



**MEIN  
BUCH  
DES  
LEBENS // Isak K. Burg**

# **Inhalt**

**GEDANKEN - WORTE - EMPFINDUNGEN**

**GEISTIGE INNENSCHAU**

**ÜBUNG IM ALLTAG**

**FRÜHSTÜCKSMEDITATION**

**SCHREIBEN - MALEN**

**KAMPFKUNST - BEWEGUNG**

**FAZIT MEINER RETROSPEKTIVE**

# **GEDANKEN - WORTE - EMPFINDUNGEN**

## **Einstiegsbetrachtungen**

Meine Intention, die gesammelten Erfahrungen meiner verschiedenen Lebensabschnitte als Buch in die Welt zu bringen, beinhaltet verschiedene Aspekte. Zum einen sehe ich mich als Zeitzeuge der Geschehnisse, die ich durch meine Lebensbeobachtung in mir speichere und verarbeite. Zum anderen glaube ich, dass es interessant und lohnenswert für meine Mitmenschen sein könnte, wenn sie in meinem Erfahrungsschatz kramen und vielleicht feststellen, ähnliche oder vergleichbare Lebensaugenblicke erfahren zu haben.

Ich möchte hiermit kein neues Buch zur optimalen Lebensbewältigung auf der Grundlage von positivem Denken geschrieben haben. Davon gibt es schon so viele und sie sind auch oft aussagekräftig und hilfreich. Ich möchte mich mit meinen Lebenseindrücken einfach der Welt zeigen und mitteilen, was und wie ich in meiner mehr oder minder tiefeschürfenden Lebensschau, erfahren und empfunden habe...

Alles, selbst das Profanste, zur Kunst erheben, löst Wohlgefühl und Freude aus!

## **Gedankenströme...**

Ja, ich schreibe alles auf und äußere auch das, was sich mir mitteilt. Ich glaube, dass nur im Benennen dessen was ich erkannt und empfunden habe, der Schlüssel zur Nachhaltigkeit liegt. So kann ich mich leichter und schneller

wieder an Wesentliches erinnern, falls ich es vergessen habe.

Das Leben erscheint mir wie ein spannender Roman, dessen Kapitel beim näheren Studieren hilfreich sind, gelegentlich aber auch neu formuliert und umgeschrieben werden müssen. In jeglicher Neufassung liegt für mich das Geheimnis von Entfaltung. Da ich mich als Teil des Schöpfungsplans, wie jedes Wesen auf diesem Planeten und in anderen Welten erkannt habe, ist mir daran gelegen, meine Erfahrungsinhalte zu kultivieren.

Der Schöpfungsakt fordert meiner Meinung nach die strikte Einhaltung der kosmischen Prinzipien. Diese Prinzipien sind Ausdruck des einzigen allumfassenden Schöpfers, der Prinzip ist. Von dieser Ur-Kraft, der Quelle des Seins, werden ständig Schwingungen ausgesandt, die in alle Welten hinein und durch sie hindurch wirken. Jeglicher Ausdruck, Form und Nicht-Form, ist Schwingung-Frequenz einer unendlichen Bandbreite, die ständig neue Muster im unendlichen Raum der Welten erzeugt. Es sind jene Muster, die das Auge nie gesehen und das Ohr nie gehört hat... Aber, so frage ich mich: „Wie kann ich all das erfahren, wenn Auge und Ohr es nicht wahrnehmen können?“ Und obwohl ich es frage, schwingt ein inneres bestätigendes Wissen, wie eine unhörbare und doch mich alles durchdringende bejahende Stimme.

„Leben findet nicht rational statt“, erinnert sie mich und es fühlt sich an, als würde sie lächeln; ja wie ein sanftes Streicheln auf meiner Haut empfinde ich, aber inwendig... Wie kann ich über die Vorstellung einer inneren Stimme, welche zu mir spricht die Empfindung haben, zutiefst berührt und gestreichelt zu werden?

„Weil es eben keine rationale Vorstellung ist“, kommt die Antwort prompt zurück.

Ich erinnere mich an eine Aussage im ZEN, die einige Jahrzehnte zurückliegt und mir in diesem Augenblick scheinbar als zeitloses Geschenk präsentiert wird. Für den

Verstand gilt die Regel „Zugang nur durch die Wand!“ Dieses Rätsel beschäftigte mich einige Jahre und ich fragte mich oft, was es mit dieser gemeinten Wand auf sich habe und wie ich es schaffen könnte, im wahrsten Sinne des Wortes, dahinter zu kommen...

Und jetzt plötzlich soll ich da sein, ohne darüber nachgedacht zu haben, oder vielleicht gerade deshalb?

Wieder empfinde ich dieses innere Lächeln und es wird stärker, mit einem inneren Streichelgefühl, das mich vibrieren und gleichzeitig erschauern lässt. Es fühlt sich so erfüllend, irgendwie glücklich anmutend an. Es hat etwas von einer tiefgehenden Umschlingung beim Liebesakt, bei dem einfach im Augenblick etwas geschieht, was sich der verstandesmäßigen Kontrolle entzieht.

Absolut erotisch empfinde ich und staune, wie der Akt der Rückverbindung, die geistige Versenkung in mein Selbst, solche Empfindungen auslöst. Mit einer solchen Intensität, welche man als absolut lustvoll bezeichnen und solange es nicht erlebt wurde, man es sich so auch nicht vorstellen kann...

## **Blick in die Seele**

Der Blick in die Seele, ins eigenste Innere, offenbart die inneren und äußeren Zusammenhänge. Alles, was an Mechanismen aufgebaut ist um das Innere zu schützen oder zu stützen, ist Ausdruck von Instabilität. Alles, was von außen erzeugt wird, um den inneren Kern als Rahmen zu umschließen oder zusammenzuhalten, erzeugt nur innere Spannung, die sich äußerlich, körperlich manifestiert. Erst durch die Aufrichtung des inneren Lebenskeimes (Seele), durch kontinuierliches inneres Wachstum, können die entlehnten äußeren Spannungsmuster losgelassen werden. Die Aufrichtung der inneren Mitte (japanisch „Hara“-

Bauchbewusstsein) erzeugt eine flexible innere Spannung, sodass jegliche äußere Spannung wegfallen kann.

## **Schöpferbewusstsein**

- Mangel-Denken, Mangelbewusstsein

Alles ist Gott - ist Schöpfung. Auch wir sind Ausdruck der Schöpferkraft. Wir sind Schöpfer unseres Selbst, verbunden mit dem allumfassenden Sein. Dieses unvorstellbare alles umfassende Sein ist ein Energiefeld, welches unaufhörlich erschafft und verändert. In diesen Zyklus sind wir eingebunden und somit ebenso ständig schöpferisch und verändernd tätig, sei es in der Tat oder im Geist.

Die asiatische Philosophie des ZEN beschreibt das Unbenennbare mit dem Begriff „Nichts“. Paradoxe Weise wird dieses Nichts auch gleichzeitig die „Fülle des Seins“ genannt. Mir erscheint dies als eine althergebrachte gelungene Beschreibung dessen, was die Quantenphysiker als das Quanten-Nullfeld bezeichnen. Aus diesem Energiefeld entsteht alles und so findet auch jegliche Veränderung statt, heißt es.

Somit werden auch mittlerweile bekannte Methoden der sogenannten Quantenheilung erfolgreich angewendet. Ein Mensch stellt sich als Impulsgeber oder bildlich gesehen, als Kanal zur Verfügung, durch den die „intelligente Quantenenergie“ zu einem Menschen fließt, bei dem ein Mangel auf psychosomatischer Ebene herrscht.

Je absichtsloser der als Kanal fungierende Impulsgeber ist, um so erfolgreicher kann die Quantenintelligenz wirken. Nicht der sogenannte Heiler (Impulsgeber) heilt, sondern die Schöpferkraft des Quantenbewusstseins (Gott). Der Impulsgeber fungiert wie ein Überbrückungskabel bei der Starthilfe einer leeren Autobatterie, mehr nicht. Durch das Anzapfen des Quantennullfeldes fließt die Energie zu dem bedürftigen Organismus, sei es Mensch, Tier oder Pflanze.