



Helene Walterskirchen

Friedensritter

Mit der Kraft des Friedens leben und gewinnen

Ca. 230 Seiten

Ökologischer und klimaneutraler Druck

14,3 x 21,5 cm

€ 19,90/CHF 24,90

ISBN 978-3-00-042369-7

Leseprobe:

Helene Walterskirchen

Friedensritter –

**Mit der Kraft des Friedens leben und
gewinnen**

Adma-Publications

Die Deutsche Nationalbibliothek
Walterskirchen, Helene:
Friedensritter – Mit der Kraft des Friedens leben und gewinnen
D-86859 Holzhausen-Igling, Adma-Publications, 2013
ISBN 978-3-00-042369-7

1. Auflage, 1.9.2013

Copyright © 2013 bei Helene Walterskirchen,
Adma-Publications, Schloss Rudolfshausen, Hauptstr. 22,
D-86859 Holzhausen-Igling
Internet: www.helene-walterskirchen.de
Alle Rechte vorbehalten

Dieses Buch ist auf Werkdruckpapier (100 % holzfrei) gedruckt und klimaneutral produziert

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
Prolog: Kriegszustand 2013.....	12
Makrokosmos und Mikrokosmos Frieden.....	16
Polarität „Frieden“ und „Unfrieden“.....	24
Ethische Orientierung und Gewissen.....	29
Der Kampf um den „guten“ Frieden.....	34
Von Friedensrittern, Unfriedens- und Kriegsrittern.....	38
Die Waffen niederlegen.....	46
Der Pfad der Friedensritterschaft.....	49
Friedenssehnsucht.....	50
Die Entscheidung zum Friedensritter.....	54
Willkommen in der Friedensritter-Vereinigung.....	56
Wie man mit den Augen des Friedens sehen lernt.....	58
Oberstes Friedensritter-Prinzip: Akzeptieren Sie alle Menschen!.....	63
Jeder Mensch hat das Leben, das er verdient.....	68
Die Friedensnatur des Menschen.....	73
Zufriedenheit und Unzufriedenheit.....	79
Friedenszeit – fruchtbare Zeit.....	89
Friedenskiller: Stress.....	95
Der Glaube an den Frieden.....	99
Friedensmaßnahme „Unterbrechungszeit“.....	103
Jeden Tag eine gute Friedenstat.....	106
Nahrung, die den Frieden stärkt.....	109
Friedensfeind: Elektrosmog.....	119
Friedens-Refugium.....	124
Frieden fördert Multikultur.....	129
Mit einem Friedenslächeln gewinnen.....	133
Frieden mit der Vergangenheit.....	137
Mit Friedensmusik den Frieden fördern.....	142
Frieden, ja! Alkohol, Tabletten & Co. nein!.....	147
Frieden fühlen – eine Friedensinsel schaffen.....	151
Friedensgefahr Medien.....	158

Pfad der Friedensritterschaft -Praktische Übungen	163
Übung: Friedensinsel.....	164
Übung: Friedens-Vision.....	168
Übung: Friedens-Imagination.....	173
Übung: Friedens-Meditation.....	176
Übung: Friedens-Alchemie.....	182
Übung: Friedens-Projekt.....	186
Übung: Auflösung Friedensenergie-Blockade.....	190
Übung: Vom Monolog zum Friedens-Dialog.....	194
Pfad der Friedensritterschaft - Kardinale Tugenden.....	199
Stärke.....	200
Mut.....	202
Glaube.....	204
Entschiedenheit.....	206
Verständnis.....	208
Gelassenheit.....	211
Geduld.....	213
Neutralität.....	216
Wachsamkeit.....	219
Bewusstheit.....	223
Herzlichkeit.....	226
Wahrhaftigkeit.....	229
Stärkung der Tugenden	231
Epilog.....	233

Vorwort

Seit etwa 30 Jahren beschäftige ich mich mit „Frieden“ und „Unfrieden“. Es begann alles damit, dass ich nach einer einschneidenden privaten Veränderung beruflich in den Rechtsanwaltsbereich geführt wurde, wo ich als Chefsekretärin und später als Office Leiterin arbeitete. Gut zehn Jahre lang erlebte ich hautnah an unzähligen Streitigkeiten, was es bedeutet, in Unfrieden zu sein und auf sein vermeintliches „gutes“ Recht zu pochen. Davon lebt der gesamte juristische Bereich.

Manche Anwälte sind ein Segen für ihre Mandanten, jedoch habe ich in meiner Praxis auch eine nicht unbeträchtliche Zahl an Fällen miterlebt, in denen Anwälte ihre Mandanten ins Unglück und in den Ruin getrieben haben durch unnötige Streitverschärfung oder Prozesse. Daraus entstanden meine ersten beiden Bücher „Wie finde ich den richtigen Rechtsanwalt?“, erschienen 1995 im Econ Verlag, und „Rechtsanwälte vorteilhaft einsetzen“, erschienen 1998 im Walhalla Verlag.

In dieser Zeit fiel mir auf, welche tragische Schicksale hinter den meisten Fällen stecken und wie sehr die Betroffenen unter den Rechtstreitigkeiten leiden, die sich oft über Jahre erstrecken. Sie haben am Anfang keine Ahnung, was sie mit einem Rechtsstreit erwartet und, sind sie einmal darin verstrickt, können und wollen sie oft nicht aufgeben.

Durch meine Tätigkeit bei einem Münchner Familienrechtsanwalt, der auch Mediator ist, und meine ehrenamtliche Mitarbeit in dessen Organisation „Verein Humane Trennung und Scheidung“ kam ich in Berührung mit humaner Trennung und Scheidung, auch einvernehmliche Scheidung oder Scheidung light genannt, bei der die Beteiligten eine friedensorientierte gemeinsame Lösung anstreben und bewirken.

Daraus entstand mein nächstes Buch „Streite dich nicht – Gewinne!“, erschienen 1999 im Ullstein Verlag, das sich mit effizienten und sanften Konfliktlösungsmethoden befasst

Um diese Zeit beendete ich meine Kanzleitätigkeit und führte mein berufliches Leben als freie Autorin weiter. Alles in allem schrieb ich 15 eigene Bücher und arbeitete zudem auch an verschiedenen Kundenbuch-Projekten mit. In allen meinen Büchern geht es um das Thema „Verbesserung der Lebensqualität, hochwertige Lebens- und Gesellschaftskultur, positive gesellschaftliche Leitbilder, ganzheitliche Gesundheit und Leistungsfähigkeit“.

Anfang des Jahres 2010 stieß ich wieder verstärkt auf das Thema „Frieden“ und „Unfrieden“. In meinem ehrenamtlichen Engagement als Kultur-Mentorin gründete ich das Projekt „Banderole für den Frieden“, kurz Friedens-Banderole genannt. Zusammen mit meinen beiden Assistenten gingen

wir mit der Banderole aus Stoff zu Friedens-Veranstaltungen, Schulen, Kirchenfesten, Jugendorganisationen, Seniorenheimen usw. Wir forderten Menschen, die „ja“ zum Frieden sagen auf, sich auf der Banderole namentlich einzutragen und ihr Friedensbild darauf zu malen.

Bei dieser Gelegenheit führten wir auch zahlreiche Gespräche über Frieden und Unfrieden bzw. über Kriege. Es war erstaunlich zu erfahren, wie viele Menschen den Glauben an den Frieden verloren haben und davon überzeugt sind, dass es in dieser unfriedlichen Welt keinen Frieden geben könne. Dagegen müsse man doch protestieren und demonstrieren wie es so viele Friedensorganisationen tun. „Warum tut ihr das nicht?“ wurden wir gefragt. Wir antworteten: „Weil wir für Frieden sind und nicht gegen etwas, z.B. gegen den Einsatz von Atomwaffen, gegen die Beteiligung an einem Krieg, usw.“. Das konnten viele Menschen nicht verstehen. Die Friedens-Banderole 2010 bis 2012 wurde dennoch ca. 1.500 Meter lang und es verewigten sich ca. 700 Menschen darauf mit ihren Friedens-Malereien und Sprüchen.

Anfang 2013 startete ich das Literatur-Projekt „Jugend schreibt für den Frieden“ und wir gingen damit überwiegend an Gymnasien, um Lehrer und Schüler zu motivieren, sich am Projekt zu beteiligen. Der erste Schreibwettbewerb der Kampagne lief bis April und hatte zum Thema: „Warum ich Frieden liebe“. Die Beteiligung war schwach: Wir erhielten insgesamt acht Beiträge – allesamt von Mädchen. Fünf davon erwiesen sich als nicht verwendbar, denn sie hatten nichts mit der vorgegebenen Themenstellung zu tun, sondern bestanden in erster Linie aus Kriegsgräuelbeschreibungen, an deren Ende sich der Hauptbetroffene umbringt oder umgebracht wird. Dies warf für mich die Frage auf: Ist der Tod für die Menschen gleichbedeutend mit Frieden? War das die Aussage der vier Beiträge? Ist Frieden reduziert auf den Tod?

In verbleibenden drei Beiträgen ging es darum, dass die Jugendlichen danach ringen, sich dem Frieden, der für sie so abstrakt und fern ist, anzunähern und ihn in ihr Leben zu integrieren. Dies gab mir zu denken und ließ die Frage aufkommen: Stehen die drei Schülerinnen repräsentativ für eine große Zahl von Schülern?

Bei meinem Friedensengagement habe ich mit vielen Menschen zu tun gehabt, die sich nach Frieden sehnen. Dieser Sehnsucht stehen jedoch oft so starke negative Faktoren gegenüber, welche die Menschen demotivieren bis sie irgendwann ihre Friedenssehnsucht begraben. Diese Welt ist eine unfriedliche und niemand kann in dieser Welt in Frieden leben. Ist Frieden eine Luftnummer oder gar eine Utopie?

Für manche Menschen mag es so scheinen. Meine eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse jedoch haben mir gezeigt, dass dem nicht grundsätzlich so ist. Mir sind bei meinem Friedensengagement immer wieder Menschen begegnet, die „Leitbilder für Frieden“ waren. Sie haben nicht nur eine Philosophie des Friedens verbreitet, sondern es vorgelebt, Frieden in sich und um sich herum zu

schaffen. Wo sie waren, verbreiteten sie eine Atmosphäre des Friedens, der Harmonie und Gelassenheit. Sie glaubten an den Frieden und daran, dass jeder, der offen und bereit dafür ist, auch in Frieden kommen und ein friedensorientiertes Leben führen kann. In meinen Augen waren sie friedliche Ritter oder „Friedensritter“, die dafür eintraten, dass der Frieden in dieser Welt der Frieden ein stärkeres Gewicht bekommt und für die Menschen wieder fassbar wird.

Ich fragte mich: was wäre, wenn es mehr solche „Friedensritter“ in der Welt gäbe? Könnten sie dazu beitragen, das vorherrschende unfriedliche Klima in der Welt in Richtung „friedensorientiert“ zu verändern? Um Antworten auf diese Fragen zu erhalten, führte ich einige Experimente in meinem Umfeld durch. Sie zeigten mir ganz deutlich die positive Kraft und das segensreiche Wirken von „Friedensrittern. Ich kam zu der Erkenntnis: Soll diese Welt eine friedliche werden, braucht sie mehr „Friedensritter“.

Mit diesem Buch möchte ich Ihnen, liebe Leserin und lieber Leser, aufzeigen, wie auch Sie den „Pfad des Friedens“ gehen können. Indem Sie sich selbst (wieder) mit dem Frieden verbinden und Ihren inneren Unfrieden und Ihre Unzufriedenheit in Frieden und Zufriedenheit verwandeln, schaffen Sie die Basis für Ihren Weg als Friedensritter. Erfahren Sie, worauf es ankommt, damit Sie zu einer hell leuchtenden „Friedensfackel“ für Ihre Mitmenschen und diese Welt werden.

Viel Freude beim Lesen, Studieren und Umsetzen des Buches.

Helene Walterskirchen

Mai 2013

Dieses Buch ist all jenen Menschen gewidmet, die von Naturell her „Friedensritter“ sind und zur Gruppe der „Friedensritter“ gehören. Diese Frauen und Männer haben uns vorgelebt, dass man selbst in dunkelsten und kriegerischsten Zeiten seinen inneren Frieden bewahren und leben kann. Sie zeigen uns ständig, dass es möglich ist, Konflikte friedensorientiert zu lösen und so auf der Gewinnerschiene zu reiten – für sich selbst, aber auch für alle anderen.

Prolog: Kriegszustand 2013

Auch wenn man es auf den ersten Blick nicht sehen mag:

Diese Welt ist im Kampf- und Kriegszustand, denn in einem Dunklen Zeitalter herrscht kein Frieden. Auch wenn in Ihrem Land kein Krieg herrscht, sondern scheinbar Frieden, so herrschen dennoch Kampf und Krieg – nur auf eine andere Art und Weise.

Wenn Sie mir nicht glauben, so schauen Sie sich nur einmal das Verhalten der Autofahrer auf unseren Autobahnen und Fernstraßen an, wo Raser sich Rennen bieten, wo genötigt wird, gejagt wird, der Finger gezeigt wird, mit der Faust gedroht wird, wütend gehupt wird usw. Auch in Fußballstadien geht es häufig unfriedlich zu, wenn Hooligans sich mit Steinen bewerfen, sich blutig prügeln oder sich mit Schlagstöcken und Schlagringen krankenhausaufschlagend schlagen.

Aber das ist alles harmlos gegen die Kämpfe und Kriege größerer Art! Schauen Sie sich am besten dazu Dokumentationen aus den Bereichen „Weltbank, Macht des Geldes, Kapitalismus, Waffengeschäfte, die Profitgier der Weltkonzerne wie Coca-Cola, Monsanto, Nestlé, Shell, Bayer & Co., die Ausbeutung und Umweltzerstörung der Erde durch die grenzenlose Gier der globalen Großindustrie, die Überfischung der Meere, die Korruption der Politiker“ und viele andere ähnliche Filme an. Sie alle zeigen, dass die Großen dieser Welt gegen die Kleinen dieser Welt kämpfen und Krieg führen, dass die Schutzorganisationen gegen die Diktatur der Weltkonzerne kämpfen, dass die einfachen Bürger gegen die Zerstörung ihres Hab und Gutes und um ihre Existenz kämpfen, dass die Ärmsten dieser Welt ums Überleben kämpfen und dass die Reichsten dieser Welt um noch mehr Reichtum kämpfen – rücksichtslos, verantwortungslos, gewissenlos, teuflisch. Auf Ihren Beutezügen machen Sie eiskalt alles nieder, was Ihnen im Wege steht.

Zurück bleiben zerstörte Landgebiete, bleiben zerstörte Menschen, bleibt eine Schneise der Verwüstung. Ist nichts mehr zu holen, nichts mehr auszubeuten, ziehen die Heuschrecken weiter bis am Ende die ganze Erde zerstört ist.

„Stoppt uns doch! Stoppt doch endlich diesen Wahnsinn! Wir können es nicht mehr!“ sagte vor kurzem in einer TV-Dokumentation ein Global Player aus dem Finanzsektor, der davon überzeugt ist, dass das derzeitige Finanzsystem dieser Welt hochgradig krankhaft ist und dem Exodus entgegensteuert.

Die große Masse der Weltbevölkerung stöhnt unter den krankhaften, manipulativen und zerstörerischen Strukturen. Ein Teil versucht sich dagegen aufzulehnen, geht in den Widerstand,

führt Prozesse gegen Weltkonzerne und Banken – wie David gegen Goliath. Aussichtslos! Warum? Weil die Weltkonzerne und Weltbanken Politiker und Richter kaufen, sie unter Druck setzen und, wenn sie nicht gefügig sind, eiskalt umbringen lassen. Hin und wieder jedoch gelingt es einigen Widerständlern, kleine Erfolge zu erzielen. Bei genauerem Hinsehen sind es allerdings keine wirklichen Erfolge: die Hyänen ziehen sich aus einem Gebiet zurück und begeben sich in ein anderes, wo sie leichter Beute machen können.

Wir befinden uns in einem weltweiten Wahnsinnsspiel, das gestoppt werden muss, da wir ansonsten alle dem Untergang geweiht sind. Aber nicht nur die Menschen sind dem Untergang geweiht, sondern auch Mutter Erde, die unter uns und unserem egoistischen Verhalten stöhnt.

Wir Menschen sind in den letzten Jahrzehnten zu gierigen und gefräßigen Heuschrecken mutiert, die diese Erde kahl fressen. Wir sind zu künstlichen und unersättlichen Ego-Riesen geworden, die jedes Maß und Ziel verloren haben. Ego-Riesen, die auf Kosten der Erde und der anderen Menschen dieser Welt einem Wohlstand frönen, der zum Kotzen ist angesichts der vielen armen Menschen dieser Welt und der unzähligen wehrlosen Tiere, die wir eiskalt abschlachten, damit wir nur ja nicht auf unsere tägliche Ration Fleisch oder Wurst verzichten müssen.

Ich habe für mich STOPP gesagt. So kann und will ich nicht weiterleben! Ich habe diesen Wahnsinnsfilm gestoppt und mich dafür entschieden auszusteigen: raus aus dem Egotrip, dem Erfolgstrip, dem Ellbogentrip, dem Schönheitstrip, dem Konsumtrip, dem Wegwerftrip, dem Genusstrip, dem Techniktrip, dem Modetrip, dem Societytrip. Rein in den Frieden, in die Zufriedenheit, zur Ruhe kommen, wieder runterschalten auf ein menschliches Niveau, wieder bescheidener werden, sich wieder mit dem Ursprung, mit Mutter Erde, verbinden und nachhaltig leben.

Wir können die Regierungen, die Weltkonzerne und die Weltbanken nicht stoppen, aber wir können aus ihrem zerstörerischen Film aussteigen.

Jeder Mensch kann „STOPP“ sagen und aussteigen, denn jeder hat einen freien Willen!

Steigen wir aus, nehmen wir ihnen die Macht – die Macht über uns. Sie haben nur Macht über uns, solange wir in ihrer Struktur sind. Und selbst wenn wir gegen sie kämpfen, sind wir noch in ihrer Struktur. Erst wenn wir alle Bande an sie lösen, wenn wir uns quasi von ihnen scheiden und jede Verhaftung an sie verlieren, werden wir frei.

Es gibt heute weltweit schon einige hundert kleinere und größere Öko-Gemeinschaften, in denen Menschen zusammenleben und zusammenarbeiten außerhalb der Konsum- und Profit-Schiene. Man muss einfach nur den hohen Lebensstandard und die Wünsche herschalten. Was braucht man schon wirklich zum Leben? Viel Geld und Besitz machen nicht wirklich glücklich – ein Leben in Ruhe, Harmonie und Frieden hingegen schon.

Diese Öko-Gemeinschaften, selbst wenn sie nur lose Verbände sind, sind meistens auch Friedensgemeinschaften, in denen Menschen friedensorientiert zusammenleben und arbeiten. Sie heilen die Schneisen der Verwüstung durch die anderen, bauen wieder neue ökologische Systeme auf im Einklang mit Mutter Erde. Sie sind die Keimzellen eines neuen, friedlicheren und lichtvolleren Zeitalters. Sie zeigen, dass nicht alles verloren ist, sondern dass es Hoffnung gibt. An ihnen können wir uns orientieren, wenn wir an den Punkt gekommen sind, wo wir resigniert haben.

Die Welt ist nicht verloren. Die alte Welt schon. Aber neben der alten entsteht eine neue Welt. Und in diese können Sie auswandern und darin können Sie ein neues Leben beginnen! Sie können auch Ihre eigene kleine Öko-Gemeinschaft gründen – mit Ihrer Familie, mit Freunden. Schauen Sie sich dazu aktuelle Dokumentationen an, die Sie sich im Internet herunterladen können und von denen Sie lernen können!

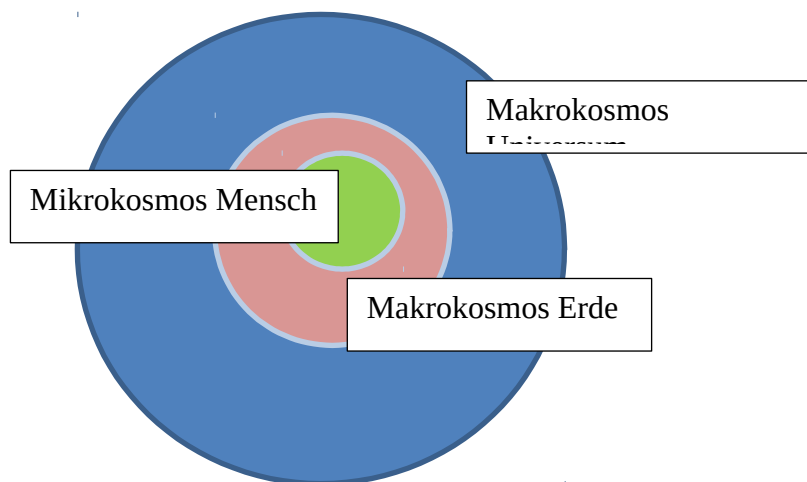
Dadurch steigen Sie aus dem derzeitigen weltweiten Kampf und Krieg aus, in dem Menschen der Sorte Unfriedens- und Kriegersitter herrschen, und wechseln in das Gebiet des Friedens, in dem Menschen der Sorte „Friedensritter“ eine neue friedliche Welt aufbauen.

Makrokosmos und Mikrokosmos Frieden

Jeder Mensch lebt in seinem eigenen Mikrokosmos, d.h. seiner eigenen Welt, die ich im Folgenden „Mikrokosmos Mensch“ nenne.

Zugleich lebt jeder Mensch auch im großen Makrokosmos, den wir als „die Welt“ bezeichnen. Für uns Menschen ist die Welt auf dem Planeten Erde unser Makrokosmos, weshalb ich im Folgenden vom „Makrokosmos Erde“ spreche.

Daneben gibt es einen noch größeren Makrokosmos, nämlich den „Makrokosmos Universum“, in den alle Planeten und Sterne sowie ihre Bewohner samt ihrem „Mikrokosmos Mensch“ eingebunden sind.



Sowohl Makrokosmos wie auch Mikrokosmos sind Welten- und Lebenskonstrukte, z.B. Welt- und Lebensanschauungen, Welt- und Lebenswahrnehmungen, Welt- und Lebensordnungen, Welt- und Lebenskonzepte, Welt- und Lebensdimensionen.

Während der Mikrokosmos, in dem der Mensch lebt, von ihm selbst mittels seiner Gedanken, Gefühle, Sinne wahrgenommen und erfasst werden kann, kann der Makrokosmos, insbesondere der „Makrokosmos Universum“, vom Menschen nur noch sehr begrenzt wahrgenommen und erfasst werden. Der Makrokosmos übersteigt die Begriffsmöglichkeiten der menschlichen Sinne und Wahrnehmungsorgane. Zum Beispiel der Makrokosmos Erde: Wenn der Mensch am Meer steht und zum Horizont blickt, kann er die Krümmung der Erdoberfläche in der Regel weder erkennen noch

wahrnehmen. Der Mensch sieht die Erde als flach und eben. Auch wenn er theoretisch weiß, dass die Erde eine Kugel und somit gekrümmt ist, so ist er nicht in der Lage, sie tatsächlich so zu sehen. In seinem Mikrokosmos ist die Erde immer eben, auch wenn er mit dem Flugzeug von London nach Sydney fliegt und eigentlich die Krümmung sehen und wahrnehmen müsste.

Dies zeigt, dass der Mensch in einem **Mikrokosmos-Bewusstsein** und in einer **Mikrokosmos-Wahrnehmung** ist. Sein gesamtes Leben ist somit von diesem Bewusstsein und dieser Wahrnehmung geprägt.

Der Mensch kann nur das wahrnehmen und sich dessen bewusst sein, was in seinem Raster ist.

Wenn im Raster des Menschen beispielsweise Eifersucht vorhanden ist, wird er all das wahrnehmen und sich dessen bewusst sein, was mit dieser Eifersucht in Verbindung steht. Er wird überall Dinge und Situationen sehen und wahrnehmen, die in Resonanz zu seiner Eifersucht stehen. Was von seinem Mikroorganismus als positiv empfunden wird, wird seine Eifersucht dämpfen; was als negativ empfunden wird, wird seine Eifersucht stärken. Aus diesem Bewusstsein heraus wird er dann entsprechend reagieren und agieren.

Wenn ein Mensch tendenziell unzufrieden mit sich selbst und seinem Leben ist, also Unzufriedenheit und damit Unfrieden in seinem Mikrokosmos vorherrschen, wird er all das wahrnehmen und sich dessen bewusst sein, was damit in Verbindung steht. Was von seinem Mikroorganismus als positiv empfunden wird, wird seine Unzufriedenheit dämpfen; was als negativ empfunden wird, wird seine Unzufriedenheit stärken. Aus diesem Bewusstsein heraus wird er dann entsprechend reagieren und agieren.

Herrschen in einem Mikrokosmos, wie in den Beispielen zuvor Eifersucht oder Unzufriedenheit bzw. Unfrieden vor, kommt es nun darauf an, welches Klima im Makrokosmos, insbesondere im Makrokosmos Erde als unserem Lebensraum, vorherrscht. Der Makrokosmos Erde beeinflusst die Menschen und ihren Mikrokosmos, ja, er kann sogar den Mikrokosmos des Menschen manipulieren und steuern. In der Natur verhält es sich so, dass das Größere das Kleinere beeinflusst: Der Ameisenhaufen beeinflusst die einzelne Ameise, die einzelne Ameise jedoch beeinflusst den Ameisenhaufen nicht. Dazu müsste sie über Super-Kräfte und -Fähigkeiten verfügen!

Der Makrokosmos unterliegt kosmologischen Zeitaltern mit jeweils spezifischen Bedingungen. Nach der Mythologie unseres Kulturkreises herrschte bis jetzt das Eisene Zeitalter (nach Hesoid).

Im Hinduismus wird es Kali Yuga oder Dunkles Zeitalter genannt. Sowohl das Eisernerne wie auch das Dunkle Zeitalter gelten als das letzte Zeitalter in einem Großzeitalterzyklus. Im ersten Zeitalter, dem Goldenen Zeitalter oder Krita Yuga wird gemäß dem Hinduismus das in ihm Gestalt gewordene Lebensgesetz (Dharma) voll verwirklicht. Von Zeitalter zu Zeitalter nimmt der Prozentsatz des Dharmas ab. Im Eisernen Zeitalter bzw. Kali-Yuga herrscht der schwächste und schlechteste Zustand im Sinne des Dharmas.

Auch nach den Astrologen befinden wir uns in einem Zeitalter Wechsel: vom Fische Zeitalter in das Wassermannzeitalter.

Stellen wir uns nun vor, im Makrokosmos Erde herrscht ein Goldenes Zeitalter. Wie würde wohl dieses Zeitalter das Erdenklima und den Mikrokosmos Mensch beeinflussen? Höchstwahrscheinlich positiv, friedlich, warmherzig, gütig, harmonisierend usw. In der Praxis würde dies bedeuten, dass jeder aufflackernde Funken von Eifersucht durch das vorherrschende gesellschaftliche Klima schnell und leicht in Frieden gebracht werden kann.

Stellen wir uns nun genau das Gegenteil vor: im Makrokosmos Erde herrscht ein Dunkles Zeitalter (Eisernes Zeitalter, Kali Yuga) vor, wie wir es derzeit (noch) haben. Wie beeinflusst dieses Zeitalter das Erdenklima und den Mikrokosmos Mensch? Es stärkt sein Rivalitätsdenken, seinen Egoismus und seine Gier und konfrontiert ihn mit dem Rivalitätsdenken, dem Egoismus und der Gier der anderen. In der Praxis bedeutet dies, dass Eifersucht aufgrund des Besitzdenkens geschürt wird und Streitigkeiten, Trennung und Scheidung produziert. Und bestehende Unzufriedenheit würde weiterhin genährt, weil man beständig mit irgendetwas oder irgendjemanden unzufrieden ist.

Müssen wir daraus erkennen, dass der Mikrokosmos Mensch dem Makrokosmos Erde hilflos ausgeliefert ist? Und weiterhin, dass der Mikrokosmos Mensch den Makrokosmos Erde überhaupt nicht beeinflussen kann oder nicht viel mehr als ein Tropfen auf den Stein ist? Sind wir somit hilflose Opfer einer dunklen Welt, die sich in uns ausdrückt und uns manipuliert?

Ja und nein. Ja, für jene Menschen, die nur in ihrem gewohnten Raster leben, denken und handeln. Nein, für jene Menschen, die aus dem gewohnten Raster aussteigen und alternative Wege gehen.

Hierzu möchte ich als Beispiel das Konzept des österreichischen Permakultur-Spezialisten Sepp Holzer anführen. Sein Bergbauernhof in Lugau liegt zwischen 1.100 und 1.500 Meter hoch. Die durchschnittliche Jahrestemperatur beträgt nur 4,5 Grad Celsius. Sepp Holzer hat dort eine exotisch anmutende Terrassenlandschaft mit Kleinklimazonen angelegt. Wo normalerweise nur Fichten und Legföhren wachsen, gedeihen auf 46 Hektar Grund die verschiedensten Getreide-, Obst- und Gemüsesorten, die man in dieser Lage niemals vermuten würde: Zitronen, Kirschen, Marillen, Äpfeln, Kiwis, Feigen, Pfirsiche, Orangen, Maroni, Birnen - ohne Treibhaus. Eigentlich ist es nicht

möglich und dennoch, bei Sepp Holzer ist es möglich: Radieschen-ernte im Dezember und Orchideen in meterhohem Schnee. Sein Credo: "Ich lass die Natur für mich arbeiten. Man muss nur draufkommen, welche Pflanzen und Tiere sich ergänzen, das ganze System muss einen geschlossenen Kreislauf ergeben." Permakultur nennen das die Experten, ein harmonisches Zusammenwirken zwischen Tieren, Pflanzen und Bauer.

Ein normaler Bergbauer, der in einem gewohnten Raster lebt, könnte mit den bekannten klassischen Methoden niemals das erreichen, was Sepp Holzer erreicht hat. Vorherrschende Vegetation und Klima würden es normalerweise nicht zulassen, das anzubauen, was Holzer anbaut.

Wie kann es einer schaffen, sich in einem solch rauen Klima (Makrokosmos) ein derartiges Paradies auf seinen landwirtschaftlichen Flächen (Mikrokosmos) anzulegen und zu bewirtschaften?

Wäre Sepp Holzer in seinem Mikrokosmos-Bewusstsein geblieben wie die übrigen Bergbauern, er hätte es nicht schaffen können. Er aber hat sein Bewusstsein erweitert bzw. sein Bewusstsein entwickelt und ein anderes Bewusstsein angenommen. Sepp Holzer spricht von der „Natur“, von der man sich leiten lassen muss, von der Harmonie, die in der Natur liegt und auch von der Weisheit der Natur, von den natürlichen Systemen der Natur, von dem Zusammenwirken zwischen Mensch, Tier, Pflanzen und sonstigen Lebewesen. Und Sepp Holzer ist lebendiger Beweis dafür, dass ein solches Miteinander für alle Beteiligten ein Segen ist, Fruchtbarkeit zur Folge hat, Gesundheit und Lebensfreude fördert.

Liegt also das Übel in dem Verlust der Natur, wie dies in unserer heutigen Gesellschaft so oft der Fall ist? Ich möchte hierzu aus einer Schrift von Sepp Holzer zitieren:

„Du kommst auf die Welt, meist in einer sterilen Klinik und dort werden dir gleich die natürlichen Wurzeln gekappt. Du wirst geimpft und mit unnatürlichem Chemiefraß aufgepäppelt. Eine natürliche Geburt im Familienverband und ein natürliches Aufwachsen wären der richtige Start für das zukünftige Leben des jungen Menschen.

Durch ein isoliertes Aufwachsen von unserer Natur und ihren Mitlebewesen verlieren wir jede natürliche Beziehung zu unserer Mitwelt. Ein Aufwachsen in Symbiose mit Pflanzen, Tier und Menschen ermöglicht jedoch ein Erfahren im Miteinander und schärft in dir die Aufgabe deines Handelns als denkendes Individuum, deiner Aufgabe des Lenkens und nicht des Bekämpfens gerecht zu werden. Durch das Beobachten deiner Mitlebewesen wirst du feststellen, dass die Natur perfekt ist und die Schöpfung an alle gedacht hat; dass alles miteinander in Verbindung steht und dass es hier nichts zu verbessern gibt. ...“

Es gibt ganz offensichtlich, wenn wir vom „**Makrokosmos Erde**“ sprechen, zwei unterschiedliche Makrokosmen: den von „Mutter Erde“ und damit den natürlichen, in dem es das oberste Prinzip ist,

im Einklang mit Mutter Erde und allen Geschöpfen zu leben, Mutter Erde sowie alle Geschöpfe zu hegen und zu pflegen.

Daneben gibt es eine künstliche Erdenwelt, die von Menschenhand geschaffen und geformt wurde. Diese Welt ist nicht im Einklang mit Mutter Erde und allen Geschöpfen auf der Erde, sondern beutet skrupellos die Erde aus, zerstört Leben und Lebensräume und ist nur auf Ertrag, Profit und Gewinn ausgerichtet.

Ganz offensichtlich verhält es sich so, dass die meisten Menschen von heute im großen **künstlichen** Makrokosmos Erde leben, der sich über den **natürlichen** Makrokosmos Erde „geschoben“ hat. Dadurch ist die Menschheit von der Natur getrennt und damit ihrer eigenen ursprünglichen Natur beraubt. Die Menschen von heute sind verkünstelt und nicht mehr natürlich. Dies hat zur Folge, dass sie innerlich häufig oder sogar permanent unzufrieden sind, weil sie spüren, dass etwas Grundsätzliches in ihrem Leben und in der Welt nicht mehr stimmt.

Meines Erachtens liegt hier der Schlüssel der Unzufriedenheit so vieler Menschen: sie können nicht mehr ihre wahre ursprüngliche Natur leben. Sie sind keine natürlichen Wesen mehr, sondern unnatürliche, verkünstelte, verrückte, verzerrte. Durch die Gewohnheit und ihre Süchte sind sie gezwungen ein Leben zu leben, von dem sie spüren, dass es sie krank und unglücklich macht.

Man nehme nur einen Menschen, der in der lärmenden und hektischen Großstadt lebt und/oder arbeitet. Er fühlt sich oft disharmonisch, überreizt, nervös, gereizt und unzufrieden, ohne sich bewusst zu sein, woher es resultiert.

Nehmen wir weiter an, dieser Mensch macht am Wochenende einen Ausflug in die freie Natur, abseits vom Trubel, abseits von Menschenmengen. Er wandert, schaut den Vögeln und Tierchen zu, erfreut sich am Fließen des Bächleins, schaut stundenlang hinauf in den blauen Himmel. Am Abend kehrt er harmonisch, ruhig, erholt und friedlich in sein Zuhause zurück.

Daraus erkennen wir, dass es dem Menschen im künstlichen Makrokosmos Erde schlecht geht, während es ihm im natürlichen Makrokosmos Erde gut geht. Das Befinden des Menschen ist der Maßstab für seine natürlichen Bedürfnisse und seinen natürlichen Lebensraum. Da, wo es dem Menschen gut geht, ist sein wahrer Lebensraum. Wo es ihm hingegen schlecht geht, ist er am falschen Platz.

Wir müssen erkennen, dass wir Menschen der heutigen Zeit in einer „falschen“ bzw. künstlichen Welt leben, die uns einen Lebensrahmen aufzwingt, der uns belastet und krank macht, so dass wir im Alter nur noch körperliche oder geistige Wracks sind.

Sind wir alle dazu verdammt, im künstlichen Kosmos Erde zu leben und davon krank, unglücklich und hilflos zu werden? Können wir diesem Schicksal womöglich in der heutigen Welt gar nicht entgehen?

Nein. Menschen wie Sepp Holzer zeigen es uns. Auch ich kenne einen solchen Menschen, der es Sepp Holzer gleichgemacht hat: Der deutsche Ökologe Prof. Dr. Bernd Gerken, der vor Jahren in Südportugal verstepptes und verlassenes ehemaliges Agrarland gekauft hat und nun durch Permakultur wieder aufpäppelt. Sein Projekt heißt Haliotis. Zu ihm kann jeder, der seine Natürlichkeit verloren hat, kommen und eine Zeit bei ihm wohnen und mitarbeiten.

Wir müssen erkennen: so wie wir im außen eine künstliche Erdenwelt geschaffen haben, haben wir sie auch in uns geschaffen. So wie wir uns von Mutter Erde und den natürlichen, ökologischen Lebensabläufen entfernt haben und statt dessen ständig vor der Glotze oder dem PC sitzen, mit dem Auto von einem Ort zum anderen rasen, haben wir uns auch von unserer inneren Zufriedenheit und unserem Frieden entfernt. Wir sind zu künstlichen Egoisten mutiert, die sich gegenseitig bekämpfen und nach Macht und Anerkennung streben. Wir überfluten die Erde mit unserem Müll und unseren giftigen Abwässern, mit unseren künstlichen Konstrukten wie Atomkraftwerken, Fernsehtürmen, Hochhäusern, Flugzeugen, Autos usw.

Wir haben unsere wahre Natur dafür eingebüßt! Wir sind hochmütig, egoistisch, neidisch, gierig, selbstgefällig, rücksichtslos und ständig fordernd geworden. Wir maßen uns an, die Erde nach unseren Vorstellungen zu gestalten und über sie zu herrschen. Für dieses Vergehen muss ein jeder die Konsequenzen tragen. Permanente Unzufriedenheit, Lebensmüdigkeit, Lebenshass, Hass auf alles und jeden, Hoffnungslosigkeit auf ein besseres Leben, chronische Krankheiten etc. sind alles Zeichen, dass Menschen auf dem falschen Weg sind.

Wollen wir ein besseres und friedlicheres Leben, müssen wir unsere verlorene Natur wieder finden und unseren eigenen Mikrokosmos Mensch in einen natürlichen Mikrokosmos zurückverwandeln, der im Einklang mit dem natürlichen Makrokosmos der Erde schwingt.

Wir müssen Frieden schließen mit Mutter Erde und dem natürlichen, ökologischen Makrokosmos der Erde. Und wir müssen Frieden schließen mit uns als Geschöpfen von Mutter Erde und damit dem natürlichen Mikrokosmos in uns selbst.

Natürliche Lebenskonzepte wie z.B. das Permakulturkonzept, führen den Menschen zu seinen Lebenswurzeln zurück. Permakultur ist ein friedvolles, das Leben fördernde Miteinander von Mensch und Natur – wobei die Natur führt. Die Natur ist nichts anderes als der natürliche Makrokosmos Erde. Der Mensch lässt sich von der Natur und damit vom Makrokosmos führen.

So schaffen wir Zufriedenheit und Frieden in uns und leben wir in Frieden mit unseren Mitgeschöpfen und Mutter Erde.

.....