten größeren Herausforderungen kommen. Die Persönlichkeit zieht dann eine Grenze, sie muss das bisher Aufgenommene verarbeiten und in die konkreten Lebensumstände einbringen. Dies kann und wird oft die restliche Zeit einer Inkarnation in Anspruch nehmen, in der dann die Persönlichkeitsentfaltung und das weitere Ausarbeiten der eigenen Fähigkeiten zentral stehen.

Entwicklung hat unter anderem folgende Aspekte:

- Das Erkennen, Verstehen und Aufarbeiten vergangener Strukturen;
- ein Wandeln konkreter und emotionaler Begrenzungen und alter Verhaltensmuster;
- ein Lernen, den Mentalbereich als kreative Kraft zu benutzen. Dazu eine mentale Klarheit aufzubauen, sich ein esoterisches Wissen anzueignen um Strukturen und Lebensprozesse besser zu verstehen;
- eine zukunftsorientierte Arbeit an der eigenen Lebensaufgabe und -vision anfangen;
- die Intuition und das Benutzen der Vorstellungskraft entwickeln;
- das eigene Leben als Teil der Synthese des Ganzen zu erfahren;
- die Arbeit, die realen Lebensumstände einzubeziehen und ein gutes Gleichgewicht zu finden zwischen verschiedenen Aufgaben, Herausforderungen und Verpflichtungen.

Die reine esoterische Arbeit geht noch einen Schritt weiter. In diesem Bewusstsein wird das konkrete Leben der Persönlichkeit ausschließlich als Erfahrungsraum gesehen und die primäre Entwicklung läuft auf innerer Ebene ab. Der erste Prozess ist dabei die Verlagerung des Bewusstseins in die Seelen-Ebene. Danach wird die Verbindung zwischen Seele und Geist auf- und ausgebaut.

Erst wenn die geistige Entwicklung als dauerhafte und herausfordernde Grundlage vorhanden ist, kann man mit dieser meditativen Arbeit anfangen, da vorher das verankerte Licht noch nicht stark genug ist, diese Erhöhung der Vibration ohne Gefahr zu tragen.

Es ist eine meditative Arbeit im Inneren. Der Ausgangspunkt ist jetzt, dass jede Veränderung und Entwicklung von innen nach außen geht. Indem man gezielt energetische Veränderungen mit der Vorstellungskraft herbeiführt, die richtige Orientierung und Spannung hält und die Lösung immer erst im Inneren sucht, bringt jemand jetzt seine Entwicklung voran.

Wenn die Bereitschaft dazukommt, an einer erkannten Wahrheit festzuhalten, egal was dadurch entsteht, findet eine große Befreiung statt.

Einige Möglichkeiten für eine rein esoterische Arbeit sind:

- Das meditative Auf- und Ausbauen der Antahkarana oder Regenbogenbrücke, die Verbindung zwischen Geist und Seele;
- das Arbeiten mit bestimmten Formeln, Offenbarungspunkten und Fingerzeigen;
- das Arbeiten mit den Regeln für Einweihung;
- die Beschäftigung mit esoterischen Gesetzmäßigkeiten;
- das Ausarbeiten eines Tätigkeitsfeldes für eine zukünftige Aufgabe im göttlichen Plan;
- das Legen direkter Verbindungen zur inneren Welt, zum eigenen Meister und zu Wesenheiten, mit denen man zusammenarbeitet.



4. Individuelle Aspekten geistiger Entwicklung

Die drei Lebensstadien

Je nach Entwicklungsstadium erfährt jemand das Leben aus einer anderen Perspektive und folgt demnach auch anderen Interessen. Auch die Gesetzmäßigkeiten und Lebensstrukturen unterscheiden sich. Das Verstehen dieser Stadien ist sinnvoll, wenn man mit Menschen zusammen lebt oder sich austauscht, weil man dann Verhaltensweisen, Auffassungen und Argumentationen besser nachvollziehen kann.

Man kann die drei Stadien wie folgt betrachten:

- | | |
|----------------------------------|--|
| Vom Standpunkt des Bewusstseins: | <ol style="list-style-type: none"> 1. Das horizontale Stadium der unbewussten Einheit; 2. Das vertikale Stadium der herausfordernden Dreiheit; 3. Die Mitte des Kreuzes – die vereinfachende Einheit. |
| Vom Standpunkt der Erfahrung | <ol style="list-style-type: none"> 1. Das horizontale Stadium der Dualität; 2. Das Kreuz der Vielheit; 3. Die Vertikale der Zweiheit. |

1. Das horizontale Stadium

Ihm entspricht die alltägliche Bewegung, das Leben auf Erden. Es ist das Wechselwirken eines Menschen mit seiner Umgebung und seinen Mitmenschen. Zu ihm gehören die Kommunikation, die Begegnung, die Reibung, die Freuden und die Schwierigkeiten mit der Außenwelt. Es ist die Richtung, in der man seine Qualitäten zum Ausdruck bringt und sich in die Welt integriert.

Der Mensch schafft eine Basis, entwickelt seine Fähigkeiten, um auf der Erde zu leben und zu arbeiten. Es braucht viele Leben, diese gesunde, persönliche Lebensgrundlage zu schaffen.

Das horizontale Stadium ist das *reine* Persönlichkeitsleben. Der Mensch lebt in der Dualität und betrachtet alles in einer 'entweder-oder'-Haltung. Man vergleicht, setzt nebeneinander und beurteilt eine Situation in Gegensätzen und erlebt Strukturen leicht als ein Problem. Eine Lösung heißt hier: Das eine *oder* das andere. Man betrachtet das Leben nur *horizontal*.

Im ungunstigen Sinne kann zu diesem Stadium auch gehören, unklar zu sein oder auszuweichen, keine klaren Entscheidungen zu treffen, sich nicht wirklich verantwortlich zu fühlen für das, was man macht oder sich ausgeliefert zu fühlen.

Es ist das *relativ einfache* Stadium der **Dualität**, in dem das Leben aus einem klaren Wechselwirken besteht. Weil der Mensch sein Leben als selbstverständlich und als integraler Teil der Gesellschaft versteht, lebt er unbewusst in einer **Einheit**.

Die Chakras unterhalb des Zwerchfells (Basis-, Sakral- und Solarplexus-Zentrum) werden in diesem Stadium entwickelt und gelebt.

In der astrologischen Symbolik befindet sich der Mensch hier auf dem veränderlichen Kreuz (♄ - ♃ - ♀ - ♁). Beachte, dass diese Einteilung NICHTS mit dem eigenen Sonnenzeichen im Horoskop zu tun hat! Auch der IC-Punkt, der tiefste Punkt im Horoskop, mit den Zeichen Zwillinge (die Dualität) und Krebs (die unbewusste Einheit) gehört zu diesem Stadium.

2. Das vertikale Stadium der Dreiheit oder das Kreuz der Vielheit

Wenn ein Mensch anfängt, sein Leben in einem größeren Rahmen zu verstehen und seine individuelle Verbindung zu inneren Ebenen aufzubauen, dann bekommt das Leben eine neue Komponente: Die vertikale Ausrichtung, die sich auf die geistige Ausrichtung und die spirituelle Entwicklung eines Menschen bezieht. In dieser Richtung beschäftigt der Mensch sich mit dem Bewusstmachen und der Entfaltung neuer, höherer Bewusstseins Ebenen, und umgekehrt mit dem Durchdringen der unteren Ebenen mit dem neuen Bewusstsein, wodurch innere Qualitäten konkretisiert werden können, was gleichzeitig eine Verfeinerung der unteren Ebenen bedeutet.

Der Übergang in ein neues Stadium ist immer fließend und vollzieht sich nach und nach in den einzelnen Bereichen. Oft fängt ein Mensch nicht mit seiner spirituellen Ausrichtung, sondern in seinem persönlichen Leben an, sich neu zu erfahren, Gegensätze zu erkennen und Fragen zu stellen: Er erkennt sich zuerst auf der horizontalen Ebene neu und als eigene, abgegrenzte Person.

Danach wird die spirituelle oder religiöse Grundlage zentraler Aspekt seines Lebens und die horizontalen Lebensansätze werden zeitweilig sekundär oder sogar völlig unwichtig. Irgendwann verbringt ein Mensch auch ein Leben in einem Kloster oder an einer anderen abgeschiedenen Stelle, um sich ganz dem inneren Lebensstrom anzuschließen. Anschließend geht es um die Auseinandersetzung der beiden Richtungen, darum sich mit den inneren Qualitäten in der Welt zu behaupten. Es ist die Zeit, in der ein Mensch sich tatsächlich oft 'wie gekreuzigt' erlebt.

Es ist sicher die schwierigste Phase unserer gesamten Entwicklung, da man sich nicht mehr eindeutig in eine Richtung mit den klaren, dazu gehörigen Gesetzmäßigkeiten ausrichten kann. Man muss jetzt vielmehr die ganz eigene Verbindung der beiden Richtungen erarbeiten.

Vielleicht ist die wichtigste Aufgabe hier, die Qualitäten der Liebe neu zu verstehen und zu erfassen, weil es nur mit der Liebe möglich ist, alle Lebensaspekte und beide Richtungen stimmig miteinander in Einklang zu bringen.

Im Stadium der Dreiheit befindet sich der Mensch zwischen Seelen- und Persönlichkeitsbewusstsein. Er ist noch stark in der Persönlichkeit verankert, betrachtet aber das Leben immer mehr mit den Augen der Seele. Hier steht er auf dem Standpunkt, dass die Lösung einer Situation heißt, Gegensätze miteinander zu verbinden. Dazu braucht es eine klare Mitte, einen Standpunkt, auf den er sich stellt und von dem aus er sich in Spannung mit den Gegensätzen erlebt. Die Lösung liegt in dem *'in der Spannung bleiben und da die Lösung kommen lassen'*. Der Mensch arbeitet mit der Zahl drei: Die Gegensätze und er selbst in der Mitte, wo sich die zwei Seiten treffen, im Konflikt stehen und sich schließlich verbinden. Der Mensch befindet sich auch hier zwischen zwei Welten: Der horizontalen Welt der Persönlichkeit und der vertikalen der Seele.

In diesem zweiten Stadium wächst die Aufgabe, sich mehr und mehr *ganz* mit dem Spannungsfeld zwischen dem Horizontalen, dem Vertikalen und dem In-der-Mitte-Sein zu identifizieren, wodurch die Energie der Seele und die Kraft der Persönlichkeit in einer intensiven Verbindung gehalten werden. Aus dieser gehaltenen Spannung entstehen die Stärke und die Durchhaltekraft, die von der Persönlichkeit gebraucht werden, um die Intensität der Seele auszuhalten und später nutzbar machen zu können. Technisch gesehen werden durch die Krisen und Spannungen die Durchlässigkeit der Körperzellen für den elektrischen Seelenstrom (es ist die höhere Entsprechung zum physikalischen Strom) erhöht, und dies führt schließlich zum nächsten Stadium, zu einem Durchbruch, nach dem sich das Bewusstsein mit der Seele identifizieren kann. In dieser Phase erlebt ein Mensch viele Krisen, durch die er lernt, trotz allem und in allem 'stehen zu bleiben' und eine Haltung der 'göttlichen Gleichgültigkeit' zu finden.

Das **vertikale Leben** steht zentral, das stetige Öffnen neuer Bewusstseins Ebenen und die Aufgabe, dies alles in alle Aspekte des Persönlichkeitslebens hinein zu bringen. Der Mensch befindet sich aber auf dem **Kreuz**, da er immer klarer erfährt, dass der Weg nach innen der Weg nach außen ist, dass er keine vertikale Erfahrung machen kann ohne sie horizontal 'umzusetzen'. Er lebt in der **Dreiheit** (horizontal – vertikal und die Mitte, oder: die horizontale Dualität und die höhere Einheit). Gleichzeitig wird das Leben eines Menschen in dieser Phase von der **Vielheit** bedingt: Die horizontale Dualität, die vertikale Zweiheit, die verbindende und transformierende Mitte. Er erfährt und erahnt wie viele Aspekte sein Leben hat, die er alle in Einklang bringen will.

In diesem Stadium werden die Chakras oberhalb des Zwerchfells (vom Herz- bis zum Scheitel-Zentrum) aktiviert und danach in ein Wechselwirken mit den unteren Zentren gebracht.

Der Mensch befindet sich nun auf dem festen Kreuz ($\mathcal{L} - \mathcal{M} - \mathcal{O} - \mathcal{N}$). Auch die vertikale Achse zwischen dem IC- und MC-Punkt, der Weg vom Unbewussten zum Bewussten ist mit diesem Stadium verbunden. Und natürlich die horizontale Achse, auf der die Erfahrungen für die vertikale Bewegung gemacht werden, weil dies die Achse der Auseinandersetzung und konkreten Erfahrungen ist.

3. Die Mitte des Kreuzes oder die Vertikale der Zweiheit

Im dritten und letzten Stadium geht es dann darum, die beiden einzeln erlebten Lebensrichtungen weiter zu integrieren, durch bewusstes und freies Stehen in der Mitte des Kreuzes. Das richtige Wechselwirken beider Richtungen, die Integration von geistigen und weltlichen Werten ist jetzt die Aufgabe. Ein Mensch lernt hier, göttliche Willenskraft über die Liebe zum Ausdruck zu bringen. Nicht die eigenen Prozesse bestimmen sein Leben – obwohl die sich paradoxerweise noch stärker in den Vordergrund drängen können.

Der Prozess rundet sich darin ab, dass der Mensch seinen Stand in der Mitte einnimmt. Das Symbol hierzu ist das gleichschenklige Kreuz: Die gleichwertige Begegnung beider Richtungen in der **Mitte** (im Gegensatz zum christlichen Kreuz, wo die Betonung auf der Vertikalen liegt). Den Platz in der Mitte zu finden und einzunehmen 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, d.h. ihre geistigen Qualitäten in weltliche Fähigkeiten und Arbeit umsetzt und dadurch ihre Umgebung teilhaben lässt an den inneren Ebenen.

Wenn das Bewusstsein hier zentriert ist, dann lösen sich alle Gegensätze auf. Der Mensch ist SEELE und sieht das Leben vertikal: Er steht in seiner Wahrheit und lebt das, was für ihn und damit für alle anderen stimmt. Es gibt hier keine horizontale Dualität, keine 'entweder-oder'-Frage, sondern nur das Leben zwischen innerer Wahrheit und konkretem Ausdruck. Hier ist man mit der Zahl Eins verbunden, erlebt sich als Mittelpunkt, aber nicht zwischen zwei Gegensätzen! Der Mensch, der von diesem Bewusstsein aus sein Leben angeht, ist klar, steht zu seinen Aussagen, trägt die volle Verantwortung für alles, was er macht und verursacht. Er wählt seinen Erfahrungsweg und weiß, dass er als göttliches Wesen am meisten gibt, wenn er mit seiner Wahrheit geht.

Alle Zentren sind integriert und funktionieren als eine Einheit zusammen. Die über das Scheitel-Zentrum und über das Herz-Zentrum einströmenden Energien werden über die anderen Zentren verteilt und ausgestrahlt. Jetzt nimmt der Mensch seinen Platz auf dem Kardinalkreuz ein ($\Upsilon - \mathcal{A} - \mathcal{E} - \mathcal{J}$). Er verbindet die horizontale und vertikale Achse im Horoskop, steht dabei am höchsten Punkt, am MC (Steinbock).

Das Leben ist hier eine **vertikale Zweiheit** zwischen Geistiger Wahrheit und Ausdruck bzw. Form. Der Mensch steht in der **Mitte seines Kreuzes** und verkörpert die Synthese oder **Einheit** aller Aspekte.



5. Gedanken zur eigenen Entwicklung

Fragen, die man für sich beantworten sollte

Nachdem im letzten Rundschreiben die Frage was, was für einem selbst eine geistige Entwicklung ist, ist die ergänzende Frage dazu:

Wo stehe ich?

Erst wenn ich eine eigene klare Idee und Überzeugung davon habe, was Entwicklung ist, kann ich weiter gehen und mich fragen, wo ich mich in diesem Lebensprozess befinde. Dies ist nicht leicht zu beantworten, gibt es doch kaum klare Strukturen und Theorien dazu. Die in diesem und den letzten Briefen behandelten Entwicklungsstufen und die dazu gehörenden Einweihungen bieten ein gutes und aus meiner Sicht auch einleuchtendes Gerüst dazu. Vor allem gibt es kaum andere Betrachtungen, die den geistigen Weg so klar und praktisch beschreiben. Darüber schreibe ich in einem späteren Rundschreiben.

Auch hier gilt: Es geht nicht darum, diese Frage gleich und eindeutig zu beantworten, sondern sich über längere Zeit mit der Frage zu beschäftigen, wodurch eine Antwort reift, die sich aus der Klarheit der Seele, den mentalen Betrachtungen sowie den eigenen Erfahrungen und Strukturen zusammensetzt. Letztlich sind die Theorien und Betrachtungen, die man in Büchern liest auch nichts anderes als Erkenntnisse, die eine Person über sich und ihr Leben gewonnen hat. Wenn sie mit Seelenenergie durchdrungen sind, dann erlebt ein Mensch darin eine größere und über sich selbst hinausgehende befreiende Wahrheit, die er anderen zugänglich macht. Sie dienen als Stütze, um darauf die persönliche Wahrnehmung zu schulen und eigene Erkenntnisse zu ermöglichen.



6. Meditation und Übung

Eine Situation vorbereiten

Wenn eine wichtige, schwierige oder herausfordernde Situation (Termin, Begegnung...) auf einem zukommt, (nicht nur ungute, es können auch sehr positive und schöne Sachen sein!) kann man sie gezielt vorbereiten. Sich erst ruhig hinsetzen – wenn möglich schon einiger Zeit vorher - und dann das, was auf einem zukommt, bildlich vorzustellen um zu schauen, wie das ganze System (Körper, Gefühle, Denken) darauf reagiert. Erst einmal alles nur zulassen und beobachten.

So kann man dann in Ruhe daran arbeiten, die Situation im voraus für sich bewusster zu machen und vor allem, in sich alles so zu ändern, dass man anders mit der kommenden realen Situation sein kann. Es ist ein Arbeiten mit der Vorstellungskraft, mit der man eine Situation so ändern kann, wie sie für einem selbst stimmig *sein würde*. Wenn dann das Neue und Stimmige auch im Körper erlebt wird, dann programmiert man damit das Bestehende Muster in einem selbst um – so, wie es für passt. Bei wichtigen Sachen oder Begegnungen kann es notwendig sein, die Übung öfters zu machen. Eine relativ einfache und effektive Methode, Situationen im eigenen Sinne oder natürlich auch für andere ev. beteiligte Personen optimaler zu gestalten!

Grundsätzlich ist es günstig, im voraus immer erst zu überlegen, wie man sich fühlen möchte und was für einen stimmen würde, wenn etwa Wichtiges kommt. Damit fängt man eine Situation immer bei sich selbst an.

