

Willkommen bei der Scheidungsparty

Waren Sie bis kurz vor dem Scheidungstermin noch felsenfest überzeugt, dass Sie sich nach der Scheidung erleichtert fühlen werden? Und, war's das wirklich? Sie verlassen das Gerichtsgebäude und statt der erwarteten Erleichterung, spüren Sie Traurigkeit aufsteigen und ein Gefühl der Leere und Einsamkeit. Auch wenn Sie der Teil waren, der unbedingt die Scheidung wollte, ist nicht gesagt, dass Sie die Trennung nicht trifft. Eine Scheidung ist ein Abschied, verbunden mit schmerzlichen Emotionen.

Eine Trennung ist ähnlich einem Sterbeerlebnis. Alte Wunden brechen auf, die mit der aktuellen Trennung nicht unbedingt in Zusammenhang stehen, aber durch sie ausgelöst werden. Schmerzhaft ist, wenn Träume und große Hoffnungen, die man an die Beziehung hatte, begraben werden müssen. Deshalb ist es in einer Trennungsphase notwendig, sich jede Unterstützung zu holen, die möglich ist, um mit dem Verlust besser fertig zu werden.

RITUALE KÖNNEN HELFEN

Eine wesentliche Ressource auf dem Weg zur Heilung bieten Rituale. Wir haben für die unterschiedlichsten Lebenssituationen und Stationen im Leben Rituale: für die Hochzeit, Geburt eines Kindes, Schuleintritt, Matura, Studienabschluss, Geburtstage und Begräbnisse, um einige zu nennen.

Aber obwohl jede zweite Ehe geschieden wird, sind Scheidungsrituale noch nicht üblich. Dem „Sich-scheiden-lassen“ haftet noch immer der Makel des Scheiterns an. Es nicht geschafft zu haben, eine Beziehung „ohne Ablaufdatum“ zu führen, ist nach wie vor mit Schuld- und Schamgefühlen besetzt. Rituale können helfen diesen schwierigen und schmerzhaften Lebensabschnitt zu bewältigen und Wunden zu heilen. In vielen Menschen besteht

eine Sehnsucht nach Ritualen. Sie geben Halt, Sicherheit, Geborgenheit und helfen das Alte abzuschließen, um das Neue, das vielleicht noch nicht sichtbar ist, hoffnungsvoll willkommen zu heißen.

WAS SIND RITUALE?

Dr.ⁱⁿ Julia Umek, Autorin und Radio Wien Psychologin erklärt: „Rituale werden als eine festgelegte Abfolge von Handlungen bezeichnet, die zu einem bestimmten Zeitpunkt, an einem bestimmten Ort, zu einem bestimmten Zweck und mit einer bestimmten Intention ausgeführt werden.“ Sie haben auch zu meist etwas Feierliches. Auf Grund ihres geregelten Ablaufs wirken Rituale wie ein Kompass, der in einer Zeit der Orientierungslosigkeit neue Orientierung geben kann. Durch das erforderliche Handeln machen sie aus dem Opfer einer Krise wieder einen Akteur. Wir werden wieder handlungsfähig und können ein aufkommendes Gefühl der Ohnmacht durchbrechen. Dadurch reduzieren sich Angst und Stress. Rituale ermöglichen bewussten Umgang mit Emotionen.

RITUALE BRAUCHEN EMOTIONEN UND VIELE BETEILIGTE

Dr. Ruediger Dahlke schreibt in seinem Buch „Die Schicksalsgesetze“: „Rituale bieten Chancen für Anfänge – sie

können Bestehendes sichern und Neues laden, Altes abschließen und endgültig beenden.“ Auch tragen sie zur Klarheit bei und machen es leichter, mit der veränderten Situation zu Recht zu kommen. Sie unterstützen mit Symbolen einen Lebensabschnitt abzuschließen, um einen Neuen beginnen zu lassen. „Rituale brauchen Inhalte, die am Besten religiös vermittelt werden. Sie leben von einer emotionalen Ladung möglichst vieler Beteiligter“, schreibt Dr. Dahlke weiters in seinem Buch.

Die Beteiligung aller Sinne ist hilfreich und wichtig. Über das Singen, das Hören von Liedern oder Mantren, das Sehen besonderen Feuerzaubers oder auch nur von Kerzen statt elektrischen Lichts, oder auch das Verbrennen von Räucherwerk, das Tanzen oder Bewegen im selben Rhythmus - egal was es ist: Über alle möglichen Sinneserfahrungen wird das Feld gefördert, zu dem man in Resonanz gehen muss, um ganz in ein Ritual einzutauchen und eine sogenannte neue Ebene zu erreichen. Es sind tiefe und bewegende Emotionen und es sind oft individuelle und höchstpersönliche Rituale gefragt, die unsere Seele anrühren und dadurch tiefe innere Prozesse in Gang bringen.

DREHEN WIR DEN FILM ZURÜCK...

Große Liebesgefühle waren der Be- ▶



Scheidungsrituale

dürfen auch verrückt sein. Egal ob Sie Ihre Scheidungsparty feiern, die Wohnung entrümpeln, Fotos und Briefe verbrennen oder Ringe einschmelzen, Rituale können helfen, den schwierigen und schmerzhaften Lebensabschnitt zu bewältigen.

„Im Gegensatz zur Gewohnheiten haben Rituale einen speziellen Bedeutungsinhalt. Es ist erkennbar welches Ziel man damit verbindet. Beim Zähneputzen hinterfragen wir nicht die Sinnhaftigkeit. Bei Ritualen wie Hochzeit oder Begräbnis wissen wir genau wohin die jeweilige Zeremonie ausgerichtet ist.“

› Dr.ⁱⁿ Julia Umek, Radio Wien Psychologin, Universitätslektorin, Gesundheits-, Arbeits-, Wirtschafts- und Sportpsychologin ◀

ginn. Sie erinnern sich sicher noch an den Heiratsantrag? Den schönen Ring. Und wie Sie dann dem berühmten „Ja – Wort“ entgegen gefiebert haben? Schließlich haben Sie sich im Kreis von Familie und Freunden ewige Treue geschworen. Vielleicht sind auch Tränen der Rührung geflossen. Eine Trauung ist etwas sehr Feierliches, Erhebendes (Hoch – zeit) und auch Opulentes. Sie ist ein Fest und ausdrucksstarkes Ritual, an dem das Brautpaar freudig und stolz Gott und die Welt teilhaben lassen möchte.

Monatelang wird dieses vielfach als „schönster Tag im Leben“ bezeichnete Ereignis vorbereitet. Von der Hochzeitszeremonie, über die Hochzeitstafel, die perfekte Kleidung, bis zum anschließenden Honeymoon, wird alles bis ins Detail geplant. Eine Ehe beginnt mit großen Gefühlen, dem Glauben an eine für immer glückliche Zukunft, Hoffnung, unzähligen Träumen und auch vielen Erwartungen an den Angetrauten.

VOM HONEYMOON ZUR ZÄSUR

Doch leider sieht es einige Jahre später häufig anders aus. Man stellt auf die eine oder andere Weise fest, dass ein weiteres gemeinsames Leben nicht mehr möglich ist und die Wege trennen sich. Die Vision ein gemeinsames Leben „bis dass der Tod uns scheidet“ zu verbringen, ist vorbei. Mühsam und schmerzlich berührt werden die Scherben der Ehe zusammen gesammelt.

In nüchternen juristischen Worten spricht das Gericht die Scheidung aus und die Ehe ist nun auch amtlich zu Ende. Im Gegensatz zu der Hochzeit ist

die Scheidung im Leben eine Zäsur. Aber ist dieser gemeinsame Lebensabschnitt innerlich auch tatsächlich abgeschlossen? Häufig ist das nicht der Fall. Es bleiben nicht selten verletzte Gefühle und Groll, die uns belasten, zurück.

RITUALE UND IHRE BEHARRLICHKEIT

Wenn wir genauer hinschauen, bemerken wir außerdem noch etwas. Das Band der Ehe, das einmal verbunden hat, bleibt auf Grund der Stärke des Rituals, bestehen. Es wirkt gewissermaßen im Unterbe-

SCHEIDUNGSRITUALE FÜR ERWACHSENE

- › Scheidungsparty, Scheidungssessen: entweder mit FreundInnen, alleine oder mit dem Expartner um die gelungene Scheidung zu feiern. Warum nicht? Auch eine Scheidung, bei der sich beide friedlich trennen, ist ein Erfolg.
- › Polterabend am Tag vor der Scheidung, bei dem Geschirr mitgebracht und zerschlagen wird.
- › Ringe einschmelzen und ein neues Schmuckstück anfertigen.
- › Wenn man einen Garten hat: eine neue Pflanze einen Baum pflanzen, für den neuen Lebensabschnitt
- › Brief schreiben und verbrennen oder Luftballone beschriften und steigen lassen.
- › Statt dem Familienfoto mit dem Ex ein Neues mit den verbleibenden Familienmitgliedern machen lassen.
- › Wohnung entrümpeln, räuchern, neu ausmalen und Ehebett entsorgen und neues Bett anschaffen.
- › „Stationenweg“: suchen Sie einen Ort aus, an dem Sie sich wohl fühlen, beispielsweise ein schöner Platz in der Natur. Dort gestalten Sie Abschnitte, die Ihr bisheriges gemeinsames Leben widerspiegeln: Sie können am Ende jeden Abschnitts ein bestimmtes Symbol (Fotos, Gegenstände, Steine) plazieren. Gehen Sie achtsam zu jeder Station – entweder alleine oder mit dem Expartner – um sich bewusst zu verabschieden und jeden Abschnitt hinter sich lassen. Sie können auch bei jeder Station erzählen, welche Geschichten Ihnen dazu einfallen. Das ist schmerzlich, aber es kann sehr befreiend wirken und das Loslassen unterstützen.
- › Steine ins Wasser werfen. Mit jedem Wurf des jeweiligen Steines eine bestimmte Botschaft verbinden und bewusst mit dem Werfen loslassen. Die Befreiung seelisch und körperlich wahrnehmen.
- › Ein Symbol für jedes Beziehungsjahr finden und dieses verbrennen oder ins Wasser werfen.



„Wichtig ist, immer das Kind miteinzubeziehen. Denn nur wenn ein Ritual Sinn hat, dann ist es heilsam.“

► Mag.^a Gertrud Larcher ist Pädagogin, systemische Beraterin, Trauerbegleiterin und Rainbows Gruppenleiterin ◀

wussten fort, obwohl von außen betrachtet, das Paar getrennt ist. Dr. Dahlke erklärt das damit, dass die Wirkung einmal etablierter „Felder“ und Rituale sehr stark ist. Wenn einmal ein sogenanntes Feld entstanden ist, hat es eine bestimmte Stabilität. „Wie beharrlich Felder wirken und über Rituale Macht bekommen, zeigt sich ebenso an dem Versuch, aus einem gültig geschlossenen Vertrag mit Ritual - wie der Ehe - wieder herauszukommen“, erläutert Dr. Ruediger Dahlke in seinem Buch „Lebenskrisen als Entwicklungschancen“. Katholiken haben Erfahrungen mit dieser Schwierigkeit und setzen auf alle möglichen Ersatzrituale. Dr. Dahlke beschreibt weiters in seinem Buch: „Von den herrschenden Hochreligionen hat lediglich die jüdische (siehe Kasten S. 69) ein Scheidungsritual, das mit dem „Segen von oben“ vollzogen wird.“ Privatleute können zwar die Ehe rechtlich und sogar kirchenrechtlich scheiden lassen, aber das hebt die rituelle Formel „...bis dass der Tod euch scheidet“ längst nicht auf. Deshalb ist es sinnvoll und in der Folge heilsam nach Ritualen zu suchen, die stimmig für die eigene Trennungssituation sind. Spüren Sie in sich hinein und fragen Sie sich: „Brauche ich etwas, das reinigend wirkt oder etwas das mir das Loslassen erleichtert? Soll es meditativ oder eher geselligen Charakter haben?“

GEWOHNHEIT ODER RITUAL?

In unserer Alltagssprache bezeichnen wir schnell mal dieses oder jenes als Ritual. Der Frühstückskaffee in der Früh beispielsweise und die morgendliche Dusche sind kein Ritual, sondern mehr eine

Gewohnheit. Auch eine Gewohnheit ist wichtig, trägt sie doch dazu bei, das alltägliche Leben lebbar zu machen. Sinnvolle und gute Gewohnheiten entlasten unser Leben. Was unterscheidet ein Ritual von einer Gewohnheit? Dr.ⁱⁿ Umek: „Im Gegensatz zu Gewohnheiten, haben Rituale einen speziellen Bedeutungsinhalt. Es ist erkennbar welches Ziel man damit verbindet“. Beim Zähneputzen hinterfragen wir nicht die Sinnhaftigkeit. Wir tun es einfach, ohne groß darüber nachzudenken. Bei Ritualen wie Hochzeit oder Begräbnis, wissen wir genau wohin die jeweilige Zeremonie ausgerichtet ist. Während die Hochzeit darauf ausgerichtet ist, den Bund fürs Leben, einen Neubeginn zu besiegeln, symbolisiert ein Begräbnis das Ende des Lebens und hat einen Trennungsscharakter.

Der Unterschied ist also der Bedeutungsgehalt. Durch eine symbolische Geste, bekommt eine bestimmte Handlung eine Bedeutung, die über das rein Funktionale hinausgeht. Es ist wie ein magischer Moment, der die Handlung überstrahlt. Die emotionale Bedeutung verschafft also der Gewohnheit die Qualität eines Rituals.

WIE FUNKTIONIEREN RITUALE?

Wenn wir über die Sprache kommunizieren, dann wird die linke Gehirnhälfte aktiv. Das ist jene Gehirnhälfte, die für das Rationale Logische zuständig ist. Die rechte Gehirnhälfte bleibt dabei relativ unbeteiligt. Sie ist für das Intuitive und Nonverbale zuständig. Bei Ritualen werden beide Gehirnhälften aktiviert. Das Rationale und das Intuitive werden in uns zum Schwingen gebracht. Somit sind ►

RITUALE FÜR KINDER

Tipps von **Mag.^a Gertrud Larcher**, Pädagogin und Rainbows-Trainerin, Sterbe- und Trauerbegleiterin, Elternbildnerin, www.rainbows.at

► **Kummerkiste**

In ihr befinden sich zum Beispiel Taschentücher, Traubenzucker, Schokolade und bärenstarke Sprüche. Das Kind kann die Kiste im Bedarfsfall öffnen und tröstliche Dinge entnehmen.

► **Klagemauer**

Aus Schachteln gebastelt. Da können die Kinder alles hineinpacken, was schmerzt und belastet.

► **Friedensteppich**

Dieser vermittelt: Konflikte sind vollkommen in Ordnung und können gelöst werden.

► **Entspannungsrituale**

Eine Entspannungsgeschichte, verbunden mit einer kleinen Massage, erzählen.

► **„Magische 5 Minuten“**

Diese gehören ganz dem Kind. Kein Handy, keine Hausarbeit stört. Das Kind darf sagen, was es sich jetzt gerade wünscht.

► **Gute – Wünsche – Decke**

Dazu Herzchen ausschneiden, gute Wünsche drauf schreiben und auf eine Decke nähen. Wenn das Kind spürt, dass es ihm nicht gut geht, dann kann es sich in diese besondere Decke hineinkuscheln.

„Ich spreche immer von Vitamin Z: Das bedeutet Zeit, Zärtlichkeit, Zuwendung und Zuverlässigkeit. Gerade bei der Zuverlässigkeit können Rituale sehr unterstützen.“

► Mag.^a Gertrud Larcher ist Pädagogin, systemische Beraterin, Trauerbegleiterin und Rainbows Gruppenleiterin ◀

Rituale - da sie neben der Sprache auch Symbole beinhalten - ganzheitlich und berühren uns auf allen Ebenen.

UND WIE WIRKEN RITUALE?

Sie strukturieren den Alltag und geben Halt und Sicherheit und gliedern unsere

EINLADUNG ZUR SCHEIDUNGSPARTY

Liebe Leute groß und klein
wir laden euch zur Scheidung ein!
Wir trennen unsren Haushalt nun:
was haben wir gar viel zu tun –
doch schlimmer als das alles noch
ist im Budget das große Loch!
Die Anwälte sind ungeheuer,
ein Briefertel ist ein bisserl teuer,
und weil wir haben viel gestritten
hat auch das Geschirr gelitten,
denn besser ist es drin im Müll,
sonst geht noch weiter das Gebrüll
um Teller, Messer und auch Töpfe -
wie rauchen uns nun schon die Köpfe!
Doch in einem sind wir einig,
ihr wart zur Hochzeit gar nicht säumig
mit Scheinen und Dukaten,
diese wollen wir erwarten -
wir werden uns erneut vertragen
ein letztes mal in diesen Tagen!
So kommt zu unsrem Scheidungsfeste
und schenkt uns nur das Allerbeste,
Hausstände gibt es deren zwei
und alles soll sein nagelneu -
die Party steigt für alle
Samstag in unsrer (noch) heimatlichen Halle!

QUELLE: [HTTP://GEDANKENBILDERBUCH.TWODAY.NET](http://gedankenbilderbuche.twoday.net)

Lebenszeit. Auch können Rituale in den verschiedenen Situationen Geborgenheit geben. Gerade in Zeiten der Veränderung, und eine solche ist eine Scheidungssituation, wirken sie gegen Ängste. Oft haben gerade Frauen Schwierigkeiten sich von ihrer bisherigen Rolle als Ehefrau zu verabschieden. Hier können Rituale helfen. Denn sie bewirken eine Identifikation und weisen Hierarchien und Rollen zu, und die Reihenfolge eines bestimmten Ablaufes kann eine durchaus stabilisierende Wirkung haben.

Interessant ist, dass Rituale nach fernöstlicher Philosophie das Erdelement stärken, das im weitesten Sinn unseren gesamten Organismus mit Lebensenergie versorgt.

WENN RITUALE VERLOREN GEHEN...

Wenn sich die Lebenssituation verändert, kann es passieren, dass sie abhanden kommen. Nach einer Scheidung, ist denkbar, dass sie nicht mehr möglich sind, weil man ein bestimmtes Ritual mit dem Partner gemeinsam ausgeführt hat.

Johanna, 43 J. erzählt seufzend: „Ich bin mit meinem Ex-Mann jeden Samstag am Karmelitermarkt frühstücken gewesen. Wir haben das immer sehr bewusst genossen. Es war so ein Ritual, das für uns eine besondere Bedeutung hatte, da wir uns dort in diesem Café kennengelernt hatten. Seit der Trennung meide ich den Markt, da mich das schmerzlich an etwas erinnert, was es nicht mehr gibt in meinem Leben. Es ist vorbei, wird nicht mehr wiederkommen.“ Johanna schildert ein Ritual, das für beide von großer Bedeutung war. Denn es wurde jeden Sams-

tag ihre Beziehung auf diese Weise zelebriert und erneuert. Mit der Scheidung ist dieses Ritual verloren gegangen. Da genau dieses Ritual nicht mehr stimmig ist, wäre für Johanna zu überlegen, ob sie ein anderes Ritual finden möchte, das für sie alleine passt. Eine andere Möglichkeit ist, dass sie dort in dem Café ein Abschlussritual für sich vollzieht, um dem Schmerz zur Heilung zu verhelfen. Dies kann helfen das alte Bild loszulassen und durch eine neue Symbolik zu ersetzen.

Interessant ist zu beobachten, wann Frauen den Ehering – denn Männer tragen erfahrungsgemäß nicht so häufig einen – abnehmen. Es dauert oft noch eine Zeitlang, bis sie emotional so weit sind, um dieses Symbol der ewigen Verbindung abzustreifen.

AUCH KINDER BRAUCHEN RITUALE!

Gerade und besonders in Scheidungssituationen geben Rituale Kindern Sicherheit und Geborgenheit über das Vertraute. Außerdem liebt jedes Kind Rituale. Es kann darüber Vertrauen fassen, dass es trotz Trennung der Eltern weitergeht. „Wichtig ist, dass sich die Eltern auch dafür Zeit nehmen. Das kann das für Kinder sehr beliebte „Gute - Nachtgeschichte – Ritual“ aber auch ein „Aufwachritual“ sein“, erklärt Mag.^a Gertrud Larcher, Gruppenleiterin von Rainbows, Pädagogin und systemische Beraterin.

Doch manche Rituale gibt es nicht mehr. Was kann man tun, wenn zum Beispiel der Vater immer mit dem Kind am Sonntagvormittag in den Zoo gegangen ist? „Dann sollten Sie mit dem Kind überlegen, wie man jetzt das Ritual verändern



„Wie beharrlich Rituale Macht bekommen, zeigt sich ebenso an dem Versuch aus einem gültig geschlossenen Vertrag mit Ritual - wie die Ehe - wieder herauszukommen. Katholiken haben Erfahrungen mit dieser Schwierigkeit und setzen auf alle möglichen Ersatzrituale.“

› Dr. Ruediger Dahlke, Psychotherapeut, Autor und Arzt ‹

könnte. Wichtig ist immer das Kind miteinzubeziehen. Denn nur wenn ein Ritual Sinn hat, dann ist es heilsam“, rät Mag.^a Larcher. Das Kind braucht seinen Raum, damit es seinen Schmerz artikulieren kann. Gefühle des Schmerzes aber auch der Wut auszuleben und nicht zu verdrängen, ist für die kindliche Seele ganz besonders wichtig. Dass Kinder in der Trennungsphase spüren und erleben können, dass Eltern für sie fühlbar da sind, ist ganz wesentlich. „Ich spreche da immer vom „Vitamin Z“: Das bedeutet Zeit, Zärtlichkeit, Zuwendung und Zuverlässigkeit. Gerade bei der Zuverlässigkeit können Rituale sehr unterstützen“, so Mag.^a Larcher über den

Vitaminstoß der besonderen Art.

Wenn Eltern auseinandergehen, erleben Kinder einen Vertrauensbruch und das Vertrauen muss sich erst wieder aufbauen. Und dazu brauchen die Kinder das Gefühl: „Ich bin wichtig.“ Kinder haben oft das Gefühl, sie seien schuld an der Trennung: „Wenn ich braver gewesen wäre, dann hätten sich meine Eltern nicht getrennt.“ So entwickeln viele Kinder auch Phantasien wie sie ihre Eltern wieder zusammenbringen können.

SPIRITUELLE DIMENSION

Eine Trennung ist ein Lebensübergang, der existentiell zutiefst berührt. Durch Rituale holen wir Kräfte von außen herein. Sie eröffnen in Kontakt zu kommen, mit „höheren“ Kräften. Das ermutigt, unterstützt und bringt neue Hoffnung in einer Trennungssituation. Durch Rituale Kräfte ins Leben zu holen, denen wir einen größeren Durchblick zutrauen und denen wir deshalb Raum einräumen, kann sehr entlastend wirken.

Rituale verleihen und vermitteln ein besonderes Erlebnis, eine besondere Stimmung, Atmosphäre und Energie. Sie geben Kraft und Halt, vertreiben Ängste und Selbstzweifel, bringen Entspannung und Ruhe. Und nicht zuletzt: damit Neuorientierung gelingt, braucht es einen guten Abschied. ■

Autorin Dr.ⁱⁿ Barbara Stekl ist Juristin, Beraterin beim „Verein Frauen beraten Frauen“, Co-Beraterin am Bezirksgericht Mödling, Journalistin mit den Schwerpunkten Recht und Gesundheit, Vortragende, Seminarleiterin, Ergosomatherapeutin.

SCHEIDUNGSZEREMONIE IM JUDENTUM

Die Scheidung muß vor einem aus drei Rabbinern bestehenden Rabbinatsgericht erfolgen. Außerdem sind ein Schreiber sowie zwei Zeugen notwendig. Für die Scheidung muss ein Scheidebrief geschrieben werden. Dieser darf nicht gedruckt sein, sondern muss von Anfang bis Ende speziell für einen bestimmten Mann und eine bestimmte Frau zum Zweck dieser bestimmten Scheidung geschrieben werden. Wenn die Scheidungsprozedur beendet ist, wird der Scheidebrief eingerissen oder geschnitten, um zu bezeichnen, dass er benutzt worden ist. Der Scheidebrief wird vom Rabbinatsgericht aufbewahrt. Der Mann und die Frau erhalten einen offiziellen Brief, der bezeugt, dass sie geschieden sind und wieder heiraten dürfen.

FOTOS: WWW.RAINBOWS.AT, PRIVAT

BUCHTIPP



Die Schicksalsgesetze: Spielregeln fürs Leben

Ruediger Dahlke
Goldmann-Arkana Verlag
€ 20,60

Bevor man ein Spiel spielt, muss man sich zuerst mit den Regeln vertraut machen. Nur beim wichtigsten aller Spiele, dem Leben selbst, glauben wir immer noch, darauf verzichten zu können. Nach dem großen Erfolg von »The Secret«, das mit dem Gesetz der Anziehung eines der Schicksalsgesetze erklärt, beleuchtet Ruediger Dahlke mit seinem Buch umfassend alle geistigen Gesetze des Lebens, darunter das Gesetz der Polarität, das Gesetz des Anfangs, das Gesetz vom Teil und vom Ganzen sowie das Resonanzgesetz. Wer diese Gesetze kennt, lebt im Einklang mit dem Kosmos und kann sich unnötiges Leid ersparen.

Mit »Die Schicksalsgesetze« fasst Ruediger Dahlke seine langjährige intensive Beschäftigung mit den Prinzipien des Lebens zusammen. Anschauliche Beispiele illustrieren die Wirkungsmechanismen und helfen dem Leser, die eigenen Erfahrungen besser zu verstehen. Denn wer die Schicksalsgesetze integriert hat und anschließend noch die Kraft und Macht von Symbolen, Mustern und Ritualen zu durchschauen lernt, ist auf dem besten Wege dem Schicksal gerecht zu werden und lernt Verständnis für die scheinbaren Widersprüche des Lebens zu haben.