

# DIE LANGE AUTHENTISCHE FORM

## UNSERES IRDISCHEN ERLEBENS ALS DAS WESEN VOM TAICHI

### TEIL I



SU MYNONA

© 2018

**BAMBUSHALLE**

---

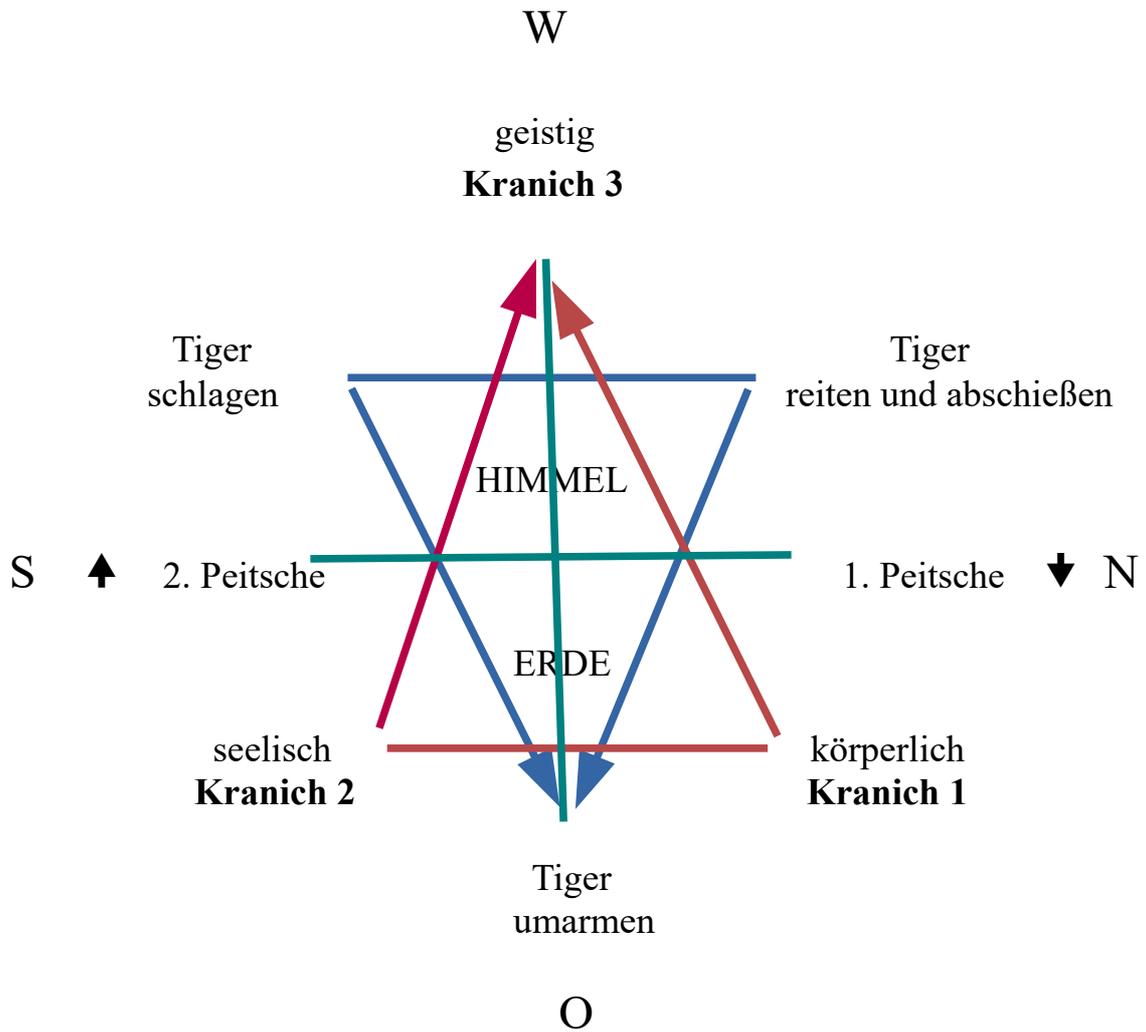
SCHULE BEWUSSTER ANWESENHEIT

*Taichi, Ihr Lieben,*

*ist sowohl geistiger, seelischer als auch körperlicher Natur und darin alles gleichzeitig. Die gegen Gegner gerichtete Kampfkunst, von uns global natürlicherweise nach unserer geringen geistigen Reife am meisten geübt, ist körperlicher Natur. Die reine Bewegungskunst im inneren Schwingen unserer Herzensqualität, von uns naturgemäß nach unserer seelischen Reife viel weniger geübt, ist seelischer Natur. Und Taichi zum Erinnern an unser wahres Wesen, das als das Leben, das wir Gott nennen, weil es aus reinem Bewußtsein besteht, außer dem es sonst nichts gibt und das aus purer Liebe, die nicht berechnet und bewertet, besteht, wird naturgemäß wegen unserer heute noch so großen Blindheit in bezug auf unser wahres Wesen am allerwenigsten geübt. Und das soll sich nun ändern. Ich übe daher nun mit Euch die immer mehr sich durch Euer Üben steigernde Erinnerung daran, wer Ihr wirklich seid – reine Liebe ohne jede logische männliche Berechnung und ohne jede emotionale weibliche Bewertung.*

*Fangen wir also nun mit dem ersten Teil der authentischen Langen Form des Taichis an, in dem wir uns schrittweise bewußtmachen, woher wir zur Erde gekommen sind und auf ihr als Geschöpf am Ende des ersten Teils unseres langen Lebenslaufes hier auf Erden erwachsen geworden sind.*

# Das Geheimnis der Langen Form unseres Erlebens auf Erden mit unserem Werkzeug Körper



## **Im anfänglichen Stillstehen**

erlebe ich mich als Träumer der Schöpfung mit ihrem göttlich höchsten irdischen bewußt Sein als das Wesen vom Tai Chi. Ich bin im Himmel und will mich physisch dicht inkarnieren und muß mich dazu geistig polarisieren durch den ersten schulterbreiten Schritt mit rechts zur Seite, um überhaupt körperliche Schöpfung zu erzeugen. Dann hebe ich beide Arme waagrecht nach vorne in Höhe des Herzens, wodurch der embryonale Keimling, den ich als himmlische Seele auf Erden als mein physisches Werkzeug beleben will, seinen ersten Herzschlag bekommt und so zu leben anfängt, als wäre er selbst lebendig und nicht nur lebendig durch mein himmlisches Seelenbewußtsein als körperlich unsichtbarer Träumer und damit sozuagen Regisseur und Dramturg hinter den Kulissen der Langen Form Schöpfung.

## **Im darauf folgenden Kreisschlagen mit beiden Händen**

schicke ich mein ganzes geistig göttliches Schöpferbewußtsein in das Gehirn meines hier noch embryonalen Werkzeugs Körper und garantiere so, daß meine hier geschöpfte Lange Form des körperlichen Erlebens auf Erden bis zum Schluß meiner Langen Erlebensform auf Erden nicht geistlos ist, sondern fest verankert in meinem wahren Wesen Gott als Leben.

Das geistig göttliche Bewußtsein schlägt vom Scheitelchakra ganz oben bis zum Steißchakra ganz unten durch und bildet so eine

geistige Achse, um die herum sich nun mein embryonaler Körper durch meinen schöpferischen Willen von Bewegung zu Bewegung aufbaut, bis er mit der ersten Peitsche als Baby allen sichtbar zur Welt kommt, danach mit dem ersten Ausbreiten meiner Kranichflügel voll auf Erden im jugendlichen Selbstbewußtsein erblüht, um danach als sommerliche Frucht im Erwachsensein auszureifen im zweiten Teil Deiner langen Form des rein seelischen Schöpfens, Erkennens und Erleuchtens bis zur Ernte mit der Übung des Fliegens in die Dia-gonale, um dann mit den 4 Wolkenhänden als geerntete Frucht zu Beginn der kalten Jahreszeit und der großelterlichen Weisheit auf dem Altar des Erntedankfestes zu liegen.

### **Im darauf folgenden ersten Erfassen des Vogelschwanzes**

aktiviere ich mein inneres Auge als die Quelle des Erwachens meiner von mir als Seele gewünschten äußeren Natur im irdischen Körperbewußtsein. Denn aus meinem inneren Auge Epiphyse projiziere ich meine seelischen Vorstellungen von meiner neuen Inkarnation nach außen, wodurch mein körperliches Bewußtsein als Embryo entsteht.

### **Im darauf folgenden zweiten Erfassen des Vogelschwanzes**

aktiviere ich meine seelische Intelligenz im neuen embryonalen Körper, so daß nun Geist-Seele-Körper darin über die bis hier erklärten Bewegungsbilder aktiv sind, damit das Üben meiner Langen Erlebensform auf Erden nicht schon ganz am Anfang mit einer Totgeburt endet wegen völliger geistiger Blindheit in bezug auf mein wahres Wesen Gott als Leben. Jedes Mal, wenn ich diese hier beschriebenen drei Bewegungsbilder übe, ziehe ich jeweils danach das geistige, seelische und körperliche bewußt Sein nach unten an den rechten Beckenrand in mein Üben hinein, indem ich mit meinen Händen einen kleinen oder großen Energieball halte.

Die beiden Vögel, die hier an ihrem Schwanz gepackt werden, ist beim ersten Mal der weiße Schwan der *Schwan-gerschaft* im Norden mit meinem neuen irdischen Körper und ist beim zweiten Mal im Osten die schillernde Taube in ihrer Symbolik des Heiligen Geistes in der untrennbaren göttlichen Dreifaltigkeit von Schöpferkraft, Erscheinungskraft und Erkenntniskraft in der Bewegung der gerade bis hier beschriebenen drei ersten Bewegungsbilder der Langen Form vom Taichi.

### **Nun kreuze ich die Hände links aufs rechte Handgelenk**

in Höhe meines linken Beckenrandes und verbinde mich zu einem kleinen Teil, als nähme ich ein Werkzeug, nämlich mein neues, wenn auch noch embryonal neues Werkzeug Körper in die Hand, ohne ganz und gar damit verbunden zu sein, mit diesen sich kreuzenden Händen ganz unten sozusagen als unendliche und unsterbliche Seele kreuzigend mit dem sich dadurch festigenden Rückgrat oder Kreuz meines neuen Erdenkörpers. Das ist die Bedeutung der Kreuzigung Jesu.

Dann aktiviere ich meinen embryonalen Körper zum weiteren irdischen Wachstum im Hinundher meiner Arme und Hände nach vorne, im dort Abstreifen oder Loslassen des Himmels in mir, aus dem ich zur Erde komme, und wieder zurück zur Schulter im Aktivieren meines Kehlchakras durch die aufgerichteten Daumen, wodurch ich nur noch über die leise innere Stimme des Gewissens mit dem Himmelsbewußtsein in Verbindung bin, und wieder nach vorne zur Bestätigung meines Willens, fest verkörpert vom Himmel zur Erde *begreifbar, anfaßbar*, aber auch körperlich nun *angreifbar* als Baby zur Welt zu kommen.

### **Im Bewegen der beiden Fische Yin und Yang**

bekomme ich plötzlich Zweifel wegen meiner seelischen Kreuzigung an einen angreifbaren und begreifbaren dichten Körper in der Bedeutung der Frage Jesu am Kreuz: „Mein Gott, warum hast Du mich verlassen?“ Und ich will plötzlich nicht mehr inkarniert sein und will als der nach innen ziehende Yin-Fisch im Himmel bleiben, kann dort aber nicht mehr sein, weil ich schon zuweit gegangen bin mit meinem vorherigen Willen, inkarniert sein zu wollen, um mich begreifen zu können und von anderen angefaßt werden zu können. Und so zwingt mich der nach außen drängende Yang-Fisch mit seinem starken männlichen Willen im Gegensatz zum Yin-Fisch mit seinem weiblichen intuitiven Empfinden, meinen anfänglichen göttlichen Willen durchzusetzen und ihm zu folgen – wodurch mein embryonaler Körper nun bereit ist, zur Welt zu kommen und auf Erden österlich als inkarnierte Seele aufzuerstehen.

### **Die nun folgende 1. von 10 Peitschen**

peitscht oder regt mich innerlich seelisch so an, mich in meiner ganzen Wesensliebe nach außen zu projizieren und zu bewegen, daß es zur Geburt und österlichen Auferstehung nach der Kreuzigung an mein physisches Rückgrat oder Kreuz kommt.

Ab jetzt bin ich gezwungen, als Baby zu üben, meine Lange Form Körper in all ihren mir noch gänzlich unbekanntem Bewegungen mit all ihren Bewegungsbildern meiner Langen Form des irdischen Erlebens zu meistern und mir dabei bewußt zu bleiben, daß es mein seelisches Herz ist, sich in meinem nun körperlichen Herzen spiegelnd und somit meinen Körper am Leben erhaltend, das als Dreh- und Angelpunkt zwischen West und Ost in meinem nun körperlichen Bewußtsein zwischen Ost und West hin und her pendelnd der innere Dreh- und Angelpunkt zwischen Himmel und Erde, also zwischen Seelen- und Körperbewußtsein ist. Denn dieser innere Dreh- und Angelpunkt als das Tor zwischen Himmel und Erde in der Bedeutung meines seelischen Herzens ist die mich nun

zum geistigen Erwachen in meinem physischen Körper antreibende oder anpeitschende innere Schöpferkraft göttlicher Liebe, die ich bin.

Die Form meiner rechten Hand, weit nach hinten ausgestreckt bis zum eben beschriebenen astralen Dreh- und Angelpunkt außerhalb meines physischen Körpers ist die Form des Venussymbols als das ägyptische Ankhkreuz, wie es auch die Astrologen nutzen als Ausdruck der Liebe, die ich bin als unsterbliche Seele, die daher keine Emotion ist wie die sexuelle Liebe, wie ich sie während meines Übens gleich im Hören der Gitarre als Jugendliebe erlebe: ♀

### **Nun hebe ich als Baby meine Hände in den Norden**

und erlebe meine unbeschwert neugierig unbedarfte Kindheit noch ganz ohne erzieherisch mentale Schulung in der Schule des Erdenlebens.

### **Dann übe ich den Ellenbogenstoß**

mit anschließendem Abstreifen der Blüten meiner Kindheit mit dem linken Arm über meinem rechten Arm und schließe so im nun äußeren Fruchtansatz im Wechsel von der unbedarften Kindheit zur Jugend hier auf Erden als meine Schulzeit die Pubertät ab und bin geschlechtsreif geworden als ab hier heranreifende irdisch verkörperte Frucht, um als solche am Ende des ersten Teiles der Langen Form vom Taichi erwachsen zu werden im Zeugen dann eigener Kinder und meiner seelischen neuen Verantwortung für sie. Darauf folgt und muß das Üben in der Schule folgen

### **als das erste Ausbreiten meiner Flügel als Kranich**

körperlicher Bewußtheit in seiner Bedeutung des Langen Lebens in Langer irdischer Form als mein neues erstes persönliches

Selbstbewußtsein, das sich ab hier freudig ausbreitet und die Pubertät beendet mit ihrem Blütenabfall meiner bisherigen unbedarften Kindheit ohne jede eigene Verantwortung für das, was ich tue oder getan habe.

### **Das fünfmalige Knieestreifen mit zweimaligem Hören der Gitarre oder Flöte**

ist ein Einüben meines jugendlichen Verhaltens mit meiner ersten Jugendliebe als das erste Hören auf die innere Lebensmelodie der Liebe, die ich bin, als Flötenklang und nicht Gitarrenklang und als das zweite Hören derselben inneren Lebensmelodie als meine körperlich orientierte sexuelle Liebe zum anderen Geschlecht, da ich mich ab hier nun nicht mehr als heiler oder ganzer Mensch auf Erden erlebe, sondern mit entweder als Mann oder als Frau erkenne, in meinem menschlichen Bewußtsein also zum ersten Mal irgendwie schizophren aus Sicht der Seele gespalten in zwei Teile, die sich nun ständig bis zum Ende der Langen Form in wahrer Liebe anziehen werden und in emotionaler Liebe abwechselnd anziehen und wieder abstoßen werden.

Während dieses fünfmaligen Knieestreifens entwickle ich in meinem jugendlichen Selbstbewußtsein eine immer größere Unabhängigkeit von meiner bisherigen unbedarften Kindheit, die bis hier von der Erziehung meiner Eltern abhängig war. Ich entwickle also nun genau in dieser folgenden Reihenfolge von oben nach unten sich immer mehr als Frucht und irdischer Körper heranwachsend und verdichtend

**das Hören,**

*Flötenspiel der wahren Wesensliebe*

das Empfinden,

**das Sehen,**

das Schmecken

*Flötenspiel der emotionalen Liebe*

**und das Riechen,**

wobei das Sehen durch das einmalige rechte Kniestreifen mit vorher links im Sünden, also im hellsten Tageslicht, ausgeschwungenem linken Arm aktiviert wird.

Du hörst in Deiner Jugend im Inneren die Lebensmelodie der Liebe wie ein Flöten- und nicht wie ein Gitarrenspiel. Im rein physischen Bewußtsein ohne Liebe hörst Du innerlich ein emsiges Bienengesumme. Oberhalb des Flötenspiels, also jenseits der Emotionen auf mentaler Ebene hörst Du ein Gitarren- oder Geigenspiel. Darüber auf intuitiver Ebene hörst Du den Klang eines Gongs. Darüber auf atmischer oder rein seelischer Ebene hörst Du die innere Lebensmelodie wie das Rauschen eines Wasserfalls. Auf monadischer Ebene darüber hörst Du die innere Lebensmelodie wie ein lautes Orgelspiel. Und auf dem höchsten Gipfel irdischer Selbsterkenntnis hörst Du im logischen Bewußtsein die Schöpferkraft der Langen Form der Schöpfung wie ein Donnergetöse. Denn die innere Stille in diesem höchsten Bewußtsein wirkt auf Dein inneres Gehör brüllend, wie es im Sommer der Leidenschaft ja auch eine brüllende Hitze gibt, obwohl da niemand außen brüllt.

**Das folgende Pan lan chui mit dem Faustschlag nach vorn**

ist das jugendliche Üben des Erwachsenwerdens, mit dem am Ende erfolgenden und notwendigen Faustschlag nach vorn in der Bedeutung des Sternbildes Großer Hund als Sirius, der uns in

dichtester Körperform als das Wesen von Fronleichnam verkündet, daß Du ab jetzt Frondienste für Deinen irdischen Körper leisten werden mußt im und als das Auflösen Deines Karmas, das Du bisher in Deinem Erleben auf Erden angehäuft hast, wodurch im zweiten Teil der Langen Form vom Taichi Dein irdischer Körper immer lichter und leichter und Dein Bewußtsein immer offener wird in Richtung Rückkehr und Aufstieg in den Himmel, woher Du einst mit Beginn der Langen Form zur Erde heruntergekommen bist. Der nötige Faustschlag nach vorne in den Westen dazu ist Dein neuer Stand-Punkt als Dein geistiges Verstehenbleiben im bisherigen sich ständig ändernden Erlebensfluß Deiner Kindheit und Jugend auf Erden.

Ab jetzt bist Du erwachsen und bereit, für all Dein Tun und Unterlassen selbst Verantwortung zu übernehmen. Und um das abzuschließen, öffnest Du nun die sich Dir zeigende Bewußtseinstür zur neuen Selbstverantwortung und schließt sie hiner Dir wieder – und Du kannst als Erwachsener nun nicht mehr zur Jugend und Kindheit zurückkehren, sondern mußt, ob Du willst oder nicht, beginnen, den zweiten Teil der Langen Form zu üben, um wieder zurück in Deine Heimalt Himmel zurückzufinden.

## **Der 1. Teil nun in ganz anderem bewußt Sein gelebt:**

Da ich als unsterbliche Seele ohne Polarisierung nichts erleben kann, da ich in meinem wahren Wesen das Leben selbst bin, das aus reinem Bewußtsein besteht, außer dem es sonst nichts gibt, muß ich mir die Schöpfung erträumen in Ermanglung einer Außenwelt, in die das Leben als mein wahres Wesen die Schöpfung hineinschöpfen könnte, mache ich nun aus meiner absoluten Stille als erlebnisloses und erkenntnisloses Leben einen schulterbreiten Schritt nach rechts und polarisiere so das Einssein zur Zweiheit.

### **Schöpfungsabsicht**

Und so beginnt mein Schöpfen als Schöpfungstraum, in dem ich die Absicht habe, die ich im ersten Armeheben nach vorne in den Norden zum Ausdruck bringe, wodurch das Herz meines erträumten Körpers Schöpfung zu schlagen beginnt und nicht mehr damit aufhört bis zum Ende meines Schöpfungstraumes, an dem ich zur vollen Erleuchtung komme, daß ich das Leben in meinem tiefsten Wesen selbst bin.

### **Göttlicher Wille**

Nichts als mein göttlich absoluter Wille, das erleben zu wollen, was ich urlebendig beabsichtige, ist fähig, meinen Schöpfungstraum bis zur Erleuchtung aufrechtzuerhalten. Daher schlage ich nun mit beiden Händen nur ein einziges Mal einen vollen Kreis

von unten nach oben als die Form und Länge meines Schöpfungs-  
traumes. Denn dies mehrmals zu tun, würde bedeuten, daß mit je-  
dem neu festgesetzten und neu orientierten göttlichen Willen die  
ganze erste Absicht aufgelöst würde. Meine erste Absicht, in Sze-  
ne gesetzt als die authentisch Lange Form vom Taichi durch mei-  
nen absoluten Willen, das erleben zu wollen, was ich als unsterbli-  
che Seele beabsichtige als mein inneres Schöpfen von Schöpfung,  
bleibt also bis zur Vollendung der Langen Form meines irdisch  
verkörperten Erlebens bestehen, da ich sonst immer wieder neu  
ansetzen müßte mit dem Erfolg des ständigen Mißerfolges.

Ich halte im Enden dieses Umkreisens und allerersten Erfassens  
meiner neuen Schöpfungsform durch den absoluten Willen nicht  
zufällig, die rechte Hand waagrecht oder flach in Höhe meines  
Herzens, und zwar mit dem Daumen zum Herzen weisend, um das  
Herz, das embryonal hier erst zuvor durch meine Absicht ingang-  
gesetzt wurde, zu stärken und am Pumpen zu halten.

Gleichzeitig halte ich meine linke Hand so im darüber liegenden  
oberen Teil der Langen runden Form in ihrem ab jetzt ewigen zy-  
klischen Kreislauf bis zur Erleuchtung, daß ihr Daumen senkrecht  
auf den Scheitelpunkt der Langen Schöpfungsform zeigt, da sich  
dadurch mein ganzer göttlicher Wille, mich als urlebendiger, gren-  
zenloser und unsterblicher Schöpfer oder Träumer der Schöpfung  
in der Rolle eines Geschöpfes im eigenen Schöpfungstraum in  
Langer Form zu erleben und am Ende erleuchtet als das Leben  
selbst wiederzuerkennen, von oben bis unten durchschlagend das  
Rückgrat meines Werkzeuges Körper im Schöpfungstraum erbaut  
als die Achse Nord-Süd, um die herum sich nun mein embryonaler  
Körper in Langer Form aufbauen muß, um in eine erträumte Au-  
ßenwelt hineingeboren zu werden mit dem ersten Peitschenschlag  
im Taichi und um weiterwachsend am Ende vom ersten Teil der  
Langen Form körperlich erwachsen zu werden als fertiges Werk-  
zeug von mir als unsterbliche Seele im eigenen Schöpfungstraum  
hantierend.

## **Göttliche Weisheit**

muß als nächste Wirkung in der noch embryonalen Langer Form meiner hier noch astralen Anwesenheit auf Erden aktiv werden durch die Übung, den linken Arm von rechts unten zurück nach oben bis vor das innere Auge zu heben, als läse ich in meiner offenen Hand das Buch des Erlebens und Erkennens in Langer authentischer Form. Denn mein inneres Auge Hypophyse gilt in seinem ätherischen Bewußtsein als das Wesen der Akashachronik, in der ab jetzt in meinem Üben alles Erleben und Erkennen bis zur Erleuchtung am Ende des dritten Teiles aufgezeichnet wird. Daher ist mein inneres Auge Hypophyse nun die Quelle meines irdischen Heranwachsens, da der göttliche Wille ja nicht noch einmal neu entfacht werden darf, würde es doch sonst zur Totgeburt der Langer Form kommen.

Es durchflutet mich also hier die ganze urlebendige göttliche Weisheit und Liebe, die ich bin und nicht nur habe und wieder verliere, wie es bei der nur emotionalen Körperliebe der Fall ist, wie ich sie mit dem zweiten Gitarrenklang im fünffachen Knieestreifen aktiviere und als Jugendlicher in meiner ersten Jugendliebe auf Erden erlebe.

## **Göttliche Klarheit**

über meine wahre Absicht, in Langer körperlicher Form hier auf Erden zu erleben und mich am Ende erleuchtet als das urlebendige, grenzenlose und unsterbliche Leben selbst wiederzuerkennen, ist nun nötig zu üben, indem ich meine beiden Arme und Hände in den Osten ausstrecke, der das äußere embryonale Wachstum, das ich zuvor mit meiner Absicht, mit meinem Willen und mit meiner ganzen Weisheit und Liebe als das Wesen der göttlichen Dreifaltigkeit *Geist-Seele-Intelligenz* in das Erleben der hier geforderten inneren göttlichen Klarheit meines Zieles ausrichtet.

## **Seelisch intelligentes Körperbewußtsein**

ist danach das unbedingte Ergebnis in Langer Form von Polarisierung, Absicht, Wille, Weisheit und Klarheit im Üben, beide Hände, die linke über das Gelenk der rechten, zu kreuzen, beide Arme so in den Osten auszustrecken, die Hände dort abzustreifen, die Arme waagrecht zurückzuziehen bis zur Schulter, die Daumen dort aufzustellen und die Arme so wieder in den Osten auszustrecken, wodurch der embryonale Körper als mein neues irdisches Werkzeug so heranwächst, daß ich mich durch das Kreuzen der Hände seelisch an ihn binde, um ihn nach der Geburt zum ersten Mal handhaben und damit alles begreifen zu können.

### **Harmonie**

breitet sich in mir, nun immer mehr gebunden an meines neues irdisch dichtes Werkzeug Körper, aus durch das Üben der beiden Fische Yin und Yang, von denen der eine weibliche Fisch, weil er nicht bereit ist, wie der andere im physisch lichtlosen Trüben gefischt und vom geistigen Verstehenbleiben eingefangen zu werden, im Himmel bleiben will, also im körperlosen Seelenbewußtsein, und der andere Fisch vom Sternzeichen Fische als das Wesen vom Monat März im Aussäen der Langen Form auf Erden zur Welt kommen will auf Erden in dichter physischer Anwesenheit, da dies ja die Absicht und der Wille von mir als unsterbliche Seele im Himmel war und immer noch sein muß, will ich mich je als das Leben selbst im eigenen Schöpfungstraum erleben und am Ende der Langen Form des Erlebens erleuchtet wiedererkennen.

### **Reinheit**

ist dazu das nötige bewußt Sein, daß es für mich im Üben nichts anderes gibt als der göttlichen Absicht und dem göttlichen Willen in Weisheit, Klarheit, Körperbewußtsein in innerer Harmonie bis zur Erleuchtung zu folgen. Alles andere würde mich nämlich in

meinem Erfolg, was immer ich wirklich zutiefst erleben will, behindern. Und so übe ich mich jetzt darin, die erste Peitsche in der Langen Form anzuwenden, um über ihre Wirkung als Herzschlag Gottes nun, der sich in allem, was ich tue, zeigt, körperlich durch den engen Geburtstkanal vom bisher inneren ins nun äußere Erleben im eigenen Schöpfungstraum zu wechseln, als wäre die Kulisse meines Schöpfungstraumes die Wirklichkeit und nicht mein urlebendiges und damit ewig in der Langen Form unsichtbares Wesen Gott als Leben hinter diesen Kulissen meines erträumten Welttheaters in seiner Langen Form mit den drei Akten Körper-Seele-Geist.

### **Die Fülle des Erlebens**

ist nun die Wirkung meines ganzen bisherigen Übens, mich als unsterbliche Seele auf Erden über die Handhabung meines irdischen Körpers zu inkarnieren und zu etablieren. Diese innere Fülle allen irdischen Erlebens als unbedarftes Kind drückt sich im ersten Händeheben in den Norden aus. Es ist die Wirkung des Erblühens meines Garten Edens auf Erden als meine spielerische Kindheit.

### **Konzentration**

auf die Unermeßlichkeit und Unsterblichkeit von uns als unsterbliche und unermeßliche Seele, die keinen Mangel kennt und daher auch den Tod nicht als ihr Ende, sondern als einen Übergang ins himmlisch selige bewußt Sein erlebt, übe ich mit dem Ellenbogenstoß und Abstreifen des linken Armes vom rechten. Äußerlich erlebe ich damit den Blütenabfall der Kindheit. Innerlich erlebe ich die Pubertät als meinen Bewußtseinswechsel von der spielerischen Kindheit in die Schulzeit höherer Bildung meiner Jugend im physischen Körper mit schon mehr Verantwortung als in der Kindheit meiner langen Form des Erlebens hier auf Erden.

Habe ich bis hier mein körperliches Wachstum vorangetrieben, treibe ich ab hier mein seelisches Reifen voran, um später ab Be-

ginn des zweiten Teils meiner langen Form des Erlebens hier auf Erden mein geistiges bewußt Sein immer mehr in mir erwachen zu lassen als Erwachsener in dann völliger Eigenverantwortung ohne bisherige Eltern.

### **Reine Lebensfreude**

wird in mir durch das erste Ausbreiten der Flügel meines körperlichen Selbstbewußtseins geweckt als Kranich, der für ein langes Leben auf Erden steht – hier zum ersten Mal in körperlicher Reife, später im zweiten Teil in seelischer Reife und auf dem höchsten Gipfel irdischer Selbsterkenntnis im dritten Teil in rein geistiger Reife. Ich erlebe hier im ersten Ausbreiten der Flügel meines Selbstbewußtseins Christi Himmelfahrt in der Bedeutung des ganz Nachinnengehens des dritten winterlichen Ausbreitens der Flügel meines rein geistigen Selbstbewußtseins durch mein hier inzwischen schon sehr dichtes irdisches Körperbewußtsein.

Bedenke, daß die ganze Lange Form immer im Ganzen besteht in ihrer Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft gleichzeitig, obwohl von Dir nacheinander geübt und erlebt, die sich Dir aber nur im Erüben Deines immer unermesslichen Werdens Deiner Erinnerung daran, wer Du in Wirklichkeit bist, nämlich das Leben selbst in Deinem tiefsten Wesen, das wir Gott nennen, weil es aus reinem Bewußtsein oder Geist besteht, außer dem es sonst nichts gibt, erst allmählich erschließt. Wäre es anderes, und würdest Du sofort alles erkennen, wäre Dein persönliches Erleben auf Erden in einem einzigen Augenblick vorbei. Also genieße die Langsamkeit Deines dreifachen Entfaltens Deiner Kranichflügel, erst körperlich, dann seelisch und erst am Schluß rein geistig.

### **Beherrschung**

des irdischen Werkzeugs Körper im vollen Erwachen des irdischen Selbstbewußtseins als Herrscher über sein Werkzeug Körper erlebe ich mit dem fünffachen Streifen meiner Knie mit

zwischenzeitlichem inneren Hören auf die Melodie des Erlebens als Liebe, die ich bin, beim ersten Mal und als Liebe, die ich emotional in meiner ersten Jugendliebe verliebt in einen anderen habe.

Ich höre diese Melodie der Liebe und danach des ersten Verliebtseins in Wirklichkeit als einen Flötenklang und nicht wie den Klang einer Gitarre oder Harfe eines Engels auf seiner Wolke 7 sitzend. Und so halte ich meine beiden Hände auch vor mich hin in den Westen so, als würde ich eine Flöte spielen und nicht eine Harfe. Eine Gitarre würde ich in dieser Haltung sowieso nicht spielen können. Es ist die Flöte des Gottes Pan, meines Allbewußtseins Liebe also, die ich hier höre, wie man es sich in der Antike erzählt hat. Das Wesen des Westens, in den ich meine Arme und Hände nach dem Knieestreifen stoße, läßt in uns Seligkeit entstehen als die hier gehörte Melodie des Lebens und damit meines wahren Wesens Liebe. Denn mit dem Sonnenuntergang im Westen im Übergang vom Tag zur Nacht beginnt mein Körperbewußtsein einzuschlafen, und ich werde mir meines Erlebens als unsterbliche Seele ohne mich behindernden Körper bewußt, was mich Seligkeit empfinden läßt, wie man sie auch erlebt, wenn man auf Erden körperlich stirbt und ohne Körper den Himmel als reines Seelenbewußtsein erlebt.

Mit jedem Streifen meiner Kniee, anfangend mit dem linken Knie bei gleichzeitig ausschwingendem rechtem Arm und seinem Stoßen nach vorne, und nur mit einem einzigen Streifen meines rechten Knies mit gleichzeitig ausschwingendem linkem Arm und Vorstoßen nach vorne nach dem zweiten linken Kniestreifen, streife ich zum einen den heilsamen Akupunkturpunkt 'Göttlicher Gleichmut' in Höhe meiner Kniee und streife ich zum anderen meine Oberschenkel als den Sitz des astrologischen Sternzeichens Schütze Amor in meinem physischen Körper und rege so meine erste Jugendliebe an im Schützenfest als Fest des Sternzeichens Schütze, in dem ich zum Schützenkönig werde in der Bedeutung

des in mir voll erwachten körperlichen Selbstbewußtseins hier auf Erden.

## **Umwandlung**

ins Erwachsensein ist die nötige Folge meines Knieestreifens im Klang der Panflöte, wozu ich nun die innere energetische Tür in den Westen öffne und wieder schließe nach dem Üben vom Pan Lan Chui mit dem nötigen Faustschlag in den Westen als Zeichen, daß ich hiermit das dichteste Erleben in meiner Langen Form des Erlebens erreicht habe als das Wesen der Physik, die wie der dunkle Schatten meines hellen himmlischen Seelenbewußtseins auf mich wirkt und mich geistig in bezug auf mein wahres Wesen erblinden läßt, aus der allmählich wieder aufzuwachen es nötig ist, den zweiten Teil der Langen Form zu üben. In dieser geistigen Blindheit nun als frischgebackener Erwachsener zu leben, nennt man Fronleichnam als meine seelische Fronarbeit im Handhaben des dichten physisch dunklen Werkzeugs Körpers, als wäre ich mit ihm identisch.