

**Angelika Aliti**

**Erfüllung  
– vom Leben getragen**

**Finde deine Bestimmung  
und du findest den Sinn deines Lebens**

***Edition Schlangenberg*** 

## Inhalt

Vorwort	11
Ein kleiner Überblick, bevor es losgeht	17
Teil I: Pinguine in der Wüste	23
1. Kapitel: 50 Möglichkeiten, sich sein Leben gründlich zu vermasseln	25
2. Kapitel: Der verrückte Blick	47
3. Kapitel: Krankheit, Krisen und Konflikte – der Wahnsinn hat Methode	57
4. Kapitel: Niemand ist talentfrei – Pinguine in der Wüste	65
5. Kapitel: Das Leben – eine Pilgerreise (Finde das Meer!)	69
6. Kapitel: Vom Leben gezeichnet	73
Teil II: Schwimmunterricht	77
1. Kapitel: Krisensysteme – ein Navigator durch die Hölle	79
2. Kapitel: Heilungswege – du bist, was du denkst, dass du bist	85
3. Kapitel: Mach große Sprünge und stirb siebenmal	95
4. Kapitel: Die Lebensgesetze	109
5. Kapitel: Drunter und Drüber – was dich bestimmt, während du glaubst, die Kontrolle zu haben	121
6. Kapitel: Die Geschichte deines Lebens und wie sie sich zeigt	129
7. Kapitel: Der Hürdenlauf der Pinguine	133

Illustration der Karten, Gesamtgestaltung und Satz: Dipl.-Des. Athena Stebner (A)

Printed in China

ISBN-10: 3-9502033-8-9

ISBN-13: 978-3-9502033-8-7

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Teil III: Es beginnt im Schatten und endet im Licht	141
1. Kapitel: 50 Möglichkeiten, Erfüllung zu finden	145
2. Kapitel: Das Ziel hinter dem Ziel	169
3. Kapitel: Seelenarbeit und Magie	175
4. Kapitel: Denkraum, Wahrheitsfelder und Resonanz	183
5. Kapitel: Überblick	237
Anhang	
Übersicht über die 50 Schlangenberg®Essenzen	298

## Ein kleiner Überblick, bevor es losgeht

Wir beginnen unser bewusstes Leben damit, dass wir die Welt verändern, ja verbessern wollen. Denn schon bald nachdem wir alt genug sind, um uns umzuschauen, stellen wir fest, dass es mit dem Leben derer, die um uns herum leben, nicht zum Besten steht, was immer fatale Folgen für uns selbst mit sich bringt. Wie auch die Welt sich allgemein in einem bedenklichen Zustand zu befinden scheint. Es ist nur allzu verständlich, dass ein junges Herz aufbegehrt und das Seine dazu beitragen will, die Welt zu retten; dafür zu sorgen, dass endlich alles gut wird.

Wenn wir älter geworden sind, begreifen wir, dass sich die Dinge nur dann bewegen, wenn wir in unserem persönlichen Leben den Anfang machen, und zwar und ausschließlich bei uns selbst. Die Ergebnisse sind allerdings immer weit entfernt von dem, was wir angestrebt haben. Viele, die mit Leidenschaft gestartet sind, die sich auf die Suche begeben haben, die ihren Traum von einem gelungenen Leben realisieren wollten, müssen feststellen, dass es nur wenige Sieger auf der Straße des Lebens gibt. Die wenigsten fragen sich dabei, wo all die Verlierer eigentlich herkommen. Vor allem, weil sie sich selbst höchstwahrscheinlich dazuzählen. Und bei sich selbst weiß man ja, warum man versagt hat, warum nichts wurde aus dem großen Traum.

Mit der Zeit wird deutlich, dass es gar nichts mit der eigenen Unzulänglichkeit zu tun hat, sondern dass zwei einander entgegengesetzte Wahrheiten gleichzeitig gelten, die uns durch ihre scheinbare Unvereinbarkeit enorm zu schaffen machen:

1. Das oberste Lebensprinzip ist stetige Wandlung, denn nichts bleibt, wie es ist, und
2. Die Welt lässt sich nicht verbessern.

Während das zweitgenannte Prinzip allein schon vielen als unannehmbar und unerträglich erscheint, so ist die

Vereinbarung so unvereinbarer Gegensätzlichkeit dieser beiden Lebensprinzipien für viele Erdenbewohner eine Quelle von Resignation, Fatalismus, Zynismus und Egoismus. Falls deren Existenz überhaupt je zur Kenntnis genommen wird. Beliebter, weil leichter als Ursache von Scheitern aller Art zu identifizieren, sind wahlweise Eltern, Lebenspartner, Kinder, Nachbarn, Chefs, Untergebene oder – die zeitlose Variante: die da oben.

Ach, wäre es schön, wenn es die anderen wären, die schuld daran sind, dass das eigene Leben misslingt. Dann müsste man nur die anderen loswerden, und schon wären alle Hindernisse beseitigt. Nicht wenige handeln danach. Und obwohl die Erfolgsquote bei null liegt, sterben die nicht aus, die meinen, so gehts.

Wie viel schwerer zu verstehen ist doch die Tatsache, dass die Welt unveränderbar schlecht ist und ich dennoch alles daran setze, sie zu verändern, indem ich mich selbst der Wandlung und Veränderung hingebe.

Seit vielen Jahren folge ich diesem herausfordernden Prinzip, dass diese Welt, in der wir leben, mit all ihren Widrigkeiten und Ungerechtigkeiten, mit Widersachern und großen wie kleinen Katastrophen dazu dient, dass wir an diesen Herausforderungen seelisch wachsen. Spätestens dann, wenn man an diesem Punkt der Selbsterkenntnis angekommen ist, ist klar, was du nicht verhindern kannst: Du wirst geboren und die Schereien fangen an. Und sie hören erst auf, wenn du tot bist.

Wir kriegen in dieser Hinsicht alle lebenslänglich. Vergiss also die Jagd nach dem Glück und lass alle Hoffnung fahren, dass du nur reich genug, schön genug, schlank genug, ausgebildet genug, verliebt genug sein musst, um endlich, endlich ein tolles Leben zu führen. Es geht um etwas ganz anderes und, wie ich meine, wirklich Beglückendes. Es geht darum, deine Bestimmung zu finden, die sich offenbart, wenn du das Rätsel deines Scheiterns, die wahre Ursache deiner Probleme, deines Leidens und deines sonst wie miesen Karmas gelöst hast. Hör also auf, einen Zustand der völligen Problemlosigkeit und der

totalen Leichtigkeit anzustreben. Krieche nach oben, wenn du unbedingt willst, aber glaube nicht, dass das etwas mit dem echten Leben zu tun hat. Stattdessen nimm zur Kenntnis, dass das Leben dir vier Beine und Saugnäpfe gegeben hätte, wenn die Kriecherei dein Lebenszweck wäre. Und kümmere dich darum, was wirklich dein Lebenszweck ist. Dieses Rätsel zu lösen hat – wie gesagt – etwas ausgesprochen Beglückendes.

Im Grunde ist es so etwas wie die Jagd nach dem grünen Diamanten, nur dass du der Jäger und der grüne Diamant in einer Person bist. Das kann natürlich keine einfache Sache sein, denn das soll dich ja alles in allem an die achtzig Jahre lang auf Trab halten. Als Hilfe bietet das Leben seine Gesetze. Und diesen Gesetzen folgend, biete ich meine Essenzen und Symbole als Hilfen.

Diese Wahrheit des lebenslangen Scheiterns, die sich durch Erfahrung leicht beweisen lässt, unterliegt verschiedenen Lebensgesetzen, wie zum Beispiel dem Gesetz der Polarität oder dem Gesetz der Anziehung und dem Gesetz der Synchronizität – also der Unausweichlichkeit, dass zum Licht der Schatten gehört, aber eben auch, dass man sich tatsächlich alles wünschen kann, wozu man imstande ist. Was einem gewöhnlich und entgegen jeder Logik auch erfüllt wird. Wobei das berühmte Kleingedruckte im Begriff „imstande“ zu finden ist, weshalb sich das Glück der erfüllten Wünsche regelmäßig nach einiger Zeit in Ernüchterung wandelt. Das Gesetz der Resonanz besagt, dass wir nur so viel Wirklichkeit wahrnehmen können, wie unser Bewusstsein zulässt, weshalb auch nur das zu uns kommt, was wir erkennen und deuten können. Je mehr ein Mensch über diese Lebensgesetze weiß, desto leichter kann Leben gelingen.

Jedoch wird mit der Beschäftigung mit diesen Lebensgesetzen nicht der Traum vom leichten Leben erfüllt, den wir alle träumen, denn wer wünscht sich schon, es so schwer wie möglich zu haben, sondern es öffnet sich die Tür zu einem Leben in großer Bewusstheit und klarer Wachheit. Ich könnte auch sagen,

dass wir dann die Chance auf ein erfülltes Leben bekommen. Ein erfülltes Leben ist das Höchste, was ein Mensch für sich zu erreichen vermag. Das ist der eigentliche grüne Diamant.

Erfüllung finden wir, wenn das, was wir sind und tun, einen Sinn hat. Diesen Sinn hat es dann, wenn ein Mensch am richtigen Platz ist, sodass sich alle seine Talente entfalten können und er der Welt geben kann, weshalb er geboren wurde, denn darum geht es ja, dass wir dem großen Weltentreiben das Unsrige hinzufügen. Warum sonst sind wir da. Wir haben ja auch in dieser Hinsicht eher einen anderen – wie ich meine verrückten – Blick entwickelt. Dies hat seine Ursache darin, dass wir alle unser Leben starten wie die Pinguine in der Wüste.

Ein Pinguin in der Wüste muss an dieser Welt scheitern. Wer keine Knie hat, kommt zu Fuß nur sehr langsam voran. Im Wasser aber ist er unschlagbar. Pfeilschnell und elegant, und zwar gerade weil er keine Knie hat. Zwar kann er hier von großen Robben und anderen Jägern erlegt werden, aber er ist in seinem Element. Es ist seine Bestimmung, ein großartiger Schwimmer zu sein.

Alle Menschen beginnen ihr Leben wie Pinguine in der Wüste. Viele Menschen bleiben Pinguine in der Wüste. Dass da etwas nicht passt, merken auch sie. Aber sie marschieren nicht Richtung Meer, nein, sie schauen auf das Leben, dann auf sich und kommen mit verrücktem Blick darauf, dass mit ihnen etwas nicht stimmen kann. Und mühen sich lebenslang, ein Kamel zu werden. Denn Kamele werden in der Wüste gebraucht. Das sagen ihnen Eltern, Lehrer, Professoren, die Leute vom Arbeitsamt und Zukunftsforscher. Also, ab in die Kamel-Kurse.

Die Folge sind Krankheit, Krisen und Konflikte – Leid, das sinnlos ist, denn es resultiert aus Sinnlosigkeit und führt in die Sinnlosigkeit. Jedenfalls so lange, wie wir diese Unbill, die bei Verharren in den falschen Lebensumständen sich bis zum schrillen Ton tödlicher Krankheiten und unheilbarem sozialem Elend steigern kann, nicht als Wake-up-Calls des Schicksals

wahrnehmen, das uns aufwecken will, bevor wir von der Wüsten Sonne ausgedörrt dahingerafft werden.

Der gewöhnliche Wachzustand des Menschen zeigt sich meist als Zustand einer fast schlafähnlichen Unbewusstheit, die durch Erziehung und Umgebung herbeigeführt wird. Dies äußert sich für viele Menschen in lähmenden Bedingungen.

Im alltäglichen Bewusstseinszustand sind Menschen vielfach in automatisierten Vorstellungen und Konzepten über die Wirklichkeit des Lebens gefangen. Vielleicht ist das der einzige Weg für einen Pinguin, einen Kameljob auszufüllen. Erfüllung zu finden ist auf diese Weise nicht möglich. Burn-out, Erschöpfung und Depression sind die sichere Folge.

Es geht also darum, aufzuwachen, um die Sprache des Leides, das sich eingestellt hat, entziffern zu können.

Was erzählt uns Leid? Was wollen uns Krankheiten und Krisen wissen lassen?

Sie sagen nicht nur, dass unsere Lebenschoreografie nicht mehr stimmt, unser Lied falsch klingt, unser Licht nicht mehr leuchtet und unser Herz versteinert ist. Sie sagen auch, welcher Tanz, welches Lied das unsere, das richtige ist, und weisen den Weg zum Licht, auf dass es wieder leuchte und wir uns wieder erinnern können, wohin die Lebensreise geht.

Ich bin in den vergangenen zwanzig Jahren sehr vielen Menschen am Tiefpunkt ihres Lebens begegnet, an dem sie häufig dann angekommen waren, als sie alles erreicht hatten, was sie sich erträumt hatten, und sich nicht erklären konnten, warum sie dennoch am Leben scheiterten. Pinguine in der Wüste. Das eine oder andere Mal konnte ich als Wegweiser zum Wasser dienlich sein, während ich gleichzeitig bemüht war, meine eigenen Wake-up-Calls nicht zu überhören.

In der Entschlüsselung der Symptome des jeweiligen Leidens fand ich die eigentlich dahinter verborgenen Botschaften, die sich bei noch genauerer Betrachtung als Wegweiser zu einem erfüllten Leben entpuppten.

Schon seit geraumer Zeit weiß man um die verschlüsselte Sprache der Krankheitssymptome. Aber wenig weiß man um die Wege in die Erfüllung, die sich zeigen, wenn man mutig genug ist, sich auf der Spur des körperlichen, seelischen und sozialen Leides auf die Suche nach dem eigenen Element zu begeben.

Es gibt wahrscheinlich mehr Wege in die Erfüllung, als wir uns vorstellen können. Im Versuch, zuerst mir und dann den Menschen, mit denen ich arbeitete, einen Überblick zu verschaffen, wurde mir bewusst, dass es eines Systems bedurfte, um verstehen und handeln zu können. Ich griff in den reichen Schatz meiner Erfahrung und fand 50 verschiedene Blüten von Pflanzen auf dem Schlangenberg, die ich zu Essenzen verarbeitete. Ich fand die dazugehörigen, die Seele stimulierenden Impulse, die sie schenken. Und am Ende 50 verschiedene Lebensaufgaben, vielleicht sogar Lebensthemen, Schicksalswege, aus deren Bewältigung sich die vielfältigen Bestimmungen eines Menschen zu einem unverwechselbaren Strang verflechten. Als ich diese 50 Essenzen und Lebensthemen dann auch noch mit den Symbolen aus meinem Werk „Macht und Magie“ verband, zeigte sich ein erstaunlicher Heilungsweg, den ich mit diesem Buch meinen Leserinnen und Lesern ans Herz legen will.

Im Wissen darum, dass der Mensch auf dem Weg in ein erfülltes Leben sowohl die Begegnung mit sich selbst wie auch die Begegnung mit dem Göttlichen benötigt, nahm ich, was ich von Gott weiß: Natur. Denn sie ist das Einzige, was wir von Gott wissen können, wie Spinoza sagt. Die magischen Symbole nahm ich aus der Welt des Geistes und dem weiten Land der Seele. Aus der Liebe zum Leben nehme ich die Kraft, diesen Weg selbst zu gehen und anderen den Weg zu bereiten. Dieses Buch und die dazugehörigen Karten geben dir die Möglichkeit, deine Lebensthemen zu finden, die zum Reichtum deiner Seele beitragen sollen.

## Teil I

### *Pinguine in der Wüste*

*Dein Schmerz ist das Aufbrechen der Schale, die das Verstehen birgt.*

Khalil Gibran

Es ist unmöglich, ein sinnerfülltes Leben zu führen ohne Schmerz, ohne Krisen, ohne Zusammenbrüche oder große, lebenserschütternde Veränderungen. Die Frage darf niemals lauten: Wie kann ich Schmerzen, Krisen und Veränderungen vermeiden? Sondern: Wohin werden mich diese Erfahrungen bringen?

Oder anders ausgedrückt: Was will sich durch das auftauchende Problem Durchbruch verschaffen? Welche meiner noch unentdeckten Eigenschaften wünschen zum Vorschein zu kommen? Und eben vor allem: Welcher ist der nächste Schritt, den ich vorhabe, ohne es auch nur im Geringsten zu ahnen?

Wobei wir wissen müssen, dass niemand einen glücklichen Start hat. Wir starten alle im Leben als Pinguine in der Wüste. Die Suche nach unserem eigenen, ureigenen Element gehört zum Leben dazu wie die Sonne und die Gravitation. Es entkommt also niemand diesen Fragen, die wir nicht als Fragen erleben, sondern als Krankheiten, als Krisen oder als Konflikte, in die wir verwickelt sind.

Zivilisation ist realisiertes Lustprinzip. Der Mensch ist grundsätzlich ein Hochleistungs-Chiller, was nichts anderes heißt, als dass er so ziemlich das faulste Lebewesen ist, das je auf dem Plan der Schöpfung erschienen ist. Alle unsere zivilisatorischen Errungenschaften haben nur den einen Zweck: dass der Mensch sich noch weniger abmühen, noch weniger bewegen und noch weniger nachdenken muss als die Generationen vor ihm. Und der Mensch benutzt hierfür alles, was seinen Zwecken dienlich sein kann: natürliche Rohstoffe, Pflanzen, Tiere und vor allem auch andere Menschen.

Und diese dazu zu bewegen, sich von anderen Menschen benutzen zu lassen, unterliegt einer gewissen kulturellen Entwicklung. Versklavung ist schon lang aus der Mode gekommen. „Brot und Spiele“, das alte Prinzip der Römer, ist dagegen zeitlos und wird bis heute erfolgreich eingesetzt. Nur die Spiele haben sich geändert.

Mit dem Kommen und Gehen der Epochen hat sich überdies gezeigt, dass diktatorische Unterdrückung sich auf die Dauer nicht rechnet. Man braucht ein ungeheuerliches Spitzelsystem und muss sogar Massenmord einsetzen, wie es Hitler, Stalin, Mao und die royalen Wahnsinnigen vor ihnen taten. So verschwanden die Monarchien, und auch die Diktaturen der neueren Zeit sind nun wohl endgültig in die Mottenkiste gewandert. Alles viel zu unökonomisch.

Heute wird in den westlichen Nationen das Prinzip des verrückten Blicks eingesetzt, das in Kombination mit „Brot und Spiele“ ein perfekter Selbstgänger ist. Mit „heute“ meine ich die postpatriarchale Zeit, von der wir nicht wissen, wohin sie sich entwickelt, nur, dass sie noch schlechter für uns ist als die alten patriarchalen Strukturen, denn sie ist unmenschlich geworden.

Die Unterdrücker haben nun keine Namen mehr. Wir haben jetzt eine Demokratie, an deren Spitze in allen Nationen seltsame unscheinbare Wesen stehen, deren Gesichter man sich kaum merken kann, so nichtssagend sind sie. Die Bösewichte heißen jetzt Multikonzerne, Banken oder Heuschrecken-Hedgefonds

oder schlicht „der Markt“. Man nennt sie Global Players, was ich angesichts der seelischen Unreife und der erstaunlich kindlichen Gemüter der meisten ihrer Führer angemessen finde. Die Welt ist ein globales Callcenter geworden, das keinerlei Verbindung mehr zu einem Chef hat. Ja, außer den üblichen Verschwörungspsychotikern glaubt niemand mehr daran, dass es überhaupt einen Chef gibt. Das ist auch nicht nötig, denn der verrückte Blick sorgt dafür, dass jeder freiwillig tut, was er soll, ohne zu fragen, wozu.

Was er tun soll, der Mensch, ist klar: Er soll seinen Platz als Kamel ausfüllen. Freiwillig, versteht sich.

Das geschieht am leichtesten, wenn es für Pinguine als besonders begehrenswert gilt, ein Kamel zu sein beziehungsweise die Arbeit eines Kamels verrichten zu dürfen. Dies wiederum erreicht man, wenn Angst das vorherrschende Gefühl einer Gesellschaft ist. Angst als alltägliches Lebensgefühl zu etablieren ist ebenfalls keine Kunst. Man muss nur die Kameljobs verknappen, während sie gleichzeitig der einzige Zugang zu Nahrung und Obdach sind. Nun ja, fast der einzige. Ein kleines Prekariat kann man sich zusätzlich noch leisten. Damit alle eine Warnung vor Augen haben, wenn sie darum bangen, auf der schiefen Ebene unserer gesellschaftlichen Klassen nicht in eine Schräglage zu geraten. Das Prekariat ist als abschreckendes Beispiel bestens einzusetzen, die Gestrandeten und die vollends Gescheiterten, die Drogensüchtigen und Versoffenen, die Obdachlosen und die dicken Proll-Mütter mit ihren dicken Proll-Kindern ohne Interesse an Ausbildung und auch sonst ohne Aussicht auf Veränderung. Zwar wandern Unsummen in diese Bevölkerungsgruppe – eine weibliche, nicht ausgebildete und daher nicht arbeitende Angehörige des Prekariats mit ein bis zwei Kindern kostet den Staat in ihrem Leben ca. 500.000 Euro, ohne dass sie selbst jemals etwas an Geld an den Staat abgegeben hat, da sie ja nicht arbeitet. Aber auch das ist Teil des gesellschaftlichen Perpetuum mobiles, denn es sind die braven Kamele, die das Geld dafür erwirtschaften.

Dass Menschen die Kameljobs in den Mittelpunkt ihrer Aufmerksamkeit stellen, dass sie nichts wichtiger finden als das, kann nur dann funktionieren, wenn niemand denkt, wenn niemand hinschaut und niemand wahrnimmt. Und das wiederum funktioniert nur, wenn jeder einen verrückten Blick hat. Wir lernen den verrückten Blick alle schon in frühesten Kindertagen, was dazu führt, dass niemand bei sich ist. Die Frage ist, wo wir denn sind, wenn wir nicht dort sind, wo wir sein sollten, nämlich bei uns.

Die meisten Menschen leben ein Leben im Schlaf. Besonders im wachen Zustand schlafen sie. Damit das so bleibt, leben sie wie die Tiere im Zoo. So, wie diese eines sicher wissen, nämlich, dass das Essen kommt, wissen menschliche Zooinsassen, dass Maschinen die Wäsche und das Geschirr waschen. Dass man alles kaufen kann. Dass man mit dem Auto und öffentlichen Verkehrsmitteln von A nach B kommt, dass es Straßen gibt, Krankenhäuser, Schulen und dass es immer irgendwo auf dieser Welt Leute gibt, die die tollsten Sachen erfinden, die man dann anschließend unbedingt haben muss, ja ohne die man dann nicht mehr auszukommen glaubt.

Ich erinnere mich, dass ich in der Schule mit dem Bewusstsein lernte, dass zumindest die LehrerInnen wüssten, warum ich genau dieses und jenes und nicht etwas anderes lernte und wofür mir das einmal nützlich sein würde. Denn ich wusste es nämlich nicht. Meine diesbezüglichen Fragen konnten sie mir nicht beantworten, was ich damals so deutete, dass ich vielleicht noch zu jung für die Antworten sei. Ich war zutiefst davon überzeugt, dass es einen großen Plan gebe, der sich mir eines Tages offenbaren würde, wenn ich alt genug wäre, ihn zu verstehen.

Heute weiß ich, dass ich nicht nur ca. 80 Prozent dessen, was ich in Schule und Studium gelernt habe, niemals im späteren Leben benötigt habe, und das nicht nur, weil es sich um Wissen handelte, das nur wenige Jahre danach bereits völlig überholt und veraltet war. Ich weiß auch, dass auch die LehrerInnen und

DozentInnen keinerlei Zusammenhänge sahen. Und von manchen traue ich mich zu sagen, dass es sie auch nicht im Mindesten interessiert hat. Sie hatten einen Lehrplan, den hatte ihnen die Schulbehörde gegeben, und das wars. Um das große Ganze kann sich der Einzelne doch gar nicht kümmern.

Ziel des verrückten Blickes ist es zum einen, sich niemals um das große Ganze zu scheren und vor allem, nicht bei sich, nicht in der eigenen Mitte zu sein, sondern den Fokus auf die Welt gerichtet zu haben, um herauszufinden, was sie von uns verlangt, um es dann zu erfüllen. Denn so sichern wir uns eine Existenz. So wird ein Leben aufgebaut, oder? Als ich im vergangenen Sommer meinem Enkel anbot, mit ihm eine Geschichte auf Englisch zu lesen, lehnte er ab. Seine Begründung: Das brauche ich nicht, das wird in der Schule nicht verlangt. So gehts.

Wenn es darum geht, herauszufinden, was wir wollen, fällt uns nichts ein. Wenn es aber darum geht, herauszufinden, was von uns verlangt wird, dann sind wir auf einmal hellwach. Um Kamel des Monats zu werden, tun wir beinahe alles.

Und die, die keinen Wert drauf legen, sind deshalb leidenschaftslos, weil sie sich nicht anstrengen wollen. Am leidenschaftslosesten sind die Meister unter den Hochleistungs-Chillern. Außer diesen zumeist Dauerkiefern mit Schwabbelhirn und vielen gut bezahlten wie rüstigen Frühpensionisten in Österreich habe ich selten jemanden getroffen, der sich den Anstrengungen, den Anforderungen zu entsprechen, entzogen hat. Eigentlich kann ich die, denen es gelungen ist, den Blick wieder gerade zu rücken, an einer Hand abzählen.

Der verrückte, nämlich von sich selbst losgelöste, auf die Welt als Mittelpunkt gerichtete Blick sorgt dafür, dass wir wahrnehmen, was dort gebraucht wird, um dann uns selbst den Anforderungen anzupassen.

Natürlich denken nicht wenige Menschen über ihre Berufswahl in jungen Jahren lang und gründlich nach. Es soll ja ein Berufsweg dabei herauskommen, bei dem man auch noch zwanzig Jahre später den Anforderungen gewachsen ist. Aber niemand

### 3. Kapitel

#### *Krankheit, Krisen und Konflikte – der Wahnsinn hat Methode*

Wer krank ist oder in einer Krise steckt oder in einen großen Konflikt verstrickt ist und Hilfe und Heilung sucht, dem wünsche ich Ärzte, Therapeuten, Sozialarbeiter, Psychologen und Berater, die selbst reichlich und oft durch die Hölle gegangen und jedes Mal erfolgreich zurückgekehrt sind.

So ein Soma- und Psychopompos, was griechisch ist und Begleiter von Körper und Seele bedeutet, sollte über eine gute Ausbildung hinaus von seinem Metier etwas verstehen. Und das tut er nur, wenn er selbst spirituelle Notfälle in großer Zahl erlitten hat. Ein spiritueller Notfall liegt immer dann vor, wenn wir einen Schicksalsschlag erhalten haben oder wenn die betreffende Person nicht vor psychischen Umwandlungen des eigenen Innenlebens zurückgeschreckt ist.

Ich könnte auch sagen: wenn wir mehr als einmal profunde Symptome entwickelt haben.

Unter Symptomen einzuordnen ist alles von leichten Kopfschmerzen bis hin zu tödlichen Erkrankungen, Jobverlust, schlecht gelaunte PartnerInnen, Chefs, Unfälle, Überfälle.

Das Leben hält reichlich von diesem Wahnsinn für uns bereit. Und nun, im Rückblick auf das eigene Leben wie das vieler Menschen, denen ich auf ihrem Weg behilflich sein durfte, lässt sich sagen: Der Wahnsinn hat Methode. Bei den schon erwähnten miesen Startbedingungen auch geradezu ein Kinderspiel, um das zu erreichen.

Es zeigt sich, dass Verdrängtes und Verleugnetes an die Oberfläche des Bewusstseins drängt, weil es nicht zum

Verschwinden gebracht werden kann. Aber über diesen psychologischen Gedanken hinaus wissen alle, die schon etwas länger auf diesem Planeten anwesend sind, dass es immer dieselben Probleme und Schwierigkeiten sind, die sich durch ähnliche oder analoge Symptome bemerkbar machen. Hier ist die Grenze der herkömmlichen Psychotherapie zu finden. Es lässt sich nichts „verarbeiten“ und auch nicht auflösen. Wir kommen niemals zur Ruhe. Es scheint, als ob etwas oder jemand in unserem Inneren danach trachtet, sich wieder und wieder mit ganz bestimmten Themen auseinanderzusetzen, die sich hinter den Symptomen verbergen.

Wenn wir die Verbindung zu unserem Inneren verloren haben, wenn also das, was uns krank macht, leiden lässt, als unerwartetes, unvorhergesehenes Ereignis über uns hereinzubrechen scheint, dann kann man davon sprechen, dass wir einen spirituellen Notfall erleiden, der uns zwar zum Handeln zwingt, aber ohne Möglichkeit zu verstehen, worum es eigentlich geht.

Das widerspricht dem Lustprinzip, dem Menschen viel lieber folgen wollen und auch folgen, wo und wie es sich nur erreichen lässt.

Natürlich drängt sich darum die Frage auf, warum es noch keinen Pinguin-Shuttle gibt, wenn das Leben uns schon einerseits absichtlich am falschen Platz auftauchen lässt und andererseits mit einem gut funktionierenden Oberstübchen ausgerüstet hat, das sich pausenlos in jeder Hinsicht energiesparende Erfindungen ausdenkt. Wieso muss es immer so schwer sein? Wozu all das Unglück? Die Antwort ist einfach: weil wir keine Eintagsfliegen sind. Die Suche, der Weg brauchen Zeit. Drum leben wir so lang. Uns ist die Lebenszeit ja nicht gegeben, um unsere Ruhe zu haben. Daran können alle Heilslehren der Welt und auch die konventionelle Medizin nichts ändern.

Die Welt ist groß, sehr groß, zu groß, als dass ein einzelner Mensch sie zur Gänze begreifen könnte. Sie ist voller unberechenbarer Natur, unausrottbar voller Krankheit, Not, Verluste, Tod. Man muss immer mit allem rechnen, mit lieblosen

Ehepartnern, mit missratenen Kindern, mit unfähigen Politikern und überforderten Briefträgern, mit Bankern, deren Horizont so begrenzt ist wie ihre persönliche Geldgier groß, mit verstopften Abflüssen und Handwerkern, die nicht kommen, dafür aber mehr berechnen, sogar mit schmerzlichem Verrat vermeintlicher Freunde. Symptome, die Informationen darüber enthalten, in welche Richtung und auf welcher Ebene es weitergehen soll.

Alle diese uns beschäftigt haltenden Plagen sind nichts anderes als Meilensteine auf dem Weg ins eigene Element. Ganz gleich, ob es sich um eine Krankheit, eine Krise oder einen Konflikt handelt, es sind immer nur Weckrufe, Aufforderungen, uns endlich auf den Weg zu machen. Diese Aufforderungen kommen – wie schon erwähnt – aus unserem eigenen Inneren, von dort, wo wir die Verbindung zum Göttlichen halten.

Aus Schlaf und Trance gilt es zu erwachen. Wie angenehm wäre es, wenn wir dies so schnell wie möglich tun würden, um uns dann unverzüglich auf den Weg zu machen. Dies spräche dafür, den Aufenthalt auf Erden so kurz wie möglich zu halten. Dann wäre ein gelungenes Leben eines, in dem man auf dem kürzesten Weg und in kürzester Zeit in seinem Element angekommen zufrieden sterben kann, weil man ja alle Lektionen als Einserkandidat absolviert hat. Vielleicht sogar mit Auszeichnung.

Nun haben wir in den Jahrzehnten nach dem letzten großen Weltkrieg alle Energie darein gesteckt, dass der Mensch eine immer höhere Lebenserwartung hat. Soll das nun heißen, dass wir uns damit ein Eigentor geschossen haben? Wir wollten und wollen (Lustprinzip!) ein immer leichteres, immer schöneres und müheloseres Leben haben. Lang soll es auch noch sein, da freut sich der Überlebenstrieb, auch wenn Demenz uns Erinnerung und Wahrnehmung raubt.

Haben wir uns also mit dem Erfolg des längeren Lebens nur mehr Malaise eingehandelt? Ich will nicht außer Acht lassen, dass es die besonders schlechten Lebensschüler sind, die ein

langes Leben leben, wie schon Einstein vermutete. Aber was sich zeigt, ist, dass sich über die gewonnenen Jahre immer neue Erfahrungsebenen auftun, die jedoch allesamt zum Meer führen. Nur eben auf anderen Wegen. Die Meilensteine auf dem Weg zum eigenen Element sind von der Anzahl her immer gleich. Die Ebenen, auf denen wir sie erfahren, sind mit einer größeren Anzahl an Lebensjahren andere, mehr als zu früheren Zeiten, als der Mensch noch nicht so alt wurde, wie er jetzt im Regelfall wird.

Natürlich wäre die Menschheit nicht die Menschheit, also dieser lustprinzippgesteuerte Haufen von wichtigtuerschen Faulpelzen, wenn nicht gleichzeitig versucht worden wäre, eben genau solche Pinguin-Shuttles zum Südpol zu erfinden. Für einige Jahre war anzunehmen, dass sich mit der Esoterik-Szene eine ganze entsprechend millionenschwere Illusions-Industrie entwickeln würde, die dem regen Ablasshandel des vorlutherischen Christentums vergleichbar gewesen wäre. Jedoch, das Leben lässt sich in Erlösungsfragen nicht betrügen. Und so schrumpfte die Szene zum Erlösungsprekariat zusammen, das seither mit sich selbst beschäftigt ist und nicht weiter stört. Auch die eher lukrativen Zweige der konventionellen Medizin kokettieren immer wieder gern damit, wie ja die gesamte Medizin im Grunde nichts anderes zum Ziel hat, als den unausweichlichen Tod zu bekämpfen, als wäre damit auch nur irgendetwas gewonnen.

Der Gewinn an Lebenszeit hat sechs Erfahrungsebenen hervorgebracht, auf denen wir jeweils durch eine Art Tor eines psychischen Todes in die Reife gelangen, die sich auch in den sechs Stufen der Maslowschen Bedürfnispyramide wiederfinden. Natürlich gibt es dann auch noch ein siebtes Tor zu passieren, durch das wir in eine andere, uns unbekannt Dimension gelangen. Dieses letzte Tor ist der physische Tod.

Die Maslowsche Bedürfnispyramide ist eine Auflistung der Überlebensprioritäten der Evolution. Danach bildet die Basis der Pyramide, Level 1, das Bedürfnis nach Sauerstoff, Nah-

rung, Schlaf und Fortpflanzung (welches nur ein Aspekt von mehreren der Sexualität ist). Level 2 enthält das Bedürfnis nach Ordnung, Stabilität, Sicherheit der Arbeitsstelle, Sicherheit der wirtschaftlichen Situation. Auf Level 3 geht es um Zugehörigkeits- und Liebesbedürfnisse, Bedürfnisse nach Zuneigung, körperlichem Kontakt und Freundschaft. Auf Level 4 brauchen wir Selbstachtung, Selbstständigkeit, Kompetenz. Dort findet sich das Bedürfnis nach Achtung der anderen, Lob, Anerkennung und Status. Auf Level 5 sind das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung, Suche nach Wahrheit und Verständnis und das Verlangen nach Gerechtigkeit sowie das Bedürfnis nach Geistigkeit. Erst auf Level 6 finden wir das Bedürfnis nach Sinn des Universums. Nach Maslow müssen die Bedürfnisse der Menschen von unten (Level 1) bis an die Spitze der Pyramide nacheinander befriedigt werden. Solange wir um Nahrung, Schlaf und Sicherheit fürchten müssen, wird uns die Frage nach dem Sinn des Universums nicht beschäftigen können, oder doch zumindest nicht primär.

Von der Kindheit bis zum Tod arbeiten wir uns nach meiner Erfahrung ebenso von der körperlichen Sicherheit bis zur Frage nach dem Sinn des Universums vor, wobei das vertikale Modell von Maslow auf das horizontale Bild eines Lebensweges übertragen wird.

Auf diesem langen Weg verlieren wir oft die Orientierung. Das sind die Zeiten, in denen wir bis zum Hals in Schwierigkeiten stecken und jeden Überblick verloren haben. Und eben auch die Zeiten, in denen wir glauben, von Gott und der Welt verlassen zu sein. Auf eine gewisse Weise stimmt das sogar. Denn natürlicherweise sind die Zeiten, in denen Angst, Schmerz, Traurigkeit und Unruhe uns bestimmen, solche, die uns das große Ganze nicht mehr wahrnehmen lassen. Das große Ganze ist für mich eine Umschreibung für das Göttliche, dem ich in diesem Buch keinen Namen geben will, weil Religionen – auch private kleine Religionen – ihm verschiedene Namen geben, die allesamt polarisieren.

Solche spirituellen Notfälle sind aus der Sicht des großen Ganzen ein Segen, auch wenn ein Mensch, der vielleicht gerade die Diagnose „inoperabler Tumor“ bekommen hat, das wie Hohn empfinden mag. Für eine Weile kann man sich den verrückten Blick noch erlauben, der uns vormacht, es gäbe welche, die es gut haben und denen nie etwas passiert, und die anderen, die Verlierer, die es erwischt hat. Aber wir sind alle Sterbende. Alle. Und für niemanden wird eine Ausnahme gemacht. Man darf den Krebs nicht bekämpfen wie einen Feind, man muss den Krebs behandeln, als sei er eine Lebensaufgabe. Dazu kommt man, wenn man nicht fragt, woher die Krankheit kommt, was sie also ausgelöst hat, sondern wofür der Kranke die Krankheit macht. Denn davon gehe ich aus, dass wir Krankheiten machen, respektive entwickeln. Hier beziehe ich mich auf Prof. Dr. Walter Köster, Homöopath und quantenlogischer Mediziner.

Solange wir gerade eine geruhige Phase haben oder in einem recht friedlichen oder ereignislosen Feld stecken, ist es uns meist nicht so dringend mit unserem Weg zum Meer.

Aber das kann sich ganz schnell ändern.

In der griechischen Mythologie ist es Ananke, die Göttin der Notwendigkeit, die dann tätig wird. Sie ist es, die festlegt, wodurch die Seele erfährt, was sie sich notwendigerweise zum Los erwählt hat. Mit unerbittlichem Lächeln legt sie auf jeden entscheidenden Augenblick unseres Lebens ihre Hand. Und damit wir nicht faul und fett darauf rechnen, dass wir die Angelegenheiten aussitzen können, sorgt sie dafür, dass wir vor jeder Entscheidung zittern und unter den Folgen unserer Fehler zu leiden beginnen, noch bevor wir sie begangen haben.

Was uns da in der Überschaubarkeit unseres Lebens stört, sind die wichtigsten Zeiten unseres Lebens. Besser, wir wehren uns nicht.

Du kannst dich jeder Veränderung entziehen, du kannst viele der über dich hereinbrechenden Ereignisse ignorieren oder zumindest doch dein Herz verschließen und deine Seele versteinern lassen. Aber du kannst nicht damit rechnen, auf

diese Weise ein erfülltes Leben zu leben. Du wirst dann dein Leben lang deinen Ruf in die leere Nacht hinausschicken und glauben, die Zeit vergehe umsonst und beraube dich aller schönen Dinge, die du dir erarbeitet hast, und am Ende ist das Ergebnis deines Lebens der Verfall im Alter und ein trauriger Tod. Die Aussicht, reichste Leiche auf dem Friedhof zu werden, wird dich dann auch nicht mehr aufbauen können.

Die beschriebenen 50 Möglichkeiten, sich sein Leben gründlich zu vermasseln, sind Teil einer mit den Jahren von mir entwickelten Methode, um Menschen in dieser unüberschaubaren großen Welt eine Art Standortbestimmung und Wegbeschreibung zum Meer zu geben.

Wahrscheinlich wirst du dich in mehr als einer Charakterisierung wiederfinden, vielleicht sogar kannst du in allen ein wenig Bekanntes entdecken. In ihnen sind alle Wahrscheinlichkeiten enthalten, Ereignisse entstehen zu lassen, die dein Leben immer wieder durcheinanderwirbeln, erschüttern, zerbrechen lassen. Mit jeder Krise, mit jeder Krankheit und mit jedem nennenswerten Konflikt wirst du dem Meer ein Stück näher gekommen sein.