

Walter Zillgens

***UNSER WAHRES
LEBEN***

Wer bin ich?

Wo komme ich her?

Wo gehe ich hin?

INHALT

Vorwort.....	5
Teil I	15
Ansichten über Gott und die Welt und das Thema der Ganzheitlichkeit .	15
1. Einführung: Das große Missverständnis der Religionen und das „Lebensspiel“	17
2. Wer oder was ist Gott? Wie stelle ich mir Gott vor?.....	25
3. Gibt es Gott und wenn ja, wie kann ich Gott erfahren?.....	35
4. Warum gibt es kein einheitliches Gottesverständnis?	43
Warum tun sich die Religionen mit der Darstellung Gottes so schwer?	43
5. Gott, der Geheimnisvolle? – Oder die Entmystifizierung Gottes.....	49
6. Die Bibel und die christlichen Religionen.....	55
7. Jesus von Nazareth	71
8. Ganzheitlichkeit – und die Unterscheidung von wahrem Ich und Ego-Ich	85
9. Wer bin ich? Wo komme ich her? Wo gehe ich hin?	91
10. Geburt und Wiedergeburt – Inkarnation und Reinkarnation	101
11. Sterben und Tod	117
Der klinische Tod	131
Der Hirntod.....	131
Der biologische Tod	134
Nahtoderfahrung.....	135
12. Feinstoffliche, Geistige Welt.....	149
Der weitere Weg nach dem Sterben und das Wiedersehen geliebter Menschen.....	152
13. Trauer und Trauerarbeit.....	157
14. Geist – Seele – Körper.....	165

Teil II.....	175
Lebensgesetze.....	175
1. Freier Wille – Freiheit und Eigenverantwortlichkeit des Menschen.....	177
2. Ursache und Wirkung – Die Energie unserer Gedanken.....	183
3. Ich habe mein Schicksal selbst in der Hand	201
4. Energie – Lebensenergie	205
5. Krankheit als Freund des Menschen: Wie innen, so außen	213
6. Was ist Karma? – Gesetz des Karmas	231
7. Dualität und Polarität.....	247
8. Bewusstsein und Unterbewusstsein.....	253
9. Umwelt	283
10. Dankbarkeit	307
11. Segen	315
12. Gelassenheit und Souveränität.....	321
13. Alles hat mit mir (uns) zu tun.....	327
Schlussgedanken.....	333
Dank	334
Verwendete und weiterführende Literatur.....	336
Liste ermutigender Naturschutzprojekte.....	337

1. FREIER WILLE – FREIHEIT UND EIGENVERANTWORTLICHKEIT DES MENSCHEN

*Wer und wie wir jetzt in unserem Sosein sind, ist die
Folge des freien Willens!
– WZ*

*Ohne freien Willen wäre die Dualität ein stumpfes
Schwert! – WZ*

Gott hat die Dualität von Gut und Böse erschaffen und uns Menschen mit einem freien Willen ausgestattet, um unsere Wahl zu treffen. Er lässt uns die Freiheit, das zu tun, wofür wir uns entscheiden. Er greift nicht ein! Der Mensch erfährt keine Strafe oder Belohnung Gottes für das eine oder andere, sondern wir Menschen erfahren allein die Folgen, die unsere Entscheidungen mit sich bringen – nicht immer in diesem Leben, eventuell auch in einer weiteren Inkarnation. Die Auswirkungen unserer Entscheidungen interpretieren wir Menschen, auf der Grundlage unseres Werteverständnisses, oft als Strafe.

Wir Menschen sind von der Schöpfung mit einem der höchsten Güter ausgestattet worden, das die Schöpfung überhaupt zu „vergeben“ hat, nämlich mit unserem freien Willen. Ich denke hier weniger an politischen freien Willen, vielmehr an den freien Willen bezüglich unserer Lebensentscheidungen. Dieser freie Wille ist die Basis der Schöpfung und nicht zuletzt unseres irdischen Lebens. Denn mit diesem freien Willen können wir die

gesamte Bandbreite des Daseins und der Schöpfung erleben und erkunden: neben Positivem, Gutem, Schöнем selbstverständlich dann auch das sogenannte Böse, Schlechte oder Negative.

Hätten wir keinen freien Willen, wären wir im wahrsten Sinne des Wortes fremdgesteuert oder fremdbestimmt. Solange es uns relativ gut geht und das Leben in geordneten Bahnen verläuft, ist es ein schöner Gedanke, dass ich das mehr oder weniger Angenehme durch meinen freien Willen selbst verursacht habe, nach der Devise: Es steht mir zu; dafür habe ich schließlich hart gearbeitet; ich habe keinen umgebracht oder sonstige große Verfehlungen begangen. Dieses Verdienst schreibe ich gerne auf meine Fahne. Wenn es aber in die andere Richtung geht, sind wir oftmals schnell dabei, das nach außen zu projizieren: Es ist nicht unsere „Schuld“, das sind negative Umstände, ein negatives Umfeld, „die bösen anderen“, das sogenannte Schicksal und anderes, worauf ich angeblich keinen Einfluss habe. Aber weit gefehlt, auch das ist eindeutig das Resultat meines freien Willens. Wenn ich das Gute und Angenehme überwiegend als mein eigenes Verdienst betrachte, dann darf ich konsequenterweise mit dem Negativen auch so umgehen. Doch das fällt uns Menschen verdammt schwer und es bedarf einer großen Portion Ehrlichkeit, Selbstverantwortung und Selbstbewusstsein, sich dies einzugestehen. Das möchte unser Verstand, Sitz unseres Ego, nicht wahrhaben und es gibt ja auch so viele, teilweise plausible und logische Argumente, die uns vordergründig entlasten. Oftmals aber sind diese Argumente, wenn wir ehrlich sind, im Innern nicht immer so stimmig. Doch durch ständige Beteuerungen und teilweise auch durch die Bestätigung von

außen werden sie eben „stimmig gemacht“ und das Gewissen somit beruhigt. Insgeheim wissen wir aber, dass wir uns selbst belügen. Dennoch empfinden wir es als immens wichtig, für unser Leben und unser Ego, zumindest vordergründig. Doch wie oft holt uns diese Selbstlüge ein?

Dazu kann ich eine für mich prägende Geschichte aus meinem eigenen Leben beisteuern, die Geschichte meines Firmencrashes: Als ich im September 2002 nach erfolgreichen 32 Jahren meine Firmeninsolvenz anmelden musste, brach für mich eine Welt zusammen. Schuldige dafür waren schnell ausgemacht: die schlechte Baukonjunktur zu dieser Zeit; nicht bezahlende Auftraggeber, die selbst pleitegegangen waren; unkooperative Banken, die vorher bei schönem Wetter ungefragt Regenschirme verteilten und als sie wirklich gebraucht wurden, diese wieder zurückforderten. Ich durfte den schmerzlichen Wandel von einem erfolgreichen, gesellschaftlich geachteten und vermögenden Unternehmer zu einem Verlierer erleben, der bis zuletzt fast alle verfügbaren finanziellen Mittel ins Unternehmen gesteckt hatte. Jeder, der diese Geschichte kannte oder hörte, bedauerte mich als armes Opfer.

Als ich drauf und dran war, diese Story schriftlich zu fixieren, und das Ganze noch einmal Revue passieren ließ, kristallisierte sich für mich immer mehr die Erkenntnis in Form von Ehrlichkeit und Selbstverantwortung heraus. Ich war nicht das bedauernswerte Opfer, sondern der Verursacher des ganzen Schlamassels. Die circa 32-jährige Erfolgsstory, für die ich hart gearbeitet hatte, habe ich mir gerne auf die Fahne geschrieben, den Misserfolg wollte ich zuerst aber angeblich nicht beeinflussbaren Umständen in die Schuhe schieben. Letztendlich sickerte die Erkenntnis durch, dass ich durch

meinen freien Willen Verursacher von beiden Geschichten war. Die beschriebenen Fakten, schlechte Baukonjunktur, nicht bezahlende Auftraggeber, unkooperative Banken, waren letztlich nur das Resultat dessen, was ich unbewusst herbeigesehnt hatte.

Es war für mich ein Wendepunkt in meinem Leben, hin zum spirituellen Denken und Fühlen, was sich schon im Vorfeld in abgeschwächter Form gezeigt hatte. Ich wäre nicht das, was ich heute bin, ohne diesen lebensprägenden mutmaßlichen Misserfolg! – „Wenn das Leben dir eine Zitrone gibt, dann mach Zitronenlimonade daraus.“

Das ganze Leben unterliegt dem freien Willen! Jetzt werden viele heftig protestieren, mit der Begründung: Da gibt es Situationen, da war ich in meiner Willensfreiheit stark eingeschränkt oder sogar total unfrei, zum Beispiel durch die Vorgaben von Eltern, Vorgesetzten, Befehlshabern (im militärischen Bereich), situationsbedingt. Das mag vordergründig, aus Sicht des Verstands, richtig erscheinen. Doch wer das nächste Kapitel „Ursache und Wirkung“ verinnerlicht, wird dieser Aussage „Das ganze Leben unterliegt dem freien Willen“ größtenteils zustimmen.

Zusammenfassung

Der freie Wille ist eines der elementarsten Dinge, die uns Gott mit auf den Weg gegeben hat. Ohne freien Willen wären wir im wahrsten Sinne des Wortes fremdgesteuert oder fremdbestimmt. Freier Wille hat natürlich auch seinen Preis, nämlich: Eigenverantwortung! Der freie Wille steht immer im Kontext von Zwischenmenschlichkeit und Umwelt! Mein freier Wille endet

beim freien Willen des anderen, der die Zwischenmenschlichkeit und die Umwelt achtet!

2. URSACHE UND WIRKUNG – DIE ENERGIE UNSERER GEDANKEN

*Alles, was wir sind, ist das Resultat dessen,
was wir gedacht haben!*
– Buddha

Gedankenqualität = Lebensqualität
– WZ

Die Gesetzmäßigkeit des Lebens: Das Leben macht keine Fehler – das Leben ist der Ist-Zustand, eine Bühne für Ursache und Wirkung! Mit diesem Kapitel wird „bewiesen“, dass Gott weder bestraft noch belohnt! Das Wort „Ursache“ birgt etwas Grundsätzliches in sich, es ist dem Ursprung zugehörig wie alle Worte mit der Vorsilbe „Ur-“ (Uraufführung, Urinstinkt, Urknall, Ursprache, Urmensch).

Im vorigen Kapitel wurde beschrieben, dass wir als die „Verursacher“ die Folgen unserer freien Willensentscheidung zu tragen haben, auch wenn sie negativ sind. Nun kommt eine erstaunte Frage: Wann soll ich denn diese negative Ursache erzeugt haben und warum? Ich mache doch nichts, was mir persönlich schadet! Klar gehe ich bei der bewussten Entscheidung in der Regel von einem positiven Ergebnis beziehungsweise einer positiven Wirkung aus.

Wissen sollte man jedoch, dass nur circa 20 Prozent der so durch uns bedingten Ursachen bewusst und circa 80 Prozent unbewusst sind. Bei einem

bestimmten Vorhaben treffe ich natürlich eine bewusste Entscheidung und stelle mir gleichzeitig das Ergebnis vor und nehme es quasi mental schon vorweg, bevor ich praktisch damit anfangе.

Hier einige Beispiele: Der Bauer sät nicht um des Säens willen, sondern um ein im Vorhinein erwartetes Ergebnis (in diesem Fall Ernte bzw. finanzieller Erfolg) zu erzielen. Bei dem Vorhaben zu säen, sieht er sich sozusagen schon ernten. Oder: Der Unternehmer beginnt nicht mit einer selbstständigen Tätigkeit um des doch hohen Aufwands willen, sondern um einen geschäftlichen Erfolg zu erzielen, den er sich im Voraus geistig bereits als Wirkung ausgemalt hat. Oder: Der Dieb begeht nicht den Diebstahl um des Stehlens willens, sondern um ein vorab erhofftes Ergebnis, nämlich einen materiellen Vorteil, zu erzielen.

Die Ursache dieser Beispiele beginnt jedoch schon eher, nämlich bei dem ersten Gedanken. Die Ursache erzeugt quasi die Wirkung, das lässt sich nicht auseinanderdividieren! Wo eine Ursache ist, ist also auch eine Wirkung. Somit sind Ursache und Wirkung absolut untrennbar miteinander verbunden. Nun ist das erst mal eine „sachliche“ Feststellung und hört sich sehr theoretisch an. Manche mögen jetzt denken, wenn das so einfach ist, warum bin ich dann nicht schon längst Millionär? Ja, es ist grundsätzlich und in der konsequenten Anwendung dieses Gesetzes tatsächlich so einfach. Dazu später mehr.

Die Ursachensetzung beginnt also nicht erst mit der bewussten Umsetzung, denn das ist schon eine weitere Station in diesem Prozess. Es gibt diesbezüglich zwei Bereiche: den mit einer materiellen, physischen Wirkung, den anderen mit einer immateriellen, geistigen, energetischen Wirkung.

Hier ein Beispiel zur materiellen, physischen Ursache und Wirkung: Ein Bauer beschließt, Weizen anzubauen (Ursache). Im Herbst legt er den dafür geeigneten Acker fest und bearbeitet ihn grob. Im Frühjahr kauft er Saatgut, bearbeitet den Acker fein und bereitet ihn für die Aufnahme des Saatguts vor. Das Saatgut wird eingebracht und er achtet darauf, dass die Bedingungen für eine gute Ernte so optimal wie möglich sind: Er unterstützt diesen Prozess mit allem, was er dafür tun kann. Er sorgt für ausreichend Wasser/Feuchtigkeit, Licht, Wärme, Unkraut- und Schädlingsvermeidung. Kurz, sein Fokus ist auf eine gute Ernte (Ergebnis/ Wirkung) gerichtet, die dann entsprechend seinem Fokus ausfällt. Der Bauer freut sich über das gute Ergebnis. Die Ursache für diesen Prozess ist nicht die Saatguteinbringung, sondern der Gedanke/ Beschluss des Bauern, im folgenden Jahr Weizen zu ernten (Wirkung). Das Säen war zwar ein sehr wichtiger Schritt in diesem Prozess, aber eben nur einer von vielen.

Und hier ein Beispiel zur immateriellen, geistigen, energetischen Ursache und Wirkung: Ein junger Mann fühlt sich von seinem Vorgesetzten missachtet, ausgegrenzt, schlecht und ungerecht behandelt. Er findet keine Möglichkeit, sich zur Wehr zu setzen. Er ist wütend und fühlt sich so verletzt, dass er anfängt, den Vorgesetzten zu hassen (Energieeinsatz), und sich wünscht, dass es diesem schlecht ergehen und er einen Denkkzettel bekom-

men möge, zum Beispiel dass er seinen Job verliert. Dieser Gedanke verstärkt sich umso mehr, je mehr der junge Mann drangsaliert wird. Doch eines Tages wird er in eine andere Abteilung versetzt, mit der Konsequenz, dass er dem Vorgesetzten nicht mehr über den Weg läuft. Er verliert seine Wut und die Hassgefühle. Nach geraumer Zeit jedoch erfährt er, dass sein ehemaliger Vorgesetzter tatsächlich gekündigt wurde (Wirkung). Auf der einen Seite empfindet er eine stille Genugtuung und auf der anderen Seite wollte er dann doch nicht, dass die Wirkung so hart ausfällt. Sein schlechtes Gewissen will ihn glauben machen, dass sein damaliger Wunsch nicht der Ausgangspunkt für die heutige Wirkung war. Er fühlt sich nicht besonders gut. Möglicherweise war seine damalige Intention nicht allein ausschlaggebend für die Wirkung (Kündigung), möglicherweise spielten auch noch andere Faktoren eine Rolle. Wahrscheinlich ist jedoch, dass die Ursachensetzung des jungen Mannes Anteil an der Wirkung (Kündigung) hatte.

Die beiden Beispiele haben auf den ersten Blick nicht viel miteinander gemein. Beispiel eins ist klar strukturiert: Die Intention ist materiell, physisch ausgerichtet, ein klar definierbarer Zeitpunkt der Ursachensetzung, mit einem überschaubaren Zeitfenster der Fixierung der Wirkung, einhergehend mit einem guten, gleichmäßigen und geordneten Energieeinsatz. Dieses Beispiel ist leicht nachvollziehbar. Beispiel zwei ist viel weniger klar strukturiert, da es von starken Emotionen geprägt ist. Die zugrunde liegende Ursache ist der Schutz des „inneren Kindes“, verletztes Ehrgefühl, Sinnen auf Rache. Der Zeitpunkt für die Ursachensetzung kann nicht klar definiert werden (wahrscheinlich als die Wut immer größer wurde und in Hass umschlug), ebenso wenig das gewünschte Ergebnis. Das Zeitfenster bezüglich

der Wunscherfüllung war nicht klar fixiert, eher pauschal. Der Energieeinsatz war eher negativ, ungleichmäßig, eher unbewusst als bewusst. Die Folge war, dass die verursachte Wirkung „irgendwann mal“, fast schon vergessen, eintrat mit einem angeblich zufälligen Ergebnis. Das Phänomen von Karma, in diesem Falle von negativem Karma, spielt eine Rolle.

Doch beide Beispiele unterliegen dem Lebensgesetz von Ursache und Wirkung. Dieses Lebensgesetz besagt, dass jeder Gedanke Energie ist, die bewirkt, dass sich etwas zuvor Gedachtes realisiert. Nun wird sich erfahrungsgemäß nicht jeder Wunsch verwirklichen, zumindest nicht auf dieser Ebene; denn ansonsten gäbe es hier ein riesiges Chaos. Wann funktioniert die Verwirklichung eines Wunsches? Das Urfundament einer jeden Manifestierung ist eine (bewusste oder unbewusste, positive oder negative) Emotion oder Intention, die von den Gedanken aufgenommen wird. Daher rührt der Spruch: Der Wunsch ist der Vater des Gedankens.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien¹⁷ belegen, dass der Mensch am Tag im Schnitt zwischen 60.000 und 70.000 Gedanken produziert. Was für eine enorme Zahl! Weiter wurde wissenschaftlich bewiesen, dass nur gerade mal drei Prozent von 60.000, das heißt 1.800 unserer Gedanken konstruktiv sind! Ein erschreckend geringer Wert in Bezug auf die Gesamtzahl unserer Gedanken. Und dann wundern wir uns, warum wir uns nicht gut fühlen? Oder nicht an uns glauben? Das Selbstwertgefühl ist so enorm wichtig für unsere Lebensqualität. Genauso wie es wichtig ist, dass Eltern aufbauende Worte an ihre Kinder oder Trainer an ihre Sportler richten, so wichtig ist

17 Vgl. z. B. unter: www.beyou.de

die innere Motivation für uns selbst. Weiter wurde in diesen Studien mit Probanden festgestellt, dass uns im Schnitt circa 25 Prozent unserer Gedanken unbewusst sind und uns und anderen schaden beziehungsweise negativer Natur sind: Was hat der für einen Kleidungsstil? Der sieht aber unmöglich aus! Das geschieht dem recht! Der verdient mal eine Tracht Prügel und so weiter. Ich bin zu dick! Ich kann das nicht! Ich bin nicht sportlich! Ich bin nicht musikalisch! Die Jungen haben keinen Anstand! Ach, war das saublöd!

Das Unterbewusstsein ist nicht in der Lage zu unterscheiden, ob die Aussagen und Gedanken an die eigene oder andere Personen gerichtet sind. Somit beurteile ich mich direkt oder indirekt immer selbst. Circa 72 Prozent sind flüchtige, unbedeutende Gedanken, welche dennoch wirken.

Ich habe Durst, soll ich jetzt schon was trinken oder eher später? Den Abwasch noch machen, nein, lieber nicht jetzt, doch lieber später. Ach, wie schön die Sonne scheint, uff, das war knapp, schöne Beine, knackiger Po... Davon sind wiederum 98 Prozent alte, wiederholende Gedanken und nur 2 Prozent neue.

Wenn dem so ist, fragt man sich, warum nicht mehr, ja viel mehr aufbauende und positive zielgerichtete Gedanken produziert werden? Die Antwort ist relativ einfach: weil die Mehrzahl der Menschen das Gesetz der Gedankenenergie nicht kennt oder sie schlichtweg nicht daran glauben. Nach der Devise, die Gedanken sind frei, Gedanken sieht man nicht. Das ist zwar richtig, aber trotzdem ist die Wirkung da. Daher ist es wichtig, eine stetige Gedankendisziplin zu üben!

Richtig positives Denken will gelernt sein! Wenn ein Ziel, ein Vorhaben ausgedacht wird oder ein Wunsch besteht, sollte dies so klar und deutlich wie möglich formuliert werden (am besten schriftlich). Die Erfüllung sollte man sich sehr lebhaft und realistisch, mit vielen positiven Emotionen und ganz farbig ausmalen. Zuletzt sollte das Ganze mit einem realistischen Zeitfenster versehen werden. Zwei weitere Zutaten fehlen jetzt noch: Es ist wichtig, dass bei dem gewünschten Vorhaben ein fester unerschütterlicher Glauben dabei ist. Es darf kein Zweifel am positiven Ausgang bestehen und auch die Dankbarkeit darüber sollte tief empfunden werden. Jetzt ist die Ursache perfekt gesetzt – die Wirkung wird folgen!

Klingt wie ein Märchen? Ist das wirklich so einfach? Ja, es ist so einfach! Der größte Gegner, dass es gelingt, ist unser Verstand, der sich mitunter hartnäckig weigert, das zu verstehen. Weil er es nie geübt, trainiert hat oder in dieser Weise erzogen wurde. Weil der Leitspruch der Erziehung vielleicht immer schon lautete: Das Leben ist nicht leicht! Woraus dann ein negativer Glaubenssatz wurde. Doch jetzt darf die Energie der Gedanken sowie die Gesetzmäßigkeit von Ursache und Wirkung erkannt werden. Der Verstand wirft immer wieder Zweifel auf. Dann muss der unerschütterliche feste Glaube dagegenhalten. Diese Gesetzmäßigkeiten müssen verinnerlicht werden. Nicht von ungefähr kommt der Spruch: Glaube versetzt Berge. Es ist nicht nur ein frommer Spruch; er steckt voller Wahrheit, voller Verwirklichungsenergie.

Wichtig ist auch, dass nicht ständig die klare Zielsetzung geändert wird. Geduldig abwarten und das Vorhaben mit positiven, zweifelsfreien, unerschütterlich fest ans Gelingen glaubenden Gedanken begleiten. Das Gras

wächst nicht schneller, indem man daran herumzupft, im Gegenteil, man zieht es heraus! Die Brötchen backen nicht schneller, wenn der Bäcker alle paar Minuten nachsieht, ob sie schon fertig sind. Alle Projekte brauchen ihre Zeit zur Verwirklichung! Wenn der Bauer reinen guten Weizensamen sät, wird er guten Weizen ernten! Andernfalls wird er das ernten, was er gesät hat. So einfach funktionieren Ursache und Wirkung!

Alle Gedanken haben das Potenzial zu ihrer Verwirklichung! Oftmals sind die Gedankenspiele so intensiv, dass eine ungewollte Verwirklichung stattfindet. Viele kennen den Vers Goethes aus seinem Gedicht „Der Zauberlehrling“: „Die ich rief, die Geister/ werd ich nun nicht los“! Das Gleiche gilt für den Dominoeffekt: Dem letzten Stein, der fällt, ist es egal, ob der erste Stein bewusst oder unbewusst angestoßen wurde. Allerdings sind die bewussten Gedanken, die mit Emotionen und positiver Energie „befeuert“ werden, diejenigen, die die größten und widerstandsfähigsten Samen der Verwirklichungsenergie in sich tragen. Noch einmal: Die Qualität und die zeitnahe Umsetzung der angestrebten Wirkung beziehungsweise des Zieles hängen von der Pflege und dem Energieeinsatz ab: ein starker Wille und ein unerschütterlicher Glaube und die Vorstellung, das realistisch gesetzte Ziel auch zu erreichen. Ein Gelähmter im Rollstuhl wird sich nicht realistisch vorstellen können, Olympiasieger im Hundertmeterlauf zu werden. Der feste Glaube daran, dass ich es wert bin, mein Ziel zu erreichen, die möglichst exakte Beschreibung der Zielerfüllung, ein konkreter Zeitpunkt, eine farbig ausgemalte und räumliche Vorstellung mit allen dazugehörigen Gefühlen sind die „Werkzeuge“ für jedes Vorhaben. Das geht so weit, dass