

Hologramm

D 21569 F

Nr. 25 Mai '81

DM 2,50

**UNORTHODOXE
MEDIZIN**

**Krebsheilung mit
Makrobiotik
FASTEN und KLARHEIT
Der Yoga des Heilens
HEILUNG DURCH DEN GEIST**



notizen am wege

interview
mit R.A.M. DASS

Impressum

Hologramm erscheint im Verlag Bruno Martin, Saalburgstr. 4, 6 Frankfurt 30. Tel.: 0611/451827
Redaktion: Magdalena und Bruno Martin (verantwortlich).

Druck: Fuldäer Verlagsanstalt, Fulda
(c) Samtliche Rechte der im Hologramm erschienenen Artikel liegen beim Verlag. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlags. Alle Rechte vorbehalten. Das gilt auch für alternative Verlage.

Beilagen:

Diesem Hologramm liegen Prospekte folgender Firmen bei: Hirthermann Verlag München, Verlag Bruno Martin, Frankfurt, und Unity of Man, Landshut und Ahorn Verlag, Soyen

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 Postcheckkonto Frankfurt 541251-601 Das gilt auch für Buchbestellungen.

Bezugsbedingungen bei Buchbestellungen: Wir bitten um Vorauszahlung auf unser PSkto Frankfurt 541251-601 oder legt einfach einen Verrechnungsscheck der Bestellung bei. Bei Bestellungen unter DM 30.- bitte Porto, ca. 1.-



Liebe Leserinnen und Leser,
mit dem Mai kommt auch ein neues Hologramm, dieses Mal mit dem Thema Heilung mit Geist und Intelligenz. Denn geistige oder "paranormale" Kräfte haben, wie wir inzwischen wissen und das Heft beschreibt, nicht nur Einfluß auf die Entstehung einer Krankheit sondern auch auf die Heilung.

Man könnte einwenden, wir beschäftigen uns zuviel mit Krankheit und zuwenig mit Gesundheit, weil wir nach ca. 1 Jahr schon wieder das Thema Heilung haben. Doch tatsächlich liegt das Thema Heilung am Kern des Verstehens unseres Daseins. Alle großen spirituellen Lehrer waren oft auch zugleich großartige Heiler. Heute stellt sich die Situation so dar, daß an die 90% der Bevölkerung an irgendeiner leichteren oder schweren Krankheit leiden; im Jahr sterben zum Beispiel 50000 Personen an Krebs, mehr als durch Autounfälle, und eine Mehrzahl erkrankt daran. Aber auch andere Krankheiten greifen um sich. Selbst wenn wir noch jung sind, werden wir krank, entweder haben wir gerade eine Erkältung, die wir nicht gut und schnell wegschlagen, sind schwerer erkrankt oder haben irgendein krankes Familienmitglied. Ich glaube, daß wir ständig mit Krankheit und auch Tod konfrontiert sind: die Beschäftigung damit ist also nicht müßig, kein bloßer Zeitvertreib, sondern ein essentieller Bestandteil unseres Lebens, sofern wir das überhaupt bewußt wahrnehmen. Auch die Gesellschaft ist krank, die Ökologie, das Bewußtsein. Ganzheitliche Heilung der Gesellschaft fängt in unserem Sinne deshalb auch beim einzelnen an, bei der Veränderung seines Bewußtseins, bei der Wiederherstellung seiner Gesundheit — oder Ganzheit. Diese körperliche oder geistige Gesundheit ist auch der Ausgangspunkt für verändertes Verhalten, für eine andere Wahrnehmung der Welt (die der Einbruch der schamanistischen Heilungen und Methoden verstärkte, wie im Artikel von Lyall Watson), und langfristig für eine echte Verbesserung der allgemeinen Strukturen des Zusammenlebens, der Politik, der Institutionen. Manche spirituelle Lehrer sagen, daß die einzige Hoffnung für die Veränderung des menschlichen Verhaltens darin liegt, daß der Mensch immer mit dem Tod vor Augen im Hier und Jetzt lebt — so Ram Dass, so Gurdjieff, so Castaneda und viele andere. Zu diesem Thema sagt uns Ram Dass einiges in

seinem Interview. Wir hatten außerdem Gelegenheit, in Frankfurt Jonathan Eugene Boyd kennenzulernen, der zwar kein "professioneller" Heiler ist, aber sehr viel Erfahrung mit Geistheilung hat. Wir glauben auf jeden Fall, daß Skeptiker eines Tages ebenso wie wir zur Überzeugung kommen, daß die moderne technologische Medizin nicht die letzte Antwort auf die Krankheit besitzt. Das geschah dem Mediziner Dr. Sattilaro am eigenen Leibe.

Jeden, der das Heft und die Themen für wichtig hält, bitten wir mitzuhelfen, dieses Hologramm so weit wie möglich zu verbreiten, in Heilpraxen auszulegen, an Eltern und andere Bekannte weiterzugeben; es könnte für viele Menschen eine echte Hilfe zur Heilung sein. Ich finde, daß die Bewußtseinsrevolution schnell vor sich gehen muß, da die Gefahren in der Welt sehr groß sind. Ein Friedensinstinkt, das eine "Weltgefahrener" hat sagt, daß der Zeiger in diesem Jahr von sieben Minuten vor zwölf auf 4 Minuten vor zwölf vorgeückt sei. Wie dem auch sei, es scheint sehr wichtig zu sein, bei jeder Gelegenheit positive Gedanken in die Welt zu projizieren. Negativität und Angst schaffen der Entwicklung einer besseren Welt. Auch bei Protesten und Demonstrationen sollten die Teilnehmer innerlich positive Gefühle haben — das war der Erfolg der Aktionen Gandhi. Die Sonne lacht mir gerade ins Zimmer und ich wünsche euch Sonne im Herzen. Alles Liebe von Bruno Martin

HINWEIS

Das nächste HOLOGRAMM (Nr.26) erscheint erst Mitte September, nicht Mitte Juli. Bitte beachten!! Bitte keine Beschwerdebriefe schicken, falls jemand meint, er sei vergessen worden!

Das Thema dieses Heftes ist voraussichtlich: die Magie moderner Technologie und wie man sich davor schützt. (oder: Technologie entmystifiziert. . .)

Wer eine Idee dazu hat, soll uns bitte schreiben.

Hinweis zur Abozahlung:

Bitte beachten: Wenn das Abo abgelaufen ist, legen wir im letzten bezahlten Heft entweder eine Zahlkarte bei oder machen einen roten Kreis auf dem Adreßaufkleber auf dem Couvert. Bei Verlängerungswunsch bitte neu einbezahlen! Sonst kommt kein Heft mehr.

Thema

Ein Arzt heilt sich mit Makrobiotik von Krebs 4
von Tom Monte

Dr. Sattilaro war schwer erkrankt. Nach drei Operationen kam er mit der Makrobiotik in Kontakt, die er 15 Monate streng anwandte. Seine Arztkollegen untersuchten ihn und fanden keinen Krebs mehr. Die dramatische Geschichte seiner Heilung.

Fasten und Klarheit 8
von Joachim Vierегge

Der Autor beschreibt Fasten als ein Prozeß und Hilfsmittel zum Erwachen. Psychische und körperliche Heilung können mit richtigem Fasten bewirkt werden. Ein Erfahrungsbericht.

Heilung durch den Geist 15
Ein Gespräch mit Jonothan Eugene Boyd

In diesem Gespräch wird die Heilkraft des Glaubens und des positiven Denkens ins Bewußtsein des Lesers gebracht. Nach Meinung von Jonothan liegt die eigentliche Krankheitsursache in unserer Lebenseinstellung, also im geistigen Bereich und kann nur von da geheilt werden.



Herausforderung an die moderne Medizin 19

von Lyall Watson
Der Biologe Watson erlebte ungewöhnliche und unorthodoxe Heilmethoden auf den Philippinen und in Brasilien. Mit dem nüchternen Blick des Wissenschaftlers versucht er die Phänomene zu verstehen.

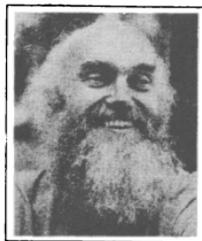
Der Yoga der Heilung 12
von John Blofeld

Taoismus und Buddhismus kennen Meditationen, die imstande sind, mit geistigen Kräften Heilung zu bewirken. Hier werden praktische Methoden zur Selbstheilung, Heilung anderer und in der Gruppe beschrieben.

Spezial

Notizen am Wege 25

Ein Interview mit Ram Dass
Ram Dass ist ein bekannter westlicher Lehrer und Autor. In diesem Gespräch werden viele Themen von allgemeinem Interesse behandelt wie die Veränderung unserer Lebenseinstellung und der Gesellschaft, aber auch Themen wie Sterben, Sterbehilfe und Heilwunder.



Ram Dass

aktuell 2
buchbesprechungen 31
networking 23

ALTERNATIVER NOBELPREIS

Der Gründer der 'Farm', Stephen Gaskin, und der ägyptische Architekt Hassan Fathy wurden als diesjährige Preisträger des alternativen Nobelpreises gewählt. Der Preis ist mit 50.000 US-Dollar dotiert und wurde von dem früheren schwedischen Briefmarkenhändler Jacob von Uexküll begründet. Der "Preis für richtige Lebensweise" (so könnte man es übersetzen) soll dazu dienen, einzelne oder Gemeinschaften zu ehren, die beispielhaft Wege zum verantwortlichen und ökologischen Arbeiten und Leben beschreiben. Uexküll glaubt, daß der traditionelle Nobelpreis zum größtenteil für die heutigen Probleme irrelevant ist. "Tatsächlich", so meint er, "werden notwendige Lösungen oft im traditionellen Wissen gefunden, das leider langsam in Vergessenheit gerät." Die Farm wurde für ihre Hilfsorganisation 'Plenty' geehrt und wegen ihres einfachen Lebensstils. Fathy arbeitete über fünfzig Jahre in Entwicklungsländern um Bautechniken zu verbessern; er ist auch der Begründer eines tunesischen Internationalen Instituts für Mittlere Technologie. (EWJ)



Stephen Gaskin

PERMANENTE ÖLPEST AUF DEN OZEANEN

Auch ohne Tankerunfälle verenden mehr als hunderttausend Seevögel jährlich am Öl. Trotz internationaler Verträge zum Schutze der Gewässer wird nach wie vor ölhaltiges Wasser, das bei der Reinigung von Tankern anfällt, ebenso ins Meer abgelassen wie öliges Ballastwasser oder Bilgenöl. Im Jahr werden nach Informationen aus dem Bundesinnenministerium wahrscheinlich 655 Millionen Tonnen Öl auf den Wasserstraßen der Nordsee befördert; etwa 23000 Tonnen fließen ins Wasser. Aus den Ölfeldern gelangen jährlich 2800 Tonnen ins Meer. Auf allen Weltmeeren gehen nach einer Shell-Information insgesamt ca. 600.000 und mehr verloren. Diese Zahl ist geschätzt. Das sichtbare Verenden der Vögel ist nur ein Teil des Schadens. Besonders die Fische und die Meeresfauna sind betroffen. Das Öl löst sich selten auf und schwimmt auf den Ozeanen und beschädigt so die allgemeine Ökologie (neben anderen schädigenden Einflüssen, z.B. durch Chemikalien).

(Hologramm/FAZ/dpa)



GESUNDE MARGARINE

Es ist noch nicht sehr bekannt, daß die meisten Margarinen, die man im Supermarkt erwerben kann, kaum naturrein sind, auch wenn sie diesen Eindruck erwecken. Oft werden künstliche (chemische) Härter zugesetzt, werden sie in ihrer natürlichen Zusammensetzung verändert ("umgeestert") und werden mit komplizierten technologischen Verfahren bearbeitet. Dr. Anemüller, ein Ernährungsphysiologe wies jetzt darauf hin, daß bei der neuesten Reformhausmargarine die zu ihrer Herstellung verwendeten Fettrohstoffe weder chemisch gehärtet (hydriert) noch umgeestert seien — eine Garantie dafür, daß die Fettsäuren und Fettmoleküle in ihrer ursprünglichen Beschaffenheit belassen sind. Diese Margarine wird außerdem nur aus festem Palmkernfett und naturblassenen Kaltpreßölen hergestellt, und diätetisch optimales Mengenverhältnis von hochungesättigten Fettsäuren und gesättigten besteht.

Es sollte allerdings klar sein, daß jede größere Fettmenge den Organismus belastet, auch auch Margarine. Naturbelassene Margarine kann aber selbstverständlich besser verdaut werden als chemisch behandelte (z.B. mit sogenannten Transfettsäuren).

(neuform-kurier/Hologramm)

PROJEKT BIOLOGISCHE LANDWIRTSCHAFT IN INDIEN

Der Punjab im Norden Indiens ist für den gesamten Staat von lebenswichtiger Bedeutung: er versorgt fast ganz Indien mit Gemüse und Getreide.

Seit 25 Jahren (seit der großen Hungerskatastrophe 1955) wird dieses Land extrem ausgebeutet und durch die chemische Industrie bald völlig ruiniert: Bei bis zu vier Ernten im Jahr werden dem Boden immer krassere Mengen von chemischen Giften zugefügt. Die Produktion kann jedoch kaum aufrechterhalten werden. Um Konkurrenzfähig zu bleiben, und als Folge der Propaganda der chemischen Industrie verwenden die Bauern immer mehr Chemikalien, die ihre finanziellen Kräfte übersteigen. Sie leben am Rande des finanziellen Ruins und sind völlig abhängig von den Interessen der Konzerne (meist deutsche).

Um eine baldige Katastrophe zu verhindern, deren Folgen auf Generationen hinaus für den indischen Kontinent abgeschätzt werden kann (wie in Europa und den USA verbotene Chemikalien werden hier noch eingesetzt) und um der Welt ein Beispiel zu geben, wollen nun einige Deutsche und Österreicher in Zusammenarbeit mit der indischen Regierung ein Programm ausarbeiten, das es den Bauern erlaubt, wieder zur naturgemäßen Anbauweise zurückzukehren.

Da das Projekt im Planungsstadium ist, benötigt es Hilfe von Leuten, die Literatur über biologischen Anbau verfaßt haben, von Leuten mit praktischer Erfahrung im biologischen Landbau und alle zur Verfügung stehende Literatur (möglichst in englischer Sprache). Die Experten, die dort hingehen, sollten allerdings fähig sein, vorläufig von ihren eigenen Ersparnissen zu leben und auch bereit sein gewissen Unbequemlichkeiten auf sich zu nehmen. (Indien ist allerdings viel billiger als die BRD).

Wenn ein solches Team besteht, ist es möglich, von der indischen Regierung Unterstützung zum Aufbau von Muster- und Schulungsfarmen zu erhalten. Ein zweites Problem in Indien ist die Abhängigkeit von weit entfernten Stromquellen — stundenlange Stromausfälle sind die Regel. Daher erstreckt sich das Projekt auch auf Sonnenenergie (im Punjab gibt es mind. 9 Monate direkte Sonneneinstrahlung), und Windenergie. Diese Projekte können zugleich mit dem biologischen Anbau verknüpft werden. Das Projekt geht von privater Initiative aus. Kontaktadresse: Alexander, "The Punjab Project" c/o Unity of Man, Dr. Harbhaja Singh, 361 Mall Road, Amritsar-Punjab, Indien

STEUERINITIATIVE GEGEN MILITÄRRÜSTUNG

Diese gibt es zwar in der Bundesrep. auch noch nicht, doch in England war eine Frau erfolgreich. Einer selbständigen britischen Buchbinderin wurde das Recht zugesprochen, 40% ihrer Einkommenssteuer künftig dem Entwicklungshilfeministerium zukommen zu lassen. Jennie Aste sagt, daß die Steuerverweigerung die einzige Möglichkeit sei, moralischen Widerstand gegen Rüstung und Krieg zu leisten. "Natürlich wird das auf den Umfang des Verteidigungshaushaltes keinen Einfluß haben," betonte sie, "doch wenn sich viele Leute auf die Sondervollmachten der Steuerbehörde berufen, könnten daraus weitreichende Konsequenzen ergeben."

Auch in den USA gibt es inzwischen eine Initiative gegen die Verwendung von Steuern für das Militär. Die Schwierigkeit besteht nur darin – so wird zugegeben – daß nur Selbständige Steuern zurückbehalten könnten, während Arbeitnehmer ja automatisch Steuern abgezogen bekämen. Die einzige Möglichkeit für diese ist, nur noch so viel Geld zu verdienen, daß keine Steuern mehr bezahlt werden müßten, d.h. durch Halbtagsjobs, durch unbedeutende freie Arbeit usw. Nach unserem Wissen gibt es in der BRD noch keine Steuerweigerungsinitiative. Es müßte deshalb erst einmal geklärt werden, welche rechtlichen Grundlagen legal ausgeschöpft werden können. Denn es steht sicher nirgendwo, daß der Staat die Steuern willkürlich verwenden darf – denn das Parlament steht unter der Kontrolle des Volkes. Man müßte hier genügend Medien gewinnen, die auf die politische Möglichkeit der Beeinflussung der Ausgaben der Steuern hinweisen. Wir hätten ja nichts gegen Steuern, wenn sie vernünftig verwendet würden. ...

(FR, New Age, Hologramm)

BAUBIOLOGIE UND ZEMENT

Der Bundesverband der Baubiologie muß sich inzwischen gegen Vorwürfe der Zementindustrie zur Wehr setzen, eine baubiologische Bauweise sei Scharlatanerie. In einem Buch des Geschäftsführers der Zementindustrie, Danielewski, "Baubiologie zwischen Anspruch und Wirklichkeit" führt dieser aus, die biologische Bauweise führe zu einem Barackenklima(!), nur weil die Leute keinen Beton mehr wollen.

(BBP/Hologramm)



„Das dritte Geheimnis“

Mit seiner Flugzeugentführung wollte der ehemalige Trappistenmönch Laurence James Downey, der am Samstag die irische Boeing mit mehr als hundert Menschen an Bord acht Stunden lang in seiner Gewalt hatte, eigenen Angaben zufolge die Enthüllung des „dritten Geheimnisses von Fatima“ durch den Vatikan erzwingen.

Er bezog sich damit auf Berichte, nach denen im Jahr 1917 im portugiesischen Fatima drei Kindern die Gottesmutter sechs mal erschienen sein soll. Eines dieser Kinder, die damals zehnjährige Lucia dos Santos, ist heute Nonne in einem Karmeliterinnen-Kloster in der Nähe von Coimbra in Portugal. Sie hat 1942 einen dreiteiligen Bericht über die Marienerscheinungen verfaßt, der dem Papst übergeben wurde.

Zwei Teile dieses Berichtes sind veröffentlicht worden. Der erste schilderte eine Vision der Hölle. Im zweiten wurde prophezeit, daß am Himmel ein seltsames Licht erschienen und vor Krieg, Hungersnot und einer Kirchenverfolgung warnten werde. Fatima-Gläubige geben an, daß die seltsame Lichterscheinung am 25. Januar 1938 in Europa aufgetreten sei und daß sich die damit verknüpfte Prophezeitung durch den Ausbruch des Zweiten Weltkrieges erfüllt habe. In der Darstellung der Nonne Lucia dos Santos wurde ferner vorausgesagt, daß die Sowjetunion in aller Welt Kriege auslösen werde und daß verschiedene Länder zerstört würden, wenn die Sowjetunion nicht zum Christentum finde.

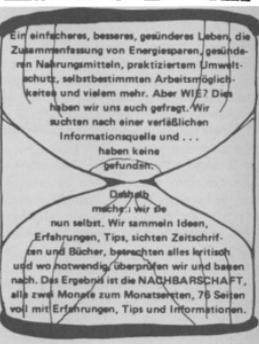
Dem Vernehmen nach soll die heute 74jährige Nonne Lucia darum gebeten haben, daß das „dritte Geheimnis von Fatima“ frühestens 1960 oder aber erst nach ihrem Tod veröffentlicht werde. Das Jahr 1960 verging, ohne daß der dritte Berichtsteil publik gemacht wurde. 1967 teilte ein Kurienkardinal mit, Papst Paul VI. sei zu dem Schluß gelangt, daß für eine Enthüllung des Geheimnisses die Zeit noch nicht reif sei. (AP)

Buchbesprechung

Raphael Keppel
Die Folgen der Entführung
(300 S., DM 20,-, Volkerverlag)

Über die Entführung mit Vorbereitung, genauen Tathergang, die übrigen Forderungen, der Dialog mit Wischnewski, die Haftzeit und die Verhandlung schreibt der Autor hier aus seiner subjektiven Sicht. Eine Dokumentation voller Hintergrundmaterial und Spannung, weil es als dokumentarischer Roman geschrieben wurde. (Zur Erinnerung: Keppel hatte im Sept. 79 eine Lufthansa-Boeing in seine Gewalt gebracht, aus humanitären Gründen)

DIE UMWELT – zerstört!
RESSOURCEN – verbraucht!
GESUNDHEIT – dahin!
EIN BESSERES LEBEN –
WIE BITTE?



Schickt mir bitte ein kostenloses Probexemplar der NACHBARSCHAFT an die unten angegebene Adresse. Wenn ich Euch innerhalb von 10 Tagen nicht benachrichtige, bekomme ich die NACHBARSCHAFT für ein Jahr zum Abonnementpreis von 20 DM. Dazu als Willkommen das Buch „Überbetrachtungen 2“.

VORNAME, NAME

STRASSE, NR.

PLZ, WOHNSORT

DATUM

UNTERSCHRIFT

Einmischen an
pala-verlag, pf 51, 6117 schaeffheim

Krebsheilung mit Makrobiotik

Von Tom Monte

Ein Arzt heit sich mit der Makrobiotik von Krebs

Am 25. September 1979, kurz vor 9 Uhr morgens, kam der Präsident des Methodist Hospitals in Philadelphia in sein Büro, zog sich einen seiner schon häufig getragenen Strahlenschutzanzüge an und betete zu Gott, daß der Krebs weg sein möge. Dann begab er sich schnell zur Röntgenabteilung.

15 Monate vor diesem Septembermorgen hatten die Ärzte herausgefunden, daß der Körper des 48-jährigen Dr. Anthony Sattilaro von unheilbaren Tumoren zerfressen war. Der Krebs hatte sich bis zum Schädel, der rechten Schulter, den Rippen, dem Brustbein, der Wirbelsäule und der Prostata ausgebreitet. Die Prognose lautete, daß er noch ungefähr 18 Monate zu leben hatte.

Jetzt, als er an diesem Herbsttag den Röntgenraum betrat, betete Sattilaro so inbrünstig wie ein Heiliger, obwohl er doch ganz im Geheimen optimistisch war. Er begrüßte jeden der Anwesenden und sah den Ärzten zu, wie sie ein radioaktives Kontrastmittel in seine Venen spritzten; dann wartete man, bis dieses in die Knochen eingedrungen war, um die Knochenuntersuchungen vorzunehmen. Die Stunden später wurde er von einem Gerät – ähnlich einem Geigerzähler – abgetastet, das die angesammelte Kontrastflüssigkeit im Körper und damit die sich dort befindlichen Krebszellen aufzeichnet. Alle Ergebnisse waren normal. Weitere Tests, einschließlich Röntgenaufnahmen, bestätigten das Ergebnis: Sattilaro war gesund. Es war kein Krebs mehr in seinem Körper.

Die Ärzte im Methodist Hospital waren verblüfft. Sattilaro hatte sich selbst behandelt, nicht mit konventionellen medizinischen Verfahren, sondern durch eine andere Ernährungs- und Lebensweise. Seit fünfzehn Monaten hatte Sattilaro makrobiotisch gelebt.



Die Auswirkungen von Sattilaros Genesung sind bis heute noch im Methodist Hospital spürbar. Mehrere Ärzte und andere Angestellte haben schon ihre Ernährungsweise geändert. Seine Sekretärin, Mari Ginniro und andere Angestellte leben jetzt makrobiotisch. Aber am offensichtlichsten ist wohl die Tatsache, daß durch seine Genesung eine wichtige Neubewertung über die Rolle der Ernährung bei der Behandlung von Krankheiten vorgenommen wurde.

Der Vizepräsident des Methodist Hospitals, Dr. John Giacobbo: „Die meisten Leute hier im Hospital waren überzeugt, daß Dr. Sattilaro sterben müsse. Die Überlebensquote (bis zu 5 Jahren) bei dieser Art von Krankheit ist gleich Null. Und jetzt ist er völlig geheilt und ich bin verblüfft. Ich glaube, es lag an der Ernährung.“

Dr. Sattilaro wuchs in Highland Park, New Jersey, auf und besuchte die Rutgers University im nahegelegenen New Brunswick, wo er 1953 graduierte. 1957 graduierte er am Hannemann Medical College, ging danach als Anästhesist zum Hartford Hospital und diente dann bis 1963 in der Air Force. Bevor er Ende 1977 den Posten als

Oberarzt im Methodisten-Krankenhaus übernahm, hatte er die Harvard Business School und die School of Public Health besucht. Sattilaro, ein Junggeselle, war während der letzten 14 Jahre im Methodisten-Krankenhaus angestellt.

Wenn man Dr. Sattilaro heute anschaut, kann man kaum glauben, daß sich dieser Mann vor nur etwa 3 Jahren drei entkräftenden Operationen unterziehen mußte und man ihm nur wenig Hoffnung gelassen hatte, mehr als ein paar Monate zu überleben. Er sieht heute total fit aus. Seine 145 Pfund sind gleichmäßig auf seinen schlanken, 1,70m großen Körper verteilt und sein schwarzes Haar zeigt ein paar graue Stellen. Er ist gebräunt und seine Augen haben

Sein Körper war von unheilbaren Tumoren zerfressen; der Krebs hatte sich bis zum Schädel, der rechten Schulter, den Rippen, dem Brustbein, der Wirbelsäule und der Prostata ausgebreitet. Die Prognose lautete, daß er noch ungefähr 18 Monate zu leben hatte. Und dann änderte er seine Ernährung.

das Leuchten eines Menschen mit klarem Verstand und Vitalität. Erst kürzlich haben ihm seine Kollegen gesagt, daß man ihn unter vierzig einschätzen könnte.

Die Geschichte von Sattilaros Kampf und schließlich Sieg über die in Amerika am meisten gefürchtete Krankheit beginnt Ende Mai im Jahre 1978, zu einem Zeitpunkt, als es ironischerweise so schien, als würden seine Sterne ihren Höchststand erreichen. Er war seit ungefähr sechs Monaten Oberarzt und seine erste größere Krankenhausinspektion stand bevor, welche er erfolgreich bestehen würde. Alles war in Ordnung, er hatte sich entschieden und der Zeitpunkt schien günstig, sich einer medizinischen Untersuchung zu unterziehen.

Nachdem die Untersuchungen abgeschlossen waren, rief ihn der Röntgenspezialist an und sagte ihm, daß seine Untersuchungsergebnisse eine Abnormalität aufwiesen. Seine Röntgenaufnahmen zeigten einen großen Tumor in der linken Körperhälfte. Am nächsten Tag, Donnerstag, den 1. Juni 1978, machten die Ärzte eine Knochenuntersuchung. Das Ergebnis sah schlecht aus. Es bestand eine „Infiltration (von Krebs) im Schädel, in der rechten Schulter, dem Rückgrat, wahrscheinlich im Brustbein und ein riesiger Tumor in der linken sechsten Rippe“, sagte Sattilaro. Es zeigte sich auch, daß der Krebs die Unterleibsregion befallen hatte; die Ärzte waren nicht sicher, ob es die Prostata oder die Hoden oder vielleicht beides war.

Der folgende Tag, ein Freitag, war ein heller Frühlingstag, ein Tag, an dem die Leute ihr Mittagsmahl ausfallen lassen, um in der Sonne spazierenzugehen und am Abend nach Hause zu eilen, um sich im Garten nützlich zu machen. Ein Künstler stellte seine Arbeit im Rittenhouse Square aus: eine kleine grüne Stelle inmitten der hohen Apartmenthäuser in der City von Philadelphia, dort, wo Sattilaro seine Wohnung hatte. Als er durch die Kunstausstellung ging, sah Sattilaro ein Werk, das er gerne kaufen wollte. Plötzlich sagte jedoch seine innere Stimme zu ihm: „Warum machst du das? Du stirbst; es ist verückt, noch irgendetwas zu kaufen.“ Er ging wieder fort und versuchte, seine Gefühle unter Kontrolle zu bekommen.

Am folgenden Montag lieferte er sich selbst im Krankenhaus ein und am Dienstag entfernten Chirurgen seine rechte Hode; sie machen auch eine

rektale Biopsie der Prostata, hier wird eine Nadel durch den Darm in die Prostata drüse geschoben und etwas Gewebe entfernt. Durch diese Untersuchung entwickelte sich eine Infektion. („Aus Versehen natürlich, aber als Arzt mußte ich es bekommen.“) Die Infektion brachte hohes Fieber mit sich und jede sofortige Operation war jetzt ausgeschlossen. Zwischenzeitlich kamen die Labortests der Prostata drüse zurück: die Prostata war vom Krebs zerfressen.

Er sollte am 12. Juni 1978 wieder in den OP-Raum kommen; aber dieser Tag fiel auf Sattilaros 48. Geburtstag und deswegen verschoben die Chirurgen die Operation auf den folgenden Tag. Die Mitarbeiter gaben eine Party für ihn in seinem Zimmer; an diesem Tag versuchte er trotz allem glücklich auszusehen. „Ich wußte, daß der folgende Tag wahrscheinlich ein schlechter Tag sein würde“, sagte er.

Am nächsten Tag stachen die Chirurgen eine Nadel in den Tumor in seiner Brust und nahmen eine Thoracotomie vor, öffneten die Brust und entfernten die Rippe. Diese Rippe wurde ins Labor geschickt und die Tests ergaben, daß sie voll Krebs war. Sattilaro sagte, daß die Chirurgen feststellten, daß der Krebs sich auch auf andere Körperteile ausgebreitet hatte und sich entschlossen, auch die zweite Hode zu entfernen. Diese Operation fand in der darauffolgenden Woche statt. Es war die dritte Operation in wenigen Wochen.

Währenddessen lag Dr. Sattilaros Vater in Long Beach Island, New Jersey, im Sterben: er hatte auch Krebs. Der Vater war im vergangenen November operiert worden und im Januar hatte er einen Schlaganfall, der durch Gehirnkrebs ausgelöst worden war.

Im Juni 1978 ging es mit Sattilaros Vater bergab. Und aufgrund der schlimmen Situation, in der sich der Vater befand, sagte Sattilaro seinen Eltern nichts über seinen eigenen Zustand. Anstatt dessen sagt er ihnen, daß er im Juni an Gesprächen in Chicago teilnehmen werde und sie danach besuchen wollte. Er instruierte seine Mitarbeiterin das gleiche zu sagen, falls seine Eltern anrufen sollten.

Ende Juni wurde er aus dem Methodist-Hospital entlassen und er sah aus wie ein Mensch, der drei Operationen innerhalb von drei Wochen über sich ergehen lassen mußte: er sah verheerend aus. „Ungefähr eineinhalb Wochen später wurde ich aus dem Krankenhaus entlassen. Ich entsinne mich, daß ich verückt, ein wenig braun zu werden, weil ich soviel Gewicht verloren hatte und

ich doch zu meinem Vater wollte“, erinnert er sich. Als er schließlich seine Eltern besuchte, trug er ein Hemd mit großen Querstreifen, um etwas kräftiger auszusehen. Die Maskerade aber erübrigte sich; sein Vater war in einem „fürchterlichen Zustand“ und seine Mutter über diesen Zustand so niedergedrückt, daß sie nicht erkannte, daß ihr Sohn auch im Sterben war.

Durch das Entfernen von Sattilaros Hoden – und demzufolge der männlichen Hormone, Testosterone, hatten die Ärzte geglaubt, daß sich die Krebsausbreitung verzögern werde. Nach sechswöchiger Wartezeit war klar, daß sich sein Zustand nicht verbessert hatte und daß die Behandlung fortgesetzt werden mußte. Seine Ärzte verschrieben ihm hohe Dosen weiblicher Hormone, Östrogene; das Östrogen bewirkte Juckreiz, Übelkeit, Erbrechen und Flüssigkeitsansammlung im Körper. Innerhalb weniger Wochen erhöhte sich sein Gewicht auf 170 Pfund. Und nicht genug; die Operationen bewirkten fortwährend Schmerzen, gegen die er von den Ärzten Mittel aus Morphin und Kokain täglich einnahm. Die Ärzte diskutierten eine Kobaltbehandlung für seinen Rücken. „Ich wollte keine weiteren Medikamente einnehmen“, sagte Dr. Sattilaro.

Anfang August wurde Sattilaros Vater in das Methodist Hospital eingeliefert und am 7. August starb er. Am 9. August 78 beerdigte er seinen Vater und dies war der Tag, an dem Sattilaro seine Rückreise aus dem Todesland antrat.

Die Familie beerdigte den Vater in Highland Park, Sattilaros Heimatstadt. Nach der Beerdigung stieg er in sein Mietauto und fuhr über die New Jersey-Autobahn nach Philadelphia. Deprimiert und erschöpft von den Schmerzen tat er plötzlich etwas, was eigentlich total untypisch für ihn war: er nahm zwei Anhalter mit.

Sean Mclean und Bill Bochbracher, beide Mitte Zwanzig und Makrobioten, waren auf dem Weg nach Charlotte, North Carolina. Bochbracher stieg in den Wagen auf den Rücksitz und schlief ein; Mclean saß vorne mit Sattilaro. Es lag nahe, daß der Arzt von der Beerdigung seines Vaters berichtete und daß er selbst an Krebs erkrankt sei. Sattilaro sagt heute, daß Mcleans Antwort ihm das Leben gerettet habe. Dieser antwortete: „Sie müssen nicht sterben; Krebs ist doch nicht so schwer zu heilen.“

Sattilaro muß heute lachen, wenn er an seine Antwort auf Mcleans Aussage

denkt. "Ich schaute ihn an", sagt der Arzt, "und dachte, was das doch für ein albernere Bub sei. Hier war ich, Arzt seit 20 Jahren. Ich wußte, daß Krebs schwer heilbar ist und daß wir die Lösungen nicht besaßen.

McLean sagte, daß bei Änderung der Essensgewohnheiten der unheilbare Zustand umgekehrt werden könne. Dann drängte er Sattilaro, an der Philadelphia East-West-Foundation, damals noch im Essene Natural Food Store in der South Street, anzuhalten. McLean wollte Sattilaro einigen anderen Makrobioten vorstellen, die dem Arzt vielleicht helfen könnten. Sattilaro kauft ein Brot und ging wieder, ohne mit jemandem gesprochen zu haben.

Ungefähr eine Woche später erhielt Sattilaro mit einer Nachgebühr von 67 cents ein Päckchen. Es war von McLean und enthielt ein Buch mit dem Titel: "A Macrobiotic Approach to Cancer" (Eine makrobiotische Krebsbehandlung). Der Doktor bezahlte die Postgebühr und mit Schmerzen auf seiner Couch liegend, begann er, einige der Erfahrungsberichte im Buch zu lesen.

"Ich habe eigentlich die Nase gerümpft", erinnert er sich. "Ich war mit der Wissenschaftlich groß geworden, mit der wissenschaftlichen Methode; du weißt, es gibt angeblich alle möglichen Heilmethoden, aber du schenkt ihnen kaum Aufmerksamkeit."

Er wollte das Buch gerade in den Papierkorb werfen, als er auf den Erfahrungsbericht einer Ärztin aus Philadelphia stieß, die ihre erfolgreiche makrobiotische Behandlung von Brustkrebs beschrieb.

Nachdem er in dem Ärzteverzeichnis nachgeschaut und ihre Authentizität ermittelt hatte, rief Sattilaro sie in ihrem Haus an. Der Ehemann der Frau antwortet und nachdem er den Grund für den Anruf erläutert hatte, fragte er nach dessen Ehefrau.

"Sie liegt im Krankenhaus im Sterben", antwortete der Ehemann.

"Nun, damit haben Sie meine Frage beantwortet", sagte Sattilaro, "Makrobiotik ist nicht der richtige Weg."

"Oh, ganz im Gegenteil!", antwortete der Ehemann. "Während sie ihre Diät einhielt, ging es ihr gut."

Sattilaro fragt dann, ob man die Makrobiotik mal untersuchen solle. "Unbedingte", war die Antwort. Der nächste Anruf galt Denny Waxmann, dem Direktor der East-West-Foundation in Philadelphia.

Es war am 24. August 1978 als Sattilaro Waxmann besuchte und damit ein Leben anfang, das sich von dem bisherigen

sehr unterschied.

Die beiden diskutierten die Angelegenheit und Waxmann untersuchte den Doktor. Sattilaro trug ein kleines Akupunkturgerät am Rücken, um die Schmerzen zu mildern, die trotz der schweren Medikamente unerträglich geworden waren. Waxmann sagte später, daß Sattilaro vor lauter Schmerzen nur schwer reden konnte. Trotzdem redete er in einfachen Worten, erinnert sich Waxmann, und für einen Mann seines Berufs und Status schien er überraschend frei von Vorurteilen. Waxmann sagte beim ersten Treffen, daß er sicher sei, Sattilaro könne geheilt werden.

Waxmann empfahl Sattilaro die "grundlegende makrobiotische Nahrung" zu sich zu nehmen und hinsichtlich seines besonderen Zustands, Öl, Mehlprodukte, Früchte, Fisch und jegliche Fleischprodukte wegzulassen. Dann sagte er ihm, wo er Kochunterricht und Anweisungen für die Makrobiotik bekommen konnte.

"Zum Teufel!", sagte Sattilaro zu sich selbst, als er Waxmanns Wohnung verließ. "Ich habe nichts zu verlieren; ich muß sowieso sterben, also versuche ich es."

(Die grundlegende makrobiotische Diät besteht aus ca. 50% gekochtem Getreide, bis zu 30% heimischem Gemüse, 15% Bohnen und Meeressalg, und dem Rest Suppen (z.B. Miso), Gewürzen, Früchten und Nüssen.) Normalerweise aß Sattilaro im Restaurant und tat sich schwer mit dem Kochen. Nachdem ihm eines Tages der Dampfkoctopf ins Gesicht flog, akzeptierte er Waxmanns Einladung, seine Mahlzeiten in dessen Wohnung einzunehmen.

Im engen Kontakt mit Sattilaro konnte Waxmann dessen Besserung beobachten, die er später als "rapide" bezeichnete.

"Innerhalb von 10 Tagen oder zwei Wochen", sagte Sattilaro, "waren die Schmerzen fast verschwunden." Er setzte die Medikamente ganz ab, nahm aber noch Östrogene ein.

Trotzdem er sich wohler fühlte, war Sattilaro immer noch unglücklich. "Als ich in Denny's Wohnung ankam," sagte er, "dachte ich, daß ich noch niemals eine solche Ansammlung von merkwürdigen Menschen gesehen habe. Sie saßen alle am Boden, wollten mit Stäbchen essen, begannen mit einem Gebet und ich dachte mir, daß das Ganze ein totaler Unfug sei."

Aber er hatte keine Schmerzen mehr. Drei Monate lang hatte er Schmerzen, Schmerzen, die nicht einmal durch die Morphin-Kokain-Cocktails kontrolliert

werden konnten. Und jetzt plötzlich, nachdem er zwei Wochen lang bei Waxmann gegessen hatte, waren die Schmerzen verschwunden. Und deswegen blieb er.

Zwischenzeitlich waren seine Kollegen im Krankenhaus voller Zweifel bzw. kritisch. Giacobbo, Sattilaros Freund seit 14 Jahren, sagte: "Als Tony mit seiner makrobiotischen Ernährung begann, dachten die Leute, es sei eine total abartige Sache. Einige Leute im Krankenhaus dachten, er sei ausgeflippt. Ich sagte ihm, er sei verrückt. Doch bald danach konnte man sehen, daß er sich geistig und körperlich erholte."

Im Herbst 1978 konsultierte er Michio Kushi, den Präsident der East-West-Foundation, der seine Ernährung noch differenzierte. "Im Dezember", sagte Sattilaro, "gab es einige positive Anzeichen." Er fühlte sich kräftiger, zuverlässiger über das mögliche Ergebnis. Diese Zuversicht jedoch verursachte einen temporären Rückfall.

Nach dem Tod seines Vaters hatte Sattilaro seiner Mutter über die eigene Krankheit berichtet; er hatte jedoch nicht die ganze Wahrheit enthüllt, sondern vorgegeben, daß seine Krebs-erkrankung durch Therapie im Zaun gehalten wurde. Später hatte er ihr über Makrobiotik erzählt und sie sah immer zu, daß er sein makrobiotisches Essen bekam, wenn er sich besuchte. Zu Weihnachten entschloß er sich, mit seiner Mutter Ferien im Süden zu machen und sie versicherte ihm, daß es im Zug schon Fisch geben würde. Als der Ober ihnen jedoch mitteilte, daß es keinen Fisch gebe, bestellte Sattilaro Hühnchen und wurde sofort krank.

Kurze Zeit später kehrte er nach Philadelphia zurück; er fühlte sich krank und hatte wieder schwere Rückenschmerzen; diese hielten solange an, bis er seine makrobiotische Ernährung wieder aufnahm. Von diesem Zeitpunkt an wich Sattilaro nicht mehr von Michio Kushi und Waxmanns Anweisungen ab.

Sein Zustand begann sich zu stabilisieren. Obwohl er immer noch nicht vom Östrogen weg war, verlor er langsam sein Übergewicht, das durch die Östrogene verursacht wurde. Er kam auf 136 Pfund und später wieder auf sein Normalgewicht von 145 Pfund. Weitere gute Anzeichen eines sich verändernden Zustands stellten sich nun ein. Ungefähr um 3 Uhr nachts in einer Januarnacht wachte er auf und mußte sehr viel Urin lassen. Er dachte, dies sei eine normale Ausscheidung giftiger

Stoffe und ging danach wieder zu Bett. Als er am nächsten Tag in sein Büro ging und sein regelmäßiges Mitarbeitertraffen abhielt, hatte er ungefähr um 11 Uhr vormittags einen schweren Nierenanfall. Röntgenaufnahmen wurden gemacht und er glaubte, sich wieder einer Operation unterziehen zu müssen. Aber der Nierenstein, der die Schmerzen verursacht hatte, war herausgeschwemmt worden. Als er in sein Büro zurückkehrte, rief er Waxmann an und beschimpfte ihn. Sattilaro dachte, daß der Stein durch die Ernährung hervorgerufen worden sei. Waxmann aber hätte nicht zufriedener sein können. "Ich dachte, daß dies ein großartiges Heilungssignal sei", sagte er kürzlich. Und somit versuchte er Sattilaro zu beruhigen, der dann zugab, von den positiven Auswirkungen der Makrobiotik immer noch nicht überzeugt zu sein.

Es bestand eine große Versuchung, diese Ernährungsweise aufzugeben, sagte Sattilaro. "Mein ganzes westliches Arztwissen empfahl mir, diesen Weg nicht weiter zu verfolgen. Und doch war es so, daß ich mich eigentlich in meinem ganzen Leben noch nie so wohl gefühlt hatte und daß dieser Zustand meiner Ernährung zuzuschreiben war."

Sattilaro interessierte sich speziell dafür, woher dieses Gefühl des sich Wohlbefindens kommt; die Spezialisten sagten ihm, daß dieser Zustand normalerweise nicht auf die Östrogenbehandlung zurückzuführen sei. Und somit zog er die Schlußfolgerung, daß dies auch ein Resultat der Ernährung sein müsse.

Während seines regulären Arbeitsablaufs gab es häufig Gesellschaften an denen er teilnehmen mußte. Zu diesen Gelegenheiten nahm er sein eigenes Essen mit. Während seine Arztkollegen in Filet Mignon schwelgten, aß er seine Schale braunen Reis mit etwas Gemüse, das er mitgebracht hatte. "Tony hielt sich so strikt wie möglich an seine Ernährung", sagte Giacobbo. "Wir gingen zusammen zu Arbeitstreffen und während alle anderen Hummer aßen, aß Tony sein eigenes Essen."

"Er ist ein bemerkenswerter Mensch", sagte seine Sekretarin Ginniro. "Obwohl ihn die Leute in seinem Büro soviel Mut wie möglich zusprachen, ist man mit dieser Sache doch ganz alleine. Er war unglaublich mutig und er blieb dabei." Im Frühjahr 1979 fühlte sich Sattilaro noch kräftiger und er wollte feststellen, ob tatsächlich die Makrobiotik für seine Verjüngung verantwortlich sei. Er besuchte seinen Arzt und diskutierte die Möglichkeit, Östrogen wegzulassen und die körperliche Reaktion abzuwarten.

Der Krebspezialist lehnte dies glattweg ab und warnte Sattilaro vor den möglichen Gefahren. Dennoch war Sattilaro davon überzeugt, daß keine negative Reaktion eintreten würde. Und noch mehr: er hatte das Gefühl, daß er nur dann vollständig gesund werden könnte, wenn er das Östrogen absetzen würde.

Am 1. Juni endlich, nach einer weiteren Konsultation bei Michio Kushi entschied Sattilaro, die Östrogene abzusetzen. Während des Sommers wurde er Woche für Woche kräftiger, und er entschloß sich im September die Knochenuntersuchung und die anderen Tests vornehmen zu lassen.

Vier Monate nach Absetzen der Östrogene und fünfzehn Monate nach Beginn der makrobiotischen Ernährung zeigte die Untersuchung – der Knochenstoff und die Gammakamera –, daß Sattilaro überhaupt keinen Krebs mehr im Körper hatte.

Während seines Heilungsprozesses führte Sattilaro ausführlich Buch. Diese Unterlagen und die Tatsache, daß er ein Arzt ist, der sich in seinem Beruf einen Namen gemacht hatte, machen Sattilaro zu einem wichtigen Repräsentanten der Makrobiotik, was die Behandlung von Krebs und anderen degenerativen Erkrankungen betrifft.

Obwohl nicht alle Einzelheiten ausgearbeitet worden sind, hat Sattilaro vor, eine makrobiotische Klinik zu errichten, die irgendwie mit dem Methodist Hospital verbunden ist. Er sagt jedoch, daß enorme rechtliche Probleme auftauchen werden, wenn Ärzte bei der Behandlung von Krankheiten auf die etablierten medizinischen Methoden verzichten. "Wenn ein Arzt wegen mangelhafter Behandlung angezeigt wird, welchen Gutachter, der auch vom Gericht anerkannt wird, kann er dann bestellen?" fragt er. Es gibt auch eine pragmatische Falle. "Gewöhnlich bleibt ein Patient nicht länger als drei Wochen im Krankenhaus" sagte Sattilaro. "Ich brauchte 15 Monate, um meinen Zustand zu verändern. Was tut man als mit jemandem, der im Krankenhaus makrobiotisch ernährt wurde und der nun nach Hause kommt, in eine liebevolle Umgebung und wieder seinen ersten Bissen Roast Beef zu sich nimmt?" Er weist darauf hin, daß die große Gefahr eines Mißerfolgs gegeben ist, wenn nicht gleichzeitig ein System aufgebaut wird, wo medizinisches Personal die sich makrobiotisch ernährenden Patienten zuhause aufsucht.

Sattilaro würde gern kontrollierte Experimente innerhalb der medizinischen Institutionen verwirklicht sehen. "Dann

können unsere Wissenschaftler diese Experimente wiederholen und wir können eine Datenbank einrichten, um die Behandlungsmethode im größeren Rahmen anzuwenden."

Sattilaro arbeitet bereits mit mehreren Freiwilligen, die an verschiedenen Krankheiten, einschließlich Krebs, leiden. Mittlerweile kommen die Leute vom Krankenhaus zu ihm, um sich Rat zu holen, andere schicken ihre Freunde zu ihm.

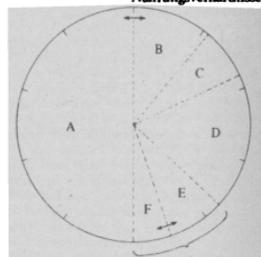
Auf die Frage, ob er einen unheilbar Kranken zu Sattilaro schicken würde, um dort makrobiotisch behandelt zu werden, antwortet Präsident Giacobbo: "Unbedingt, ich würde nicht zögern, einen Patienten zu Tony zu schicken. Er ist absolut zuverlässig."

Währenddessen versucht Sattilaro seine Kollegen zu überzeugen und er arbeitet am Aufbau von Experimenten, die die Wissenschaftler überzeugen können. Ganz gleich jedoch, wie nun das Ergebnis seiner Bemühungen aussehen wird, Sattilaro genießt seine Tage. "Ich lebe", sagt er, "und für mich ist eine einfache Schale Reis ein Festmahl."

(c) East-West-Journal, Brookline, Mass., USA. Abdruck mit freundlicher Genehmigung. Übersetzt von Angelika Nichols

Im Herbst 1981 erscheint das neue Buch von Michio Kushi, "Natürliche Heilung mit Makrobiotik" im Verlag Bruno Martin, das sich mit der Heilung aller Krankheiten mit Makrobiotischen Methoden beschäftigt.

Nährungsverhältnisse



Mit tierischer Nahrung

- A. Ganze Getreidekörner
- B. Hülsenfrüchte, Samen
- C. Suppe, stellt ertümliches Meereswasser dar, mit Meerzsalz, Enzymen oder Bakterien und Seegemisen
- D. Gemüse: ertümlich, modern und Seegemüse
- E. Tierische Nahrung, vorzugsweise Fisch und Meerestiere, oder primitive Länderte
- F. Früchte und Nüsse

FASTEN und KLARHEIT

von Joachim Vieregge

Während die Gondel an der Bergflanke hochfährt, bleiben die Tannenwipfel zurück und treten beschnittene Felsnasen hervor. Das Tal sinkt zusammen und färbt sich graublau. Obwohl die Menschen in der Kabine dicht beieinander stehen und laut miteinander reden, ist es doch sonderbar still. Leise pfeifen die Rollen auf dem Seil, und das Aluminiumgehäuse vibriert. Die Weitung des Raumes unter uns läßt das ganz Nahe verstummen, je höher wir steigen. Noch wird der Gipfel von Nebel- und Schneefahnen verhüllt, aber das Licht ist hier oben heller als im Tal, wo schon einige Autos mit Scheinwerfern fahren. In mir steigt mit Klarheit eine Situation aus der Schule vom Vortage auf, und ich verstehe, was da passierte. Ich war in die Klasse gekommen. Die Kinder lärmten, kletterten über Stühle und Tische, warfen mit Papier, hockten in Gruppen zusammen und beschrien etwas; einige sprangen auf, um anderen nachzugehen und rissen dabei Stühle um. Von mir nahm keiner Notiz. Ich wurde unsicher. Die Bewegungen meiner Arme und Beine auf dem Weg zum Schreibtisch begannen, fähig zu werden. Da die Kinder sich noch immer nicht beruhigten, wurde ich konfus: ich beugte mich über meine Tasche und wühlte ziellos in den Büchern. Dann wurde ich plötzlich müde und war nicht imstande, in das Chaos Klarheit zu bringen. Wenn der Lärm der Kinder auch nach und nach vererbte, so war meine Kraft zu konzentrierter Aufmerksamkeit doch dahin, und ich arbeitete so mit ihnen, daß ich ihre Langeweile spürte. Hier und jetzt weiß ich, während mich die Seilbahn immer höher hinaufzieht, daß ich nicht die innere Kraft gehabt hatte, um selber ganz konzentriert und in meiner Mitte zu sein. Ohne dieses Bewußtsein von meiner inneren Kraft war ich den Energien der Kinder schutzlos ausgeliefert.

Indem ich diese Erfahrungen meiner Freundin erzähle, die neben mir in der Kabine steht, unterbreche ich mich, mir selbst rätselhaft, und weise sie auf eine Staumauer hin, die die Felsrinne unterbricht, die wir gerade überqueren. Gleichzeitig spüre ich, wie ein Wärmestrom aus meinem Bauch wegweicht, wie er sich leert, hohl wird und sich kühl und schwer anzufühlen beginnt.

Und ich habe Mühe, an meine Gedanken von vorher, die sich fest, umrissen und konkret anfühlten, anzuknüpfen. Wieder ist dasselbe wie in der Schulklasse geschehen. Ich beginne, über die Zusammenhänge zwischen diesen körperlichen Vorgängen, dem raschen und ungewollten Wechseln der Aufmerksamkeit und dem Fasten nachzudenken. Denn seit ich vor vier Tagen zu fasten begonnen habe, werden diese Vorgänge für mich immer prägnanter.

Was geschieht, wenn man sich konzentriert? Wie können wir Konzentration als Prozeß verstehen?

In der pädagogischen Psychologie wird unter Konzentration die Fähigkeit des Menschen verstanden, sich über eine längere Zeit mit einem Problem zu befassen. Diese Fähigkeit wird in einem Wechselverhältnis zwischen einer "inneren Kraft" des einzelnen, sich zu konzentrieren und dem sozialen Umfeld, in dem sie sich entfalten kann, gesehen. Aber was ist diese "innere Kraft"? Wie wirkt sie auf allen Ebenen des Menschen, der körperlichen, psychischen und mentalen? Antworten hierauf finden wir in keiner der Wissenschaften des Westens. Ich möchte Konzentration als einen *energetischen Prozeß* betrachten, in und durch den die Identität oder Einheit von Körper, Emotionen, Verstand (Intellekt) und Geist bewußt wird. Und ich möchte zeigen, wie dieser Prozeß während des Fastens vorschieht.

Es gibt verschiedene Fastenmethoden und ebensovielse Begründungen für das Fasten. In allen alten Religionen hat das Fasten eine große Rolle für die Reinigung des ganzen Menschen von Negativität gespielt. Das Ziel ist dabei immer ein spirituelles gewesen: der Kontakt mit der universalen, kosmischen Energie, mit dem universalen Geist oder mit Gott. Fasten wurde als ein Weg gesehen, die auf der physischen Ebene gebundenen Energien, wie sie sich vor allem in den Begierden oder den bekannten sieben "Todsünden" zeigen, auf höhere, das Ego übersteigende Ebenen zu transformieren. Man kann deshalb auch Fasten als Vorübungen zum Sterben ansehen, denn das Sterben stellt in vielen Religionen die radikalste Transformation des irdischen Lebens dar. Dieses spirituelle Ziel des Fastens ist

"Ob nun einer 'fastet', um Gewicht zu verlieren oder um jugendlicher auszusehen, oder ob einer fastet, weil er die sozio-religiösen Vorschriften der Mullahs befolgt – einen positiven Effekt hat jede Art des Fastens. Es stoppt für einige Zeit die wahllosen und ungesunden Eßgewohnheiten, oft auch den Konsum von Alkohol und Nikotin. Und nicht jeder setzt seine Gewohnheiten nach dem Fasten fort."

im Laufe der Jahrhunderte von den religiösen Organisationen pervertiert worden. So ist z.B. der Fastenmonat Ramadan in den islamischen Ländern für die Bevölkerung zu einer grandiosen Selbstquälerei und mechanisch vollzogenen Pflichterfüllung geworden. Ursprünglich war jedoch das Fasten vom Propheten Mohammed als eine Erfahrung der moralischen Kraft des Mitleids für die Armen gedacht. Während des Ramadan sollten die sonst Sättten fühlen, wie es den sozial Schwachen tätiglich ergeht, um ihnen von ihrem Reichtum abzugeben. In einigen west-



lichen Industrieländern hat sich das Fasten noch weiter von der ursprünglichen religiösen Bedeutung entfernt. Auch handelt es sich beim Fasten in unseren Breiten eher um Schlankheitskuren. Wer sich einer solchen Kur unterzieht, orientiert sich dabei an den von der Konsumierindustrie und der Werbung propagierten Leitbildern des jugendlichen, schlanken Menschen. Die Reformhausindustrie und die Modebranche verdienen gut daran.

Dennoch: ob nun einer 'fastet', um Gewicht zu verlieren oder um jugendlicher auszusehen, oder ob einer fastet,

weil er die sozio-religiösen Vorschriften der Mullahs befolgt – einen positiven Effekt hat jede Art des Fastens. Es stoppt für einige Zeit die wahllosen und ungesunden Eßgewohnheiten, oft auch den Konsum von Alkohol und Nikotin. Und nicht jeder setzt seine Gewohnheiten nach dem Fasten fort.

Ich verstehe unter Fasten den Verzicht auf jede Aufnahme fester Nahrung. Durch das Trinken von Glaubersalzlösung vor dem Fasten entleere ich Magen und Darm innerhalb kurzer Zeit fast vollständig. Danach nehme ich nur noch Kräutertee und je 1/4 l Gemüsesaft mittags und abends zu mir. Diese Fastenmethode kann ich, wenn ich bei durchschnittlicher Gesundheit bin, wochenlang fortsetzen. (1) Ein Zweck dieser Methode ist die biologische und chemische Entgiftung des Körpers, ohne daß Hungergefühle auftreten. Was jedoch physiologisch beim Fasten passiert, ist hier nicht das Thema. Für mich von Interesse sind die beim Fasten in Bewegung kommenden psychischen und mentalen Prozesse unter energetischem Aspekt. Sie können zu einer deutlichen Wandlung der psychosomatischen Identität führen, und zwar von einer negativ programmierten zu einer positiven Öffnung für alle organischen Lebensprozesse.

Psychologisches Fasten

Zu Beginn des Fastens erlebt man eine verstärkte Empfindlichkeit gegenüber Reizen von außen, besonders von Lärm. Gleichzeitig reagiert man häufiger ärgerlich bei kleinen Anlässen, und der Ärger kann sich relativ schnell zu Zorn steigern. Tendenzen zu negativem Denken und zu Gefühlen von Neid, Mißgunst etc. kommen ziemlich rasch heraus. Mit der anfänglichen Destabilisierung des Kreislaufs infolge der Umstellung des Stoffwechsels destabilisiert sich auch die vorherige (scheinbare) gute Laune. Die Versuchung, das Fasten abzubrechen, ist sehr groß, besonders wenn man unensibler für das erhöhte Bedürfnis des Körpers nach Ausruhen ist. Diese Fastenkrise wird interessanterweise deutlich auf der Körperwaage sichtbar: Die Gewichtsabnahme stagniert. Wer dann

“Es versteht sich, daß mit dem Abbau von Giftstoffen in den Gelenken die Körperbewegungen flexibler werden. Man ist tatsächlich behender als sonst – eine gute Zeit für Sportler.”

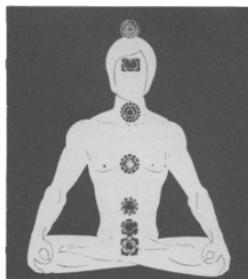
weiterfastet, kann folgende Beobachtungen machen: Das Bedürfnis nach Schlaf tritt sehr rasch auf, aber der Schlaf wird kürzer, und man wacht viel frischer und tatfreudiger auf. Auf geistiger Ebene bemerkt man, daß man Entscheidungen viel schneller und prägnanter als sonst trifft. Man kann länger und intensiver bei einer geistigen Arbeit bleiben, ohne sich quälen zu müssen. Ohne viel Grübeleien werden komplexe geistige Zusammenhänge rascher klar. Die Lust, etwas Produktives zu tun, steigt, und mancher, der sich bis dahin eher lustlos arbeitend und reproduzierend tätig erlebte, hat das Bedürfnis nach kreativer Selbsttätigkeit! Notwendige mechanische Arbeit erledigt man ohne viel energetischen Aufwand.

Es versteht sich, daß mit dem Abbau von Giftstoffen in den Gelenken die Körperbewegungen flexibler werden. Man ist tatsächlich behender als sonst eine gute Zeit für Sportler. So wie der Körper durch den Abbau von zuviel Wasser und Fetten eine konkretere, festere Form gewinnt, so erlebt man sich auch geistig gesamelter. Beim Sprechen und Schreiben macht sich das z.B. in der Konzentration auf das Wesentliche bemerkbar.

Alle diese Erfahrungen werden von einem gleichbleibendem Gefühl der Heiterkeit und Freude an der Bewußtheit der eigenen inneren Kräfte begleitet von dem Stolz und der Freude, von den reizvollen und verführerischen Angeboten der “Frau Welt” unabhängiger geworden zu sein. Man lebt aus sich heraus. Dies ist eine gute Zeit für Meditation. Wer Bewegungen machen muß, die viel Gleichgewichtssinn, also eine starke Mitte erfordern – z.B. Akrobatik, Tanz, Geräteturnen, Bergsteigen oder Karate – der wird viel Angst verlieren und an Sicherheit gewinnen. Überhaupt verfügen mit der Abnahme der Ballaststoffe am Bauch viele von jenen diffusen Ängsten, den “butterflies in the belly”. Wie sind solche emotionalen und mentalen Prozesse möglich? Offensichtlich muß es Verbindungen zwischen den Prozessen auf allen Ebenen geben, der physischen, psychischen, mentalen und auch auf der spirituellen, von der später noch zu reden sein wird. Wie sehen diese Verbindungen aus? Wo arbeiten sie?

Die Darstellungen medial begabter Wissenschaftler wie C.W. Leadbeater, A. Besant und A. Bailey, aber auch Arbeiten von bedeutenden Therapeuten und Heilern (2) konnten zeigen, daß der Mensch ein Energiesystem ist. Sie entdeckten damit im Westen das, was den Heilern des asiatischen Raumes seit langen Zeiten bekannt ist. Heute integrieren etliche Therapeuten des Westens die Befunde der Reichischen Therapie und Psychosomatik mit der asiatischen Heilkunde, die Erkenntnisse der Psy-

choanalyse mit dem Yin-Yang-Konzept der östlichen Philosophie. Den alten Lehrern des Aikido, des Tai-Chi oder des Taek-Won-Do war bekannt, daß durch bewußte Konzentration auf die Mitte des Menschen, das Hara, die Koordination der Bewegungen, die für den Kampf benötigt wurden, erheblich gesteigert werden konnte. Das Hara ist nur eines jener sieben Energiezentren des Menschen, die unter der Bezeichnung “Chakra” (Sanskrit) bekannt sind. An den Chakras bündeln



sich in den Körper eintretende und aus ihm heraustretende Energieströme. Die Kenntnis und Beeinflussung dieser Energieströme ist das Rüstzeug von einigen Heilern des Ostens auch heute noch. Da den Chakras Organe über die Meridiane und über Energiebahnen im Körper zugeordnet sind³, ist der Heilvorgang an einem Chakra nie nur punktuell, sondern erfaßt den ganzen Menschen, vorausgesetzt, der Heiler lebt in einem ungehinderten, nicht blockierten Energiefluß. Es ist das Verdienst der westlichen Psychotherapie, die emotionale Qualität der Energieströme entdeckt zu haben, während im Osten Energiearbeit auf die physische und mentale Ebene beschränkt bleibt. So hat John C. Pterrakos, der fähig ist, das den Menschen umgebende Energiefeld, die Aura, zu sehen, herausgefunden, daß die Aura an den Chakren in unterschiedlicher Richtung und Frequenz pulsiert. (3) Form der Aura, Farbe und Stärke stehen in Verbindung mit dem seelischen Leiden des Menschen, das freilich zugleich auch seinen Niederschlag in der Physis, z.B. in den inneren Organen findet, oft lange bevor der Klient das selbst bemerkt.

Der Zusammenhang zwischen Energieströmen und Emotionen

Wie sieht dieser Zusammenhang zwischen Energieströmen und Emotionen aus?

Das Wort “Emotion” heißt übersetzt:

“Beim Freiwerden blockierter Energie wächst uns mehr Kraft zu. Wenn wir diese nicht hindern, erleben wir sie auf der psychischen und physischen Ebene als eine den ganzen Körper durchlaufende Energie, die uns mit Freude erfüllt.”

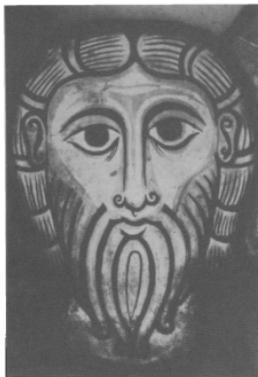
“Bewegung, die herausgeht”. Wenn wir an die Vorgänge während des Fastens anknüpfen, dann wird klar, daß die biologisch-chemische Lösung und Ausscheidung von Giftstoffen *zugleich* eine Lösung giftiger Gefühle ist. Und in der Tat: der Aus-Druck von Haß, Zorn, schlechter (!) Laune etc. während des Fastens ist ein Herausgehen von negativen Emotionen. “Die Galle kommt mir hoch!”. “Das geht mir auf die Nieren!” - diese volkstümlichen Redewendungen zeigen, daß bestimmte Emotionen schon immer mit Organen in Verbindung gebracht wurden. Wenn wir nun bedenken, daß vor allem die Entgiftungsorgane Gallenblase, Leber und Nieren beim Fasten entlastet werden, so wundert uns die schlechte Laune des Fastenden nicht mehr. Körpertherapeuten, die wissen, daß man durch Shiatsu-Massage und Akupressur diese Organe stimulieren kann, können dabei helfen, viele dieser negativen Emotionen zu entladen und den Menschen in ein harmonisches Gleichgewicht seiner Yin-Yang-Kräfte zu bringen. Diese Therapie hat oft eine subtilere Wirkung als die mit großer physischer Anstrengung arbeitende Bioenergetik.

Energetisch gesehen sind Haß, Zorn, Wut und Trauer Energiegestalten, die relativ langsam vibrieren. Um sie aufzulösen und die darin gebundene Energie anderen, positiven Zwecken verfügbar zu machen, muß das Energiesystem des Klienten vom Therapeuten zunächst einmal in Bewegung gesetzt werden. Durch das Fasten kann man diesen Prozeß beschleunigen. Der beschleunigte Energiefluß trifft dabei auf jene Stellen im Körper (Organe, Muskelsysteme, Knochen), die diese negativen Gefühle eingekapselt haben und sie festhalten. Der erhöhte Energiefluß erzeugt an diesen Stellen Schmerzen. Schmerzen sind nichts anderes, als die Belebung oder Aufladung eines bis dahin toten oder unterladenen, relativ immobilen und nichtgefühlten Teils des ganzen Menschen. Der Schmerz strebt nach Entladung. Dabei verlassen den physischen Körper bestimmte Vibrationen, die wir als Wut, Trauer, Haß etc. bezeichnen. Die körperliche Motion, in der diese Gefühle herausgehen, sind uns allen bekannt: wer wütend ist, schlägt auf ein Objekt mit Armen und Beinen

ein und brüllt dabei; wer vor Trauer weint, läßt die von unten nach oben laufende Wellenbewegung des Zwerchfells und aller anderen folgenden Atmungsorgane, einschließl. der Hals- und Kaumuskeln zu. Die Vibrationen der Energie sind Träger und Führer dieser Bewegungen. So wie nach der Entladung eines Unwetters ruhigerer Winde in der klaren Luft wehen, so beginnt die Energie nach solcher Reinigung im und aus dem Körper heraus, bzw. in ihn hinein reiner, d.h. in feineren Vibrationen ungehindert zu fließen. Dies erlebt man in den Qualitäten von Klarheit, erhöhter Sensibilität, Leichtigkeit und als Ein-sicht oder Erkenntnis von Zusammenhängen, die einem bis dahin verschlossen waren. Diese feineren Vibrationen sind schneller und machen deshalb empfänglich für Kontakte auf nicht-physischen Ebenen, z.B. zu Personen, die weit entfernt sind für einen Außenstehenden; auch zu den organischen Prozessen des näheren und entfernteren Kosmos erlebe ich mich in Verbindung, weil ich mehr in der Einheit mit mir selber bin. Die Aufmerksamkeit auf alles, was in mir vorgeht, ist nicht mehr eine partielle. Würde sie vorher vom Verstand gewollt, vom Körper aber verhindert, so ist sie jetzt integrierend und kann ohne Anstrengung aus meiner Mitte kommen.

Wenn wir davon ausgegangen sind, daß die Lebensenergie auf der physischen oder sichtbar materialisierten Ebene so langsam vibriert, je dichter und kristallisierter ihre Formen sind, die sie annimmt, dann können wir jetzt sagen, daß sie uns in Verbindung mit nichtkörperlichen, geistigen Gestalten bringt, je schneller sie pulsiert. Dies ist der Grund, warum uns während des Fastens sonst schwer verständliche geistige Prozesse bewußter werden. Wir sind eher auf der mentalen Ebene. Durch die Öffnung der Chakras werden wir empfänglich für die universellen transkörperlichen Energiegestalten. Wir vergeistigen unseren Körper und umgekehrt verkörpern wir unser Bewußtsein durch Gedanken oder geistige Arbeit. Dies waren die Absichten derjenigen, die sich von der Welt für eine Weile zurückzogen, in die Wüste gingen und fasteten.

Beim Freiwerden blockierter Energien wächst uns mehr Kraft zu. Wenn wir diese nicht hindern, erleben wir sie auf der psychischen und physikalischen Ebene als eine den ganzen Körper durchlaufende Energie, die uns mit Freude erfüllt. Wasien macht diese Vibration Angst; die Angst, sich aufzulösen. Doch zeigt diese Angst nur, daß das Bewußtsein noch nicht integriert ist mit der universellen Lebensenergie und ihrem Prozeß, in den wir eingebettet sind. Es ist noch das “alte” Bewußtsein, das sich dagegen wehrt, auf



die spirituelle Ebene das steigen zu lassen, was auf den anderen Ebenen schon da ist. In dieser Situation besteht, falls nicht ein wissender Helfer zur Stelle ist, die Gefahr der tiefsten Spaltung des Menschen. Die Angst in diesen Momenten ist die Angst zu sterben.

Die Kraft positiven Denkens

Wenn wir den Fokus unserer Aufmerksamkeit auf diese Angst lenken, können wir weitergehen. Im Unterschied zur willentlichen, programmatischen Konzentration verstehen wir unter Fokus (lat.: der Brennpunkt) die Sammlung des Bewußtseins auf ein Phänomen, z.B. eine Empfindung, eine Bewegung, einen Ton, einen Gedanken (Mantra) oder eine Vibration. Dabei fixieren wir unser Bewußtsein nicht auf diesen Punkt, so daß er/wir unbeweglich und starr würde/n, sondern nehmen die Haltung eines freundlichen Anteilnehmenden und flexiblen Beobachters ein, der einfach wahrnimmt, was dort an diesem “Punkt” alles passiert. Damit folgen wir jeder Bewegung in diesem Punkt, wohin sie auch geht. Dies jedoch setzt tiefes Vertrauen in die Prozesse des Lebendigen voraus. Diese Aufmerksamkeit ist für mich Meditation. Die Fokussierung ist in sich ein totaler, ganzheitlicher, ein vereinheitlichender Prozeß. Das lehrt uns wiederum das Energiekonzept. Der Fokus ist da, wohin die Energie fließt, und die Energie fließt dahin, wo mein Fokus ist. Neue psychosomatische Untersuchungen über den Krebs haben gezeigt, daß der “Kranke” seinen Heilungsprozeß wesentlich unterstützen kann, wenn er seine Aufmerksamkeit auf den Krebs dadurch verändert, daß

“Die Therapiemüdigkeit, die ich immer häufiger beobachte, das Bedürfnis nach spiritueller Erfahrung und die Suche nach spirituellen Persönlichkeiten, die immer mehr wächst, zeigen mir, daß die lebensbejahenden Prozesse inmitten unserer erstarrenden sozialen Welt, inmitten des versteinerten Reichtums und Wohlstands wirken.”

er ihn nicht mehr verurteilt, beschimpft und mit ihm hadert, sondern dadurch, daß er ihn positiv als einen Selbstheilungsprozeß sieht, der diese Krise bräutet. Er kann das tun, indem er alle lebensbejahenden Gedanken aufnimmt und mit ihnen in Korrespondenz tritt. Frau Elisabeth Kübler-Ross schreibt darüber in ihren Büchern Begegnendes.

So wie die Vibration von Freude auf der psychischen Ebene als rasch, stark und durchdringend erlebt wird – man sehe, zu welcher Kreativität und zu welchen Veränderungen jeman fähig ist, der liegt – genauso wirkt die Vibration auf der mentalen Ebene, wenn das Denken von Mitgefühl, Mitleid, Liebe, Dankbarkeit, Selbstlosigkeit geprägt ist. Dieses positive Denken schafft auf allen Ebenen einen ganz anderen Prozeß als negatives Denken, z.B. in Form (!) von Habenwollen, Verurteilung, destruktiver Kritik, Neid etc. Die Therapiemüdigkeit, die ich immer häufiger beobachte, das Bedürfnis nach spiritueller Erfahrung und die Suche nach spirituellen Persönlichkeiten, die immer mehr wächst, zeigen mir, daß die lebensbejahenden Prozesse inmitten unserer erstarrenden sozialen Welt, inmitten des versteinerten Reichtums und Wohlstands wirken.

Dadurch, daß der Mensch ein ganzes Energiesystem darstellt, in dem eines mit allem, innen mit außen, oben mit unten, rechts mit links verbunden sind, aktiviert der Fokus, der auf einen kleinen Prozeß gelegt wird, auch den großen Prozeß. Ein Fokus jedoch verbindet alle anderen Zentren im Menschen unmittelbar: das Hara, meine Mitte. Dieser Mittelpunkt – physisch ist es der Solarplexus – ist der Ort, von dem aus ich inneres Vertrauen in die Güte aller organischen Prozesse und in die Ganzheit meines körperlich-seelisch-geistigen Zustandes entwickeln kann. Von der Wirksamkeit dieser Mitte kann man einen Eindruck erhalten, wenn man einem Aikido-Meister bei seinen Bewegungen zusieht, die oft über das bisher für möglich gehalte-

ne hinausgehen. Fokussiere ich während des Fastens auf meine Mitte, so wächst mir in jeder Hinsicht mehr Kraft zu, aus mir heraus die Erfahrung eines angstfreien, vitalen, mitfühlenden und geistesgegenwärtigen Lebens zu machen, das ich zugleich vor wirklicher Bedrohung zu schützen weiß. Wo jedoch mein Fokus liegt, das hängt vom Verstehen der Stufe ab, auf der ich in meiner Evolution angefangen bin, bzw. vom rechten Verstehen der Aufgabe, die mir in diesem Leben gestellt ist und vom Erkennen, was ich brauche, um ganz/heil zu werden.

Ich hatte in dem Augenblick, da ich die Schulklasse betrat, die Beziehung zu mir verloren. Ich war den Kindern schutzlos ausgeliefert. Deshalb konnte ich sie nicht *sehen*. Zwei Tage später war das anders. Ich sah, wie sie wild und vital durch den Raum jagten. Welche Lebendigkeit und welches Bedürfnis nach Expansion! Alle, die auf dieser Erde aus dem Gefängnis innerer und äußerer Dressur, Bändigung und Unterdrückung ausbrechen wollen, verdanken wir unser Leben, auch wenn sie weit weg von uns entfernt leben, wie in Nicaragua, El Salvador oder Polen. Ich stand an diesem Tag einfach da und sah den Kindern zu. Allmählich wurden sie ganz still und schauten mich fragend und verwundert an. Dann arbeitete ich mit ihnen, ganz nah, schnell, konzentriert und leicht.

Anmerkungen:

1) Genaue Anleitungen zu dieser Fastenmethode gibt Dr. med Hellmut Lützer: *Wie neugeboren durch Fasten, Gräfe und Unzer Verlag, München.*

2) Alle Forschungen auf diesem Gebiet sind zusammengefaßt in D. Milner/E. Smart: *Experiment Schöpfung*, Hemmann Bauer Verlag, Freiburg, 1977

3) John C. Pierrakos, Schüler von Wilhelm Reich und zusammen mit A. Löwen Begründer der Bioenergetik, hat in New York das "Institute für The New Age of Man" gegründet, da

das "Institute fo

gründer der Bioenergetik, hat in New York das "Institute for The New Age of Man" gegründet, das den Zusammenhang zwischen Energiesystem und Psychotherapie erforscht. Die Schriften von Pierrakos sind über das Institut 340 East 57th Street, New York, 10022, USA, zu erhalten.

In der BRD setzt diese Arbeit Stephano Sabetti am "Institute for Life Energy" in München fort.

Anm. d. Red.:

Zur Arbeit von Wilhelm Reich siehe das neue Buch von David Boodella, "Wilhelm Reich", das die gesamte Arbeit von Reich ausführlich und informiert darstellt. (Scherz Verlag)

*Zum Zusammenhang von Chakras und Gesundheit, Gefühlen und Energieströmen siehe das Buch von Michio Kushi, "Michio Kushis DO-IN-Buch" (Verlag Bruno Martin), das dieses Thema sehr ausführlich behandelt.



SPHINX VERLAG BASEL

Timothy Leary

EXO-PSYCHOLOGIE

Handbuch für den Gebrauch des menschlichen Nervensystems gemäss den Anweisungen der Hersteller 166 Seiten, 24 ganzs. Tabellen Broschiert, DM/Fr. 24.–

Ed Sanders

DIE GLORREICHEN BEATNIKS

Weitere Stories der wilden Generation Edition 23, 158 Seiten Broschiert, DM/Fr. 22.–

Sergius Golowin

DIE WELT DES TAROT

Geheimnis und Lehre der 78 Karten der Zigeuner 390 Seiten, 101 Abbildungen Gebunden, DM/Fr. 46.–

Walter Wegmüller

ZIGEUNERTAROT

Kartenspiel 78 Karten, Vierfarbendruck Kartonbox, DM/Fr. 38.–

Alan Watts

DIES IST ES

Und andere Essays über Zen und Spirituelle Erfahrung 144 Seiten Broschiert, DM/Fr. 20.–

Harish Johari

LILA

Das Kosmische Spiel 136 Seiten, mit farbigem Spielplan Gebunden, DM/Fr. 38.–

Georg I. Gurdjeff

BEELEBUBS ERZÄHLUNGEN FÜR SEINEN ENKEL

Erster Teil der Serie «All und Alles» Eine objektiv unparteiische Kritik des Lebens des Menschen 1322 Seiten in 3 Bänden Kassette, DM/Fr. 58.–

Verlangen Sie unsere Prospekte

Sphinx Verlag
Postfach, CH 4003 Basel

Der Yoga des Heilens

Der Zweck dieses Yoga ist es, sich selbst oder andere von psychischer oder physischer Krankheit zu heilen. Die anderen Übungen, die in diesem Buch beschrieben sind, werden weitgehend in ihrer traditionellen Form präsentiert, wenn auch den heutigen Bedingungen in westlichen Ländern angepaßt. Im Zusammenhang mit dem Heilen geht die Anpassung jedoch weiter. Taoistische Adepten hatten schon immer ein lebhaftes Interesse am Heilen, sei es mit Hilfe von Heilkräutern, über die viele von ihnen ein umfangreiches Wissen besaßen, oder auch mit Talismanen und Zauberformeln sowie durch den Umgang mit dem Heilen geht die dazu bewegt werden können, in den Körper eines Mediums einzutreten und es zu veranlassen, die nötigen Rezepturen im Trancezustand aufzuschreiben. Wie auch immer man darüber denken mag – diese Heilmittel waren oft erfolgreich. Das Heilen mit yogischen Mitteln jedoch wurde hauptsächlich dazu eingesetzt, mit dem eigenen Leiden umzugehen, und weniger mit dem anderer Menschen. Abgesehen von dem, was man einigen Geschichten entnehmen kann, weiß ich wenig über die Art und Weise, wie yogisches Heilen bei Patienten angewandt wurde, obwohl keine Zweifel an seiner Wirksamkeit bestehen kann. In allen Bereichen des Yoga ist der Geist König; seine Macht hat keine Grenzen, wenn er richtig eingesetzt wird. Hier habe ich den Versuch unternommen, eine verbreitete taoistische Methode (der Selbstheilung) mit einer anderen, die vom Buddhismus herkommt, zu kombinieren. Die beiden Systeme haben sich in China nie gegenseitig ausgeschlossen, so daß solche Anleihen und Kombinationen durchaus der Tradition entsprechen.

Die taoistische Einstellung dem Heilen gegenüber ist eine ganz andere als etwa die mancher christlicher Sekten, die den unterstützenden Gebrauch von Medikamenten ablehnen. Für taoistische Yogis geht es nicht darum, die Hilfe eines göttlichen Wesens zu erfahren, dessen Mißfallen erregt werden könnte, wenn der Glaube an sein Eingreifen nicht absolut ist, sondern darum, sich die grenzenlose Kraft des Tao zunutze

zu machen, die im Heilenden und im Patienten gleichermaßen vorhanden ist, wie auch in den Pflanzen und Mineralien, die als Heilmittel verwendet werden. Es ist kein Widerspruch, wenn man von spirituellem Heilen und medikamentöser Behandlung gleichzeitig Gebrauch macht. Die Anhänger des Weges sind nicht auf Lob aus; wenn der Erfolg allein dem medikamentös behandelnden Arzt zugesprochen wird, ist keiner der Verlierer.

SELBSTHEILUNG

Am besten geeignet ist der frühe Morgen, und nachdem der Übende sich körperlich und rituell gereinigt hat, nimmt er seine übliche Meditationshaltung ein und vollzieht eine einfache yogische Atemübung, um seinen Geist zu beruhigen und jede mögliche Störung in seinem Körper auszuschalten. Wenn er sich von störenden Gedanken befreit hat, sammelt er seine Bewußtheit auf den Fluß des Ch'i in seinem Körper und durch Erde und Himmel und denkt im Stillen:

„Mein Körper, der zwar scheinbar aus fester Materie zusammengesetzt ist, ist in Wirklichkeit eine flüchtige Manifestation des Tao, nicht fest, sondern unendlich durchlässig. Er bietet dem Einströmen des Ch'i keinen Widerstand, so daß es jeden seiner Teile durchdringen kann; es tritt durch die acht Höhlungen und durch die Poren in ihn ein und aus und fließt durch Sehnen, Knochen und jedes Organ. Hindernisse werden nur durch geistige Unruhe und durch falsches Atmen aufgebaut, jetzt aber ist mein Geist still und mein Atem verläuft unhörbar, regelmäßig und tief, aber dennoch sanft. Ich bin mir des Ch'i bewußt, das durch jeden Winkel meines Wesens strömt.“

Diese einleitende Meditation sollte so lange fortgesetzt werden, bis sich ein Gefühl der Leichtigkeit, der Vitalität und des Wohlergehens einstellt.

Wenn die Krankheit, die geheilt werden soll, eine psychische Störung, angstvolle Bedrückung, Furcht oder ähnliches ist, soll man sich diese als kleine schwarze Wolke möglichst bildhaft vorstellen

(visualisieren), die in Höhe des „Dunklen Tores“, also hinter und zu beiden Seiten des Mittelpunkts zwischen den Augen schwebt.

Ist die Krankheit körperlicher Art, wird die Wolke in dem betroffenen Teil des Körpers visualisiert und dann durch die Kraft des Geistes in das nächstliegende der „Fünf Zentren“ gezogen. Diese sind das „Dunkle Tor“ hinter den Augen, die Ni Huan-Höhle genau unter dem Scheitelpunkt, das Herz-Zentrum in der Körpermitte auf der Höhe des physischen Herzens, das Feuerzentrum hinter dem Nabel und das Tor des Lebens-und-des-Todes im Bereich des Damms beziehungsweise an der Basis des Penis. Krankheiten in den oberen Gliedmaßen sollten ins Herz-Zentrum gezogen werden, Krankheiten der unteren Glieder ins Feuerzentrum.

Hat die schwarze Wolke ihren entsprechenden Bestimmungsort erreicht, so richtet der Adept seine gesamte Aufmerksamkeit darauf und vermeidet währenddessen jede Störung der Stille seines Geistes und Körpers oder in seinem Atemrhythmus. Dann wird er sich des Ch'i bewußt, das von außen und aus seinem Körper auf einem reinigenden Luftstrom herangetragen wird. Nach und nach wird sich die Wolke verkleinern und ihre Dunkelheit wird nachlassen, bis sie ganz verschwunden ist. (Sieht man irgendwann Blitze von weißem oder farbigem Feuer im Dunklen Tor, sollte man dem, obwohl es ein gutes Zeichen ist, keine besondere Beachtung schenken, damit die Stille nicht durch Gefühle der Verwunderung oder Erregung beeinträchtigt wird.)

Ist die Wolke verschwunden, so verharret der Übende lange genug in einem Zustand der Versenkung, um die belebenden Empfindungen der Leichtigkeit und Freiheit auskosten zu können, die sich jetzt einstellen. Erst allmählich kehrt er zu seinem gewöhnlichen Bewußtseinszustand zurück und bleibt auch dann noch eine oder zwei Minuten lang ruhig sitzen, bevor er aufsteht.

Häufige Wiederholung verhilft diesem Yoga zu zunehmender Wirksamkeit.

Selten werden durch eine einmalige Sitzung bemerkenswerte Ergebnisse erzielt, es sei denn durch einen erfahrenen oder von Natur aus begabten Heiler. Psychische Störungen können oft schnell beseitigt werden, manchmal schon mit einer einzigen Sitzung – etwa bei Beklemmung, Angst oder Hysterie. Körperliche Krankheiten benötigen meistens mehr Zeit, also eine ganze Reihe von Sitzungen. Handelt es sich jedoch um eine schwerwiegende organische Störung, so kann man bestenfalls eine Linderung der Schmerzen und gewisser Symptome erwarten sowie eine relativ rasche Besserung im Rahmen des Möglichen.

Eine vollständige Heilung geht wahrscheinlich über die Kraft des Adepten mit nur mäßiger Erfahrung, wenn er nicht außergewöhnlich begabt ist. Aus diesem Grund sollte man versuchen, sich zu Beginn der ersten Sitzung darüber klarzuwerden, ob die Beschwerden solcher Art sind, daß eine völlige Heilung möglich ist, oder ob man seine Erwartung entsprechend herunterschrauben muß. Alles, was in diesem Abschnitt dargelegt wurde, gilt ebenso oder noch mehr für das Heilen anderer Menschen.

DAS HEILEN ANDERER

Der Abschnitt über die Selbstheilung sollte von denjenigen, die eine andere Person heilen wollen, sorgfältig gelesen werden, denn vieles von dem Gesagten wird bei der folgenden Beschreibung vorausgesetzt.

Man beginnt genau so, wie es in den ersten beiden Absätzen über die Selbstheilung beschrieben ist, außer daß sich die Betrachtung über die Durchlässigkeit des Körpers und den unbehinderten Fluß des Ch'i auf den Körper des Patienten anstatt auf den eigenen bezieht. Der Patient sollte, falls er anwesend ist, direkt vor dem Heilenden sitzen oder liegen. Ist er abwesend, sollte man sich ihm deutlich als anwesend vorstellen. Dann konzentriert sich der Heilende auf die Krankheit, auf die er Einfluß nehmen will, und sieht vor seinem inneren Auge (visualisiert) eine kleine schwarze Wolke im Kopf des Patienten, wenn sie psychischer Art ist, oder im betroffenen Teil des Körpers, wenn sie physischer Art ist. Mit der Kraft seines Geistes veranlaßt er die Wolke, aus dem Patienten auszutreten und in den entsprechenden Teil seines eigenen Körpers zu wandern. Wenn in diesem Stadium die Schmerzen oder Krank-

heitssymptome des Patienten vom Heilenden mitempfunden werden, ist dies ein gutes Zeichen, aber seine Aufmerksamkeit darf dadurch nicht beeinträchtigt werden. Im Wissen, daß sie sich durch das, was folgt, bald auflösen werden, sind sie relativ leicht zu ertragen.

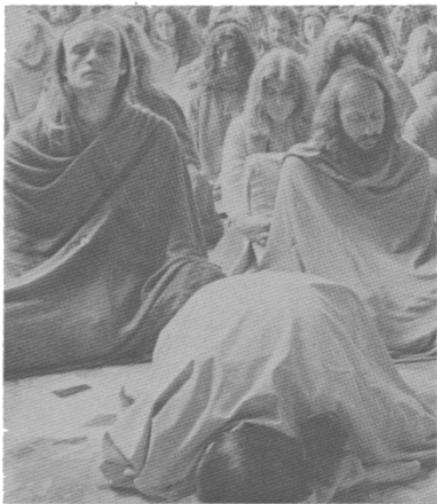
Die schwarze Wolke wird jetzt in das Dunkle Tor hinter den Augen des Heilenden heraufgezogen – nicht in irgendeines der anderen Zentren, ungeachtet, aus welchem Teil des Körpers des Kranken sie kam. Mit dem machtvollen, wortlosen Wunsch, daß so-und-so schnell geheilt sein möge, kontempliert der Heilende das Ch'i, das aus seinem Inneren und von außen wie Ströme heilender Luft auf die schwarze Wolke einwirkt, bis sie nach und nach durchsichtiger und dünner wird und schließlich verschwindet. Währenddessen sollte der Patient, falls es ihm möglich ist, den Yoga der Selbstheilung ausführen, wie er oben beschrieben ist, um die Kräfte des Heilenden zu verstärken. In diesem Fall kann sich für beide die köstliche Empfindung der Leichtigkeit und der Befreiung ergeben. Die Rückkehr zum gewöhnlichen Bewußtseinszustand sollte wie bei der Selbstheilung langsam vor sich gehen.

Manchmal kann eine augenblickliche Heilung erreicht werden; im andern

Fall erfolgt gewiß bei jeder Sitzung eine Linderung der Schmerzen oder sonstigen Symptomen, vorausgesetzt, daß der Yoga gewissenhaft vollzogen wird und der Patient mitarbeitet, indem er sich dem heilenden Einfluß öffnet, falls er inmstande ist, das zu tun.

GRUPPEN-HEILEN

Es erweist sich selten als schwierig, die eigenen psychischen Beeinträchtigungen zu heilen oder zu verringern; das Heilen eigener körperlicher Krankheiten oder irgendeines Übels, dem ein anderer Mensch ausgesetzt ist – abgesehen von zeitweiser Hysterie oder ähnlichem –, kann jedoch über die Kräfte des Adepten gehen, der in dieser Praxis noch ein Neuling ist. Hingegen pflegt das Heilen in Gruppen – selbst bei Neulingen – von Anfang an beeindruckende Resultate zu bringen. Deshalb ist diese Methode den anderen bei weitem vorzuziehen. Der Patient wird in die Mitte einer Gruppe von zehn bis zwanzig Leuten gesetzt – oder als dort sitzend visualisiert –, die mit verschränkten Beinen dem Patienten zugewandt im Kreis sitzen. Auch hierfür ist wieder der frühe Morgen die beste Zeit. Die Gruppenmitglieder sollten die übliche Reinigung vollzogen haben: Entleerung des Darms, Bad,



Ausspülen des Mundes und Beruhigung des Geistes. Wenn zwischen der Reinigung und dem Beginn der Heil-Sitzung einige Zeit liegt, sollte ihr Geist währenddessen ruhig geblieben sein, frei von Unruhe oder Besorgnis und mit angenehmen, erhebenden Gedanken beschäftigt. Wenn alle im Kreis sitzen, sollte ihnen jede Stufe des Yoga zuerst einem sorgfältig erklärt werden. Danach vollzieht die Gruppe den Yoga, wie er im Abschnitt über das Heilen anderer erläutert ist, wobei natürlich mit der Kontrolle des Atems und der Beruhigung des Geistes begonnen wird. Der Patient sollte, wenn das möglich ist, zur Mitarbeit aufgefordert werden. Er sollte entweder ganz ruhig verharrten und sich den heilenden Einflüssen öffnen oder, noch besser, den Yoga der Selbstheilung vollziehen, während sich die anderen darum bemühen, ihn zu heilen.

Außer dem Gruppenleiter, der am besten ein erfahrener Yoga-Adept oder Heiler ist und dessen Aufgabe es ist, sicherzustellen, daß jeder genau weiß, was er zu tun hat, kann es nützlich sein, jemanden zu haben, der den zeitlichen Ablauf überwacht, da die verschiedenen Gruppenmitglieder vermutlich unterschiedlich lang mit jeder einzelnen Stufe des Yoga beschäftigt sind. Seine Funktion besteht darin, darauf hinzuweisen, daß gemeinsam zu einer neuen Stufe überzugehen ist, indem er leise zwei Klanghölzer jeweils an den Punkten aneinanderschlägt, die in der folgenden Zusammenfassung durch ein Sternchen markiert sind. Der Ton sollte nicht so laut sein, daß er aufschreckt oder

Anzeige

DER WEG ZUR VERVOLLKOMMUNG DES MENSCHEN IN DER GEMEINSCHAFT von Helge Wischmeier. Ganzheitliche Entfaltung und Bewußtseinerweiterung. Über Yoga, Ernährung, Sexualität u.v.a.m. "Das Wesentliche in einfacher und klarer Sprache" (Leserkommentar). Eine politische Notwendigkeit angesichts der drohenden Katastrophen. Anregungen zu neuen Sicht- und Handlungsweisen. Ein Anreiz, um Mut und Intelligenz in den Dienst der Liebe zu stellen und mehr Harmonie zu erzeugen. Ein echtes New-Age-Buch mit 262 Seiten auf UWS-Papier für 14,80. Bezug durch H. Wischmeier, Hof Heilenbergen, 7163 Oberrot-Wiesenbach. Ich würde lieber schweigen, darf aber nicht.

ablenkt. Wenn der Betreffende selbst am Yoga teilnimmt, sollte er immer ein wenig warten, nachdem er in seinem eigenen Geist die jeweilige Stufe abgeschlossen hat, um den anderen genügend Zeit zum Aufholen zu geben. Die anderen Gruppenmitglieder sollten jeweils auf der entsprechenden Stufe fortfahren, bis die Klanghölzer ertönen, auch wenn sie sich bereit fühlen, schon zur nächsten Stufe weiterzugehen. Außer beim Heilen in Gruppen müssen jedoch keine zeitlichen Begrenzungen beachtet werden, denn ein Adept, der allein arbeitet, muß selbst entscheiden, wann eine Stufe erfolgreich abgeschlossen ist.

**Titel des Buches von
John Blofeld:
Selbstheilung durch
die Kraft der Stille**

ZUSAMMENFASSUNG DER ÜBUNGEN

Reinigung
Atemkontrolle und Beruhigen des Geistes (5-10 Minuten)
*Betrachten der Durchlässigkeit des Körpers und des Chi-Flusses (5-10 Min.)
*Visualisation der schwarzen Wolke und Hineinziehen in den eigenen Körper (2 Minuten)
*Auflösen der Wolke und freudiges Verharren in der Empfindung von Leichtigkeit und Freiheit (10-20 Minuten)
*Allmähliche Rückkehr zum normalen Bewußtseinszustand (3 Minuten)
*Stillsitzen vor dem Aufstehen (2 Min.)

(c) Scherz-Verlag, München. Vorabdruck des im Herbst erscheinenden Buches von John Blofeld. Mit freundlicher Genehmigung des Verlags.

Makrobiotik

Buchversand · Borghof 13 · 4401 Holthausen · 02554/88 92

Aus unserem derzeitigen Sortiment:

"Unique Principle"

"Guidebook for Living"

Biological Transmutations

George Ohsawa

"Biological Transmutations" von Louis Kervran

"Natural Healing"

"How to see your Health"

"Visions of a new World"

Michio Kushi

"Healing Ourselves"

Naboru Muramoto

"Zen Shiatsu"

Ohashi/Masunaga

"The One-Straw-Revolution"

Masanobu Fukuoka

Des weiteren jedes deutsch- und englischsprachige Werk betreffend
DIE GROSSE KUNST DES LEBENS - heute Makrobiotik genannt!
Fordern Sie unser Gesamtverzeichnis an!



HEILUNG DURCH DEN GEIST



Ein Gespräch mit Jonathan Eugene Boyd

Jonathan ist ein junger Amerikaner um die 35 Jahre alt. Er besuchte elf Jahre lang verschiedene Universitäten wo er so Dinge wie Soziologie, Politische Ökonomie und Theologie studierte. Er promovierte in Philosophie. Doch sein Hauptanliegen ist es, einen Beitrag zu leisten, das Bewußtsein in der Welt zu ändern. Ursprünglich wollte er deshalb an der UNO oder in der amerikanischen Administration oder im diplomatischen Dienst arbeiten, doch heute meint er, daß er seine Ziele besser verwirklichen kann, wenn er direkt mit den Menschen durch spirituelle, religiöse oder soziale Bewegungen arbeitet. Vor kurzem hielt er Vorträge an Universitäten und bei privaten Organisationen. Wie er erzählte, war er immer, sein ganzes Leben lang an spirituellen Dingen interessiert und begann schon im Alter von 8 Jahren zu meditieren, wobei er ungewöhnliche mystische und spirituelle Erfahrungen machen durfte – die Fähigkeit besitzt er noch heute. Doch er fühlt sich nicht als spiritueller Führer, auch wenn er aktiv eine exponierte Rolle spielt, denn er glaubt, daß wir alle Lehrer sind oder sein können. Er fühlt, daß er hier in Deutschland ist, weil er ebenso lernen wie geben kann. Jonathan ist noch bis Ende Mai im Rhein-Main-Gebiet und wir sprachen mit ihm in einer Wohnung in Bad Homburg, die ihm ein Freund kostenlos zur Verfügung gestellt hat. Sein eigener spiritueller Führer, so betont Jonathan, ist Jesus Christus. Er glaubt, daß das gnostische Christentum, wie es auch von den Essenern gelebt wurde, dem ursprünglichen Christentum näher kommt, als das, was die offiziellen Kirchen heute lehren. Besonders betont er, ebenso wie die Gnostiker, daß es wichtig und entscheidend ist, persönliche Erfahrung mit Gott zu machen. Im Sinne von Jesus: "Die Wahrheit wird euch frei machen". Er meint, in diesem Sinne solle man Jesus Christus folgen. Auch und gerade in Bezug zur Heilung ist es wichtig, eine direkte

Beziehung zur noch lebendigen Kraft von Jesus Christus aufzunehmen und sich von ihm führen zu lassen. Er glaubt, daß die Kreuzigung von Jesus Christus die Menschheit nur insofern von ihrem kollektivem Karma befreit hat, wie der einzelne persönlich daran glaubt und die Hilfe annimmt. Das fuhrte uns direkt zum Thema Heilung. (Das Gespräch führten Magdalena und Bruno Martin)

Frage: Es gibt eine starke Bewegung heute, die sagt, daß man nur an Jesus glauben muß um geheilt zu werden; denn trotz der technisierten Medizin werden immer mehr Leute krank und immer weniger geheilt. Was ist deine Erfahrung mit dieser Geistheilung?

Jonathan: Ich hatte mein ganzes Leben mit der Heilungsarbeit zu tun, zumindest die letzten 20 Jahre. Ich habe eine ganze Menge Wunder miterlebt, eine Menge Heilwunder. Ich arbeitete mit unterschiedlichen Methoden, wie mentale Heilung, psychische Methoden, hinduistischen und buddhistischen Techniken usw. doch ich fand, daß die effektivste wirklich der Glaube ist, daß Jesus Christus heilt. Denn Er ist lebendig und hat die Macht zur Heilung.

Frage: Bezieht sich das auch auf gewöhnliche Krankheiten wie Grippe etc.?

Jonathan: Alle Krankheiten, ich denke da an Krebs, Erkältung, Leukämie, Taubheit, Blindheit, Kopfweh, Rheumatismus, alles.

Frage: Ist es denn unbedingt notwendig und nützlich, auch geringere Unpäßlichkeiten wie eine Erkältung auf diese Weise zu behandeln?

Jonathan: Manchmal ist man in Situationen, wo keine Medizin da ist. Ich bereise 35 Länder und die Welt ist nicht überall so versorgt wie hier. Wir müssen auf jeden Fall erkennen, daß Gott für die Menschen und ihre Bedürfnisse immer da ist.

Meiner Meinung nach gibt es drei Heilmethoden mit unterschiedlicher Wirkung:

1. Mit Medikamenten und Chirurgie – doch ich nenne das die 'primitive' Methode, auch wenn die westliche Welt sie für die beste Art hält. Ich sage 'primitiv', weil es in Wirklichkeit nicht die Ursache der Krankheit behandelt, sondern nur die Symptome. Man kann ein Medikament geben oder eine Operation durchführen, und der Patient ist eine Weile in Ordnung, doch dann wird du wieder krank, weil die Ursache der Krankheit nicht behandelt wurde.

2. Das ist eine entwickeltere Methode, und die medizinische Wissenschaft hält sie für 'primitiv', doch es ist die fortschrittlichere. Diese Methode arbeitet mit "freigesetzter Energie". Die Energie wird von einer Person zur anderen übertragen. Das wird Psychische Heilung genannt, Hand aufliegen (Magnetismus): Jesus heilte auch mit dieser Methode, doch es ist nicht die hauptsächliche Methode, mit der er heilte – was viele Leute glauben – er heilte hauptsächlich mit der dritten Methode, auf die ich gleich zu sprechen komme.

Bei einer Gelegenheit heilte er auch mit einer materiellen Methode – er nahm Lehm und legte diesen auf die Augen eines blinden Mannes. (Anm. d. Red.: Heilerde kann für uns so ein Mittel sein). Doch die Hauptmethode mit der Jesus heilte – und noch heilt – ist die dritte Art.

Versteh ihr: Ich glaube, Gott heilt mit Medikamenten, mit Handaufliegen, mit Lehm usw. Ich glaube nämlich, daß jede Heilung tatsächlich eine spirituelle, geistige ist. Denn mein Konzept über Spiritualität ist sehr umfassend. Ich stimme da mit dem französischen Theologen Teilhard de Chardin überein. Er hatte eine sehr ganzheitliche Vorstellung von Gott und Spiritualität. Ich identifiziere mich mit seiner Lehre, ich gab sogar Kurse an der Universität darüber. Die dritte Heilmethode ist die größte, glaube ich, denn sie allein behandelt die Ursache der Krankheit. Bei dieser

dritten Methode benötigt man keinen äußeren Stimulus (Anreiz). Bei den ersten zwei benötigt man äußere Mittel, etwas, was von außen auf einen einwirkt. Medikamente, Energien, Aussendung von Gedanken aus der Ferne etc. Bei der dritten Art findet etwas in dir selbst statt, du beginnst zu verstehen, wer du wirklich bist, du beginnst zu verstehen, daß du nicht dein Körper bist, daß du ein spirituelles Wesen bist. Und du erhebst dich innerlich, in deinem geistigen Selbst. Und du läßt dein geistiges, wirkliches Selbst die Kontrolle über dein körperliches, emotionales und mentales Selbst übernehmen und läßt das in Ordnung bringen, was in dir durcheinander ist. Weil du innerlich diese geistige Kraft freisetzen kannst durch das Verstehen, wer du bist. Z.B. im christl. Zusammenhang wird es das sein, was Jesus lehrte, als er sagte: Dein Glaube machte dich ganz, heilte dich.

Frage: Du sagst also, daß jede Krankheit eine geistige Ursache hat, auch nur eine Erkältung?

Jonathan: Ja, das glaube ich. Wir können es geistig nennen, doch differenziert stellt es sich so dar, daß es etwas ist, was mit unseren Gefühlen, unserer Haltung bzw. Lebenseinstellung, mit unseren Gedanken usw. zu tun hat, auch mit unserer Ernährung; d.h. ich sehe es ganzheitlich. Ich denke, viele machen den Fehler zu sagen, die Antwort liegt *nur* in der Ernährung, oder nur in den Gedanken oder nur in der Einstellung. Ich meine, alles wirkt *zusammen*. Wenn wir *irgend-*ein Gesetz brechen, leiden wir. Wenn wir das Gesetz des korrekten Schlafes und richtigen Essens brechen, leiden wir, wenn wir das Gesetz der Liebe brechen und eine falsche Einstellung zu den Mitmenschen haben, leiden wir körperlich. Ich denke, daß Erkältung, Krebs oder was auch immer mit diesen zu tun hat. Wenn wir all die verschiedenen Aspekte unseres Lebens mit den göttlichen Gesetzen oder kosmischen Gesetzen in Harmonie und ins Gleichgewicht bringen, dann muß es uns gut gehen, darum geht es uns gut.

Frage: Wenn du so etwas dem Durchschnittsmenschen erzählst, der ins Krankenhaus ging, wo er nicht geheilt wird, und du sagst ihm, die wirkliche Ursache liegt tiefer, wird er sagen, du bist verrückt – weil er nur materialistisch denkt...

Jonathan: Er hat das Recht, krank zu bleiben oder wieder krank zu werden. Das ist seine eigene Entscheidung. Es gibt viele Leute, die sich eher dazu

entscheiden, krank zu bleiben, weil sie dadurch mehr Aufmerksamkeit bekommen, oder weil sie sozusagen geistig, mental krank sind...

Wenn sie denken, das sei der einzige Weg um Aufmerksamkeit zu bekommen, sind sie wirklich geistesgestört.

Frage: Wie macht man das den Leuten klar. Z.B. ihre Mutter ist schwer krebskrank, doch sie nimmt keinen Rat an, bezüglich alternativer Medizin, Ernährung etc. Sie hört einfach nicht. Sind wir dann noch verpflichtet, ihr trotzdem irgendwie zu helfen?

Jonathan: Womit ihr hier zu tun habt ist ein ganzer Lebensstil und ein Bewußtsein, das sich über 30, 40 oder 70 Jahre entwickelt hat. Und wenn ihr dann meint, in ein paar Minuten oder auch Stunden das zu beeinflussen oder zu ändern, dann habt ihr wirklich einen großen Glauben...

Frage: Ist es nicht hoffnungslos?

Jonathan: Nein, durchaus nicht. Aber es ist schwieriger. Ich habe Leute erlebt, die verändern sich nach einigen Gesprächen und Argumenten. Ich denke da an meinen Großvater, der Krebs hatte. Er war siebzig Jahre alt. Und er machte die ganze übliche Behandlung durch, und es ging ihm immer schlechter, was den meisten Leuten passiert; sie bekommen all die Operationen, Bestrahlungen, chemische Medikamente – die ebenso die lebendigen wie die toten, bzw. Krebszellen schädigen. Es ist eine schreckliche Sache. Ich beobachtete diese ganze Behandlung und sagte meinem Großvater schließlich, ich glaube nicht an diese ganzen Behandlungen; weil er meinen Standpunkt respektierte, obwohl ich viel jünger war als er... Er respektierte mich, wegen vieler Dinge, die er von meinem Leben gesehen hatte. Wenn deine Mutter dich, deine Gesundheitsvorschlüsse und Lebensweise nicht respektieren kann, ist es vielleicht besser, eine andere Vertrauensperson zu schicken... So stimmte mein Großvater zu, eine andere Haltung anzunehmen: zum Gebet und einer anderen Ernährung anstatt Fleisch etc. sollte er eine Traubenkur machen: nur Trauben essen und Traubensaft trinken. Die Mineralstoffe in Trauben, z.B. Magnesium, haben eine starke reinigende Wirkung auf den Organismus und können den Krebs ausschwemmen, sogar im schlimmsten Zustand. Doch man darf *nur* Trauben und Traubensaft zu sich nehmen, sonst nichts; es können alle möglichen Traubenarten sein.

Er war nun im Krankenhaus und machte

das, die Ärzte gaben ihm trotzdem die üblichen Medikamente. Doch dieser Reinigungsprozess, der dann einsetzt, war so 'schmutzig', brachte so viel Dreck aus dem Körper, die Ärzte mochten es nicht. Doch was dann geschah war, daß das Krebswachstum stoppte, es ging ihm langsam besser. Die Ärzte erkannten zwar, daß der Krebs zum Halt gekommen war, doch sie mochten diese Traubenkur nicht, weil sie ihren Konzepten widersprach. So zwangen sie ihn zur üblichen Krankenhausernährung, mit Fleisch usw. und der Krebs ging dann weiter und mein Großvater starb...

Frage: Wie kann man jemanden zum Gebet in einer schwierigen Situation bringen, wenn er dies nicht gewohnt ist?

Jonathan: Es hängt vom Zustand der Person ab, ob sie fähig ist, Glaube in sich zu finden. Wenn sie sehr depressiv ist, sehr niedergeschlagen, dann braucht sie die dauernde Hilfe von jemandem, der sie ermutigt. An diesem Punkt ist eine heilerische Seelsorge notwendig. Wenn mein Großvater z.B. zu Hause gewesen wäre und ich mich dauernd mit ihm beschäftigt hätte, wäre wahrscheinlich etwas möglich gewesen. Doch woran wir arbeiten müssen ist, zu lernen, mit göttlichen Gesetzen zu arbeiten, damit wir überhaupt nicht krank werden, d.h. Vorsorge treffen. Aber es gibt eben Leute, die krank sind, so wie deine Mutter, und geheilt werden können, und sie kann geheilt werden: wenn sie einfachen Glauben aufbringen kann, oder die Vorstellung hat, daß ihr geholfen wird, dann ist die halbe Schlacht gewonnen.

Wenn sie jedoch nicht daran glaubt, daß sie geheilt werden kann, dann kann ihr auch nicht geholfen werden. Auch nicht durch die Ärzte. Sie muß den Glauben an ihre Heilung aufbringen. Doch das ist eine schwierige Sache. Unter der Ärzteschaft, besonders im Krankenhaus, gibt es so viel Negativität. Es ist ein Wunder, daß sie langsam dahinter kommen, daß diese Negativität es noch schlimmer macht. Inzwischen gibt es Seminare, die den Ärzten helfen sollen, nicht mehr negativ zu sein, keine negativen Dinge mehr zu sagen, auch nicht während einer Operation; weil man erkannte hat, daß die Patienten unter Anästhesie immer unterbewußt mithören, was gesagt wird. So werden die Ärzte nun ausgebildet, positiver zu sein, offener für geistige Dinge zu sein, so entsteht langsam ein verändertes Klima in Amerika – im Vergleich zu

früher. Ich denke, daß wir in weiteren fünf Jahren noch erstaunlichere Dinge erleben können.

Frage: Denkst du nicht, daß eine Person eine entwickeltere Seele oder Geist haben muß als es gewöhnlich der Fall ist, damit sie mehr Kraft über ihren Körper hat?

Jonathan: Ich glaube, daß es jedem möglich ist. Ich war z.B. in Afrika bei sogenannten primitiven Menschen, die kaum unser Wissen hatten. Doch sie glaubten daran, daß sie geheilt werden können. Eine sechzigjährige Frau wurde sogar von ihrer Blindheit geheilt.

Frage: Doch diese Leute sind irgendwie natürlicher, unbefangener....

Jonathan: Sie sind sehr einfach. Das Problem in westlichen Städten ist, daß die Leute einen ausgeprägten rationalen Verstand entwickelt haben, daß wir weit von unserem intuitiven Teil unseres Wesens weggerückt sind. Die Leute in Afrika sind diesem Teil viel näher, sie sind offener und der Natur näher. Doch ich glaube, daß jeder das Potential für seine geistige Kraft hat, für seine Veränderung.

Ich habe viele Leute in verzweifelten Situationen erlebt und echte Wunder mit angesehen. Ich habe z.B. hoffnungslos Drogenabhängige gekannt, und ihre Wandlung erlebt, als sie sich Jesus Christus zuwandten und ihn um Hilfe baten. Wenn die Person irgendeinen religiösen Glauben hat, kann man sie einfach dazu ermutigen, sich Jesus Christus zuzuwenden, denn er sorgt sich um den einzelnen Menschen.

Frage: Manchmal wissen die Leute nicht, wie sie beten sollen, oder können es nicht.

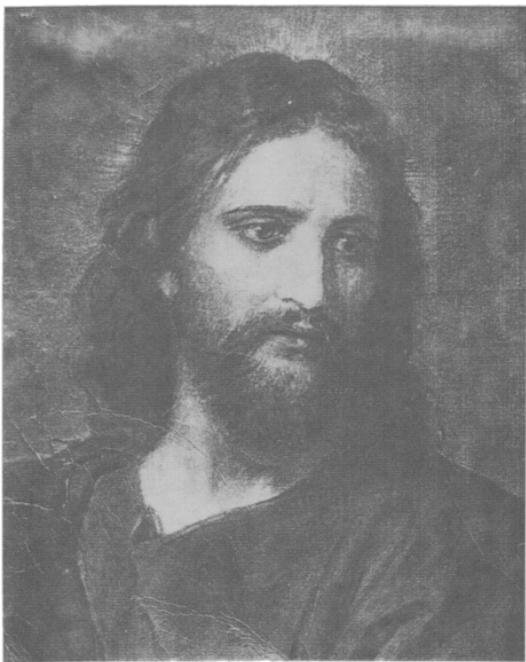
Jonathan: Die Leute haben häufig die hinderliche Vorstellung, daß Gebet etwas Formales sei, und nur Priester es tun können. Doch beten ist einfach ein Gespräch mit Gott, das ist alles, genauso wie wir jetzt miteinander reden, Gebet geht genauso. Man muß es nicht laut sagen, man kann es im Geiste sagen. Doch grundlegend ist, eine Quelle anzuerkennen, die unsichtbar ist, die geistig ist, die größer als der materielle Körper ist. Wenn du diese Quelle anerkennst, wendest du die Aufmerksamkeit von deinem Problem ab. Das ist ein großer Schritt auf eine Heilung zu. Denn Heilung ist wirklich eine Bewegung im Bewußtsein, es verändert den Brennpunkt deiner Aufmerksamkeit. So lange du deinen

Körper betrachtest, und sagst, "es ist schlimm, ich bin krank, seh' diesen Körper", dann ist deine Aufmerksamkeit vom Problem gefangen, und solange die Aufmerksamkeit darauf gerichtet ist, kann das Problem nicht weggehen. Wenn du deine Aufmerksamkeit von dir abwendest, von deinem Körper – den du sowieso nicht bist – und dich Gott zuwendest, egal wie du das schaffst, dann kann eine Heilung anfangen. Heilung passiert zuerst im Bewußtsein. Dadurch wendet sich dein Bewußtsein vom Problem zur Lösung.

Frage: Gibt es eine Erklärung, wie diese Methode funktioniert? Das ist zwar eine rationale Frage, doch interessiert das den wissenschaftlich beeinflussten Menschen. Geschieht es über Schwingungen?

Jonathan: Ich denke, es ist ein fortschreitender Prozeß. Es kann zwar plötzlich geschehen, es hängt dabei davon ab, wie total eine Person ihr

Bewußtsein auf die höhere Quelle richten kann, auf Licht, Ganzheit, Gesundheit, Liebe, etc. Deshalb ermutige ich die Leute, ihr Denken auf Jesus Christus auszurichten, sie können einfach damit anfangen, sich Jesus Christus zu visualisieren. Es ist leichter, sich Jesus vorzustellen als sich Gott zu visualisieren, weil Jesus Christus ein menschliches Wesen ist, das Gott ausdrückt. Wenn du an Gott denkst, welche Vorstellung hast du dabei? Licht zum Beispiel? Es ist sehr schwierig, sich Licht zu visualisieren. Ich kann das, doch die durchschnittliche Person kann das häufig nicht. Deshalb ist Jesus Christus so hilfreich. Jesus ist ein menschliches Wesen, jeder hat ein Bild von ihm, in der ganzen Welt. Wenn man sich das Bild von Jesus Christus visualisiert und an ihn denkt, sollte man bitte nicht den gekreuzigten visualisieren! Denn dann identifiziert man sich mit dem Leiden, und das ist einer der Fehler, den die katholische



Kirche machte. Sie betonte die Kreuzigung so stark, daß sie vergaß, was hinterher passierte, die Auferstehung. Ich sage den Leuten, sie sollen sich den auferstandenen Jesus vorstellen, dann kommt man ins österliche Bewußtsein, das ist fantastisch, weil es den Sieg über den Tod in sich trägt! Den Sieg über Begrenzungen. Deshalb sollte man die Leute, denen man helfen will, zuerst dazu bringen, an Jesus zu denken, dann zum Wissen, daß sie eins mit Jesus Christus sind, und seine Liebe fühlen, die in sie kommt.

Frage: Ja, doch viele haben immer ein Kreuzifix im Zimmer hängen! Ich tendiere dazu, es abzunehmen, doch weiß nicht, wie sie dann reagieren. Und wenn sie beten, dann blicken sie aufs Kreuz und werden kränker als zuvor.

Jonathan: Es ist wirklich ein Unglück, daß die Kirche das Kreuz so herausstellt. Es gibt kaum Bilder eines positiven strahlenden Jesus. Die wirkliche Botschaft ist die Auferstehung! Wenn wir uns den auferstandenen Jesus vorstellen können, wird uns das stark beeinflussen. Doch nun zurück zur vorhergehenden Frage bezüglich der Art der Wirkung: die esoterische Wissenschaft, ob Freimaurer, Rosenkreuzer oder andere Gnostiker sagen: *Energie folgt dem Gedanken*. Mit anderen Worten: Gedanken sind elektromagnetische Impulse, wenn wir denken, übertragen sie diese Impulse. Wenn diese Gedanken negativ sind – Furcht hat z.B. sehr viel mit Krebs zu tun –, dann werden diese die Energien in und um uns auf negative Weise beeinflussen. Wenn sie positiv sind, werden sie uns und die Umgebung positiv aufladen. Deshalb ist es notwendig, von einer negativen Haltung zur Welt zu einer positiven zu kommen.

Frage: Meinst du damit eine höhere Art des Denkens und Fühlens, als das gewöhnliche, mechanische Denken, das meiner Meinung nach wenig Kraft hat. Ich denke, das Konzept des positiven Denkens läuft dann in die falsche Richtung...

Jonathan: Ja, es ist eigentlich die ganze Haltung oder Einstellung. Wenn wir vom Denken sprechen, ist es vermutlich ein anderes Denken als das, was wir bisher für Denken hielten – das ist wohl ein semantisches Problem. Es geht hier um das, was die Bibel den Geist von Christus bezeichnet, oder den Geist Gottes. Ja, es ist eine andere Art zu denken, doch es ist Denken. Es ist eine Sache der Annäherung an die

Wirklichkeit. Das Wort in der Bibel heißt *Glaube*.

Frage: Hat das auch mit Willen zu tun? Jonathan: Ja, dieser hat damit zu tun. Es muß ein Bedürfnis zur Veränderung da sein. Es ist interessant, daß Jesus diese Notwendigkeit lehrte und daß das Wort 'repent' (Reue, Buße) so falsch verstanden wird. Denn die Leute denken, es meint Klagen, Selbstvorwurf etc. Doch das meinte er nicht damit. Er meinte damit eine Umwandlung (restructuring) des Denkens und der ganzen Lebenshaltung.

Unser Focus sollte das spirituelle Wesen sein, das wir sind. *Gott ist nicht krank*. Gott ist in uns. Wenn wir uns mit dem göttlichen Teil in uns identifizieren, dann kann dieser Teil von uns unserem Körper und uns helfen. In den USA gibt es einen bekannten Arzt, Dr. Simeton. Er arbeitet mit Krebspatienten. Er bringt die Patienten dazu, sich vorzustellen, wie die guten Zellen die schlechten, die Krebszellen, auffressen, sich das zu visualisieren. Er hat gute Erfolge. Er benutzt auch Meditation und anderes. Was er hauptsächlich benutzt ist Vorstellungskraft, die gesunde Kraft siegt über die kranke. In dieser Richtung wird inzwischen sehr viel gemacht in den Vereinigten Staaten, man baut sogar ein Krankenhaus in Oklahoma, wo alle alternativen Methoden zusammen mit den guten Seiten der herkömmlichen Medizin benutzt werden sollen. Ich denke, die moderne Welt ist herausgefordert, eine Einheit zwischen Mensch und Natur wiederherzustellen.

Frage: Was macht man genau, wenn man jemandem helfen will?

Jonathan: Es ist wichtig, daß man sagt: Im Namen von Jesus Christus. Das ist wie ein Mantram, doch meiner Meinung nach das wirkungsvollste. Doch beide, die Person, die es sagt und die Person, die es betrifft müssen fest daran glauben, so daß das Wort seine Kraft entfalten kann. Das Wort Jesus Christus hat eine bestimmte Schwingung und hat auch deshalb Kraft, manchmal sogar, wenn die betroffene Person nicht daran glaubt. *Anmerkung d. Redaktion:*

Zum Komplex Geistheilung und Heilung mit göttlicher Hilfe gibt es eine Reihe Literatur. Ein Buch das in der Richtung dieses Gespräches geht ist: "Göttliche Heilung von Seele und Leib" von McDonald Bayne. Es enthält die 14 Johannesburger Christusreden (medial vermittelte Reden, die eines der Evangelien erläutern) und erschien im Aurum Verlag, Freiburg (256 S., DM 29,80)



Immer mehr legen ihre Gefühle in die Tiefkühltruhe. Ob sie verlangen, dadurch die Haltbarkeit zu verlängern? 64 Seiten, reichhaltig illustriert 12 DM

amp-verlag Lucy Körner
Postfach 1106, 7012 Fellbach

amp-verlag

Neue Zeitschriften

ZERO-MAGAZIN, Nr.18, DM 5,-
Das neue Zero beschäftigt sich mit aktuellen Weltgefahrenthemen: Atomkriegsgefahr (v. Reimer Lenz), Anthroposophie und Großindustrie, Öko-Gewalt als letzter Ausweg?, Tod in Thailand u.a. einiges mehr. Der letzte Artikel berührt den Leser stark. Dann gibt es einen Bericht über die Fahrt nach Stillpoint (von Jürgen Oster) und über die Öko-Lehrgemeinschaft Kleine Erde in Holland. Ein vielseitiges Heft, doch mir persönlich hat es zu negative Schwüngen....

Nachbarschaft

(Nr.7, DM 4,50)
Artikel über Sonnenkocher-Herstellung, Pedal-Power, Lebensbericht der Neerings, einiges über Fahrräder und vieles andere ökologische.

Die Flamme

Die Zeitschrift von Mellie Uydert (Mutter Erde Verlag, 3557 Fuldenberg) Dieses Heft wieder sehr schön über Tagundnachtgleiche, über Sonne, Mond und Erde, über die Gärtnerin der Mutter Natur und ein Frühlingskraut.

Bestelladressen: Zero-Verlag, Vierbaum Heide 82a, 4134 Rheinberg 4
Nachbarschaft, Pale-Verlag, Postf. 51
6117 Schafheim. (Bitte direkt bestellen)

UNORTHODOXE MEDIZIN

Herausforderungen und Chancen der Medizin

von Lyall Watson

Die Teilchen-Orientierung im biologischen Denken ist absurd, doch zum Glück ist sie fast ganz auf den Westen beschränkt. Da man beginnt, Gebiete wie Akupunktur und die Kontrolle der autonomen Prozesse zu erforschen, fangen die feld-orientierten Ideen des Ostens an, uns zu beeinflussen. Das Auftauchen eines neuen Feld-Ansatzes bei den Wissenschaften vom Leben ist im Gange, doch es bedarf noch großer Hilfe. Besonderer Druck und ein Anreiz zur Veränderung sind erforderlich. Ich glaube, daß die Phänomene aus dem Bereich des unorthodoxen Heilens einen solchen Anreiz liefern. Sie stellen eine Herausforderung dar, die schwer zu ignorieren ist.

Meine erste direkte Erfahrung mit diesem Bereich fand auf den Philippinen bei der täglichen Sprechstunde statt, die ein örtlicher Heiler in seinem Haus in den Pangasinan-Niederungen, in der Nähe von Manila, abhielt. Jose Mercado beginnt seine Dienste jeden Morgen damit, daß er alle potentiellen Patienten sich in einer Reihe an der Wand des Gebäudes aufstellen läßt, in dem er arbeitet. Dann geht er an der Reihe entlang, wobei er seinen Zeigefinger ausstreckt wie ein Kind, das Cowboy spielt, und nimmt an jedem ausgestreckten Arm eine seiner "Geist-Injektionen" vor. Dabei kommt er nie näher als bis auf einen Meter an einen Patienten heran, und doch fühlen alle miteinander ein Stechen auf der Haut, und bei 80% erscheint an der entsprechenden Stelle ein kleiner Blutstropfen.

Ich stellte mich ebenfalls in der Reihe auf. Als er mit dem Finger auf meinen Oberarm zeigte und eine Bewegung machte wie bei einer Injektion, fühlte ich einen scharfen, lokalisierten Schmerz. Als ich meinen Arm aufrollte, wies der Arm einen winzigen roten Punkt auf wie einen Einstich, aus

dem ein Tropfen Blut trat. Das Hemd schien völlig unbeschädigt.

Als westlicher Wissenschaftler denkt man zuerst an mechanische Lösungen. Ich spielte kurz mit dem Gedanken an einen verborgenen Laserstrahler, doch dann verwarf ich ihn schnell wieder, denn dieser Mann hatte den Laserstrahler weder verstecken noch ihn sich leisten, noch ihn auf diese Weise bedienen können. Ich dachte auch an ein Gerät, das winzige Projektile aus Wasser, Eis oder sogar Blut verschöß – und verwarf dann diese Idee aus ähnlichen Gründen.

Doch ich konnte das nicht auf sich beruhen lassen. Ich kam am nächsten Morgen wieder und brachte eine sehr einfache Ausrüstung mit, um einige der Möglichkeiten zu testen, die der Situation innewohnten. Ich legte ein gefaltetes Blatt aus Polyäthylen, vier Schichten übereinander, auf meinen Oberarm und befestigte es mit einem Gummi unter dem Arm meines Baumwollhemdes. Dann stellte ich mich wieder in die Reihe.

Mercado vollzog die übliche Geste in meine Richtung aus einer Entfernung von ungefähr fünf Fuß (1,50m). Ich fühlte nichts und sagte ihm das auch, worauf ich ihn bat, es noch einmal zu versuchen. Er wiederholte den Vorgang aus einer Entfernung von ungefähr drei Fuß (0,90 m). Diesmal fühlte ich den Stich, und als ich die Auflage entfernte, fand ich den üblichen Punkt und einen Blutstropfen, den ich zu späterer Analyse auf ein Mikroskopplättchen streifte. Fünf Minuten später drückte ich aus der Stelle einen zweiten Blutstropfen zu Vergleichszwecken heraus.

Ich stellte außerdem fest, daß das Plastikblatt im Bereich direkt über der Wunde durchbohrt war, als sei eine kalte Nadel durch alle vier Schichten gedrungen. Ungefähr zweieinhalb Zentimeter von diesem Punkt entfernte, vermutlich an der Stelle, die Mercado erster "Injektion" entsprach, befand sich eine weitere Punktierung in dem Plastikmaterial, die aber nur durch zwei der vier Schichten hindurchging, als habe Mercados Stärke aus der

Entfernung von fünf Fuß nicht ausgereicht, um meine experimentelle Schranke zu durchdringen. Es waren jedoch die beiden unteren Schichten, die meiner Haut am nächsten lagen, die punktiert waren.

Als später am gleichen Tage in einem Labor in Manila in meiner persönlicher Anwesenheit die beiden Blutproben untersucht wurden, erwies sich die zweite als meiner eigenen Blutgruppe zugehörig, die erste Blutprobe gehörte aber einer mir völlig fremden Blutgruppe an. Es war nicht einmal Menschenblut – die roten Blutkörperchen hatten Kerne.

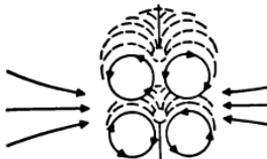
Dies gab mir Stoff zum Nachdenken. Das Vorliegen der Löcher in dem Plastikmaterial schloß aus, daß eine Art hysterischer Reaktion von mir für die Erzeugung des Blutes verantwortlich sein könnte, ähnlich wie die, die religiöse Stigmata auslöst. Und doch schienen das Vorliegen von nur zwei Löchern in den unteren Plastikschichten die Möglichkeit auszuschließen, daß Mercado sie durch irgendeine bekannte Projektion energetischer Art erzeugt haben könnte. Die Existenz



des nicht-menschlichen Blutes machte es unwahrscheinlich, daß ich allein an dem Phänomen beteiligt war, und doch wurde die ganze Sache persönlich dadurch, daß eine Punktierung vorlag, durch die schließlich mein eigenes Blut austrat. Das Dilemma war vollständig.

Seit meiner Erfahrung haben noch andere versucht, das Phänomen zu untersuchen, indem sie Kondensator-scheiben und die verschiedensten ausgefeiltesten elektronischen Apparate benutzten, doch ohne Erfolg. Manchmal versagt der Apparat, doch häufiger tritt eine Reaktion in Anwesenheit von Instrumenten, die ihre Realität jenseits aller vernünftigen Zweifel bestätigen könnten, nicht ein. Nach mehr als sechsmonatiger Erforschung dieser Art von Phänomenen auf den Philippinen bin ich zufrieden, daß ihre schwer fassbare Art nichts mit absichtlichem Betrug oder der Weigerung zu tun hat, das Phänomen in Anwesenheit wissenschaftlicher Instrumente zu bewirken aus Angst, der Betrug könne entdeckt werden. Der Fehler scheint in den Instrumenten selbst zu liegen und in der experimentellen Haltung, die sie hervorruft. Unsere Geräte sind dazu bestimmt, mit der Alltagsrealität umzugehen, denn das ist die einzige, die unser System anerkennt. Sie sind nicht darauf eingerichtet, mit mentalen oder spirituellen Faktoren oder mit den Arten von Interaktionen umzugehen, die zwischen zwei oder mehreren Psychen zustande kommen können – und ich glaube, daß wir es bei vielen Arten des unorthodoxen Heilens mit Geschehnissen dieser Art zu tun haben, mit einer Ordnung, die auf einer anderen Ebene der Realität basiert.

Die theoretische Physik hat mit der



Hilfe Heisenbergs dieses Problem akzeptiert, und es ist höchste Zeit, daß die Wissenschaften, die sich mit dem Menschen beschäftigen, es ihr gleichtun. Wir müssen uns freimachen von vorgefaßten Meinungen darüber, wie Dinge funktionieren, weil mit ziemlicher Wahrscheinlichkeit alle unsere Beschreibungen mehr oder weniger irreführend sind. Unvoreingenommenheit ist eine

notwendige Vorbedingung für wirkliche Entdeckungen. Offenheit ist ein einzigartiger und machtvoller geistiger Standpunkt. Wenn man keine vorgefaßte Meinung hat, will man Dinge herausfinden, und da man sonst nichts tun kann, forscht man wirklich.

Doch es ist sehr schwierig, aufgeschlossen zu sein. Ich glaube, daß es schon jetzt genügend Beweise dafür gibt, daß ein tagträumend in der Schule sitzendes Kind seinen Geist kreativer gebraucht als das Kind, das aufpaßt, doch Sie werden wenig Lehrer finden, die das akzeptieren können. Sie sind die Experten, und aufgrund von Definitionen und Sitte erwartete man von ihnen, daß sie unseren Kindern sagen, wie die Dinge sind, und nicht, daß sie sie ermutigen, Dinge selbst zu erforschen. Wir alle sind Spezialisten geworden, und Spezialisten heißen Entdeckungen nicht willkommen, sondern nur neue Beweise für das, was sie bereits wissen. Wir alle haben eine dogmatische Gewißheit hinsichtlich der Gültigkeit unserer eigenen Wahrnehmungen und der spezifischen Interpretationen der Realität gewonnen, die wir gemeinsam vorzunehmen und als exklusive Tatsache zu akzeptieren gelernt haben. Von allen Wissenschaften, die sich mit dem Menschen beschäftigen, ist die wohl dogmatischste und am meisten in ihren Methoden festgefahrene die moderne Medizin mit ihrer Theorie und Praxis. Dies ist ein weiterer Grund dafür, daß ich die der Praxis des unorthodoxen Heilens innewohnenden Phänomene für eine so große Herausforderung halte.

Mit der Qualität der durch unorthodoxe Mittel bewirkten Heilungen befassen sich andere Abschnitte dieses Buches (siehe unten) sehr ausführlich. Ich glaube, daß man nicht länger daran zweifeln kann, daß viele dieser Symptome insofern angemessen sind, als sie kulturelle und manchmal sehr dramatische Techniken verwenden, um Patienten in direkte Berührung mit den unbewußten Bereichen ihrer eigenen Psyche zu bringen, die letztendlich voll und ganz für die Gesundheit verantwortlich sind. Sie geben den Patienten die Verantwortung für ihre eigene Gesundheit zurück. Das ist fabelhaft, aber noch aufregender finde ich die damit zusammenhängenden Phänomene, die in direktem Kontakt stehen mit den etablierten Erklärungen dafür, wie Dinge sich abspielen. Ich glaube, daß wir im unorthodoxen Heilen nicht nur ein Potential zur Verbesserung unserer Gesundheit besitzen, sondern auch zur Vergrößerung unserer Weisheit.

Ein zentraler Bereich all dieser unorthodoxen Heilmethoden, wie man sie heute auf den Philippinen, in Indien, in Afrika und in Südamerika findet, ist eine Reihe von visuellen Effekten, eine Art Schaufensterdekoration, welche das Heilen dramatisiert, das auf einer anderen, fundamentalen Ebene stattfindet. Diese Techniken schließen stets die Produktion von makroskopischer Materie auf höchst ungewöhnliche Weise ein. Mit einem Wort, Materialisation gehört dazu.

Die konventionelle Physik kann die Produktion oder Zerstörung von Materie ohne die Benutzung enormer Energiemengen nicht hinnehmen. Diese Energiemengen sind viel zu groß, um durch irgendein biologisches System erzeugt oder kontrolliert zu werden. Die Physik hat recht, auf diese Art können die Dinge nicht geschehen, aber nichtsdestoweniger geschehen sie und können nicht als Wahn, Hypnose, Betrug, Täuschenspielererei oder bloßes Wunschen abgetan werden.

Bei mindestens einer Gelegenheit war ich auf den Philippinen in der Lage, die Umstände, unter denen eine Materialisation stattfand, so streng zu kontrollieren, daß ein Betrug unmöglich war. Ein Heiler kam zu mir in mein Hotel in Manila, um mit mir zusammen zu essen. Während wir zusammensaßen, näherte sich ihm eine amerikanische Dame, die ich vom Sehen kannte. Sie hatte ihn noch nie getroffen, wollte jedoch wissen, ob er möglicherweise Zeit hätte, sie vor ihrer Abreise in die USA am nächsten Morgen zu behandeln. Es widerstrebt ihm, zu dieser späten Stunde noch irgend etwas zu tun, doch als ich ihm anbot, mein Zimmer zu benutzen, war er bereit es zu versuchen. Er stimmte auch deshalb zu, um mir die Chance zu geben, jeden Argwohn auszuräumen, den ich möglicherweise hinsichtlich der Quelle des Gewebes hegte, das gewöhnlich bei seinen Operationen auf der Körperoberfläche des Patienten erscheint.

Ich führte ihn sofort in mein Zimmer. Er kleidete sich aus und gestattete mir, ihn gründlich zu durchsuchen und seine Kleidung in meinem Schrank zu verschließen. Er trug nur ein Paar dünner Baumwollshorts von mir. Die Patientin wurde auf die gleiche Weise durchsucht und war bereit, sich auf meinem Hotelbett liegend behandeln zu lassen, ohne auch nur mit dem üblichen Handtuch bedeckt zu werden. Ein Freund und ich zogen Stühle heran und beobachteten den gesamten Vorgang aus einer Entfernung von weniger als zwei Fuß

(ca. 60 cm). Wir machten mehrere Polaroid-Aufnahmen, um sicherzugehen, daß auch tatsächlich das geschah, was unsere bloßen Augen sahen.

Der Heiler benutzte kein Wasser, keine Watte, kein Öl – nichts, was auf irgendeine Weise präpariert sein konnte, um chemische Reaktionen zu erzeugen, durch die Blut und Gewebe simuliert worden wären. Doch trotz all dieser Vorsichtsmaßnahmen erschien, nachdem er ihre Haut ungefähr drei Minuten lang manipuliert hatte, eine rote Flüssigkeit darauf, die sich bei späterer Analyse als von der Blutgruppe der Patientin erwies. Etwas später während der Behandlung gelang es dem Heiler auch, eine kleine Menge Gewebe hervorzubringen, ungefähr zehn Gramm, die ich an mich nahm und in einem Glaskolben verwahrte, den ich verschloß und am nächsten Tag zur Untersuchung in ein Labor bringen wollte. Diese Analyse bekam ich allerdings nie. Obwohl der Kolben am nächsten Morgen noch immer versiegelt war, war er leer. Die Probe war ohne Spur daraus verschwunden, als sei sie an der ersten Stelle nie vollständig materialisiert worden.

Nachdem ich mehrere Jahre lang immer wieder Heilungssituationen miterlebt habe, bin ich sicher, daß ein Teil des Vorgangs in Bereichen stattfindet, die unser normales Konzept von Raum und Zeit zunichte machen. Nicht nur finden Materialisationen statt, sondern sehr häufig sind auch die beteiligten Objekte so völlig der Situation angemessen, daß ihre Erzeugung eine Kenntnis der Umstände und der Psychologie von seiten des Heilers fordern würde, an die noch schwerer zu glauben ist als an die Erzeugung und Zerstörung von Materie.

Einmal reiste ich im Amazonasgebiet in einem schmalen Flußboot mit drei brasilianischen *caboclos*, als einer von ihnen plötzlich infolge eines entzündeten Abszesses unter einem Weisheitszahn Fieber bekam. Ich hatte keine Antibiotika bei mir und bemühte mich vergeblich, den Zahn mit Hilfe einer der langen, schmalen Zangen des Ingenieurs zu ziehen. Ich war im Begriff umzukehren, als einer der Bootsmänner erwähnte, daß ein berühmter Heiler nur ein paar Stunden entfernt in einem Stammesgebiet lebte. Wir verließen den sandigen Hauptstrom und begaben uns in ein ruhiges Lagunengebiet mit klarem, grünem Wasser. Schließlich erreichten wir eine Stelle, an der der Wald für eine Maniokpflanzung gerodet war, und legten bei einer Gruppe von Palmenhütten an.



Der Heiler war bereit, unseren Patienten zu behandeln, und begann sofort damit, indem er ihn auf einem Holzklotz in die Lichtung vor seinem Haus Platz nehmen ließ. Bei der vorbereitenden Besprechung ging es keineswegs um die Symptome des Patienten, sondern um die besonderen Umstände, den genauen Ort und die Zeit. Diese wurden zuerst festgestellt. Dann kamen Heiler und Patient überein, daß nicht schlechte Zahnpflege für das Übel verantwortlich sei, sondern böswilliger äußerer Einfluß, die Kraft eines bösen Geistes, den der Heiler zufällig gut kannte.

Er fuhr mit seinem gekrümmten Zeigefinger im Mund des Patienten herum und hob den schmerzenden Backenzahn heraus, als habe er dort lose unter der Zunge gelegen. Wir wurden alle aufgefordert, uns den Zahn und die leere Stelle im Zahnfleisch des Patienten anzusehen, die nur sehr leicht blutete. Rundum herrschte große Zufriedenheit, doch der Heiler war noch nicht fertig. Er sagte, er müsse noch den Schmerz beseitigen.

Er massierte die geschwollenen Drüsen am Hals des Patienten, ließ ihn sich mit weit geöffnetem Mund zurücklehnen, setzte sich ihm gegenüber und begann, in einem indianischen Dialekt leise zu singen. Nach ein paar Minuten begann ein Rinnsal von Blut aus dem Mundwinkel des Patienten zu fließen, dann folgte eine Reihe lebendiger schwarzer Ameisen.

Diese Ameisen liefen nicht wild durcheinander, wie es der Fall gewesen wäre, wenn der Heiler nur irgendein Behälter

mit Ameisen in den Mund des Patienten entleert hätte; sie marschierten in einer geordneten Reihe, zu zweit oder dreien nebeneinander, wie wenn sie von irgendwoher kamen und irgendwohin zu gehen hätten. Es kamen immer mehr, bis etwa hundert oder mehr Ameisen in einem Strom am Hals des Patienten herunter, über seinen bloßen Arm und dann herunter auf den Holzklotz liefen, auf dem er saß. Dann sahen er und ich und alle Anwesenden, wie die Kolonne die Lichtung überquerte, ins Gras lief und verschwand.

Sehr bald darauf fühlte sich der Patient wieder wohl. Ich war verblüfft, doch für ihn mit seinem kulturellen Hintergrund, seinen Erwartungen und Überzeugungen war die Behandlung vollkommen angemessen. Sofort von Anfang an hatte der Heiler sich darauf konzentriert, zusammen mit dem Patienten dessen ganze Lebenssituation und alle Umstände zu erforschen, die zu der Krankheit geführt hatten. Er kümmerte sich überhaupt nicht um die Symptome oder darum, eine wohlklingende Diagnose zu stellen. Er versuchte, die Ursachen und Wurzeln zu erhellen und den Zustand soweit zu klären, daß er behandelt werden konnte. Er schuf eine sinnvolle Handhabung dafür – eine Identität.

Vielleicht schrieb er die Zahnschmerzen und das Fieber zu unrecht bösen Geistern zu, doch indem er etwas in dieser Art feststellte, lieferte er zusätzlich zu seiner überaus wirksamen Zahnbehandlung noch psychiatrische und soziale Fürsorge ohne Mehrkosten. Außerdem bekräftigte er seine Beurteilung und sicherte ihre Wirksamkeit durch die Durchführung einer außergewöhnlichen Sinnestäuschung. Ich bin sicher, daß die Ameisen real waren. Ich glaube, daß sie materialisiert worden sein müssen, doch was mich am meisten beeindruckt, ist die schlaue Wahl gerade dieser Manifestation.

Als die Ameisen aus dem Mund des Patienten zu strömen begannen, brachen alle Anwesenden in schallendes Gelächter aus. Sie hielten das für sehr lustig, doch ich verstand den Spaß dabei nicht, bis er mir später erklärt wurde. Das dort gebräuchliche Wort für Schmerz ist dasselbe, das auch die Ameisen bezeichnet. Der Heiler hatte gesagt, der Schmerz werde verschwinden, und das tat er dann auch. Er kam in Form eines feinen und außergewöhnlichen visuellen "Wortspiels" heraus. Die Materialisation, wie immer sie erzeugt worden war, war wundervoll passend. Sie war auf großartige und

phantasievolle Weise den Bedürfnissen des Patienten angepaßt und in die Art von Symbolismus eingebettet, mit der das Unbewußte am leichtesten umgehen kann. Sie gab dem Patienten den Anreiz und die Mittel zur Erzeugung von Wohlbefinden.

Das ist für mich sehr gute Medizin.

Es ist auch eine Art von Magie mit Obertönen von Intelligenz. Ein Bewußtsein des Bedürfnisses und eine Genauigkeit der Diagnose, die auf irgendeine normale Art nicht zu erklären sind. Genau diese Art von Phänomenen kommt in unorthodoxen Heilungstechniken sehr oft vor und muß Medizinern und Physikern in der Tat allerhand zu denken geben.

Ich machte mir darüber viele Gedanken. Ich hatte nicht einmal Lust darüber zu sprechen, bis ich vertrauter wurde mit der Arbeit einiger der neuen theoretischen Physiker. Eines ihrer Modelle finde ich ganz besonders passend.

David Bohm vom Birbeck College der Londoner Universität hat ein neues Konzept vorgeschlagen, das er als gefaltete oder entfaltende Ordnung bezeichnet. Er benutzt das **Hologramm**, um zu zeigen, daß eine fotografische Platte Interferenzmuster von Laserlicht so aufzeichnen kann, daß ein Objekt nicht nur dreidimensional wiedergegeben werden kann, sondern auch in seiner Gesamtheit aus irgendeinem kleinen Ausschnitt der Platte wiedererschaffen werden kann. Jeder Teil eines Hologramms enthält das Ganze. Tatsächlich verzeichnet es eine Ordnung, die der auf der Platte stattfindenden Lichtbewegung innewohnt. Charakteristisch für diese Ordnung ist es, daß die gesamte Information über das ganze Objekt in jedem Bereich des von der Platte eingenommenen Raumes enthalten ist.

Bohm bezeichnet diese Ordnung als enthaltende Ordnung und beschreibt sie als den zusammengefalteten Zustand von Materie. Dieser Zustand ist unsichtbar, unhörbar und unberührbar, doch es wird möglich, ein Objekt zu sehen, zu hören und zu berühren, sobald die Lichtwellen, Schallwellen und sich bewegenden Elektronen, aus denen es aufgebaut ist, aus dem verborgenen, gefalteten Fluß der Dinge hinaus entfaltet werden sind.

In der alten Physik Newtons war es möglich, die Bewegungsgesetze zur Beschreibung der sukzessiven Positionen zu benutzen, die ein Objekt zu einer Reihe von sukzessiven Zeitpunkten einnahm. Die neue Quantenmechanik zeigt, daß die objektive Welt in Raum



und Zeit nicht länger existiert, und zwingt uns, nicht mit harten Tatsachen, sondern mit Möglichkeiten umzugehen. Bohm schlägt vor, die logischste Möglichkeit sei, daß ein Objekt sich nicht physisch von einem Ort zu einem anderen bewegt, sondern in jeder neuen Position von neuem erschaffen wird. Er nimmt an, daß ein entfaltetes Objekt sich selbst faltet, verschwindet und dann wieder erscheint, wenn es sich in einer neuen Position wieder entfaltet. Seine Form in der neuen Position wird im allgemeinen der vorherigen ähnlich sein, doch im Detail bestehen Unterschiede. Es ist nicht dasselbe Objekt.

Wenn er im Recht ist, so können wir anfangen, einen Sinn hinter scheinbar widersprüchlichen Phänomenen wie der Materialisation zu entdecken. Wenn Materie eine bloße Erscheinung ist, abstrahiert von der grundlegenden gefalteten Ordnung, dann besteht nicht die Notwendigkeit anzunehmen, daß große Mengen Energie zu ihrem Erscheinen und Verschwinden verbraucht werden müssen. Solche Dinge geschehen dauernd. Sie sind Teil des normalen Verhaltens aller entfaltenen Ordnung. Wir, die Pflanzen, von denen wir leben, und das Gestein, auf dem wir alle stehen, sind nichts weiter als relativ stabile Formen, die von dem zugrunde liegenden universalen Strom abgeleitet sind. Unsere Materie ist unabhängig genug, um als solche erforscht zu werden, doch nur bis zu einem gewissen Punkt. Wir können die Geschwindigkeit eines Teilchens oder seine Position kennen, aber niemals beides. Wenn irgendeine Erforschung von Substanz auf diese fundamentale Ebene kommt, bricht sie zusammen. Sie versinkt aufgrund des Prinzips der Unbestimmtheit, das demonstriert, daß manche Dinge niemals bekannt werden können, weil sie nicht da sind, um bekannt zu werden. Die gefaltete Ordnung kann nicht mit den Methoden und Instrumenten untersucht werden, die zur Erforschung des Entfalteten bestimmt sind.

Die theoretische Physik ist vor einigen Jahren an diesem Punkt angelangt, doch

heute stehen die Wissenschaften vom Menschen aufgrund der zunehmenden Versuche, Randphänomene wie die beim unorthodoxen Heilen zu erforschen und zu erklären, vor derselben wissenschaftlichen Patt-Situation, die die Physik zum Innehalten und neuen Überdenken zwang. Wir holen uns endlich selbst ein.

Es ist wichtig, sich klarzumachen, daß die Werkzeuge für diese Rekonstruktion immer verfügbar waren. Heute sind sie in den Händen derer, die noch jung oder noch weit genug von uns entfernt sind, um den Glauben an andere Arten von Realität zuzulassen.

(c) Hirthammer Verlag, München. Dieser leicht gekürzte Abdruck dieses Artikels aus dem interessanten Buch "Heiler und der Heilprozess" von George W. Meek, erfolgte mit freundlicher Genehmigung des Verlags.

Leibegenschaft und Sklaverei existieren noch heute – in den meisten Liebesbeziehungen! Selbst fortschrittliche Paare scheuen sich keineswegs, den Partner mehr oder weniger offen zum Privateigentum zu degradieren.

Ernest Borneman
Heinz Körner Edt Lancker
Arno Mack Adalbert Schmidt

Eifersucht

Ein Lesebuch für Erwachsene

amp-verlag

Zur Genalogie der Eifersucht Lieben heißt lossassen können. Die Liebe ist ein Kind der Freiheit. Eine tödliche Krankheit? Meine Eifersucht Scheitert sexuelle Befreiung an der Eifersucht?

ISBN 3-922028-01-2
127 Seiten

DM 15 –

amp-verlag Lucy Körner
Postfach 1106, 7012 Fellbach



GIA-FU FENG
in LAUENEN b/GSTAAD, SCHWEIZ

Gia Fu Feng ist einer der letzten lebenden grossen Meister des TAO. Lebte bis 1947 in China, dann in den USA. Lehrer am "Esalen Institut". Gründer der TAO-Gemeinschaft "Stillpoint" in Colorado. Übersetzer des "Tao Te Ching" und Chuang Tsu's.

Intensives Erleben taoistischer Lebensweise. Unterricht in :

TAI CHI-CHUAM, AKUPRESSUR, CHINESISCHE KALLIGRAPHIE. INDIVIDUELLE THERAPIE
Preis: Fr. 900.- (alles inbegriffen)
Information und Anmeldung:

MALAR, JURAHAUS, CH-2801-MONTSVEJLER
Telefon 066/38 87 90

WIRKSTATT

Nowackanlage 13, 75 Karlsruhe.
Neues Programm zu Workshops über:
Bauchtanz, Kunst des guten Sehens,
Heilkräutersuche, Musikführung. Erlebte Wildnis, Musik und Yoga, Fahrradtouren, Wanderungen und vieles mehr.

PURVODAYA

Zentrum für Therapie und Meditation Bedeutendstes growth-center in Europa. Alle Arten von Gruppen: Primär, Encounter, Tantra, Rebirthing, Energie, Shiatsu, Tai Chi, Gestalt. . . Leben auf dem Lande in einer Community von etwa 50 Erwachsenen und Kindern. Kreatives Selbstverwirklichen in der Arbeit mit Holz, Stein, Verlag, Druckerei, Garten (9Kirschbäume), Video, Filmen. Komm in die Purvodaya-Familie, ob du Sannyassin bist oder nicht. Wir werden bald 100 sein und mehr, hier kannst du wachsen, blühen, leben und lieben und der sein, der du bist. Bitte ausführliches Programm anfordern. Purvodaya, 8-51 Margarethenried Tel. 08764-426

DROGEN UND MEDITATION

Vortrag von Walter Dänzer
11.6. 20 Uhr, Senckenbergmuseum, vom Frankfurter Ring

Im Hologramm Nr. 24 vom März 81 war der Preis für das Augenübungsbuch mit DM 12,- angegeben. Wegen Formatvergrößerung kostet es jetzt 16,80, schreibt der Verlag.

TAI CHI MIT MEISTER CHU

Eine Woche Tai Chi mit Meister K.H. Chu, London, vom 29.6.-3.7. 81 in Frankfurt. Tai-Chi-Form, Tai-Chi-Selbstverteidigung.
Meister Chu lehrt den alten "originalen" Yang-Stil und ist Beauftragter der Yang-Familie (geführt von Großmeister Yang Sau-Chung, Hongkong) für Europa
Information: Tai-Chi-Schule Frieder Anders, Rohrbechr. 22, 6 Frankfurt 60 0611/458573 oder 385535

GRUNDLEGENDE: kein Alkohol, kein Nikotin und vegetarische Wollwertkost mit Betonung auf Frischkost und biologische Gemeinsamkeiten und Anregungen verschiedener Art.

FINNLAND-FREIZEIT zu LUONTOLA mit Finnjet, Helsinkifahrt • und Ausflügen, Vorträge. 6.-25.8.81

FREIZEIT INSEL ISCHIA mit Dr. Bruker v. 5.-26.9.81

BERGWANDER-FREIZEIT MÖLTEN/Südtirol 5.-19./19.9.-3.10.81

ISRAEL-FREIZEIT zu AMIRIM (Lebensreformer- und Vegetarier-Dorf) 600 m mit 4-Tage-Rundfahrt zu den wichtigsten Kultstätten. 5.-19.9./-26.9.81

FRÜCHTE- UND BADE-FREIZEIT INSEL KRK in Jugoslawien 5.-19.9.81 + 19.9.-3.10.1981 

VOLLWERT-ERNÄHRUNG - Seminar in Camberg/Ts. 14.-16.8.81

HERBST-FREIZEIT mit Maria Treben in Österr. 4.-17.10.81

ENTGIFENUNGS- UND REISPASTEN-KUR v. 16.-24.10.81 und FRISCHKOST-THERAPIEWOCHE v. 24.-31.10.81 am Edersee. 

PHERES: Institution Gynmed, Niddagaustraße 18; Ruf: 6000 Frankfurt am Main 90; 0611/783270 + 784754 



notizen am wege

interview mit RAM DASS

Michael Toms von
NEW DIMENSIONS RADIO
interviewt Ram Dass

Ram Dass ist einer der bekanntesten und artikuliertesten Sprecher der neu erwarteten Spiritualität im Westen. Vormals Richard Alpert, Psychologie-Professor an der Harvard Universität, lehrte, therapierte und schreibt er – seit seinem Zusammentreffen mit Maharajji (einem indischen Weisen) im Jahre 1967 – unter dem Namen Ram Dass. In den letzten Jahren galt seine Aufmerksamkeit insbesondere der Arbeit mit Sterbenden und mit Gefängnis-Insassen. Er ist der Autor solcher Bücher wie SEI HIER JETZT, ALLES LEBEN IST TANZ und SCHROT FÜR DIE MÜHLE. Sein Buch über Maharajji kommt im Laufe dieses Jahres beim Sadhana-Verlag, Berlin, heraus. Wir bedanken uns herzlich bei Stewart vom Sadhana-Verlag für die Übersetzung dieses Interviews.

(Da das Interview recht lang ist, müssen wir aus Platzgründen eine kleinere Schrift verwenden.)

Michael Toms: Du hast dich in letzter Zeit verstärkt dem Sterbe-Projekt deiner Hanuman Foundation gewidmet. Ich möchte ein wenig darüber von dir hören und wissen, was alles bei dir in dieser Zeit passiert ist, denn es ist schon eine Weile her, seit wir miteinander sprachen.

Ram Das: Ja, – und manchmal ist es bei mir so, daß ich das Gefühl habe, als geschähe überhaupt nichts, und zu anderen Zeiten ist alles so sehr in Bewegung, daß ich es kaum registrieren, geschweige denn ausleben kann.

Das Sterbepjekt ist gerade dabei, seine Aktivitäten über seine bisherigen Retreats und Workshops und die individuelle Betreuung hinaus zu erweitern, indem wir einen nationalen Telefondienst eingerichtet haben für Sterbende oder für Menschen, die mit Sterbenden arbeiten, damit sie mit anderen Menschen sprechen können, die den Tod als Möglichkeit betrachten, spirituell zu erwachen. Das ist ein ganz bestimmter Kreis von Menschen. Wir werden die Möglichkeit der Inanspruchnahme dieses Dien-

stes zuerst einmal genügend publizieren, und dann werden wir uns bei der Beantwortung der eingehenden Anrufe abwechseln.

M.T.: Kann man von überall anrufen?
R.D.: Ja, wobei ein Anrufbeantworter den Anruf aufzeichnet und wir dann später zurückrufen. Wir bezahlen die Gebühren und machen das Ganze als Teil unseres gemeinnützigen Projekts (non-profit-project).

M.T.: Was bedeutet es, den Tod als Möglichkeit zum Erwachen zu betrachten?

R.D.: Nun, wenn du eine menschliche Inkarnation als Fahrzeug wahrnimmst, um zu Gott zu gelangen und aus der Verhaftung zu erwachen, die dich in der Illusion gefangen hält, dann ist die Weise, auf die du stirbst, ein Ausdruck deiner bisherigen spirituellen Entwicklung. Du betrachtest den Tod nicht als ein Ende, sondern lediglich als eine Verwandlung oder als ein Ablegen einer Form, an die du dich gewöhnt hast. Du wirst trotzdem der bleiben, für den du dich hältst, nur daß du nicht länger diese Form auf dieser Ebene sein wirst. Fast alle großen östlichen Traditionen betonen, wie entscheidend die Ausrichtung des Bewußtseins im Augenblick des Todes ist. Wenn du auf Gott oder auf die Leere oder das Licht ausgerichtet bist, dann wird dich das – vom Blickwinkel der Reinkarnation aus gesehen – von sehr viel weiterem Leiden befreien.

M.T.: Die Arbeit mit dem Tod und mit dem Sterben ist doch auch eine Metapher für viele andere Dinge, die in unserer Kultur geschehen. Vielleicht müssen wir im Westen viel stärker mit dem Vorgang des Todes in Kontakt kommen, damit wir uns vom Krieg und der Produktion von tödlichen Waffen lösen können.

R.D.: Ja, vielleicht. Es scheint mir, daß wir eine tiefsetzende Angst haben, die gegenwärtig unsere ganze Kultur durchdringt – und das ist die Angst vor der Veränderung. Denn es wird große Veränderungen geben: in unserer Lebensart, in den Machtverhält-



„Ich habe festgestellt, daß die Arbeit mit Sterbenden mich an stärksten zum gegenwärtigen Moment bringt.“

nissen auf der Erde, Veränderungen im wirtschaftlichen Bereich – eine ganze Reihe von dramatischen Veränderungen, die jedes Mitglied der Gesellschaft auch spüren wird. Und es ist interessant, wie man sich der Veränderung gegenüber verhält. Der Tod ist eine der größten Veränderungen, wo man sich aus einem bekannten Bereich in das Unbekannte begibt. Wir wissen ja auch nicht, was das für Veränderungen sind, die auf uns zukommen. Wir wissen nicht, ob wir uns auf die Vernichtung durch eine Bombe einstellen müssen oder ob wir unsere Gürtel enger schnallen müssen oder ob wir uns mit einer neuen aggressiven Bewegung einandersetzen müssen – wir wissen es einfach nicht. Wenn man versteht, daß Wachstum in Zeiten der Veränderung geschieht, dann ist das eine

positive Einstellung, die es einem ermöglicht, auf optimale Weise bewußt zu sein, damit man die entsprechenden Reaktionen zeigen kann, wenn die Veränderung eintritt.

M.T.: Verbringst du die meiste Zeit jetzt mit Sterbenden und mit dem Tod?

R.D.: Nun, ich verbringe einen großen Teil meiner Zeit mit dem Tod, Ich habe festgelegt, daß die Arbeit mit Sterbenden mich am stärksten zum gegenwärtigen Moment bringt. Wenn man mit einem Menschen zu tun hat, der nichts zu verlieren hat, dann gibt es sehr wenig, worin man sich verstecken könnte. Denn sie wollen wirklich erfahren, was die Realität ist, und sie wollen wirklich mit dir zusammensein. Und du magst sehr tolle Vorstellungen über den Zustand nach dem Tod haben, aber du weißt es nicht wirklich und du mußt ehrlich sein. Du mußt das zu vermitteln suchen, was du für wirklich hältst. Das, was du überträgst, ist abhängig von deiner tatsächlichen Überzeugung. Ich bin manchmal so erstaunt, daß ich keine Angst mehr vor dem Tod habe – und es erstaunt mich, daß man davor überhaupt Angst haben kann. Das ist der Punkt, an dem ich mich gerade befinde. Manchmal ist es merkwürdig, denn ich freue mich schon darauf, eine sterbende Person zu sehen, weil ich weiß, daß es mir so viel abfordern wird.

M.T.: Was für ein Verhältnis besteht denn zwischen deiner Arbeit mit Sterbenden und mit anderen Menschen, die Sterbenden beistehen?

R.D.: Das ist eine interessante Frage. Ich traf neulich vor dem Krankenzimmer von Gregory Bateson den Heiler Kenn Peletier, der gerade zu ihm hineingehen wollte, um ihn zu behandeln, während ich kurz vorher mit Gregory über den Tod gesprochen hatte. Ich fragte Kenn, ob meine Arbeit irgendwie seine Arbeit behindere. Wir dachten eine Weile darüber nach und er sagte dann, daß er das nicht glaube, weil beide von uns der Überzeugung seien, daß der optimale Zustand – im Leben oder im Tod – darin bestehe, im gegenwärtigen Moment zu sein. Weißt du, ich dachte bis dahin immer, daß die Heilmethoden eine Form von Ego und Zorn gegen die Krebszellen erfordern. Aber das stimmt nicht. Sie erfordern eher die Art von Zorn, wie sie ein Zen-Mönch einem Schüler gegenüber zeigen mag. Denn der ist nicht wirklich zornig – es ist funktioneller Zorn. Man tut das, indem man bewußt im Moment lebt.

Ich glaube also, daß das der optimale Zustand für Leben oder Tod ist. Wenn ich jemanden besuche, dann sage ich nicht, daß er sterben sollte oder sterben wird. Ich führe ihn nur zu einem Zustand, wo er für alles bereit ist. Ich

„Wenn ich jemanden besuche, dann sage ich nicht, daß er sterben sollte oder sterben wird. Ich führe ihn nur zu einem Zustand, wo er für alles bereit ist.“

will nicht jemand sein, der mit seinem Eintreffen den Tod bereits angekündigt hat. Das wäre genauso ein Leugnen des Lebens, wie manche Ärzte den Tod leugnen.

T.M.: Hast du persönlich irgendwelche Wunderheilungen gesehen?

R.D.: Einige, wo es einfach ganz dramatische Wendungen gegeben hat. Es gibt eine Frau in Boston – Mary McClelland – übrigens die Frau von David McClelland, der mich 1963 aus Harvard erlebte. Letztes Jahr bekam sie Krebs, der schon Metastasen gebildet hatte, und man gab ihr noch etwa drei Wochen zu leben. Ihr jüngster Sohn wollte zwei Monate später heiraten, und man sagte ihr, daß sie die Hochzeit noch miterleben könne, wenn sie sich schone. Nun, das ist jetzt über ein Jahr her und sie befindet sich bei bester Gesundheit, ist voller Energie und wurde anscheinend durch einen Mann aus der Schweiz geheilt, der ihr spiritueller Heiler ist. Sie rief ihn an und er sagte: „Ich weiß darüber schon Bescheid. Mach dir keine Sorgen. Ich schicke dir noch einige Kräuter zur Heilung.“ Er war ganz undramatisch und nüchtern bei der ganzen Sache, während die Szene um sie herum schon auf ihren Tod eingestellt war.

Ich habe einige solcher Heilungen miterlebt, aber ich habe auch Menschen erlebt, die so außergewöhnlich schön gestorben sind, daß ich es als Gnade empfinden würde, so bewußt und offen zu sterben. Es ist kaum zu fassen, wie weit Menschen fortschreiten können, die keine Selbstdefinition mehr haben. Man geht in das Zimmer eines solchen Menschen hinein und spürt nur Räumlichkeit um sich herum.

M.T.: Es gibt kein Ich mehr?

R.D.: Ja, es gibt kein Ich. Vor kurzem spürte ich in einem solchen Zimmer nur noch meine eigenen Gedanken und kein Gedanken der anderen Person, denn es gab bei dem Sterbenden nichts Festes mehr.

M.T.: Du konntest dich an nichts mehr festhalten?

R.D.: Ja. Vielleicht kann ich an einem Beispiel zeigen, wohin der Dialog mit einem Sterbenden führen kann. Ich habe vor etwa drei Wochen mit einer Frau in Boston gearbeitet. Ich war gerade aus Indien zurück und besuchte sie. Ich kam ins Zimmer hinein und sie sagte zu mir: „Ich habe meine Arbeit beendet

und ich bin bereit zu sterben.“ Das war unser Einstieg! Ich dachte darüber nach und dann sagte ich: „Nun, das klingt wie ein Ego-Trip. Wer bist du denn, um entscheiden zu können, wann deine Arbeit beendet ist? Du wirst so lange arbeiten, bis du fertig bist. Vielleicht wirst du noch dein Sehermögen verlieren und auch deinen Geschmackssinn und all diese Dinge. Wer weiß, was du in diesem Leben noch alles durchmachen wirst. Schreib nicht dein eigenes Drehbuch. Bleib offen.“ Darauf sagte sie: „Ach“, ich bin so frustriert und gelangweilt.“ Ich sagte: „Das liegt daran, daß du so damit beschäftigt bist zu sterben. Wenn ich den ganzen Tag damit beschäftigt wäre, mein Herz schlagen zu lassen, dann würde ich mich sehr langweilen. Du bist einfach in deiner melodramatischen Rolle des Sterbens gefangen.“ Sie sagte: „Wenn Leute hier hereinkommen, dann bedrängt mich das physisch, und die Objekte um mich herum lasten auf mir.“ Ich sagte: „Jean, das ist so, weil du wie eine Literfische bist, in die man zwei Liter hineinfüllen will.“ Während du stirbst, steigst du in höhere Energie-Bereiche hinauf und du bist wie eine 110 Volt-Fassung, in die jetzt ein 220 Volt-Strom fließt, und du bist überfordert. Du mußt lernen, dich nach außen zu erweitern. Laß uns üben. Hörst du die Uhr – laß sie in dir sein. Hörst du da draußen den Verkehr – laß ihn in dir sein. Erweitere dich nach außen.“

Nun, wir begannen beide in einen Zustand der Seligkeit einzugehen, der unbeschreiblich war. Sie richtete sich auf – sie war sehr schwach – und sie begann mein Gesicht zu streicheln und sehr bald liebten wir uns. Wir liebten uns nicht sexuell, aber wir streichelten und umarmten und küßten uns. Es war eine Liebe, die so war, als ob das Formlose in die Form hineinkam, um sich selbst in jenem Moment zu lieben. Nach etwa zehn Minuten lehnte sie sich zurück und sagte: „Halte meine Hand, denn ich bin sehr müde.“ Ich sagte: „Jean, ich glaube, wir beide haben unsere gemeinsame Arbeit beendet – bis bald.“ Ich ging, und am nächsten Morgen rief man mich an und sagte mir, daß sie während der Nacht gestorben sei.

Das ist ein Beispiel für diese Arbeit. M.T.: Ich habe dein neues Buch, „Das Wunder der Liebe – Geschichten über Neem Karolie Baba“ * gelesen. In diesem Buch sind einige sehr außergewöhnliche Geschichten enthalten – um es sehr milde zu sagen! Vielleicht kannst du uns ein wenig über das Buch und über Maharaji Neem Karolie Baba erzählen.

R.D.: Außergewöhnlicher als die einzelnen Geschichten ist ihre Zusam-

*Erscheint im August 1981 im Sadhana-Verlag

menfassung. Maharaji starb 1973, und ich sammelte die meisten Geschichten im Jahre 1976 zusammen mit einigen Freunden. Meistens stellt man Material über eine Person zu einer Biographie zusammen, wobei man eine bestimmte Reihe von Motivationen annimmt, um bestimmte Handlungen zu erklären, aber bei einem solchen Wesen wie diesem gab es für mich keine Möglichkeit, meine eigenen Motivationen auf seine Handlungen zu projizieren, denn seine Perspektive des Universums war so ganz anders als die meine. Üblicherweise baut man solches Material um bestimmte Annahmen herum auf, aber es war hier einfach unmöglich. Ich hätte jene Geschichten einfach alle in die Luft werfen und sie dann so zusammenstellen können, wie sie heruntergefallen wären - uns sie hätten eine bestimmte Aussage geliebt. Ich habe sie dann in bestimmte Themen gruppiert, anstatt sie mit Motiven zu versehen, denn es war mir buchstäblich unmöglich, ihn festzunageln. Es gibt Geschichten, die sich widersprechen. Er sagt vielleicht: "Werde nie zornig" und dann wird er ganz böse. Er sagt: "Sag immer die Wahrheit" und dann lügt er wie gedruckt. Das ist die gleiche Tradition wie Gurdjeff oder wie Don Juan. Es ist die Tradition des schlaunen

Fuchses, des Gauners, des Zen-Mönchs, des Spitzbuben - des liebevollen Schurken. Für mich stellt das Buch eine Möglichkeit dar, daß Menschen ihm so begegnen können, wie ich ihm begegnet bin - daß sie ihn "haben" können. Ich "habe" ihn zwar nicht im Fleisch, und doch ist der Dialog, den ich mit ihm führe, meine wichtigste Wahrnehmungsmöglichkeit, um mein Universum so zu ordnen, daß ich in der Welt lebe, aber nicht von der Welt bin.

M.T.: Du hast also noch eine ziemlich aktive Beziehung zu ihm?

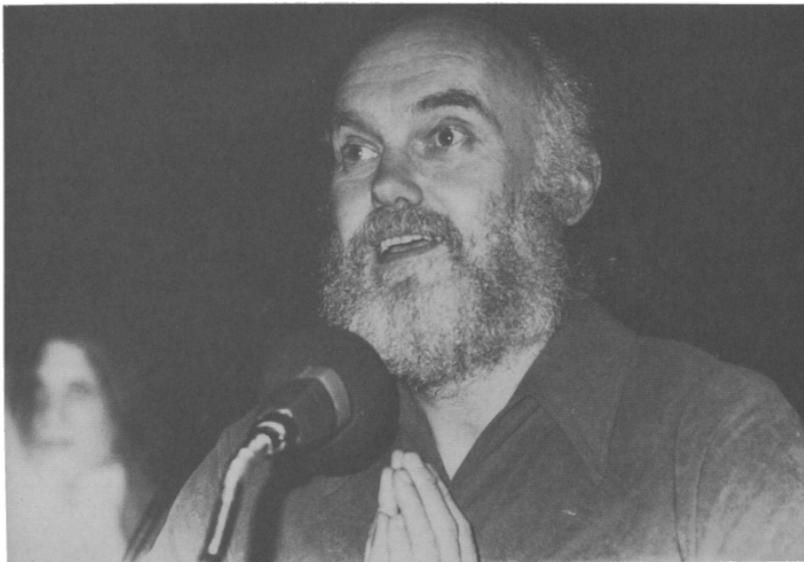
R.D.: Eine sehr aktive Beziehung. Im Grunde genommen ist sie sogar jetzt noch stärker, wo es nicht länger eine Form gibt, die mich einfängt, wie zum Beispiel der Gedanke: "Ich wünschte, ich wäre wieder bei ihm in Indien." Und ich stelle fest, daß die Leute, die das Buch lesen, bestimmte Reaktionen zeigen. Sie schreiben mir und sagen: "Ich habe ständig geweint." "Ich spüre seine Gegenwart". "Er kommt in meinen Träumen zu mir." Ich merke einfach dadurch, daß er mich benutzt hat, um viele Menschen zu erreichen. Ich sehe das Buch als potentielles Darshan für den Leser an.

M.T.: Hat er dir nicht den Auftrag gegeben, ein Buch zu schreiben, als du das erste Mal zu ihm kamst? Ist es dieses Buch?

R.D.: Nein, das Buch, das er damals meine, ist SEI HIER JETZT (Be here now). Das war eine erstaunliche Geschichte. Er gab mir einen einzigen Segen für jenes Buch. Ich hatte keine Absicht, ein Buch zu schreiben, aber ich versuchte es - mit dem Erfolg, daß es von allen Verlegern abgelehnt wurde. Dann entstand es einfach, nach und nach. Es war zuerst ein Pappkarton mit diversem Inhalt, der sich dann zu einem Buch entwickelte. Inzwischen hat es eine Gesamtauflage von über 700.000 Exemplaren erreicht, und es verkauft sich ständig weiter. Dieses neue Buch "Das Wunder der Liebe" ist das erste Buch, das die gleiche tiefe Verbindung herzustellen scheint, wie es bei "Sei hier jetzt!" der Fall ist. Es unterscheidet sich sehr von "Schrot für die Mühle", "Alles Leben ist Tanz" oder "Die Reise des Erwachens", die eher Lehrbücher und Führer sind.

M.T.: Du warst vor kurzem wieder in Indien. Fällt Dir dazu etwas ein?

R.D.: Ja, ich war eine Weile zu Gast bei einer indischen Familie, der ich



sehr nahe stehe. Der Sohn stand gerade davor, ein Mädchen zu heiraten, die er vorher nur einmal für zwanzig Minuten gesehen hatte. Es ist eine ziemlich wohlhabende Familie, und die Hochzeit ist ein großangelegtes Ereignis und wird von einem Astrologen festgelegt. Der Sohn hat gar nichts zu sagen. Niemand fragt ihn, ob er das Mädchen mag oder ob er denn über die ganze Hochzeit glücklich sei. Niemand denkt dort so. Ich konnte niemanden finden, der überhaupt so denkt. Er füllt seine Rolle aus, und das Mädchen wird in seinen Haushalt eingeführt werden und der Schwiegermutter helfen und ihr unterstellt sein. Die ganze Sache ich völlig strukturiert. Es gibt eine größere Identifikation mit der sozialen Rolle als mit der individuellen Persönlichkeit. Ich finde das sehr interessant. Denn mir fällt der Unterschied zu Kalifornien auf, wenn ich hierher zurückkehre und sehe, wie alle mit ihren Beziehungen und mit ihrer Sinnlichkeit beschäftigt sind. "Der Sommer genügt" und "Wer bin ich?" oder "Was bin ich wert?" Man verliert leicht die Perspektive, wenn man immer nur hier lebt.

M.T.: Ja, das stimmt wirklich. Es scheint hier wirklich eine sehr starke Betonung auf "Beziehungen" zu liegen.

R.D.: Die Liebensbeziehung ist auch ein sehr interessantes Fahrzeug, um zu erwachen. Die meisten Leute benutzen sie zwar nicht zu diesem Zwecke. Sie gebrauchen sie sozusagen als "Mittel", um die Soße einzudicken", um das Leben reichhaltiger zu machen. Eine Beziehung ist ein ekstatischer Tanz – sie ist eine der kreativsten Kunstformen, die es gibt. Gott benutzt die Menschen und ihren Geist, um diese ständige Kunstform hervorzuheben. Wichtig dabei ist, daß sie sich immer am Rande des Chaos bewegen muß, damit sie eine lebendige Kunstform bleibt. Man kann nie sagen: "Nun, diesen Teil unseres Lebens haben wir unter Kontrolle. Jetzt können wir uns den weiteren Aufgaben des Lebens widmen."

M.T.: Das gilt doch auch für die Beziehung, die man zu allem hat – nicht nur zu den Menschen, oder?

R.D.: Natürlich. Man muß alles immer wieder von Neuem betrachten, um die optimale Veränderung und das optimale Wachstum zu ermöglichen. Aber wie wunderschön ist doch dieser Tanz, wenn man dabei bewußt bleiben kann. Wenn man nicht bewußt ist, wenn man sich in Eifersucht, Zorn, Wollust, Angst, Einsamkeit, Selbstmitleid, Paranoia verliert, dann gräbt man sich selbst ein immer tieferes Loch. Wenn du aber auch nur ein wenig Räumlichkeit entwickelst, so daß ein kleiner Teil von dir dem Drama zuschaut und dabei mit einem kosmischen Humor lacht, während der

"Man muß alles immer wieder von Neuem betrachten, um die optimale Veränderung und das optimale Wachstum zu ermöglichen. Aber wie wunderschön ist doch dieser Tanz, wenn man dabei bewußt bleiben kann. Wenn man nicht bewußt ist, gräbt man sich selbst ein Loch."

größere Teil von dir sich in Eifersucht und Zorn verliert, und wenn du dabei erkennst, wie gefangen du bist, dann ist dieser kleine Faden schon genug, um die Schablone zu zerreißeln. Und dann kann sich eine Beziehung zu einem Fahrzeug der Befreiung verwandeln: Dann ist sie Tantra.

Aber die meisten Menschen nehmen ihr Melodrama so ernst – vor allem zum Beispiel das Sterben. Viele Menschen sind völlig damit beschäftigt zu sterben und lassen sich selbst keinen Raum. Wenn man aus dieser Perspektive – wo man das Ganze als einen Prozeß betrachtet – zu jemandem sagt: "Ich habe gehört, daß du stirbst", dann durchlöchert man damit die Solidität und Absolutheit des romantischen, melodramatischen "Handlungsablaufs" des Sterbens oder auch der Beziehung. Dabei ist aber wichtig zu beachten, daß man nichts beiseite schiebt und sich nicht weiter oder höher wähnt, als man tatsächlich ist. Man muß mit dem arbeiten, was wirklich da ist. Ich befinde mich gerade in einer Beziehung, wo ich Eifersucht, Zorn, Selbstmitleid und Einsamkeit erfahre. Die geringste Kleinigkeit bringt mich herunter und ich habe Depressionen. Es hat mich einfach um, denn hier bin ich – ein spiritueller Mächtiger, der dieses ganze Zeug durchmachen muß. Aber gleichzeitig gibt es einen Teil von mir, der darüber so erfreut ist, daß alles ans Licht hervor gebracht wird und mich zwingt, mich damit auseinanderzusetzen, anstatt es aus der Distanz zu behandeln.

M.T.: Wie steht's denn eigentlich mit unserer Beziehung zur Welt? Wenn man aus einem bestimmten Blickwinkel schaut, dann scheint sich die Welt in einem absoluten Zustand des Chaos zu befinden, um am Horizont zeichnet sich wögenlich die unmittelbar bevorstehende Zerstörung ab. Wie setzen wir uns mit einem solchen Zustand auseinander?

R.D.: Wir müssen zuerst, genau wie bei allem anderen, mit unseren eigenen Reaktionen darauf auseinandersetzen. Das ist der direkteste Weg, denn erst, wenn wir genug Räumlichkeit in unserem Denken schaffen, können wir ruhig genug werden, um zu erkennen, was notwendig ist, um die optimale

Erwiderung auf die Situation zu erwägen, die das Leiden mindern und das Universum zu einem friedlichen, liebevollen Ort machen kann. Die Räumlichkeit kommt daher, daß man keine Angst, keine Hoffnung, keine Erwartungen hat, daß es entweder so oder so sein müßte. Mit anderen Worten: man haftet nicht an irgendeiner temporären Vorstellung vom Universum als einem festgelegtem Szenarium, wo alles, was mit dieser Vorstellung nicht übereinstimmt, als schlecht betrachtet wird. Man bleibt einfach für alle Möglichkeiten offen. Es ist wie beim Judo. Man weiß genau, wo man seinen Griff ansetzen muß, weil man innerlich ruhig genug ist, um den existentiellen Moment zu erkennen.

So kommt man immer wieder auf das Innere, wenn man das äußere Universum und seine eigenen Möglichkeiten darin verstehen will. Wir sind in Wellen von Angst gefangen – Angst davor, daß sich die Welt verändern wird. Und sie wird sich verändern. Wir finden uns in ganz neuen Gefühlen der Impotenz wieder. Die Studenten in der amerikanischen Botschaft im Iran zwingen die Vereinigten Staaten auf die Knie, und die ganzen Texaner schreien laut: "Macht sie fertig!" Aber womit soll man sie fertig machen? Wir sind an einem Punkt, wo wir eine Overkill-Kapazität an atomaren Bomben haben, die uns im Iran überhaupt nichts nützt. So befinden wir uns in den Vereinigten Staaten in einer ganz außergewöhnlichen Situation, wo wir einen ähnlichen Prozeß durchlaufen, wie ihn Großbritannien durchlaufen mußte, als es seine Weltgeltung verlor und wieder nur auf die eigene Insel beschränkt wurde. Aber sie führten diesen Prozeß nach einer Weile mit großer Würde und mit Charme aus, wie sie – im Gegensatz zu uns – eine viel reifere Kultur darstellen. Wir sind eher wie reiche Teenager, denen man den Familien-Jet geschenkt hat und denen es zu Kopf gestiegen ist. Wir haben in Bezug auf unsere Beziehungen zur restlichen Welt noch keine Demut gelernt. Wir kennen uns bisher nur in der Machtpolitik aus.

M.T.: Ich glaube das Wichtigste an dem, was du sagst, ist diese Fähigkeit, vom Chaos zurückzutreten und es von diesem Blickwinkel aus zu betrachten, damit man davon nicht überschwemmt wird.

R.D.: Es ist sehr schwer für solche Menschen, die das Leiden spüren und

"Wir sind in Wellen von Angst gefangen – Angst davor, daß sich die Welt verändern wird. Und sie wird sich verändern."

wahrnehmen, das im Universum existiert, darauf nicht sofort mit Handlungen zu reagieren. Oft sind es einfach nur reaktive Handlungen, die sie ausführen, durch die die Polarisation bestehen bleibt. Es ist notwendig, daß dem Stimulans – wie zum Beispiel der Kenntnisnahme des Hungers in Kambodscha und dem Schmerz, den man dabei im Herzen spürt – eine kleine Zeitspanne folgt, in der man ruhig wird und das Geschehen im universellen Kontext zu betrachten sucht und nicht unmittelbar danach strebt, das zu ändern, was Gott vermeintlich falsch gemacht hat. Man verharret in der Vollkommenheit des Universums, die sowohl das Geschehen in Kambodscha umfaßt wie aber auch das eigene tiefe Bestreben, jenen Menschen zu Hilfe zu kommen. Jene Hilfe wächst dann aber aus der Erkenntnis des Ganzen und aus einem Verstehen der eigenen Rolle darin. Sie entstammt nicht einem Gefühl des Zorns, sondern sie kommt aus der Liebe. Das gilt für alles – für's ganze Spiel.

M.T.: Was ist denn mit dieser Kritik, die man immer wieder hervorbringt, wo man sagt, das wäre ein Aussteigen aus der Verantwortung, diese Welt verändern zu müssen?

R.D.: Nun, wenn die Reaktion ausschließlich in Zurückgezogenheit und Meditation bestünde, dann gäbe es sicherlich wenige Menschen, die das auf eine lautere Weise ausführen könnten. Und ich stimme mit der Aussage insofern überein, als die meisten Menschen so etwas als Ausstieg aus der Verantwortung betreiben würden. Eine Sache, die ich in den letzten Jahren bei meiner spirituellen Arbeit gelernt habe, ist etwas, das mir Alan Watts einmal gesagt hat: "Ram Dass, Gott besteht auch aus diesen Formen, er ist nicht nur das Formlose. Du bist viel zu abhängig vom Formlosen." Ich habe gelernt, daß ich meine Inkarnation ehren muß. Ich muß das in mir ehren, was ein Mann, ein Jude, ein Amerikaner, ein Bewohner dieses Planeten, ein Mitglied der ökologischen Gemeinschaft usw. ist. Ich muß mich mit all dem auseinandersetzen – mit meiner Familie und meinem Verhältnis zu meinem Vater. Das ist alles Teil davon. Es ist der Weg, auf dem ich zu Gott gehe, auf dem ich meine Einzigartigkeit, wenn man so will, anerkenne. Durch ihren Weg werden spirituelle Menschen immer wieder mit der Welt konfrontiert. Zum Beispiel arbeite ich bei der SEVA FOUNDATION mit – ein Projekt, bei dem ich mit Larry Brilliant und Wavy Gravy zusammenarbeite. Neulich kam eine Frau auf mich zu und sagte: "Ich habe auf einer deiner Cassetten-Aufnahmen gehört, wie du erzählst, daß in Indien sieben bis acht Millionen blinde Menschen auf eine Augenoperation warten, die vier Minuten dauert und



Jemand fragte Ramana Maharshi einmal, wie denn die Zukunft der Welt aussähe, und er antwortete: "Du weißt noch nicht einmal über die Gegenwart Bescheid. Warum interessierst dich dann die Zukunft?"

fünf Dollar kostet und die Sehfähigkeit wieder herstellt. Diese Menschen müssen geführt werden und können ihren Unterhalt nicht selbst verdienen – sie sind völlig abhängig, was in einem Land der Dritten Welt ein wirklich hartes Schicksal ist." Sie sagte weiter: "Wir wollten gerade 2000 Dollar für eine große Festlichkeit ausgeben. Ich habe mir gedacht, daß 400 Menschen für dieses Geld wieder sehen könnten und ich habe es stattdessen an die SEVA - FOUNDATION überwiesen."

So werde ich ständig mit der Frage konfrontiert: "Was tue ich mit meinen nächsten fünf Dollar?" Es muß letztendlich alles zusammenkommen. Wir teilen die Dinge immer in irgendwelche geistige Kästchen auf. Wer verhungert denn in Kambodscha? Verhungern wir in Kambodscha oder sind es "die Kambodschaner"? "Wir" oder "sie"? Ich sage zu den Leuten: "Wenn es dein Vater wäre, der verhungerte, würdest du dann mit deinen fünf Dollar ins Kino gehen?" Und sie antworten: "Nein, natürlich nicht. Er ist ja mein Vater!" Ich sage: "Und wie ist's mit deinem Onkel Fred oder sogar Onkel Freds Freund? Würdest du dem die fünf Dollar auch geben?" Wer sind denn die Kambodschaner? Sind sie nicht letztendlich auch Onkel Freds Freunde? Wo ziehst du die Grenze und machst sie zu den "Anderen"? Denn es ist die Philosophie des Gegenüberstellens von "Wir" und "sie", die es uns ermöglicht, daß wir uns wo weit isolieren, daß wir, die wir sechs Prozent der Weltbevölkerung ausmachen, vierzig Prozent der weltlichen Ressourcen verbrauchen. Wir müssen erkennen, daß diese Distanz, die zwischen uns, den Wohlhabenden und den Armen besteht, die Wurzel unserer Ängste ist. Wir zahlen den Preis der Angst für den Luxus, den wir uns erlauben, während andere Menschen nicht

überleben können. Diese Angst wird so lange größer werden, bis wir unsere Privilegien loslassen. Es ist wie bei einem Vogel, der einen Fisch in seinem Schnabel hält und von den anderen Vögeln angegriffen wird. So lange er den Fisch für sich behält, werden sie ihn weiter angreifen, aber in dem Moment, wo er ihn losläßt, ist er frei. Und das bedeutet nicht, daß er gar keinen Fisch mehr bekommt, aber er bekommt nicht den ganzen.

M.T.: Wird denn dieser Prozeß mit sehr großen Opfern verbunden sein?

R.D.: Das ist ein interessanter Aspekt, denn ich schreibe gerade an einem Vorwort für ein Buch von Duane Elgin über freiwillige Selbstbeschränkung. Und es fällt dabei auf, daß diese Entbehrungen, die uns aus wirtschaftlichen Gründen – Energiemangel, Inflation, sozialer und wirtschaftlicher Druck aus der restlichen Welt, usw. – auferlegt werden, Veränderungen in unserer Lebensweise sind, die man bewußt und freiwillig herbeiführt, je tiefer man in sein eigenes Wesen eindringt, je mehr man sein Leben vereinfacht und je mehr die eigenen Verhaltungen an Bedeutung verlieren.

Es ist interessant, dies damit zu vergleichen, wenn Menschen zu Einschränkungen gezwungen sind. Mit entsprechender Aufklärung und genug Räumlichkeit könnten viele dieser gesellschaftlichen Übergangsphasen befriedend wirken, anstatt für diese Kultur so schmerzlich zu sein. Ich denke, daß eure Arbeit bei New Dimensions, und auch die meine, Teil dieser Aufklärungsarbeit ist.

M.T.: Ja, aber leider gibt das System, so wie es existiert, dieser Möglichkeit zu leben nicht allzuviel Unterstützung.

R.D.: Genau. Aber es wird dies tun! Es verändert sich nur sehr langsam. Es lebt immer noch in einer Art von Trägheit, wo es glaubt, es könnte noch an seinen alten Träumen festhalten – mit ein wenig mehr Gewalt, oder ein wenig mehr Restriktion ließe sich der Traum noch träumen. Das ist die Stufe des Leugnens, auf der wir uns immer noch befinden.

M.T.: Der Traum von "Kanonen und Butter".

R.D.: Man denkt: "Wenn ich etwas aufgeben kann, kann ich dann dies dafür haben? Kann ich mein Motorboot und meine Zukunftspläne behalten?" Erst wenn wir erkennen, daß es so nicht funktionieren kann, wird es für unsere Kultur interessant werden. An diesem Punkt werden "die Denker" – wer sie auch sein mögen – jene, die die Politik definieren, neue Mythen für Amerika schaffen. Man kann in dieser Kultur mit den Medien jeden Mythos schaffen, den man will. Das ist es, was Politiker

lernen: daß man die Bilder in der Vorstellung der Menschen manipulieren kann. Ich kann mich daran erinnern, daß der Mythos der USA während des letzten Weltkriegs völlig anders war, als er jetzt ist.

M.T.: Ich frage mich bloß, ob wir es rechtzeitig genug lernen werden.

R.D.: Nun, ich weiß es nicht. Aber ich weiß, daß ich es erst erfahren kann, wenn ich so ruhig bin, daß es mir egal ist – verstehst du? Jemand fragte Ramana Maharshi einmal, wie denn die Zukunft der Welt aussähe, und er antwortete: "Du weißt noch nicht einmal über die Gegenwart Bescheid. Warum interessierst dich dann die Zukunft?"

M.T.: Erzählst du uns ein wenig mehr von der SEVA FOUNDATION?

R.D.: Das Seva Projekt ist, aus meiner Sicht gesehen, ein faszinierendes Phänomen. Es wurde von einigen Menschen gegründet, die an der Ausrottung der Pocken in der Welt beteiligt gewesen sind. Es sind sehr schöne Menschen, die in einer freudigen, intensiven Kameradschaft Dienst am Mitmenschen in Südostasien geleistet haben. Als sie diese Aufgabe beendet hatten, da war die Freude über die erfolgreiche Arbeit so groß, daß sie sich nach weiteren Möglichkeiten umsahen. Sie entschlossen sich, sich im ersten Projekt ihrer neu gegründeten Seva Foundation der Bekämpfung der Blindheit in der Dritten Welt zuzuwenden. Es ist nämlich so, daß 80% der Blinden in der Dritten Welt durch geeignete Operationen oder durch einfache Salben geholfen werden kann.

Wir trafen uns vor kurzem, und diese Gruppe haute mich einfach um. Denn sie umfaßte Hippie-Leute wie mich und Wavy Gravy und Leute vom Zentrum für Seuchenbekämpfung Atlanta, Leute vom UNO-Gesundheitsdienst, usw. Die Gegenüberstellung war wirklich umwerfend. Der eine Typ kommt mit Anzug, Schlips und Aktenkoffer herein und setzt sich neben Wavy Gravy, der einen Hut mit einem aufgesetzten Propeller trägt, und beide schauen sich erstaunt an.

Wir verbrachten 3 Tage in einem Retreat im nördlichen Michigan, und am Ende dieser Zeit hatten wir große Liebe und Respekt füreinander gewonnen, denn wir erkannten ineinander, daß wir wirklich an SEVA – was aus dem Sanskrit kommt und Dienen bedeutet – interessiert waren. Unser Verstand besteht aus Leuten wie Bob Wey von den "Grateful Dead" oder Dr. Ketaswami, der in Indien gealdet worden ist für seine Augen-Chirurgie und für seine Behandlung von Arthritis – ein wunderschöner Mensch. Wir haben gerade mit der Arbeit im westlichen Nepal begonnen und sammeln

"Wir lernen, wie man Freude am gegenwärtigen Moment erlebt, und wir lernen die Verantwortung dafür zu tragen, daß wir ein Bewußtsein in vielen Körpern, eine Familie sind."



Geld – die holländische Regierung hat uns gerade eine Million Dollar gegeben, und auch von der schweizerischen Regierung haben wir Geld bekommen. Es gibt durchaus Möglichkeiten für Menschen, aktiv mitzuarbeiten oder auch Geld zu spenden – viele Möglichkeiten. Wer interessiert ist, kann sich an die SEVA FOUNDATION, 519 Castro Street, San Francisco, CA 94114, USA, wenden und Informationen anfordern.

M.T.: Ram Dass, hier sind wir in den Achtzigern. Du bist durchaus qualifiziert darüber zu sprechen, wo wir gewesen sind und wo wir uns jetzt befinden. Wir haben die psychedelische Zeit der Sechziger und die darauf folgenden Siebziger hinter uns gebracht. Wie siehst du unsere jetzige Situation? Was hat sich verändert und wohin steuern wir?

R.D.: Ich denke, wir müssen erstmal klären, wer "wir" sind, von denen du sprichst. Ich denke dabei an eine bestimmte Gruppe von Menschen, die in den sechziger und siebziger Jahren an bestimmten Bewegungen teilnahmen. Die psychedelische Zeit der Sechziger scheint die Zeit zu sein, wo uns ganz neue Möglichkeiten eröffnet worden sind. Wir versuchten diese Erfahrungen zu ergreifen und in Besitz zu nehmen, so wie es unserer westlichen Tradition entsprach, nämlich: lerne, leiste, manipulierte und beherrsche. Wir haben dann erfahren, daß das Spiel etwas größer ist als wir dachten und daß wir es nicht beherrschen konnten. Wir mußten lernen, den Menschen in seiner Beziehung zum Universum zu sehen statt als dessen Beherrscher, was eher der taoistischen

Betrachtungsweise entspricht. So waren die Siebziger eine Zeit, wo wir unser Leben läutern mußten, um für den Lauf des Universums offen zu werden.

Ich weiß zwar nicht, inwiefern meine eigenen inneren Gefühle das widerspiegeln, was gerade geschieht, aber ich erkenne jetzt, daß das Leiden aller Menschen mein Leiden ist, und daß ich meine Lebensweise in Ordnung bringen muß. Ich glaube nicht, daß ich als Amerikaner so weiter leben kann, wie ich es bisher getan habe, und daß ich ungeschoren davon kommen kann. Ich weiß noch nicht, was das für Implikationen für mich haben wird, aber ich glaube, daß ich anderen in dieser Weise dienen muß, damit ich mir selbst damit diene.

M.T.: Meinst du also, daß wir dabei sind, überflüssigen Ballast abzuwerfen?

R.D.: Das könnte man so sagen. Es kann durchaus sein, daß die Achtziger zuerst eine Verstärkung politisch autoritärer Bestrebungen und eine Gefährdung der Grundrechte bringen werden, und zwar aus Angst. Und wenn die Dinge gut laufen, dann mag als Reaktion darauf ein Wiedererleben der Erkenntnisse kommen, daß das individuelle menschliche Herz die grundlegende Institution der Gesellschaft ist. Und obwohl das jetzt verloren zu gehen scheint, werden das alle großen Institutionen anerkennen müssen.

M.T.: Ich frage mich, warum die spirituelle Seite des Lebens anscheinend bei diesen Vorgängen so wenig miteinbezogen wird.

R.D.: Das hängt einfach mit der Frage zusammen, wer denn auf der Erde geboren wird. Wie Buddha sagt, kommen wir wegen der fünf Behinderungen hierher: Gier, Zorn, Erregung Trägheit und Zweifel. Wenn du die nicht hast, dann wirst du in diesen Club nicht aufgenommen. Wenn du dich also in einer Gemeinschaft befindest, wo diese Dinge vorherrschen, was kannst du dann anderes erwarten? Ich finde, daß wir unsere Sache vollkommen ausführen.

M.T.: Das weckt bei dir die Vorstellung, daß einer sagt: "Du mußt hinein."

R.D.: Ja, so ist es auch. . .

M.T.: ". . . Du kannst bleiben."

R.D.: Sicher! Es gibt kaum jemanden, der nicht wenigstens eine dieser Behinderungen – wahrscheinlich eher alle fünf – in sich trägt. Da kommt das eben als Ergebnis heraus, was wir um uns sehen. Wenn man will, kann man es ein Trainingsprogramm nennen. Warum sollten wir uns vor unserem eigenen Trainingsprogramm fürchten?

M.T.: Ja, wobei man dann diese Herausforderungen als Möglichkeiten zum Wachstum erkennt.

R.D.: Ja! Wenn man das erkennt, dann hat der Prozeß des Erwachens bereits begonnen, du bist dann bereits erwacht. Es ist von Bedeutung, daß dieses Erwachen von Millionen Menschen in der Welt in diesem Moment bereits erfahren worden ist.

Ich erkenne einen weiteren Aspekt dabei, den ich noch nicht ganz verstehe: Ich habe mich immer von solchen Begriffen wie "Wasserermannzeitalter" oder "New Age" ferngehalten, weil ich mir sagte, daß das alles astrales Melodrama sei und ich nicht wissen kann, wie sich die Geschichte entwickelt. Ich sagte mir, daß ich nicht wissen könne, was das Alte und was das Neue Zeitalter sei. Aber ich beginne jetzt darüber zu reflektieren, daß der formlose Geist sich durch ein bestimmtes Bewußtsein äußert, und wir haben bis jetzt die meiste Zeit mit dem gearbeitet, was uns durch östliches Bewußtsein vermittelt worden ist. Dieser Geist beginnt sich jetzt langsam durch unser Bewußtsein zu äußern, welches sich in einer technologisch hochentwickelten Kultur ausgebildet hat. Es kann sein, daß das von großer Bedeutung ist, daß sich darin eine deutliche Verschmelzung von Ost und West in den Menschen abzeichnet, die sehr stark an sich gearbeitet haben. Das kann deswegen von Bedeutung sein, weil wir uns auf der Suche nach neuen Mythen befinden, und es ist noch alles völlig offen. Dieser neue Mythos wird von den geläuterten Wesen geprägt werden.

M.T.: Kannst du diese Suche nach neuen Mythen beschreiben?

R.D.: Nun, der alte amerikanische Pioneer-Mythos und die Vorstellung, daß es einem umso besser geht, je mehr man hat, zerbröckelt jetzt. Damit werden wir es nicht schaffen. Das wissen wir jetzt alle. Wir müssen die Fragen, wer wir sind und was wir hier auf Erden tun, neu beantworten. An einem solchen Punkt, wo man sich diese Frage: "Was jetzt?" stellt, gibt es Kreativität, Veränderung und Wachstum, oder es gibt ungläubliche Angst, Ablehnung und Zorn. Das sind Reaktionen, die entstehen, wenn etwas stirbt. Etwas liegt in unserer Kultur am Sterben. Es ist ein bedeutungsvoller Vorgang – ein sehr bedeutungsvoller Vorgang. Ich liebe ihn.

M.T.: Das ist anscheinend ein neues "Sterben der Dinosaurier"!

R.D.: Ja, man kann sehen, wie die moralischen Werte zerfallen. Die Familie löst sich auf – die Heirat – niemand erwartet noch, daß man eine Ehe für's ganze Leben schließt. Es gibt eine Zunahme der Steuerhinterziehungen. Die Steuermoral ist heute völlig anders als vor fünfzig oder gar hundert Jahren. Wir erleben den Zusammenbruch der protestantischen Ethik, der Arbeitsethik, der puritanischen

Werte. Die Auswirkungen dieses Geschehens eröffnen völlig neue Möglichkeiten in Bezug darauf, wer wir jetzt werden können, wenn wir es tatsächlich schaffen, ein neues Ziel zu setzen, und wenn wir es nicht dadurch vermissen, daß wir zu große Angst bekommen.

M.T.: Aber eine Rückkehr zum christlichen Modell, wo das Leiden auf eine sehr hohe Ebene gestellt wird, wäre doch auch etwas unheimlich.

R.D.: Es ist ein schwieriger Bereich. Das, was daran unheimlich ist, ist die Tatsache, daß es sich so stark mit Gut und Böse beschäftigt und oft zu einem Rechtschaffenheits-Trip wird. Und Rechtschaffenheit ist eine Befreiung. Es ist einfach nur Rechtschaffenheit, wo du rechtschaffen, aber nicht frei wirst. Wenn du frei werden willst, dann verfolge dich nicht in Rechtschaffenheit. Tue Dinge, die dharmisch sind und die anderen Menschen nicht schaden, denn wenn du etwas tust, was den Trip eines anderen negativ beeinflusst, dann müßt du das Karma tragen – ganz einfach. Du brauchst dich aber nicht emotional in der Dualität von Gut und Böse zu verfangen. Ein großer Teil des Christentums ist in diesem Bereich gefangen. Es ist nur bis zu diesem Punkt: "Ich bin ein armseliger Sünder" gegangen und nicht weiter.

M.T.: Was tun wir jetzt?

R.D.: Was! Ich denke, daß wir lernen, wie wir unseren Geist beruhigen und unserer Herz Öffnen und Mitgefühl zu entwickeln, und wir lernen das Universum so zu lieben, wie es ist. Wir erkennen es als die Schönheit des manifestierten göttlichen Gesetzes. Wir lernen, wie man Freude am gegenwärtigen Moment erlebt, und wir lernen die Verantwortung dafür zu tragen, daß wir ein Bewußtsein in vielen Körpern, eine Familie sind. Wir verfangen uns nicht in irgendwelchen endlichen Vorstellungen über die Zukunft und wir bleiben für alle Möglichkeiten offen. Ich glaube, wir tun unser Bestes, das mich diese Stücken Weisheit, das mich zu hindurchkommt, sich auf dem "Marktplatz" auswirken kann. Wir müssen lernen, daß wir nicht einfach so viel nukleare Energie haben können, ohne uns der Gefahr auszusetzen, uns wahrscheinlich völlig zu vernichten. Und ich glaube auch, daß wir eine Menge über Aggressivität und Gewaltlosigkeit lernen müssen.

Soziale Verantwortung ist ein Teil unserer Arbeit. Trungpa Rinpoche sagte einmal zu mir: "Ram Das, du mußt Verantwortung akzeptieren" und ich sagte zu ihm: "Was für Verantwortung?" Gott hält doch alles in seinen Händen." Er sagte: "Nein, du mußt lernen, daß

wir unsere individuelle Einzigartigkeit ehren und in uns selbst Verantwortung tragen müssen, damit sich die Vollkommenheit auf der Erde manifestieren kann."

Ganz einfach gesagt: Liebe jeden. Diene jedem. Und erinnere Dich ständig daran, wie alles ist.

M.T.: Ram Dass, danke für das Gespräch. R.D.: Ich danke dir, Michael.

Übersetzung: Stewart/Sadhana Verlag (c) Die Veröffentlichung dieses Gesprächs erfolgt mit freundlicher Genehmigung von New Dimensions Radio, San Francisco, USA. Bücher von Ram Dass sind erhältlich vom Sadhana Verlag Bundesallee 123, 1 Berlin 41

Buchbesprechungen

H.K. Challoner

Der Pfad der Heilung

(Hirthammer Verlag, DM 20,- geb.)

Frau Challoner hat offenbar authentische Eingebungen einer höheren Wesenheit gehabt, die ihr, wie sie in diesem Buch ausführlich beschreibt, bei der Heilung einer schwerkranken Frau geholfen hat. Das Buch besteht hauptsächlich aus den Aufzeichnungen dieser medialen Eingebungen, die sehr weise den Pfad der Heilung durch geistige Erkenntnisse und Kräfte entlagführen. "Die Behandlung, von der dieses Buch berichtet, wurde von jemandem durchgeführt, der wesentlich mehr über die Ursachen hinter der Krankheit wußte als der durchschnittliche Heiler", schreibt sie im Vorwort. "Beschrieben wird der Versuch, der Patientin den Weg zu zeigen, auf dem eine dauerhafte und bleibende Heilung erreicht werden konnte." Ein sehr ungewöhnliches Buch über eine paranormale Heilung. **BM**

Nina u. Michael Shandler

Mit Yoga zur Sanften Geburt

(180 S., DM 18,-, O.W. Barth-Verlag)

In diesem Buch wird der werdenden Mutter erklärt, welche Yoga-Übungen sie zu welcher Zeit der Schwangerschaft ausführen kann, um das eigene Wohlbefinden und damit das des Kindes zu steigern und ihren Organismus auf die Stunde der Geburt vorzubereiten. Die beschriebenen Atem-, Entspannungsübungen erlauben es der Mutter, die Wehen und die Geburt bewußt und ohne Betäubungsmittel zu erleben. Die praktischen Übungen sind mit zahlreichen Fotos Schritt für Schritt illustriert. (Das Buch scheint sehr interessant zu sein. Wir können es aber erst beurteilen, wenn wir Informationen von Müttern bekommen, die es ausprobiert haben.) **MM**

Kobo Abe

Die Frau in den Dünen

(Roman, Eichhorn Verlag, DM 26,-)
Ich hatte dieses Buch vor Verdacht bestellt, weil mir der Autor irgendwie bekannt erschien. Tatsächlich ist es eine Neuauflage eines Buches, das 67 beim Rowohltverlag erschienen war und 1964 verfilmt worden war (mit einem Preis in Cannes).

Jedenfalls dachte ich, ich fange mal mit Lesen an. Ich blieb hängen, und war gebannt. Eine beinahe banale Geschichte eines japanischen Hobby-Insektenforschers erwies sich so fesselnd wie ein Hitchcockfilm und hatte auch ein recht unerwartetes Ende – wie ich nach 6 Stunden ununterbrochenem Lesen feststellte. Dieser Hobbyforscher findet sich plötzlich in den Dünen gefangen, in einer surrealistischen Umgebung eines Dorfes, das ihn einfach an eine Frau versklavt, deren Hauptarbeit darin besteht, den unentwegt rinnenden Sand von der Hütte, die an einer Sanddüne klebt, wegzuschauflern, angeblich um zu verhindern, daß der Sand weitere Häuser im Dorf begräbt. Vieles an der Geschichte ist subtil allegorisch, in vielem erinnert sie an Kafka, wo der einzelne mit sich und den Umständen kämpft. Der Mann in der Geschichte ist verzweifelt: er hat zwar als Entschädigung für seine Zwangsarbeit Nahrung und Frau, die sich ihm gerne hingeben würde, doch er denkt an seinen Job als Lehrer, an sein Leben als Armeise in der Großstadt, das, wie ihm in Bruchstücken der Erleuchtung klar wird, auch nichts anderes ist, als das ständige Wegschauflern von rieselndem Sand mit dem Durchmesser von 1,8 mm. Sand hat, wie er weiß und erlebt, eine eigene Bewegungslogik, wie Wasser, und ist genauso zerstörerisch – was er zuvor nicht glauben wollte – , weil man nichts gegen den Sand ausrichten kann. Er versucht zu fliehen, schafft es jedoch nicht und gibt sich schließlich seinem Schicksal hin. Doch die ganze Schilderung der Umstände seines Lebens und Kampfes ist so eindringlich, so unentrinnbar wie der Sand mit dem er kämpft. Ich finde das Buch sehr lesenswert. Bruno Martin

Joan Halifax

Die andere Wirklichkeit der Schamanen

(320 S., Ln. DM 34,-, Scherz Verlag)

Die Schamanen waren die ersten Ärzte und Psychotherapeuten der Menschheit. Heute wird ihr Wissen wieder von vielen Leuten in aller Welt gesucht, Bücher werden veröffentlicht, und man hat das Gefühl, daß diese Rückbesinnung auf die geistigen Kräfte ungewöhnlicher Men-



schen mit ungewöhnlichen Erfahrungen auch uns wieder mit unserer Tradition in Kontakt bringen kann. Die Anthropologin Dr. Joan Halifax hat die vorliegenden Berichte im Rahmen ihrer weitläufigen Feldforschung aus dem Munde der Schamanen selbst gehört oder aus schwer zugänglichen Quellen aufgezeichnet. Es ist sehr vielfältig und macht dadurch deutlich, daß die Schamanentradition heute noch lebendig ist. Sehr schön an dem Buch ist, daß es vor jedem Bericht eine kurze Biographie des jeweiligen Autoren bringt. Wir hatten im Hologramm Nr.23 einen Auszug aus dem Buch. BM

David Boadella

Wilhelm Reich

(368 S., Ln., DM 36,-, Scherz Verl.)
Eine ausgezeichnete Einführung in das Werk von Wilhelm Reich. Ausführliche Besprechung demnächst.

Taizan Maezumii Roshi

mit B. Glasmann

Der verschleierte Mond der Erleuchtung
(Vorwort von Tschogyam Trungpa)
(204 S., DM 29,80, O.W. Barth-Verlag)
Ein japanischer Zen-Meister und sein westlicher Schüler und Nachfolger zeigen, welche fundamentale menschliche Erfahrung sich wirklich hinter dem Begriff "Erleuchtung" verbirgt. (Ausführliche Besprechung demnächst)

Samuel Butler

Erewhon

(Eichborn Verlag, DM 32,-)

"Erewhon" (nowhere) ist der Name eines fiktiven Landes, das den Hintergrund für diese utopische Satire bildet. (Ausführl. Besprechung im nächsten Heft)

Mach Gold daraus

Sim van der Ryn

(Freier Verlag, DM 14,80, 128 S.)

In sehr ausführlicher und technisch präziser Weise werden Alternativen zur herkömmlichen Fäkalienbeseitigung beschrieben. Das bei uns übliche System, unsere Ausscheidungsprodukte in die Kanalisation zu leiten, hat katastrophale

Folgen: große Mengen Wasser werden verschmutzt und müssen dann mühsam wieder aufbereitet werden; außerdem gehen wertvolle Dünge Stoffe verloren. Die sinnvollen Alternativen die es dazu gibt (z.B. Humuslo, Trockentoilette, Aufbereitung von Sickerwasser, etc) sind oft mit wenig technischem Aufwand installierbar.

Einige der vorgestellten Technologien dürften bei uns schwer realisierbar sein (beholdr. Vorschriften u.ä.), trotzdem ist dieses Buch sehr interessant, da es auch von psychologischer Seite her aufzeigt, daß wir eigentlich ein völlig gestörtes Verhältnis zu unserem Körper und seinen Ausscheidungen haben. Damit läßt sich erklären, daß wir unsere Scheiße möglichst ganz schnell mit viel Wasser verschwinden lassen. Für alle, die sich mit alternativen Technologien beschäftigen sehr empfehlenswert!

Winfried Günther



Die Brennstoffapar

(Freier Verlag, DM 8,80)

Eine Sammlung von Solar-Ideen für existierende Häuser: Ein sehr praktisches Buch. Es ist erstaunlich, mit was für einfachen Mitteln man ein Haus so verbessern kann, daß man weniger Brennmaterial braucht. Eine zusätzliche Scheibe pro Fenster kann bis zu 20% mehr Wärme im Raum halten.

Alle Vorschläge sind mit durchschnitl. handwerkli. Geschick durchführbar und die Materialkosten halten sich in Grenzen. Einige Beispiele: Isolations-Fensterläden; dicke Vorhänge; zusätzliche Verglasung; Steine und Wasser als Wärmespeicher; Luft u. Wasserkollektoren; Treibhäuser; Solar-Heizsysteme; Gartenhäuschen mit Wärmespeicher; Verandaverglasung u.v.a. Gut und preiswert.

Winfried Günther u. Joscha Molttor

Apfelweinbuch

von Hohenstein-Kieder

(Verlagsbuchhandlung Franz Joachim Gaber, Postf. 402, 6078 Neu-Isenburg)

Heinrich Tite:

Des Bäckelche, wo mer nachlese kann, wie mer dacham Ebbelwoi mecht

Dieses Buchlein hat jetzt in der zweiten Auflage den Vorteil, daß eine Übersetzung ins Hochdeutsche der Frankfurter Version gegenübergestellt wurde. Zwei Drittel des Buches sind der Herstellung von Apfelwein gewidmet und den Rest füllen einige Frankfurter Rezepte aus. Die Apfelweinherstellung und die Rezepte sind nicht sehr ausführlich, was aber durch die hübsche Aufmachung des Buchleins mehr als wettgemacht wird. Winfr. Günther



" DER SINN UNSERES LEBENS "

SANT THAKAR SINGH SPRICHT ÜBER DEN HEIMWEG
DER SEELE : WIE WIR DIE RÜCKVERBINDUNG MIT
DER VERLORENEN GOTTESKRAFT IN UNS SELBST WIE-
DER ERLANGEN KÖNNEN UND SO AUF DEM WEG ZU
SELBSTERKENNTNIS UND GOTTERFAHRUNG IN DIE-
SEM LEBEN KOMMEN.

EINTRITT FREI * PRIVATGESPRÄCHE AUF WUNSCH

Weitere Informationen über Kirpal Ruhani Satsang e.V.
Christel Puchner, Wissenweg 4, 8501 Wachingdorf, Tel.
09103-406/924

- 27.5. Würzburg 15.00 und 19.30 Konferenzraum im Hauptbahnhof Über den Bürgerstuben - Info:0931-52968
28.5. Bamberg 15.00 Zentralsaal, Promenadestr. 1a u. 19.30 Warner Barracks, Rec. Center, Gate 3 - 0951-56631
29.5. Bayreuth Stadthalle 15.00 "TagungsRäume" und 19.30 "Kleines Haus" - 0921-56297
30.5. Nürnberg 15.00 und 19.30 Rotkreuz-Saal, Nunnenbeckstr. 47 - 0911-269309
31.5. Ingolstadt 19.30 Gewerkschaftshaus, Paradeplatz 9 - 08458-8781
1.6. Erding 15.00 Saal im Rotkreuzhaus, Dorfenerstr. 6 - 08122-15649
1.6. Rosenheim 19.30 Parkhotel Crobach, Kufsteinerstr. 2 - 0861-12862
2.6. Prien 14.00 Hotel Wagner, Staudenstr. 1 - 0861-3273
2.6. Traunstein 19.30 Halle des Turnvereins Traunstein, Salinenstr. 7 - Info s. Rosenheim/Prien
3.6. Linz - 4./5.6. Wien - 6./6. Klagenfurt - 7.6. Villach - 8.6. Salzburg - 9.6. Innsbruck - Info:P. Schitt-
ler, Mildeplatz 2, A 1160 Wien - 0222-4639185; Mimi Kern, A 9551 Bodensdorf 168; oder Adresse oben
10.6. Memmingen 19.00 Hotel Adler, Maximilianstr.3 - 08261-8655
11.6. und 12.6. München, jew. 19.30 Deutsches Museum, Vortragssaal I, S-Bahn Isartor - 089-1572866
13.6. Augsburg 20.00 Kongresshalle - 0821-716309
14.6. Stuttgart 19.00 u. 15.6. 8.00 Gustav-Siegler-Haus, Leonhardplatz 28 - 0711-642449
15.6. Ludwigshafen 19.30 Rawada-Hotel, Pasadenaallee 4 (beim Bahnhof) - 0621-756302
16.6. Neuss 19.00 Hotel Further Hof, Furtherstr. 110 - 02101-465917
17.6. Düsseldorf - noch offen - Info: s. Neuss und : 0211-154239
18.6. und 19.6. Berlin, jew. 19.30 Urania-Haus, Kleistsaal, Kleiststr. 13/14, Bln. 30 - 030-8016842/8327812
20.6. Hannover 17.00 und 19.30 Historisches Museum am Hohen Ufer, Pferdestr. 6 - Info s. Hamburg
21.6. Lübeck 18.00 Hotel International, Am Bahnhof 17-19 - 0451-33210
22.6. Hamburg 17.00 Lorient, Karolinenstr. 7-9 (Torweg), U-Bahn Messehallen - 040-493033 und
22.6. und 23.6. jew. 19.00 Universität Hamburg, Kuppelbau, Edmund-Siemers-Allee 1, Bahnhof Damtor - Info s.o.
24.6. bis 26.6. Stockholm - C. Olivecrona, Odengatan 37 Ög, 11351 Stockholm, 08-320363; oder Adresse oben
27.6. und 28.6. London - am 28.6. beim "Festival for Mind & Body '81" im Messegelände "Olympia" - Info Über
B. Kaur-Kalsi, 13 Anderson Drive, Ashford, Middlesex 07842-50149; oder Marc & Sonja Wood, 14 Manbey
Grove, London E 15 (Stratford) - 01-5559582; oder Adresse oben
29.6. und 30.6. Frankfurt, jew. 19.30 Senckenbergmuseum, Senckenberganlage 25 - 09103-406/924
1.7. und 2.7. Mailand - Info Adresse oben * evt. Änderungen vorbehalten - siehe auch Plakatanschläge !

Die Sucher können (kostenfrei) praktische Erfahrung
vom inneren Licht und Ton und die dauerhafte Verbindung
mit der Quelle wahren Glücks und ewigen Lebens erhalten.

Adresse von Sant Thakar Singh:
Sawan Ashrae, Shakti Nagar, Delhi 7 - INDIA