

Jacques Suijkerbuijk  
Bruck 6, 85567 Bruck  
08092-88175  
jacquess@t-online.de, www.heilendes-sein.de

Liebe/r LeserIn,

Mein Anliegen ist es, in diesen Rundbriefen, das Wissen und die Erfahrungen aus meiner langjährigen Arbeit mit Menschen, als auch aus meiner persönlichen meditativen und geistigen Arbeit, weiter zu geben.

Außerdem will ich esoterische Lebensgrundlagen und Betrachtungen auf eine klare und verständliche Art vermitteln. Der Hintergrund meiner Arbeit ist die Zeitlose Weisheit, wie sie uns von H.P. Blavatsky, Alice Bailey und weiteren Personen gegeben wurde. Auch stehe ich in meinen Betrachtungen dem tibetischen Buddhismus sehr nahe.

Esoterik ist nichts Weltfremdes oder Abgehobenes, sondern eine Lebensbetrachtung, die von einer größeren Wahrheit und Lebensdimension ausgeht - wie alle Religionen es schon seit jeher machen. Wahre Esoterik kennt keine Trennung und findet ihre Grundlage in der Einheit, in dem praktischen Anwenden aller gemachten Erkenntnisse. Dadurch werden die Erkenntnisse zu tragenden und stützenden Lebenserfahrungen eines Menschen, die er dann in seiner Lebenshaltung automatisch an andere weitergibt. Wir sind nicht allein auf der Welt und jede Wandlung, jede Erfahrung, die ein Mensch macht, bereichert das Energiefeld der Erde und trägt dazu bei, dass andere etwas leichter ihren Weg gehen können.

Ich möchte mit diesen Rundbriefen einen Beitrag dazu leisten, die tiefen und umfassenden Wahrheiten des Lebens für mehr Menschen zugänglich zu machen. Ich wünsche mir, dass sie ihrer eigenen Tiefe und Wahrheit dadurch näher kommen und sie zum Wohl der Menschheit in ihr Leben integrieren können.

Wenn du Interesse hast, den Rundbrief regelmäßig zu bekommen, dann melde dich. Du kannst bei Brief 1 anfangen und dann monatlich einen neuen Brief bekommen, oder auch in deinem Rhythmus die Briefe zugeschickt bekommen.

Ich brauche dann von dir:

- Name und Adresse
- Emailadresse - wenn du hast
- Den monatlichen Betrag, den du als Beitrag leisten wirst (mindestens €10,-, per Post €15,-)
- Zahlungsweise (Überweisung, ev. Bankeinzug)
- Wie willst du den Brief bekommen, per mail oder per Post?

Du kannst den Rundbrief zu jeder Zeit wieder abbestellen, wenn du ihn nicht weiter beziehen möchtest.

Mit lieben Grüßen,  
Jacques Suijkerbuijk



# **Esoterische Lebensgrundlagen Brief 1**

**Jacques Suijkerbuijk**

**Liebe ist wie eine duftende Blume;  
man kann ihren Duft wahrnehmen oder an ihr vorbeigehen.  
Diese Blume ist für jeden da und besonders für den Einen, der sich die Zeit nimmt, ih-  
ren Duft innig einzuatmen und sie mit Entzücken anzuschauen.  
Ob man ihr im Garten ganz Nahe ist oder weit entfernt, für die Blume ist es das Gleiche,  
weil sie voll des Duftes ist und ihn für jeden verströmt.**

**J. Krishnamurti**



## Inhalt des Briefes

<b>Einleitung</b> .....	<b>1</b>
Über den Rundbrief.....	1
Aufbau der Briefe .....	1
Die einzelnen Themen.....	3
1. Lebensgrundlagen und Lebensgesetze .....	3
2. Astrologie.....	3
3. Die sieben Strahlen .....	3
4. Konstitution des Menschen.....	3
5. Heilung.....	3
<b>Lebensgrundlagen und Lebensgesetze</b> .....	<b>4</b>
1. Allgemeine Idee.....	4
2. Geistige Entwicklung .....	4
Was ist geistige Entwicklung?.....	4
Der Unterschied zwischen Persönlichkeitsentfaltung und geistiger Entwicklung .....	5
Was ist Esoterik? .....	5
Geistige Entwicklung im Westen heute .....	6
<b>Astrologie</b> .....	<b>8</b>
1. Einleitung.....	8
2. Allgemeines zur Astrologie .....	8
3. Esoterische Astrologie.....	9
1. Der Raum ist eine Wesenheit .....	10
2. Die holistische Betrachtung, in der ein Mensch in seiner Entwicklung und in größeren Zusammenhängen gesehen wird.....	10
3. Sternbilder und Planeten als hochentwickelte Wesenheiten .....	10
4. Die Kreuze und die Dreiecke als elementare Strukturen.....	10
<b>Die sieben Strahlen</b> .....	<b>12</b>
1. Einleitung.....	12
2. Einführung - Teil 1 .....	12
<b>Das Geheimnis der Zufriedenheit</b> .....	<b>14</b>

Diese Rundbriefe können gegen einen Mindestbeitrag von monatlich € 10,- per Mail bzw. € 15,- per Post bezogen werden.  
Herausgeber: Jacques Suijkerbuijk, Bruck 6, 85567 Bruck, [www.heilendes-sein.de](http://www.heilendes-sein.de)  
JacquesS@t-online.de, 08092-88175, 0160 – 356 14 51  
Konto: GLS Bank, BLZ 430 609 67, Kontonummer 252 822 00



## Einleitung

### Über den Rundbrief

Das Anliegen dieser Rundbriefe ist, das Wissen und die Erfahrungen aus meiner langjährigen Arbeit mit Menschen, sowie auch aus meiner persönlichen meditativen und geistigen Arbeit, weiter zu geben. Außerdem will ich esoterische Lebensgrundlagen und Betrachtungen auf eine klare und verständliche Art vermitteln. Der Hintergrund meiner Arbeit ist die Zeitlose Weisheit, wie sie uns von H.P. Blavatsky, Alice Bailey und weiteren Personen gegeben wurde. Auch stehe ich in meinen Betrachtungen dem tibetischen Buddhismus sehr nahe.

Esoterik ist nichts Weltfremdes oder Abgehobenes, sondern eine Lebensbetrachtung, die von einer größeren Wahrheit und Lebensdimension ausgeht - wie alle Religionen es schon seit Jahrtausenden machen. Wahre Esoterik kennt keine Trennung und findet ihre Grundlage in der Einheit, in dem praktischen Anwenden aller gewonnenen Erkenntnisse. Dadurch werden die Erkenntnisse zu tragenden und stützenden Lebenserfahrungen eines Menschen, die er dann in seiner Lebenshaltung automatisch an andere weitergibt. Wir sind nicht allein auf der Welt und jede Wandlung, jede Erfahrung, die ein Mensch macht, bereichert das Energiefeld der Erde und trägt dazu bei, dass andere etwas leichter ihren Weg gehen können.

Ich möchte mit diesen Rundbriefen einen Beitrag dazu zu leisten, die tiefen und umfassenden Wahrheiten des Lebens für mehr Menschen zugänglich zu machen. Ich wünsche mir, dass sie ihrer eigenen Tiefe und Wahrheit dadurch näher kommen und sie zum Wohl der Menschheit in ihr Leben integrieren können.



### Aufbau der Briefe

Ich habe die Rundbriefe in verschiedene Themenbereiche eingeteilt und hoffe, dass dadurch für viele Menschen anregende und bereichernde Artikel zu finden sind. Ich werde sowohl Grundlagen und Themen für diejenigen schreiben, die mit den Themen wenig vertraut sind, als auch vertiefende Artikel schreiben. Vor allem sollte vieles auch praktisch anwendbar sein. Nur dann erfüllen die Rundbriefe ihren Zweck.

Für diejenigen, die mit dieser Materie wenig vertraut sind, sind sicher manche Begriffe, die ich verwende nicht immer gut einzuordnen oder zu verstehen. Nach und nach werden die meisten Begriffe klarer oder auch von mir erläutert. Außerdem ist es zu jeder Zeit möglich, Fragen zu stellen, die ich dann genau so in den Briefen beantworten werde.

Wenn es genug Interessenten für den Rundbrief gibt, kann ich mir vorstellen, diesen auch als Forum oder als Möglichkeit, sich auszutauschen, Fragen zu stellen zu nutzen oder noch andere Kommunikationsmöglichkeiten daraus entstehen zu lassen.

Zusätzlich will ich auch über aktuelle Lebensthemen schreiben, z.B. über politische oder wirtschaftliche Situationen. Ich bin da kein Experte, aber viele konkrete Strukturen und Probleme lassen sich aus einer umfassenden Warte besser verstehen, zumal wir aus meiner Sicht die vielen momentanen Probleme nicht mehr lösen werden, wenn wir nicht lernen, alles in einem neuen Bewusstsein anzugehen. Ganz allgemein geht es um eine Verlagerung des Bewusstseins von der konkreten, wirtschaftsbezogenen Ebene auf eine menschliche Grundlage, wo die Liebe, die Verantwortung und das Miteinander zentral stehen. Wenn wir diese Wandlung nicht schaffen, lassen sich die heutigen Krisen, national und international, nicht mehr lösen.

Die Briefe sind in folgende Themenbereiche eingeteilt:

- Lebensgrundlagen und Lebensgesetze
- Astrologie
- Die sieben Strahlen
- Konstitution des Menschen
- Heilung

Nachfolgend die Themen der einzelnen Bereiche.

Ich freue mich über Anregungen zur Verbesserung der Rundbriefe.  
Wer Fragen zu den Themen hat oder sonstiges mitteilen möchte... gerne

Ich wünsche dir viel Anregung und Freude beim Lesen,  
Jacques



## Die einzelnen Themen

### 1. Lebensgrundlagen und Lebensgesetze

- a. **Lebensgrundlagen – einige Themen**
  - Meditation
  - Beziehung
  - Lebensaufgabe
  - Entscheidungen
  - Aktuelle Themen, esoterisch beleuchtet
- b. **Lebensgesetze**
  - Gesetze der Seele
  - Weiße Magie
  - Grundlagen des Manifestierens
  - Entwicklung, Einweihungen

### 2. Astrologie

- Allgemeine Grundlagen
- Esoterische Astrologie
- Die Tierkreiszeichen – ihre Qualitäten und Aufgaben
- Die Planeten – ihre exoterischen und esoterischen Grundlagen
- Aspekte, Transite
- Häuser – die verschiedenen Häusersysteme
- Mondknoten, Lilith und Chiron
- Der Glückspunkt
- Wechselwirken der Elemente, Kreuze und Dreiecke
- Praktische Ansätze, wie das Horoskop zu nutzen ist

### 3. Die sieben Strahlen

- Allgemein
- Ihre Qualitäten
- Wechselwirkungen, Ergänzungen
- Praktischer Nutzen und Umgang mit den Strahlen
- Möglichkeiten und Krisen
- Astrologie und die Strahlen

### 4. Konstitution des Menschen

- Die Aura
- Der Ätherkörper und die Chakras
- Der Emotional- und der Mentalbereich
- Die Seele
- Die 7-fache Konstitution oder Der Mensch als Teil der Evolution
- Die Dreiecke im Körper
- Die Verbindung zu den Strahlen und zu den Planeten

### 5. Heilung

- Esoterisches Heilen
- Die Heilergesetze
- Krankheiten aus esoterischer Sicht
- Heilmeditationen
- Heilwesen
- Krankheiten und Krisen der Strahlen



## Lebensgrundlagen und Lebensgesetze

### 1. Allgemeine Idee

Nur das, was wir tatsächlich ins Leben einbringen, zur eigenen Erfahrung machen, hat für uns eine Bedeutung. Jede Theorie ist nur in dem Maße sinnvoll, wie sie einen Beitrag zu besseren Lebenssituationen leistet, sei es für einen persönlich, oder darüber hinaus für das Wohl der Menschheit und der Erde.

Eine sinnvolle und notwendige Grundlage für unser Wachsen finden wir darin, wenn wir tägliche Strukturen und allgemeine Themen von einer umfassenden Warte aus betrachten. Wer z.B. Themen wie Beziehung, Sterben, Freiheit usw. genauer anschaut, kann sich dadurch von allgemeinen, eingeschliffenen, aber leider oft begrenzenden und überholten Betrachtungen ein Stück frei machen und dem eigenen Leben einen anderen Inhalt diesbezüglich geben. Vor allem ist es notwendig, dass wir lernen, das Aufbauende, Bereichernde und Kreative in Lebenssituationen und -prozessen zu erkennen, was dazu führen wird, dass wir ihnen ganz anders begegnen können.

Das Leben hat viele Rhythmen und Gesetzmäßigkeiten. Wer diese erkennt und kennt, kann dadurch leichter und stimmiger mit ihm umgehen. Wer z.B. die Gesetze des eigenen Körpers kennt (welche Nahrung, wie viel Schlaf man braucht, wie viel Belastung man aushält), wird sich entsprechend verhalten und dadurch wenig Energieverlust haben. So hat jede Ebene – das Denken, das Fühlen, die göttliche Seele – ihre eigenen Gesetzmäßigkeiten. Auch Entwicklungsprozesse unterliegen ihren eigenen Gesetzen und Rhythmen (= den Gesetzen der Zeit).



### 2. Geistige Entwicklung

#### Was ist geistige Entwicklung?

Das Leben ist ein fortschreitender Prozess zu immer größerer Vollkommenheit. Leben ist Entwicklung. Wir sprechen von einer geistigen Entwicklung, wenn jemand sich seiner Existenz bewusst wird und anfängt, gezielt mit seinen Lebensprozessen umzugehen und sein Leben in Verbindung zu einer höheren Quelle – der göttlichen Seele – zu gestalten.

Irgendwann wird in der Entwicklung ein Punkt erreicht, ab dem das Leben nur noch als ein Erfahrungsweg gesehen wird; dann gibt es keinen Unterschied mehr zwischen Leben und geistiger Entwicklung.

In dieser Zeit entsteht ganz von alleine das Bedürfnis, bewusst den eigenen Weg zu gehen, sich gezielt zu schulen, mehr zu wissen, zu verstehen, zu erfahren.

**Entwicklung** findet heute und bei uns im Westen im *Bewusstsein* statt, nicht in der Optimierung der Lebensform (Beherrschen von Gedanken, Gefühlen oder Perfektionieren des Körpers) und in Disziplin. Dies sind notwendige Grundlagen und sie werden Bestandteil der Entwicklung bleiben, sollten aber nicht überbetont werden.

Zentral in jeder Entwicklung ist das Finden der Individualität. Jeder Mensch lernt nach und nach seine ganz eigene Identität zu erfahren und sein Leben danach zu richten. Nur das, was jemand für sich als wahr und richtig erkennt und annimmt, kann und darf er als Lebensgrundlage nehmen. In vielen Lebensstadien ist dies manchmal eine selbstverständliche und leichte Aufgabe, dann wieder wird sie Mut und Durchsetzungskraft verlangen.

Wir befinden uns heute in der Übergangsphase zum Wassermannzeitalter. Da liegen auch die Schwierigkeiten, weil es nicht mehr wie bisher (wie im Fischzeitalter) einen Lehrer gibt, der genau sagt, was der nächste Schritt ist: jeder muss/darf seinen eigenen Weg finden! Selbst getroffene Entscheidungen bilden die Grundlage, durch Erfahrungen den ureigenen Weg zu erkennen und machen den Menschen für seinen Weg verantwortlich.

#### Durch eine gezielte Entwicklung:

- optimiert man seine Gedanken, Gefühle und Lebensumstände,
- entwickelt man ein differenziertes Bewusstsein für sich und seine Lebensprozesse,
- erschließt man neue Ebenen und sieht das Leben in einem ganz anderen Rahmen,
- wächst man in die individuelle Lebensaufgabe hinein.

## Der Unterschied zwischen Persönlichkeitsentfaltung und geistiger Entwicklung

Wer sich mit der geistigen Entwicklung beschäftigt, sollte unterscheiden zwischen:

### - Persönlichkeitsentfaltung

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

### - Geistige Entwicklung

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

Im Prinzip ist die Persönlichkeitsentfaltung ein Bestandteil der geistigen Entwicklung (umgekehrt nicht unbedingt!) und sie bleibt wichtig. Was geschieht ist, dass der Schwerpunkt des Bewusstseins sich mehr und mehr in die geistige Entwicklung als primärem Ansatz verlagert. Die Persönlichkeitsentfaltung läuft dann als selbstverständlicher Teil innerhalb der Entwicklung ab.

Beides sollte miteinander in Einklang sein. Wenn eine geistige Entwicklung zu stark, d.h. ohne die entsprechende Reinigung und Klärung der Persönlichkeitsstrukturen angestrebt wird, kann es zu schwierigen Prozessen und Krankheiten kommen, da die Persönlichkeitsbereiche nicht reif sind, die starke Energie der Seele durchzulassen.

Andererseits, wenn die Betonung zu stark auf der Persönlichkeitsentfaltung liegt, verliert man leicht aus dem Auge, worum es im Leben wirklich geht. Es besteht die Gefahr, dass die Persönlichkeit zu viel Aufmerksamkeit bekommt und für höhere Energien nicht mehr aufnahmefähig ist.

### Zusammengefasst:

#### **Persönlichkeitsentfaltung**

Optimierung der Persönlichkeit  
Sich erleben  
Bekanntes Raum gestalten  
Harmonie  
Ich bin wichtig  
Horizontales Leben primär

#### **Geistige Entwicklung**

Das Öffnen neuer Ebenen und Dimensionen  
Über sich hinausgehen  
Rahmen und Grenzen sprengen  
Erneuerung, eventuell Krise  
Meine Aufgabe ist wichtig  
Vertikales Leben primär

Das Ziel einer geistigen Entwicklung ist, den Stand in der Mitte, ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen beiden Lebensaspekten zu haben. In der Mitte sein heißt: die neuen Impulse aus der geistigen Entwicklung in die Persönlichkeit und in das tägliche Leben umzusetzen, dort auszudrücken.

## Was ist Esoterik?

**Esoterik** ist die Betrachtung der inneren Aspekte des Lebens. Jede sichtbare Form ist Ausdruck einer inneren Energie. Das Erfahren, Erfassen und Verstehen der inneren Energien ist die esoterische Betrachtung. Hierdurch entsteht ein Bewusstsein für tiefere Aspekte und größere Zusammenhänge, was zu einem immer besseren Verstehen und Umgehen mit dem Leben führt. Der Begriff Esoterik ist relativ: Was jetzt für einen Menschen esoterisch ist, weil als tiefere Betrachtung zu sehen, wird irgendwann zur normalen Betrachtung, wodurch sich der esoterische Aspekt verlagert.

Esoterik ist nichts Geheimnisvolles oder Weltfremdes, sondern die Beschäftigung mit tieferen, verborgenen Lebenswerten, mit dem, was jede Religion behauptet und die Menschheit seit Urzeiten weiß: Dass es mehr gibt als das Sichtbare und dass das Leben einen tiefen, inneren Ursprung hat, den es zu finden gilt.

Das Gegenteil von Esoterik ist Exoterik, das Äußere, Sichtbare.

Wer will, dass innere Werte und umfassende Betrachtungen ein normaler Bestandteil seines Lebens werden - was das Leben inhaltsreicher und sinnvoller macht - tut gut daran, von Anfang an Begriffe klar zu definieren und entsprechend zu benutzen. Gerade dadurch, dass sich heute sehr viele Menschen für tiefere Lebenswerte öffnen, findet eine Verwässerung von Begriffen statt, wodurch die Esoterik sich selbst schadet. Wer Begriffe klar definiert und entsprechend benutzt, weiß, wovon er spricht, kann sich klar abgrenzen, klar formulieren und erweist sich und dem Leben selbst einen großen Dienst!

### Geistige Entwicklung im Westen heute

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

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

#### Die wichtigsten Entwicklungsprozesse, die heute ablaufen, sind:

- **Die Beziehung zur Seele<sup>1</sup>** – und damit die Verbindung zur geistigen Welt – wird als reale Tatsache empfunden und mehr und mehr anerkannt. Zum ersten Mal in der Menschheitsgeschichte beeinflusst das Seelenbewusstsein gezielt die Menschheit als Ganzes;
- als Folge davon entwickelt sich eine zunehmende **Integration** und Akzeptanz der dazugehörigen **Verantwortung** – individuell zwischen den einzelnen Persönlichkeitsbereichen, national und international durch das Vernetzen und Anerkennen wechselseitiger Abhängigkeiten *aller* menschlichen Bereiche;
- **das Entwickeln und kreative Nutzen des Mentalbereiches.** Der analytische Aspekt des Mentalbereichs ist schon sehr aktiv und immer mehr Einzelmenschen fangen an, selbst zu denken und darüber hinaus, das Mentale kreativ zu nutzen. Das synthetische Denken zieht unter dem Einfluss der Seelenenergien schnell nach.

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

Wir können heute nicht mehr wirklich alles nacheinander oder nebeneinander lösen. Wir müssen lernen, die Einheit des Ganzen als Grundlage zu nehmen und die Differenziertheit und Vielfalt in ihrer Einzigartigkeit erkennen – nur dann werden wir die Schwierigkeiten lösen können, die heute in jedem Bereich und überall auf der Welt zu sehen sind. Individuelle Probleme lassen sich nur in einem Konzept der Einheit, in einem Bewusstsein der Verantwortung für alles Leben lösen, genauso lassen sich nationale Probleme nur international lösen, ebenso Gruppenkonflikte, wenn sie in einem umfassenden Rahmen verstanden werden.

Eine große Schwierigkeit, mit der wir heute zu tun haben, ist, dass das Bewusstsein der Menschen – *auch wenn sie sich mit nationalen und internationalen Aspekten und Problemen befassen* - noch sehr stark individuell, egoistisch geprägt ist: Unbewusst steht doch der eigene Vorteil im Vordergrund.

---

<sup>1</sup> Das Leben hat viele Bewusstseins Ebenen. Die uns bekannten und direkt erfahrbaren sind der physische Körper, der Emotional- und der Mentalkörper. Darüber hinaus gibt es noch viele Ebenen, auf der wir existieren. Die 'erste' Ebene, die uns mit den inneren, nicht sichtbaren und über unsere Sinnesorgane hinausgehenden Ebenen verbindet, wird als Seelenebene bezeichnet. Sie ist das Tor in die weite Dimension der geistigen Welt. Wer von höherem Selbst, Ego, göttlichem Funken oder Ähnlichen spricht, meint damit das Gleiche wie ich mit dem Begriff Seele.

Wenn es um wirkliche Entscheidungen geht, dann sind sie meist noch davon gesteuert, was für sie selbst – oder das eigene Land – am vorteilhaftesten ist (und dies wiederum meist nur wirtschaftlich gesehen).

Dies alles zu verstehen und zu beachten legt die Grundlage für die *individuelle* Entwicklung. Das Anerkennen der Einheit des Lebens bedeutet heute, dass *alle* Lebensaspekte als göttlich zu sehen sind, gerade auch die vielen Strukturen, die wir oft als materialistisch betrachten.

Entwicklung findet heute inmitten der Unruhe, der Veränderung, der schwierigen äußeren Gegebenheiten statt. Hier setzt die Integration an: indem ein Mensch lernt, seine im Inneren gefundene und gehaltene Stille, seine innere Gelassenheit und Seelenkraft *für* die äußere Situation zu nutzen. Dies bedeutet, dass er sich nicht mehr den vielen Gedanken- und Gefühlsströmen der Menschen entziehen und sich dauerhaft in die Natur, in ein Kloster oder Ähnliches zurückziehen kann. Er wird dies zeitweilig notwendigerweise machen, um sein System zu regenerieren und die inneren Impulse zu festigen, aber er wird in die Welt zurückkehren, zurückkehren wollen. Im Bewusstsein seiner Seele weiß er, dass die individuelle Erlösung nur dann stattfinden kann, wenn er sich mit den anderen Menschen und der Erde verbindet – und zwar heutzutage ganz konkret in seinem Dienst, in seinem Dasein, in seinem Verbundensein in den Problemen und Begrenzungen! Hier liegt auch der Grund, warum die Seele ihre Persönlichkeit teilhaben lässt an den Problemen und Schmerzen der Menschheit, obwohl dies eine extreme Herausforderung für eine seelendurchdrungene Persönlichkeit ist, die alles viel klarer, intensiver und umfassender erlebt als ein Mensch, der nicht so stark unter Seeleneinfluss lebt – ein Aspekt, der oft vergessen wird!

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

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



## Astrologie

### 1. Einleitung

Ich beschäftige mich seit über 30 Jahren mit der Astrologie. Für mich war gerade die Verbindung zwischen Astrologie und meiner Arbeit als Therapeut und Lehrer eine einzigartige Möglichkeit, die im Horoskop sichtbaren Grundlagen zu überprüfen und oft über längere Zeit bei Menschen zu verfolgen. Dadurch war es möglich, viel differenzierter zu erkennen, wie sich welche Grundlagen bei Menschen auswirken, wie jemand auf sein im Horoskop vorgegebenes Potenzial tatsächlich reagieren kann. Die Rhythmen und Transite der Planeten konnte ich verfolgen und feststellen, wie unterschiedlich Menschen darauf reagieren können.

Ich werde in den Rundbriefen ausführlich über astrologische Themen schreiben, liegt darin doch sehr viel Interessantes und praktisch Anwendbares, verständlich erklärt auch für diejenigen, die sich sonst nicht mit Astrologie beschäftigen oder sich darin vertiefen können oder wollen.

Wer sich nur mit seiner Sonnenposition, seinem Aszendenten und Mondzeichen beschäftigt, kann daraus schon eine ganze Menge Information für das eigene Leben holen.



### 2. Allgemeines zur Astrologie

Die Astrologie ist so alt wie die Menschheit. Jedes Volk und jede Kultur lebte in einem Bewusstsein, in dem die Einheit des Lebens als Grundlage vorhanden war. Das Leben war Teil des Kosmos und es war selbstverständlich, dass das irdische Leben von außerirdischen Einflüssen geprägt wurde.

'Wie oben, so unten' ist eine alte Weissagung und die Astrologie basiert auf diesem Prinzip: Die Lebensformen auf Erden sind ein direktes Abbild von dem, was im Kosmos an Energiestruktur vorhanden ist. Der Geburtsmoment einer Lebensform, spezifisch also die Geburt eines Menschen, ist der prägende Moment, in dem ein Abbild der kosmischen Struktur verankert wird und ist damit die Ausrüstung des Menschen für sein Leben. Die genaue Zeit ist der erste Atemzug, weil damit das eigene Leben anfängt.

Die Astrologie geht davon aus, dass jede kosmische Einheit (Sonne, Planet, Sternbild) eine spezifische Energiequalität ausstrahlt und so anderes Leben beeinflusst (und ebenso beeinflusst wird).

Das Horoskop ist die Aufzeichnung des Energiemusters bei der Geburt und die Grundlage für die astrologische Deutung. Hier kann man genau sehen, wie die Sternzeichen, die Sonne, der Mond und die Planeten sich zueinander befanden, als der Mensch geboren wurde.

Das Horoskop zeigt *nicht* das Bewusstsein, mit dem der Mensch diese Grundlagen leben wird! Die kosmische Struktur bildet die Grundlage für sein Leben. Der Mensch ist durch sein Horoskop nicht fixiert oder vorbestimmt! Er selbst bestimmt, wie er die Möglichkeiten des Horoskops leben wird. Aus diesem Grund können Zwillinge (sowohl biologische als auch astrologische) sehr verschieden sein: Beide können unterschiedliche Bereiche des gleichen Horoskops leben, je nachdem, welches Bewusstsein oder welche innere Ausrichtung vorhanden sind. Äußere Umstände wie die Familie, das soziale Umfeld, die Nation beeinflussen einen Menschen zusätzlich.

Der Mensch entwickelt sich auf der Grundlage des Horoskops, bewusst oder unbewusst, indem er lernt, mit der vorgegebenen Struktur immer besser umzugehen. Er lernt, die Schwierigkeiten in Möglichkeiten, die Probleme in Qualitäten umzuwandeln. Das Leben ist niemals statisch! Die Entwicklung ist ein fortdauernder Prozess ohne Ende: Im Horoskop wird man immer wieder neue Ebenen und weitere Möglichkeiten entdecken! Das Bewusstsein bestimmt, auf welche Energien eines Planeten oder Sternzeichens ein Mensch in einer bestimmten Phase reagieren kann.

Statt von den Energien der Tierkreiszeichen bestimmt zu werden, sollte man lernen, die Energien und Qualitäten der Zeichen zu steuern und damit selbst zu bestimmen, wie man sie nutzt.

Die Astrologie ist keine statische Grundlage, sondern wird von vielen Menschen unterschiedlich angewandt, je nach individueller, aber auch kultureller Grundlage:

- Vom rein materiellen Betrachten, zu schauen, wo äußeres Glück zu finden ist, über die psycholo-

gische, humanistische und transpersonale Deutung, bis zum esoterischen Ansatz, bei dem es primär um die geistige Entwicklung eines Menschen geht.

- Auch wird die Astrologie in verschiedenen Ländern unterschiedlich gehandhabt. Es gibt nicht nur die grundlegenden Unterschiede zwischen chinesischer, indischer und westlicher Betrachtung, sondern auch im Westen unterscheiden sich die deutsche, angloamerikanische, holländische und französische Astrologie zum Teil erheblich. Auch die verschiedenen Schulen innerhalb Deutschlands arbeiten mit zum Teil ganz unterschiedlichen Ansätzen.

Wichtiger als die Deutung einzelner Zeichen, Planeten oder Häuser ist das Erfassen des Wechselwirkens, der Analogien und der sich daraus ergebenden Gesamtstruktur. Gerade aus dem Wechselwirken und den vielen Zusammenhängen ergibt sich der Sinn der Astrologie.



### 3. Esoterische Astrologie

Die esoterische Astrologie ist eine Erweiterung der exoterischen Astrologie. Es ist nichts anderes, als dass ich die Astrologie von einer höheren Warte aus betrachte und mehrere Aspekte und Betrachtungen einbeziehe. Vielleicht ist der wichtigste Unterschied, dass ich esoterisch von der Bewegung und Veränderung - der einzig wirklichen Grundlage unseres Lebens - ausgehe und nicht alles als gegeben und statisch betrachte - weder das System der Astrologie, noch die Art der Interpretation und der Anwendung im Individuellen. Zum Beispiel: Dass die esoterische Astrologie den Sternzeichen andere Planeten zuordnet, ist keine neue und wieder statische Gegebenheit. Vielmehr geht es um die Fragen: Warum wird eine andere Zuordnung genommen, was ist der Hintergrund davon? Wer dies genauer betrachtet, entdeckt interessante Zusammenhänge und bekommt ein anderes Verstehen von der Astrologie. Genau da fängt die esoterische Betrachtung an: Im Erkennen von größeren Zusammenhängen, um von da aus auf das Individuelle zu schließen. Die esoterische Grundlage versucht die Seelen-Ebene als Grundlage zu nehmen und betrachtet von da das Wechselwirken mit der Persönlichkeit.

Es gibt nicht nur eine esoterische und eine exoterische Astrologie, sondern auch viele Zwischenformen, je nach Bewusstsein, mit dem jemand die Astrologie betrachten kann (und dies ist ausschließlich vom eigenen Bewusstseinsstadium abhängig).

Die rein exoterische Astrologie, so wie sie vor etwa 100 Jahren genutzt wurde, ist schon längst erweitert worden - seitdem die Psychologie in die Betrachtung hinein genommen wurde - durch humanistische und transpersonale Aspekte. Der Grundstein wurde von den Astrologen am Anfang des 19. Jahrhunderts gelegt, wie z.B. Sepharial und A. Leo. Einen Durchbruch gab es, als Dane Rudyard in seinen zahlreichen Ausführungen und Büchern die Astrologie in eine andere Dimension versetzte und in viel größeren Zusammenhängen darlegte.

Im Gegensatz also zu der exoterischen Astrologie, die sich in vielfältiger Weise mit den konkreten Wirkungen und Auswirkungen der Astrologie beschäftigt, bezieht sich die esoterische Astrologie auf die Ursachen, ist in erster Linie damit beschäftigt, innere Zusammenhänge zu sehen, zu verstehen, um dadurch das Wechselspiel des Lebens für uns erfahrbar zu machen.

Konkreter geht es in der esoterischen Astrologie um folgende Aspekte:

- das Wechselwirken zwischen Persönlichkeit und Seele energetisch besser zu verstehen,
- die Aufgabe der Seele zu erkennen und den Weg des geringsten Widerstandes zu erfahren,
- das Wechselwirken zwischen astrologischen Gegebenheiten und den sieben Strahlen darzulegen und diese Grundlage ebenso in Bezug auf die persönliche Lebensaufgabe zu verwenden.

Wer sich mit der esoterischen Astrologie beschäftigen will, kann dies nur sinnvoll machen, wenn er im Umfassenden und Allgemeinen ansetzt und erst in zweiter Instanz diese Grundlage auf das individuelle Horoskop anwendet. Dies entspricht der Grundlage, dass wenn sich jemand mit der Aufgabe seiner Seele beschäftigen will, er zunächst umfassende Zusammenhänge verstehen sollte, um sich selbst als Teil einer größeren Einheit zu erfahren.

Einige zentrale esoterische Betrachtungen sind:

1. Der Raum ist eine Wesenheit,
2. die holistische Betrachtung, in der ein Mensch in seiner Entwicklung und in größeren Zusammenhängen gesehen wird,
3. alle Sternbilder und Planeten als hochentwickelte Wesenheiten zu betrachten, die uns 12 Aspekte für unser Wachsen anbieten,

4. die Kreuze und die Dreiecke als elementare Strukturen,
5. Aszendent, Sonne und Mond als drei Hauptqualitäten, wenn es um die Lebensaufgabe eines Menschen geht,
6. die erweiterte Bedeutung der Planeten,
7. die Verbindung zu den sieben Strahlen,
8. die Numerologie in der Deutung.

### 1. Der Raum ist eine Wesenheit

Wenn wir vom Allgemeinen zum Spezifischen, vom Übergeordneten zum Konkreten vorgehen, sollten wir mit dieser allumfassenden Aussage anfangen. Schon Blavatsky erklärte in der Geheimlehre, dass es keine tote Materie gibt, dass alles, was ist, lebt – vom winzigsten Atom bis hin zum ganzen Universum. Auf jeder Ebene und in jeder Dimension ist ein Eigenbewusstsein vorhanden, das immer wieder umschlossen wird von einer größeren lebenden Einheit. So wird das Eigenleben eines Atoms eingebettet in das Leben einer Zelle, die wiederum ein Teil eines Körperorgans ist. Der Mensch ist dann die übergeordnete Wesenheit und gleichzeitig Teil der 'Wesenheit' Menschheit. Die Menschheit ist wiederum ein Chakra der Erde (das Halschakra), die selbst wiederum zur Einheit Sonnensystem gehört. Und so weiter – bis wir in die Dimension des Universums gelangen und diesen Raum als Ganzes in seiner für uns unendlichen Ausdehnung als eigenständige Wesenheit betrachten können.

### 2. Die holistische Betrachtung, in der ein Mensch in seiner Entwicklung und in größeren Zusammenhänge gesehen wird

Die holistische Betrachtung geht von der Einheit des Lebens aus, von der Grundidee, dass alles miteinander verbunden ist und sich unentwegt gegenseitig beeinflusst. Es gibt im Leben eine Bewegung von der Peripherie zur Mitte, von der Materie zum Geist. Aber in dieser Bewegung gibt es unendlich viele Möglichkeiten und nicht nur eine lineare Bewegung von hier nach da. Wichtig ist nur zu unterscheiden zwischen: 'Es gibt unendlich viele Möglichkeiten', was sehr wohl eine klare Struktur vorgibt, und der Aussage: 'dann ist ja alles möglich', auf die die Idee manchmal reduziert wird. In dieser zweiten Aussage liegt eine Abwertung und Strukturlosigkeit. In der holistischen Betrachtung kommt jemand immer ans Ziel, wenn er den eingeschlagenen Weg mit aller Konsequenz verfolgt und mit eindeutigen Entscheidungen ständig weitergeht. Dabei im Auge haltend, dass alles, was ist, jetzt und nur für mein Bewusstsein wahr und richtig ist. Die Wahrheiten, Grundlagen und Gesetzmäßigkeiten, die ich heute für mich erkenne und benutze, müssen morgen nicht mehr wahr sein. In diesem Bewusstsein zu SEIN und gezielt vorwärts zu gehen heißt, dass das Leben tatsächlich als ein sich ständig wandelnder Erfahrungsweg gesehen wird.

### 3. Sternbilder und Planeten als hochentwickelte Wesenheiten

Alle Sternbilder und Planeten sind Wesenheiten mit einer aus menschlicher Sicht hohen Entwicklung. Speziell die 12 Sternbilder, die zu den Tierkreiszeichen gehören, stehen dabei in enger Beziehung zur Erde und unterstützen ihre Entwicklung und spezifisch die der Menschen. Das Gleiche gilt für die Planeten. Wenn Sternbilder und Planeten hoch entwickelt sind, bedeutet dies, dass wir Menschen ihre Energien und Qualitäten nur bedingt aufnehmen und verstehen können. Die Deutungen, die wir den Sternbildern und Planeten bisher gegeben haben, sind zwar richtig, reichen aber nicht aus, alle Bewusstseinsaspekte eines Menschen in der heutigen Zeit und in seiner Entwicklung zu umfassen. Zum Beispiel wird Venus meist dem Emotionalbereich zugerechnet. Genauso aber gehört Venus zum Mentalbereich, wenn jemand anfängt, synthetisch zu denken und in direkter Verbindung mit seiner Seele das Leben zu gestalten. Oder Mars als Planeten zu betrachten, der *Beziehung hervorruft*. Dies sind nur zwei von vielen Möglichkeiten und Änderungen, die in der Astrologie vor sich gehen.

Bedenke immer: Die Energien, auf die ein Mensch reagieren kann, werden bestimmt durch die Aufnahmefähigkeit seines Reaktionsapparates. Letztendlich reagieren wir nur auf einen Bruchteil der vorhandenen Energien in unserem Sonnensystem.

### 4. Die Kreuze und die Dreiecke als elementare Strukturen

Es gibt in der Astrologie bei den Tierkreiszeichen drei Kreuze, die als Kardinalkreuz, festes Kreuz und bewegliches Kreuz bezeichnet werden und die jeweils aus vier Zeichen bestehen. Alle Zeichen eines

Kreuzes haben einen bestimmten Grundton, der vierfach differenziert ausgedrückt wird. Alle Zeichen des Kardinalkreuzes (Widder, Waage, Krebs und Steinbock) haben zum Beispiel eine impulsgebende, aktive Energie.

Ebenso gibt es die vier Elemente (Feuer – Erde – Luft – Wasser) und jeweils drei Zeichen sind einem Element zugeordnet. Auch hier gibt es interessante Betrachtungen, wenn die jeweiligen drei Zeichen entwicklungsmäßig miteinander in Verbindung gesetzt werden.

Das Verstehen der drei Kreuze und der vier Dreiecke im Horoskop als Ausgangspunkt für die spezifische Betrachtung der einzelnen Zeichen, lässt größere Zusammenhänge erkennen und stimmiger mit den spezifischen Energien der Zeichen umgehen. Zum Beispiel sollte man das Sonnenzeichen als Konzentrationspunkt des Kreuzes betrachten, in dem die Energien der anderen Zeichen zusammenkommen.

In den Rundbriefen werde ich noch ausführlich auf die Kreuze und Dreiecke eingehen.

In Brief 2 werde ich über die Bedeutung von Aszendent, Sonne und Planeten schreiben und auch über die Numerologische Betrachtungen in der Astrologie.



## Die sieben Strahlen

### 1. Einleitung

Die Lehre von den sieben Strahlen ist von H.P. Blavatsky in der Geheimlehre schon angedeutet, sie wurde erst in den Büchern von A. Bailey ausführlich dargelegt. Seitdem haben viele Menschen begonnen, mit dieser Grundlage zu arbeiten und erste Forschungen angestellt, vor allem in den USA. Wer anfängt mit den Energien seiner Seele zu leben, wird sich automatisch verstärkt mit den Energien der Strahlen auseinandersetzen – bewusst oder unbewusst. Die Qualitäten der Strahlen werden erfahrbar und sollten bewusst als Grundlage für die eigenen Prozesse genutzt werden. Sie ergänzen auf eine gute und stimmige Art die astrologischen Gegebenheiten, von denen ein Mensch beeinflusst wird.



### 2. Einführung - Teil 1

Die sieben Strahlen sind eine Aufteilung der Lebensstruktur in sieben Aspekte. Ähnlich wie die Astrologie mit zwölf Aspekten arbeitet, gibt es eine zweite Anschauung, die sich auf der Zahl sieben aufbaut. Es ist die Betrachtung von der Warte der Seele aus, so wie die Astrologie das Leben aus der Sicht der Persönlichkeit aufzeichnet.

Numerologisch kann man sagen:

- Die Persönlichkeit arbeitet von unten nach oben, von der Zahl 4 (Zahl der Materie) zu der Zahl 3 (Zahl des Geistes), sie integriert die 3 in die 4, und dies ergibt die Zahl 12 (=3x4).
- Die Seele betrachtet das Leben von oben nach unten und ergänzt die 3 (die Zahl des Geistes) mit der 4 (die Zahl der Materie), und dies ergibt die 7 (=3+4).

Das Entfalten der Persönlichkeit, das Aufarbeiten der Vergangenheit und das Abrunden ihrer Fähigkeiten ist das, was das astrologische Bild, das Horoskop, eines Menschen aufzeigt: Es ist das Bild der Vergangenheit, mit dem der Mensch sein Leben anfängt.

Die Strahlenkonstitution eines Menschen sind die Strahlen, die die verschiedenen Bereiche eines Menschen prägen können. Sie ist die Struktur, so wie sie von der Seele vorgegeben ist und zeigt den Weg des geringsten Widerstandes für ihre Energie, wenn sie sich über die Persönlichkeit ausdrücken will. Diese Strahlenkonstitution bezieht sich daher auf die Aufgabe der Seele und somit auf die Zukunft eines Menschen.

- Ein unbewusst lebender Mensch wird von seiner astrologischen Struktur geprägt und bestimmt.
- Ein Mensch, der anfängt, sich bewusst mit seinem Leben auseinanderzusetzen, tritt in ein Wechselwirken mit seinem Horoskop. Er wird nicht mehr von den vorgegebenen Energien seines Horoskops bestimmt, sondern lernt, die darin enthaltenen Möglichkeiten zu verstehen und zu steuern.

Er lebt in der dualen Struktur:

Der Mensch in seiner Entwicklung  $\leftrightarrow$  astrologische Gegebenheiten

- In einer nächsten Phase, in der die geistige Entwicklung und damit die Verbindung zur Seele stärker in den Vordergrund kommt, wird der Einfluss der Strahlenqualitäten im Leben eines Menschen immer besser sichtbar. Dementsprechend wird auch die Zukunft ein bewusster Teil seines Lebens.

Jetzt entsteht ein Energiedreieck:

Der Mensch in seiner Entwicklung



### **Die Bezeichnung der Strahlen**

(in den folgenden Rundbriefen wird ausführlich auf die einzelnen Strahlen eingegangen)

Der erste Strahl	- Wille – Macht
Der zweite Strahl	- Liebe – Weisheit
Der dritte Strahl	- Aktive Intelligenz oder Anpassungsfähigkeit
Der vierte Strahl	- Harmonie durch Konflikt oder Harmonie und Schönheit
Der fünfte Strahl	- Konkretes Wissen
Der sechste Strahl	- Hingabe und Idealismus
Der siebte Strahl	- Zeremonielle Ordnung oder Magie

### **Einige weitere Aspekte zu den Strahlen:**

(in den Rundbriefen wird noch ausführlich auf alle Aspekte und Zuordnungen eingegangen)

- **Es gibt die Analogie:**
  - Strahlenqualität - Seelen-Ebene
  - Tierkreiszeichen - Mentalbereich
  - Planeten - Emotionalbereich
  - Häuser - Ätherische Ebene
- Die sieben Strahlen sind die **sieben Qualitäten der sieben Sterne des Großen Bären** und haben damit ebenso wie die astrologischen Qualitäten ihren Ursprung im Universum. Weiterhin gibt es eine Verbindung des 1. Strahls mit Sirius und des 3. Strahls mit den Plejaden.
- **Es gibt 3 + 4 Strahlen:**
  - Drei Hauptstrahlen, die die drei Hauptaspekte des Lebens darstellen.
  - Vier Nebenstrahlen, die eine weitere Differenzierung des dritten, des konkretesten Strahls und eine Kombination der drei Hauptqualitäten sind:
    - Der 4. Strahl ist die Kombination des 1., 2., und 3. Strahls
    - Der 5. Strahl kombiniert den 2. und 3. Strahl
    - Der 6. Strahl kombiniert den 1. und 2. Strahl
    - Der 7. Strahl kombiniert den 1. und 3. Strahl.

In Rundbrief zwei werde ich die Strahlenkonstitution eines Menschen darstellen und darauf eingehen, welche Strahlen einen Menschen beeinflussen, sowie die Bedeutung und die Möglichkeiten beschreiben, mit den Strahlen zu arbeiten.



## **Das Geheimnis der Zufriedenheit**

Es kamen einmal ein paar Suchende zu einem alten Zenmeister. "Herr", fragten sie "was tust du, um glücklich und zufrieden zu sein? Wir wären auch gerne so glücklich wie du."

Der Alte antwortete mit mildem Lächeln: "Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ich und wenn ich esse, dann esse ich."

Die Fragenden schauten etwas betreten in die Runde. Einer platzte heraus: "Bitte, treibe keinen Spott mit uns. Was du sagst, tun wir auch. Wir schlafen, essen und gehen. Aber wir sind nicht glücklich. Was ist also dein Geheimnis?"

Es kam die gleiche Antwort: "Wenn ich liege, dann liege ich. Wenn ich aufstehe, dann stehe ich auf. Wenn ich gehe, dann gehe ist und wenn ich esse, dann esse ich."

Die Unruhe und den Unmut der Suchenden spürend fügte der Meister nach einer Weile hinzu: "Sicher liegt auch Ihr und Ihr geht auch und Ihr esst. Aber während Ihr liegt, denkt Ihr schon ans Aufstehen. Während Ihr aufsteht, überlegt Ihr wohin Ihr geht und während Ihr geht, fragt Ihr Euch, was Ihr essen werdet."

So sind Eure Gedanken ständig woanders und nicht da, wo Ihr gerade seid. In dem Schnittpunkt zwischen Vergangenheit und Zukunft findet das eigentliche Leben statt. Lasst Euch auf diesen nicht messbaren Augenblick ganz ein und Ihr habt die Chance, wirklich glücklich und zufrieden zu sein."