Elsi Reimann
Wiederbergstrasse 21
3552 Bärau
034 402 40 67
elsireimann@hotmail.com
www.wachsende-kreise.ch

Indien im August 2012 und Bärau im Juni 2013

Regeln für den Kontakt mit der eigenen Seele, den Mitmenschen und dem Universum

Schon seit etlichen Jahren wollte ich diese Regeln aufschreiben. Im Alltag begegneten sie mir immer wieder. Aber ich fand die Ruhe nicht, sie zu Papier zu bringen und ich vergass sie wieder. Im Sommer 2012 reiste ich mit einem Freund, mit dem ich vor mehr als dreissig Jahren schon einmal Indien besuchte, nach Delhi zu seinen Verwandten und anschliessend nach Dharamsala.

Auf dieser Reise begegneten mir die Regeln jeden Tag. Sie flogen mir buchstäblich zu: In Gesprächen mit meinem Freund, mit seinen Verwandten, bei einer Tasse Tee im Teehaus oder bei einem Spaziergang. Ein paar Regeln sind nach unserer Reise noch dazu gekommen. Viele Regeln sind so alt wie die Menschheit und werden schon in der Bibel von Christus erwähnt. Diese habe ich mit meinen heutigen Worten und Bildern neu formuliert und zum Teil mit den alten Texten verbunden. Andere Regeln habe ich bei P.D. Ouspensky gelesen oder sie haben sich beim Familienstellen gezeigt. Einige hat Bert Hellinger entdeckt und sie haben sich in meiner Arbeit bestätigt.

Den Regeln ist es egal, ob wir uns an sie halten oder nicht aber in unserem Leben ist es nicht egal, ob wir uns an die Gesetze der Regeln halten oder nicht…

Inhalt:

1. Wer da hat dem wird gegeben...
2. Wandlung
3. Vertrauen
4. Kraft
5. Erkennen
6. Resonanz
7. Programme
8. Geben und Nehmen
9. Lieben heisst sich verschenken
10. Die Lebendigen und die Toten
11. Projektionen
12. Die Wahrheit
13. Glücklich alt werden
14. Wiedergeburt
15. Das Leben bewegt sich in Spiralen
16. Der Spiegel deiner Seele
17. Das Oktavengesetz
18. Ausgleich von männlichen und weiblichen Eigenschaften
19. Der Quantensprung
20. Täter und Opfer
21. Die Geburt der Christus-Seele in uns

Denn wer hat, dem wird gegeben werden und er wird Überfluss haben;
wer aber nicht hat, dem wird auch das genommen werden, was er hat.
(Matthäus 13.12)

Als Kind fand ich diesen Spruch empörend und ich verstand nicht, warum er in der Bibel stand. Das sollte doch umgekehrt sein! Man sollte doch jenen geben, die nichts haben! Mein Gefühl für Gerechtigkeit wurde durch diese Worte beleidigt.
Mit den Jahren sah ich, dass dieser Spruch auf der wirtschaftlichen Ebene wahr ist. Die Reichen werden reicher, und die Armen werden ärmer. Noch immer fand ich dieses Gesetz schrecklich und unmenschlich und ich verstand noch immer nicht, warum die geistige Welt oder die Menschheit daran nichts ändert.
Eines Tages kam eine Frau zu mir und sie erwartete von mir, dass ich ihren Mann heilen könnte.
Ich musste sie enttäuschen und musste ihr sagen, dass ihr Mann vielleicht ein Problem hat, aber dass sich bei ihm nur etwas verändern kann, wenn **er** zu mir kommt und etwas verändern will. Ich riet ihr, nach Hause zu gehen und ihm das zu sagen oder zu schauen, was sie bei sich verändern könnte.
Sie war empört! Sie hätte kein Problem, und ich würde ihr etwas unterstellen, was nicht stimmt.
In diesem Augenblick wurde mir bewusst, dass ich ihr etwas weggenommen hatte. Ich hatte ihr die Illusion genommen, dass ihr Mann das Problem ist, und ich zaubern kann.
Sie hatte kein Bewusstsein dafür, dass jeder Mensch für seine Situation selber verantwortlich ist. Sie glaubte, "die Männer oder das Schicksal würden vom Himmel fallen", und wir hätten dazu nichts zu sagen.
Es fehlte ihr auch das Bewusstsein, dass wir die Anderen nicht heilen können - im besten Fall können wir uns selber heilen.

Sie hatte kein Bewusstsein für die Gesetze der Erde und des Himmels. Sie wusste nicht, warum wir hier sind, woher wir kommen und wohin wir gehen. Sie glaubte, wir würden durch Zufall auf die Erde kommen und durch Zufall wieder gehen.
Der einzige Trost in dieser geistigen Leere war, dass die anderen schuld sind an ihrem Elend, und diesen Trost musste ich ihr noch nehmen.
Jetzt verstand ich endlich den Satz: Wer da Bewusstsein hat, dem wird weiteres Bewusstsein hinzugegeben, weil er mehr wissen will, und wer kein Bewusstsein hat, dem werden die Illusionen noch genommen, die er hat.
Bis der Mensch auf dem Nullpunkt angekommen ist, auf dem Punkt der Kapitulation.
In diesem Augenblick erkennt der Mensch: Ich muss etwas verändern, wenn ich will, dass sich etwas verändert. Er erkennt, es liegt nicht an meinem Partner, an meinem Kind oder an meinem Schicksal, sondern an mir. Ich strample seit Jahren und ich brauche jemanden, der den Weg schon eine Weile gegangen ist und mich auf meinem Weg unterstützt und begleitet.

Wandlung

Als wir Ran, den Cousin meines Freundes, in den siebziger Jahren zum ersten Mal trafen, war er durch und durch auf Erfolgskurs. Er verkehrte in den höchsten Kreisen Indiens, war ein erfolgreicher Geschäftsmann mit einer Frau, die ihn beim Aufbau seiner Karriere unterstützte. Er hatte Kinder, ein Haus und mehrere Diener. Wir fühlten uns innerlich weit entfernt von ihm. Seine Welt hatte mit unserer Welt nichts gemeinsam. Wir suchten das alte Indien, die indische Spiritualität, er suchte die westliche Geschäftswelt und den amerikanischen Lebensstiel. Wir waren wahrscheinlich für ihn die „ausgeflippten Hippies“.
Heute kommt er uns in seinem seidenen Lungi (Lendentuch) und mit einem offenen Herzen entgegen. Er erzählt uns seine Geschichte. Er war ein erfolgreicher Geschäftsmann und arbeitete in den Welten der höchsten diplomatischen Kreise. Er knüpfte erfolgreiche Verbindungen mit Geschäftsleuten aus aller Welt und verdiente viel Geld. Er gewann einen Preis als erfolgreichster Jungunternehmer Indiens und wurde von Indira Gandhi zum Nachtessen eingeladen. Es bestand dank seiner erfolgreichen Vermittlertätigkeit die Hoffnung, dass er zum Minister ernannt werden könnte. Einige Wochen nach diesem ereignisreichen Nachtessen, wurde Indira Gandhi von ihrem Bodyguard ermordet, was in Indien zunächst zu Aufständen, später zu grossen Veränderungen innerhalb der bisherigen Machtverhältnisse führte. Schlag auf Schlag folgte auf diese Ereignisse der Absturz von Ran. Seine Frau verliess ihn und brannte mit einem seiner „besten Freunde“ durch. Die beiden älteren Kinder blieben bei der Mutter, und Ran zog mit seinem jüngsten Sohn ins Haus seiner Eltern. Ran verlor sein Vermögen und sein Geschäft an seine Frau. Sie übernahm das ganze finanzielle Imperium, sämtliche Kunden und zwei seiner Kinder. Er durchlebte einen Nervenzusammenbruch, und sein Vater liess ihm ohne sein Wissen durch die Diener Antidepressiva im Tee servieren. So wurde er über mehrere Jahre vollkommen lahm gelegt.

Bei einer Tasse Tee erzählt er uns:
“In dieser Krise begann ich mich auf das Wesentliche im Leben zu konzentrieren. Eine Tante von mir schenkte mir die Statue des Gottes Krishna. Diese Statue stellt Krishna als kleines Kind dar. Damals hütete Krishna die Rinder seiner Familie und er vollbrachte viele Wunder. Er traf seine grosse Liebe, Rada, die ebenfalls Rinder hütete. In dieser Zeit war Krishna unschuldig, er führte noch keine Kriege und machte noch keine Geschäfte. In meinen Meditationen besann ich mich auf die indischen Wurzeln und die Botschaft des Kindes Krishna. Ich ging in die Berge und in der Meditation erlebte ich eine Erleuchtungserfahrung. Ich erlebte, wie ein helles Licht vom Himmel in meine Schädeldecke hineinfloss und meinen ganzen Körper durchströmte. Ab diesem Zeitpunkt verzichtete ich auf Zigaretten, Alkohol und Sex. Ich fand einen spirituellen Lehrer und nach all den Jahren des Suchens eine wunderbare Frau, die in ihrem Leben ebenfalls durch eine grosse Krise gehen musste. Auch sie hatte ihren Mann verloren, und so wie Ran, fand sie durch ihre persönliche Krise einen spirituellen Boden. Sie betreibt eine Webseite, in der sie die Bhagawad Gita und andere heilige Schriften für die einfachen Bürger Indiens und der ganzen Welt zugänglich macht. (www.hariharji.blogspot.com)

Veränderung geschieht dank einer persönlichen Krise, die uns zwingt, das Alte aufzugeben und uns auf die Suche nach Heilung zu begeben.

Vertrauen

Mara, die Frau von Ran erzählt uns, wie sie durch die Göttin Lakshmi Vertrauen lernte. Sie hat gelernt, dass sie auch in schwierigsten Zeiten geführt und getragen wird: „Lakshmi wird in zwei verschiedenen Aspekten verehrt. Wir können sie als Baby verehren, die auf dem Boden kriecht und einen Ball aus Butter in der Hand trägt. Oder als Elefanten, der eine Goldkugel trägt. Die Babygöttin zeigt uns das Symbol der Fülle, denn wir können nur Butter machen, wenn Milch im Überfluss da ist. Das zweite Symbol zeigt uns Lakshmi als Elefanten. Er ist das Symbol für das Glück. Er hilft uns ein Schnäppchen zu finden, welches wir uns normalerweise nie leisten könnten.“
Sie erzählt: „Durch einen Unfall, lernte ich auf die Göttin Lakshmi vertrauen. Er passierte an einem Sonntag. Wir hatten nur sechshundert Rupies im Sack, und mit so wenig Geld kann man in Indien keinen Menschen in ein Mittelklasse-Spital einliefern.“ Ihr Mann hatte eine schwere Gesichtsverletzung. Im Spital arbeitete an diesem Sonntag zufällig ein Arzt, bei dem sie bereits längere Zeit in Behandlung war. Wir wurden in die Notfallstation aufgenommen, ohne sofort Bargeld auf den Tisch legen zu müssen. Später gab ihre Mutter die Garantie für ein paar tausend Rupies. Der Arzt erkannte aber sofort, dass ihr Mann in ein Spital überführt werden musste, welches für Gesichtschirurgie spezialisiert war. In kürzester Zeit konnte ein Team von Ärzten zusammengetrommelt werden, welches die Operation durchführte und das Gesicht ihres Mannes so gut, wie es möglich war, wieder herstellte. Nach der Operation verzichtete der Arzt auf seinen Teil des Honorars. Das Auge ihres Mannes konnte gerettet werden. Sie bekamen eine sehr teure Behandlung für wenig Geld. Die Glücksgöttin half ihrem Mann und ihrer Familie, dass sie genug Geld bekamen, um diese teure Behandlung zu bezahlen.
Wir können diese Art des Denkens vielleicht besser verstehen, wenn wir sehen, dass in den heiligen Schriften Indiens genau wie im Christentum gesagt wird, dass wir uns vom höchsten Gott, Brachman,

kein Bild und keine Vorstellung machen sollen und können. Er ist grösser und unendlicher als alles, was sich der Mensch vorstellen kann. Wir Menschen können nur verschiedene Aspekte Gottes in verschiedenen Formen darstellen. Die “Götter“ Statuen helfen uns, die Aspekte Gottes zu erkennen und in unserer Seele zu integrieren. Aus meiner tiefenpsychologischen Sicht könnten wir vielleicht auch sagen, dass diese verschiedenen Statuen verschiedene Teilaspekte unserer Seele, Archetypen, darstellen, die wir integrieren sollten.
Ich erzähle ihr, wie ich den Umgang mit Geld im christlichen Kontext kennen und leben lernte: „In unserer Bibel steht, dass wir zehn Prozent unseres Einkommens an soziale Institutionen weitergeben sollen, dann können wir damit rechnen, dass wir immer mit allem was wir brauchen versorgt werden. Gott füttert die Spatzen auf dem Dach, warum soll er uns nicht auch ernähren? Wer es wagt, sein Geld zu verschenken wird immer wieder so viel geschenkt bekommen wie er braucht.“ Dieses Gesetz wende ich seit meinen Jugendjahren an und habe einige Erfahrungen damit gesammelt.
In der Zeit nach meiner Scheidung, lebte ich in einem sehr bescheidenen finanziellen Rahmen. Oft kam es vor, wenn ich alle Rechnungen bezahlt hatte, dass auf meinem Konto noch dreissig bis fünfzig Franken übrig blieben. Dadurch konnte ich nur noch von den Vorräten und vom Gemüse aus dem Garten leben. Aber von irgendwo kam immer wieder genug Geld. Manchmal schickte mir meine Mutter hundert Franken oder ich bekam von einer Freundin einen Batzen geschenkt. Ich erinnere mich, dass ich einmal dachte: Meine Tochter sollte dringend ein neues Pyjama haben, aber woher nehme ich das Geld? – Es vergingen keine zwei Tage, da bekam ich ein Paket mit einem Pyjama für meine Tochter. Oder für die Schule meiner Kinder wurden ende Schuljahr tausend Franken Nachzahlungen fällig. Ich hatte keine Ahnung, woher ich das Geld nehmen sollte. Innerhalb von ein paar Tagen anerbot sich jemand aus freien Stücken, für mich diese Rechnung zu begleichen. Ich weiss nicht, wie oft ich solche und ähnliche Wunder erlebte. Immer wieder hatte ich schlaflose Nächte und wusste nicht, woher ich das nächste Geld auftreiben sollte, mehr und mehr vertraute ich der geistigen Welt und bekam eine innere Sicherheit, dass ich mich jederzeit auf die Worte in der Bibel verlassen kann. Gott füttert die Vögel des Himmels und er ernährt auch mich.

Vertrauen lernen wir, wenn in unserem Leben alle Stricke reissen und wir dennoch erfahren, dass wir in den grossen Händen der geistigen Welt gut aufgehoben und getragen sind.

Kraft

Heute Abend erklärt mir mein Freund: „Ich fühle mich dem Leben gewachsen, wie noch nie.“
„Das kommt daher, dass du dich endlich dem Leben und vor allem deinem Schmerz und deinen verdrängten Gefühlen gestellt hast. Jedes Mal, wenn du deinen verdrängten Gefühlen ausgewichen bist, sei dies mit Hilfe von Drogen, Alkohol und anderen Ausweichmanövern, bist du schwächer geworden.
Indem du es gewagt hast, dich deinen unbewussten Gefühlen zu stellen, sie dir bewusst zu machen und zu bereinigen, bist du stärker geworden.“
In unserer Gesellschaft lernen wir im Sport, über unsere Grenzen zu gehen. Wenn wir eine grossartige körperliche Leistung geschafft haben, empfinden wir ein Glücksgefühl. Da geht es um das Stärken des Körpers.
Viele Sportler benutzen ihren Körper um ihre Wut und ihren Schmerz zu kanalisieren und ihren verdrängten Gefühlen auszuweichen. Sie funktionieren in jungen Jahren sehr gut, bekommen aber oft, wenn sie älter werden, ein Problem. Sie schaffen es dann nicht mehr, mit Höchstleistungen ihre verdrängten Gefühle in Schach zu halten und irgendwann werden sie von ihnen überschwemmt und fallen plötzlich ohne einen ersichtlichen Grund in eine Depression. Das ist die Gefahr, wenn wir unsere Gefühle jahrelang unterdrücken und verdrängen. Plötzlich haben wir die Gefühle nicht mehr unter Kontrolle.
Da ist einerseits die Angst, dass wir unsere Gefühle nicht mehr unter Kontrolle haben und daher unterdrücken wir sie, und andererseits, gerade weil wir die Gefühle unterdrücken, haben wir sie irgendwann nicht mehr unter Kontrolle.
Wir benötigen alle Kraft um unsere unterdrückten Gefühle in Schach zu halten und haben keine Kraft mehr, in unserem Leben kreativ und lebendig zu sein.

Viele Menschen können durch einen Schicksalsschlag ihre Gefühle nicht mehr kontrollieren. In dieser Lebensphase kommen sie zu mir, um darüber zu sprechen und wir können in den Sitzungen vieles klären. Wenn sie sich ihren psychischen, das heisst verdrängten Gefühlen annehmen und ihnen in die Augen schauen, werden sie geistig gesehen stärker.
Wenn wir uns rechtzeitig unseren verdrängten Gefühlen annehmen, gibt der Körper automatisch nur so viele negative Gefühle preis, wie er verkraften kann. Das ist ein grosser Schutz.
Jetzt entwickeln die Menschen ihre innere Kraft, die ihnen ermöglicht, ihr Leben verantwortungsvoll in ihre Hände zu nehmen.“

Wer es wagt, seinen verdrängten Gefühlen in die Augen zu schauen, wird stark.

Wir erkennen erst, wenn wir bereit sind

Mein Freund erzählt:

„Ich sah den Wegweiser erst, als ich sah. Jeden Morgen, wenn ich unter meiner Haustüre stand, sah ich den Wegweiser. Er zeigte nach Langnau. Aber ich sah ihn erst, als ich ihn sah. Eigentlich hätte ich schon lange zu dir kommen müssen, aber ich habe den Hinweis mit dem Wegweiser nie erkannt. Du lebst ja in Langnau, zwar in einem anderen Langnau, als auf dem Wegweiser gemeint ist, aber dennoch, habe ich den Wegweiser all die Jahre nicht gesehen. Er ist mir erst in den letzten Tagen aufgefallen. Du hast mir ja jedes Jahr deinen Herbstbrief*geschickt, und ich habe ihn immer gerne gelesen. Einen Gutschein, für eine Umarmung, den du einem Deiner Briefe beigelegt hast, fand ich noch in der Brieftasche von meiner Frau. Sie hat ihn bei sich aufbewahrt, bis zu ihrem Tod. Dennoch habe ich deine Botschaft nicht verstanden."

„Ja, ich habe Dir den Herbstbrief geschickt, weil ich dachte, dass Du Familienaufstellungen brauchen könntest. Natürlich habe ich immer gehofft, dass du einmal kommst und an dir arbeitest, denn ich kannte ja deine Schwierigkeiten. Aber du hast dich dank Drogen und mit Hilfe deiner Frau immer über Wasser gehalten, darum hast du den Wegweiser nicht gesehen. Bewusstsein lässt sich nicht herzaubern. Da kann sich jeder nur alleine und meistens in kleinen Schritten herantasten."

Auch dieses Gesetz hat Christus bereits in der Bibel erwähnt:

Deshalb rede ich in Gleichnissen zu ihnen, weil sie mit sehenden Augen nicht sehen und mit hörenden Ohren nicht hören und nicht verstehen. (Matthäus 13.13)

*Brief, mit Jahresprogramm, den ich an Freunde und ehemalige Klienten sende

Resonanz

Wir sind in Dharamsala angekommen. Der Nachtzug führt uns in, für Indische Verhältnisse, gediegener erster Klasse nach Pathankot. Es ist die gleiche Strecke, die wir vor fünfunddreissig Jahren zurückgelegt haben, Richtung Srinagar. In Pathankot steigen wir in ein Taxi und in halsbrecherischer Fahrt geht es Richtung Dharamsala weiter. Dort gehen wir den Weg zu Fuss Richtung „Berg", ohne zu wissen, wo wir landen werden.
Die Strasse führt uns immer weiter nach oben. Wir fragen verschiedene Leute auf dem Weg, wo sich ein gutes Hotel befinden könnte. Der Weg ist anstrengend, denn wir haben einen grossen Rucksack und unseren Laptop dabei. Nach ein paar Stunden finden wir ein schönes, ruhig gelegenes Hotel mit Sicht über ein grünes Tal. Das Zimmer ist sauber, hat eine Dusche und ein sauberes Bett mit sauberer Wäsche. Wir entscheiden uns zu bleiben auch wenn es etwas teurer ist.

Am Abend finden wir ein Teehaus, „Buddha delight" Wir trinken wunderbaren, frischen Tee, essen gut, jemand spielt auf einer Gitarre und wird begleitet von einem Digeridoo. Die Stimmung ist friedlich, und wir blicken über das Tal.
Der aus Nepal stammende Besitzer des Teehauses legt eine CD auf, und, wie wir später erfahren, spricht Eckhart Tolle in gut verständlichem Englisch zu uns und den anderen Gästen. Er spricht darüber, wie wir uns mit unseren Gedanken unsere Welt erschaffen, wie wir mit unserem unaufhörlichen Gedankenfluss nie in der Gegenwart sind, sondern immer in der Zukunft oder in der Vergangenheit kreisen. Es ginge darum, in die Gegenwart zu kommen und zu sehen, dass wir im Hier und Jetzt alles haben, was wir brauchen. Mein Freund und ich schauen uns an und wissen, dass dies gut gesprochen ist, aber, solange wir in uns all die Verbote herumtragen, die bis in unsere Zellen hinein geprägt sind, können wir

Jahre lang in der Gegenwart positiv denken, unser Programm holt uns immer wieder ein. Dieses Programm ist schneller, als unsere Gedanken und durch das Gesetz der Resonanz, begegnet uns im Äusseren immer wieder das, was wir in unserem Inneren erwarten. Es sei denn, wir werden uns bewusst, woher wir unsere Prägungen haben und wie wir sie erlösen können. Die positive Wirkung der Arbeit zeigt sich genau dort, wo wir bemerken, dass wir unsere Handlungen mit Leichtigkeit und ohne Zwang oder Druck verändern.
Mein Freund stellt fest, dass er mit dem Geld immer noch einen Knoten hat und dass er das Gefühl hat, es stehe ihm nicht zu, in Reichtum zu leben. Dazu können wir noch eine Aufstellung machen, rate ich ihm. - Ohne zu überlegen, sagt er sofort: Das glaube ich nicht, dass es bei mir wirkt, denn das sitzt viel zu tief!
Lachend schauen wir uns in die Augen und wir erheben gleichzeitig den Zeigefinger und rufen: „Das ist das Programm!“

Was innen ist, ist auch aussen, wir erschaffen uns unsere Welt mit unseren inneren, unbewussten Einstellungen und Ideologien.

Das alte Programm durch ein Neues ersetzen

Wenn in unserem Auto ein rotes Lämpchen aufleuchtet, fahren wir in die Garage und sagen das unserem Automechaniker. Er nimmt das Lämpchen heraus und es leuchtet nicht mehr.
Wir fahren weiter, und irgendwann macht sich ein grösseres Problem bemerkbar, denn wir fahren eine Weile ohne Öl, bis wir es bemerken, und das hat Folgen. Wahrscheinlich gehen wir kein zweites Mal in diese Garage. Ein guter Automechaniker wäre dem Problem von Anfang an auf den Grund gegangen und hätte sogleich nachgeschaut, ob wir noch genug Öl haben.
So ist es auch mit unserer Psyche. Wenn wir nicht schlafen können, weil wir in der Nacht von einem Problem wachgehalten werden, gehen wir zum Arzt, und lassen uns eine Schlaftablette geben. Wir denken nicht über die Ursache unserer Schlafprobleme nach und suchen keinen Fachmann auf, der etwas von den Ursachen versteht und diese mit uns zusammen ergründet. Die „Fachleute“, die Psychologen, lernen an den Universitäten auch nicht, nach den Ursachen unserer Probleme suchen. Sie lernen, wie wir an der Oberfläche die Probleme verschieben, damit wir scheinbar besser mit ihnen umgehen können. Mit anderen Worten, wie wir das Lämpchen selber heraus nehmen können!
Die Probleme, die wir oft seit Jahren mit uns herumschleppen und wiederholen, stammen aus der Kindheit oder wir tragen das schwere Schicksal unserer Eltern und Grosseltern und zum Teil bringen wir unsere Prägungen aus früheren Leben mit. Sie funktionieren unbewusst so schnell, dass wir sie mit unseren Gedanken nicht steuern können, wenn sie uns einholen. – Natürlich ist auch das ein Programm, ich habe nur noch niemanden gefunden, der dieses Programm so mir nichts dir nichts ausschalten konnte. Jedenfalls mit unserem Wissen, können wir es nicht ausschalten, da die unbewussten Programme immer schneller sind als unser Wissen – das ist eine Schlange, die sich in den Schwanz beisst. Ein Teufelskreis.

Viele glauben, man könne durch das Gebet oder die Meditation alte und unerwünschte Programme überwinden. Dies stimmt nach meiner Ansicht nur begrenzt. Für mich stimmen Aufwand und Ertrag nicht überein. Die Zeit, die benötigt wird zum Meditieren, und das, was sich in der Realität verändert und umgesetzt werden kann, ist vergleichsweise sehr bescheiden. Mein Freund hat sich lange mit Buddhisten und dem Buddhismus auseinandergesetzt, aber auch er hatte irgendwann das Gefühl, damit nicht weiter zu kommen. Ich kenne auch Menschen, die seit Jahren meditieren und dennoch immer wieder die gleichen Spiele mit ihren Mitmenschen spielen. Auch ich habe viele Jahre meditiert und bin damit nur in bescheidenem Masse weiter-gekommen. Die Veränderung des Unterbewusstseins ging mir zu langsam voran.
Erst durch die Aufstellungsarbeit erkannte ich, dass nach und nach einzelne Programme in ein Kissen und damit ins Licht gegeben werden können. Sie müssen bewusst gemacht, ausgesprochen, ausgeatmet und losgelassen werden.
Wenn wir unseren Computer aufräumen, müssen wir vorher wissen, was wir löschen. So ist es auch in unserer Seele.
Wenn wir unsere unbewussten Programme erkennen, können wir sie löschen und durch neue, positive Programme ersetzen.
Wichtig ist, dass wir, nachdem wir den Platz in unseren Genen gereinigt haben, ein neues Programm installieren. Wenn wir das Neue nicht installieren, kommt das Alte zurück und füllt den alten Platz wieder aus. Darum suche ich gemeinsam mit meinen Klienten das Ziel, welches sie erreichen möchten. Dies ist das Gegenteil des Problems. Nach jeder Sitzung muss das neue Programm installiert werden. Das neue Programm meines Freundes würde bei seinem Beispiel mit dem Geld heissen: Das Geld fliesst mir zu und ich freue mich, wenn es da ist!
Wir können ein Problem nur lösen, wenn wir es wagen, ihm auf den Grund zu gehen.

Geben und Nehmen müssen immer ausgeglichen sein.

Auf unserem Spaziergang in Dharamkot, finden wir über einer Haustüre den Spruch: Go to serve.
Gehe und diene. Dieser Spruch ist zwar gut gemeint, er bringt aber auf die Dauer und in seiner Konsequenz nur Unglück.

Denn in einer guten Partnerschaft, sei dies im Privatleben oder in einer Arbeitsbeziehung müssen Geben und Nehmen immer ausgeglichen sein. Auch in Bezug auf die Welt, die Mutter Erde, müsste der Mensch der Erde gleich viel zurückgeben, wie er bekommt, sonst bekommen wir mit den Jahren ein Problem. Zum Beispiel, indem sich das Wetter verändert oder die Bodenschätze den nächsten Generationen nicht mehr zur Verfügung stehen.
Das ist das wichtigste Grundgesetz, welches es zu beachten gilt, wenn wir in guten Beziehungen miteinander leben möchten.
Im Christentum sprach man über viele Jahrhunderte davon, dass der Mensch grundsätzlich egoistisch ist und dass man jedem Kind so früh wie möglich seinen Egoismus austreiben muss. Mit dieser Ideologie hat man den Kindern in den letzten zweitausend Jahren nicht nur den Egoismus ausgetrieben, man hat sie gebrochen. Durch Schläge und andere strafende und belohnende Taktiken hat man gesunde, fröhliche Kinder seit Jahrhunderten zu gehorsamen Arbeitstieren abgerichtet, damit die Kirche und die Feudalherren und heute die Wirtschaftsmächte immer grössere Teile der Menschheit ihren Machtgelüsten unterwerfen und jeder Zeit in den Krieg schicken konnten. Jedes Kind, welches gebrochen wird, entwickelt Überlebensstrategien. Meine Erfahrung ist es, dass die männlichen Mitglieder unserer Gesellschaft häufig andere Überlebensstrategien entwickeln, als die weiblichen. Sie neigen eher dazu, in die Aggression zu gehen, und Frauen gehen eher in Opferrollen. Über viele Jahrhunderte hat die christliche Kirche und die weltliche Obrigkeit das Leiden und Opfer-bringen als die grösste Tugend ausgerufen. Den

Leidenden wurde im Jenseits das ewige Leben an der Seite Gottes versprochen. Das Opferbringen wurde allerdings vorwiegend von den Frauen erwartet. Aus meiner Erfahrung können wir diese alten Strategien getrost über Bord werfen, sie bringen nur Unglück, sonst nichts. Es gibt vielleicht Menschen, die grundsätzlich „egoistisch“ sind. Wenn wir aber genauer hinschauen, sind dies kalte, und unglückliche Menschen, die mit ihrem Egoismus ihr fehlendes Selbstwertgefühl aufpolieren. Es gibt auch Menschen, die “ immer für Andere“ da sind. Meistens laufen sie mit einer Opfermine herum und verströmen damit die Stimmung: Ohne mich geht gar nichts! Auch sie müssen durch ihre „guten Taten“ ununterbrochen ihr fehlendes Selbstwertgefühl nähren und optimieren. Wer sich selber, sein Selbst nicht lieben kann, der kompensiert das, was ihm fehlt, auf irgend-eine Weise und wird das was ihm fehlt, nie durch seine Überlebensstrategien ersetzen können.
Es sei denn, er erkennt, dass er das, was ihm seine Eltern nicht geben konnten an Liebe und Wertschätzung, in einer Therapie oder durch andere stärkende Techniken überprüfen und ausgleichen kann.
Wer sich auf den Weg macht und seine Überlebensstrategie nach und nach erkennt, entwickelt ein natürliches Gespür dafür, wann und ob in einer Beziehung Geben und Nehmen ausgeglichen sind. Wenn Geben und Nehmen in einer Beziehung über längere Zeit nicht ausgeglichen sind, verlässt derjenige, der zu viel bekommen hat, denjenigen, der zu viel gegeben hat, indem er den, der zu viel gegeben hat, schlecht macht. Denn er erträgt es auf die Dauer nicht, dass er zu viel bekommen hat und er muss sein schlechtes Gewissen ausgleichen, indem er böse wird über den „Guten“. Auch der „Gute“ wird böse über sich selber und über den Andern, aber er geht nicht, er wartet immer noch darauf, dass er irgendwann etwas zurückbekommt für seinen Einsatz.
Dankbarkeit kann auch ausgleichen, ist aber auf die Dauer immer schwieriger zum Ausdruck zu bringen, denn sie verliert ihre Kraft.

Sobald Unstimmigkeiten in Beziehungen auftreten, ist es sinnvoll, sich zu fragen, ob Geben und Nehmen ausgeglichen sind und wie es ausgeglichen werden könnte.

Ich erlaube mir mein Potenzial zu leben und meinem Partner oder Freund erlaube ich sein Potenzial zu leben. Wir können aber unser Potenzial nur leben, solange wir es nicht auf Kosten unserer Partner, Mitmenschen und der Mitwelt leben.

Die Liebe zum Mitmenschen wird dort begrenzt, wo die Liebe zu mir beginnt und die Liebe zu mir wird dort begrenzt, wo die Liebe zum Mitmenschen beginnt.

Lieben heisst sich verschenken

Viele Menschen glauben, Eifersucht sei eine normale Erscheinung und gehöre in einer Partnerschaft dazu. Sie glauben, dass Liebe nur an einen einzigen Menschen gebunden ist und dies wenn möglich für immer und ewig oder mindestens "bis das der Tod euch scheidet". Diese Ideologie wird besungen, beschrieben, gefilmt und verherrlicht. Je grösser die schmachtende Sehnsucht, desto grösser ist der Verkaufserfolg.
Diese Ideologie verwechselt Abhängigkeit mit Liebe. Jemanden brauchen oder besitzen hat nichts mit Liebe zu tun. Von jemandem erwarten, dass er mir meine Wünsche erfüllt, ist Abhängigkeit und keine Liebe.
Meistens versteckt sich hinter diesen Abhängigkeiten die Sehnsucht nach dem, was uns die Eltern nicht gegeben haben. Erst wenn wir diese Sehnsucht heilen, und unsere Eltern segnend hinter uns stehen bei allem, was wir tun, werden wir frei für die Liebe.
Wenn wir erwachsen sind, benötigen wir einen Kessel voll Liebe und Wissen, aus dem wir schöpfen können. Die Eltern haben die Aufgabe, uns auf das Leben vorzubereiten, und sie geben uns Wissen und Liebe mit, damit wir als erwachsene Menschen aus diesem Fundus schöpfen und vom Überfluss verschenken können.
Manchmal hat der Kessel ein Loch, und wir haben dafür zu sorgen, dass dieses Loch gestopft und der Kessel gefüllt wird. Dieses Loch entsteht durch Schocks und Traumas in der Kindheit. Dies können wir uns bewusst machen und wir sind gefordert, nach Heilungswegen zu suchen. Eifersucht, Abhängigkeiten und Sehnsucht sind Hinweise, die uns aufzeigen, dass etwas nicht stimmt und wir Heilungsbedarf haben.

Es gibt viele Möglichkeiten, wie wir einen leeren Kessel füllen können. Mit Meditation, Yoga, Massagen, Singen, sich in der Natur Aufhalten und vielen anderen aufbauenden und nährenden Angeboten können wir dafür sorgen, dass immer genug Lebensfreude da ist, um sie weiter zu verschenken. Diese Techniken helfen uns, unser Vakuum zu füllen. Dann wird Liebe möglich.
Die Liebe schöpft aus dem Vollen und verschenkt sich. Sie unterstützt zuerst das eigene Selbst, dann, den Partner, die Partnerin, das Kind, den Freund oder die Freundin, indem sie dem eigenen Selbst und seinem Gegenüber wohl gesinnt ist, wenn es sein ganzes Potenzial lebt!
Sie unterstützt das eigene Selbst und die Mitmenschen in der Entfaltung des Potenzials.
Sie sieht in seinem eigenen Selbst und in jedem Mitmenschen ein göttliches Wesen und unterstützt sich und die Mitmenschen auf dem Weg, diesem göttlichen Wesen zu begegnen und sich mit ihm zu verbinden.
Liebe ist Respekt vor dem unglaublichen Universum, welches sich in jedem Wesen und in allen Dingen spiegelt.

Die Lebendigen und die Toten

Ich versuchte immer, das zu leben, was ich bin. Einmal, an einer Militärparade, in unserem Dorf, waren meine Tochter und ich die Einzigen, die ein Transparent gegen das Militär in die Luft hielten. Die Militärparade lief unter dem Motto Brücken bauen! Wie wenn das Militär je eine Brücke gebaut hätte und nicht Tausende von Brücken zerstört hätte! Auf jeden Fall ging mir bereits der Slogan so auf die Nerven, dass ich nicht anders konnte, als den Spruch in die Höhe zu halten: Brücken bauen: Militär abschaffen! Dies, obwohl wir ein paar Jahre vorher bei einer ähnlichen Aktion beinahe in den Dorfbrunnen geworfen wurden!

Wie auch immer. Irgendwann hatte ich kapiert, dass die meisten Erwachsenen lebendige Kinder nicht ertragen. Die Kinder werden in ein Schulsystem hineingezwängt, welches ihre Lebendigkeit abstumpft und unterdrückt. Sie werden diszipliniert unter dem Deckmantel, dass sie später in dieser Gesellschaft funktionieren müssen. Man höre den kleinen Unterschied: Sie müssen funktionieren, nicht leben! Man versucht von allen Seiten, mit aller Gewalt ihre Lebendigkeit abzutöten, und jene Menschen, die ihre Lebendigkeit bis ins Erwachsenen-Leben hinüberretten, sind unerwünscht. Heute würde ich mich so, wie ich damals war, nirgends mehr in einem Arbeitsprozess integrieren können. Nur dank den grossartigen Möglichkeiten, die uns die Aufschwungs-Jahre in den Siebzigern boten, konnte ich in der Arbeitswelt einigermassen Fuss fassen. Jahrelang habe ich mich gefragt, welcher Mechanismus dem zu Grunde liegt. Bis ich die Worte, die Jesus in der Bibel spricht, verstand: Lass die Toten ihre Toten begraben und folge mir nach. Dies spricht Jesus zu einem seiner Jünger, als er sagt, er könne nicht mit ihm gehen, denn er müsse an einer Beerdigung teilnehmen.

Ja, genau, und Jesus hat man auch gekreuzigt, weil er weit und breit der Einzige war, der sich seine Lebendigkeit in dieser mit Gesetzen und Regeln durchtränkten, prüden und „toten“ Gesellschaft der Juden bewahrt hatte.

Die abgestumpften, gebrochenen Menschen, die irgendwann in ihrer Kindheit ihre Lebendigkeit aufgaben, ertragen die lebendigen Menschen nicht.

Sie werden durch sie an ihr eigenes Trauma, an ihr verkümmertes inneres Kind erinnert. Es fällt ihnen leichter, die lebendigen Kinder in ihrer Umgebung zu disziplinieren, als ihre eigenen Verletzungen nochmals zu fühlen und aufzuarbeiten.

Projektionen

Ich verdanke Sai Baba eine der wichtigsten Erkenntnisse in meinem Leben: Die Götter dieser Erde sind Projektionsfiguren, sie stehen für unsere fehlenden Eltern, vor allem für den Vater, der nicht so liebevoll für uns da war, wie wir ihn gebraucht hätten. Sie können auch für abgespaltene Aspekte und Archetypen unserer Seele stehen.

Wenn in den Familienaufstellungen der Vater hinter der Tochter oder dem Sohn steht und wenn er seiner Tochter oder seinem Sohn den Segen gibt, dann lösen sich diese Projektionen auf wie das Salz in der Suppe. Wen auch immer wir in unserem Leben auf einen Sockel stellen oder ans Kreuz hängen und welche Droge oder Ideologie auch immer wir an Stelle unseres Vaters stellen, sie verliert sofort ihren übernatürlichen Glanz, wenn wir uns mit unserem leiblichen Vater versöhnen.

Auch die meisten Beziehungen scheitern, wenn vom Partner erwartet wird, dass er ersetzt oder gibt, was die Eltern nicht geben konnten. Er kann dieser Erwartung nie gerecht werden und er muss dies auch nicht.

Frauen, die Jahrelang meditieren und irgendeinen Heiligen verehren, können von einem Tag auf den andern damit aufhören, wenn sie wissen: Mein Vater steht mir im Rücken, er unterstützt mich bei allem, was ich mache und er gibt mir seinen Segen, wo auch immer ich bin auf dieser Welt. Egal, ob der eigene Vater noch lebt oder ob er gestorben ist, wenn ich ihn in meinem Rücken spüren kann, hört jede Sehnsucht und jede Suche nach einem Übervater auf. Ich habe es erlebt, dass bereits eine Aufstellung genügt, um diese Erfahrung zu machen. Manchmal, vor allem wenn der Vater ein aggressives Potenzial hat, braucht es mehrere Aufstellungen und einen längeren Heilungsprozess.

Wenn wir das Vertrauen und die Liebe unseres Vaters und unserer Mutter erfahren, kommen wir ganz im Leben an und die Welt steht uns offen. Wir brauchen keine Götzen mehr auf einem Podest. Das ist im wahrsten Sinne des Wortes Heilung. Da strömt eine Kraft in unseren Rücken, die uns stärkt. Sie führt uns durch alle Probleme und Prüfungen, die uns im Leben begegnen und die es zu bestehen gilt, und die Sehnsucht hat ein Ende. Bert Hellinger sagte einmal: Wir sind eine vaterlose Gesellschaft, nicht einmal von Jesus wissen wir, ob er einen Vater hatte.

Sai Babas Mutter sagte übrigens auch, dass sie ihren Sohn beim Brunnen sitzend direkt von Gott empfangen habe.

Die Wahrheit ist einfach

Heute treffen wir einen Schweizer aus Bern und seine Freundin, eine Australierin im „Buddha delight“.
Nachdem wir ein wenig abgetastet haben, wer wir sind, erzählt der Schweizer, dass seine Mutter auch Familienaufstellungen anbietet. Er erlebt die Arbeit auch als sehr heilsam, da sie die Wahrheit ans Licht bringt. Er glaubt, dass es im Familienstellen darum geht, im Fluss zu sein mit dem was ist, und dann wird es ganz einfach.
Kompliziert wird das Leben, sobald wir glauben, den Anderen etwas vorspielen zu müssen, was wir nicht sind oder was nicht ist. Das gibt immer Komplikationen. Wir spüren, dass etwas nicht stimmt, aber wir wissen nicht, was es ist, darum kreisen unsere Gedanken immer wieder um das gleiche Thema. Lügen binden die Energie und die Kraft, und das Leben ist nicht mehr im Fluss. Es gibt vielleicht Wahrheiten, die uns zuerst schockieren. Vielleicht kommen in der Therapie „Familiengeheimnisse“ ans Licht. Dies kann zunächst schockieren. Oder wir haben Angst, wenn die Wahrheit zum Vorschein kommt, dass uns die anderen Menschen ablehnen. Meine Erfahrung ist, dass uns nicht das Vergehen schockiert, sondern die Lüge.
Was schockiert uns denn an der Wahrheit? Das Leben bringt uns alle in Situationen, die wir nicht im Griff haben. Wir werden mit uns selbst konfrontiert und wir sind nie vollkommen. Wenn wir uns an den Moralvorstellungen festhalten und glauben, dass es „Gut und Böse“ gibt, dass es Dinge gibt, von denen wir annehmen, dass wir sie nie tun würden, stecken wir oft schon mitten im „Bösen“ drin, bevor wir uns richtig umsehen! Das Urteilen und Verurteilen bringt uns keinen Schritt weiter.
Wenn wir lernen, der Wahrheit in die Augen zu schauen, kommt unser Leben in Fluss und wird ganz einfach.

Glücklich alt werden

Die Gedanken fallen hinunter, wenn wir sie nicht bewusst immer wieder dem Licht entgegenstrecken.
Gedanken sind der Schwerkraft unterworfen wie ein Gegenstand, den wir in die Luft halten. Es braucht jeden Tag erneut unsere innere Kraft, um sie dem Licht entgegen zu strecken.
Ein junger Mann, der aus Südkorea kommt, sitzt neben uns und macht uns ein Kompliment. Er sagt, er möchte ein Foto machen von uns, da wir schon so alt sind, in der Welt herumreisen, und einen so glücklichen Eindruck machen. Ich sage ihm, dass wir dies nicht geschenkt bekommen, das ist Arbeit.
Mit den Gedanken ist es in der Welt wie mit allen Gegenständen. Es braucht Energie, um sie in der Luft zu halten. Wenn ich einen Löffel in der Luft halten will, brauche ich Kraft, und wenn ich keine Kraft mehr habe und ihn loslasse, fällt er zu Boden. So ist es auch mit den Gedanken. Wir müssen unsere Gedanken immer wieder ins Lichtvolle emporarbeiten.
Die erste Lektion, die wir zu lernen haben, wenn wir im Alter glücklich sein wollen, ist unsere negativen Gedanken umzuwandeln, an ihnen zu arbeiten, bis wir uns über all das, was uns im Leben wiederfahren ist, freuen können. Sonst fallen unsere Gedanken in die Negativität, und wir werden grau und bitter. Denn unsere Gedanken schreiben sich, je älter wir werden, in unserem Körper nieder. Sie zeigen sich in unserem Gesicht.
Wir werden, was wir denken.
Wenn uns jemand Probleme macht, müssen wir uns bei ihm bedanken lernen, denn er schenkt uns eine Lektion, damit wir etwas erkennen und lernen können. Mein Lehrer* hat immer wieder gesagt: Das ist dein Wohltäter: Der dich am Kragen packt, dir die Faust ins Gesicht schlägt und dann noch eine rechts und links an die Ohren gibt! Das ist dein Wohltäter!
...Manche brauchen mehrere Wohltäter, damit sie ihre Lektionen lernen können...

*Heinz Dolibois

Wiedergeburt

Wir sitzen am Morgen im Teehaus und begegnen zwei jungen Menschen mit wunderbaren offenen Augen. Der junge Mann kommt aus Nepal und die Frau ist halb Kanadierin und halb Italienerin. Wir sprechen über die Situation in Indien. Die Beiden sind per Anhalter durch Indien gefahren. Unterwegs kostete ein Tee fünf Rupies und in diesem Teehaus oberhalb von Dharamsala kostet er dreissig Rupies. In Dharamsala unten kostet er noch mehr. Sie erzählen, wie die Inder immer mehr der Geldgier verfallen und wie auf der einen Seite der Lebensstandard steigt und gleichzeitig auf der anderen Seite die Spiritualität immer mehr abnimmt. Sie sagen es, und wir hören daraus ein Bedauern, dass dieses alte Indien, dieser spirituelle Teil Indiens verloren geht. Das hat mich auch lange Zeit beschäftigt, und ich habe mich immer wieder gefragt: Warum wir uns in der heutigen Zeit dieser geistigen Armut aussetzen müssen. Die Inder nennen unser Zeitalter: „Kali Yuga“. Das Zeitalter der Göttin Kali, die uns durch die Dunkelheit des Bewusstseins führt. Die Göttin Kali ist die Göttin der Zerstörung und des Krieges. Früher brachte man ihr Menschenopfer und heute opfert man ihr offiziell nur noch Ziegen. Sie tanzt den Totentanz und trägt eine Kette um den Hals mit menschlichen Schädeln. Kalkutta ist nach Kali benannt worden. Es hiess früher Kalikutta. Die Bucht der Göttin Kali. Die Schwarzmagier Indiens arbeiten mit ihr. Es gibt den aufbauenden Gott, Brahma, den erhaltenden Gott, Vishnu und den Zerstörer der Illusionen Shiva oder Kali. Die Göttin des Todes und der Zerstörung.
Dazu sage ich den beiden jungen Menschen, dass jeder Mensch durch alle uns vorstellbaren Gefühle und Erfahrungen hindurchgehen muss. In verschiedenen Leben suchen wir uns verschiedene Möglichkeiten, Erfahrungen zu machen. Wir müssen Reichtum, Gier, Armut, Verbrechen, Krieg, Liebe, Hass und alle anderen Facetten des Lebens kennen gelernt und durchlebt haben, damit wir in jeder Inkarnation etwas dazu lernen können. Wir lernen, was uns gut tut und glücklich macht, was uns schadet oder krank macht. Das ist der Reifungsprozess, dem jede Seele zugestimmt hat, und den wir durchleben wollen und müssen. Darum können wir niemanden verurteilen, der in diesem Leben mordet oder gierig ist, denn wir wissen nicht, was wir in unseren letzten Leben alles verbrochen haben. Täter sein ist eine schwere Aufgabe, der wir uns stellen, denn mit Schuld zu leben ist schwerer, als die Rolle des Opfers kennen zu lernen. Das Opfer kann immer dem Täter die Schuld geben, der Täter muss die Verantwortung für sein Tun und Lassen ganz übernehmen.

Jede Seele durchwandert in vielen Leben die ganze Palette der Möglichkeiten auf dieser Erde und holt sich in jeder Inkarnation die Erfahrungen, die sie benötigt, um auf ihrem Weg ganz zu werden, das zu werden, was sie wirklich ist, eine eigenständige Persönlichkeit, die aufgerichtet und mit vollem göttlichem Bewusstsein auf dieser Erde steht.

Das Leben bewegt sich in Spiralen

Alles bewegt sich in Kreisen, und dennoch kommen wir nie mehr zum gleichen Punkt zurück. Wenn wir beginnen, uns mit unserer Geschichte auseinanderzusetzen, öffnet sich eine Spirale in unsere Vergangenheit. Was wir verdrängt haben, zeigt sich, indem wir es umkreisen. Vielleicht benötigen wir mehrere Sitzungen, und es taucht immer wieder das gleiche Trauma auf. Oder in unserem Leben wiederholen sich gewisse Ereignisse. Es begegnen uns immer wieder Menschen, die mit uns die gleichen Spiele spielen. Oder die Auseinandersetzungen mit unseren Partnern drehen sich immer wieder um das gleiche Thema. Doch jedes Mal schauen wir aus einem anderen Blickwinkel auf das Geschehen. Wir erkennen verschiedene Aspekte. Zuerst sehen wir unsere Verletzung, wie ein Ereignis unser Leben erschwert und belastet und zum Schluss erkennen wir, dass wir durch diese schwere Erfahrung unglaublich viel gelernt haben und wir werden dankbar. Und mit jeder Erfahrung, die wir verarbeiten, öffnet sich eine Spirale in die Zukunft. Unser Bewusstsein erweitert sich, die Spirale öffnet sich nach oben! Wir erhalten neue Möglichkeiten in unserem Leben, wir verändern unser Verhalten, begegnen anderen Menschen, kreieren neue Aufgaben, die uns erfüllen.
In Indien sagen die Menschen auch, dass sich alles in Kreisen bewegt. Sie nennen es das Rad des Lebens. Was wir in die Welt geben, kommt in Form von „Karma“ zu uns zurück. Wer Gutes tut, wird im nächsten Leben Gutes ernten und wer Schlechtes tut, wird Schlechtes ernten. Wer dieses Gesetz erkennt und es in seinem Leben in die Tat umsetzt, lebt jeder Zeit vollkommen im Hier und Jetzt. Er lebt in Liebe und übernimmt auch Verantwortung für seine hilflosen Mitmenschen.
Aus diesem Grunde haben alle grossen Meister in Indien das Kastensystem abgelehnt. Für sie gab und gibt es keine Unberührbaren. Sie haben alle nach ihren Möglichkeiten an diesem System gerüttelt. Nicht zuletzt wurde Gandhi aus diesem Grunde, nicht wie dies uns erzählt wird durch einen Spinner, sondern von der Oberschicht aus dem Weg geräumt.
Das Rad der Wiedergeburt, das Rad des Gesetzes, gehört nicht mehr in die heutige Zeit.

Die neue, lebendige Form der Entwicklung ist die Spirale.

Dein Körper ist nur der Spiegel deiner Seele - mehr nicht

Heute Morgen klagt mein Freund über Schmerzen im ganzen Körper. Seit Monaten ist er immer wieder mit sich und seinem Entzug beschäftigt. Schlaflose Nächte wechseln sich ab mit Krämpfen im ganzen Körper. Er begann, vor zwei Jahren, nachdem er die Chemotherapie beendet hatte, wieder mit Heroin. Nach etwa zwei Monaten stellte er seine Sucht auf Methadon um. Der Arzt gab ihm zunächst eine höhere Dosis, als in der Schweiz eigentlich erlaubt wäre, er brauchte aber diese Menge, um ohne unerträgliche Schmerzen umstellen zu können. Monat um Monat reduzierte er die Menge. In den letzten drei Monaten baute er weiter ab und er konnte vor ein paar Tagen ganz damit aufhören. Die letzte Phase des Abbaus ist die schmerzhafteste. Gegen die Schmerzen nimmt er jetzt abwechslungsweise Hanf und Bier.
Heute geht mir das Bier am Morgen schon auf den Wecker. Die Alkoholschwingung treibt mich die Wände hoch. Es ist mir bewusst, dass ich betroffen bin, wenn ich so reagiere. So nehme ich den grossen Regenschirm, den wir gekauft haben, und gehe spazieren. Ich finde einen wunderbaren Platz im Wald mit Gebetsfahnen und kleinen Stupas, von buddhistischen Mönchen gestaltet. Ich setze mich auf einen Stein und beginne ein Mantra zu singen. Langsam wird es klarer in mir. Der Platz ist in Nebelschwaden eingehüllt und vollkommen still. Ich singe noch lange auf dem Heimweg und finde wieder meinen inneren Frieden.
Seit Tagen versuche ich meinem Freund klarzumachen, dass die Schmerzen mit einer Aufstellung zu reduzieren wären, aber das leuchtet ihm nicht ein. Er glaubt, dies sei eine „ganz normale chemische Reaktion“ seines Körpers auf das Ausbleiben des Methadons. Er versucht mir zu erklären, dass Leute, die einen Methadon Entzug machen, meistens in einer
Psychiatrischen Klinik landen, weil es so schmerzhaft ist, dass sie ärztliche Betreuung benötigen. Ich hingegen versuche ihm zu erklären, dass sein Körper nicht mehr und nicht weniger als ein Spiegel seiner Seele ist. Ohne die Seele ist der Körper ein Stück verfaulendes Fleisch. Mehr nicht. Die Seele bildet den, ihr entsprechenden Körper, und ohne die Information der Seele geschieht im Körper gar nichts. Ja, das weiss mein Freund natürlich schon lange! Aber jetzt ist es etwas ganz anderes!
Wir können uns immer wieder neu entscheiden, welchen Weg wir gehen möchten. Nach meinen Erfahrungen meldet sich unsere Seele zunächst mit harmlosen Erkältungen oder anderen kleineren Infekten. Später äussert sich der Unmut der Seele vielleicht durch einen Unfall oder durch schwerere Krankheiten und mit der Zeit mit seelischen Erkrankungen wie einer Depression. Wenn wir die Depression mit Antidepressiva unterdrücken, meldet sie sich wieder mit einer geistigen Erkrankung wie Schizophrenie oder wenn sie ihre Hoffnung aufgegeben hat, von uns Gehör zu finden, schenkt sie uns die Erlösung mit Hilfe einer tödlichen Krankheit. Dann bekommen wir im nächsten Leben nochmals eine Chance, einen anderen Weg zu gehen und etwas Neues auszuprobieren. Meine Erfahrung ist es, dass die chronischen Krankheiten ihre Ursache meistens in früheren Existenzen haben.
Nun, wir können es glauben oder nicht, auch diesem, so wie allen anderen Gesetzen, die ich aufzuzeigen versucht habe, ist es egal, ob wir nach ihnen handeln oder nicht. Die Seele meldet sich wieder. Die Seele handelt nach den Gesetzen des Universums, und das Universum hat unendlich viel Zeit. Aber es ist nicht immer egal für uns, ob wir uns an den inneren Gesetzen orientieren und entsprechend handeln oder nicht…

Deinen Körper kannst du auswechseln, deine Seele bleibt bei dir.

Das Oktavengesetz

Wir entwickeln eine Idee, zum Beispiel möchte ich ein Buch schreiben, setze mich an meinen Laptop und tippe fleissig. Die Ideen sprudeln aus meinem Kopf, Seite folgt auf Seite. Mit den ersten hundert Seiten komme ich gut voran. Aber irgendwann, merke ich, dass ich mich etwas übernommen habe. Als ich anfing, dachte ich nicht daran, dass mein Werk ein solches Ausmass annehmen könnte.
Ich beginne mit den Korrekturen, es wird immer harziger. Das äussert sich auch in meinem Kopf, indem mir die Ideen nicht mehr so einfach zufliessen. Es melden sich Gedanken wie: Vielleicht ist das doch keine gute Idee mit dem Buch. Das hat doch keinen Sinn, ich schaffe es einfach nicht, es ist mir zu viel, vielleicht könnte ich ja auch etwas Kleineres machen…
Da kommt mir das Oktavengesetz zum ersten Mal in die Quere. Wenn wir uns ein Klavier vorstellen, und uns die Tastatur vorstellen, wie sie uns von einer Oktave zur nächsten führt, von C nach C, realisieren wir, dass sich die weissen und die schwarzen Tasten nicht regelmässig abwechseln. Nein, da fehlt zwischendurch eine schwarze Taste! Es braucht also eine gewisse Anstrengung, um auf dem Weg zu bleiben. Es braucht einen Kraftakt, der von uns eine bestimmte Anstrengung verlangt.
Im Leben äussert sich das vielleicht so, dass wir in unserem Kopf das Ziel etwas verändern. Wir weichen von der ursprünglichen Idee ab und machen es uns etwas einfacher. Vielleicht begegnet uns auch Wiederstand von aussen, und wir passen unsere Idee den äusseren Begebenheiten an. Wir müssen uns also entscheiden: Verändere ich mein Projekt und weiche vom ursprünglichen Ziel ab oder bleibe ich dabei und strenge mich umso mehr an, um dem Ziel treu zu bleiben? Oder entscheide ich mich sogar dafür, aufzugeben, kapituliere ich? Auch das ist möglich, wenn mich das Werk zu sehr überfordert oder mir vielleicht plötzlich nicht mehr wichtig ist.
Diesmal entscheide ich mich dafür, weiter zu arbeiten, ich überwinde meine Zweifel, denn das Ziel ist mir wichtig genug, und ich bleibe trotz Schwierigkeiten dabei. Jetzt kommt auch der Schwung bei der Arbeit wieder. Das Buch beginnt sich abzurunden, es entsteht etwas wirklich Einmaliges.
Aber die Korrekturen, und einen Verleger finden… Schauen wir nochmals auf die Tasten auf unserem Klavier. Kurz vor Schluss fehlt wieder eine schwarze Taste! Aha, sie hat uns eingeholt. So geht es uns doch jeden Tag, wenn es ums Abwaschen geht. Kochen ist eines, das Essen geht fast von selbst, aber wer macht den Abwasch? Diese fehlende schwarze Taste schafft es, dass ganz viele Arbeiten nie ganz fertig werden, dass kurz vor den Prüfungen ein Student doch noch sein Studium hinwirft oder, dass er sich auch mit einer nicht ganz abgeschlossenen Arbeit zufrieden gibt. Noch einmal passen wir das Ziel den äusseren Verhältnissen an! So sind viele Hippies in den Institutionen untergegangen. Sie hatten die Kraft nicht, dem Oktavengesetz standzuhalten.
Bei Organisationen, Parteien und anderen Institutionen, die sich über mehrere Generationen hinziehen, ist es so, dass sie oft nach ein paar Jahrzehnten genau das Gegenteil vertreten von dem, was einmal ihr ursprüngliches Ziel war. Aus Arbeiterparteien entstehen Vereine für intellektuelles Geplänkel. „Liberale“ Parteien werden von Wirtschafts-führern in Manipulier-Institutionen umfunktioniert. Mit christlicher Nächstenliebe werden Kriege gerechtfertigt und Gewehre gesegnet.

Wer sich das Oktavengesetz verinnerlicht und darauf achtet, sein ursprünglich angestrebtes Ziel nicht aus den Augen zu verlieren, benötigt eine besondere Kraft und ein besonderes Durchhaltevermögen.

Nur wenige schaffen es in Ihrem Leben, auch bei Gegenwind an einem Ziel festzuhalten. Wem es gelingt, der schaut im Alter auf ein erfülltes Leben zurück.

Ausgleich von männlichen und weiblichen Eigenschaften

Die Tante meines Freundes ist seit zwei Jahren bettlägerig. Sie ist von achtzig Kilogramm auf fünfunddreissig Kilogramm Körpergewicht abgemagert. In den letzten zwei Jahren konnte sie das Bett nicht mehr verlassen. Dies ist für das ganze Haus eine grosse Belastung. Es leben drei Generationen im Haus, und drei Betreuerinnen stehen der Grossmutter täglich vierundzwanzig Stunden zur Verfügung. Ebenfalls eilen ihr zwei Diener und ein Chauffeur jeder Zeit zur Hilfe, wenn sie etwas benötigt. Die Schwiegertochter betet täglich mit ihr. Es ist rührend, mit anzusehen, wie sich das ganze Haus um diese kranke Frau kümmert. Die Aufgaben und die Hierarchien aller Beteiligten sind klar definiert und festgelegt. Die Schwiegertochter erklärt uns, dass die Führung des Hauses eine wichtige Aufgabe der Frauen in Indien ist. Wenn diese Aufgabe niemand mehr übernimmt, entsteht eine grosse Lücke, die durch nichts zu ersetzen ist. Sie anerkennen die weiblichen und männlichen Aufgaben und wissen um die speziellen Fähigkeiten der Frauen und Männer. Frauen und Männer erleben die Welt grundsätzlich anderes. Sie nehmen die Welt mit ganz anderen Augen wahr. Natürlich gibt es immer auch Ausnahmen. Wenn wir aber als männliche Frauen oder weibliche Männer geboren wurden, sind wir genau so gefordert, bewusst die uns fehlenden Fähigkeiten zu integrieren. Vor diesen Tatsachen verschliessen die Menschen im Westen die Augen. Sie glauben, dass Frauen und Männer nur gleich erzogen und geschult werden müssten, dann wären sie auch gleich. In Indien glaubt man, dass sich Frauen und Männer ergänzen sollen, die Rollen sind aus der Tradition heraus verteilt und dadurch glaubt man, dass innerhalb der Familie der Ausgleich von männlichen und weiblichen Kräften geschaffen wird. Wenn jeder seine Aufgabe wahrnimmt, entsteht Harmonie im Haus.
Noch vor einigen Generationen lebten diese Vorstellungen auch im Westen. In unserem Zeitalter lösen sich diese Rollenbilder auf der ganzen Welt auf, und dies ist die Ursache einer allgemeinen Verwirrung.
Heute geht es darum, dass sich jeder Mensch die männlichen und weiblichen Eigenschaften bewusst macht und in sich vereint. Die Frauen lernen sich zu behaupten, und die Männer müssten dienen lernen, damit jeder Mensch in sich ganz und rund wird. Dies wäre der Sinn der heutigen Auflösung der Rollen. Es geht darum, die männlichen und weiblichen Eigenschaften nicht mehr zu werten und sich gegenseitig zuzuschieben, sondern in sich als gleichwertige Möglichkeiten zu anerkennen, zu entwickeln und zu leben. Männliche Eigenschaften sind: Kreativität, Selbstsicherheit, Aktivität, Führen, Strategien entwickeln und Ziele erarbeiten, um seinen eigenen Nutzen zu optimieren.
Weibliche Eigenschaften sind: Passivität, sich selbst Hinterfragen, dienen, reflektieren, Ideen anderer verwirklichen helfen, seine Kräfte dem Nutzen Aller zur Verfügung stellen.
Das Wissen um die Gleichwertigkeit dieser Eigenschaften ist in Indien selbstverständlich. In der westlichen Welt werden sie gewertet. Wer selbstsicher und als Führerpersönlichkeit auftritt, steht in hohem Ansehen. Er wird mit den entsprechenden finanziellen Mitteln versorgt. Jemand, der dient und sich selbst hinterfragt, bekommt nur wenig Anerkennung und dadurch weniger Geld.
In der heutigen Zeit wäre es wesentlich, die dienenden und selbstbezogenen Eigenschaften in sich ausgewogen zu leben.

Um ganz zu werden, sollten Frauen bewusst die männlichen, und Männer die weiblichen Eigenschaften in sich zur Entfaltung bringen.

Die Menschheit steht vor einem Quantensprung.

Das Menschliche Bewusstsein wandert von der Gruppenseele in die Individualseele.
Wir sitzen beim Frühstück im „Buddha Delight“, und lernen einen Philosophiestudenten aus Jammu in Kaschmir, kennen. Er hat östliche und westliche Philosophie studiert. Er ist in der Hindutradition aufgewachsen, kann sich aber nicht mehr damit identifizieren. Für ihn stimmen die Rituale, die er von
seinen Eltern gelernt hat nicht mehr. Wir erzählen ihm, dass dies mit dem Wandel der Erde zusammenhängt. Auch im Christentum treten immer mehr Menschen aus der Kirche aus, weil sie sich nicht mehr mit der Philosophie der Kirche identifizieren können und die alten Rituale ihnen keine
Nahrung mehr geben.
Zunächst werden diese Menschen „orientierungslos“. Das heisst, sie können sich nicht mehr an den Religionen, deren Uhrsprung wir im Orient finden, orientieren. Sie spüren,
dass sie sich in sich selber ihre eigene Orientierung geben müssen. Sie können sich auch nicht mehr mit den Regeln der Gruppe identifizieren, denn auch die Regeln, die uns bisher die Gruppe gegeben hat, mit ihren klaren Hierarchien und Verantwortlichkeiten, entsprechen dem heutigen Menschen
nicht mehr.
Die Gruppenseele gehört eigentlich auf die Ebene des Tieres. Das Tier orientiert sich an der Herde, das Tier schafft Hierarchien, um sich am Leitwolf oder an der Leitkuh zu orientieren.
Nicht zuletzt dadurch, dass die Lebensenergie durch die Wirbelsäule fliesst, und beim Tier die Wirbelsäule in der Waagrechten verläuft, orientiert sich das Tier an der stärksten Seele seiner Herde und findet dort seinen Halt und seine Ausrichtung. Der Mensch muss die Kräfte der Erde mit den Kräften des Himmels verbinden und in seinem Herzen verschmelzen. Gleichzeitig streckt er seine Arme aus und verbindet sich dadurch mit dem Tierreich und dem Pflanzenreich.
Die Barmherzigkeit, die Liebe, die Achtsamkeit sind Lehren, die allen Religionen gemeinsam sind.
Es war die Aufgabe der Religionen unsere Herzen zu öffnen. Inzwischen haben sehr viele Menschen auf dieser Erde, diese Entwicklung erreicht und der nächste Schritt ist es, in sein Auf-gerichtet-Sein zu stehen. Seine Aufrichtigkeit zu leben, sich nicht mehr der Gruppe zu unterwerfen ohne in seinem
Herzen zu überprüfen ob die Befehle oder die Manipulationen des Leithammels für ihn stimmen! Er muss lernen, in die eigene Verantwortung zu stehen. Er muss lernen, zu seiner Schuld zu stehen und er kann das Heil nicht mehr ausserhalb von sich selber suchen und finden. Der Mensch wird Teil seiner eigenen Heilung. Der Mensch lernt in diesem Jahrhundert, dass er für sein Glück und sein
Unglück selber verantwortlich ist. Er beginnt die Verantwortung für sein Schicksal in seine eigenen Hände zu nehmen. Das ist die Entwicklung, die auf uns wartet in den nächsten Jahrhunderten.
Dies bedeutet, dass die Heiligen, egal ob Jesus, Buddha oder Krishna nicht mehr als Projektionsscheibe benutzt werden können, sondern jeder Mensch erkennt, dass Gott in ihm wohnt.
Wir entdecken, dass jeder von uns heilig ist, und die Heilung in jedem von uns stattfinden kann. Das ist die Entwicklung, die in den nächsten Jahrhunderten stattfinden muss und wird. Der Mensch wird was er ist, er entwickelt sich von einer Person zur Persönlichkeit.

Der Mensch entdeckt sein Selbst und wird das göttliche Wesen welches er schon immer war.

Täter und Opfer

Im christlichen Kulturkreis haben wir juristische Handbücher, zum Beispiel das Strafgesetzbuch, entwickelt, damit Täter gerecht bestraft werden können. Man wollte ein möglichst gerechtes System erschaffen, welches Täter und Opfer gleichermassen anhört und dementsprechend gerecht behandelt. In wie weit dies gelungen ist, wäre zu überprüfen.

Universitäten, Richter, Anwälte und die Polizei werden dafür bezahlt, in unserem Staat Gerechtigkeit, Ruhe und Ordnung herzustellen. Wir stecken Täter ins Gefängnis oder verteilen Bussen, damit eine Ungerechtigkeit durch Sühne ausgeglichen werden kann. Eine Strafe, soll aber auch eine abschreckende Wirkung erzielen, dies glaubte man früher vor allem mit der Todesstrafe zu erreichen.
Ein wesentliches Element in unserer Kultur ist auch die Vergebung. Das Opfer soll dem Täter vergeben, damit es sich befreien und mit der Tat, welche an ihm verübt wurde, weiterleben kann.
All das verhindert aber nicht, dass jeden Tag Unrecht geschieht. In der Aufstellungsarbeit erlebe ich Opfer, die in ihrer Kindheit oder auch als Erwachsene der Macht der Eltern oder ihrer Partner ausgeliefert waren. Sie wurden geschlagen, in verschiedenster Weise missbraucht, ausgebeutet und allein gelassen. Interessanterweise hatte ich bis heute nur einen einzigen Täter in meiner Praxis, der zugegeben hat, dass er Täter war. Alle anderen haben die Therapie sofort abgebrochen, wenn ich angefangen habe, zu durchschauen, dass ein Täter vor mir steht.
Viele Jahre habe ich mit Vergebung gearbeitet, so wie ich es in meiner eigenen Therapie gelernt hatte. Aber je länger ich damit arbeitete, desto mehr sah ich, dass Vergebung nichts bringt. Die Wut und die körperlichen Beschwerden bleiben oder kehren nach einer Weile zurück. Auf der Seite des Täters verändert sich durch die Vergebung ebenfalls nichts, im Gegenteil, er fühlt sich durch die Vergebung noch gestärkt. Da kann er ja weiter machen, wenn das so einfach ist!
Normalerweise sieht ein Täter nicht, was er angerichtet hat. Meistens schiebt er dem Opfer die Schuld zu. Ein Vater sagt zum Beispiel zu seinem Kind: „Ich war ja nur lieb zu dir, das hattest du doch gern!“ Oder: „Du hast mich gereizt!“
Im Buch von Wilhelm Reich, Die Funktion des Orgasmus, sehen wir, dass sexuelle Gewalt in unserem Kulturkreis bis in die sechziger Jahre des letzten Jahrhunderts normal war. Auch heute noch erlebe ich in meiner Arbeit, dass sexuelle Gewalt vor allem von Frauen aus allen Schichten hingenommen und als normal betrachtet wird. Die Prostitution und Pornoindustrie blüht auf allen möglichen Schauplätzen und Kanälen wie nie zuvor. Der Umsatz durch Prostitution wird in der Schweiz um vier Milliarden Franken geschätzt. Diese Tatsache weist darauf hin, dass sexuelle Gewalt noch längst nicht der Vergangenheit angehört.
Auf einer höheren Ebene weiss ich, dass es keine Schuld gibt.
Die Opfer suchen sich ihre Täter bereits bevor sie auf die Welt kommen. Jede Seele will Schuld, Sühne und die Rolle von Täter und Opfer erfahren und kennen lernen.
Hier auf der Erde, empfinden wir dennoch Schuld. Kinder fühlen sich schuldig, wenn sie von einer erwachsenen Person missbraucht werden. Wenn ein Mensch Suizid begeht, fühlen sich die Angehörigen schuldig. Wir können auch sagen das Opfer fühlt sich verantwortlich für den Täter. Der Überlebende fühlt sich verantwortlich für Dinge, die er verpasst hat. Bei einem Kind können wir jedoch noch nicht von Verantwortung sprechen. Dieses Wort ist nach meiner Erfahrung nur unter Erwachsenen heilsam. Bei Kindern wende ich daher das Wort Schuld noch an.

In der Aufstellung heile ich eine solche Erfahrung, indem ich dem Kind sage: „Nimm ein Kissen und atme die Schuld und die Folgen in dieses Kissen. Lass die Bilder kommen, schau hin, was geschehen ist mit dir,

und gib deine inneren Bilder, die im Zusammenhang mit der Tat stehen, in das Kissen. Dann legst Du das Kissen dem Täter auf die Füsse und sagst“: „Du bist der Grosse, und ich bin die Kleine! Du trägst die Schuld und die Folgen! Die Kleinen sind unschuldig. Du trägst die Verantwortung für alles, was du getan hast und für das, was du nicht getan hast. Damit habe ich nichts zu tun! Das trägst du! Das ist in deiner Verantwortung!“ Bei ganz schweren Vergehen kann das Kind sogar sagen: „Das vergebe ich dir nie!“
Oft passiert in diesem Augenblick etwas beim Täter. Er fällt aus seiner arroganten Haltung heraus und sieht zum ersten Mal, was er getan hat. Dann kann er sagen: „Ich sehe es jetzt.“ Oder: „Ich stehe zu meiner Tat.“ Das bringt auf beiden Seiten Erleichterung. Vielleicht sagt der Täter auch: „Es tut mir leid.“
Das Kind sagt dann nochmals: „Du trägst es und ich bin frei!“ Dann kann sich das Kind abwenden und seinen Weg gehen.
Bei ganz schlimmen Vergehen stecke ich den Täter symbolisch ins Gefängnis. Damit er genauso leiden muss wie das Opfer.
Oft war das Opfer viele Jahre eingeschränkt in seinen Möglichkeiten, es ist krank und hat grosse Schmerzen oder Ängste. Das kann durch eine Gefängnisstrafe gesühnt werden. Diese Gefängnisstrafe muss in der Realität nicht vollzogen werden. Aber in der Aufstellung weise ich die Täter aus dem System, das heisst ich stelle sie vor die Türe. Das gibt oft eine grosse Erleichterung beim Täter und beim Opfer. So können endlich Frieden und Gesundheit entstehen.
Ein Jugendlicher sagte nach einer Aufstellung: „Mein Vater bleibt mein Vater, aber ich brauche ihn nicht mehr zu besuchen. Ich sehe jetzt, dass er Unrecht getan hat, und das brauche ich nicht zu entschuldigen. Ich kann mich jetzt und in Zukunft schützen. Ich muss ihn nicht mehr sehen und keine Rücksicht mehr auf seine Befindlichkeit nehmen.“
Wenn wir eine Tat vergeben, das heisst entschuldigen, indem wir zum Beispiel glauben, sie zu verstehen, nehmen wir dem Täter die Schuld weg und geben ihm dadurch die Erlaubnis, mit seinem Verhalten weiter zu machen. Dies ist bereits in den Worten Ent-schuldigung oder Ver-gebung enthalten.
Ich gehe davon aus, dass heute jeder Mensch wissen kann, dass sexueller Missbrauch bei einem Kind grossen Schaden anrichtet. Im Zeitalter des Internet kann sich jeder Erwachsene informieren und er kann sich einen Therapeuten suchen. Daher bin ich der Meinung, dass heute bei sexuellem Missbrauch von Schuld gesprochen werden kann. Auch wenn es auf einer höheren Ebene keine Schuld gibt, ist es nach meiner Erfahrung heilsam, in dieser Form damit zu arbeiten. Was wir in diesem Leben auf dieser Erde einem andern Menschen zufügen kann nicht entschuldigt werden mit dem karmischen Blickwinkel. Es bleibt was es ist: Das benutzen eines Machtgefälles, um jemandem zu seinem eigenen Nutzen Schaden zuzufügen. Ob dies bewusst oder unbewusst geschieht, ändert an der Tatsache nichts, dass das Opfer mit einem bleibenden Schaden zurückbleibt.
Bei sexuellem Missbrauch zwischen Vater und Tochter kann in weiteren Sitzungen geklärt werden, ob und in welcher Form ein karmischer Ausgleich stattgefunden hat oder eine entsprechende Abmachung getroffen wurde. Dadurch kann noch mehr Klarheit entstehen, das eine schliesst das andere nicht aus.
In einer Partnerschaft kann ein Unrecht ausgeglichen werden, indem das Opfer sagt: „Ich lasse die Verantwortung bei dir! Was du auch immer getan hast und was du nicht getan hast, das lasse ich in deiner Verantwortung. Das trägst du! Das hat mit mir nichts zu tun.“ Auch da atmet das Opfer die schrecklichen Bilder und die Folgen in ein Kissen und legt es dem Täter auf die Füsse.
Bei Erwachsenen arbeite ich nicht mit Schuld. Da sagt das Opfer: „Ich stehe dazu, ich habe es zugelassen. Das ist meins. Ich lasse jetzt deines bei dir und nehme meines zu mir. Was du getan und was du nicht getan hast, hat mit mir nichts zu tun. Das lasse ich in deiner Verantwortung. Was ich getan habe und nicht getan habe, das nehme ich in meine Verantwortung.“ Oft sind zwischen Täter und Opfer Schwüre oder Gelübde aus früheren Leben, die beide Partner

aneinander binden. Sie haben sich versprochen: „Ich werde dir für immer und ewig dienen.“ Oder: „Wir werden uns für immer und ewig lieben.“ Es kann auch sein, dass wir bevor wir auf die Erde kamen eine Abmachung getroffen haben, damit wir etwas lernen durch diese Erfahrung. Auch das kann geklärt und erlöst werden.
Es kann auch gesehen werden, dass der Täter ebenfalls als Kind Opfer war. Da kann er sagen: „Ich nehme das zu mir, was zu mir gehört, was zu meinen Ahnen gehört, gebe ich nach hinten.“ In diesem Fall gibt das Opfer dem Täter zwei Kissen. Eines bleibt beim Täter und das zweite gibt er seinen Eltern und Grosseltern.
Auch zwischen Eltern und Kindern bestehen aus früheren Leben solche Abmachungen. Sie sind in späteren Sitzungen zu klären. Dies verändert aber nichts an der Tatsache, dass Unrecht geschehen ist und dass dieses Unrecht vom Täter verantwortet werden muss.
Nach meiner Erfahrung lassen wir in unserer Gesellschaft sehr viel Unrecht geschehen, weil wir die Verantwortung nicht dort lassen, wo sie hingehört, nämlich bei den Tätern. Stattdessen „vergeben“ wir und stärken dadurch die Täter in ihrer Arroganz. Die Opfer müssen von den Tätern Sühne einfordern und einholen. Das ist die Aufgabe der Opfer.

In den alten Kulturen des Matriarchats wurde der Täter aufgefordert, seine Tat zu sühnen, indem er für das Opfer etwas Gutes tun musste. Das Opfer konnte sagen, was es braucht, damit es dem Täter wieder begegnen kann. Damit wurde Geben und Nehmen ausgeglichen. Aus Liebe zum Täter kann das Opfer etwas weniger als den Preis, den es bezahlt hat, verlangen. Nach diesem Heilungsprozess können sich Täter und Opfer wieder in Liebe begegnen.

Die Geburt der Christusseele in uns

Unser Leben ist eine Gratwanderung zwischen Vertrauen, Hoffnung, Illusion und Enttäuschung. Ob wir in der Gegenwart einer Täuschung oder einer Illusion unterliegen, kann sich erst mit der Zeit offenbaren. Dies ist ein Prozess, dem wir ununterbrochen ausgesetzt sind. Wie wir uns diesem Prozess stellen, zeigt sich schlussendlich in der Erkenntnis, die in uns nach Jahrzehnten die Früchte reifen lässt, und die wir am Ende des Lebens ernten.
Viele Menschen machen sich Illusionen über ihre Zukunft oder ihre Vergangenheit. Sie erträumen sich etwas, was sie vielleicht nie erreichen können oder sie erinnern sich nur noch an die „guten Geschichten“ in ihrer Vergangenheit. Je nach unserer Grundhaltung sehen wir die Zukunft und die Vergangenheit schwarz oder rosarot.
Wir verlieben uns und realisieren ein paar Monate später, dass der Partner oder die Partnerin gar nichts mit dem Menschen zu tun hat, den wir zu sehen glaubten!
Manche Menschen haben zwei oder sogar mehrere Gesichter, eines zu Hause und eines in der Gesellschaft.
Wir lassen uns von den Medien oder von einem Menschen täuschen und glauben an die Märchen, die uns jeden Tag in den Nachrichten und in der Werbung „aufgetischt“ werden.
Was „unter dem Tisch“ bleibt, wissen wir nicht.
Das Eine **wollen** wir nicht sehen und wissen, oder wenn uns jemand gezielt täuscht, **können** wir es nicht sehen und wissen.

Wir machen uns etwas vor oder wir lassen uns etwas vormachen.

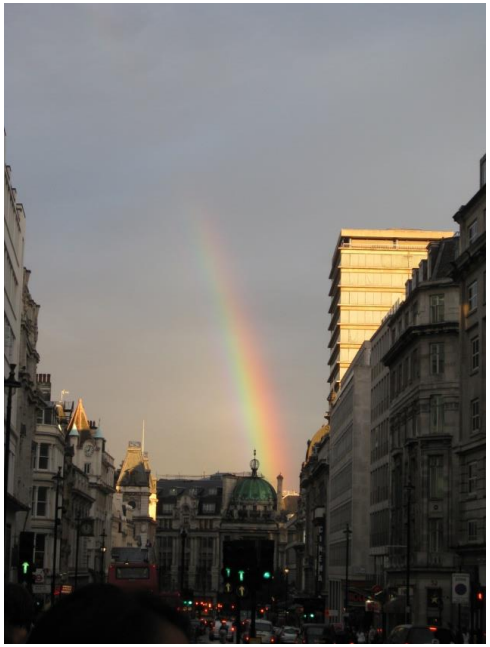
Wenn uns jemand eine Lüge erzählt, spüren wir diese meistens - und hinterher sagen wir: „Ich hab doch geahnt, dass da etwas nicht stimmt!“ Wenn uns wichtige Informationen gezielt unterschlagen werden, haben wir keine Ahnung, wie und ob wir damit in eine

bestimmte Richtung manipuliert werden, und dennoch geschieht es mit uns. Und es geschieht jeden Tag, ob wir es wollen oder nicht.
Viele Menschen nehmen nichts wahr. Ihre Seele ist so eingemauert oder verstrickt durch ihre inneren Erfahrungen, dass sie nicht mehr in Beziehung treten kann mit ihrer Umwelt und mit sich selbst.
Andere leiden unter Wahrnehmungsstörungen.
Sie sehen und hören vielleicht Dinge, die nicht der äusseren Realität entsprechen, sondern ihren inneren Bildern.
Viele von ihnen nennen sich hellsichtig und frönen bei genauer Überprüfung nichts Anderem als ihren Projektionen. Sie nehmen nur wahr, was **sie** wollen, oder sie „channeln" irgendwelche Geister, die ihrer inneren Realität entsprechen, aber nicht dem, was sich wirklich abspielt in der geistigen Welt. Sie ziehen wiederum „Jünger" an, die eine ähnliche innere Realität haben und dadurch mit ihnen in Resonanz gehen. Wer auf der Welt weiss schon, was sich wirklich abspielt?
Können wir überhaupt mit unseren eingeschränkten Sinnen die Wahrheit erfassen?
Ich schalte innerlich auf rot, wenn jemand die allein seelig machende Wahrheit verkündet.
Viele legen sich ihre Vergangenheit so zurecht, dass sie für ihr Gewissen stimmt. Wir sehen uns zum Beispiel lieber in der Rolle des Opfers als in der Rolle des Täters.
Der Übergang vom Verdrängen zum Wahrnehmungs-gestörten ist fliessend.
Wenn wir mit einer schlechten Nachricht konfrontiert werden, ist unser erster Gedanke: Das kann nicht wahr sein! Erst nach und nach gewöhnen wir uns an den schlimmen Gedanken und lassen ihn näher an uns herankommen. Erst mit der Zeit, oder wenn wir ganz brutal mit einer schrecklichen Realität konfrontiert werden, können wir sie annehmen. Oft verdrängen wir die schlimmen Dinge so schnell wie möglich wieder, indem wir nicht mehr darüber sprechen oder den Arzt um Tabletten bitten.

Das sind alles gesunde und normale Reaktionen. Wir benötigen all diese Abwehrmechanismen und all die Illusionen, um zu überleben oder um weiter zu leben - und an der Welt nicht zu verzweifeln.
Es sind unsere Überlebensstrategien.
Die meisten Menschen leben lange gut mit ihren Lebenslügen, mit ihren Geheimnissen und ihren Illusionen.
Die Folgen zeigen sich später in Form von Depressionen und anderen körperlichen und seelischen Beschwerden. Sehr oft werden sie unbewusst erst von der nächsten oder übernächsten Generation getragen, gesühnt, erlöst oder nochmals an die nächste Generation weitergegeben.
Wie können wir mit Täuschungen umgehen? Ist nicht die ganze Welt eine grosse Täuschung? Gibt es denn überhaupt eine Wahrheit, oder müssten wir nicht von Wahrheiten sprechen?
In Indien sagen die Yogis: Alles ist Maya! Alles ist Täuschung! Darum zieh dich aus dem normalen Leben zurück und verbinde dich mit dem wahren SEIN. Das wahre SEIN ist nur in der Meditation erreichbar. Da machst Du die Erfahrung, dass wir nur Energie oder Licht sind. Du erlebst, dass Alles mit Allem verbunden ist, und wir nur eine kleine geistige Einheit im unendlichen Universum sind!
Was sich hier auf der Erde abspielt, ist alles unwichtig. Es ist das nicht-enden-wollende Rad der Wiedergeburt und es geht darum, uns daraus zu befreien. Zieh dich aus der materiellen Welt zurück, geh in die Wälder und meditiere. Nur dort findest du die Wahrheit, sie kann nur geistiger Natur sein.
Es gibt in Indien eine wunderbare Kopfbewegung, eine Geste, die wir im Westen nicht kennen. Der Kopf wird nicht wie bei unserem Nein auf beide Seiten gedreht, sondern hin und her gewiegt und die Geste bedeutet: **Weder dies noch das**, nicht ja nicht nein.
Das ist eine Möglichkeit, ein Blickwinkel, wie wir mit Täuschungen umgehen können.
Damit können wir im Westen schwer leben. Wir brauchen ein Ja oder ein Nein. Wir wollen wissen, was Sache ist.

Wir wollen differenzieren, unterscheiden und wollen „Betriebsanleitungen.“ Ich versuche, die oben beschriebenen Täuschungen genauer unter die Lupe zu nehmen.
Zum Einen sind da Selbsttäuschungen und zum Anderen Täuschungen, die von aussen kommen und meistens gezielt angewendet werden, um uns in eine bestimmte Richtung zu manipulieren.
Beide Täuschungen sind nur mit einer ausgiebigen „Innenschau“ aufzudecken. Dank Wiederholungen können wir die Täuschungen mehr und mehr umkreisen, sie immer differenzierter wahrnehmen und mit der Zeit immer schneller erkennen. Die erste Entscheidung, die es zu treffen gilt, ist die Entscheidung der Verantwortlichkeit. Für welche Täuschungen bin ich verantwortlich, und welche Täuschungen haben mit mir nichts zu tun?
In erster Linie bin ich für meine eigenen Lügen, Illusionen und Täuschungen verantwortlich. Es geht darum, die Verantwortung für alles zu übernehmen, was ich in meinem Leben mache und das, was ich nicht mache. Es geht darum, zu meinen Fehlern und meiner „Geschichte“ zu stehen, schwierige Wahrheiten auszusprechen und nachzufragen, auch wenn es vielleicht peinlich ist. Dazu kann ich mich entscheiden und in die „Aufgerichtete Haltung“ kommen, wie man dies im Yoga nennt. Diese Haltung bewahrt uns vor Rückenschmerzen. Es ist meine innere Aufrichtigkeit.
Für die Lügen der Anderen bin ich nicht verantwortlich, aber ich bin dafür verantwortlich, so gut es mir möglich ist, die Lügen der Anderen zu erkennen. Hinzuschauen, wo und wann ich belogen werde, und was verschwiegen wird.
Dies kann ich nur erreichen, wenn ich nach innen höre, mit meinem Herzen in Verbindung bleibe. Ich bin verantwortlich dafür, mich nicht von Angstmacher-, Sündenbock- und Emotionspropaganda überwältigen zu lassen.
Dann weiss ich, wenn ich Nachrichten schaue, dass die Hälfte dazu dient, mich zu täuschen und ich bin „hellhörig“. Ich durchschaue die Taktik der Angstmacher und ich frage mich, wer gewinnt bei einer Grippepropaganda und wer gewinnt, wenn Feindbilder erstellt werden? Kriegspropaganda beginnt immer mit Sündenböcken!
Ich kann emotionalen Aufwieglern nur mit der Ebene des Herzens begegnen. Indem ich bereit bin, auch Kanäle kennen zu lernen, die mir einen anderen Blickwinkel verschaffen. Ich bin aufgefordert, dies **und** das zu prüfen und beidem seinen Platz zu geben.
Schwieriger wird es in meinem näheren Umfeld. Wenn ich mich zum Beispiel verliebe. Lasse ich mich da täuschen und enttäuschen? Wie kann ich das verhindern? Was geschieht denn, wenn ich verliebt bin, was geschieht, wenn ich mit jemandem zusammen lebe oder zusammen arbeite? Wie kann ich mich da vor Enttäuschungen schützen?
Da geht es darum, zu erkennen, die Verantwortung für seine eigenen Lügen zu übernehmen und dem Partner die Verantwortung für seine Lügen zu überlassen.
Im Verliebt sein sehen wir oft auch das ganze Potenzial des Partners. Wir machen uns Illusionen für die Zukunft - was wir mit ihm zusammen alles tun könnten. Wir erkennen ihn in seinem ganzen SEIN, in seiner göttlichen Ganzheit und hoffen, durch ihn unserer eigenen Göttlichkeit näher zu kommen. Mit der Zeit erkennen wir, dass er seine Ganzheit noch nicht leben kann, und sind enttäuscht.
Heute können wir in einem Leben mehrere Partner haben. Dies war noch vor ein paar Generationen nicht so. Damals konnten wir ein Leben lang dem Partner die Schuld an unserem Unglück geben. Heute können wir uns von unseren Partnern trennen und spätestens nach dem Dritten merken wir, dass uns jeder die gleichen oder ähnliche „Probleme macht“. Dann stellen wir uns die Frage: Warum ziehe ich immer dieselben Männer oder dieselben Frauen an? Und wir machen uns auf die Suche nach den Gründen und werden fündig. Da erkennen wir plötzlich, dass wir in diesem Leben an einem bestimmten Thema arbeiten wollten und es uns immer wieder begegnet, bis wir es nicht mehr brauchen. Vielleicht erkennen wir es auch immer schneller und wir lernen, damit umzugehen.

Wir lassen uns mit der Zeit weniger von unseren Emotionen mitreissen und hören immer besser auf unser Herz, denn wir erkennen, dass uns das Herz warnt. Dieser Prozess führt uns mehr und mehr zu uns.
Wir gehen heute nicht mehr wie im alten Indien in die Wälder und suchen in der Meditation den Weg zu unserem SEIN. Heute stellen wir uns dem Leben und gehen diesen Prozess, indem wir unsere Erfahrungen in unserem Alltag verarbeiten und uns mehr und mehr mit unserem Herzen verbinden. Unser Herz ist letztlich der Schlüssel zur geistigen Erkenntnis. Das Ziel jeder Therapie ist die Erkenntnis, dass wir ein Wesen voller Licht und Liebe sind und mit allem verbunden sind, was sich im Universum manifestiert und zeigt.
Wir brauchen uns nicht mehr an Illusionen zu klammern, unser Partner braucht seine Göttlichkeit nicht mehr für uns zu leben, wir erkennen, dass wir sie nur in uns finden und für uns selbst entwickeln und leben können. **Das ist die Geburt der Christus-Energie in uns.**



Bücherhinweise:

Bert Hellinger,
Anerkennen was ist. Kösel Verlag, ISBN 3-466-30400-8

Finden, was wirkt. Kösel Verlag, ISBN 3-466-30389-3

Verdichtetes. Kösel Verlag, ISBN 3-89670-00 1-4

Die Mitte fühlt sich leicht an, Kösel Verlag
ISBN 3-446-30416-4

P.D. Ouspensky
Auf der Suche nch dem Wunderbaren O.W. Barth Verlag
ISBN 3-426-29187-8

Shankara , Bernd Helge Fritsch
Das Kleinod des Shankara, Books on demand
ISBN 3-8423-6378-8

Sri Srimad, A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada
Bhagavad-Gita, wie sie ist, The bhaktivedanta book trust
ISBN 91-7149-401-4