



*Elfrida Müller-Kainz*  
*Hedwig Hajdu*

# LEBENS GESETZE

*als Wegweiser  
von universeller Gültigkeit*

INTEGRAL

Elfrida Müller-Kainz · Hedwig Hajdu

LEBENSGESETZE

*als Wegweiser*

*von universeller Gültigkeit*

*Elfrida Müller-Kainz*  
*Hedwig Hajdu*

# LEBENS GESETZE

*als Wegweiser*  
*von universeller Gültigkeit*

INTEGRAL



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete  
FSC-zertifizierte Papier *Munken Premium Cream*  
liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

Integral Verlag

Integral ist ein Verlag der Verlagsgruppe Random House GmbH

ISBN 978-3-7787-9189-9

Erste Auflage 2008

Copyright © 2008 by Integral Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Andrea Löhndorf

Einbandgestaltung: HildenDesign, München,

unter Verwendung einer Abbildung von © Chad Baker/Getty Images

Gesetzt aus der 11,7/15,6 Punkt Scala

bei C. Schaber Datentechnik, Wels

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

# Inhaltsverzeichnis

Lebensgesetze – Sicherheit in einer bewegten Welt	9
<b>I. Lebensgesetze – Begleiter auf unserem Weg</b>	<b>11</b>
Lebensgesetze – die großen Unbekannten?	13
Die Allgegenwart der Lebensgesetze	15
Die Kenntnis der Gesetze – unser Gewinn	18
<b>II. Durch Wissen zum Verständnis</b>	<b>21</b>
Uraltes Wissen um das Vorhandensein von Gesetzmäßigkeiten	23
Das Wunder der Lebensgesetze	28
Die Fähigkeiten der Lebensgesetze	32
Das Ordnungssystem	35
Das Gesetz von Ursache und Wirkung	40
Wer von Lebensgesetzen spricht, spricht auch von Gott	41
Wo die Liebe wohnt	46
Gott und seine Schöpfung	48
Aufgaben der Lebensgesetze	56
Gott und die Gesetze	60
Wie unsere Tagesschule entsteht	63
<i>Ein »Schultag« in der Tagesschule     und seine Auswertung</i>	64

Das Gesetz der Konzentration	77
Intuition – Zwiesprache mit Gott	83
Die Sprache der Lebensgesetze verstehen	88
Im Einklang mit Gott und den Lebensgesetzen	96

### **III. Leben mit den Gesetzen** 99

Lebensfragen und Antworten	101
Die Gesetze der Seele	113
Die Gesetze der Intelligenz	117
Die Gesetze der Talente	123
<i>Drei Schlüsseltalente</i>	125
<i>Weitere wichtige Talente</i>	126
Die Gesetze der Charaktereigenschaften	132
<i>Die Gesetze der Ehrlichkeit</i>	132
<i>Die Gesetze der Mutes</i>	136
<i>Die Gesetze des Vergebens</i>	139
<i>Die Gesetze der positiven Lebenssicht</i>	141
<i>Die Gesetze der Zeitnutzung</i>	143
Bewusstsein und freier Wille	146
Die Energiegesetze der Seele	153
Die Körpergesetze	162
Ein faszinierendes Zusammenspiel	166
<i>Beispiele für das Zusammenwirken</i>	
<i>der Gesetze von Körper und Seele</i>	170
Von Mensch zu Mensch	179
<i>Das Spiegelbildgesetz</i>	179
<i>Gesetze der Kommunikation</i>	183
<i>Die Gesetze des Nicht-Einmischens</i>	191
<i>Das Gesetz der Neutralität</i>	194

<i>Das Gesetz der Selbststeuerung</i>	195
<i>Mitgefangen, mitgegangen</i>	196
<i>Sich selbst verbessern hilft anderen</i>	202
<i>Kritik fordert Kritik heraus</i>	203
Die Gesetze der Kindererziehung	205
<i>Das Gesetz des Vorbilds</i>	207
<i>Das Gesetz der Konsequenz</i>	208
<i>Das Gesetz des Gehorsams</i>	209
<i>Das Gesetz der Disziplin</i>	210
<i>Die Macht des Wortes</i>	211
Arbeitsgesetze	213
Irdische Gesetzgebung und das Ordnungsprinzip des Universums	223
<b>IV. Möge die Saat aufgehen</b>	227
Heile Welt	230
Kommunikation mit dem Universum	233
Das Gesetz der Anziehung	235
Die Lebensgesetze und die Wissenschaft	238
Liebende sein	241
Nachwort der Autorinnen	245
<b>Anhang</b>	249
Beispiele für die Sprache der Naturgesetze	251
Verzeichnis der Talente	257
Verzeichnis der Gesetze	261
Literatur	266

## Lebensgesetze – Sicherheit in einer bewegten Welt

Wir leben in einem interessanten Zeitalter. Vieles ist in einem raschen Wandel begriffen. Veränderungen und Entwicklungen finden auf allen Gebieten des Lebens statt. Das bringt nicht nur Fortschritt und Vorteile mit sich, sondern auch Unruhe und Verunsicherung. Es ist oft schwierig, mit diesen Veränderungen Schritt zu halten.

Der Wunsch nach Sicherheit und Stabilität wächst. Viele Menschen sehnen sich nach etwas, was auch in unruhigen Zeiten seine Gültigkeit bewahrt und Halt bietet. Gesetzmäßigkeiten, die als Lebens- oder Naturgesetze bezeichnet werden, können für alle Menschen ein ruhender Pol sein. Sie existieren seit Anbeginn des Universums und haben ihre Gültigkeit behalten. Das wird immer so bleiben, denn sie können von Menschen nicht außer Kraft gesetzt werden. Deshalb bieten sie uns in einer unruhigen Welt Sicherheit und Schutz.

Die Lebensgesetze erfüllen auch die Sehnsucht vieler Menschen nach einem Ausgleich zu unserer derzeit allzu materialistisch geprägten Welt, ohne dass sie zu einem Abgleiten in unrealistische Verhaltensweisen verleiten.

Es steht uns Menschen frei, die Lebensgesetze zu unserem Vorteil zu nutzen. Das gilt für jeden Einzelnen genauso wie für die gesamte Menschheit. Mit ihrer Hilfe



können wir unser Lebensglück finden. Dazu müssen wir die Gesetze allerdings kennen und verstehen.

Dieses Buch soll vielen Menschen die Lebensgesetze wieder bewusst machen.

Teil I und II bieten umfassende Einblicke in ihr Wesen und ihre Wirkungsweise. Dabei wird deutlich, dass die Lebens- oder Naturgesetze ein Ordnungssystem von universeller Gültigkeit darstellen. Auch die praktische Umsetzung dieses Wissens im Alltag wird berücksichtigt. Interessante Themen wie »Die Sprache der Lebensgesetze verstehen« oder »Wie unsere Tagesschule entsteht« werden anhand von Beispielen aus dem täglichen Leben lebendig und nachvollziehbar dargestellt.

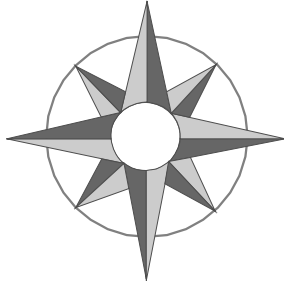
Im dritten Teil dieses Buches, »Leben mit den Gesetzen«, befassen wir uns damit, wie die Gesetze unser Leben leiten und uns in allen Situationen helfend zur Seite stehen. Ihre Fähigkeit, untereinander und mit uns zu kooperieren, ist eine unschätzbare Hilfe für uns, die auch in Bezug auf unsere Gesundheit von großem Wert ist.

Der übersichtliche Aufbau und das Verzeichnis der Gesetze im Anhang erleichtern Ihnen das Lesen und das Wiederfinden von einzelnen Aussagen und Gesetzen.

Das Buch behandelt eine Vielzahl von Gesetzen aus allen Bereichen des Lebens. Damit stellt es eine nützliche Hilfe in vielen Lebenssituationen und für den Alltag dar.

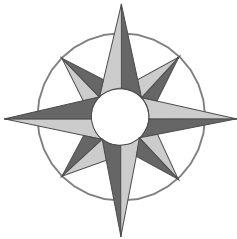
TEIL I

LEBENSGESETZE –  
BEGLEITER  
AUF UNSEREM WEG



# Lebensgesetze – die großen Unbekannten?

Sind die Lebensgesetze wirklich so unbekannt? Wir alle gehen ständig mit ihnen um, nur sind wir uns dieser Tatsache meist nicht bewusst. Die Gesetze haben viele Namen. Sie sind bekannt unter den Bezeichnungen:



Lebensgesetze  
Naturgesetze  
Geistige Naturgesetze  
Kosmische Gesetze  
Ordnungsgesetze  
Universalgesetze  
Göttliche Gesetze

Sie bilden ein gigantisches Netzwerk, in dem jedes Gesetz seinen Platz hat. Die unterschiedlichen Bezeichnungen verweisen auf die Wichtigkeit der Gesetze und geben Hinweise darauf, wie sie wirken. Lebensgesetze sind immer und überall gültig und umfassen das gesamte Universum.

Namen wie »Universalgesetze« oder »Kosmische Gesetze« könnten den Eindruck vermitteln, dass diese Gesetze fern von unserer eigenen Welt existieren und wir gar

nichts mit ihnen zu tun haben. Das Gegenteil ist der Fall. Sie sind uns so nahe wie unsere Haut. Sie sind unsere ständigen Begleiter. Nur durch ihr Wirken und durch ihre Hilfe ist Leben möglich. Wie weitreichend diese Aussage ist, legen wir in diesem Buch dar. Zunächst aber wollen wir unseren Lesern die Lebensgesetze vorstellen.

Vorab noch ein Hinweis: Anstelle der Bezeichnung »Lebensgesetze« werden wir gelegentlich auch die anderen oben genannten Bezeichnungen verwenden oder einfach das Wort »Gesetze«.

# Die Allgegenwart der Lebensgesetze

Auf einem Zweig funkeln unzählige Tautropfen in den Farben des Regenbogens. Sind wir uns bewusst, dass uns eine Reihe von Lebensgesetzen diesen faszinierenden Anblick schenkt? Die Gesetze der Wettererscheinungen, der Lichtbrechung, der Oberflächenspannung des Wassers und die Körpergesetze, die uns das Sehen ermöglichen, sind daran beteiligt.

Ein Ingenieur, der eine komplizierte Maschine erfindet, wendet verschiedene physikalische Gesetze an. Ein Chemiker, der einen Vorgang in einem Reagenzglas beobachtet, verfolgt die Wirkung bestimmter Gesetze. Er sieht, wie sie arbeiten, unter welchen Bedingungen die Eigenschaften einer Substanz mit den Eigenschaften einer anderen Substanz reagieren und welche Folgen dieser Vorgang hat.

Auf geistig-seelischem Gebiet sind wir alle ständig mit Lebensgesetzen in Verbindung. Ein Mensch, der sich zum Positiven verändert, folgt dem Gesetz der Weiterentwicklung. Wer vergeben kann, verwirklicht ein Gesetz der zwischenmenschlichen Beziehungen. Da mehrere Tausend Gesetze existieren, könnte diese Aufzählung noch lange fortgesetzt werden.

Die Gesetze sind allgegenwärtig. Sie wirken auf allen Gebieten unseres Daseins, sowohl auf der materiellen als

auch auf der geistigen Ebene. Es gibt Gesetze der Physik und der Chemie, es gibt die Gesetze, die das Leben von Pflanzen und Tieren und unser eigenes ermöglichen – kurz: Alles Geschehen um uns herum und in uns wird von Gesetzen gesteuert.

Eines der größten Wunderwerke ist das Zusammenspiel jener Gesetzmäßigkeiten, welche die Vorgänge in unserem Körper regeln. Sie sind miteinander vernetzt und genau aufeinander abgestimmt. Der genialste »Computer«, der je erfunden wurde und erfunden werden wird, nämlich unser Gehirn, fungiert als Steuerzentrale, als Informationsspeicher und als Bindeglied zwischen Körper und Seele. Die Seele eines Menschen mit all ihren Eigenschaften, Talenten und ihrem Potenzial wird von geistigen Gesetzen in ihrer unbegrenzten Entwicklungsmöglichkeit unterstützt.

Dieser Tatsachen sind wir uns leider viel zu wenig bewusst. Die Gesetze, die auf materieller Ebene wirken, kennen wir besser, denn wir können sie mit unseren Sinnen wenigstens teilweise wahrnehmen. Aber über die Gesetze, die auf geistiger Ebene unser Leben leiten, wissen die meisten Menschen wenig Bescheid. Um die Hilfe dieser Gesetze in Anspruch nehmen zu können, müssen wir um ihre Existenz wissen und ihre Wirkungsweise verstehen lernen. Diese Thematik ist der Hauptinhalt des vorliegenden Buches. Wir untersuchen auch, wie das Zusammenspiel der Gesetze, die auf geistiger Ebene wirken, mit jenen Gesetzen, die für die materielle Ebene zuständig sind, funktioniert.

Was wir hier dargelegt haben, eröffnet natürlich Fragen:

- Woher kommen diese Gesetze?
- Warum kümmern sie sich um uns?
- Wie ist ihnen das möglich, was befähigt sie dazu?
- Sind sie verlässlich?
- Können wir sie ändern?
- Haben sie ein Ziel?
- Was nützt es uns, die Lebensgesetze zu kennen?

Die letzte Frage wollen wir gleich im nächsten Kapitel beantworten. Die Antworten auf die übrigen Fragen ergeben sich im Laufe der Darstellungen und Aussagen des Buches.

## Die Kenntnis der Gesetze – unser Gewinn

Die Fülle an Unterstützung, die uns die Lebensgesetze gewähren, erfahren wir in jedem Augenblick. Beginnen wir bei der materiellen Seite unseres Lebens:

- Die Gesetze ermöglichen unsere physische Existenz. Unser Körper existiert auf der Basis von Gesetzmäßigkeiten, die wir Körpergesetze nennen. Alle Körperfunktionen sind präzise aufeinander abgestimmt. Wir sollten diese Kenntnis zum Anlass nehmen, unseren Körper sorgfältig zu behandeln.
- Die Gesetze sorgen dafür, dass alle unsere körperlichen Bedürfnisse abgedeckt werden können.
- Die Gesetze stellen uns eine lebenswerte Umwelt zur Verfügung. Diese zu erhalten, liegt in unserer Verantwortung. Je mehr Gesetze wir kennen, desto eher sind wir dazu in der Lage.

Unsere geistig-seelische Existenz, die wichtigste Dimension unserer Persönlichkeit, wird auf vielfältige Weise von den auf geistiger Ebene wirkenden Lebensgesetzen unterstützt. Wir sollten sie kennen.

Was tun sie für uns?

- Sie leiten unser Leben, ohne uns zu etwas zwingen zu können. Sie sind ständig darum bemüht, uns zu einem Verhalten zu veranlassen, das unserem Glück dient.



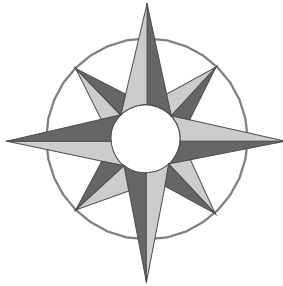
- Sie bieten uns mannigfaltige Hilfen zu unserer Weiterentwicklung an.
- Sie ermöglichen es uns, Selbsterkenntnis zu gewinnen. Dafür ist besonders das bekannte **Spiegelbildgesetz\*** zuständig.
- Sie verhelfen uns zu mehr Selbstsicherheit, denn wir können durch diese Kenntnisse unseren Platz im universellen Gesamtplan finden.
- Sie leiten uns an, unser individuelles Lebensziel zu finden.
- Sie stellen ein Auffangnetz dar. Wer die Lebensgesetze kennt, findet aus verfahrenen Situationen und Sackgassen leichter heraus. Das Gesetz **Jeder Tag ist ein neuer Anfang** hilft uns immer weiter.
- Sie helfen, unsere zwischenmenschlichen Beziehungen zu harmonisieren.
- Sie stellen eine unentbehrliche Unterstützung in der Kindererziehung dar.
- Sie weisen uns den Weg aus der Krankheit und führen uns zu dauerhafter Gesundheit.
- Sie vermitteln uns Sicherheit und helfen uns, Ängste und Sorgen zu überwinden.

Je besser wir die Gesetze kennen, desto mehr können wir von ihnen profitieren. Wie Lebenserfolg und Lebensglück entstehen, wenn wir im Sinne der Gesetze leben, soll dieses Buch vermitteln.

\* Die fett gedruckten Gesetze finden sich im Anhang (S. 261) mit Seitenzahl aufgelistet, um das Wiederauffinden zu erleichtern.

TEIL II

DURCH WISSEN ZUM  
VERSTÄNDNIS



## Uraltes Wissen um das Vorhandensein von Gesetzmäßigkeiten

Wie haben die Menschen herausgefunden, dass Ereignisse bestimmten Gesetzmäßigkeiten folgen? Nun, die Gesetze zu erkennen, die auf materieller Ebene wirken, war nicht allzu schwierig. Durch tägliches Erleben und durch Beobachtungen konnten die Menschen schon früh viele physikalische und chemische Gesetze ausmachen. Sie beobachteten auch die Wettererscheinungen und erkannten immer wiederkehrende Zusammenhänge. Sie stellten den Lauf der Gestirne fest. Ebenso war es mit vielen anderen Vorgängen in der Natur. Auch wenn die Vorstellungen noch unvollständig waren und aus unserer heutigen Sicht oft kurios anmuten, so war doch das Wesentliche vieler Gesetze vor dem Beginn der Neuzeit erfasst worden. Die Ägypter glaubten, dass die Sonne in ihrem goldenen Wagen über den Himmel fuhr und nach dem Sieg über die Nacht am Morgen wiederkehrte. Das hinderte die Menschen nicht daran, genaue Messungen über den Verlauf der Tages- und Jahreszeiten durchzuführen. Ähnliches kennen wir auch aus viel späterer Zeit in Europa. Bis zur Zeit Galileo Galileis (1564–1642) glaubten die Menschen, dass sich die Sonne um die Erde drehe. Trotzdem gab es bereits eine recht genaue Einteilung des Jahres in Monate, die durch die Einführung der Schalttage im gregorianischen Kalender (1582) ergänzt wurde. Je mehr Ge-

setze die Menschen erkannten, desto vollkommener und zutreffender wurde ihr Weltbild.

Auch Gesetzmäßigkeiten, die auf geistiger Ebene wirken, haben die Menschen durch Erfahrung kennengelernt. Viele dieser Gesetze haben ihren Niederschlag in Sprichwörtern gefunden, die es in allen Sprachen gibt. Sie bringen meist Verhaltensweisen zum Ausdruck, die empfehlenswert sind, oder solche, die negative Folgen haben.

So wird das **Gesetz der Ehrlichkeit** im Deutschen in drei Sprichwörtern ausgedrückt: »Ehrlich währt am längsten«, »Lügen haben kurze Beine« und »Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht, wenn er auch die Wahrheit spricht.«

Über das **Gesetz des Mutes** erfahren wir Folgendes: »Den Mutigen gehört die Welt«, aber Übermut ist nicht gefragt.

Der Satz »Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen« sagt uns, dass jedes gute Ergebnis der Entwicklung bedarf. Es handelt sich dabei um das **Gesetz der kleinen Schritte**. Es heißt auch: »Kleine Schritte sind gute Schritte.« Vorwärts zu stürmen hat häufig Überforderung zur Folge, die letzten Endes dazu führen kann, dass eine gute Sache vorzeitig aufgegeben wird.

Das **Gesetz der Anziehung** kommt in dem Sprichwort »Gleich und gleich gesellt sich gern« zum Ausdruck.

»**Wer anderen eine Grube gräbt, fällt selbst hinein**«, schildert die Folgen missgünstigen Verhaltens anderen Menschen gegenüber.

»**Wie man in den Wald hineinruft, so hallt es zurück**.« Damit ist das **Spiegelbildgesetz** gemeint.

Die Liste der Sprichwörter, die sich auf geistige Lebensgesetze beziehen, könnten wir noch lange fortsetzen. Aber Vorsicht! Nicht jedes Sprichwort stellt ein Lebensgesetz dar, sondern ist einfach Unsinn. Das bekannteste ist wohl »Einmal ist keinmal«. Einmal helfen ist eine gute Tat. Einmal zuschlagen ist eine Untat. Einmal eine Bank ausrauben ist ein Bankraub.

Die Menschen hatten sehr bald begriffen, dass es nicht möglich war, sich den Gesetzmäßigkeiten zu entziehen. Daher schienen ihnen die Ereignisse in ihrem Leben vorherbestimmt zu sein. Sie glaubten, die Götter hätten jedem Menschen ein bestimmtes Schicksal zugedacht. Also haben sie versucht, die Götter zu beeinflussen und sie sich geneigt zu machen. Sie brachten Opfer dar und hofften, dadurch die Erfüllung ihrer Wünsche zu erreichen. Die Anlässe für Opfer waren vielfältig: Dankopfer für gute Ernten und glücklich überstandene Gefahren, Bittopfer vor gefährlichen Unternehmungen, besonders vor Kriegen, oder Opfer, um den Strafen der Götter zu entgehen.

Auch den Willen der Götter wollten die Menschen erfahren. Sie stellten fest, dass sie aus Vorzeichen Schlüsse ziehen konnten. Es war Aufgabe der Priester herauszufinden, ob ein Vorhaben von den Göttern gewollt war oder nicht. Bei den Römern waren es die Auguren, die versuchten, aus dem Zustand der Eingeweide von Opfertieren den Ausgang eines Unternehmens vorherzusagen. Die Griechen befragten die Priesterin im Heiligtum von Delphi und die Germanen versuchten, durch Runen, die für sie

magische Zeichen waren und an deren »geheimnisvolle Kunde« sie glaubten, Antworten zu finden.

Im persönlichen Bereich achteten viele Menschen auf Omen oder Zeichen und erkannten, dass sie gut daran taten, wenn sie sich danach richteten. Von Alexander dem Großen ist folgende Geschichte bekannt: Er ging nach Delphi, um sich seine Zukunft deuten zu lassen. Die Priesterin erklärte, dass sie für diesen Tag ihre Arbeit beendet habe und nicht in das Heiligtum zurückkehren wolle. Alexander hob sie auf und trug sie hinein. Da sagte sie: »Du bist unwiderstehlich.« – »Das genügt mir«, antwortete Alexander und begann, ein Weltreich zu erobern. Er hatte die spontane Äußerung der Priesterin als ein gutes Omen erachtet.

Gibt es so etwas wie gute und schlechte Vorzeichen auch heute noch? Die Naturgesetze leiten unser Leben heute wie damals. Sie wirken heute sogar noch umfangreicher. Wenn unsere Handlungen den Gesetzen entsprechen, geht es uns gut. Wenn wir im Begriff sind, eine falsche Entscheidung zu treffen, erhalten wir häufig Warnungen in Form von Ereignissen oder Gefühlen. Ebenso wissen wir oft mit Sicherheit, dass wir das Richtige tun.

Jeder Mensch, der bereit ist, ehrlich über sich selbst nachzudenken, kann erkennen, dass die Geschehnisse in seinem Leben Hinweise sind. Denn alles, was wir erleben, sind die Auswirkungen unserer Verhaltensweisen und Entscheidungen. Unsere Gedanken, Worte und Taten sind die Ursache dessen, was uns die unmittelbare oder spätere Zukunft bringt. An der Wirkung, die wir hervorrufen, können wir feststellen, ob unser Verhalten zu unserem