

# Rebirth, Life, Dying, Death and Sorrow *Wiedergeburt, Leben, Sterben, Tod Und Trauer*

by 'Billy' Eduard Albert Meier  
(pages 190—196)

**The human being requires time for the mourning**  
*Der Mensch braucht Zeit zum Trauern*

[Necessary Prerequisite](#)

Authorized English translation from the original German text by Patrick McKnight and may contain errors—2-Jun-2019  
English translation © 2011—2019, Creational Truth

## Der Mensch braucht Zeit zum Trauern

Jeder Mensch muss sich stets bewusst sein: Der Tod ist allgegenwärtig und jeder kann von diesem Schicksal getroffen werden, und zwar sowohl in eigener Person wie aber auch in der Weise, dass liebe Familienglieder, Freunde oder Bekannte vom Tod ereilt werden. Das ruft Schmerz, Leid und Trauer hervor; und wohl kein Mensch ist davor gefeit, wenn er nicht verroht und gefühllos sowie gleichgültig ist. Und das Fühlen von Trauer sowie das Fühlen von psychischem Schmerz und das Fühlen von Leid sind nicht nur Phänomene, die dem Menschen eigen sind, sondern auch jeder anderen Kreatur, auch wenn bei diesen das Leid, der Schmerz und die Trauer anders geartet sind. Entstehen diese Phänomene beim Menschen durch seine Bewusstheit und damit also durch seine bewussten Gedanken und Gefühle, so entspringen diese bei höheren Lebensformen nichtmenschlicher Natur - wie z.B. Tiere, Vögel, Reptilien usw. - durch das Trieb-Bewusstsein und Instinkt-Bewusstsein, woraus auch eine bestimmte Form von Gefühlen, so nämlich Trieb-Gefühle und Instinkt-Gefühle resultieren.

Wenn der Mensch trauert, dann ist eine Trauer um einen Verlust gegeben, der sich sowohl auf den Verlust von Materiellem, den Verlust von geliebten Tieren oder auf den Verlust sonstiger Dinge beziehen kann. Es gibt aber z.B. auch die Trauer im Mitgefühl, die darin beruht, dass Trauer gefühlt wird, weil ein Mensch körperlich oder bewusstseinsmässig usw. Behindert ist oder weil er von irgendeinem selbst unverschuldeten Schicksal betroffen wurde, weil ein Mensch von einem andern einfach aus nichtigen Gründen usw. plötzlich nichts mehr wissen will, weil ein Mensch betrügerisch gehandelt hat oder weil ein Mensch einen andern einfach herzlos im Stich lässt usw. usf. Die grösste Trauer jedoch ist und bleibt für den Menschen der Verlust eines geliebten Menschen. Doch Menschen trauern auch um andere Dinge, die keinen Trauerwert aufweisen und für die es aus Gründen des Unverständnisses und des Unwissens, der Irrbelehrung oder Irrsicht unsinnig ist, Trauer zu fühlen. Das ist so z.B. gegeben bei einer

COPYRIGHT und URHEBERRECHT 2004 by Eduard Albert Meier, 'Freie Interessengemeinschaft für Grenz- und Geisteswissenschaften und Ufologiestudien', Semjase-Silver-Star-Center, CH-8495 Schmidrüti ZH. Kein Teil dieses Werkes, keine Photos und sonstige Bildvorlagen, keine Dias, Filme, Videos und keine anderen Schriften oder sonstige Materialien usw. dürfen ohne schriftliche Einwilligung des Copyrightinhabers in irgendeiner Form (Photokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren), auch nicht für Zwecke der Unterrichtsgestaltung usw., reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Erschienen im Wassermannzeit-Verlag:  
FIGU, «Freie Interessengemeinschaft», Semjase-Silver-Star-Center, CH-8495 Hinterschmidrüti/Schmidrüti ZH  
Druck: Offset Druckerei Pohland, D-86165 Augsburg

COPYRIGHT and URHEBERRECHT 2004 by Eduard Albert Meier, 'Free Community of Interests for Border- and Spiritual-sciences and Ufological Studies', Semjase Silver Star Center, CH-8495 Schmidrüti, ZH. No part of this Work, no photos and other original images, no slides, films, videos and no other writings or other materials, etc., may be reproduced or worked out using electronic systems, duplicated or disseminated without written permission from the copyright holder in any form (photocopy, microfilm or other method), nor reproduced for educational purposes, etc.

Published in the Wassermannzeit-Verlag:  
FIGU, 'Free Community of Interests', Semjase Silver Star Center, CH-8495 Hinterschmidrüti/Schmidrüti ZH  
Printing: offset printing Pohland, D-86165 Augsburg

## The human being requires time for the mourning

Every human being must him/herself always be conscious: The death is ever-present and everyone will be struck by this fate, and indeed both personally as however also in the wise, that dear family members, friends or acquaintances will be struck by the death. This calls forth pain, suffering and sorrow; and indeed no human being is immune to it, if he/she is not brutalized and callous as well as indifferent. And the feeling from sorrow as well as the feeling from psychical pain and the feeling from suffering are not only a phenomena, that is the human being's own, but rather also every other creature, even if with these the suffering, the pain and sorrow are differently formed. When these phenomena arise with the human being through his/her consciousness and therewith thus through his/her conscious thoughts and feelings, thus these arise with higher life forms of non-human nature - as, e.g., animals, birds, reptiles, etc. - through the drive-consciousness and instinct-consciousness, from which result also a distinct form of feelings, thus namely drive-feelings and instinct-feelings.

When the human being is sad, because a sorrow is given around a loss, which itself can refer as well to the loss of material things, the loss of loved animals or to the loss of other things. There is however, e.g., also sorrow in the feelings for others, that is therein based, that sorrow is felt, because a human being is impeded physically or consciousness-based, etc., or because he/she was affected by a destiny through no fault of his/her own, because a human being simply for insignificant reasons, etc., suddenly wants to know nothing more of another, because a human being has cheatingly acted or because a human being simply has heartlessly abandoned another, etc., and so forth. The greatest sorrow however is and remains for the human being the loss of a beloved human being. However human beings are sad also about other things, that exhibit no sorrow-value and for which it is senseless to feel sorrow out of reasons of the understanding and of the unknowledge, the irrational-explanations or irrational-opinions. That is thus,

Trauer um das Wissen, dass das Schicksal des Todes jederzeit auf die eigene oder auf eine geliebte Person zutreffen kann. Unsinnig ist auch die Trauer um die menschliche Vergänglichkeit, wie auch eine Trauer um verlorene materielle Werte usw.

Stirbt ein nahestehender Mensch, ein Familienmitglied, ein Freund oder eine Freundin, jemand Bekannter oder ein Idol, dann stirbt in den Hinterbliebenen irgendwie auch immer ein Teil mit, denn der tiefgreifende Verlust ist auch der Verlust von etwas Wesentlichem, das nicht mehr ersetzt werden kann. Das ist für den Menschen sehr schwer und sehr leidvoll sowie schmerzhaft und ruft Gedanken und Gefühle der Trauer hervor, die aber früher oder später lebensbejahend bewältigt werden müssen. Erst stürzt der Mensch aber in eine tiefe persönliche Krise, die so mancher nicht alleine, sondern nur mit verständiger und liebevoller mitmenschlicher Hilfe zu bewältigen vermag. Nur lebensstarke Menschen vermögen dieser Krise allein und ohne mitmenschliche Hilfe Herr zu werden, doch auch sie brauchen Zeit, um den Verlust zu verkraften und zu akzeptieren. So bedarf der eine Mensch den Trost der Mitmenschen, während der andere stark genug ist, um sich seinen Trost selbst zu schaffen und sich durch eigene Kraft wieder aus der Krise, seinem Leid und Schmerz sowie aus seiner Trauer zu befreien. Vielfach ist es aber leider so, dass die Menschen unwissend, irritiert und irrtümlich sind in bezug des Todes, folglich sie nicht in der Lage sind, durch eigene Kraft ihr Leid, ihren Schmerz und ihre Trauer derart umzusetzen, dass sie alles zu verarbeiten und zu akzeptieren vermögen. Die Folge davon ist, dass sie sehr lange eine kontinuierliche Trost-Begleitung benötigen, um aus der Trauer hinaus und wieder zurück ins Alltagsleben zu finden. Manche stürzen dabei derart tief in einen Abgrund der Trauer und Abgrund der Selbstzerstörung, dass sie sich derart in Gram versinken lassen, dass sie ihre Lebenskraft verlieren, völlig kraftlos, apathisch und lebensunfähig werden, dass sie dem verstorbenen geliebten Menschen innert Stunden, Tagen, Wochen oder in wenigen Monaten nachfolgen. Andere sind derart lebensunfähig und lebensschwach infolgedessen, dass sie sich Zeit ihres Lebens nie mit dem Sterben und Tod befasst und folglich keinerlei diesbezügliche und auch keine lebensmässige Kenntnisse erarbeitet haben, dass sie am Leben derart versagen, indem sie sich selbst durch Selbstmord aus dem Leben werfen.

Seit alters her hat sich immer wieder bewiesen,

e.g., being given with a sorrow about the knowledge, that the destiny of the death can apply at any time to the one's own or to a beloved person. Senselessly the sorrow is also about the human transience, like also a sorrow about lost material values, etc.

When a close human being, a family member, a male or female friend, someone of acquaintance or an idol dies, then somehow a part in the bereaved one always dies also, because the deep-reaching loss is also the loss of something essential, that can no longer be replaced. That is very hard and very distressful as well as painful for the human being and brings about thoughts and feelings of sorrow, which however sooner or later life-affirmingly must be mastered. Initially the human being however is cast into a deep personal crisis, which so many are not able to master on his/her own, but rather only with comprehending and loving fellow-human assistance. Only life-strong human beings are able to master this crisis alone and without fellow-human assistance, but they also require time, in order to bear and accept the loss. Thus the one human being requires the consolation of the fellow human beings, while the other is strong enough, in order to create his/her consolation for him/herself and to liberate him/herself from the crisis, from his/her suffering and pain as well as from his/her sorrow through his/her own power. Frequently it is however unfortunately thus, that the human being in regard to the death is unknowing, irritated and irrationally-taught, consequently they are not in the position, through their own power to put into action their suffering, their pain and their sorrow to such an extent, that they are able to work out and accept everything. The result of it is, that they require continuous consolation-companion for a very long time, in order to find their way from out of the sorrow and again back into the everyday life. Many to such an extent fall deeply into an abyss of sorrow and an abyss of the self-devastation, that they immerse themselves to such an extent in sorrow, that they lose their life-power, become completely powerless, apathetic and incapable of life, that they follow after the beloved deceased human being within hours, days, weeks or in a few months. Others are to such an extent incapable of life and weak-in-life hence, that they never dealt with the dying and death during the time of their life and consequently worked out absolutely nothing regarding this and also no life-based cognizances, that they fail in the life to such an extent, as they cast themselves from the life through suicide.

Since time immemorial it has always again proven

dass der Mensch nicht daran vorbeikommt, sich mit Sterben und Tod zu befassen sowie mit dem Verlust und dem Abschied von Menschen. Darin eingeschlossen ist auch die Trauer. Tatsache ist, dass das Verdrängen der Trauer sowie das Verdrängen des Todes eines geliebten Menschen sehr schwerwiegende Folgen haben kann. Das Ignorieren von Todesereignissen und damit das ungelebte Trauern sind Ursachen für schwere Depressionen, die sowohl zur Lebensunfähigkeit sowie zur Psyche-Zerstörung und letztendlich auch zum Suizid führen können. Erfolgt ein Verdrängen der Trauer und ein Nichtbewältigen des Verlustschmerzes, dann legt sich das wie eine dunkle Last auf die Gedanken und Gefühle, wodurch eine Belastung der Psyche entsteht. Dadurch wiederum wächst das Bedürfnis der Verlustverarbeitung und wird immer stärker, wodurch die unausweichliche Forderung aufkommt, dass die Verletzung der Psyche sowie der Verlust des Verstorbenen und also der Tod des geliebten Menschen ernstgenommen und aufgearbeitet werden. Doch gerade in der heutigen schnellebigen Zeit, in der alles auf raschen und besten Erfolg und auf ein absolutes Funktionieren aller materiellen Werte getrimmt ist, fällt es dem Menschen immer schwerer, sich um seinen Nächsten und um die Mitmenschen zu kümmern. Allgemein kümmert sich der Mensch nicht mehr oder nur noch sehr wenig um den Nächsten und speziell wenig um die Mitmenschen, und zwar ganz gleich, ob es sich dabei um Familienmitglieder, Freunde und Freundinnen, Bekannte oder um Fremde handelt. Allgemein durch all diese Faktoren fällt es dem einzelnen Menschen immer schwerer, der Trauer noch ihren ihr gebührenden Platz einzuräumen. Die Schnellebigkeit der Welt sowie die Hatz nach Erfolg und die Jagd nach materiellen Werten sowie das zwangsmässig geforderte Funktionieren aller materiellen Dinge halten je länger je mehr den Menschen von der Erfüllung des Trauerbedürfnisses ab. So verfällt er zwangsläufig immer mehr den Trauer-Depressionen und wird psychisch krank und lebensunfähig - oder er verroht mehr und mehr, verfällt einer Gefühlsarmut oder Gefühlskälte und erzeugt in sich eine völlige Gleichgültigkeit gegenüber dem Mitmenschen sowie gegenüber der Menschlichkeit, dem Leid, dem Schmerz und der Trauer.

Für den noch wirklich denkenden und fühlenden Menschen, der seiner Gedanken und Gefühle noch in wahrheitlicher Form mächtig und noch offen für die Trauer ist, bedeutet das Aushalten der Trauer nicht etwas, das er einfach auf die leichte Schulter nehmen und nach Belieben wieder ablegen kann.

itself, that the human beings does not come around thereon, to be concerned with dying and death as well as with the loss and the farewell of human beings. Therein included is also the sorrow. The fact is, that the pushing away of sorrows as well as the pushing away of the death of a beloved human being can have very serious consequences. The ignoring of death-happenings and therewith un-lived (*unexperienced*) mourning are causes for severe depression, that can lead both to the life-incapability as well as to psychical-devastation and ultimately also to the suicide. If a pushing away of sorrow occurs and a failure-to-master the pain-of-loss, then it sets itself as a dark burden on the thoughts and feelings, whereby a burden of the psyche arises. Thereby in turn the need of the working-out-of-the-loss grows and becomes always greater, whereby arises the unavoidable requirement, that the injury of the psyche as well as the loss of the deceased one and thus the death of the beloved human being be taken seriously and worked on. However precisely in the today's fast-moving time, in which everything is trimmed to rapid and best success and to an absolute function of all material values, it becomes always more difficult for the human being, to concern him/herself about his/her next one (*neighbor*) and about the fellow human beings. Generally the human being is not concerned or only very little about the next one and especially little about the fellow human beings, and indeed irrespective of, whether it acts itself thereby around family members, male and female friends, acquaintances or around strangers. Generally through all these factors it becomes always more difficult for the individual human being, to still concede to the sorrow its entitled place. The fast-moving-nature of the world as well as the chase for success and the hunt after material values as well as the compulsory demanded function of all material things holds each human being evermore from the fulfillment of the sorrow requirement. Thus he/she inevitably always more falls prey to sorrow depressions and becomes psychically ill and incapable of life - or he/she more and more brutalizes, a poverty-of-feeling or a coldness-of-feelings and creates in him/herself a complete indifference towards the fellow human being as well as towards the humaneness, the suffering, the pain and the sorrow.

For the still really thinking and feeling human being, who in truthly form is still mighty in his/her thoughts and feelings and is still open to the sorrow, means the enduring of the sorrow is not something, that he/she simply takes lightly and can still again cast aside as desired. The processing of

Der Prozess der Trauer ist anhaltend und trägt sich über das ganze Leben hinweg, auch wenn die Intensität der Trauer mit der Zeit derart verflacht, dass sich die Gedanken und Gefühle nicht mehr dauernd darum drehen. Es erfolgt ein Versinken der Trauer ins Gedächtnis, von wo sie je nach Gegebenheit während des ganzen Lebens des Menschen immer wieder in minderer oder stärkerer Form hervorbrechen kann. So ist Trauer auszuhalten nicht leicht, auch wenn sie nur dann in stärkster Form in Erscheinung tritt, wenn der Verlust eines Menschen durch den Tod gerade akut ist. Die Trauer ist nicht leicht für die Betroffenen, so aber auch nicht für die Umwelt. Der Trauerprozess, wie er auch immer an den Menschen herankommt, ist sehr langwierig und schmerzhaft, denn er löst Verzweiflung und Mutlosigkeit sowie eine grenzenlose Ohnmacht gegenüber dem Tod aus, während ungeheure Gedankengewitter losbrechen und heftigste Gefühlsstürme hervorrufen. All dem steht der Mensch hilflos gegenüber, sowohl der einzelne wie auch die Umwelt, und nicht selten kommt es dabei leider vor, dass aus Angst und Furcht sowie aus Unwissen und Unsicherheit die ganzen diesbezüglichen Vorgänge ebenso abgewehrt werden wie auch die Trauer selbst, der aber der Mensch bedarf, um alles verarbeiten zu können.

Infolge der Tatsache, dass sich der Mensch der heutigen Zeit immer mehr den rein materiellen Werten zuwendet und das Mitgefühl für die Mitmenschen mehr und mehr verliert, eine Gleichgültigkeit gegen den Nächsten entwickelt und nur noch auf eigenen Profit sowie auf das eigene Wohl und Wehe bedacht ist, wird es immer dringender und notwendiger, dass das Verständnis für die Trauer erweitert wird. Um aber dieses Verständnis aufbringen zu können, muss der Mensch sich mit Fragen auseinandersetzen wie: «Was ist Trauer?», und: «Welche Gedanken und Gefühle erzeugen Trauer?», dann: «Wann tritt Trauer ein?», wie aber auch: «Wie verläuft die Trauer?», und: «Welche Komplikationen erzeugt unter Umständen Trauer?», und last but not least: «Trauer, warum ist sie unverzichtbar für den Menschen?» Dies sind Fragen, auf die es erklärende Antworten geben und die der Mensch verstehen muss. Die Beantwortung der Fragen muss aber auch darauf ausgerichtet sein, dem Menschen Mut vermitteln zu können, damit er die Trauer annehmen, diese durchleben und nach eigenem Bedürfnis gestalten kann. Trauer gestalten bedeutet aber nicht, diese unendlich auszuweiten, sondern sie aufzuarbeiten und sie in gesundem und annehmbarem Rahmen auch wieder zu Ende

sorrow is continuous and carries itself over the entire life, even when the intensity of sorrow flattens with the time to such an extent, that the thoughts and feelings no more constantly revolve around this. There occurs an immersing of the sorrows into the remembering (*memory*), from where they each depending upon circumstance time and time again in lesser or greater form can break forth during the entire life of the human beings. Thus sorrow is not easy to endure, also when it only then in greatest form steps into appearance, when the loss of a human being through death is precisely acute. The sorrow is not easy for the affected ones, thus however also not for environment. The sorrow-process, as it also always approaches the human being, is very lengthy and painful, because it triggers despair and couragelessness as well as a limitless powerlessness in relation to the death, while tremendous thought-storms break loose and bring about the most violent feeling-storms. Against all that the human being stands helplessly, both the individual as also the environment, and frequently it thereby unfortunately comes forward, that from anxiety and fear as well as from unknowledge and uncertainty the entire process regarding this equally becomes averted as also the sorrow itself, which however the human being requires, in order to be able to work out everything.

Due to the fact, that the human being of the today's time always more turns him/herself to the purely material values and more and more loses the feelings-for-others for the fellow-human-beings, an indifference develops towards the next one (*neighbor*) and only on one's own profit as well as on the one's own prosperity and adversity is considered, it always becomes more urgent and more necessary, that the understanding of the sorrow is expanded. In order to however be able to bring forward the understanding of this, the human being must carefully study it with questions like: "What is sorrow?", and: "Which thoughts and feelings create sorrow?", then: "When does sorrow occur?", as however also: "How does the sorrow proceed?", and: "What complications under certain circumstances does sorrow create?", and last but not least: "Sorrow, why it is indispensable for the human being?" These are questions, to which there are explanatory answers given and which the human being must understand. The answering of the questions must however also be directed thereon, that the human being can impart power-of-action, therewith he/she can accept the sorrow, live through this and to form it according to one's own needs. To form sorrow however does not mean, to endlessly expand this, but rather to work on it and in healthy and acceptable framework also

zu bringen, um sie nur noch in zweckmässig abgeschwächter Form im Gedächtnis weiterleben zu lassen. Um Trauer zu durchleben und Trauer zu gestalten sowie Trauer zu beherrschen und Trauer zu beenden bedarf es dessen, dass hilfreiche Vorgänge aus kreativen Bereichen herangezogen und genutzt werden, wobei es - je nach Mensch und gemäss seinen Gedanken, Gefühlen und Interessen vielerlei kreative Vorgänge gibt, durch die eine Bewältigung der Trauer stattfinden kann. Und tatsächlich sind der Möglichkeiten so viele, wie es einzelne Persönlichkeiten gibt, die eigene Charakterbilder und eigene Wünsche sowie eigene Einstellungen wie auch eigene Ansichten und eigene Hoffnungen usw. haben. Der erste Umgang mit Gedanken und Gefühlen, die bei Trauer überwältigend vom Menschen Besitz ergreifen, muss so genau wie möglich beachtet und zum Ausdruck gebracht werden. Dies kann sowohl durch eine innere Ausdruckweise erfolgen, und zwar in Form einer eigenen Gedankenkontrolle und eigenen Gefühlskontrolle, wie aber auch durch äussere Ausdrucksweisen, wie z.B. durch Sprechen mit den Mitmenschen, durch Erzählen, durch Malen, durch Schreiben, durch Gesellschaftsanlässe, durch Wanderungen und durch alles, was neutrale Gedanken und Gefühle schafft. In bezug der Trauer bedeuten dabei neutrale Gedanken und Gefühle, dass der Umgang mit dem Tod und der Umgang mit der Trauer im wahren Licht des Verstehens gesehen wird und in dieser Weise eine umfängliche Akzeptanz der Trauer entsteht. Dadurch werden Impulse im trauernden Menschen erschaffen, die ihn befähigen, in innerer bewältigender Weise mit dem Wesen der Trauer einherzugehen, mit ihm klarzukommen und es lebensbejahend gedanklich-gefühlsmässig und psychisch zu verarbeiten. Und das Ganze löst auch Impulse aus, dass der Mensch seine Trauer ohne Gram dem Nächsten mitzuteilen und seine Trauer in eine Form zu bringen und zu gestalten vermag, die lebensbejahend und nicht lebenszerstörend ist.

Oft tritt ein Meiden trauernder Menschen in Erscheinung, was diesen nicht gerade dienlich ist, um ihre Trauer zu bewältigen. Trauernde Menschen meiden bedeutet für diese, dass sie abgekapselt und missachtet werden in ihrem gegenwärtigen Zustand der Hilflosigkeit und dem Zustand der Ohnmacht gegenüber ihren sie überwältigenden Gedanken und Gefühlen. Doch warum dieses Meiden und Aus-dem-Weg-Gehen gegenüber den Trauernden? Seit alters her beweist die Regel, dass die Mitmenschen den Trauernden nicht aus Böswilligkeit und nicht aus Ge-

again bring it to an end, in order to let it further live only in functionally weakened form in the memory. In order to live through sorrow and to form sorrow as well as to master sorrow and to end sorrow it is necessary, that helpful processes from creative realms are consulted and used, whereby there are - each depending on the human being and in accordance with his/her thoughts, feelings and interests various creative processes given, through which a managing of sorrow can take place. And in fact there are as many possibilities, as there are individual personalities, who have their own character images and their own wishes as well as their own attitudes as also their own opinions and their own hopes, etc. The first way of dealing with thoughts and feelings, that overwhelming take possession of the human beings with sorrow, must thus be considered and be brought to the expression precisely as possible. This can occur both through an inner mode of expression, and indeed in the form of an one's own thought-control and an one's own feeling-control, as however also through outer modes of expression, like, e.g., through a speaking with the fellow human beings, through telling, through painting, through writing, through social occasions, through journeys and through anything, which creates neutral thoughts and feelings. Neutral thoughts and feelings in regard to the sorrow thereby means, that the dealing with death and the dealing with sorrow is seen in the true light of the understanding and in this wise an extensive acceptance of the sorrow arises. Thereby impulses become created in the mourning human being, that enable him/her, to walk along in inner mastering wise with the **Wesen** of the sorrow, to be able to cope with it and in life-affirming thought-feeling-based and psychically to work it out. And the entirety also triggers impulses, that the human being is able to inform the next ones of his/her sorrow without grief and to be able to bring and to form his/her sorrow in a form, that is life-affirming and not life-destroying.

Often an avoidance of mourning human beings steps into appearance, which this is not precisely useful, in order to master their sorrow. To avoid mourning human beings means for those, that they are isolated and ignored in their present state of the helplessness and the state of the powerlessness towards their overwhelming thoughts and feelings. But why this avoidance and going-out-of-the-way towards the mourning ones? Since time immemorial it proves to be the rule, that the fellow human beings go out of the way of the mourning ones not from ill will and not

fühllosigkeit wie auch nicht aus Abscheu und dergleichen aus dem Weg gehen, sondern weil sie selbst nicht mit dem Tod und dem Trauern umgehen können. Es fehlt ihnen am notwendigen Wissen und damit auch an der Möglichkeit, dem trauernden Menschen ein für ihn erforderliches Vertrauen und den erforderlichen Trost entgegenzubringen. Das Fehlen von Vertrauen und das Fehlen von Trostgebung sowie das Fehlen von Verantwortung sowie die Furcht eines Falschtuns gegenüber dem trauernden Menschen halten viele Mitmenschen davon ab, sich direkt mit den Trauer-Betroffenen in verbindender und hilfreicher Weise zusammenzutun. Tatsächlich fühlen sich sehr viele in einer Hilflosigkeit gegenüber den Trauernden gefangen und wissen nicht, was sie sagen und wie sie sich verhalten sollen. Andere fühlen sich durch die Alltagshektik völlig überfordert, wodurch sie nicht in angemessener Weise auf Trauernde einzugehen vermögen. Andere wiederum fühlen in sich Angst in der Trauer, und zwar derweise, dass - wenn sie sich mit der Trauer anderer befassen eigene alte Wunden aufreißen und sich selbst wieder zu Trauernden machen; oder sie haben Angst davor, dass ihnen ähnliches widerfährt und sie bald selbst Leid und Schmerz sowie Trauer tragen müssten.

Grundlegend sollte der Mensch lernen, sich selbst Anregungen zu geben in bezug des Trauerns, um in lebensbejahender Weise durch eigene Energie und Kraft sowie durch Vernunft und Wissen um die Wahrheit des Todes ein Todesereignis betrauern zu können. Doch für alle jene, welche das nicht zu tun vermögen, müssen durch Wissende und Vernünftige, durch Kraftvolle sowie durch Verantwortungsvolle und Pflichtbewusste ausreichende Anregungen und Erklärungen sowie Aufklärungen gegeben werden, damit auch im Kreis der trauernden Unwissenden das Licht des Verständnisses zu leuchten beginnt und die Trauer ein Akt der Lebensbejahung wird. Das ganz im Sinne dessen, dass der Tod ein Todesleben ist, in dem die Geistform weiterlebt und in späterer Zeit wiedergeboren wird, wenn durch den Gesamtbewusstseinblock die alte Persönlichkeit aufgelöst und ein neues Bewusstsein und eine neue Persönlichkeit - die ein neues Ego trägt - erschaffen ist, die gebiert, wenn die Reinkarnation der Geistform stattfindet.

Trauer durch einen Todesfall - wie auch in anderen Fällen, bei denen der Prozessablauf sich nicht durch den Tod ergibt - ist durchaus und in jedem Fall immer ein individuelles Erleben. Das Erleben der Trauer setzt dabei immer dort an, wo

from unfeelingness as also from disgust and such things, but rather because they cannot deal with the death and the mourning. They lack the necessary knowledge and therewith also the possibility, to show the mourning human being a necessary trust and the necessary consolation for them. The lacking of trust and the lack of comfort-giving as well as the lack of responsibility as well as the fear of a wrong-doing toward the mourning human being keeps many fellow human beings away therefrom, to join themselves directly together with the sorrow-concerned one in a connecting and helpful wise. In fact a great many feel a helplessness towards the mourning one and do not know, what they are supposed to say and how they are supposed to act. Others through the hectic pace of everyday life feel completely overwhelmed, whereby they are not in reasonable wise able to respond to mourning ones. Others in turn feel in themselves anxiety in the sorrow, and indeed such a way, that - when they are concerned with the sorrow of others, one's own old wounds tear open and again are made to being sad; or they have anxiety of it, that they will similarly suffer and they soon must themselves bear suffering and pain as well as sorrow.

Fundamentally the human beings is supposed to learn, themselves to give each other impulses in regard to the mourning, in order to be able to mourn a death-event in life-affirming wise through one's own energy and power as well as through rationality and knowledge around the truth of the death. But for all those, who are not able to do that, they must, through knowing and rational ones, through powerful as well as through responsible ones and conscientious ones, be sufficiently given suggestions and explanations as well as enlightenments, therewith also in the circle of the mourning unknowing ones the light of the understanding begins to radiate and the sorrow becomes an act of the affirmation of life. The entirety in the sense of it, that death is a death-life, in which the spirit-form goes on living and is reborn in subsequent time when, through the overall-consciousness-block, the old personality dissolves and a new consciousness and a new personality - which carries a new ego - is created, which is born, when the reincarnation of the spirit-form takes place.

Sorrow through a case-of-death - as also in other cases, with which the process-cycle itself does not lead to the death - is definitely and in every case always an individual experience. The experiencing of the sorrow applies therewith always

## Rebirth, Life, Dying, Death and Sorrow

die Ohnmacht der Handlungsunmöglichkeit und der Verlust des geliebten Menschen entstehen. Einfühlsame Worte berühren dabei den trauernden Menschen in einer intuitiv-gefühlsmässigen Ebene, wobei sie dort ansetzen, wo das normale Gespräch beendet werden muss. Worte der Einfühlsamkeit sind es, die als lebensbejahender Trost und als wertvoller Begleiter im Trauerprozess gesehen werden müssen. Trauertrostworte müssen derart geformt sein, dass trauernde Menschen sich selbst wiedererkennen und sich auch selbst wieder erleben; sie müssen jedoch auch erkennen und erfahren, dass sie nicht alleine, sondern von Mitmenschen umgeben sind und dass auch andere gleichermassen Leid und Schmerz sowie Trauer zu tragen und zu ertragen haben. Also müssen sie sich aber auch bewusst sein, dass ihre eigenen Gedanken und Gefühle massgebend sind, um die eine oder andere Anregung für Fragen und Antworten zu finden und um Nöte, Gram, Kummer und Trauer aufzuarbeiten und zu bewältigen. Und nur wer die Macht der Gedanken und Gefühle unter Kontrolle zu bringen versteht, wird nicht dauernde Trauer erleben und nicht an dieser zugrunde gehen, sondern ein Verarbeiten der Trauer herbeiführen, wieder dem Ruf des Lebens folgen, wieder Leben in sich spüren und das Leben leben.

## The human being requires time for the mourning

there, where the powerlessness of the impossibility-of-action and the loss of the beloved human being arises. Empathetic words touch therewith the mourning human beings in an intuitive-feeling-based level, whereby they begin there, where the normal conversation must be ceased. Words of the deep-feelings-for-the-others are those, that must be seen as life-affirming consolation and as valuable companions during the sorrow-process. Sorrow-consolation-words must be formed to such an extent, that mourning human beings themselves recognize and also again themselves experience; however they must also recognize and experience, that they are not alone, but rather they are surrounded by fellow human beings and that also others have to equally bear and endure suffering and pain as well as sorrow. Thus they must themselves however also be conscious, that their own thoughts and feelings are the decisive factor, in order to find the one or other impulse for questions and answers and in order to work on and to master hardships, grief, anguish and sorrow. And only whoever comprehends to bring the might of the thoughts and feelings under control, will not continually experience sorrow and will not perish from it, but rather will bring about a working out of the sorrow, again follow the calling of the life, again feel life in him/herself and live the life.