

# Hologramm

D 21569 F

Nr.22 Nov. '80

DM 2,50

**Vom  
Leben  
lernen**



BONSAI

# Hologramm

## Impressum

Hologramm erscheint im Verlag Bruno Martin, Saalburgstr.4, 6 Frankfurt 60. Tel.: 0611/451827

Redaktion: Magdalena und Bruno Martin (verantwortlich).

*Den Bonsai-Baum auf dem Titelbild stellte uns freundlicherweise die Fa. Blumen-Rost, Sandweg 6, 6 Frankfurt/M für die Aufnahme zur Verfügung. Das Photo machte Victor von Brauchitsch, Ffm.*

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr.1 vom 1.7.79

Druck: Fuldaer Verlagsanstalt, Fulda.  
Umschlaggestaltung und Layout: Bruno (c) Sämtliche Rechte der im Hologramm erschienenen Artikel liegen beim Verlag. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung!

## HOLOGRAMM-ABONNEMENT

Hologramm erscheint zweimonatlich jeweils zum 15. des ungeraden Monats. Der Abopreis beträgt ab Nr. 16 für 6 Ausgaben a 36 Seiten DM 15,-

Einzelpreis DM 2,50. Bei Einzelbestellungen bitte -,60 Porto beilegen.

Bei Bestellungen und Abonnements bitten wir um Vorauszahlung auf das Postscheckkonto Frankfurt 541251-601  
Das gilt auch für Buchbestellungen.

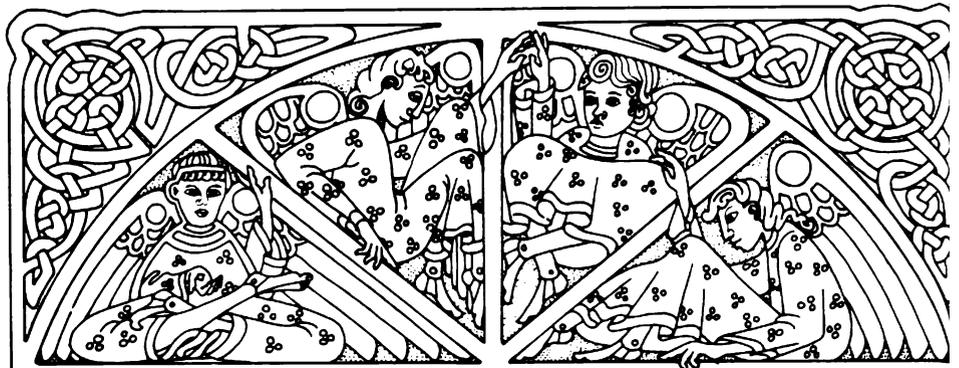


# Redaktionsjournal

Liebe Leser und Leserinnen, dieses Mal hat sich das ganze Thema unseres Heftes auf höchst wunderliche Weise eingestellt. Ich wußte eigentlich nicht, welches Thema für dieses Heft anlag. Nur eine vage Vorstellung geisterte mir im Kopf. Doch dann ging es plötzlich los. Zuerst kam ein Artikel von Yürgen Oster über Gia Fu Feng und das Leben im Fluß der Situation. Dann bekam ich ein langen Artikel von Frau Kühn über die Bonsai-Meisterschaft von Paul-Salomon. Diesen Artikel kannte ich schon, hatte mich aber nie daran gemacht ihn zu übersetzen, weil er mir zu lang war. Und hier war die Übersetzung, die mich indirekt erreichte: "Vielleicht können Sie etwas damit anfangen. . ." Natürlich konnte ich. Dann schrieb mir Hubert Backes, er hätte etwas übers Naropa-Institut. Darüber wollte ich auch schon lange mal berichten, und die Idee paßte schon zu den anderen Artikeln, die ich jetzt hatte. Dann rief mich Joachim Vier-egge an, er hätte da etwas über eine Heilerin in Indien. Das fand ich auch sehr interessant und der Artikel traf auch termingerecht ein. Auf der Buchmesse traf ich dann Klausbernd Vollmar, der mir sofort einen Artikel über das Sarakiniko-Projekt in Griechenland schrieb, auch eine Lehrsituation. Und insgesamt fand ich das ganze doch irgendwie zusammengehörig, und das Thema heißt nun: Vom Leben lernen. Ich glaube, ich habe so auch

etwas dazugelernt. Manchmal muß man die Dinge auf sich zukommen lassen, man kann sie nicht zwingen. Es wäre schön, wenn Hologramm weiterhin so entstehen würde, denn das ist der einzige Weg, eine alternative Zeitschrift zu machen. Zwanghaft nach Artikeln zu suchen um das Heft vollzumachen ist die Methode der üblichen Zeitschriften, da wartet keiner darauf, daß er "zufällig" einen Artikel bekommt. Das nächste Mal kommt vielleicht etwas über alternative - spiritualisierte Politik. Ich habe da schon einiges in Aussicht und ich vermute, dies wird wieder ein recht ungewöhnlicher Zugang zum Thema sein. Wir lernen immer vom Leben, wenn wir einigermaßen wach sind, und die herkömmlichen Methoden des Lernens und Lebens haben sich längst verändert. Kreativität, Tun ohne tun, wie die Taoisten sagen, liegt an. . . Ich wünsche allen Lesern viel Spaß. Halt: hier noch ein Weihnachtssonderangebot: die letzten 6 Ausgaben von Hologramm (also von 16-21) als Geschenk für Freunde für nur DM 12,- incl. Porto. Wäre das nichts? Die Freunde freuen sich bestimmt darüber, und wir auch.!

Allen unseren treuen Lesern wünschen wir einen schönen Herbst, nicht zu viel Regen und besinnliche Sonnenwende und Neugeburt und auch ein lehrreiches Jahr 1981. Im Januar gibts nämlich erst das nächste Hologramm! Bruno und Magdalena Martin



Diese Zeichnung stammt aus dem neuen Malbuch "Celtic Renaissance", Hrsg. v. Findhorn-Publ. 100 Seiten A 4, DM 16,-. Bezug: Bücherservice

## Thema

### SARAKINIKO

Träume, Streits und Wirklichkeit  
von Klausbernd Vollmar 4

Auf einer schönen Insel in Griechenland entsteht ein alternatives Siedlungsprojekt von Deutschen, die endlich mal ihre Träume verwirklichen wollen. K.B.Vollmar, der viele alternative Projekte kennengelernt hat, schildert hier seine Erfahrungen als Mitglied dieser Traumsiedlung.

### Naropa-Institut

Eindrücke des Lehren und Lernens  
von Hubert Backes 7

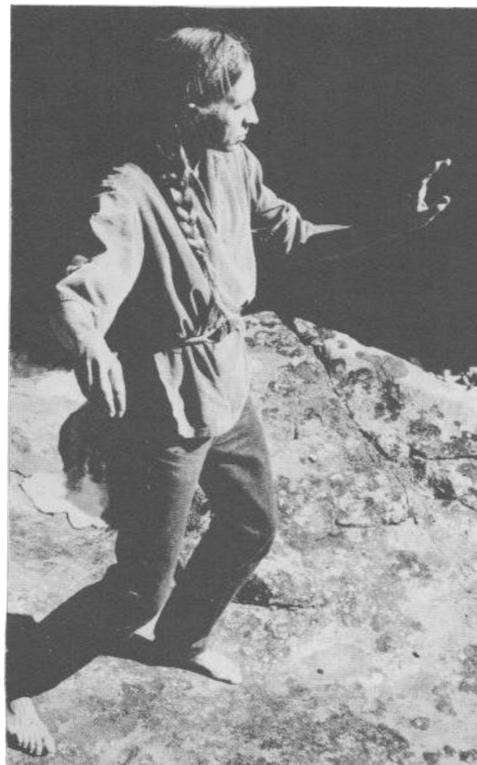
Der Autor lebte eine zeitlang am Naropa-Institut und sprach mit einem Lehrer über die Bedingungen alternativen, spirituellen Lernens mit öffentlicher Anerkennung. Die Ebenen des Lernens und die Qualifikationen des Schülers sind die Gesprächsthemen.

Bei Lamu in Saboo 12  
von Joachim Vieregge

Dieser Reisebericht handelt nicht nur von einer Begegnung mit einer Schamanin in Ladakh, sondern auch von unseren Schwächen, die Gelegenheit, etwas zu lernen, am Schopf zu packen. . .

Lernen durch Handeln 14  
Über die Arbeit mit Gia Fu Feng  
von Jürgen Oster

Gia Fu Feng ist ein taoistischer Meister, der in keine der üblichen Schablonen paßt. Seine Lehrmethoden werden getragen von der Unberechenbarkeit, vom Tao.



Spirituelle Praxis und Führung  
von Paul Salomon 17

Nachdem Paul Salomon den Bonsaimeister getroffen hat, findet seine spirituelle Suche eine Richtung, mit der er nie gerechnet hat. Was hat das Formen der Bonsai-Bäumchen mit spiritueller Schulung zu tun? Paul macht die gleichen Fehler in der Einschätzung der Situation wie wahrscheinlich jeder von uns. Eine höchst spannende und lehrreiche Tatsachengeschichte.

## Allgemeines

Nahrung für die geistige Entwicklung  
von Michio Kushi 22

Die Fortsetzung des Artikels aus Hologramm Nr. 21. Über die Veränderung des Essens und die Kunst des Kochens.

Die Ufo-Manipulation 25  
Wer steckt dahinter?

Von Jaques Vallee

Die Fortsetzung der Ufo-Geheimnisse aus Hologramm Nr. 20 Die Drahtzieher, die Neo-Nazis und der CIA. Oder hat das Pentagon damit zu tun?

Musik 28

Keith Jarrett spielt Gurdjieff

Über eine neue Meditationsplatte von Bruno Martin

Buchbesprechungen 29

Alternative Heilweisen – Handlungskunst – Sufismus – Dörfer in der Stadt ua.

networking – Kleinanzeigen 16

aktuell: Genmanipulation am  
Saatgut 2

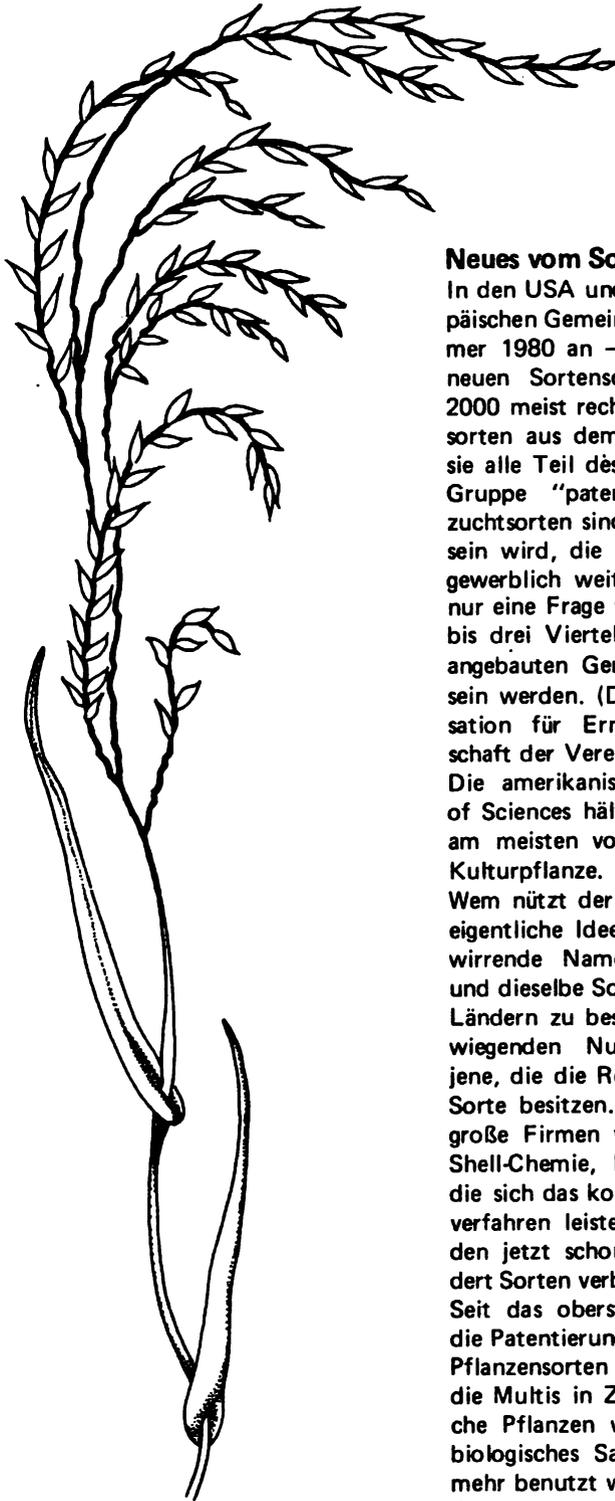
## Verschmutzter Rhein

Mitte August 1980 haben sich 14 große Umweltschutzorganisationen aus drei Rheinanliegerstaaten in einer gemeinsamen Erklärung gegen Versuche von Chemiekonzernen, Ministern und Behörden gewandt, den Zustand des Rheins zu beschönigen und Maßnahmen zur entscheidenden Verbesserung der Wasserqualität gefordert.

Aus den Analyseergebnissen der Rheinwasserwerke und anderer Stellen kann man entnehmen, daß die Behauptung, der Rhein sei sauberer geworden nicht zutrifft. Zwar konnte die Konzentration einiger Schadstoffe im Rhein reduziert und der Sauerstoffgehalt erhöht werden. Dagegen sind die eingeleiteten Mengen vieler hochgiftiger und schwer abbaubarer Stoffe in den letzten Jahren etwa gleich geblieben. Nach Angaben der Arbeitsgemeinschaft der Rheinwasserwerke wurden im letzten Jahr im unteren Niederrhein sogar "zusätzliche Belastungen infolge vermehrter Abwassereinleitung" festgestellt. Von 10 Grenzwerten, die von der IAWR für Schadstoffe im Rhein aufgestellt hat, werden noch immer 16 ständig überschritten. Besonders beunruhigend ist die Tatsache, daß heute Stoffe, die aufgrund von Tierversuchen und statistischen Untersuchungen in den USA als krebserzeugend gelten, im Trinkwasser der Städte nachgewiesen werden können, die mit Rheinwasser versorgt werden. BBU

## Vor biologischem Getreide wird gewarnt

Liebhavern "biologisch-dynamischer" Ernährung, die angeblich ohne Kunstdünger und Schädlingsbekämpfungsmittel erzeugt wird, haben Chemiker jetzt einen bitteren Tropfen in das "alternative Brot" fallen lassen: Nach Feststellungen des chemischen Untersuchungsamtes der Stadt Duisburg ist "biologisch angebautes Getreide" oft so verschmutzt, daß vor dem Verzehr gewarnt werden muß. Als häufig vorkommende Verunreinigung zählt ein veröffentlichter Untersuchungsbericht u.a. Strohteile, Schmutz, Staub und Vogelkot auf. dpa



## Neues vom Sortenschutz für Saatgut

In den USA und den Ländern der europäischen Gemeinschaft – hier vom Sommer 1980 an – werden im Zuge einer neuen Sortenschutzgesetzgebung etwa 2000 meist recht ursprüngliche Gemüsesorten aus dem Verkehr gezogen, weil sie alle Teil des Erbgutes einer kleinen Gruppe "patentierter" neuer Hochzuchtarten sind. Da es künftig verboten sein wird, die Samen der alten Sorten gewerblich weiterzuvermehren, wird es nur eine Frage von etwa 10 Jahren sein, bis drei Viertel der derzeit in Europa angebauten Gemüsesorten ausgestorben sein werden. (Dr. Erna Bennet, Organisation für Ernährung und Landwirtschaft der Vereinten Nationen in Rom). Die amerikanische National Academy of Sciences hält Weizen für die künftig am meisten vom Aussterben bedrohte Kulturpflanze.

Wem nützt der neue Sortenschutz? Die eigentliche Idee liegt darin, erstens verwirrende Namensunterschiede für ein und dieselbe Sorte in den verschiedenen Ländern zu beseitigen. Doch den überwiegenden Nutzen haben zweifellos jene, die die Rechte für eine geschützte Sorte besitzen. Das sind hauptsächlich große Firmen wie Sandoz, Ciba-Geigy, Shell-Chemie, ITT und andere Multis, die sich das komplizierte Patentierungsverfahren leisten können. Bei uns werden jetzt schon im Monat bis zu hundert Sorten verboten.

Seit das oberste Gericht in den USA die Patentierung von Gen-Manipulierten Pflanzensorten genehmigt hat, werden die Multis in Zukunft bestimmen, welche Pflanzen wir essen dürfen. Selbst biologisches Saatgut kann dann nicht mehr benutzt werden. Laut Gesetz wird das Saatgut geimpft und gebeizt um angeblich gegen bestimmte Krankheiten resistent zu werden.

Es wundert in diesem Zusammenhang niemanden mehr, daß die Aktien der Gen-Forschungsindustrie nach oben schnellten. Für eine 10 Dollar-Aktie wird heute über 75 Dollar bezahlt. Die Genforschung macht selbstverständ-

# aktuell

lich auch nicht vor dem Menschen halt. So wurde vor kurzem einem kranken Mädchen ein gesundes Gen eingepflegt, um irgendeine Blutkrankheit, die vererbt war, zu bekämpfen. Solche Aktionen werden wahrscheinlich in den Vordergrund gespielt um die Wohltaten der Genmanipulation aufzuzeigen, doch in Wirklichkeit werden Kapitalinteressen auf kaltem Wege per Gesetz durchgesetzt.

Wie können wir uns schützen? In Zukunft wird es uns wie in dem Film *Fahrenheit 451* gehen, wo die Leute Bücher auswendig lernen mußten, um diese zu bewahren. Wir werden ähnlich heimlich Saatgut aufbewahren müssen, damit wir eines Tages nicht verhungern müssen. Denn die manipulierten Arten sind derartig auf industrialisierte Landwirtschaft abgestimmt, daß sie von der "Fütterung" durch bestimmte Chemiedünger abhängig sind. Wird dieser mal ausbleiben, werden diese Pflanzen sehr schnell eingehen....

(Hologramm/Humus Nr. 4/East-West)

## Scientology ist eine Kirche

Nach einer Gerichtsentscheidung ist ein Angehöriger der Scientology Church der darin ein geistliches Amt ausübt mit einem Priester jeder anderen Religionsgemeinschaft gleichgestellt. Er hat ebenso wie dieser das Recht, der Einberufung zum Zivildienst nicht zu folgen. Das entschied die Zweite Kammer des Verwaltungsgerichts Frankfurt (Az.: 2 - H 2884/80)

Anders als das Bundesamt für Zivildienst das den Standpunkt vertreten hatte, die Scientology Church sei lediglich eine Vereinigung, die auf "einer praktischen Philosophie weltanschaulicher Prägung" fuße, gingen die Richter davon aus, daß es sich hier um eine Religionsgemeinschaft handele. Unerheblich sei, daß sich diese Kirche in wesentlichen Punkten von den Vorstellungen der großen Kirchen unterscheide. Die im Grundgesetz in Artikel 4 Absatz 1 enthaltene Verbürgung der Religionsfreiheit verbiete ihnen, den Richtern, eine "Qualitätskontrolle" einer Religionsgemeinschaft vorzunehmen. FR

Endlich ein mutiges Urteil. Egal, was man von Scientology halten möge, ist dieses Urteil sehr wichtig für jede Art religiöser und spiritueller Gruppierung. Denn das Recht auf freie Religionsaus-

übung muß genauso wie die Pressefreiheit gewährleistet bleiben. Der Verfolgung der sogenannten Jugendsekten ist damit auch eine Schranke vorgeschoben. Es ist schon schlimm genug, daß politisch Andersdenkende berufliche Schwierigkeiten haben.

## Leserbrief

### Bhagwan

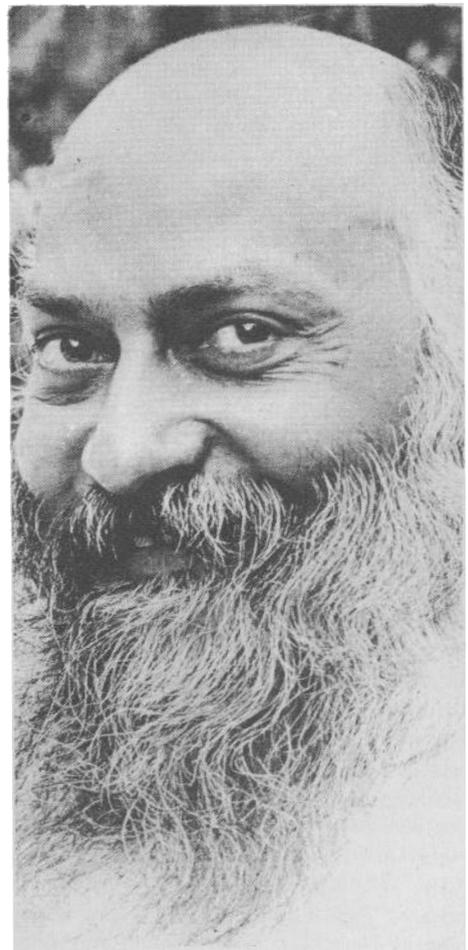
Es ist auffallend, wieviel Platz Bhagwan Shree Rajneesh und seinen Anhängern in "Hologramm" immer wieder eingeräumt wird.... So erschien denn auch in der Ausgabe Nr. 20 ein umfangreicher Beitrag von Ma Mutriba auf S. 30. Im Grunde kann ich ihren Artikel nur bejahen, allerdings sind mir dabei zwei Dinge aufgestoßen, wo ich widersprechen müßte!

1. Da wird, wenn auch sehr dezent und sachlich, gegen eine "Erleuchtungsindustrie" polemisiert, völlig unbekümmert darum, daß der Ashram in Poona eine Erleuchtungsindustrie par excellence ist, und zwar die mit Abstand erfolgreichste zur Zeit! Die Serienproduktion von Büchern, Cassetten und Zeitschriften dort, erinnert nur allzudeutlich an Fließbandverfahren! Ma Mutriba war höflich genug, das Kind nicht beim Namen zu nennen, aber für den Eingeweihten war ganz unverkennbar, daß sie mit "Erleuchtungsindustrie" wohl ein bestimmtes mißliebiges Konkurrenzunternehmen meinte! Wer im Glashaus sitzt, sollte nicht mit Steinen werfen.

2. Zu dem Bhagwan-Zitat "Jeder Mensch, der auf der Suche und aufnahmebereit ist, sucht sich den Meister, der ihm am ähnlichsten ist," meint sie: "Seine Äußerungen verbinden alle diese, und respektieren trotzdem jeden einzelnen Weg." Dem ist leider nicht so! Ich habe den Eindruck, Ma Mutriba kennt ihren Meister schlecht! Wenn sie bei der Lektüre seiner Bücher aufgepaßt hätte, hätte sie auch bemerkt, in welcher schäbigen und gehässigen Art und Weise Bhagwan immer wieder andere Meister angreift, und sie sogar namentlich als "Betrüger, Scharlatane und falsche Heilige" beleidigt! Von wegen "respektiert jeden einzelnen..." Das war ja wohl

nichts! Auch der im Vorspann des großen Bhagwan-Reklamefilms gebrachte Spruch: "Sucht keinen Guru, sie verkrüppeln euch. . .", war insofern kein einmaliger Ausrutscher von ihm! Wenn Bhagwan versucht, sich auf Kosten anderer Meister zu profilieren, indem er sie als "Falschmünzer" verunglimpft, dann ist das über seine Qualität als "erleuchteter Meister" nicht weniger aufschlußreich als seine geistigen Höhenflüge! Offensichtlich kann er keine Konkurrenz ertragen! Wenn er in einer derart hinterfotzigen Weise über seine "Kollegen" redet, zeigt er, daß er wohl noch eine Leiche im Keller hat! Für mich wäre Bhagwan als spiritueller Meister indiskutabel!

Anette Meyer, Hamburg



# SARAKINIKO

## Träume, Streits, Wirklichkeit

von Klausbernd Vollmar

In dem Buch von Rolf Goetz: „Von der Landkommune zur Dorfgemeinschaft“ (Herford 1980, S. 128) steht bei der Ausrichtung von Sarakiniko nichts. Genau das zeichnet uns im Vergleich zu anderen Gruppen aus: Wir sind zum Fürchten heterogen.

Als vor etwa eineinhalb Jahren die ersten Siedler das von uns gekaufte Land betraten, gab es einzig Ideen und Träume in den Köpfen der einzelnen Mitglieder unserer Gesellschaft und es bestand nur ein Verbindungspunkt von uns allen: Wir wollen ökologisch bewußt leben.

Ohne Verbrennungsmotoren, mit Windmühlen und unserer menschlichen Arbeitskraft, unterstützt von zwei Eseln und Pferden begannen wir zu siedeln. Das Land ist karg, unerschlossen, überwältigend schön gelegen.

Unter diesen harten Bedingungen und wegen der relativen Konzeptionslosigkeit gab es schnell besonders mit dem Initiator dieses Projektes Krach, Leute stiegen massenhaft aus und andere ein, es herrschte Verunsicherung und Unsicherheit. Und wenn wir nicht sehr wachsam gewesen wären, hätte beinahe eine kleine Gruppe das Projekt zur Grundstücksspekulation ausgenutzt.

In dieser ersten chaotischen Phase verließen hauptsächlich die beiden Extreme, die autoritären und Ärmel-aufkrepeln-zupacken'-Leute wie die Gefühlvollen, die Liebe und Nähe in der Gruppe suchten, das Projekt. Es lebten allerdings auch nur sehr wenige von uns bis zum Frühsommer 1980 in Griechenland; die meisten hockten noch hier in der BRD, trafen sich in Städtegruppen und diskutierten über Spezialprobleme wie Wasser, Bebauung und besuchten unser Land im Kurzurlaub.

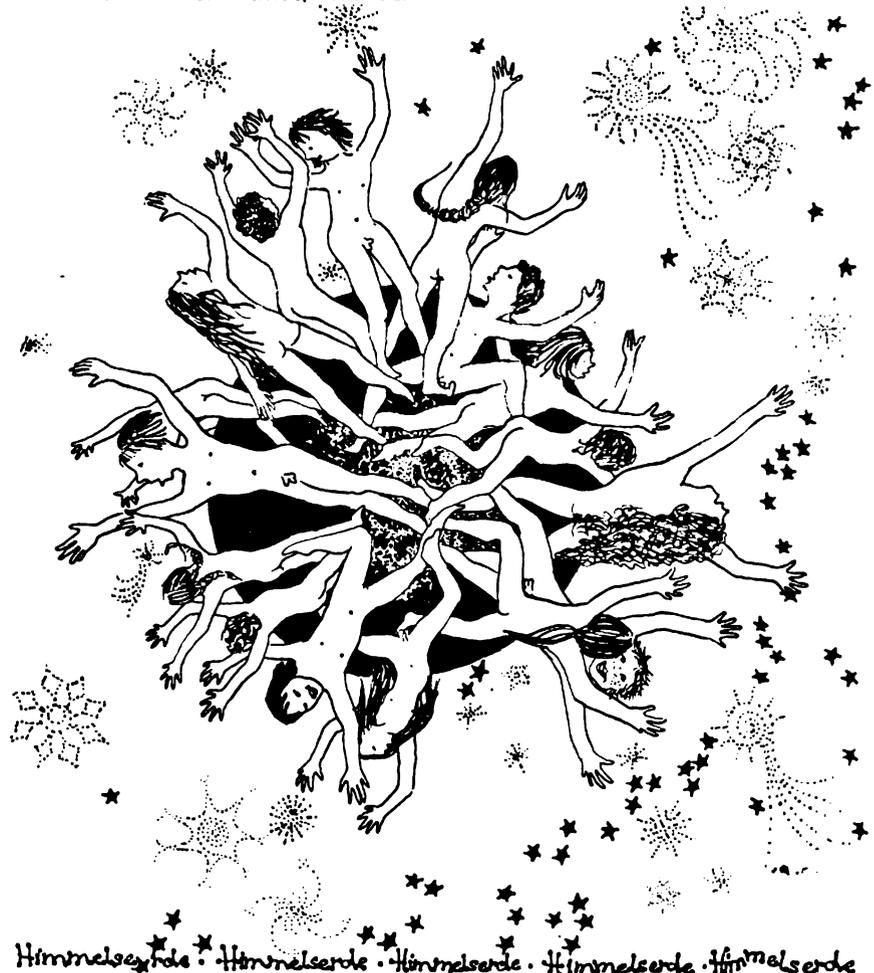
Im Grunde begann unser Projekt erst richtig im Sommer 1980, als ganze Städtegruppen nach SARAKINIKO übersiedelten (Mitglieder unserer Gesellschaft, die in räumlicher Nähe zusammenlebten und in Griechenland siedeln wollten, hatten Städtegruppen gegründet, in denen sie sich regelmäßig trafen und ihre Probleme mit der Übersiedelung mit anderen Betroffenen besprachen). Zur Zeit wohnen etwas über fünfzig Leute fest auf unserem Land.

### Die Praxis

Wir haben noch immer kein Konzept, keine bestimmte Ausrichtung, aber in den einzelnen Gruppen bilden sich mit deren Stabilisierung immer mehr gemeinsame Sehnsüchte und Träume heraus. Ihr müßt bei alledem bedenken, wir sind eine Gruppe im Aufbau und ich kann der Konzeptlosigkeit auch gute Seiten abgewinnen. Dort, wo einige oder alle vermeintlich wissen, wie's lang geht, entstehen schnell hierarchische, autoritäre Strukturen. Das spiegelt sich bei uns im Kampf gegen die immer wieder auftretenden Macher (oder Macker) wieder.

Zunächst zu unserer Gruppenstruktur: Die einzelnen Siedler leben in Küchengruppen zu fünf bis zu fünfzehn Leuten zusammen, die dann zugleich auch Lebensgemeinschaften sind. Die Unterschiedlichkeit unserer Träume drückt sich deutlich in der Atmosphäre der

einzelnen Küchengruppen aus: Es gibt eine Gruppe – ich würde sie mal die Arbeitsfront nennen – die im Schrebergartenmilieu zusammenlebt, in der über nichts als über Arbeit und Effektivität geredet wird, im Gegensatz dazu gibt es bei uns eine andere Gruppe, in der an der Überwindung der Angst vor Nähe gearbeitet wird, in der sich Liebe und Glück – hoffe ich – ausbreiten werden. Die meisten Gruppen haben regelmäßige Gruppengespräche, einige Gruppen gehen gemeinsam zum Yoga oder zur sonntäglichen Meditation. Die einzelnen Küchengruppen haben engen Kontakt miteinander, laden sich untereinander ein und einige von uns meinen, jeder solle mal in jeder Küche einige Zeit gelebt haben. Zwischen den beiden Extremen Kuschküche und Arbeitsfront liegen die anderen Küchengruppen. Von Leuten, die auf eine hochästhetisierte, reflektierte Lebens-



umwelt wert legen bis zu den down-to-earth-Leuten, die wenig reden, leben bei uns viele unterschiedliche Menschen, die aus unterschiedlichsten Berufen kommen und aus unterschiedlichster Motivation bei uns mitmachen. Als einzig deutlich abgegrenzte Gruppen gibt es die Spirituellen und die Politischen, wobei ich immer mehr merke, daß diese alten, trennenden Bezeichnungen bei uns nicht mehr die Wirklichkeit erfassen. Mit solch einer Denkweise des Trennenden, wie wir sie aus der Fabrikgesellschaft mitgebracht haben ("vom vorn Krieg", wie einige Leute diese Zeit bei uns benennen) gehen wir an der Realität SARA-KINIKOS vorbei: Klassisch marxistische Analysen helfen uns wenig bei praktischen Fragen wie Zisternenbau und Wasserschleppen, wie eine strenge, oft importierte Spiritualität hier in der Natur aufgesetzt erscheint. Wie in der BRD so verwischen sich auch bei uns immer mehr die Unterschiede zwischen den beiden Gruppen.

Im Vergleich zu anderen Gruppen, mit Ausnahme von FINDHORN und TWIN OAKS, leben bei uns sehr viele ältere Leute. Das Durchschnittsalter beträgt etwa 35 und das Gros von uns ist zwischen 33 und 43 Jahre alt. Die meisten von uns haben einen ausgebildeten Beruf, in dem sie auch einige Zeit (nicht ohne Erfolg) gearbeitet haben. Wie in amerikanischen Gruppen so sind auch bei uns diese Leute, die in ihrem Beruf einige Zeit gearbeitet haben, meist beständiger und bleiben auch trotz des zeitweiligen Frustes in der Gruppe, denn sie wissen genau, warum sie 'ausgestiegen' sind und machen sich im Gegensatz zu den Leuten ohne Berufserfahrung keine Illusionen über das bürgerliche Leben.

Daß wir viele gut ausgebildete Siedler haben, kommt einesteils den Arbeitsgruppen sehr zu gute, in denen immer auch Spezialisten und Laien engagiert sind, bringt uns zum anderen in die gefährliche Nähe einer arbeitsteiligen Gesellschaft. Unser Grundsatz lautet jedoch (zumindest theoretisch): Jeder macht jedes. Einmal im Monat haben wir eine Samstagsdiskussion über Arbeitsprobleme und deren theoretische Einschätzung. Die Arbeitsteilung versuchen wir zur Zeit derart abzubauen, daß in der Küchen- und Lebensgruppe die Arbeiten rotierend erledigt werden (Küchengarten, Brotbacken, Waschen und Abwaschen etc.) und in der Ar-

**Dort, wo einige  
oder alle vermeintlich wissen,  
wie's lang geht,  
entstehen schnell hierarchische,  
autoritäre Strukturen.**

beitsgruppe – solch ein scheußliches Wort haben wir auch noch nicht ausgemerzt – jede/r jedes macht, jedoch nicht jede/r unbedingt in jeder Arbeitsgruppe gewesen sein muß. Was ich arbeite, soll ja auch Spaß machen und im Hintergrund steht schon bei allen eine Neueinstellung zur Arbeit.

**Ökonomie**

Zu unserer Ökonomie als permanentes Sorgenkind der Gruppe: Schon gleich vorweg, wir sind keine autarke Landkommune und wollen und können es auch nicht sein oder werden. Zu unserem Land fällt mir immer ein: „Viel Steine gabs und wenig Brot“. Wir haben Gärten auf unserem karstigen Boden angelegt, um mehr und mehr von dem stark gespritzten griechischen Obst und Gemüse – das wir im Ort kaufen – wegzukommen. Diese Gärten, die noch nicht sehr ertragreich sind, erfordern ein ungeheuerliches Maß körperlicher Arbeit wie beim Wiederaufbau von Terrassen, tägliches Wasserschleppen zur künstlichen Bewässerung, Erosionsschutz und vieles mehr.

Unsere Ökonomie steht auf drei Beinen: 1. Kunst, Kunsthandwerk und Zeitung (wir haben eine Spinnerei und Weberei, demnächst Schmuckproduktion und Produktion von Gebrauchsgegenständen aus Olivenholz und machen schon seit über einem Jahr eine Zeitung). 2. Alternative Technologien (hier basteln die Energiefreaks an Übertragungsproblemen bei Windmühlen zum Wasserpumpen). 3. Kurse (Therapie, Spinn- und Webkurs).

Dieses praktizierte Konzept (seit einigen Monaten) wird bei uns zugleich von zwei Seiten angegriffen: Einmal stützen wir uns dabei voll auf den Markt der BRD, wobei klar ist, daß wir eh nicht aussteigen können und über die Geldwirtschaft mit der Gesellschaft verbunden bleiben. Also warum nicht dem Mittelstand sein authentisch-alternatives Produkt bieten? Warum es sich nicht bezahlen zu lassen, die Träume anderer stellvertretend zu leben? Oder...?

Die anderen Kritiker aus unseren Reihen lachen sich darüber tot, welche

Sicherheitsängste noch in solch einem Konzept stecken und sprechen ironisch vom Altenteil, das jetzt gediegen abgesichert werden soll. Warum soll nicht jede/r seine Verrücktheit, seine 'Erleuchtung' jenseits aller Zwänge ausleben und besser ein Projekt von zwei Jahren das Spaß gemacht hat, in dem sich Veränderungen gezeigt haben, als immer wieder die alte Suppe neu aufgewärmt und anders gewürzt ausgelöffelt.

So gibt es bisweilen militante Diskussionen in den allwöchentlichen Vollversammlungen, auf denen jeder Siedler in den Gang des Geschehens in SARA-KINIKO mitbestimmt. Daß nicht charmante und Vielredner weitgehend ihre Anträge durchbekommen, haben wir nach jeder Antragsstellung eine Woche Bedenkzeit, ehe – meist durch Abstimmung noch – entschieden wird. Ich selber halte jedoch Abstimmungen bei uns wie Mehrheitsentscheidungen für Quatsch, da noch so viel beschlossen werden kann, wenn die Überstimmten nicht mitmachen oder nur widerwillig mitmachen, geschieht wenig. Auch bei uns gibt es in neuester Zeit die Tendenz wie z.B. in FINDHORN ohne Abstimmungen auszukommen.

**Besucher**

Zum Schluß das leidige Besucherproblem: Im Zeitalter des linken Freaktourismus, wo mensch im Sommer

**"Ich mache keine Schuhe für die Füße. Ich mache Schuhe für den ganzen Körper."**  
Arne Kalso



**Der echlichte Schuh für gesundes Gehen**  
Kommen Sie und informieren Sie sich eingehend oder fordern Sie unser Prospekt mit ausführlicher Beschreibung an.  
Berger Straße 146, 6 Frankfurt 80  
Telefon 0611/44 80 82

**KALSO earth SHOE**

Projekte in den USA besucht, im Spätsommer SARAKINIKO, im November FINDHORN und im Frühjahr TVIND, können wir uns nicht mehr über jeden Besucher/in freuen, wie's sein sollte. Aufgrund des durch die Medien weitgehend verursachten Besucherchaos 1979 konnten wir uns aus Notwehr nicht anders helfen, als das Gerücht in die Welt zu setzen, unser Projekt sei gestorben.

Besuchen können uns diejenigen, die einen Kurs bei uns machen wollen. Zu den Spinn- und Webkursen kommen Besucher, zur Olivenernte im Herbst und Winter und zur sogenannten Erfahrungszeit (da leben die Teilnehmer in einer Küchengruppe, bilden selber mit dieser Gruppe eine Gruppe, die morgens Yoga macht, dann nach Lust verschiedene Arbeiten mitmacht, Brotbacken, Spinnen, Weben, Holzarbeiten und Gartenbau lernen kann und täglich zwei Stunden Gruppentherapie – Bioenergetik und/oder Gestalt, evtl. Einzelberatung – mitmacht). Mitglieder, die unsere Zeitung beziehen, können uns immer besuchen und je nach Platz vorher angemeldete Besucher.

Wir haben gute und schlechte Erfahrungen mit Besuchern gemacht; wir sind übel beklaut worden (bei uns wird nichts abgeschlossen, alles liegt frei zugänglich für jeden herum) und haben geholfen bekommen, wo wir selbst nicht weiterkamen; Besucher haben bei uns wesentlich an der Gründung der Männer- und Frauengruppe mitgearbeitet, teilweise die Yogagruppe geleitet und es gab Besucher, die sich bei uns überhaupt nicht mit der schweren körperlichen Arbeit, mit den direkteren Umgangsformen zurechtfinden, aggressiv oder depressiv wurden.

Wir in SARAKINIKO sind eine Gruppe, in der sich oft von einem auf den anderen Tag (bis vor kurzem) wenn auch nicht alles, so doch Vieles geändert hat. Seit letzten Sommer bilden wir mehr und mehr eine feste Gruppe, die aus relativ stabilen Untergruppen besteht. Es wirkt sich bei uns der relative Frauenüberschuß im Gegensatz zu fast allen anderen Großgruppen sehr positiv aus, indem die vom Leistungsdenken stärker angekränkelten Männer gebremst werden. Wir sind (und das wollen auch alle von uns) eine weitgehend unhierarchisch strukturierte Gruppe, wenn's auch immer wieder Ansätze zu Machtkämpfen gibt.

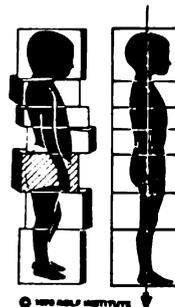
Besonders interessiert sind wir an Kontakten zu in der BRD konkret arbeitenden Gruppen, denn für uns ist unser Projekt in Griechenland keine Flucht aus der BRD-Realität, sondern ein Experiment, das in der Größe in der BRD leider noch nicht möglich ist. Nicht nach Griechenland abzuweichen oder in der BRD politisch zu arbeiten ist für uns die Alternative, sondern wir gehen davon aus, daß beide Formen des Widerstandes und der Veränderung alltäglicher Lebenszusammenhänge nötig sind: Kritik an der Industriegesellschaft von innen – die meist einseitig in die Negation gedrängt wird – als auch der Aufbau und die Erfahrung mit positiven Utopien, Verwirklichung der uns enteigneten Träume.

Wenn ihr genauer über uns bescheid wissen wollt, über hier nicht Angesprochenes wie unsere Schule, alternative Wohnformen (wir leben in Dömen und Pyramiden zumeist) könnt ihr euch in unserer Zeitung informieren. (SARAKINIKO-Info, Klausbernd Vollmar, Sarakiniko, Vathy, Ithaka, Griechenland).



Wir sind unfähig, das zu tun, was wir beabsichtigen, weil unser Wille und unsere Absichten nicht durch das Bewußtsein verbunden sind. J.G. Bennett

## UNSERE HALTUNG BESTIMMT UNSER VERHALTEN!



## ROLFING

INTEGRATION DER  
KÖRPERSTRUKTUR  
INS SCHWEREFELD  
EINE HILFE IM TRANS-  
FORMATIONSPROZESS  
SCHLECHTE HALTUNGEN  
ABZULEGEN UND RICHTIGE  
ZU ERLERNEN.

Information und Anmeldung:  
Siegfried Libich  
An der Goldgrube 16  
65 Mainz 23858  
Tel. 06131/ 573433

**BONSAI**  
Zentrum Frankfurt



*Blumen Post* Beratung, Verkauf  
am 200

Telefon (0611) 432401  
Sandweg 6  
6000 Frankfurt/M

Das Papier mit dem geschützten Zeichen, weil es mehr ist als nur ein -Recyclingpapier-



STOECKLIN  
Original-



# UMWELTSCHUTZPAPIER

Vertrieb Münsterland  
WOLFGANG CHRISTALLE  
Groß- und Einzelhandel  
Borghof 13 · D-4401 Holthausen/Laer

# Naropa-Institut

## Eindrücke des Lehrens und Lernens

von Hubert Backes

Die Qualität der Wachheit  
ist sehr wichtig  
weil kein Mensch wirklich  
etwas tun kann,  
wenn ihm Offenheit und  
nicht-wertende Wachheit  
fehlen.

John Rolland and student.

Dieses Gespräch, das von mir Mitte des Jahres in Boulder, Colorado, aufgezeichnet wurde, ist der erste Teil einer Reihe von Veröffentlichungen, die in der BRD abgedruckt werden sollen. Dr. R. Ray, mein Gesprächspartner, hatte sich bereiterklärt, mir den komplexen pädagogischen Hintergrund des Instituts zu erklären. Er ist Schüler des Gründers und Präsidenten, des tibetischen Lamas Chögyam Trungpa Rinpoche. Das Institut wurde 1974 gegründet und verursachte seitdem einige stürmische Wellen in der amerikanischen College-Szene. Naropa-Institut ist ein staatlich anerkanntes College und bietet alle Kurse grundsätzlich für jedermann/frau an. Um an Naropa zu studieren, braucht es keiner bestimmten Vorbildung. Allerdings ist es – falls man einen staatlich anerkannten Abschluß, vergleichbar unseres Fachhochschulabschlusses, haben möchte – erforderlich, daß man als Student einer deutschen Hochschule je nach Fachgebiet ein bis zwei Semester nachweisen kann.

Eine sehr viel detaillierte Darstellung der Arbeitsweise des Naropa-Instituts ist für die nächste Ausgabe von Hologramm in Vorbereitung.

Ich hoffe, daß dieses Gespräch euch etwas inspirieren wird und euch Anstöße für euer Leben geben kann.

Hubert Backes

Frage: Herr Ray, können Sie bitte auf die drei Ebenen des Lernens eingehen?

Dr. Ray: Der Vorgang des Lernens einer Disziplin, eines Wissenschaftsfaches, das ein Mensch studiert, die Stufen, durch die er hindurchgeht, bezeichnen wir als die drei Stufen des Lernens. Im Naropa-Institut sagen wir, daß es drei grundlegende Dimensionen des Erlernens einer Disziplin gibt. Die erste nennen wir das "Erlernen einer Disziplin", die zweite "Kommunikation" und die dritte "Vertrauen". Die erste Ebene hat vier



Unterkategorien. Von dieser Darstellung wird sich dein deutscher Geist sicher angesprochen fühlen! Ein Fach zu erlernen beginnt mit dem Respekt für die Tradition. Wir beginnen damit, da es notwendig ist, eine Art fundamentalen Respekt und Offenheit der Disziplin gegenüber zu entwickeln, denn es ist wichtig, daß man wirklich für das was geschieht empfänglich wird. Andernfalls ist Lernen unmöglich. Jeder Student, der hierher kommt, wird in eine Situation hineinversetzt, in der ein Öffnungsprozeß stattfinden kann, ganz gleich mit welchen vorgefaßten Meinungen, Verdachtsmomenten und negativen Gefühlen er darauf reagiert. Das zeigt, ob jemand wirklich willig ist, eine Disziplin von Anfang an zu erlernen und auch dabei herauszufinden, welche Tiefe und Integrität diese verkörpert. Der zweite Schritt des "Erlernens einer Disziplin" wird "Meistern der Disziplin" genannt.

Um ein Fach zu erlernen muß man zuerst ihr Vokabular kennenlernen. Beim Tanzstudium mag dies das Erlernen der Technik beinhalten. Wie kann ich die Hand bewegen oder den Fuß. In den "Buddhistischen Studien" kann es die Einbeziehung von Sanskrit sein oder auch der Daten und Fakten einer gewissen historischen Periode. Das nennen wir 'die Disziplin meistern'.

Bis zu diesem Punkt ist die Meisterschaft noch unvollständig und unecht, da nur die Technik und die grundlegende Struktur erlernt wird. Nun, der dritte Aspekt dieser weitläufigen Kategorie heißt "Verstehen der Disziplin". Das Verstehen betrifft die tatsächliche Bedeutung, die von dieser Disziplin ausgeht.

Die vierte Kategorie heißt "Verinnerlichen der Disziplin" und bedeutet, daß man nicht nur die Bedeutung der Disziplin versteht, sondern auch, daß man wirklich beginnt. . . ., du erfährst, du

siehst, daß die Disziplin nicht etwas völlig von dir Getrenntes ist, tatsächlich ist diese Disziplin etwas fundamental menschliches. Und hier beginnt die Spontaneität und das Verstehen deines eigenen Körpers und Geistes sich mit dem zu verbinden, was durch die Disziplin ausgedrückt ist. Du hast die Idee

Glen Moore of Oregon and students.



hinter dir gelassen, die Disziplin sei von dir getrennt und unterschieden.

Diese vier Ebenen sind der erste Schritt. Den zweiten Schritt nennen wir "kraftvolle Kommunikation". Die Idee ist sehr einfach. Wenn jemand eine Disziplin erlernt, so scheint der nächste Schritt darin zu bestehen, wie man mit anderen Menschen darüber redet und auch die Möglichkeiten zu sehen, die die Disziplin schafft, sich mit anderen Leuten über grundlegende Dinge zu unterhalten.

Den dritten Schritt nennen wir "Befähigung". Dies könnten wir als Höhepunkt des Studiums eines Studenten verstehen, und nicht nur von ihm, sondern auch der Personen, die auf irgend eine Weise in die Disziplin mit einbezogen sind. Man kann es vielleicht so ausdrücken: Wir verstehen darunter das völlige Entspanntsein in deiner Disziplin und Kommunikation, so daß sie tatsächlich Teil von dir ist, es ist einfach eine Dimension des Lebens. Zum Beispiel bist du Maler und das ist ein Teil deines Menschseins. Du wirst mit der Vollkommenheit deiner Disziplin

und deren Kommunikationsmöglichkeiten vereint.

Wir stellen diese drei Ebenen des Lernens nicht auf, damit ein Student es in zwei Jahren durchzieht, sondern diese Ebenen bewahren nur den breiten Kontext für das Studium. Wir versuchen ihm, einige Vorstellungen, 'vista' und Perspektiven seines Tuns zu vermitteln. Es ist übrigens für unsere Fakultät ebenfalls sehr wichtig. Denn es ist ein Zusammenhang, in dem nicht nur der Student steht, sondern jeder, der hier mitarbeitet. Es gibt uns allen eine Vorstellung über die Bedeutung des ganzen fachlichen Zusammenhanges. Das stellt einen Kontrast zum gewöhnlichen Bild eines Studiums dar, wie wir es hier im Westen verstehen. Viele von uns glauben, das Studium sei einfach

**Intuition  
kann sich nur aus  
Aufnahmefähigkeit heraus  
entwickeln.  
Grobheit und Aggression  
zeigen ein grundlegendes  
Mißtrauen der Welt  
gegenüber.  
Intuition ist auf  
Vertrauen  
der Welt gegenüber  
begründet.**

nur eine Weise des Lernens und das Befolgen gewisser Regeln. Wir sagen, ein Studium bezieht Verständnis, Kommunikation und Integration ein. Das ist wirkliches Lernen, es ist ein direkter Zusammenstoß mit der Disziplin.

Frage: Können Sie zu den fünf Qualifikationen weitergehen?

Dr. Ray: Gut, die erste Qualifikation ist ein grundlegendes menschliches Potential oder Fähigkeit, über die in "höheren" Universitätsausbildungen einfach hinweggegangen oder hinweggesehen wird. Es ist die Möglichkeit einer einfachen Wachheit. Nun, mit Wachheit meinen wir die Befähigung, die eigene Welt, die eigenen Erfahrungen zu sehen, zu registrieren. Ich glaube, daß diese erste Qualität sehr wichtig ist, da kein Mensch wirklich etwas tun kann, wenn ihm Offenheit und nichtwertende Wachheit fehlen. Alles, was nicht im Geiste dieser Offenheit und

Nicht-Wertung geschaffen wird, wird zerfallen.

Ein Mensch entwickelt durch diese Wachheit eine Beobachtungsweise, die die Welt in ihrer Struktur sichtbar macht. Dies führt uns zu der zweiten der fünf Qualifikationen, die wir "Intellekt und Einsicht" nennen. Das bezieht die Intelligenz mit ein, die unsere Welt klar und in angemessener Weise betrachtet und die Strukturformen dieser Welt ebenfalls mit Klarheit und Angemessenheit einbezieht. Diese Qualifikation schließt auch den kritischen und analytischen Geist mit ein, den wir gewöhnlich als Intellekt bezeichnen. Er ist sehr klar, sehr scharf, sehr kritisch und sehr, sehr kühl.

Die dritte Qualifikation, die uns über das, was normalerweise unter akademischer Intelligenz verstanden wird, hinausführt heißt "die existierende Welt schätzen". Die Idee ist folgende. Nachdem wir die Welt in ihrer Struktur betrachtet haben und nachdem wir sie kritisch und scharf eingeschätzt haben, gehen wir weiter, denn wir können Wärme und Würdigung gegenüber der Welt entwickeln. Diese Wärme und Achten ist ein sehr wichtiger Teil unserer menschlichen Intelligenz. Es ist allerdings keine wertende oder unterscheidende Wärme, sondern eine Wärme, die Dinge in ihrem eigenen Licht sieht, in ihrer eigenen Funktion, in ihrem Stellenwert und ihren Zweck und ihre Bestimmung achtet. Die

vierte Qualität entsteht aus dieser Wärme, die "Zwischenpersonale und kommunikative Qualifikation".

Nachdem man die Welt schätzen gelernt hat, braucht man die Möglichkeit zur Kommunikation. Es ist eine wirkliche Qualität, die eine Person entwickeln muß. Wir beobachten oft bei Studenten, wenn sie hierher kommen, daß ihr Intellekt einen sehr scharfen Ton hat, was dazu führt, daß sie nicht die Fähigkeit entwickelt haben, mit anderen Menschen in unterschiedlichen Situationen zu kommunizieren. Die Intelligenz der vierten Qualifikation sieht nun die Notwendigkeit zur Kommunikation und weiß auch wie. Sie hat ein Gefühl für das Wirkungsvolle, das Geschick, eine Unterhaltung mit Menschen zu führen. Daraus entsteht die fünfte Qualifikation, "die wirkliche Aktion". Das ist die Intelligenz und das Talent, Dinge in der Welt in einer nützlichen und wirkungsvollen Weise anzuwenden.

Es ist eine Sache, etwas zu wissen, an andere damit heranzutreten und es in einer gewissen konkreten Weise erfolgreich anzuwenden, und es ist das Talent, das ein Auge dafür hat, Dinge geschehen zu machen. Alle fünf Qualifikationen sind sozusagen aus dem Leben eines Menschen genommen, abstrahierte Qualitäten der Intelligenz, die eigentlich alle zur gleichen Zeit zusammenwirken, in ihrer eigenen, vollen und reichen Form. Wir betrachten es als unsere Aufgabe hier, dieses Modell der Intelligenz vor uns zu sehen, wenn wir mit unseren Studenten arbeiten.

Frage: Es scheint für einen westlichen Menschen doch herausfordernd, den eigenen Erfahrungen mit Respekt und Offenheit gegenüberzutreten, ohne Erwartung und Wertung. Wie können wir dieser Herausforderung begegnen?

Dr. Ray: Ich glaube, der erste Schritt ist, daß wir erfahren müssen, daß wir damit ein Problem haben. Wir sind diese Offenheit und nicht wertende Wachheit in der westlichen Welt nicht gelehrt worden. Zur gleichen Zeit haben wir ein Gefühl, was das wohl sein könnte, wir alle fühlen, daß etwas fehlt und wissen, daß wir unseren Erfahrungen nicht wirklich offen gegenüberstehen. Meist werten wir, machen uns zu, bevor wir tatsächlich die Gelegenheit hatten, unsere Erfahrungen zu schmecken, sie zu probieren. Wir könnten fühlen, daß wir so hektisch und schnell sind, zu paranoid oder was auch immer. Es gibt da viele Arten, das zu sehen, aber ich denke zuerst müssen wir das Problem erfahren und sehen. Der zweite Schritt ist die Anerkennung der Traditionen, die sich gerade mit diesem Problem befaßt haben.

Wie kann man Offenheit sich selbst und seinen Erfahrungen gegenüber entwickeln? Wie kann man die Welt ohne Wertung sehen? . . . Eine der Traditionen, eine der kraftvollsten ist der Buddhismus. Dieser hat Techniken entwickelt, die Nicht-Buddhisten ebenso ausführen können wie Buddhisten. Viele der Übungen sind tatsächlich keine Buddhisten. Eine Technik ist die Sitzmeditation. Es ist nur das einfache Sitzen, die Aktivitäten des Geistes zu betrachten, ohne irgendetwas zu tun. Diese Praxis könnte sich mit viel Disziplin und Regelmäßigkeit fortsetzen und schließlich ein Reifen der ersten Qualifikation bewirken. Es gibt auch andere Disziplinen, die daran arbeiten. Zum Beispiel die inneren Kampfkünste



wie Aikido oder Tai Chi Chuan legen sehr viel Wert auf die Entwicklung einer solchen Wachheit. Durch das Praktizieren solcher Kampfkünste kann man die erste Qualifikation verwirklichen. Der zweite Schritt ist, zu erkennen, daß es Traditionen gibt, die daran arbeiten und wir lehren diese hier am Naropa-Institut. Wir lehren grundlegende Sitzmeditation, Aikido und Tai Chi. Diese sind Teil unseres B.A. Programmes. (B.A. entspricht dem Abitur, A.d.R.) Studenten sind verpflichtet, einen Kurs in Meditation zu belegen und ebenfalls einen Kurs, der ihnen die Grundlagen von Aikido oder Tai Chi Chuan vermittelt. So bauen wir sie direkt in unsere Programme ein, in denen wir Abschlüsse geben, so daß die Studenten diese Fächer mitmachen müssen.

Frage: Wie ist diese Ausbildung mit dem täglichen Leben verbunden?

Dr. Ray: Ich sagte das eigentlich schon. Die fünf Qualifikationen sind ein Modell oder Pfad, damit der Student sein Potential verwirklichen kann.

Frage: Eigentlich möchte ich den Zusammenhang zwischen dem Achten des kulturellen Hintergrundes und der Praxis wissen.

Dr. Ray: Ich denke, mit einer Praxis

wie der Meditation, der konkreten, praktischen Disziplin, die mit dem Geist arbeitet, ist es nicht wichtig. Für die Sitzmeditation und dem Tai Chi und für Aikido, zumindest dem Anfangsstadium ist es nicht notwendig. Nur wenn du Meditation als Teil der buddhistischen Tradition verstehst, dann hast du die Tradition zu achten. Wenn wir in unserem "buddhistischen Programm" Meditation studieren, betrachten wir sie von der Zeit vor dem BUDDHA im 6 Jhd. v.u.Z. bis zur Gegenwart. Wir versuchen, das ganze Spektrum der Entwicklung zu sehen und zu verstehen. Wir lernen die verschiedenen Sprachen als auch die verschiedenen Denkweisen und Praktiken kennen. Aber das ist nur der Fall, wenn du es als Studienfach wählst. Wir bieten zwar dieses Programm über Buddhismus an, aber nicht für Tai Chi oder Aikido. Für die Anforderungen des B.A.-Programms bieten wir individuelle Kurse an. Wenn wir Tai Chi als B.A. Programm anbieten würden, würden wir auf die Geschichte zurückgreifen usw.

Warum ist das wichtig? . . . Es ist wichtig zu verstehen, wie eine Disziplin jetzt und heute ist. Du lernst dies zu verstehen, wenn du zurückgehst und ihre Entwicklung siehst und was dazu beigetragen hat; die Einzelheiten,

Schichten und unzähligen Interpretationen, die Zweideutigkeiten und Ableger. Das gibt dir einen Sinn für den Reichtum einer Tradition. Tai Chi Chuan zum Beispiel ist nicht einfach, sondern eine sehr schwierige Sache. Du entwickelst sehr viel Achtung den Menschen gegenüber, die dazu beigetragen haben. Etwa einen Tai-Chi-Meister aus dem 14. Jhd. zu lesen inspiriert dich. Es ist irgendwie etwas, das weit über die menschliche Gefühlswelt hinausgeht, eine Disziplin, die so lange existiert. Es gibt dir Respekt vor der Tradition und macht dich sehr klein und schüchtern, denn das ist notwendig, weil wir uns ansonsten aufblasen würden.

Frage: Weshalb sind Nichtaggression und Sanftmut die Basis für das Blühen der Intuition?

Dr. Ray: Der Gegensatz von Nicht-Aggression ist Aggression. Aggression ist nichts anderes als der Versuch, deinen Trip oder Idee jemandem aufzudrängen. Für dich ist wichtig, daß deine Idee da draußen anerkannt wird. Es existiert daher keine Aufnahmefähigkeit. Das Gegenteil von Sanftmut ist Grobheit. Grobheit wird normalerweise als ein Nicht-Akzeptieren angesehen, ein Nicht-Aufnehmen bei einem Gespräch oder der Situation, in der du dich befindest. Intuition nun kann sich nur aus Aufnahmefähigkeit heraus entwickeln. Grobheit und Aggression zeigen ein grundlegendes Mißtrauen der Welt gegenüber. Intuition ist auf Vertrauen der Welt gegenüber begründet. Falls du ein grundlegendes Vertrauen in und ein Interesse an der Welt hast, kann eine Art Funke zwischen dir und der Welt springen, eine echte Verbindung entstehen, die wir Intuition nennen. Ich würde sagen, daß Grobheit und Aggression Gegensätze zu einer geistigen Haltung sind, die notwendig ist, um Intuition zu entwickeln. Nicht-Aggression und Sanftmut bewahren eine entspannte Atmosphäre der Offenheit und Aufnahmefähigkeit, durch die Intuition aufkommen kann.

Frage: Ich stelle mir vor, grundlegendes Vertrauen hat etwas mit blindem Glauben zu tun?

Dr. Ray: Ich sehe, wohin du dich bewegst. Du berührst die buddhistische Philosophie. Du hast zwischen abhängigem und unabhängigem Glauben zu unterscheiden. Wenn ich von Glaube in die Welt spreche, meine ich nicht, daß

**Grundlegendes Vertrauen bedeutet mit Dingen ein wenig länger zu verweilen, zu rasten, und die Erfahrung aufzunehmen und einsinken lassen.**

du schlafwandelnd die Straße überqueren solltest, im Vertrauen, nicht überfahren zu werden. Wenn ich von Vertrauen rede, so meine ich nicht das Vertrauen, das von der Welt abhängig ist. Echtes Vertrauen hat damit zu tun, zuzulassen, daß die Welt einen Eindruck auf dich macht. Wir reagieren z.B. sofort, wenn irgendetwas passiert. Wenn es etwas Gutes ist, versuchen wir, es uns zu bewahren, wenn es schlecht ist, wollen wir es wegstoßen, ist es langweilig, ignorieren wir es. Aber irgendwie ist diese Reaktion von einem Hauptstrom geprägt. Das würde ich als ein Mißtrauen in die Welt bezeichnen, da du nicht zu deinen eigenen Erfahrungen stehst und sie wirklich registrierst, sie einsinken läßt. So versuchen wir unsere Erfahrungen sofort zu manipulieren, sie in unsere eigenen

Ziele, Schlüsse und Strategieren einzugliedern. Grundlegendes Vertrauen bedeutet, mit Dingen ein wenig länger zu verweilen, zu rasten und die Erfahrung aufzunehmen und einsinken zu lassen und nicht alles zu fürchten oder vor dem zu erschrecken, was geschieht. Das ist eine Art geistiger Entspannung. Um auf die Analogie von vorhin zurückzukommen: Ein Wagen fährt auf der Straße. Grundlegendes Vertrauen besteht darin, daß der Wagen auf der Straße fährt. Er ist größer als du und wenn du auf die Straße gehst, wirst du vielleicht überfahren. . . Vertrauen darin, wie die Welt wirklich ist. Es erkennen, akzeptieren, sinken zu lassen und als Basis für dein Handeln zu nutzen. Oder, falls deine Frau/Mann böse auf dich wird: Anstatt sofort zu reagieren und zurückzuschreien, könntest du etwas Vertrauen in ihren Zorn haben, in ihre Intelligenz und dem vertrauen, was sie sagt und in welcher Situation sie es sagt. Lasse es ein, schau es an, taste es, rieche es, fühle es und sehe, was geschieht. Anstatt zu einem Trauma, einer Quelle der Irritation zu werden, kann dieser Zorn wirklich ein Schritt vorwärts sein, wenn wir unsere Intelligenz anwenden.

Laß uns noch ein Beispiel nehmen.



TARA, 'Befreiung': weibliches Prinzip der höchsten Aufnahmefähigkeit. Ihre rechte Hand zeigt die Mudra, die Befreiung bringt.

Ich weiß, daß viele Juden im Nazi-Deutschland eine gewisse Intuition besaßen, was damals vor sich ging. Aber sie wollten es nicht glauben, ihrer Intuition nicht glauben. Sie hofften, hofften, hofften. . . Sie verstanden ihre Intuition nicht. Vertrauen hätte bedeutet, daß sie glaubten, was sie sahen, hörten und intuitiv wußten, aber sie hatten sich von ihren Hoffnungen und Ängsten in die Irre führen lassen. Das ist ein Beispiel von Vertrauen, das sich gegen eine politische Partei, gegen einen Führer wendet. Sich einer hierarchischen Struktur entgegenzustellen ist auf Vertrauen gegründet, auf diese Art psychologischen Vertrauens sozusagen. Wir reden über das einfache Vertrauen, das keine Übertöne irgendeiner Art hat, einfach Vertrauen.

Frage: Können wir sagen, daß Intuition notwendig ist, um echte, offene Kommunikation zu entwickeln?

Dr. Ray: Sicher.

Frage: Können sie näher darauf eingehen?

Dr. Ray: Offenheit, Sanftmut und Aufnahmefähigkeit sind unumgänglich, um wirklich etwas auszutauschen, um deinen eigenen Standpunkt immer wieder zu prüfen. In einer Atmosphäre der Sanftmut und Verständigung, wie wir sie hier entwickeln versuchen, können andere Leute zueinander sehr hilfreich sein. Wir alle können sehr hilfreich zueinander sein, indem wir teilen, was wir sehen, was wir aufgreifen; was wir denken, kann uns eine Ermutigung sein.

Frage: Wie sieht es mit der Weltbezogenheit hier am Institut aus. Wie vermitteln Sie den Studenten, daß es hier nicht darauf ankommt, eine Menge Dinge zu lernen, sich zu entwickeln und die Welt zu ignorieren?

Dr. Ray: Gut, sieh! Diese Haltung verlangt eine grundlegende Trennung zwischen Schule und Außenwelt. An Naropa verstehen wir die Schule, die Erziehung. Naropa ist die Außenwelt. Unsere Konzeption der Fächer und der fünf Qualifikationen ist der völlige Durchbruch der Barriere zwischen Naropa als eine Art von Umgebung und der Welt als eine andere. Möglicherweise unterscheidet sich Naropa in Bezug auf die Herausforderung und Inspiration von der Außenwelt. Aber was hier

grundsätzlich gemacht wird, unterscheidet sich nicht. Ein Teil unseres B.A.-Programmes enthält die Auflage, daß die Studenten das Institut verlassen und ihre Disziplin in verschiedenen Umgebungen hier in Boulder und Denver ausüben. Im zweiten Jahr des Studiums verlassen sie Naropa um in Altersheimen, im Gefängnis, in der Psychiatrie oder in Heimen für gescheiterte Jugendliche zu arbeiten. Sie lehren und arbeiten in völlig verschiedenen Umgebungen mit Menschen und praktizieren ihre Disziplin, sehen ihre Wirkung. Im Psychologie-Programm ist eine Arbeitsphase in der Klinik enthalten. Ich glaube, zwischen Theorie und Praxis besteht hier kein Unterschied. Wir haben nicht diese übliche Mauer, den Unterschied zwischen Naropa-Institut und der Außenwelt. Die Studenten nehmen ihre Ausbildung mit in die unterschiedlichsten Situationen.

Frage: Sind die zwei Jahre Studium in Naropa nicht zu kurz, um auch nur annähernd den Anspruch einer solchen Vision zu verwirklichen?

Dr. Ray: Es ist sicherlich nur ein Beginn für die Studenten. Wir sagen, daß die Ausbildung hier beginnt, aber das heißt keinesfalls, daß sie hier endet. Wir sagen auch, daß die Ausbildung eine lebenslange Reise ist. Wir versuchen in diesen zwei Jahren eine erzieherische Vision zu vermitteln. Wir ermutigen die Studenten, hinterher damit weiterzumachen. Wir versuchen, einen Start zu geben, ihnen einen Sinn für die Richtung, die Verbindungen, die Disziplin zu vermitteln, so daß sie tatsächlich etwas in den Rest ihres Lebens mitnehmen können. Viele Studenten setzten ihr Studium als Teil der Naropa-Kommune fort. Sie arbeiten vielleicht in einer Tanzgruppe oder Theatergruppe, an verschiedenen buddhistischen Projektstudien, oder werden wie viele unserer Psychologiestudenten ins Psychologieprogramm mit einbezogen. Einige bleiben auch auf einer formalen Basis hier und setzen die Arbeit über die zwei Jahre hinaus fort.

Vielen Dank, Dr. Ray.

Dr. Ray: War mir eine Freude!



## Bücher

werden entweder nur zur Unterhaltung geschrieben oder unter dem Gesichtspunkt, was Professor A., Literaturkritiker B. und Student C. dazu sagen werden. Gute und trotzdem unterhaltende, aber vor allem verständliche Informationen und Anregungen für Lehrling X., Friseur Y. und Arbeiter Z. gibt es kaum. Wir wollen genau das versuchen, denn unsere Bücher sollen nicht durch stilistische Brillanz, sprachästhetische Kunststücke und kluge Fremdwörter auffallen, sondern ein Beitrag sein im Kampf

### für eine bessere Welt

#### Trotz alledem

Verschenktexte von  
Kristiane Allert-Wybranitz



amp-verlag

Immer mehr legen ihre Gefühle in die Tiefkühltruhe. Ob sie glauben, dadurch die Haltbarkeit zu verlängern?

64 Seiten, reichhaltig illustriert 12 DM

amp-verlag Lucy Körner  
Postfach 1106, 7012 Fellbach

amp-verlag

# Bei Lamu in Saboo

Die Arbeit einer Schamanin

von Joachim Vieregge

Saboo oder Sabu ist ein kleines Dorf im Hochland von Ladakh, nicht weit von Leh entfernt, dem Hauptort Ladakhs.\* Das Dorf liegt wie viele Orte Ladakhs am Fuß kahler Felsberge, dort wo klares Quellwasser der entfernten Gletscher austritt und den Anbau von Gerste, Gemüse und Obst ermöglicht. Überall glucksen und blinken kleine Bäche, die winzige Terrassenfelder und Gärtchen bewässern und das rare Trinkwasser liefern. Die Bauern haben die Geröllblöcke zu Mauern und Terrassen aufgeschichtet, die ihre Grundstücke einrahmen. Pappeln und Sträucher an den Rainen geben Schatten für Tiere und Menschen. Weiter unterhalb des Dorfes versickert das Wasser in riesigen wüstenhaften Steinfeldern, die sich zum Indus hinabneigen.

Ein Tourist, der Ladakh zu Fuß mit einem kleinen Rucksack durchwanderte, hatte uns von einer Heilerin namens Lamu Wunderliches erzählt. Wie wir sie im Ort finden würden? Wir sollten nur nach Lamu fragen, jeder kenne sie. Sie halte jeden Tag von 10 bis 12 Uhr Sprechstunde in ihrem kleinen Steinhaus. So fuhren wir zwei Tage darauf mit dem Taxi-Jeep über eine holprige Teerstraße nach Sabu. Selbst der Fahrer aus Leh kennt Lamu, muß sich aber im Ort durchfragen, wo sie wohnt. Schließlich setzt er uns am Ortsrand ab und weist mit der Hand hinüber zu ein paar Häusern, die inmitten von Blumengärten hinter Weiden und Pappeln liegen. Wir folgen einem Pfad an einem Bach zwischen Steinmauern und treffen auf ein junges Paar aus dem Dorf. Die Frau trägt ein kleines Kind auf dem Rücken. Lamu? fragen wir. Sie nicken und deuten an, ihnen zu folgen. Offensichtlich sind sie auf dem Weg zu ihr. Wir hatten davon gehört, daß es für Ladakhis üblich ist, Lamu zu konsultieren, wenn jemand krank ist und daß sie nie oder selten das Krankenhaus in Leh aufsuchen. Wir wissen auch aus Büchern und Berichten, daß es in Ladakh Schamanen gibt und daß ihre alte Bön-Religion neben dem tantrischen Buddhismus lebendig

ist. Bücher können neugierig machen auf die Wirklichkeit – können so neugierig machen, daß man die Wirklichkeit verfehlt.

Kurz darauf treten wir durch ein eisernes Tor in den Garten, in dem Lamus Haus steht. Die Haustür ist offen. Etliche Frauen und Männer mit kleinen Kindern drängen sich im dunklen Flur, hocken auf dem Lehmboden. Man schaut uns neugierig und freundlich an, winkt uns zu einem Zimmer, dessen Tür offensteht und das voller Menschen ist. An einer Seite sind Matratzen und Säcke gestapelt, davor steht ein einfaches Bett. Lamu hockt hinter den Rücken der Besucher verborgen auf dem Fußboden, so daß wir uns vordrängen. Man macht uns Platz. Unter einem Fenster kniet auf einem kleinen Teppich eine ältere Frau. Sie trägt eine hölzerne, gezackte und bemalte Krone auf dem Kopf. Ihr Gesicht ist bis unter die Augen mit einem roten Halstuch verdeckt. Ihre Augen sind geschlossen. Bekleidet ist sie mit dem ladakhischen schwarzen langen Filzmantel. Rechts neben ihr ist auf einem niedrigen Tischchen ein Altar aufgebaut. Dort liegen die liturgischen Geräte, die wir schon in den buddhistischen Klöstern gesehen haben: die Glocke, die Dordsche (eine Art Szepter), ein Gefäß mit glimmenden Weihrauchstäbchen, verschieden kleine und große Silberschalen mit Reiskörnern, Butter und Öllämpchen. Vor ihr auf dem Fußboden steht eine Silberschale mit klarem Wasser, daneben eine mit einer schwarzen, erdähnlichen Masse. Die Damaru – die Doppeltrummel, die die Stimme des Gesetzes und der Lehre symbolisiert, liegt griffbereit. Sie läßt sich in ihrer Arbeit nicht stören von unserer Gegenwart. Oder hat sie uns nicht längst wahrgenommen? Ich bleibe schüchtern, leicht ängstlich und auch etwas mißtrauisch hinter dem Rücken eines Mannes stehen und sehe ihr zu.

Gerade kniet ein Mann vor ihr, mit dem Rücken zu den übrigen. Er hat seine Kleidung über dem Bauch hochgeschoben. Ein anderer kniet hinter ihm und hält ihn an den Schultern fest. Lamu hat sich vorgebeugt und – ich kann das



so genau nicht sehen – berührt mit ihren Lippen seine Bauchhaut. Sie scheint irgendwie an dieser Stelle zu saugen. Dann beugt sie sich über den Blechteller mit der schwarzen Erde, hebt kurz das Mundtuch an und spuckt irgendeine Masse aus, die ich nicht als materielle erkennen kann. Danach spült sie ihren Mund mit klarem Wasser aus, das sie ebenfalls in den Teller spuckt. Währenddessen ist es still im Zimmer, nur einige hört man flüstern. Ich fühle die Ehrfurcht, den Respekt, den die Umstehenden vor ihr haben. Lamu nimmt nun zuerst den linken, dann den rechten Arm des "Patienten" und saugt kurz an den Pulsadern, spuckt wieder aus, spült den Mund wieder aus und speit auch das Wasser wieder aus. Dann höre ich sie zum ersten Mal sprechen – mit einer hohen, fast piepsenden Stimme redet sie zu dem Mann, den Mund vom Tuch bedeckt, die Augen zusammengekniffen. Männer und Frauen reden leise miteinander und nicken mit den Köpfen. Dann nimmt sie die Handtrommel und wirft ein paar Reiskörner auf das Trommelfell, die sie hin und her schiebt, sortiert; dazu spricht sie. Ich vermute, daß sie aus der Anordnung der Körner etwas über den zukünftigen Krankheitsverlauf des Patienten liest und ihm Verhaltensregeln empfiehlt. Der Mann steht auf, zieht sich an, und der nächste kniet vor ihr unaufgefordert nieder. Sie wiederholt dieselbe Behandlung in der gleichen Reihenfolge. So kommen nach und nach die Umstehenden an die Reihe. Einmal benutzt sie ein langes dünnes Bambusrohr, mit dem sie saugt, ein andermal setzt sie es auch über dem Herzen an. Hin und wieder klingt ihre Stimme, als bete sie oder rufe sie Beschwörungsformeln. Einer der Männer scheint ihrer Diagnose zu widerspre-

chen, denn sie klopft ihn mit dem Rohr auf die Schenkel, und an ihrer schrillen Stimme höre ich, daß sie ihn ausschimpft. Sie wendet sich dem Altar zu, nimmt die Glocke in die linke, die Dordsche in die rechte Hand, schüttelt beide, legt sie aneinander, betet laut und verneigt sich mehrmals. Ich höre gern diese singende tibetische Sprache. Wenn die Behandlung eines Patienten zu Ende ist, und der nächste ist nicht sofort zur Stelle, hebt sie kurz den Kopf und blinzelt ganz kurz in den Raum.

Ich spüre ein unangenehmes Kribbeln im Bauch, merke, wie die Kniegelenke unsicher werden und wie ich einen Schleier vor die Augen ziehe. Wie? Ich bin gemeint? Warum treten die Männer und Frauen zur Seite? Ich drehe mich um. Man schaut mich an. Auf Englisch sagt einer: „Come! Go! She wants you.“ Ich gehe ein paar Schritte vor, fühle mich angestarrt, schaue hilflos um mich, bin angstvoll. „But I have nothing in me!“ sage ich und zeige auf meinen Bauch. „Ok, ok“, sagt der Mann am Fenster und winkt, ich solle dem nächsten Platz machen. Lamu redet etwas zu ihm, er nickt. Ich verstehe noch nicht. Dann ruft sie jeden der Reihe nach zu sich, damit er hinkniet und sich von ihr segnen läßt. Sie legt das Diamantszepterkreuz – das lamaistische Symbol für Harmonie – jedem auf den Nacken, das Haupt, die Schultern und die Knie, während sie ein Gebet murmelt. Auch ich lasse mich so segnen. Schließlich kauern wir alle eng beieinander auf der Erde, die Köpfe gesenkt. Lamu wirft mehrmals Reiskörner über uns und betet laut. Ich bekomme von ihr ein paar Reiskörner. Später sagt man mir, ich solle sie in warmem Wasser einweichen und am anderen Tage essen, das würde vor Krankheit bewahren.

Lamu wendet sich von uns ab, kehrt sich dem Altar zu und betet. Dann kauert sie auf den Knien am Boden, legt den Kopf auf die Erde und zieht ein Tuch über sich, so daß sie völlig verhüllt ist. Während sie nun beginnt, sich mit der Faust ihren Rücken zu schlagen, höre ich ein Wimmern, dann ein Flöten, ein Pfeifen und dann Husten, Spucken und Kotzen. Dann ist sie ganz still, alle sind still – und langsam kommt sie hoch, wischt sich das Gesicht mit dem Halstuch, richtet sich zum Sitzen auf, nimmt das Tuch vom Gesicht und ich sehe ein klares, sehr schönes, gelöstes und lächelndes Gesicht, das uns mit wachen Augen anschaut.



Die Leute stehen auf und gehen, einige wollen ihr Rupien geben, doch lehnt sie bestimmt ab. Ein Gefühl von Respekt und schlechtem Gewissen ist in mir. Auch von mir nimmt sie kein Geld. Es wird unruhig im Raum, sie beginnt, ihren Altar abzuräumen und die Utensilien in eine Reisetasche zu verstauen. Zwei junge Frauen mit Babys auf dem Arm fordern uns auf, noch zu bleiben. Der Mann, der vorher englisch zu mir sprach, ist ihr Sohn; die Frauen sind ihre Töchter. Sie wohnen in demselben Haus. Auch andere bleiben noch etwas. Ich entdecke unseren Taxifahrer, der die ganze Zeit über dageigewesen ist. Lamu sitzt nun da, ganz gelassen, wie eine Königin, plaudert mit den Verwandten. Wie lächerlich von mir, dieses Mißtrauen gehabt zu haben! Die Töchter bringen heiße Milch mit Zucker und dann Tee. Zuerst Buttertee, der mir diesmal sogar schmeckt, dann schwarzen mit Milch. Immer wieder bitten sie uns, zu essen, bieten auch Tsampa an, das ladakhische Gerstengebäck. Sie lächeln, sind neugierig auf den Schmuck, den wir in Leh und Srinagar gekauft haben – aber wollen nichts haben, nur geben. Der Sohn von Lamu ist Dolmetscher. Lamu ist eine Person, die kein Aufhebens von sich macht, weder ist sie neugierig auf uns, noch befangen durch uns; aber ich komme mir immer noch hölzern vor.

Dann sagen wir „Jule!“, Auf Wiedersehen“ – das wird ‘tschülee’ gesprochen – und gehen. Der Sohn begleitet uns, um uns den Weg durch die Gärten und über das Geröllfeld zum nächsten Dorf zu zeigen. Jetzt kommt meine Frage, die ich so lange aufgeschoben habe: was denn Lamu zu ihm über mich gesagt habe. Sie habe gesagt, daß ich in ein oder zwei Monaten sehr krank werden würde, wenn ich nicht zu ihr käme und das – er zeigt auf den Bauch – wegmachen lassen würde. Das kann ich nun nicht mehr als schwarze Magie abtun, seit ich weiß, daß ich Angst und Depression deutlich in der Magen-Darmgegend, im Solarplexus und Hara ausmachen kann. Und so vermute

ich, daß Lamu nicht nur die Fähigkeit besitzt die Aura von Menschen zu sehen, sondern auch die Qualität der Energiefelder, die sich besonders am Bauch, überm Herzen, über den Augen und dem Kopf, den Chakras also, zeigt. So hat sie mein Mißtrauen gespürt? Ich möchte nicht mehr darüber sagen. Jeder, der sich mit altem und neuerem Wissen über Energieheilung beschäftigt, weiß, was ich meine.

Lamu hat ihre Fähigkeiten von ihrem Vater gelernt, erzählt uns ihr Sohn. Sie lebe sehr einfach. Niemals nehme sie Geld an; das würde die Wirkung ihrer Arbeit beeinträchtigen. Welche Krankheiten die Ladakhis hätten und ob sie geheilt wurden, vergaßen wir zu fragen.

Wir waren kaum allein auf unserem Weg, da stand für mich fest, daß ich am nächsten Tag wiederkommen würde. Ich war entschlossen, mich von ihr behandeln zu lassen. Es war nicht das erste Mal, daß ich aus Angst und Mißtrauen einen Weg zweimal gehen mußte.

Zwei Tage später: Wir finden mühelos Lamus Haus – alles ist verlassen, die Tür abgeschlossen. Schon am Dorfeingang hat eine Bauersfrau mit dem Kopf geschüttelt, als wir nach ihr fragten. Dabei hatte doch ihr Sohn gesagt, sie sei zu Hause. Als wir ihn zufällig vor seinem Haus bei der Arbeit treffen, schaut er uns flüchtig an, und ohne seine Arbeit zu unterbrechen, sagt er: Lamu ist heute in Leh. Er wissen nicht, wann sie heimkomme. Ich sitze einige Zeit vor dem Haus und auf der Mauer und denke nach, was das alles für mich bedeutet. „Get it, when it is hot!“ hat mir neulich einer gesagt, den ich sehr schätze. Dies zu lernen, ist das Schwerste. Denn wenn man aufpaßt, daß einem die guten Gelegenheiten nicht entgehen, dann ist man zu sehr mit seinem Aufpassen beschäftigt. Und dann ist ja noch die Frage: Was will man denn?

Am Bach außerhalb des Dorfs, wo er über die Granitsteine springt, ist etwas Rasen, weht kühler Wind in den Weiden und Pappeln. Sie werden vor dem tiefen, dunkelblauen Himmel silbrig gestrahlt und gestriegelt. Dort bleibe ich, schreibe dies auf, liege in der Sonne und blinzele durchs Laub. Alle Anstrengungen, nicht nur dieser Reise, lösen sich für ein paar Stunden auf.



# Lernen durch Handeln

Über die Arbeit von Gia Fu Feng

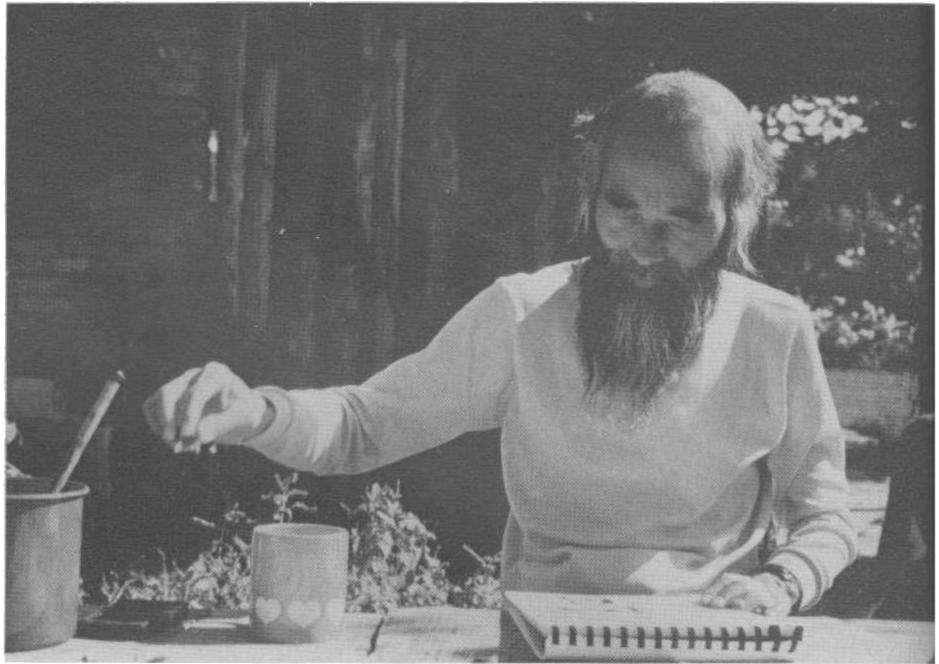
von Yürgen Oster

Frage: Kannst du etwas über eine Erlebnisse mit Gia Fu Feng erzählen, wie bist du mit ihm zusammengekommen?

Yürgen: Ich hatte (wer?) mich von meinem (wen von wessen?) T'ai Chi-Lehrer getrennt und wollte auch selbst keine Gruppe mehr leiten. Wenn du am Anfang eines Weges bist, ist es ein gutes Gefühl, jemand Erfahrenen zu haben, der dich leitet. Nun wollten aber einige Leute in Köln T'ai Chi lernen und ich war anscheinend der einzig Verfügbare für sie, der etwas zeigen konnte und sie hatten Vertrauen in mich, was eine sehr stärkende Kraft ist. So hielt ich mich an Bücher und lernte selbst auch viel durchs Unterrichten. Jetzt setzt TAO ein: eine Bekannte fragte mich, ob ich mir einen neuen Lehrer suche. Ich hatte zwar einige Hinweise auf andere T'ai Chi-Lehrer bekommen, aber ehrlich gesagt hatte ich keine Bemühungen in dieser Richtung unternommen. So sagte ich ihr, ich wolle sehen, ob einer zur Sommerakademie des Tanzes nach Köln komme. Das war eine Ausweichlüge, um nicht weiter über das Thema zu reden.

Einige Zeit später bekomme ich Hinweise, daß ein alter Chinese in Köln ist, der wohl auch mit T'ai Chi zu tun hat. Ich telefonierte kreuz und quer durch die Stadt – ohne Erfolg. Ich hatte die ganze Zeit nichts unternommen in der Richtung und jetzt war da wer und ich kam nicht ran. Als ich schon nicht mehr weiter wußte, rief ein Holländer bei mir an, der einen Zettel im Bioladen gesehen hatte. Gia Fu Feng war in Köln als Lehrer bei der Sommerakademie des Tanzes und Erri de Vries, der Gia Fu assistierte, lud mich ein zu kommen. Du kannst an dieser Geschichte sehen, was Wu Wei bedeutet, tun ohn tun. Mein ganzes Aufgebrachtsein war ohne Erfolg. Es kam von allein.

Frage: Kannst du es wirklich so als "Zufall" abtun? Du hast eine lange Zeit nichts unternommen und als du wußtest, daß Gia Fu in deiner Nähe war, wurdest du aktiv. Auch wenn diese Aktivität direkt dich nicht zum Ziel führte, so war doch deine Willenskraft da. Mir vertrittst du eine zu bequeme "Philosophie".



Yürgen: Die Wahrheit ist absolut relativ und relativ absolut. Das hat Gia Fu auf der Loreley bekräftigt. Du kannst es auch so sehen, daß ich schon Wochen vorher wußte, einen Lehrer bei der Sommerakademie zu finden. Es war mir nur nicht bewußt. Wenn du im Fluß bist, im Tao, dann spürst du die Strömung. Es ist alles JETZT, der Fluß ist von der Quelle zur Mündung JETZT da. Es ist alles im Fluß, alles eine Bewegung. Nur unser kleines Ego-Bewußtsein nimmt die Gerade-mal-hier-oder-dort-Zustände wahr. Wir verlieren uns in Spekulationen, die oft auf Erfahrungswiederholungen beruhen, denken empirisch und kausal und sehen nicht das Ganze. Tao, und das ist nur ein chinesisches Wort, meint eher ein magnetisches Feld, zwei Pole, zwischen denen eine Spannung abläuft und alle Bedingungen gleichgültig sind. Wir denken zu linear, was unserem Zeiterleben entspricht. Unsere Wissenschaften sind schon darüber hinaus, aber die Philosophen haben den Anschluß verpaßt, weil sie zu sehr mit den Wörtern beschäftigt sind. Deshalb auch jetzt diese starke Zuwendung zu den östlichen Philosophien. Die sind von der anderen Seite, eben der Meditation, schon vor über zweitausend Jahren daran gekommen. Der Westen hat zu sehr an den Verstand geglaubt, ist von außen an die Sache rangegangen und jetzt sind wir total verzettelt, ohne inneren

Zusammenhalt und richten diesen Planeten zugrunde. Diese ganze Vorgehensweise beruht auf einigen schwerwiegenden Fehlinterpretationen der Lehre Jesu. Der Westen hat sich den bequemen Weg gewählt.

Frage: Siehst du denn Verbindungen zwischen der christlichen Lehre und dem Taoismus? Mir erschien das bisher als unvereinbar. Der erste Satz im Tao Te King z.B. lautet: Der Weg, den wir benennen können, ist nicht der Weg. Und Jesus sagte: Ich bin der Weg.

Yürgen: Ja, das ist es, was ich mit Fehlinterpretation meine. Es wird immer an dem Mann Jesus festgemacht. 'Jesus ist der Weg, Jesus wird dich retten' und all dieser Bullshit. Der Nazarener war voll im Tao, im Fluß. Aber nicht mal hier an der Biegung oder dort an dem Wasserfall. Er war der Fluß, ganz darin aufgegangen, also: Ich bin der Fluß. Das wissen wir doch auch von der Meditation, sich ganz aufgeben, sich nicht trennen: Ich bin der Baum, ich bin das Universum. Das lehrt auch Gia Fu.

1979 in Purvodaya (ein Rajneesh-Zentrum bei München) kam ein junger Mann zu Gia Fu, der auch schon im Vorjahr bei ihm war und inzwischen in einer Jesus People Gruppe lebt. Der predigte nun Gia Fu von Jesus. Du hättest den Alten toben sehen sollen: "Jesus ist Hitler, Hitler! You

are Nazi!" Natürlich ist nicht Jesus Hitler, aber die Leute machen ihn dazu. Sie setzen ihn zu ihrem Führer ein, zum Über-Ich. Dann bauen sie irgendeinen Scheiß, rennen in die Kirche und flehen: Jesus vergib mir! und glauben, sie sind aus dem Schneider. So hat Gia Fu auch von Bhagwan geredet. Die Sannyasin machen ihn zu ihrem Hitler. Überall Bhagwanbilder, die mala mit seinem Bild und diese orange Uniform. Es macht keinen Unterschied, welche Ziele ihr Hitler verfolgt: ob Blut und Boden, völkisches Denken und Massenvernichtung, was natürlich sehr schlimm ist obendrein. Das Übel mußt du in seiner Wurzel sehen, und das liegt dort, wo du nicht selbst die Verantwortung für dich übernimmst, sondern dich lenken läßt. Geh hierhin! Tu dies! Steh stramm! Meditiere! Schreie!

Frage: Tun das denn nicht alle spirituellen Lehrer, ist Gia Fu am Ende nicht dein Hitler?

Yürgen: Ja und ich bin sein Göbbels! Folgt Gia Fu oder ihr werdet alle in der ewigen Verdammnis enden.

Quatsch! Ein spiritueller Lehrer, ein Guru, ist ein Freund, der dir helfen kann. Er ist in seiner Realisation weiter, steht in gewisser Weise über dir und hat den größeren Überblick. Er kennt den Weg und kann dich vor Gefahren warnen. Er kann dir raten, welche Ausrüstung du brauchst. Aber du mußt die Augen auf den Weg richten und nicht auf den Guru. Ein guter Lehrer wird dich nicht wie eine Marionette behandeln und nicht zulassen, daß du dich wie eine benimmst.

Gia Fu ist nicht mein Hitler. Wir haben keine Probleme miteinander, wir haben unser Ego verschmolzen. Das ist Liebe. Ich brauche ihn nicht als eine Krücke. Sicher gibt es eine Menge guter T'ai Chi-Lehrer, aber Gia Fu ist MEIN Lehrer. Als ich ihn kennenlernte, wußte ich intuitiv, daß ich dort angekommen war, wohin ich mich ca. 10 Jahre zuvor hin aufgemacht hatte. In dieser Zeit habe ich einige große Männer getroffen, z.B. Kalu Rinpoche, der mir viel Kraft gegeben hat. Gia Fu hat mir einfach den Kick gegeben. Jetzt ist es da – Kosmo, das Unbeschreibbare, Tao. Ich würde nicht sagen, daß es etwas mit Erleuchtung zu tun hat, darüber wird viel zu viel spekuliert.

Frage: Wie ist das vor sich gegangen mit dem Kick? War da ein bestimmtes Ereignis, wie man es aus den Zen-Geschichten kennt?

### **Das Übel liegt dort, wo du nicht selbst die Verantwortung für dich übernimmst.**

Yürgen: Ja und nein. Ich möchte da etwas unterscheiden, weil ich glaube, daß auch in Bezug auf die Zen-Geschichten manches mißverstanden wird. Der Zen-Meister sitzt doch nicht auf seinem Stuhl, guckt sich seine Mönchlein an und wenn er sieht, daß einer soweit ist, dann greift er in seine Trickkiste und schwupp! Satori! der Nächste bitte!

Das ist ja kein rationaler, analytischer Vorgang. Es ist eher diese Feldgeschichte. Irgendwann, wenn du so willst, vielleicht in deinem 782. Leben um 12 Uhr 23 ist das richtige Setting da – und dann geht es: schwupp, Satori! Alle die verschiedenen spirituellen oder therapeutischen Schulen zielen darauf hin, ein günstiges Setting zu schaffen, dann mußt du letztlich nur loslassen, dich hingeben – schwupp!

Gia Fu vertritt nun die Wu Wei-Sache, Tun ohne tun. Das heißt einfach, gib dich hin. Bastel nicht lange am Setting, denn daran kannst du dich auch wieder lange auf- und festhalten. Laß los und warte, es kommt durch Zufall.

Bei mir sind einige Ereignisse abgelaufen, wo Gia Fu etwas für ihn Selbstverständliches getan hat, bestimmt ohne die Absicht, mich zu puschen. Aber es hat mich gerade im richtigen Augenblick erwischt.

Frage: Taoismus lehrt doch nicht einfach nur hinsetzen und warten. Du weichst immer in die bequeme Ecke aus. T'ai Chi und andere taoistische Meditationen sind doch ARBEIT an sich selbst. Yürgen: Sicher, aber es dient letztlich nur dem Setting. Du kannst damit das nötige Energieumfeld schaffen, oder, um es buddhistisch auszudrücken: positives Karma anhäufen. Jede Methode ist ein Boot, das dich ans andere Ufer bringen kann. Wenn du dort angekommen bist, mußt du das Boot verlassen.

**Der Zenmeister sitzt doch  
nicht auf seinem Stuhl,  
guckt sich seine Mönchlein an  
und wenn er sieht,  
daß einer soweit ist,  
dann greift er  
in seine Trickkiste  
und schwupp!  
Satori!**

Ich kenne Leute, die von einem Seminar zum anderen reisen, sich alle möglichen Techniken aneignen: buddhistische Meditation, Yoga, Urschrei, Bhagwan, T'ai Chi und was sonst noch angeboten wird. Das kann sehr hilfreich sein und ist individuell auch notwendig, aber trotzdem kein Kick. Andere trifft es völlig unvorbereitet mitten im Großstadtdgewühl oder auf dem Weg nach Damaskus, ein kurzer Blick, ein unscheinbares Ereignis und doch ist Satori da.

Frage: Kannst du einiges über taoistische Psychologie sagen?

Yürgen: Gerne. Die Essenz taoistischer Psychologie ist die Umwandlung, die Transformation des ganzen Menschen. Das ist nicht nur geistig gemeint, sondern durchaus auch sehr physisch. Es geht bis in die Moleküle. Die drei wichtigsten Zentren sind Sexualität, Ch'i oder Lebensenergie und Geist.

Sex ist eine enorm starke Energie und steht in enger Beziehung zur universellen Kraft. Wilhelm Reich hat in dieser Hinsicht für den Westen wichtige Arbeit geleistet, aber auch er wird jetzt viel mißverstanden. Einige Leute leiten für sich von Reich's Theorien den banalen Freibrief ab, wild darauflos zu ficken. Das ist Blödsinn. Das kannst du auch ohne Theorie, aber diese Leute brauchen sogar dafür ihren Hitler. Wir können sehen, wie kaputt die intellektuelle Psyche ist. Tatsächlich verschwenden diese Leute ihre Energie, und sie tun es vor einem äußerst komplizierten Hintergrund – Mindfuck.

Ich will hier keine Lustfeindlichkeit aufbauen, in der linken Scene tauchen ja jetzt auch solche Probleme im Zusammenhang mit der Frauenemanzipation auf. Auf der materiellen Ebene ist der sexuelle Akt erstmal ein rein körperliches Ereignis. Was dann emotional daraus wird, liegt sehr an deiner psychischen Verfassung. Ob du deinen Partner unterdrückst und ausbeutest zu deiner Befriedigung, ob ihr ein sinnliches Spiel daraus macht, ob ihr liebt und die Energien verschmelzen läßt oder ob es zu dem hohen alchymistischen Prozeß der Energie-Transformation kommt, was ein sehr schwieriger Weg ist, aber ungeheuer wirksam, hängt von dir ab. Beim letzteren wird Sex zu einem spirituellen Ereignis. Das gleiche gilt für die Arbeit mit Ch'i. Es hängt sehr mit dem Atem zusammen und du mußt als erstes lernen, richtig zu atmen. Dann muß der Atem umgewandelt werden in den inneren Atem oder Energiekreislauf. Damit schaffst du ein

**Jede Methode ist ein Boot,  
das dich ans andere Ufer  
bringen kann.  
Wenn du dort angekommen  
bist,  
mußt du das Boot verlassen.**

bestimmtes elektromagnetisches Feld im Körper, ein günstiges Setting. Aber zu allem gehört immer noch die ungeheure Bereitschaft loszulassen. Das ist einfach das Wichtigste. Du mußt es tun ohne Absicht. Sonst kann es dir passieren, daß du da sitzt und atmest und denkst, daß du alles richtig machst und das Wunderbare erwartest, aber nix da.

Frage: Wie geht Gia Fu als Lehrer vor? Was hast du aus seiner Handlungsweise gelernt?

Yürgen: Er handelt sehr paradox. Ich glaube, seine Absicht ist es, Verwirrung zu stiften, um dadurch Prozesse in Gang zu setzen. Vorgefaßte Haltungen zu zerstören. Einige Leute haben große Schwierigkeiten mit ihm. Wer nur oberflächlich hinschaut, tut ihn gerne als einen netten, sympathischen Clown ab. Akzeptierst du ihn aber als Lehrer, dann kann dein Ego ganz schön ins rotieren geraten. Er liebt Interaktion, Bewegung, aus der Begegnung entstehen kann. Dabei betont er das Prinzip, so wenig wie möglich einzugreifen in laufende Prozesse. "Don't push the river." Er läßt die Natur arbeiten, er ist einfach nur da und durch seine Anwesenheit bekommt das Setting eine bestimmte Qualität. So wie er handelt, ist er ein lebendes Beispiel für die Möglichkeit, so zu leben, wie wir eigentlich alle wissen, daß es ein richtiges Leben ist. Aber man kann ihn nicht einfach nachmachen. Immerhin ist er ein über sechzigjähriger Mann mit bewegter Vergangenheit. Jeder muß seine eigene Geschichte durchlaufen. Wichtig ist, daß wir unser Augenmerk auf den Weg richten. Mit grenzenlosem Selbstvertrauen und tiefem Zweifel an allem, was uns an Erscheinungen begegnet.



# networking

Zen in Nürnberg

## Kleinanzeigen

In Zukunft verlangen wir für jede Kleinanzeige DM 5,- in Briefmarken. Sonst nimmt es überhand, und letztlich sind die Inserenten doch auch kommerziell interessiert...

Liebe, verehrte Freunde!

Wir bitten Lehrer und Lehrerinnen, welche die makrobiotische Lebensweise in Theorie und Praxis studieren, sich mit uns in Verbindung zu setzen:

Club Ignorasmus, Till-Dietrich Rentzow, Borghof 13, 4401 LAER-HOLTHAUSEN, Tel. 02554/8977

Himmel und Erde e.V., Kerpener Str.57  
500 Köln

Sho-Do, Keiko Imanishi

Der Zenweg der Schrift

Die Technik beruht auf einem sehr strengen und regelbedingten Training. Der Gebrauch von Pinsel und Tusche müssen zur zweiten Natur, zu einem Instinkt von Handgelenk und Fingern werden. Sho-Do zeichnet sich durch fünf Charakteristiken aus: Spontaneität, Unmittelbarkeit, Einfachheit, Sparsamkeit, Stille. vom 14.-16.11. DM 40,-  
Weitere Kurse:

1.11.-2.1. T'ai Chi Chuan, Yürgen Oster  
Grundkurs f. Anfänger, DM 40,-

7.11.-9.11. Shiatsu

21.11. Afrik. Trommel

22.11.-23.11. ebenso

17.11.-15.12. Shodo

12.12.-13.12. Tai Chi-Intensiv, Yürgen Oster, DM 50,-

und weitere interessante Kurse. Am besten Programm anfordern.

Karuna, Schloß Hainhofen, 8901 bei Augsburg

Umfangreiches Rajneesh-Programm. Bitte anfordern, falls Interesse.

Wirkstatt,

Forum für Erlebenskunst

Manfred Bögle, Nowackanlage 13, 75

Karlsruhe.

Die Wirkstatt bietet ein umfangreiches Programm von indischem Tanz bis zu Selbsterfahrung mit Farbe und Ton, Pilzesammeln, Musikentspannung, Phantasie in Aktion, Erlebte Wildnis, Bauchtanz und vieles andere. Programm anfordern.

Frankfurter Ring, Schneidhainer Str.35  
624 Königstein/Ts.

21./23.11. Pater E. Jungclausen, Benediktinermönch. Einführung in die Praxis der Meditation des frühchristlichen Mönchtums, in der Benediktinerabtei Niederaltaich, für gestreßte Zeitgenossen sehr zu empfehlen.

Dr. Jörg Monninghoff, Jägerstr.8, 8500 Nürnberg 60, Tel. 0911/644100  
Jeden Samstag Zazen.

Frankfurter Ring

Öffentl. Vortrag, Prof. Ishii, Tokio, "Zen und Kunstweg" (Geido) am 16.1. im Senckenbergmuseum  
Prof. J. Illies, "Ursprung und Wandlung" Die Botschaft Jean Gebsters, am 20.11. 20 Uhr, Senckenbergmuseum

Agnim e.V., Woogstr.36 a, 6 Frankf.50  
Vortragsreihe

26.11. Mensch und Gott (Dr. I. Dahlberg), 17.12. Natur und Gesundheit (Dr. Med. Tilly Holtz)  
Programm anfordern

Tai Chi Chuan

Schule für Meditation in Bewegung und Kampfkunst aus China

Frieder Anders

Kurse in Tai Chi und Chin. Gymnastik. Alt-Nied 2, 6 Frankfurt Nied, Tel.:

0611/385535 oder 458573

Programm anfordern.

Institut für Baubiologie

Zeitschrift f. Wohnung und Gesundheit Heilig-Geist-Str. 54, 82 Rosenheim

Die Zeitschrift trägt wesentlich zur Förderung des gesunden Wohnens und Siedelns bei. Als Mittler zwischen Wissenschaft, Produktion und Verbrauch füllt sie eine große Lücke.

Heft 6 u.a. Bauharmonik, Baurechtliche Vorschriften, Integrale Bio-Logische Architektur, Wohnumwelt als Krebsursache.

Folgende Schriften (auf englisch) verfaßt von Ken Crowley, Energy Research sind erhältlich bei Agnes Weber, Luzernerstr.6, CH-5620 Bremgarten, Fr. 2,50 pro Schrift mit Nr. Vermerkt einzahlen auf PC- 5047015 (Schweiz)

1 Spiritual Healing through Tantric Energy Transmission

2 Breathairianism (How to live without Food)

3 Tantric Sex and Natural Birth Control

4 Psychic Abortion - Psychic Birth Control

Zendo, Oberlindau 79, 6 Frankfurt

Zazen, Mo - Fr. 6-8 Uhr, So 6-11 Uhr, und weitere Termine. Tel. 0611/721081

Ich möchte 13 Kassetten anbieten vom Osterseminar Pir Vilayat Khan's in Nürnberg, DM 100,-

Ma Mutriba, Mada, Rajneesh Med.zentrum, Am Weingarten 12-14, 6 Frankfurt 90. Tel. 779076 ab 18 Uhr

# Spirituelle Führung im Alltag

von Paul Salomon

Das folgende ist ein Transkript eines Vortrags, den Paul Salomon 1977 in Findhorn gehalten hat. Der kursivgesetzte Anfang ist eine Zusammenfassung, später wird es wörtliche Rede. Man kann das Tonband des Vortrags (auf englisch) bei der Fellowship of Inner Light, 620 14th Street, Virginia Beach, VA 23451, USA bestellen, auf deutsch bei Peter Boezinger, Höhenstr. 8, CH-4533 Riedholz, Schweiz. Paul Salomon ist bereit im Juni 1981 nach Deutschland zu kommen, wenn sich genügend Interessenten und ein guter Übersetzer fänden. Kontaktadresse: Christine Porgan, Rauschenbrunnen 12, 351 Hann. Münden. Vielen Dank für ihre Übersetzung des Artikels.

*Sein ganzes Leben war eine sorgfältige Vorbereitung für seine Aufgabe. Das bedeutet aber nicht, daß ihm das bewußt war und er bewußt dabei mitarbeiten konnte. Dies begann erst vor 5 Jahren. Er war der Sohn eines Baptistenpfarrers (der wiederum der Sohn eines Pfarrers war, usw. usw.), aufgewachsen mit der Überzeugung, daß man zu Gott sprechen und Antworten bekommen könne, so daß er aufrichtig glaubte, Gott gehöre zur Familie.*

*Erst nach 15 Jahren im Dienst fand er aber heraus, daß Gott wirklich zu uns und durch uns sprechen kann. Das öffnete eine neue Dimension für ihn, hatte aber wenig damit zu tun, was er bis dahin für Religion gehalten hatte, nicht einmal mit dem, was er für Gott gehalten hatte. Dies war ein neuer, ein größerer Gott, weit über alles hinausreichend, was er sich vorher vorgestellt hatte. Es war eine spirituelle Neugeburt, die mit der körperlichen viel Ähnlichkeit hat. Auch das "spiritual baby" möchte immer gestreichelt werden und beachtet, streckt nach allem Leuchtenden die Hände aus und will es in den Mund stecken, geht zu allen Vorträgen, allen Lehren, liest alle Bücher. . . – das führt bald zur Verstopfung, oft zum Ausspucken.*

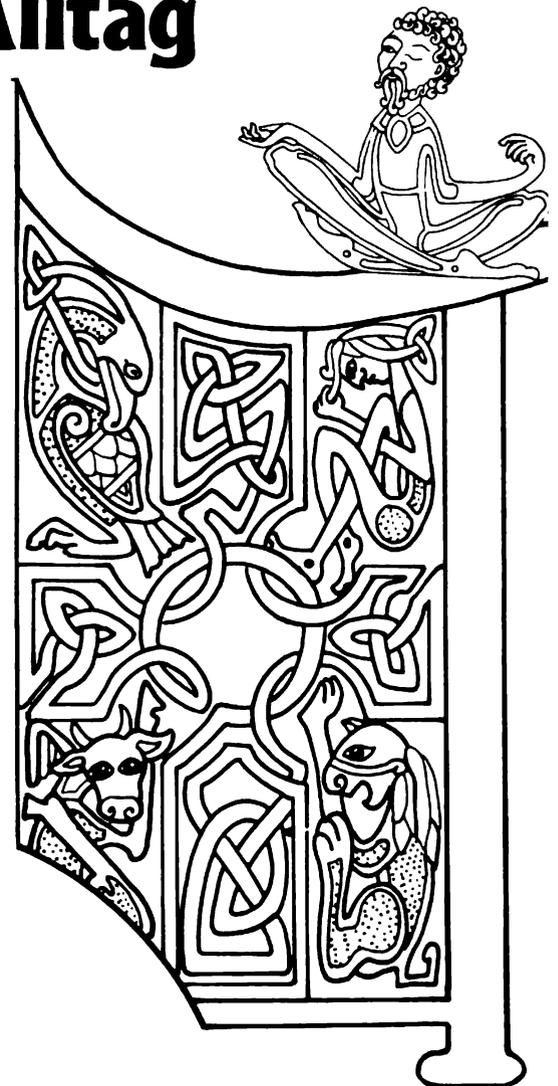
*Erst in der Ruhepause danach beginnt die Verdauung; man nimmt danach langsamer und mit mehr Auswahl auf, sieht sich um, informiert sich.*

*Ihn zog vor allem die Vorstellung einer Mysterienschule an, die fern in den Bergen versteckt, von hochentwickelten Meistern bewohnt wird, die man nicht finden kann, sondern die selber den entdecken, der seine Aufgaben gut bewältigt hat. Dort kann der einmal Aufgenommene sich durch ihre Schule so schnell entwickeln, wie das ein Mensch nur tun kann. Dafür wollte er sich reinigen und vorbereiten. Aber alle Bücher sprachen nur von Schulen, die vor Jahrtausenden bestanden hatten, von denen heute aber nur verborgene Nachfolger existieren. Da entdeckte er das Gesetz der Telepathie. Wenn man einen Namen wußte oder wie der Mensch aussah, konnte man sich auf ihn ausrichten und ihn herbeiholen. So stellte er sich auf das Bild ein, das er sich von den traditionellen Schulen gemacht hatte und meditierte, sang sein Mantram, bis er fand, daß er auf eine andere Ebene gelangt war, sich durch den Raum bewegte und plötzlich das erschreckendste Erlebnis seines Lebens hatte: eine Prozession dunkler, verhüllter Gestalten, die ihn umkreiste. Ihm wurde klar, daß er nicht wußte, wie hier herauskommen; er wiederholte alle Gebete (nicht des New Age, sondern ging direkt zu Jesus zurück) und kam schließlich auf den Gedanken, seinen eigenen Namen zu rufen.*

*Dann las er, daß solche Schulen einen Schutz haben, dem er wohl begegnet war und verzichtete auf weitere Versuche, seine Existenz der anderen Welt bewußt zu machen.*

*Inzwischen hatte die Fellowship begonnen, ganz organisch zu wachsen. Ebe er selbst mit seinen readings\* begann, hatte er nichts davon gewußt, hatte*

**Auch das spirituelle Baby  
möchte immer  
gestreichelt werden,  
streckt nach allem Leuchtenden  
die Hände aus  
und will es in den Mund  
stecken,  
geht zu allen Vorträgen,  
allen Lehren,  
liest alle Bücher.  
Das führt bald zur Verstopfung.**



*Edgar Cayce nicht gekannt. Jetzt war sein Haus ständig voller Leute, die die tapes seiner readings hörten oder mit ihm darüber diskutierten, ihm Ratsschläge geben wollten. Daraus entwickelte sich die Fellowship; sie wollten zusammen meditieren und studieren. Gemeinsam lernten sie aus Fehlern, was man nicht machen sollte und welche Art Fragen man stellen sollte. Sie bekamen keine Antworten aus der "Quelle", wenn sie nicht erst versucht hatten, selber die Antwort zu finden. – "Es ist nicht beabsichtigt, euch an der Hand zu führen", war eine Standardantwort.*

*Einer der Leute, die zu einem reading kamen, machte ihn mit einem Mann in Atlanta bekannt, der ihn sehr beeindruckte, einem Zenmeister, der Bonsai lehrte. Die Frau, die ihn auf ihn auf*

*\*Anm.: 'readings' sind mediumistische Durchsagen-*

merksam machte, sagte, sie fühle, was der Mann lehre, hätte wenig mit Bäumen zu tun.

Er besuchte ihn in seiner Baumschule und sah dort Bäumchen, die aussahen wie kleine Bäume auf Bergen nahe am Meer, wo die Zweige nach einer Richtung gedrängt werden und daher eine Seite kahl ist. Sie sahen so vollkommen aus, als seien sie nicht von Menschenhand geformt, sondern lebende (so gewachsene) Dinge. Hunderte von Bäumen, ein kleiner Wald, manchmal mit einem Berg, einer Klippe, einem See, eine Miniaturwelt. Während er mit dem Meister hindurchging, bemerkte er einiges Besondere: zunächst, daß er selbst so erregt war, daß er drei Fragen gestellt hatte, bevor der Meister die erste beantwortet hatte und daß er ihn nicht dazu bringen konnte, schneller zu werden. Und je langsamer der Meister ging, desto ungeduldiger wurde er, was jener nicht einmal zu bemerken schien, ebensowenig wie die Tatsache, daß Paul Salomon ihn zu schnellerer Gangart bewegen wollte. Er war so in Kommunikation mit der ihn umgebenden Natur, daß S. nur als Beobachter erschien und sich schließlich bewußt wurde, daß sich der Meister bei seinen Pflanzen für S's Gegenwart entschuldigte. Er fühlte auch, daß dieser Mann ihn etwas lehrte, aber nicht, indem er darauf hinwies, nicht indem er sagte, was es war, sondern ihm die Freiheit ließ, es nicht einmal zu bemerken.

Sie setzten sich hin, um darüber zu sprechen, was er tat, und S. beobachtete, wie er mit einigen seiner Schüler arbeitete. Während sie an Bäumchen arbeiteten, hörte er ihn sagen, daß man beim Befestigen der Zweige mit Drähten in einer bestimmten Richtung nicht denken solle: dies ist eine Pflanze, sondern: dies ist ein lebendiges Wesen.

„Denkt daran als eine Seele, die geformt werden soll in einer besonderen Richtung; und diese Erziehungsdrähte sind wie die karmischen Erfahrungen, die eure Natur in eine bestimmte Richtung wenden, so daß ihr schöner werdet durch die Zwänge dieser Drähte, die euer Wesen formen.“

S. hörte, wie er diesen Menschen großartige spirituelle Wahrheiten mitteilte und es fiel ihm ein: Er lehrt seine Schüler nicht Gartenbau, ja nicht einmal Bonsai, er lehrt sie spirituelles Wachstum und die Gesetze des Universums. Was für ein glänzender Geist,

**„Ich glaube nicht, daß es so etwas wie einen spirituellen Lehrer gibt, denn wenn jemand diesen Teil des Lebens abtrennt und dies lehren will, so lehrt er zunächst mal einen Irrtum.“**

*so langsam und so bescheiden handelnd, als ob er nicht brilliant wäre.*

Als er sich wieder hinsetzte, sagte S.: „Ich weiß, daß die alten Meister eine Regel hatten: Wenn der Schüler seine Aufgabe nicht begreifen konnte, so konnte der Lehrer sie ihm nicht geben. Er mußte bereit sein, sie zu empfangen, er mußte die Frage stellen können, ehe er die Antwort empfing. Sie sitzen hier nicht und erzählen mir, daß sie ein Lehrer geistigen Wachstums sind, aber ich kann sehen, daß Sie es sind, und ich möchte von Ihnen lernen.“

Er sah mich mit einem Blick an, der Stahl hätte schmelzen können, er sah verletzt aus, als hätte ich eine Anklage ausgesprochen, und in der gleichen, langsamen, sanften Art (mit der er aber trotzdem meine Absicht unwirksam machte) sah er mich an und sagte: „Ich bin kein spiritueller Lehrer, ich gab keine spirituellen Lehren, ich glaube nicht an spirituelles Lehren.“ Wie sonderbar! Ich fragte mich, was er denn glaubte, wußte aber nicht, wie ich fragen sollte und das Beste, was ich sagen konnte, war: „Was meinen Sie? Ich weiß, daß Sie mehr lehren, als eben nur diese Pflanzen zu quälen, es ist eine größere Aufgabe. Was heißt es, daß Sie kein spiritueller Lehrer sind?“ Er antwortete: „Sie beschuldigen mich,

daß ich das Leben von meinen Wesen trenne. Was ich lehre, ist Leben, eine Beziehung zum Universum, aber nicht dies auf einer spirituellen Ebene und jenes auf einer praktischen und das auf einer körperlichen. Ich reiße diese Dinge nicht auseinander, es ist alles eine Gesetzmäßigkeit. Spirituelles Wachstum ist Wachstum, das ist alles.“ Er sagte: „Ich glaube nicht, daß es so etwas wie einen spirituellen Lehrer gibt, denn wenn jemand diesen Teil des Lebens abtrennt und dies lehren will, so lehrt er zunächst mal einen Irrtum, so etwas gibt es nicht.“

Nun, ich war gebührend beeindruckt und fragte ihn, ob er mich lehren wolle. Er sagte: „Lassen Sie uns erst mal mit den Pflanzen arbeiten, dann komme ich zurück und wir sprechen darüber.“ So gab er mir eine kleine Fichte, die aber nicht im geringsten wie ein Bonsai aussah, sondern wie etwas, das er aus irgendeiner Mülltonne geholt hatte und das tausende von kleinen Nadeln aufwies, die winzig waren, weil das Bäumchen durch Zurückschneiden der Wurzeln schon miniaturisiert war. Und er gab mir eine Pinzette und sagte: „Zupfen Sie diese braunen Nadeln heraus.“ Nun, ich bin nicht so stumpf, daß ich die Lehre der Geduld nicht begriff, so nahm ich die Pinzette und sagte: „Ich will es tun, und wenn ich dabei drauf gehe.“ Dann saß ich da, zog die Nadeln aus und dachte: „Ich möchte gern wissen, ob alle das machen, oder ob er dies gerade für mich ausgesucht hat!“ Ich zupfte und zupfte, stundenlang, nur auf einer Seite ehe ich das Bäumchen herumdrehte und während ich das tat, dachte ich, daß ich eigentlich längst zurück sein müßte bei der Fellowship und was ich alles zu tun hätte und daß der Meister längst zurück sein könnte und mir während des Zupfens fantastische Belehrung erteilen könnte, und es ging weiter und weiter, während es schien, daß er überhaupt nicht zu mir kommen würde; er ging in den Vorratsraum, hierhin und dorthin.

Als er endlich doch kam, hatten der Baum und ich eine gewisse Beziehung entwickelt, ich begann ihn ganz anders anzusehen.

Der Meister begann mit mir über den Baum zu sprechen, indem er sagte: „Wenn Sie ihm eine schönere Form geben möchten, was würden Sie dann tun?“ Ich schaute herum auf die ande-





ren, die er gezogen hatte und dachte: Ich kann mir nicht vorstellen, daß dieses Ding jemals so eine Form kriegen kann, auch wenn sich alle seine Zweige so zu-rechtbiegen oder abschneiden ließen. Es war einfach nichts Schönes an diesem kleinen Baum, er war wie ein zerlumptes kleines Mädchen, schmutzig und unge-kämmt. Das war das Bild, das sich mir aufdrängte. „Vielleicht,“ sagte ich, „könnte man die Äste alle in diese Rich-tung bringen, als ob sie der Wind dort-hin dränge – ich weiß nicht.“

– „Warum nicht einfach mit ihm ar-

beiten und sehen, ob etwas für Sie herauskommt?“

Ich hatte ihn beobachtet, wie er hier etwas ausschnitt, dort einen Draht an-brachte. . . es sah durchaus nicht angenehm aus, ich wunderte mich, daß die Bäume es überlebten. So nahm ich mein Bäumchen, griff nach einer Schere und wollte einen Zweig abschneiden. – Ich dachte, er würde aus der Haut fah-ren: „Tun Sie der Pflanze das nicht an!“ „Aber Sie sagten doch, ich solle anfan-gen und sehen, was geschähe!“ „Aber Sie haben nicht um Erlaubnis gebeten!“ „Wie denn?“ „Sie müssen zum Leben in der Pflanze sprechen, so daß sie ver-steht, was Sie mit ihr machen wollen und mithilft. Dabei können Sie heraus-finden, in welche Richtung sie gehen will!“ „Oh, sagen Sie mir, wie kann ich zu den Devas sprechen?“ „Ich war ganz aufgeregt bei dem Gedanken, in Ver-bindung mit dem Geist der Pflanze zu kommen (er hatte diesen Ausdruck nicht gebraucht). „Sprechen Sie ein-fach.“

Da saß ich nun und schaute auf diese lächerliche, armselige kleine Fichte und konnte mir nicht vorstellen, wie sie mir antworten sollte. Zudem fand ich es sehr schwierig, laut mit diesem Bäumchen zu sprechen, während ich fühlte, daß es nur ein Baum war. Aber ich versuchte es und fragte ihn, in welche Richtung er wachsen wolle. Das fand ich so lächerlich, daß ich fast kicherte; ich hatte nicht das Gefühl, mit dieser Pflanze in Verbindung zu sein. Er beobachtete mich, aber ohne zu lächeln, (tatsächlich zeigte er selten Gefühle, höchstens einen Anflug von Humor über mein Unbehagen); endlich sagte er: „Wenn Sie diesen Baum als ein menschliches Wesen sehen könnten, wie sähe das Wesen aus?“ Da begann ich dieses magere, ausgesetzte Mädchen zu beschreiben, worauf er sagte: „Schlie-ßen Sie die Augen und sehen Sie dieses kleine Mädchen vor sich!“ Das war sehr leicht und ich tat es. „Und nun sprechen Sie zu ihm, nicht zur Pflanze, sondern zum Geist der Pflanze und fragen Sie ihn, was er möchte!“ Das Bild kam und es sagte: „Du hast schon mein Ge-sicht gewaschen und mein Haar ist bereit zum Kämmen!“ Wie ich die Augen öffnete, glaubte ich eine andere Pflanze zu sehen und sie war ebenso aufgeregt wie ich, was das Schneiden betraf, aber nicht, als ob man einen Zweig abschneiden und er zu bluten anfangen würde, sondern als ob ein Mädchen zum Haarschneiden ginge und

wüßte, daß sie, wenn es vorüber war, schön aussehen würde. Dieser Geist kam von der Pflanze, wir verständigten uns und ehe wir diesen Nachmittag aufhörten, gab es einen schönen, ele-ganten Baum, vom Wind gebeugt, ohne Borke auf einer Seite. Wir schmier-ten ein bißchen Kalk darauf, daß es aus-sah, als ob eine Salzkruste darauf sei und man fast das Meer riechen konnte, wenn man nur diese kleine Pflanze an-sah. Ich fühlte wirklich, als ob ich die Verwandlung einer Seele miterlebt hät-te, aus etwas Ungeordnetem zu etwas, das von der Natur selbst verschönert worden war; es sah nicht wie etwas von Menschenhand Geformtes aus.

Als ich wegging, dachte ich, es wäre äußerst wichtig, diesen Mann dazu zu bringen, zur Fellowship zu kommen und dort zu den Menschen zu sprechen. Aber ich wollte ihn dazu überreden, einen Vortrag zu halten, nicht einfach Pflanzen zu formen, sondern über spirituelle Gesetze zu sprechen. Ich sagte: „Bitte machen Sie eine Vorfüh-rung und versuchen Sie, den Leuten begreiflich zu machen, was Sie wirk-lich tun.“ Er stimmte zu, kam auch und brachte einige Pflanzen mit und setzte sie auf einen hohen Tisch. Ich hatte gehofft, er würde die schönsten Exem-plare seines Gartens bringen, aber er hatte nur drei Pflanzen mit, einen Stein, ein Schälchen mit Wasser und ein Schäl-chen mit Gras; und ich dachte, das sind doch gar keine hübschen Dingen und keine Beispiele für das, was er tun kann! Warum bringt er sie? Er besteht wohl darauf, er selbst zu sein, und anstatt sich von seiner besten Seite zu zeigen und das zu tun, was ich dachte, nämlich den Leuten etwas zum Anschauen zu geben, stellt er diese Dinge auf den Tisch, die aussehen, als ob sie überhaupt nichts miteinander zu tun hätten, ohne irgendeine Verbindung, ohne ir-gendetwas Anziehendes. Und ich hatte diesen Mann so gerühmt, hatte all diese Leute so gespannt gemacht, zu sehen, wie er mit den Pflanzen redete. Ich ver-suchte, ihnen ein bißchen meine Er-fahrungen zu schildern, ohne ihn dabei verlegen zu machen, stellte ihn dann vor und setzte mich hin.

Nun erwartet man ja, wenn man den Sprecher vorgestellt hat, daß er auf-steht und nach vorn geht. Aber das tat er nicht, er saß da und sah auf die Pflanzen, und alle sahen auf die Pflan-zen, wartend, daß etwas geschähe. Er aber saß und saß und rührte sich nicht.

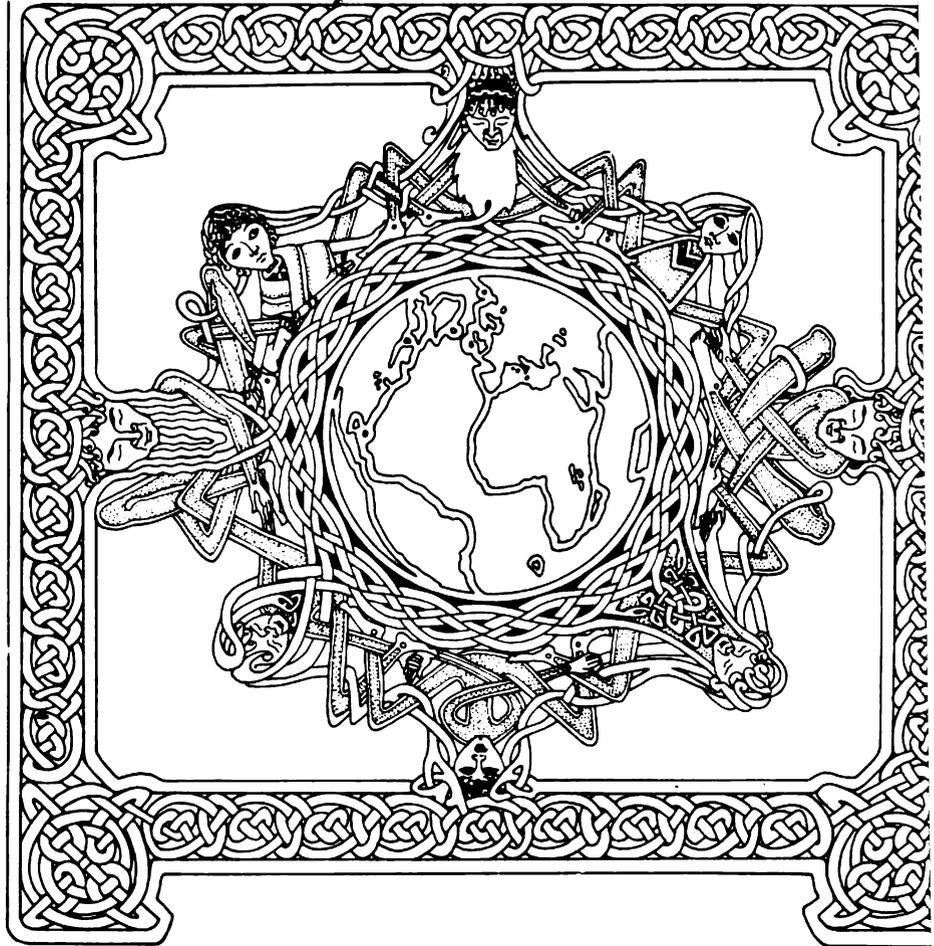
Es schien, daß die Pflanzen mit uns reden sollten. Ich kreuzte meine Beine und setzte mich wieder anders hin, räusperte mich und guckte mich um, aber er schien meine Gegenwart vollständig vergessen zu haben und war nicht im geringsten aufgeregt. Er hatte viel Zeit, und es machte ihm nichts aus, wenn ich keine hatte.

Endlich stand er doch auf, kümmerte sich aber gar nicht um die Zuhörer, sondern sah die ganze Zeit die Pflanzen an, während er auf den Tisch zuging. Er nahm die große Tanne auf der einen Seite und dreht sie ein bißchen. Er nahm einen kleinen japanischen Ahorn und setzte ihn auf einen Untersatz, etwas über die anderen. Danach schob er die Schale mit dem Gras an die Seite und das Wasserschälchen daneben und ging dann, wieder ohne auf das Publikum zu achten, an seinen Platz. Wir sahen auf das, was auf dem Tisch geschehen war, und plötzlich war aus diesen vier Gegenständen ohne Beziehung miteinander ein Berg geworden, ein Wasserfall und ein See, und es war so leicht erkennbar, daß sie eine Einheit geworden waren. Es schien, als ob sie miteinander sprachen. Sie waren von auffallender Schönheit – und er hatte sie eben nur ein bißchen bewegt.

Sodann sprach er. Er sprach über eine Menge Dinge: wie gesund es sei, mit Pflanzen zu arbeiten und seine Zeit und Kraft an sie zu wenden und welche Wirkung das hätte, usw. Was er sagte, war nichts Besonderes, das Besondere an dem Abend war, was er mit den Pflanzen gemacht hatte.

Als der Abend vorüber war, und die Leute weggingen, kam eine Dame heran und sagte: „Ich bin so verlegen...“ „Warum?“ frage ich – „Ich fühle mich so als Eindringling. Ich saß und beobachtete, wie dieser Mann den Pflanzen seine Liebe erklärte und fühlte, daß ich ein Liebesverhältnis störte.“

Ich ging dann zum Meister und sagte: „Ich glaube, ich weiß, was Sie taten. Indem Sie die Pflanzen umstellten, deuteten Sie den Berg an, usw. . .“ Er sah mich an und sagte: „Das ist lächerlich!“ „Was taten Sie dann mit diesen Pflanzen?“ „Ich bat um eine sehr besondere Gunst. Ich bat das Leben, das hierin wohnt, sich dem Empfinden dieser Menschen zu enthüllen.“ Mit anderen Worten: Er hatte mit den Devas, den Geistern dieser Pflanzen gesprochen und hatte sie gebeten, sich hier öffentlich zu



zeigen, was sie sonst fast niemals in Gegenwart von Menschen tun, die nicht auf sie eingestimmt sind. Aber als Gunstbezeugung für ihn, hatten sie sich enthüllt; die Beziehung durch das Hin- und Herschieben allein hätte uns niemals dazu veranlaßt, einen Berg und einen See zu sehen. Wir sahen sie, weil ihre spirits, indem sie miteinander wirkten, sich uns fühlbar machten und freudig sich uns zuwandten.

Indem ich Ihnen nun all dies erzählt habe in Verbindung mit Mysterien-schulen, will ich einen Schritt weitergehen und sagen: was ich von diesem Mann und dieser Erfahrung lernte, ging so tief, daß ich ihm sagte: „Ich wollte immer Schüler einer Mysterien-schule werden, und nun habe ich den Eindruck, daß Sie mich dazu bringen könnten, mehr zu lernen als ich die Möglichkeit hätte, in meiner spirituellen Gruppe zu lernen. Sie könnten mich in einem Jahr mehr lehren, als ich, mir selbst überlassen, in fünf Jahren lernen könnte. Wollen Sie mich annehmen und mein Bewußtsein wie Ihres

formen und mein Leben gestalten, wie es in den alten Mysterien-schulen geschah?“ Er sah mich an und sagte: „Paul, könntest Du die Fellowship verlassen, Deine Türe zuschließen und hierherkommen als mein Diener, meine Teetassen spülen, mein Bett machen, mein Fußboden fegen, die Tannennadeln von den Bäumen lesen und all diese Dinge tun, auch wenn ich niemals etwas Weises zu Dir sage oder Dich unterhalte?“ Das traf mich: Die Fellowship war eine Art Kind, ein lebendes Wesen, ein Teil meines Wesens, meines Lebens; aber gleichzeitig war da dieses andere. Die Fellowship würde sich weiterentwickeln, auch wenn die Tür geschlossen wäre und ich sagte: „Ja, ich will herkommen als Dein Diener.“ Darauf er: „Wenn das wahr ist, kann ich Dich nicht lehren.“ Das verletzte mich wirklich, ich hatte diese Antwort nicht erwartet, ich dachte genau das Richtige getan zu haben. So etwas kann sehr schmerzlich sein im Augenblick. Mit Tränen fragte ich: „Warum?“ Er sagte: „Aus zwei Gründen: Einmal bist Du zu emotional. Und zweitens: Wenn Du diese Fellow-

ship aufgeben und herkommen kannst, dann habe ich von Dir zu lernen, denn ich könnte meine Schule nicht schließen und in der Fellowship weiterzustudieren." Nun, ich fühlte, ich hatte bei diesem kleinen Austausch mehr gelernt, als ich in einer Lebenszeit anderswo hätte lernen können. So hatte ich meine Mysterienschule gefunden, und sie hatte mich tief bewegt. Ich fragte, ziemlich anmaßend: „Wenn Du mich nicht lernen willst, weil Du zu bescheiden bist, darf ich Dich fragen: Hast Du einen Lehrer, lebt er noch?“ „Ja, mein Lehrer lebt, er ist in Japan.“ – „Ich bin nicht so anmaßend zu fragen, ob er mich annehmen würde, ich fühle, daß ich nicht auf der Ebene bin, auf der Du bist, aber könnte ich ihn nicht wenigstens einmal treffen, ihn kennenlernen?“ „Nein“ Und ich sagte: „Wenn Du siehst, wie ich wachse in unserer Verbindung, würdest Du mich ihm irgendwann einmal vorstellen?“ „Nur der Lehrer trifft diese Entscheidung.“ „Aber wie soll er wissen. . .?“ Er sah mich an, als ob ich eine höchst absurde Frage gestellt hätte, so ließ ich die Sache fallen und kümmerte mich um meine Angelegenheiten.

Nicht lange danach zogen wir nach Virginia Beach um. . . Und eines Tages wurde ich von einem Mann aus den Botanischen Gärten angerufen. Er sagte: „Sie kennen X aus Atlanta. Ich habe einige Zeit lang mit ihm gearbeitet. Ich habe hier einen Baum, den ich Ihnen bringen möchte, um Sie vielleicht damit arbeiten zu lassen und zu sehen, ob Sie gern damit weitermachen möchten.“ Ich war ziemlich beschäftigt, sagte aber: „Warum nicht?“ Da ist ein Mann an Bonsai interessiert, vielleicht haben wir einiges gemeinsam, über das wir sprechen können. Jedenfalls möchte ich wissen, was er von X gelernt hat. So bat ich ihn, mich aufzusuchen, und er brachte diesen schönen, kleinen Baum mit, der noch seine Erziehungsdrähte hatte. Er setzte ihn hin und wir betrachteten ihn ein Weilchen. Ich bemerkte, daß der Mann ziemlich östlich aussah. Wir unterhielten uns eine Weile und er ließ diesen kleinen Baum da; ich ging wieder an meine Arbeit. Später rief ich an diesem Abend X an, weil der Mann gesagt hatte, X hätte ihm aufgetragen, den Baum hier zu lassen, und dankte ihm dafür. Er sagte: „Ich habe Dir diese Pflanze nicht geschenkt.“ „Aber wer tat es dann?“ „Er selbst.“ „Aber warum

**Die Aufgabe des Lehrers  
ist es,  
den Besen hinzustellen  
und zu sehen,  
ob Sie darüber stolpern,  
ihn jedes Mal  
ein bißchen mehr  
in die Mitte ihres  
Weges rücken.**

sollte einer Deiner Schüler ihn mir schenken?“ „Es war nicht mein Schüler, es war mein Lehrer.“

Mein Gott, ich hatte zehn Minuten mit dem Mann verbracht und ihm nicht eine Frage gestellt! All diese Jahre habe ich auf diesen Lehrer gewartet, und der Lehrer kommt und geht, und ich habe nicht die Fähigkeit, die Vibrationen eines Lehrers zu erkennen. Wie konnte ich diese Gelegenheit nur verpassen! Sofort rief ich im Botanischen Garten an und erreichte ihn auch und sagte: „Ich bin doch nicht sicher, wie ich den kleinen Baum behandeln soll, würden Sie bitte noch einmal kommen?“

Ich wollte ihm nicht sagen, daß ich inzwischen herausgefunden hatte, daß er ein Lehrer war. Sehr freundlich willigte er ein und sprach mit mir über die Behandlung des Bäumchens. Eines der erstaunlichsten Dinge: Während er dasaß und über die Pflanze sprach, machte er z.B. Bemerkungen wie diese: „Als ich diesen Ast hier vornahm, war er steif, als ob er brechen würde, statt sich in der rechten Richtung zu biegen. Das war während der Zeit, als Sie dieses Material veröffentlichen sollten, aber fühlten, Sie wollten statt dessen lieber herumreisen und lehren, so daß es Ihnen gewaltsam beigebracht werden mußte!“ Ich fragte, woher er diese Ereignisse meines Lebens kannte, von denen doch selbst X nichts wußte. „Dieser Baum bekam seine Erziehungsdrähte zu der Zeit, als Felton (?) mir von Ihnen erzählte, und seitdem habe ich Sie beobachtet an den Zweigen dieses Baumes. Alles, was Sie taten, spiegelte sich in diesem Bild, und wenn ein Zweig widerspenstig war, wußte ich, daß Sie Widerstand erfuhren, in dem, was in Ihrem Leben geschah.“ Diesen Baum anzusehen,

war ein Kommunikationsmittel zwischen uns gewesen, und dabei hatte er mich drei Jahre lang gelehrt. Er war ein Teil meines Lebens, er hatte teilgehabt an jeder Situation und hatte mich niemals gezwungen, etwas zu lernen. Er

hatte mich nicht manipuliert durch die Zweige des Bäumchens, aber er hatte dem Bäumchen, und durch das Bäumchen mir, nahegelegt, uns in eine schönere Richtung zu bewegen.

Als ich auf diese Dinge zurückblickte, wurde mir klar, daß ich hier an eine Mysterienschule gekommen war. Aber während er an diesem Nachmittag zu mir sprach, ging mir eine größere Einsicht auf als ich ihn nach Mysterienschulen fragte: „Gibt es einen Ort in China oder Japan, wo Priester zusammenkommen und durch besondere Techniken sehr besondere Individuen werden, die lernen, mit jeder Situation fertig zu werden?“ Er antwortete: „Solche Dinge mag es geben, aber Sie brauchen das nicht.“ „Warum nicht?“ „Weil Sie bereits aufgenommen sind in der höchsten Schule dieser Art. Die Lehrer stellen Aufgaben vor Sie hin. Lassen Sie mich etwas über Mysterienschulen erzählen.“

Und er erzählte eine Geschichte von einem jungen Mann, der in eine Schule kam, eine Art pythagoräische Mysterienschule, und gespannt war auf den Unterricht. Er verließ sein Zimmer und ging den Gang zum Eßzimmer hin. Dort sah er einen Besen an der Wand stehen und einigen Staub auf dem Boden. Er dachte: „Das ist ja komisch, sie kümmern sich hier nicht um diese Dinge und lassen Abfall herumliegen. So kann man doch keine Mysterienschule führen!“ Er nahm sein Mittagessen ein und kehrte zurück. Der Besen war noch da, der Schmutz auch. Er saß in seinem Zimmer, meditierte und wartete, daß der Unterricht begäunne. Als er zum Abendessen ging, stand der Besen immer noch da und ein Abfalleimer daneben. Ebenso als er zurückkam. Da dachte er: „Wenn sie ihre Sachen nicht besser beisammen haben, können sie mich nicht viel lehren.“

Alles, was der Mann mir sagen wollte war: „Es ist nicht möglich für Sie oder für mich, eine Lektion zu erwarten, um das Leben in eine schönere Richtung zu bringen, ohne daß diese Lektion auftaucht. Die nächste Lektion, die Sie brauchen, ist schon vor Ihnen. Sie benötigen nicht mehr Lehrer als Sie bereits haben, obgleich Lehrer sehr nützlich sein können, um zu helfen, die Lehren zu sehen; das ist alles, was sie tun können. Niemand kann Sie mehr über Gott lehren, als bereits in Ihrem Herzen eingeschrieben ist, aber andere können Sie darauf hinweisen und es Ihnen zum Bewußtsein bringen, kön-

# Nahrung für die geistige Entwicklung

Michio Kushi

Fortsetzung des Artikels aus Heft 21.

## Die Nahrungsveränderung

Der Mensch als die letzte Entwicklung auf der Erde kann praktisch alles essen, was auf diesem Planeten wächst. Er hat mindestens drei Milliarden biologische Jahre durchlaufen, in denen er verschiedene Arten von Nahrung gemäß seiner planetarischen Kondition und seiner biologischen Notwendigkeiten zu sich nahm.

Vor der Eiszeit hatte der Mensch schon die Früchteperiode durchlaufen, als er sich im Stadium des Affen befand, nach einer langen Fleischperiode. Vor ein paar Millionen Jahren begann der Mensch, die am meisten kompakte und konzentrierte Frucht, das Getreide, zu essen. Wegen dieser Nahrung war der Mensch fähig, aufrecht zu stehen und

Fortsetzung des Artikels  
von Seite 21:



nen Sie veranlassen, zu sehen, wo es ist. Aber die beste Art, einem Lehrer zu begegnen ist, die Aufgabe zu lernen, die vor einem liegt; dann wird man Weggefährte der Lehrer, die selbst auch wieder von anderen angeregt werden und gelehrt werden. Und Ihre Aufgaben erwachsen aus Ihrer Sturheit, sie lernen Geduld, indem Sie Ihren Wunsch bezwingen lernen, Sie deutlicher hinzuweisen auf den Besen und das Kehrbloch vor Ihnen. Wie oft wollen Lehrer den Schüler deutlicher darauf hinweisen und müssen lernen, es nicht zu sagen. Die Aufgabe des Lehrers ist es, den Besen hinzustellen und zu sehen, ob Sie darüber stolpern, ihn jedes Mal ein bißchen mehr in die Mitte ihres Weges rücken."



22

komplexe Gehirnfunktionen zu entwickeln.

Am Anfang aß der Mensch das Getreide jedoch in roher Form, bis die Eiszeit ihn mit kälterem Klima überfiel. Um in diesem kalten Klima zu überleben, fing er an, Feuer zu benutzen, um sich seiner neuen Umgebung anzupassen, und entwickelte verschiedene Kochmethoden. Weil er kochen lernte, konnte der Mensch anfangen, seine technologische Kultur aufzubauen, die später die Zivilisation wurde.

Das Feuer und das Kochen haben die Qualität des Menschen verändert. Auf der einen Seite konnte sich der Mensch ohne Rücksicht auf die klimatischen Bedingungen der natürlichen Umgebung anpassen, und seine Wohngebiete fast auf der ganzen Erde auszubreiten. Auf der anderen Seite wurde der Mensch aktiver und intelligenter und entwickelte seine Abwehr gegen jede Art der Bedrohung. In den kälteren Zonen kehrt der Mensch öfters zu fleischiessenden Gewohnheiten zurück, wegen des mangels der Pflanzennahrung und seinem Bedürfnis nach Wärme. Diese Kulturen, die sich im Eis gut erhalten haben, gaben den falschen Eindruck, daß der Mensch ursprünglich wild und brutal war.

Wegen der Variationen der Nahrung vervollständigte sich der Mensch in seiner Natur, Persönlichkeit, seinem Ausdruck, Denken und in seinen Aktivitäten. Verschiedene Kulturen, Rassen, Gebräuche entwickelten sich aus verschiedenen Ernährungsgewohnheiten und verschiedenen klimatischen Gebieten.

Doch bis vor ein paar Jahrhunderten, bis zum Anfang des modernen Zeitalters, erhielten die menschlichen Ernährungsmuster im allgemeinen ihren traditionellen Geist, und wurden immer noch durch die großen Religionen und sozialen Bräuche gelehrt. Aber durch die industrielle Revolution kam weitverbreiteter Handelsgeist und diese Tendenz wurde auf dem Gebiet der menschlichen Ernährung angewandt. Eine große Anzahl der Bevölkerung wanderte in die

Städte, und ließ das Ackerland hinter sich. Als ein Resultat davon, begannen die Menschen von Handelsnahrung abhängig zu werden, die hauptsächlich aus Gewinninteressen hergestellt wurde, ohne die menschliche Gesundheit und den menschlichen Geist zu beachten.

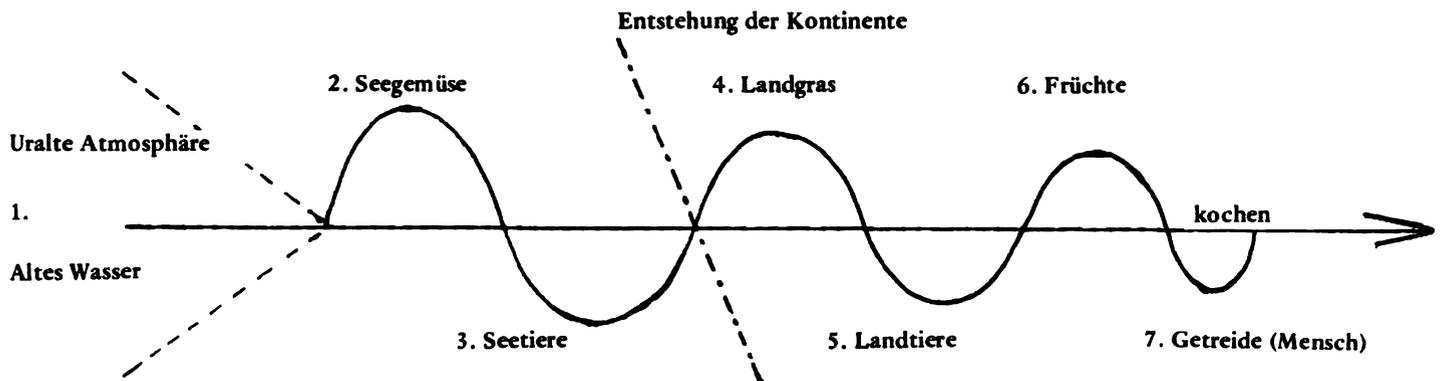
Im vergangenen Jahrhundert, besonders in den letzten fünfzig Jahren hat sich unsere Nahrung sehr verändert. Wir wechselten von Hausmannskost zu fabrikerhertellter Nahrung, von natürlichen Süßstoffen zu industriell raffiniertem Zucker, von Gemüse im eigenen Garten zu künstlich und chemisch behandelten Gemüse, die von weit entfernten Orten kommen. Fleischnahrung, die chemische Konservierungsstoffe enthält, ist weitverbreitet. Diejenigen, die mehr als 30% Fleischnahrung mit ihrer täglichen Nahrung essen, werden unvermeidlich von der gegensätzlichen Nahrung angezogen, sowie vom Zucker, chemisch behandelten Getränken, Zitrusfrüchten, Kaffee und Gewürzen, ohne Beachtung der verschiedenen Klimata, die diese verschiedenen Produkte hervorbringen.

Die Zeit der Ernährungsanarchie ist gekommen. Es ist begleitet von verschiedenen Arten von Medikamenten, Vitaminverbindungen und anderen diätetischen Ergänzungen, weil den Ernährungselementen das Gleichgewicht fehlt. Der Mensch hat seine Achtung vor der Nahrung verloren, und hat auch die Bedeutung der Nahrung vergessen. Er ißt meist, um seinen Sinnesappetit zu befriedigen. Die Familien essen nicht mehr zusammen zu Hause, jedes Mitglied der Gesellschaft ist getrennt, was Trennung und Konflikte unter den Menschen erzeugt.

## Die Grundnahrung des Menschen

Der Mensch hat die Freiheit, das zu essen was er will, weil er frei ist, sein eigenes Schicksal zu wählen. Aber wenn er Mensch sein will im wirklichen Sinne, ein Mensch, der sich in seinem Erden-

## Biologische Geschichte der Nahrung.



leben an Gesundheit und mit hohem Geiste erfreuen kann, dann sollte er der Ordnung des Universums in seiner täglichen Nahrung folgen.

Jedoch sollte er keine festgefahrenen Ernährungsgewohnheiten haben, weil das Universum sich verändert, das Klima wechselt und die täglichen Aktivitäten variieren und alles andere ändert sich ständig. Die allgemeinen Prinzipien sind folgende:

1. Hauptnahrung: Mehr als 50% unserer täglichen Nahrung sollte unbehandeltes Getreide sein, oder frisch gemalenes, unbehandeltes Mehl und Produkte davon, wie Brot, Nudeln etc. Getreide wie Reis, Weizen, Hirse, Gerste, Mais, Hafer und Buchweizen. (Obwohl der letztere botanisch gesehen nicht zum Getreide gehört.)

2. Nebennahrung: 20-25% unserer täglichen Nahrung sollte aus gekochten Gemüsen bestehen, die in der Jahreszeit und der Nähe wachsen. Vorzuziehen sind Gemüse, die nicht chemisch behandelt sind.

3. Ergänzungsnahrung: Der Rest unserer täglichen Nahrung sollte folgendermaßen zusammengestellt sein, gemäß unserer individuellen Bedürfnisse.

a) Bohnen verschiedener Art

b) frisches Gemüse

c) frische oder getrocknete Früchte

d) Samen und Nüsse

e) Seegemüse verschiedener Art

f) Milchprodukte

g) Fisch und Eier gelegentlich

4. Gewürze:

Der Geschmack der Nahrung sollte durch unbehandeltes Seesalz und Gemüseöl betont werden. Der süße Geschmack sollte durch natürliche Quellen erhalten werden, wie Kürbis, Kastanien, Äpfel und andere Saisonfrüchte.

5. Getränke:

Natürliche Kräuter- und Wurzeltees,

Tees aus Teeblättern und Zweigen, die in der gleichen Klimazone wachsen.

### Die Veränderung der Nahrung

Wie zuvor allgemein vorgeschlagen wurde, sollte der Mensch Vollgetreide und Vollmehle mit Gemüsen als seine tägliche Nahrung zu sich nehmen. Da sind jedoch wichtige Faktoren, die die grundlegende Diät beeinflussen, und die in der täglichen Ernährung beachtet werden sollten.

1. Klima: Der Mensch und seine Umgebung sind ein Zusammenhang. Demgemäß sollte der Mensch seine Nahrung innerhalb eines Radius von 800 km auswählen. Wenn keine saubere Qualität in dieser Zone zu erhalten ist, sollte eine Nahrung, die in der gleichen Klimazone gewachsen ist, benutzt werden. Wir sollten unsere Nahrung gemäß der natürlichen Umgebung aussuchen. Wenn jemand in den Tropen lebt, kann er mehr frische Gemüse und Früchte essen, aber er sollte diese Nahrung vermeiden, wenn er in der polaren Gegend wohnt, besonders während der Wintermonate. Der Mensch sollte seine Nahrung auch gemäß der Jahreszeiten verändern. Er sollte nur Produkte essen, die in der Jahreszeit und in seiner Gegend wach-

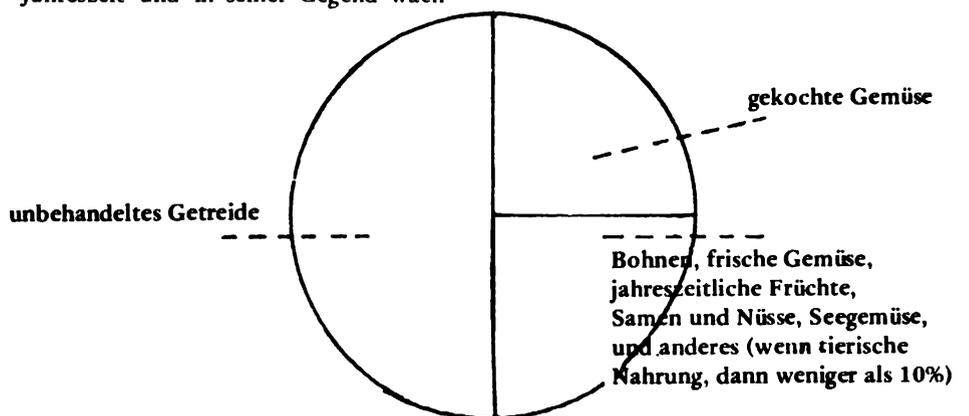
sen; und während der Wintermonate sollte er keine Nahrung zu sich nehmen, die nicht in ihrer natürlichen Lebensform aufbewahrt werden kann.

2. Alter und Geschlecht: Der Mensch geht durch physische und mentale Stadien der Entwicklung und seine Nahrung sollte gemäß seinen Bedürfnissen verändert werden. Ein neugeborenes Kind z.B. sollte kein Salz bekommen, das Erwachsene in verschiedenen Mengen benötigen. Das Kind braucht mehr Protein in seiner Mahlzeit als ein Erwachsener.

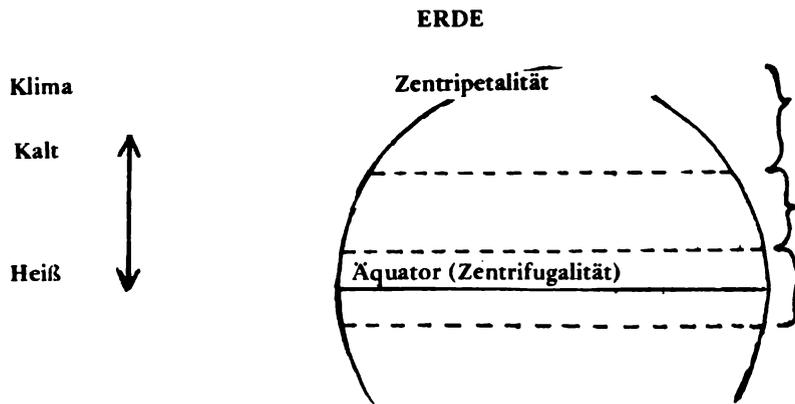
Ein Mann kann mehr Protein zu sich nehmen als eine Frau, die mehr Kohlenhydrate essen kann. Gelegentlich kann ein Mann einige tierische Produkte essen, während es für eine Frau, in den gemäßigten und tropischen Gebieten ratsam ist, keine zu essen.

Das Volumen der Nahrung und die Flüssigkeitseinnahme sollte auch unterschiedlich sein. Ein Frau braucht weniger Nahrung als ein Mann, während ein Kind im Verhältnis zum Erwachsenen mehr Flüssigkeit braucht.

3. Typ und Aktivitäten: Diejenigen, die physisch aktiv sind, brauchen mehr Nahrung als jene, die geistig aktiv sind. Der Künstler braucht eine andere Menge als der Kaufmann, und



der Intellektuelle eine andere als der Arbeiter.



**Polargebiet:** Getreide, Gemüse und tierische Nahrung (mehr Feuer)  
**Gemäßigte Zone:** Getreide, Gemüse, weniger oder keine tierische Nahrung und einige Saisonfrüchte.  
**Tropische Zone:** Getreide, Gemüse, Früchte, keine tierische Nahrung (wenig Feuer)

### Kochen ist die höchste Kunst

Das Kochen der Nahrung ist die höchste aller menschlichen Künste. Es kann Glück und Unglück, Gesundheit und Krankheit, Weisheit und Unwissenheit, Reichtum und Armut, Genialität und Verrücktheit und sogar höheren oder niederen Stand der Menschlichkeit und des Geistes verursachen. Die Person, die fürs Kochen verantwortlich ist, besitzt deshalb die zentrale Stellung in der Gesellschaft, so wie jene, die das Feuer kontrollieren und die Welt regieren. Diese Kunst ist fast ausschließlich in der Hand der Frau, und ihr Verständnis und ihre Sensibilität wird direkt in ihr Kochen übertragen. Als der Meister von Ernährung und Kochen kontrolliert die Frau das menschliche Schicksal.

Die moderne Frau hat unglücklicherweise ihre Überlegenheit als Schöpferin des Lebens vergessen, und hat ihr natürliches Vorrecht als die biologische und psychologische Leiterin der Menschlichkeit aufgegeben. Sie wurde zum reinen Konkurrenten des Mannes, der ihr biologisch unterlegen ist. Dies ist der grundlegendste Fehler der modernen Gesellschaft. Eine Frau, die das Kochen nicht meistern kann, produziert Elend und Unglück in der menschlichen Gesellschaft.

Nahrung sollte als das Wesentlichste des ganzen Universums behandelt werden und als ein Geschenk des höchsten Wesens. Nahrung verändert sich in unser Blut. Blut verändert sich zu unseren Zellen, und Zellen regieren die menschliche Qualität und verändern sich in neues Leben. Diejenigen, die für ihre Familien und die Gesellschaft kochen, erfüllen eine weit größere Aufgabe als die Gründung des römischen Reiches. Die Gründung einer Nation bringt kein Leben hervor.

Der Eintritt der Frau in die Welt des Mannes ist der Anfang der Degeneration der Menschheit, und wenn nicht der Beitrag der Frau zum Leben wiederhergestellt wird, wird es unmöglich sein, für die Menschheit die Weltordnung wiederherzustellen.

(c) Michio Kushi  
 Fortsetzung in Heft 23:  
*Die Harmonie der Nahrung*  
*Das Ziel der Ernährung*

Übersetzung: Gabriele Leinen, Boston

## Hologramm

**Das ganzheitliche Magazin**  
 36 Seiten, Einzelpreis DM 2,50.

Abonnement für 6 Ausgaben DM 15,-

Nr. 21 enthält:

Nahrung für die geistige Entwicklung, von Michio Kushi – Homöopathie, Medizin der Zukunft – Der natürliche Bauer, ein Gespräch mit M. Fukuoka, ein japanischer Bauer, der nicht pflügt, nicht spritzt, nicht sät – Landarbeit ohne Arbeit, von Michio Kushi – Tao als Weg zur Unsterblichkeit – Greenpeace: Rettet die Natur – Der schweigende Lebensrhythmus, von George Leonard, Erkenntnisse über die holographische Struktur der Welt – u.v.a.

Buchbesprechungen über: Zaroni – Baphomet – Sieben Pfeile – Leary: Was will die Frau – Tolkien-Biographie – Handlekunst – Maria Sabina – Handbuch alternativer Heilweisen u.v.m.

Erscheint Sept. 1980

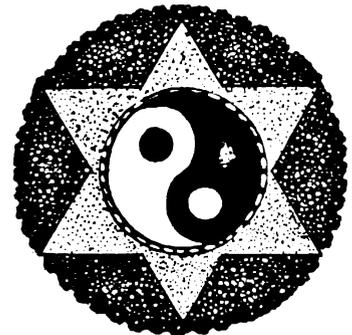
Bei Abonnement-Bestellungen bitte angeben, ab welcher Ausgabe! Hologramm erscheint regelmäßig zwei-dreimonatlich.

Nr. 20 enthält:

Miso, Nahrung für alle? – Der gesunde Markt, die Selbstorganisation der Bioläden – Ökotoxia Jetzt, über ökologischen Städtebau – Lebensgesetzliche Erziehung, von Dr. E.B. Szekely – Ufos, eine psychotronische Manipulation, von Jacques Vallee – Rumis mythische Gesänge – u.v.a.

**Leben: manchmal ist der Mensch auf dem Sattel, manchmal der Sattel auf dem Mensch.**

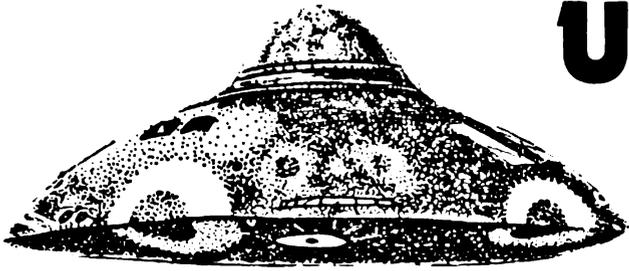
Orientalisches Sprichwort



Unser Buchprogramm umfaßt ausschließlich Literatur über die **GROSSE KUNST DES LEBENS – MAKROBIOTIK** – sowie die der Makrobiotik zugrundeliegenden philosophischen Schriften. Viele davon sind bei uns in Deutschland noch nicht erschienen.

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne unser Informationsmaterial zu!

**Makrobiotik**  
**BUCHVERSAND**  
 Borghof 13  
 4401 Holthausen/Laer



# UFOS

## Wer steckt dahinter ?

von Jaques Vallee

*(Dies ist die Fortsetzung des Buchauszuges aus „Messengers of Deception“, dessen erster Teil in Hologramm Nr.20 veröffentlicht wurde. Auf Wunsch vieler Leser hier die Fortsetzung. Copyright And/Or-Press, Berkeley, Cal., USA. All rights reserved. Abdruck mit freundlicher Genehmigung)*

Die Absurdität vieler Ufo-Geschichten und vieler religiöser Visionen ist kein oberflächlicher logischer Fehler. Sie kann gut der Schlüssel zu ihrer Funktion sein. Major Murphy meint, daß die Verwirrung im Ufo-Geheimnis absichtlich hineingebracht wurde, um bestimmte Ergebnisse zu erzielen. Einer dieser Ergebnisse war, die Wissenschaftler davon abzuhalten, sich ernsthaft damit zu beschäftigen. Das andere ist, die Bedingungen für eine neue Art sozialer Kontrolle zu schaffen, eine Veränderung der menschlichen Wahrnehmung seines Platzes im Universum. Sind seine Theorien fantastisch? Bevor wir zu einer Schlußfolgerung kommen, lassen Sie uns ein paar andere Tatsachen durchgehen. Wir müssen die politischen Verbindungen näher untersuchen.

Paris Flammonde bemerkte in seinem gut-dokumentierten Buch "Age of Flying Saucers", daß „eine große Anzahl der Kontaktpersonen Philosophien verfolgen, die mit totalitären Obertönen gefärbt, wenn nicht sogar vergiftet sind.“

Ein Katalog der Kontaktpersonen-Themen, zusammengetragen aus den Interviews, die ich machte (an anderer Stelle des Buches, Anm. d. Red.), enthält folgendes:

**Intellektueller Verzicht.** Der weitverbreitete Glaube, daß die menschlichen Wesen unfähig sind, ihre eigenen Probleme zu lösen und daß die außerirdische Intervention Voraussetzung dafür ist, uns "trotz uns selbst" zu retten. Die Gefahr einer solchen Philosophie ist, daß sie ihre Anhänger von äußeren Kräften abhängig macht und persönliche Verantwortung entwertet: warum

sollten wir uns um die Probleme um uns herum Sorgen machen, wenn die Götter aus dem All dabei sind, sie zu lösen?

**Rassistische Philosophie.** Die verderbliche Behauptung, daß einige von uns auf der Erde außerirdischer Herkunft sind und deshalb eine "höhere Rasse" bilden. Die Gefahren eines solchen Glaubens sollten für jeden offensichtlich sein, der den Völkermord des zweiten Weltkriegs nicht vergessen hat, der unter der Prämisse durchgeführt wurde, daß einige Rassen irgendwie "reiner" oder besser als andere wären. (Lassen Sie uns hier kurz bemerken, daß Adamskis Venusier, der Fremde von Canigou, der von Bordas gesehen wurde und viele andere vermeintliche Außerirdische alle große arische Typen mit langem blonden Haar waren.)



**Technische Impotenz.** Die Behauptung, daß die Geburt der Zivilisation auf diesem Planeten nicht aus dem Genius und der Fähigkeit der Menschheit hervorging, sondern durch wiederholte Assistenz höherer Wesen erreicht wurde.

Archäologen und Anthropologen sind sich stets der wunderbaren Fähigkeiten bewußt, mit denen die "Alten Ingenieure" (um L. Sprague de Camps Ausdruck zu verwenden) die Werkzeuge der Zivilisation auf allen Kontinenten entwickelten. Keine Heranziehung übermenschlicher Kräfte ist notwendig, um die Er-



rungenschaften der frühen Kulturen zu erklären. Der Glaube der Kontaktpersonen offenbart einen tragischen Mangel an Vertrauen in die menschlichen Fähigkeiten.

(Anm. d. Red.: Die Hypothese möglicher geistig hochentwickelter Erdmenschlichen wird hier nicht behandelt.)

**Soziale Utopien.** Fantastische ökonomische Theorien, einschließlich des Glaubens, daß eine "Weltökonomie" über Nacht geschaffen werden könne und daß die Demokratie zugunsten utopischer Systeme verworfen werden soll, die gewöhnlich diktatorischer Art sind.

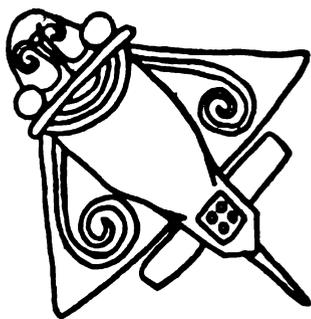
Solche Ideen sind in der einen oder anderen Form in den Aussagen der organisierten Ufo-Kulte enthalten, die hier beschrieben werden und sie müssen im einzelnen noch näher untersucht werden. (Anm. d. Red.: Ausführlich im Buch; für unseren Zweck ist diese Beweisführung nicht so wesentlich.)

### Die Ufo-Organisationen

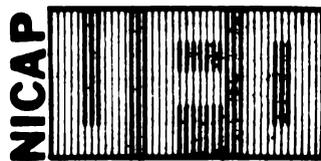
Die meisten Ufo-Organisationen werden von Leuten geführt, die unabhängig und ernsthaft sind. In der zynischen und derben Sprache der Intelligenz (Geheimdienst) spricht man von ihnen

als "nützliche Idioten". Sie glauben an das, was sie tun in einer blinden und mechanischen Art. Was können sie dafür, wenn sie eine Flucht aus der Routine ihrer täglichen Existenz benötigen? Diese ehrlichen Menschen sind von Leuten umgeben, die Verbindungen mit der Welt der Spionage und dem Geheimdienst haben. Ich fand heraus, daß einige der Verbindungen offen und offensichtlich sind: so ist zum Beispiel im Vorstand des NICAP der frühere Präsident des CIA; und es ist auch kein Geheimnis, das CUFOS (Dr. J. Allen Hyneks Zentrum für Ufoforschung) einige "frühere" Agenten zu seinen Mitgliedern zählt. Manchmal ist der Kontakt weniger offensichtlich, doch ist es den Mitgliedern der Organisation bekannt, die es zugeben, wenn sie mit der Tatsache konfrontiert werden. Wenn Sie einen Bericht über einen Ufo-Fall lesen, der von jemanden geschrieben wurde, der als Feldforscher von der Regierung ausgebildet wurde, und zum Vergleich einen Bericht, der in der Ausdrucksform und fehlerhaften Syntax geschrieben wurde, wie es häufig bei durchschnittlichen Ufologen vorkommt, ist der Kontrast ziemlich deutlich. In weiteren Gruppen kann die Verbindung mit solch einer Organisation nur vermutet werden. Doch wir kommen nicht um die Schlußfolgerung herum: alle Ufogruppen werden gut von verschiedenen Diensten überwacht. Warum? Und warum ist die Beziehung zwischen Ufo-Gruppen und okkulten Organisationen so bedeutend?

Mein Freund, der Major, hat eine einfache Antwort. Er meint, daß die "Geister", die Ufo-Gruppen benutzen um Informationen zu bekommen, die nur



am Rande für sie nützlich ist, Information, welche die Gruppenleiter selbst vielleicht nicht als wichtig oder relevant einschätzen. Und sie benutzen okkulte Organisationen, so wie sie diese immer benutzten, seit den Tagen von Dr. John Dee und Jaques Casanova: als Deckmantel für ihre eigenen Ziele. Einige der Aktivitäten der Ufos, die für die zivilen Gruppen keinen Sinn erge-



ben, könnten für einen Geheimdienst-Analytiker äußerst bedeutend sein, der sie mit anderen Daten verknüpfen kann, so wie Infrarot-Satelliten-Aufnahmen von bestimmten Gebieten der Erde oder radioaktiven Messungen. Eine Verbindung mit einer nationalen Ufo-Organisation wird dem Arbeitgeber des Analytikers die Umstände abnehmen, Feldagenten auszubilden und anzustellen, oder es wird ihn mit zusätzlichen Informationen versorgen. In Frankreich wurden einige Ufo-Fälle von fünf Regierungsdiensten untersucht. Der Zeuge des Valensole-Falles mußte sogar der Zollbehörde Fragen beantworten, die dachte, daß das gesehene Objekt ein Helicopter gewesen sei, der am Goldschmuggel beteiligt war. Es gibt noch einen anderen, gut-dokumentierten Grund für die ganze Aufmerksamkeit, welche die zivilen Bewegungen von verschiedensten Geheimdiensten und Behörden erhalten: der soziale Einfluß solcher Gruppen kann für politische Zwecke ausgenutzt werden.

#### Zur Geschichte der Ufo-Bewegung

Die Geschichte der Beziehungen zwischen Kontakt mit fliegenden Untertassen und der Politik geht weit zu den frühen kalifornischen Kontaktpersonen zurück. In jenen Tagen waren viele okkulte Gruppen, die mit machthungrigen Organisationen verbunden waren, extrem aktiv. Kurz nach dem 2. Weltkrieg, als ein Zweig von Aleister

Crowleys O.T.O.\* in Los Angeles blühte, waren zwei der eifrigsten Mitglieder Jack W. Parsons, ein Antriebsingenieur, und L. Ron Hubbard, ein Science-Fiction-Autor. Jack Parsons traf einen Venusier 1946 in der Wüste und wurde dann einer der Gründer der Jet-Antriebslaboratorien und der Aerojet-Gesellschaft.

Eine andere Kontaktperson, Daniel Fry, war ein Aerojet-Angestellter, als er das erste Mal eine fliegende Untertasse sah. Ron Hubbard andererseits begründete Dianetik und später die Scientology-Kirche.

Nach einigen meiner Informanten hatte die Kontaktperson George Adamski Vorkriegsverbindungen mit dem amerikanischen Faschistenführer William Dudley Pelley, der während des Krieges interniert wurde. Eine andere wichtige Kontaktperson, George Hunt Williamson (sein wirklicher Name ist Michel d'Obrenovic) war Mitglied in Pelleys Organisation "Soulcraft" (Seelenkraft) in den frühen fünfziger Jahren. Tatsächlich kann Pelley Williamson in Kontakt mit Adamski gebracht haben. Andere Freunde von Williamson während der großen Zeit der fliegenden Untertassen waren so Kontaktpersonen wie John McCoy und die zwei Stanford-Brüder Ray und Rex.

Die Verbindungen zwischen all diesen Männern, die großen Einfluß auf die Bildung des Ufo-Mythos in den Vereinigten Staaten hatten, sind ziemlich verwickelt. W.D. Pelley, der 1965 starb, war der Leiter der *Silver Shirts*, einer amerikanischen Nazigruppe, die ihre Aktivitäten 1932 begann. Deren Mitgliedschaft überlappte sich stark mit Guy Ballards "I AM"-Bewegung. Pelley neigte dazu, den anderen Faschisten-Gruppen beizutreten um den Kongreßmann Lenke 1936 zu unterstützen, der in Indiana als einziger Kandidat einer "Christlichen Partei" auftrat. Seine Opposition zu Roosevelt nahm zu, bis er wegen Aufruhrs 1942 zu achtzehn Jahren Gefängnis verurteilt wurde. Nach dem Kriege begann er eine okkulte Gruppe, Soulcraft, und publizierte das rassistische Magazin namens *Valor*. Er schrieb 1950 auch das Buch *Star Guests*, eine Zusammenfassung automatischen Schreibens, das an das *Seth-Material* (deutsch im Ariston-Verlag) erinnert.

Man sagt, daß Williamson um 1950 für Pelley im Büro der Soulcraft-Publications in Noblesville, Indiana, arbeitete, bevor er nach Kalifornien zog, wo er Zeuge von Adamskis Wüstenkontakt mit einem Venusier mit langem blonden Haar am 20. Nov. 1952 wurde. Vielleicht kannten sich Adamski und Pelley aufgrund ihres gemeinsamen Interesses

am "I AM"-Kult? Dr. Laughhead, der die Kontakte mit Frau Keech im Mid-est anregte und später Dr. Andrija Puharich auf die Spuren der mythischen "Spectra" brachte, soll auch Verbindungen mit dieser Gruppe gehabt haben.

John McCoy, der zusammen mit Williamson das Buch *UFOs Confidential* schrieb, managte die Essene-Press. Er führte in das Bild die Idee ein, daß eine jüdische Bankier-Verschöpfung mit dem Ufo-Problem zu tun hatte. Die Stanford-Brüder lebten in der gleichen texanischen Stadt wie McCoy (Corpus Christi) und Mitte der fünfziger Jahre stellten sie eine Reihe von Ufo-Kontakt-Bücher her; bei einem war McCoy Koautor. Die Stanford-Bücher "Look Up" erwähnen dankend "all jene, die an der Vorbereitung des Buches halfen und den Leuten auf den anderen Planeten, welche die beschriebenen Kontakte machten." Ray Stanford behauptet, daß er im Dezember 1954 "eine sehr deutliche telepathische Botschaft von den Raummenschen" erhielt. Er schreibt auch: „Der Mensch hat unablässig die Wissenschaft und andere Methoden der Forschung versucht, um bei der Problemlösung von der Wirkung auf die Ursache vorzustoßen. Die Brüder und Meister unseres Planeten erzählen uns aber, daß wir in uns hineinschauen müssen.“

Heute jedoch ist Rex Stanford ein "wissenschaftlicher" Parapsychologe, und Ray, in bemerkenswerter Umkehr seiner früheren Position über die Unzulänglichkeit der Wissenschaft, betreibt eine Ufo-Entdeckungstation mit geschenkter elektronischer Ausrüstung.

Ich finde auch einige interessante Analogien zwischen den Aussagen dieser Kontaktpersonen und jenen von Bob Barry, dem Direktor des "Ufo-Büros für das zwanzigste Jahrhundert." Das Büro ist eine der Gruppen, welche die Organisationen der Fundamentalisten bilden, die von Reverend Carl McIntire geführt werden. (Fundamentalisten sind sehr einflußreiche christliche Organisationen in den USA, mit eigenen Verlagen und TV-Stationen, Anm. d. Red.) Barry behauptete im Juni 1978, daß er drei ausgezeichnete Quellen hätte, eine in der Regierung, und eine andere, die von einer hochempfindlichen Position zurückgetreten war. Diese Quellen behaupteten, daß die Regierung sehr über das Ufo-Problem besorgt sei und 18 Leichname nach Ufo-Zusammenstößen geborgen hätte. Eine interessante Annahme von Mr. Barry ist, daß der Film "Close Encounters" (Unheimliche Begegnungen der dritten Art) Teil eines Regierungsplanes sei, die Bevölkerung zu beeinflussen.

Barry sagte: „Es wird nur eine kleine Weile dauern, bis die Regierungsberater

uns sagen, daß Ufos tatsächlich unter uns sind.

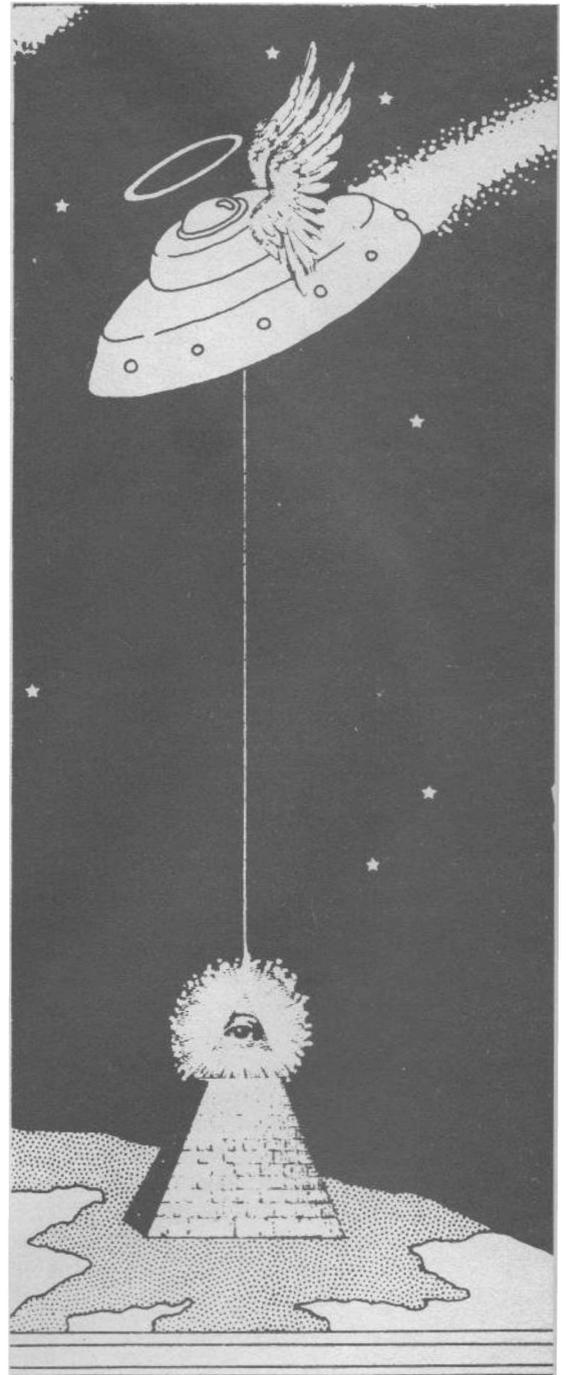
Jeder wartet nun gespannt darauf, daß die Regierung diese langerwartete Information "offenbart", daß niemand mehr die Wirklichkeit der grundlegenden Fakten und die politischen Motivationen, die zu einer Manipulation dieser Fakten führten, anzweifelt. Der Versuch, dem CIA und dem Pentagon etwas anzuhängen wurde nach dem Pressefreiheitsgesetz (über Geheimhaltung) ein nationales Freizeitvergnügen. Alles was bisher klar ist, ist, daß diese Dienste beteiligt sind – oft verdeckt – in bezug auf Aspekte des Ufo-Problems. Ich vermute, daß sie immer noch mitmischen. Doch die Ufo-Enthusiasten, die so daran interessiert sind, die Regierung „bloßzustellen“, haben nicht darüber nachgedacht, daß sie wieder einmal in die Hände der Manipulatoren spielen könnten.

Und die Ufos sind vielleicht überhaupt keine Raumfahrzeuge. . .

(Anm. d. Red.: Nach unseren Informationen durch Fachleute ist es tatsächlich möglich, Geräte zu bauen, die mit Hilfe von Laser oder Mikrowellen Phänomene wie Lichterscheinungen hervorbringen können. Auf dem Gebiet der Niederfrequenzwellen gibt es einige hochinteressante Entwicklungen und es kann durchaus sein, daß militärische Forschungen dahinterstecken. . .

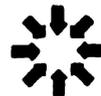
\* O.T.O. ist ein okkultes Orden, von dem es viele Logen und andere Ableger auch in der BRD gibt.

Wir haben auch Informationen, daß verschiedene deutsche Logen mit ehemaligen Nazis oder Neo-Nazis verquickt sind. Diese beteiligen sich auch in der BRD am Ufo-Mythos. Einige dieser Quellen behaupten sogar, daß die deutschen Ingenieure im 2. Weltkrieg fliegende Untertassen entwickelt hätten, die heute noch in der Antarktis stationiert seien und von da aus operieren würden, um die Welt vor der Verschöpfung der jüdischen Großbankiers und des amerikanischen Großkapitals zu retten. – Die Freimaurer haben mit diesen okkult-magischen Logen allerdings nichts zu tun.)



**BÜCHERSERVICE**  
Verlag Bruno Martin  
Postfach 600444, 6 Frankfurt 60

Anzeige



Wir liefern jedes Buch, das in Hologramm besprochen wurde oder das in dieser Richtung liegt. Lieferzeit ca. 1 Woche.

Bitte Vorauszahlung auf unser Postscheckkonto Frankfurt 541251-601 oder Beifügung eines Verrechnungsschecks. Das erleichtert uns die Arbeit.

# Musik

## Keith Jarrett spielt Gurdjieff-Musik

Jetzt kam eine neue Schallplatte mit Musik auf den Markt, die G.I. Gurdjieff zusammen mit Thomas de Hartmann komponiert hat. Gespielt wird diese neue Platte von dem ausgezeichneten Jazzpianisten Keith Jarrett. (G.I. Gurdjieff – Sacred Hymns, ECM 1174, DM 23,-. Zu bestellen über Hologramm-Bücherservice oder im guten Schallplattengeschäft.)

Keith Jarrett hat die sehr schwierige Musik außerordentlich gut eingespielt, und ich sehe im Vergleich mit Th. de Hartmanns früherer Einspielung keinen wesentlichen Unterschied. Was Jarrett zusätzlich einbringt, ist sein persönlicher Piano-Stil und eine hochwertige neue Aufnahme. Die Musik ist sehr meditativ und ruhig. Gurdjieff sagte einmal, seine Musik sei Nahrung für die Gefühle. Wie schon der Titel besagt, ist diese Musik "heilig", das heißt objektive oder ganzheitliche Musik, eine Musik, die nicht von der Stimmung des Komponisten und dem subjektiven Geschmack des Zuhörers abhängt. Gurdjieff sagt an einer Stelle dazu (Views from the Real World, London 1973): „Wir machten ein anderes Experiment. Wir stimmten unsere Musikinstrumente auf eine besondere Weise und kombinierten die Laute so, daß wir bei zufällig Vorüberkommenden, die wir zum Zuhören einluden, die gewünschten Resultate erzielen konnten. Der einzige Unterschied war, daß der eine mehr, und der andere weniger fühlte.“ Dann sagt er weiter: „Du kommst in ein Kloster. Du bist kein religiöser Mensch, doch was dort gespielt und gesungen wird erweckt den Wunsch zu beten in dir. Später wirst du darüber überrascht sein. Diese objektive Kunst basiert auf Gesetzmäßigkeiten, während moderne Musik völlig subjektiv ist. Es ist möglich zu beweisen, woher alles in dieser subjektiven Kunst herkommt.“ Thomas de Hartmann sagt zu dieser Musik: „Gurdjieffs Musik hat eine große Vielfalt. Die Musik, die mich am tiefsten bewegte, war eine, die er in abgelegenen Tempeln während seiner Reisen in Asien gehört hatte. Wenn man dieser Musik

zuhörte, war man bis in die Tiefen seines Wesens berührt.“

Jemand fragte Gurdjieff über die Unterschiede östlicher und westlicher Musik. Gurdjieff: „Im Osten haben sie die gleiche Oktave wie wir – von Do (c) zu Do. Nur teilen wir hier die Oktave in sieben Abschnitte, während sie dort verschiedene Einteilungen machen: in 48, 7, 4, 23, 30. Doch das gleiche Gesetz gilt überall. Von Do bis Do, die gleiche Octave. Jede Note enthält sieben. Je feiner das Ohr, umso größer ist die Anzahl der Teilungen.

In meinem Institut benutzen wir Viertöne, weil die westlichen Instrumente keine kleineren Einteilungen haben. Mit dem Piano muß man einen bestimmten Kompromiß machen, doch Saiteninstrumente erlauben den Gebrauch von Viertönen. Im Osten benutzen sie nicht nur das Viertel, sondern auch das Siebtel eines Tones. Für Fremde scheint die östliche Musik monoton zu sein.... Doch was für sie nur wie eine Note klingt, enthält für die Orientalen eine ganze Melodie. Diese Art der Melodie ist viel schwieriger als unsere.“

Gurdjieff sagt auch, daß die klassische und moderne Musik des Westens rein zufällig entstanden ist, ohne Kenntnis der mathematischen Gesetzmäßigkeiten, die dahinter stehen. Natürlich gibt es Ausnahmen. Wer sich längere Zeit mit meditativer östlicher Musik beschäftigt hat, wird schnell merken, daß es hier große Unterschiede gibt.

Gurdjieffs Musik, die auf das Piano transponiert wurde, scheint sehr einfach zu klingen, doch je länger man sich hineinhört, desto mehr Feinheiten wird man bemerken. Vor allem muß man die Musik zuerst einmal in einem ruhigen, entspannten Zustand auf sich wirken lassen. Peter M. Hamel, der einmal Musik von Gurdjieff auf dem Piano spielte, sagte, daß die Musik außerordentlich schwierig zu spielen ist, weil man zum Teil ganze Octaven überspannen muß um umfangreiche Harmonien zu erzielen. Da die Harmonien und Töne aufeinander abgestimmt sind, klingen sie dann scheinbar wie ein Ton oder ein einfacher Akkord.

Es ist zu hoffen, daß Keith Jarrett noch weitere Platten mit Gurdjieff-Musik einspielt. In diesem Zusammenhang soll noch erwähnt werden, daß wir einen letzten Rest der Doppel-LP



KEITH JARRETT

von Gurdjieff-Musik liefern können. Eine Platte davon sind kleine Piano-Stücke, die andere Platte ist eine historische Aufnahme von Gurdjieffs eigener Handorgelmusik. Da die Platten nur in kleiner Auflage hergestellt wurden, kosten sie zusammen DM 55,-, pro Platte eine Spieldauer von ca. 50 Minuten. Diese Platten werden nicht neu aufgelegt.

Bruno Martin

## Zeitschriften

### Kompost

Immer noch die gründlichste Alternativzeitung. Ausgabe Nr. 32 hat 80 Seiten und kostet 5 Mark. Adresse: Grüne Kraft, 6941 Löhrrbach.

Der Werner Pieper hat immer noch Spaß daran. Und der Kompost existiert schon doppelt so lange wie Hologramm! Die inhaltliche Mischung ist wirklich kompostartig: Über Computer, Lesotho, Paraguay, Rotwang, Bauen und Wohnen, Land und Leben, Schule, die Neuen Nomaden. So viel daß mans selber lesen muß.

Humus (incl. Komost Nr. 31

Über 500000 Buchstaben, DM 8,-, Gleiche Bestelladresse

Pieper wollte unbedingt, daß wir das besprechen. Ist schon erstaunlich: Eine Art Coevolution Quarterly, viel hologrammatischer als Hologramm, weil über Gott und die Welt kreuz und querbeet geredet und geschrieben wird. Enthält eine Verschwörungsgeschichte, etwas über Astropollution (kosmische Verseuchung!), über den Homo Mutantus, und ich glaube, wir sind ein Nebensatz der Natur, etwas über unterdrückte Sexualität der Gefängnisinsassen, über den Mythos der Geisteskrankheit, usw. läßt sich gar nicht alles aufzählen.

Und dann hat mir der Pieper auf der Buchmesse den neuesten Humus (Nr.4) in die Hand gedrückt. Das war eine sehr spaßige Begegnung. Ich kenne ihn

Fortsetzung auf Seite 29

# Bücher

## Buchbesprechungen

**Illustriertes Handbuch alternativer Heilweisen**, Hrsg. v. Ann Hill (Bauer Verlag, 240 S., geb., DM 48,- viele Farbaabbildungen)

Das Buch ist sehr komfortabel aufgemacht und bietet ein umfangreiches Spektrum aller Naturheilverfahren, die es so gibt. Die Beiträge sind knapp gehalten und geben Informationen darüber, was z.B. Hydrotherapie, der Lüschnertest oder Veganismus ist. Es werden Methoden wie Orientalische Diagnose, Bachsche Blumentherapie oder Radionics behandelt. Die einzelnen Kapitel sind im Stile ausführlicher Lexikonartikel gehalten und vermitteln einen Überblick über das jeweilige Fachgebiet. Die Knappheit der Darstellungen läßt den zu kurz kommen, der sich etwas genauer über ein Gebiet informieren will.

Die Herausgeberin hat keine so glückliche Hand bei der Durchsicht der Artikel gehabt. Im Abschnitt "Makrobiotik" sucht man vergeblich den Namen "Michio Kushi". Außerdem sollte man die Adressen von Naturkostläden nicht gleich unter der Rubrik "Makrobiotik" aufführen, nur weil sie in ihrem Namen das Wort führen. Das Adressen- und Bezugsquellenverzeichnis dürfte für ein Buch dieser Preislage etwas ausführlicher und genauer sein. Ein aufgeführter Naturspeiseladen hat schon vor drei Jahren seinen Namen geändert.

Wer sich für spezielle Naturheilverfahren interessiert, der sollte sich dieses Buch in einer ruhigen Minute in der Buchhandlung anschauen und danach das Geld für detailliertere Fachbücher (von denen es auch welche im H.-Bauer-Verlag gibt) ausgeben.

Winfried Günther

**Michel Abeshera**

**Das makrobiotische Kochbuch** (Scherz-Verlag, DM 28,-, mit Farbphotos)

Dieses Buch enthält über 200 sorgfältig zusammengestellte, delikate Rezepte zur makrobiotischen Ernährung. Leider bekommt man einige der Zutaten in der BRD noch nicht oder nur in wenigen Läden. Das Buch ist eine Neuauflage des Buches Zen-Kochkunst, das schon mehrere Auflagen erlebt hat. Durch das Interesse an Makrobiotik hat sich wohl die Vertriebs- und Werbeabteilung des Scherz-Verlags gedacht, sich mit dem Titel daran zu hängen, obwohl sie es garnicht nötig hätte, weil



das Buch ja, wie es die Auflagenhöhe beweist, auch früher schon viel Zuspruch hatte. Das Buch wird ergänzt durch schöne, appetitanregende Farbphotos und eine Liste sämtlicher Naturkostläden in der BRD, der Schweiz und Österreich. Warum fehlen eigentlich die Reformhäuser? Vielleicht wohl, weil es immer noch zu wenige gibt, die makrobiotische Produkte führen.

Bruno Martin

**Gerhard Leibold**

**Falken-Handbuch Heilkräuter – Modernes Lexikon der Pflanzen und Anwendungen** 392 S., 183 Farbphotos, DM 29,80

Dieses Kräuterlexikon enthält angeblich eine Beschreibung aller "wichtiger" Heilkräuter, z.T. mit schöner farbiger Abbildung. Außerdem lexikalisch aufbereitet die Anwendungsmöglichkeiten bei Krankheiten. Von der Ackerwinde bis zur Zwiebel. Doch mir scheint, daß hier nur die Heilmittel genannt werden, die der gewöhnlichen allopathischen Medizin nichts am Zeug flicken. Außerdem rät der Autor immer wieder, wenn es kritisch wird, den Arzt aufzusuchen.

So erklärt er ausführlich die Widrigkeiten und Umstände des Zahnwehs und der Wurzelentzündung, und sagt dann im gleichen Atemzug, daß die lieben Heilkräuter ja höchstens ein bißchen die Schmerzen lindern könnten, aber ansonsten soll man schnell zum Zahnarzt rennen, damit er einem den Zahn flicken oder ziehen kann. So geht es bei vielen anderen Beschreibungen. Es scheint, daß dieses Buch eher eine Werbung für die Chemothera-

pie ist, als für Selbstbehandlung mit natürlichen Methoden. Ich habe meine Wurzelentzündung z.B. mit Schwedenkräutern wegbekommen und kann das jedem weiterempfehlen. Aber nicht dieses Buch.

BM

**Axel Meyer**

**Die Kunst des Backens** (ed. Wandlungen, DM 18,-)

**Eine gute, leicht zu verstehende Anleitung** über das Backen. Sei es nun Brot, Brötchen, Knäckebrötchen, Kuchen etc., alles wird aus Vollkorngetreide hergestellt, ohne chemische Zusätze. Aus-

führliche Beschreibungen über die Zutaten, Bearbeitung des Teiges, Brot ohne Triebmittel, Brot mit Hefe, Sauerteigbrot, Hefe-Sauerteigbrot, Backfermentbrot, Honig-Salz-Brot, Kuchen und Teegebäck. Dieses Buch ist handgeschrieben und mit netten Illustrationen garniert. Das Apfelbrot, das ich ausprobiert habe hat ausgezeichnet geschmeckt.

Magdalena Martin

**Prof. Annemarie Schimmel**

**Mystische Dimensionen des Islam** (Qalandar Verlag, Pb., 560 S., DM 39,-)

Dieses Buch ist eines der ausführlichsten und fundamentalsten Werke über den Sufismus (zumindest den islamischen). Es ist ein wissenschaftliches, gelehrtes Werk, kein Übungsbuch oder eine leicht zugängliche Einführung. Frau Schimmel sagt selbst dazu: "Über den Sufismus oder die islamische Mystik zu schreiben ist fast unmöglich. Beim ersten Schritt erscheint einem eine ausgedehnte Bergkette vor Augen, und je länger man den Pfad verfolgt, desto schwieriger scheint es, überhaupt irgendein Ziel zu erreichen."

Das Buch enthält ausführliche Literatur- und Stichwortverzeichnisse und geht

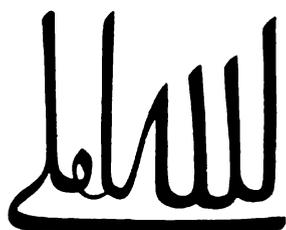
## Zeitschriften

ja schon seit Jahren und bin immer wieder erstaunt, wie der Werner nur so mit Ideen sprüht. Und so ist auch der neueste Humus. Sehr wichtige Artikel über die Genmanipulation, aber auch über alles mögliche, von Leary bis Cannabis. Möge euch die Lektüre Spaß machen, wünscht

Bruno von der Ko-Kurrenz

Dann gibts noch die Freie Nachbarschaft, eine Zeitschrift für die Selbstermächtigen. Pala Verlag, Postf. 51, 6117 Schaffheim. In der letzten Ausgabe war ein Öko-Wettbewerb, bei dem man sogar etwas gewinnen konnte. Doch irgendwie fehlt der Zeitschrift noch das gewisse Etwas, das Tao.

anders als Idries Shaha "Die Sufis" auf alle wichtigen Aspekte und die verschiedensten Lehren und Methoden unterschiedlichster Sufi-Gruppierungen ein. Sie versucht, einige der Hauptlinien des Sufismus vom historischen und phänomenologischen Standpunkt aus zu untersuchen. (Sie selbst hat Erfahrung und Kontakt mit Sufi-Gruppen) Wenn man bedenkt, welche Menge an Literatur, Original- und Sekundärliteratur und auch Handschriften zu berücksichtigen waren, kann man ihre Arbeit nur bewundern. Dieses Buch erfordert sicherlich ein ebensolanges Studium. Interessant ist, daß Annemarie Schimmel selbst die Übersetzung ihres englischen Textes ins Deutsche übernommen hat, d.h. das Deutsche ist ebenso authentisch von ihr. Wenn man den Sufismus stu-



diert, geht es einem so wie den Blinden in Rumis Anekdote, die einen Elefanten betasten und ihn dann entsprechend dem Körperteil beschreiben, den sie berühren: als Thron, als Fächer, als Wasserpfeife; aber niemand konnte sich vorstellen, daß es ein Elefant war. ..

Bruno Martin

#### Ursula Mangoldt

**Erkenne dich selbst im Bild deiner Hand** (Walter Verlag, DM 48,-, geb. Großformat, 360 Seiten)

Dr. Ursula von Mangoldt gilt als führende Expertin auf dem Gebiet der Handlesekunst, der Cheirologie. Sie hat zahlreiche Bücher zu diesem Thema geschrieben, doch das vorliegende kann mit gutem Recht als ihr Grundlagenwerk angesehen werden. Mit guten Abbildungen werden alle wichtigen Handlinien, Kombinationen und Abweichungen psychologisch-philosophisch gedeutet. Man fragt sich, wie die Autorin so ausführlich darüber schreiben und die einzelnen Linien interpretieren kann. Doch die Handlesekunst ist eine Erfahrungswissenschaft, die auf eine lange Geschichte zurückblicken kann. Wie jeder Teil des Körpers enthält die Hand sozusagen holographisch die Information des ganzen Menschen, seinen körperlichen wie seelischen Ausdruck. So wie die DO-IN-Übungen oder die Akupunktur und verwandten Therapien die verschiedenen Körperpunkte behandeln, die durch Druck oder Stich wieder die Energieströme ins Gleichge-

wicht bringen können, so kann das Gesicht oder die Hand wie ein Buch gelesen werden. Besser als durch astrologische Berechnungen kann man unmittelbar (nach ausreichendem Studium und viel Erfahrung natürlich) aus seiner Hand seinen gegenwärtigen Zustand, Zukunftsentwicklungen und die Vergangenheit herauslesen. Das kann dem Einzelnen helfen, Korrekturen in seinem Leben vorzunehmen. Ich bedaure immer wieder, daß ich so wenig Zeit habe, mich ausführlich mit all diesen Informationen zu beschäftigen – doch die Aktion ist wohl im Leben noch entscheidender als das Studium. . .

Bruno Martin

#### Worte der Glückseligen Mutter

**Anandamayi Ma**  
(Mangalam Verlag, DM 34,-)

Anandamayi Ma ist jetzt 84 Jahre alt und wird von vielen Indern heute als göttlich inspiriert verehrt. Dieses Buch ist das erste in deutscher Sprache, das ihre Lehren und Gespräche aufzeichnet. Außerdem ist dem Buch eine ausführliche Biographie vorangestellt. Ihre Lehren unterscheiden sich kaum von

anderen indischen Lehren, doch kann man sagen, daß sie für den empfänglichen Suchenden nach Gott eine immerwährende Quelle des Rats darstellen, besonders, weil man als Leser das Gefühl hat, hier spricht jemand von Dingen, die sie selbst erfahren hat.

"Diese Welt kann einer Trommel mit nur einem Spieler verglichen werden. Die Rhythmen, die sie von sich gibt, hängen von Seinem Willen ab."

#### Peter Matthiesen

**Auf der Spur des Schneeleoparden**  
(Scherz-Verlag, DM 29,80, 320 S.)

Als Peter Matthiesen zusammen mit seinem Freund George Schaller ins Hochland an der tibetischen Grenze aufbricht, liegt ein 400 km langer Fußmarsch unter extremsten Bedingungen vor ihnen. Äußerer Anlaß des Abenteuers ist die Hoffnung, einen der letzten Schneeleoparden, die seltenste und schönste Großkatzenart zu finden. Sie machen Station in einem Lamakloster, in dessen Umkreis der Schneeleopard noch lebt, weil der Klostervorsteher die Jagd auf ihn verboten hat. Durch die Erfahrungen in der Bergwelt und dem Kontakt mit den Lamas macht Matthiesen Erfahrungen, die ihn in höhere geistige Bereiche bringen. Er erzählt außer den abenteuerlichen Umständen viel über die Lehren der Mönche, die ihm helfen, über Schwierigkeiten seines Lebensabschnittes hinwegzukommen und ihn in das Wesen des lamaistischen Buddhismus eindringen lassen. Das Buch wurde in den USA sogar ein Bestseller. Es ist

## Bücher

packend geschrieben und auch für Leute lesenswert, die sich noch nicht mit der lamaistischen Mystik beschäftigt haben. BM

#### Das Arbeitsbuch zum I Ging

**R.L. Wing**  
(Diederichs Verlag, DM 26,-)

**Dieses Arbeitsbuch** ist eine recht brauchbare Ergänzung zu Wilhelms I Ging-Übersetzung. Denn das Letztere ist in einer Sprache geschrieben, die man nicht so ohne weiteres auf die heutigen Lebensumstände übertragen kann. Mit kurzen Merksätzen und Raum für Notizen kann man eine Art Dialog mit dem I Ging, dem alten chinesischen Orakel führen. Es erläutert auch, wie man und welche Fragen man stellen muß, um eine brauchbare Antwort zu erhalten. Wir haben festgestellt, daß die Antworten durchaus auf unsere Lebenssituation übertragbar sind. Durch das Abzählen der Schafgarbenstengel (andere tun es auch) kommt man in eine meditative Entspannung und nimmt dadurch Kontakt mit einer Zeitdimension der Synchronizität, der Gleichzeitigkeit, auf. Das erklärt wohl auch die Richtigkeit der Antworten.

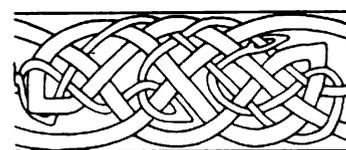


#### Chögyam Trungpa

**Mudra**  
(Zero-Verlag, DM 12,-)

**Trungpa war Abt** der Surmang-Klöster in Tibet. Er ist Gründer des Naropa-Instituts in Boulder und vertritt eine moderne buddhistische Linie.

Mudra ist eine Auswahl von Gesängen und spontanen Gedichten, die er seit 1959 in Tibetisch und Englisch niedergeschrieben hat. Ferner enthält das Buch eine Darstellung der Neun Yanas des Buddhismus, eine Auslegung der Bilder vom Ochs und Hirten und weitere Texte. BM



# Bücher

**T.H. White**

**Das Buch Merlin**  
(Diederichs Verlag, DM 29,80)

Die Geschichte beginnt damit, daß König Artus, alt und müde, in seinem Zelt bei Salisbury sitzt, in Erwartung der letzten Schlacht. Merlin, der Lehrer seiner Jugendzeit kommt und gibt ihm eine letzte Lehrstunde. Der König wird in eine Dachshöhle hineingezaubert; Dachs, Eule, Igel, der ganze Rat der Tiere erörtert, wie man Kriege abschaffen kann. Arthur wird in einen Ameisenhaufen versetzt, später in eine Wildgans verwandelt. Ihm gehen ungeheure Dinge auf.

In dunkler Vorahnung an den Schauplatz der morgigen Schlacht zurückgekehrt, bittet der den Pagen Malory, nicht an ihr teilzunehmen, sondern seine Geschichte zu hören.

Das Buch ist auf eine interessante, distanzierte Weise verfaßt, so daß selbst der Autor im Text auftaucht und kritisch unter die Lupe Merlins genommen wird. T.H. White ist einer



der bedeutendsten Autoren von sogenannten 'Fantasy-Geschichten', also modernen Märchen. Diese Romanform hat zweifellos gegenüber anderen Literaturformen den Vorzug, daß jedes Thema ohne Beschränkung und ohne Rücksicht auf Zeit-Raum-Dimensionen behandelt werden kann. **BM**

**Dörfer wachsen in der Stadt**  
(Zero-Verlag, DM 24,-)

Eine der Ideen und Ausgangspunkte dieses Buches ist in der Initiative der unter der programmatischen Bezeichnung "Morgenland" in einem gewachsenen Hamburger Stadtteil vor zwei Jahren sich etablierten Galerie und Werkstatt zu sehen.

Über die Möglichkeiten, die Gleichgesinnten, Suchenden zu Gesprächen, Anregungen und zum Austausch privater Utopien hier geboten wurden,

erwartete man ein Zusammenwirken und -leben, welches die charakteristischen Merkmale einer unverfälschten dörflichen Gemeinschaft in die unwirtliche Realität der Stadt versetzen sollte. Wieweit diese ersten zaghaften Versuche langanhaltende Frucht tragen werden, gilt es zunächst einmal abzuwarten. Denn auch über die entstehenden Schwierigkeiten schweigt sich dieses Buch nicht aus.

Gedanken und Ratschläge, wie die konkreten Probleme in der Versorgung mit Nahrungs- und Konsummittel einer größeren Anzahl von Menschen, die das "Dorf" in der Stadt bilden sollen, sind ebenso zu finden, wie die Hinweise auf deutlicher sichtbar werdende Zeichen der zunehmenden Entfremdung der Stadtbewohner voneinander, welche nicht zuletzt vom Fetisch des permanenten Wachstums in all seinen Erscheinungsformen geprägt wird.

Das Buch beschreibt in anschaulicher Weise, mit welchen Methoden alternativer Landbau betrieben werden kann, und man fragt sich unwillkürlich, warum diese natürlichen biologischen Vorgänge durch die Verfahren der modernen Landwirtschaft außer acht gelassen werden.

Erfahrungsberichte, auch über gescheiterte Versuche aus dem als unbefriedigend erachteten städtischen Leben auszubrechen, bieten hinreichend Gelegenheit, Schwierigkeiten bei eigenen Initiativen frühzeitig zu erkennen und Mut zum Weitermachen schöpfen.

Somit sind reichliche Anregungen zum selbst Tätigwerden zu finden, zumindest werden neue Gedankenprozesse in Gang gesetzt.

Anschriften und Kontaktadressen am Ende der verschiedenen Berichte erleichtern den Schritt über das Lesen und Diskutieren der eigenen als unbefriedigend erkannten Situation hinaus um selbst aktiv zu werden.

Wolfgang Grytz

**Trotz Alledem**

**Verschenkttexte von Kristiane Allert-Wybranietz** (Amp-Verlag, DM 12,-)

Dieses nette Büchlein enthält persönliche und zeitkritische Texte und Gedichte. Ich fühle mich leider nicht kompetent, Lyrik zu beurteilen, weil gerade diese Literaturform sehr persönlich und subjektiv ist. Doch finde ich für manchen diese Gedichte bestimmt für wertvoll. Hier einige Beispiele: "Vor der Dunkelheit

habe ich Angst  
Ich fürchte die Nacht  
Ich fürchte die Dunkelheit  
in euren Herzen  
Ich hoffe auf den Morgen  
wenn die Sonne aufgeht  
am Horizont.

Ich kämpfe für den Tag,  
an dem die Sonne aufgeht  
und Liebe einzieht  
in alle Herzen."

Oder ein anderes:  
"Es gibt Stunden, Tage,  
da stehst du dir  
selbst im Weg  
wie eine Schranke.  
Doch du gehst nicht beiseite,  
nicht einen Schritt,  
um dich durchzulassen,  
weil du nicht siehst,  
daß du selbst  
die Schranke bist,  
die dir Einhalt gebietet.  
Zu häufig suchen wir  
woanders  
nach den Wegsperrern."

**Vorgesehene Besprechungen im nächsten Heft:**

Lothar Schreiner, Michael Mildenerger (Hrsg.): Christus und die Gurus, Information und Orientierung (Kreuz-Verlag)

Bhagwan Shree Rajneesh

Mit Wurzeln und mit Flügeln

Zen-Geschichten (Lotos-Verlag)

Sukie Colegrave: Yin und Yang (Scherz-Verlag)

Tarthang Tulku

Selbstheilung durch Entspannung (Scherz-Verlag)

Reshad Feild: Das Siegel des Derwischs (Diederichs Verlag, DM 22,-)

Eva K. Dargyay/Ulrich Gruber

Ladakh, Innenansicht eines Landes (Diederichs Verlag, DM 36,-)

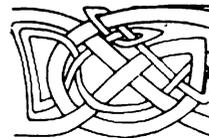
Frank Waters

Das Buch der Hopi (Diederichs Verlag, DM 39,80)

Jeffrey Hopkins

Tantra in Tibet

(Diederichs, DM 19,80)





**SIFAT**

Zeitschrift über die SUFI-Botschaft von  
Hazrat Inayat Khan

erschient vierteljährlich  
Abonnementspreis 14,- DM/SFr  
Anfragen und Bestellungen an:  
Karima Sen Gupta, Bleimattweg 18,  
CH-4104 Oberwil

# REZEPTE GEGEN HUSTEN

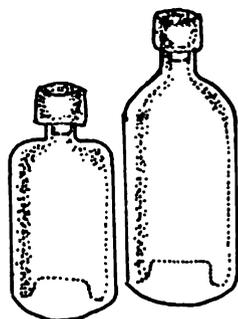
Winfried Günther

Winfried Günther hat ein neues Buch geschrieben: *Graswurzelküche – Rezepte und Rezepturen, alles für die Alchemisten der Küche*. Im folgenden bringen wir einen Auszug mit Heilrezepten gegen Husten, unter dem sicher viele jetzt im Herbst zu leiden haben. . .



## Hustensirups

Im Herbst und Frühjahr sind besonders der Hals und die Nase anfällig für Krankheiten. Nasses, kühles Wetter geht einher mit dem Kribbeln in der Nase und dem Kratzen im Hals. Es dauert nicht lange und Schnupfen und Husten sind da. Welche Erleichterung bringt da ein Hustensirup oder Hustenbonbon, wenn man sie zur Hand hat. Um solchen Gelegenheiten vorzubeugen, lohnt es sich, rechtzeitig einen Vorrat herzustellen. (Viele der in Apotheken käuflichen Hustenmittel enthalten Codein — ein Opiat.) Hustensirups sind schleimlösend und schmerzlindernd. Ihre desinfizierende Wirkung bekämpft Bakterien. Da sie geschluckt werden, gelangen sie in den Magen und nehmen durch den Verdauungsprozeß direkten Einfluß auf den ganzen Körper. Je nach Art der verwandten Kräuter gibt es mehr oder weniger bittere, leicht stimulierende oder stark schleimlösende Hustensirups.



## Holunderbeerensirup gegen Fieber

Ein gutes Fiebertmittel für das ganze Jahr ist Holunderbeerensirup, den man im Herbst (so Ende September) aus den frischen Holunderbeeren herstellt. Die reifen Dolden (fast alle Beeren sollten tiefschwarz sein) werden entsaftet. Das geht am einfachsten mit einem Dampfentsafter. In Ermangelung eines solchen nimmt man die Beeren und kocht sie in etwas Wasser, dazu muß man jedoch (Im Gegensatz zum Entsaften mit dem Dampfentsafter) die Beeren gut von den Stengeln streifen. Hat man die Beeren weichgekocht, preßt man sie durch ein Tuch, so daß der Saft herausläuft. Der Saft wird mit etwas Ingwer und Nelken (fein gemahlen) gewürzt und 1/2 Stunde lang auf kleiner Flamme ohne Deckel etwas dickgekocht. Mit Honig (3 - 4 Eßlöffel pro Liter Saft) süßen und den noch heißen Sirup in saubere Flaschen füllen und sofort verschließen.

Im Falle eines Fiebers kann man die folgende Mischung geben. 1 Teil Wasser, 1 Teil Holunderbeerensirup werden erhitzt und möglichst heiß getrunken. Man kann auch pro Tasse heißen Kuzus (s.a. Kuzu und Mebosi) zwei Teelöffel Holunderbeerensirup dazugeben.



## Zitronensirup

15 g Fenchel  
15 g Thymian  
15 g Beinwellblätter  
15 g Hagebuttenschalen  
15 g Zitronenschale (ungespritzt)  
1 l Wasser  
6 Eßlöffel Honig  
Saft von zwei Zitronen

Das Wasser zum Kochen bringen und über die Kräuter gießen. 30 Minuten lang in einem Gefäß zugedeckt ziehen lassen. Die Kräuter absieben und die Flüssigkeit so lange



auf kleiner Flamme heiß halten, bis sie auf 1/2 - 1/3 des ursprünglichen Volumens reduziert ist. Da kein Zucker verwendet wird, wird die Flüssigkeit nicht viel dicker werden, als sie vorher schon war. Den Saft vom Feuer nehmen und den Honig und den Zitronensaft hinzufügen. Möglichst ganz heiß in kleine dunkle Flaschen abfüllen. Das Verdunsten sollte bei möglichst niedriger Temperatur geschehen.

## Hustensaft

Diesen Hustensaft kann man das ganze Jahr über herstellen, da er aus getrockneten Kräutern zubereitet wird. Kommt jedoch im Frühjahr oder Herbst ein Husten, ist es besser, wenn man sich schon einen Vorrat angelegt hat.

10 g Ulmenrinde  
6 g Andorn  
5 g Königskerzenblüten  
5 g Spitzwegerich  
500 ccm Wasser  
Saft einer Zitrone  
4 Eßlöffel Honig

Das Wasser wird zum Kochen gebracht. Dann gibt man die Kräuter dazu und läßt sie einige Minuten ziehen (nicht mehr kochen). Das Wasser wird durch ein Teesieb gegossen und es kommen noch der Zitronensaft und der Honig dazu. Die Flüssigkeit wird noch einmal kurz aufgekocht und sofort in saubere Flaschen gefüllt und verschlossen. Leider muß man hier den Honig kochen, wodurch er einen Teil seiner Heilkraft einbüßt, aber sonst ist es nicht möglich, den Saft in Flaschen zu füllen, um ihn längere Zeit aufzubewahren. Bereitet man den Hustensaft frisch zu, für den sofortigen Gebrauch, dann läßt man das Wasser abkühlen, bis es gerade noch warm genug ist, um den Honig darin zu lösen. Den Zitronensaft kann man dann in die schon erkaltete Flüssigkeit geben. Soll der Saft für Kinder sein, kann es passieren, daß sie den sehr strengen Andorngeschmack nicht mögen. Dann gibt man nur die Hälfte der angegebenen Menge Andorn ins Wasser und nimmt stattdessen ein paar Huflattichblätter. Man kann auch den Saft mit etwas mehr Honig süßen.

# HANDWERK

## Carla Needleman

„Handwerk ist mehr als ein Buch: Es ist ein Begleiter für die Reise zum eigenen Beruf – jedem Beruf.“ (New Age)

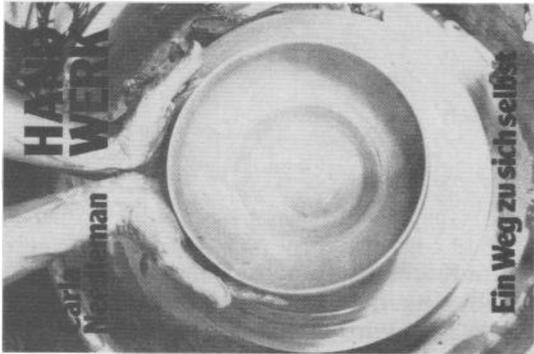
„Handwerk verspricht eine klassische Untersuchung eines bislang wenig bekannten Gebietes zu werden.“ (Brain-Mind-Bulletin)

„Eine tapfere, frei-fließende Meditation.“ (Book Reviews)

„Handwerk sollte von jedem wiederholt gelesen werden, der ein Handwerk oder eine Kunst lehrt; doch darüber hinaus sollte es mit tiefem Genuß von einem weit größeren Publikum gelesen werden, genauso, wie Tausende Bücher über Zen-Sport kaufen, weil sie in der nächsten Woche mit Jogging anfangen wollen.“ (Philadelphia Inquirer)

Das Buch ist kein Übungshandbuch oder ein Buch über den Handwerker; es untersucht das Wesen der Handwerkskunst selbst und zeigt, daß das grundlegende Material mit dem jede Person arbeitet, sie selbst ist. Der Werkstoff in ihrer Hand, der Ton, das Holz, die Wolle, sie alle spiegeln die Qualität ihrer Aufmerksamkeit wider, und die Objekte, die eine Frau oder ein Mann herstellen sind beim genauen Hinsehen die Nebenprodukte ihrer Erfahrung.

Denn das Buch beschäftigt sich mit dem fordernden aller Handwerke: der Umwandlung der menschlichen Psyche



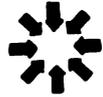
Ein Weg zu sich selbst

Auf einer Ebene ist es ein Buch über das Töpfern, das Weben, das Holzschnitzen. Auf einer anderen Ebene – absichtlich und ausdrucksstark – über den Mißerfolg im Erfolg und den Erfolg, der scheinbaren Mißlingen liegt. Es ist eine Studie des Risikos, des Muts, der Feigheit, der Verwirklichung einer künstlerischen Vision, der Tradition und des Fortschritts, über all die Fallen eines faulen oder auch ehrgeizigen Selbstbetätigungsdranges.

Kann die Technik eines Handwerks den ganzen Menschen bilden? Wo liegt die Toleranzschwelle des Materials, wo des Menschen? Wird sich jemand durch ein Handwerk verändern?

Carla Needleman behandelt das Thema auf eine gut-beobachtende und intelligente Weise, es ist ein äußerst ehrlicher Versuch, die Funktion der menschlichen Psyche zu beobachten.

144 Seiten, DM 16,90



## Verborgene Aspekte im Leben

Dieses Buch beschreibt Erfahrungen aus erster Hand. Warum müssen gute Menschen oft leiden? Warum können negative Gefühle andere Menschen beeinflussen? Was hat es mit dem Pendeln auf sich? Warum kann man den Gesetzen der Astrologie entkommen? Mit welchen Kräften können Yogis den Regen anhalten oder hundert Jahre im Bewußtseinszustand des Samadhi leben, ohne Nahrung zu sich zu nehmen? Können wir als Tiere wiedergeboren werden? Welche Kraft haben Mantrien? Und viele weitere Fragen beantwortet dieses Buch schlüssig und ohne umständliche, pseudo-wissenschaftliche Argumentation. Wer nach Büchern wie Rolling Thunder oder Castaneda tiefer in die unsichtbare Welt eindringen will, findet hier wichtiges Material.

Erscheint im September

144 Seiten, DM 18,-



Viele Dinge im Leben sind nur so lange unerklärlich, bis man hinter ihre Oberfläche geschaut hat. Das Yoga der Erkenntnis bietet den Schlüssel zu einem Verständnis vieler Geheimnisse des Lebens.

Winfried Günther

## Graswurzelküche

Erscheint Mitte November

ca. 160 Seiten, DM 16,80

Die Alchemisten der Küche finden in diesem Buch allerlei Rezepte zum einfachen Leben, Kräuterezepte und Tinkturen, Weinherstellung aus Beeren, Obst und Blüten, Liköre, Badzusätze, Öle für Massage und Heilung, Wundermittel, Liebesmittel, magische Mittel, Umschläge, Herstellung von Salben, Seifen und anderen Dingen des täglichen Bedarfs, Mittel für Kinder, für die Schönheit, makrobiotische Heilmittel, Rezepte für und gegen Tiere und viele andere ungewöhnliche Dinge. Nicht zuletzt enthält das Buch Kochrezepte, die billig, einfach, schmackhaft und gesund sind.

Das ganze Buch ist durchgehend mit

Ungewöhnliche Rezepte und Rezepturen



Winfried Günther präsentiert ein neues Buch in der Reihe 'Überlebensbücher'. Rezepte für alle Lebensumstände, für



## Verlag Bruno Martin