

# HERMETISCHE NATURKUNDE



**MIT  
PRAXIS**

SCHLÜSSEL  
ZUM VERSTÄNDNIS VON  
ALCHYMIE - HERMETIK - SPAGYRIK



CHRISTOPH POLLAK

# Hermetische Naturkunde

oder

Wie sich Bewusstsein zu Materie verhält

oder

Schlüssel zu Verständnis & Praxis von  
Alchymie - Hermetik - Spagyrik

Christoph Pollak

[www.christophpollak.org](http://www.christophpollak.org)

D-79875 Dachsberg-Urberg, 2022

## **KAPITEL 1 – Was ist Alchymie bzw. Hermetik?**

### **Einleitende Worte**

#### **Um zu verstehen, was Alchymie ist, muss du verstehen, wo sie herkommt**

Wortherkunft und Deutungen des Begriffs Alchymie

“Die schwarze Kunst” – oder: Wie Göttlichkeit auf Erden wirkt

#### **Der Gott des Verstandes, der die Kunst den Menschen brachte**

Hermes und die hermetische Kunst

Thot - Hermes - Merkur

Wie die Welt durch den Verstand begriffen werden kann

### **Die Smaragd-Tafeln**

Wie oben, so unten – und umgekehrt

**ANHANG:** Der Text der Smaragd-Tafeln

## **KAPITEL 2 – Grundlagen hermetischer Naturkunde**

### **Was ist das Eine?**

Das Eine wird sich selbst bewusst

Das Eine erscheint als Dreiheit

### **Drei grundlegende Wahrheiten**

Wissen vs. Verstehen

Ein Beispiel: die dreifache Natur des Holzes

Die Symbole der drei Prinzipien

Kann ich die drei Prinzipien im Inneren erkennen?

Das Bewusstsein — *Sulfur* der Alchymisten

Lebendiges Denken — die Funktion des Geistes, die jedem Sein innewohnt

Was verkörpert der Körper? — das Geheimnis des *Sal*

## **KAPITEL 3 - Hermetische Naturkunde in der Praxis**

### **Womit arbeiten wir?**

Die Naturreiche

Die Pflanze in der Mitte

### **In der Werkstatt**

Die Gesinnung ist entscheidend

Die drei Hauptprozesse: Destillation, Fermentation und Calcination

Beispiel Rosmarin: die drei Prinzipien in der Praxis

Die spagyrische *Essenz*

### **Spagyrische Pflanzentinkturen**

Von den Tinkturen

Die *spagyrische* Tinktur

Die Herstellung einer spagyrischen Pflanzentinktur

Zur Wirkung und Einnahme

### **Nachtrag — Erkenne dich selbst!**

# KAPITEL 1

Was ist Alchymie bzw. Hermetik?



# Was ist Alchymie bzw. Hermetik?

## Einleitende Worte

Der Begriff Alchymie weckt vielleicht mehr oder weniger klare Bilder und Vorstellungen. Möglicherweise hast du noch nie “so richtig” oder zu wenig umfassend von Alchymie oder Hermetik gehört. Jetzt aber ist das Interesse geweckt und aus Gründen, die dir erst nach und nach tiefer bewusst werden, liest du gerade diese Zeilen.

Willkommen!

Du wirst in einem gewissen Sinne nichts Neues dazulernen, aber dich an vieles erinnern, was in dir schon gereift ist, schon immer da war.

Das Ziel dieser kleinen Schrift ist es, eine klare Grundlage zu schaffen und dir gleichzeitig Schlüssel zu eigenem Forschen, Erkennen und Wirken in die Hand zu geben.

Wenn Menschen von Alchymie sprechen, denken sie meistens an die Kunst der Transmutation, der Verwandlung von Blei in Gold. Andere wiederum halten die Alchymie für ein Sinnbild für die innere, quasi psychologische Arbeit. Diese bestehe darin, das “innere Blei des Egos” in das “Gold des göttlichen Bewusstseins” zu transformieren.

Obzwar Alchymie und Transmutation etwas miteinander zutun haben und Alchymie auch ein innerer Prozess ist, sind beide Definitionen nicht vollauf befriedigend.

## Um zu verstehen, was Alchymie ist, muss du verstehen, wo sie herkommt

Viele Alchymisten meinen, dass der Ursprung dieser Kunst im Alten Ägypten liegt. Tatsächlich finden wir, dass die meisten alchymistische Texte über Jahrhunderte hinweg auf diese Herkunft verweisen.

Andererseits ließe sich auch vermuten, dass diese Feuerkunst so alt wie die Geschichte des Menschen mit dem Feuer wäre. Am Feuer wurde sehr viel Zeit verbracht. Das Feuer schenkt Wärme und Licht. Am Feuer wird die Nahrung zubereitet.

Durch den täglichen Umgang mit Feuerhölzern, Kräutern, Zunder und Harzen verschiedener Art gewannen die Menschen am Feuer neue und differenziertere Erfahrungen mit den Dingen der Natur.

Im Feuer kann die gesamte Naturphilosophie begriffen werden:

Siehst du die Asche wie sie niedersinkt, ihrem mineralischen Ursprung, der Erde, zu? Siehst du die Flammen hell lodern und leuchten und spürst du die Wärme, die dich bis ins Innerste durchdringt? Erlebst du den Rauch, den Qualm, die — hier weißlich, dort unsichtbar — austretenden Gase, wie sie schlängeln und winden?

Alle Prozesse bedürfen dem Feuer in unterschiedlichem Grade: die Destillation, die Sublimation, die Fermentation, die Calcination etc.

Aber auch Worte haben eine Geschichte. Schauen wir zunächst auf die Wortherkunft des Begriffes Alchymie.

## **Wortherkunft und Deutungen des Begriffes Alchymie**

Zur Wortherkunft des Begriffes Alchymie gibt es viele Deutungen. Wer könnte sagen, welches die “wahre” Deutung ist?

Ich möchte hier drei wesentliche Stränge aufzeigen und freue mich, dass jede der Auslegungen den Blick auf diese Kunst weitet.

Al-Chymie.

Die Vorsilbe “Al-“ ist einfach der bestimmte Artikel im Arabischen: Sie steht also für “der, die, das”. Dem arabische Wort *kimiya* scheint das altgriechische *khēmia* zu entsprechen, das von manchen als “Kunst der Metallbearbeitung” verstanden wird.

Nach anderen Quellen könnte *al-kīmiyā'* vom alten Namen Ägyptens *khem* (oder *khm*) abstammen. Diese Wortwurzel bedeutet “Schwärze” und bezieht sich vermutlich auf die Bezeichnung der fruchtbaren, schwarzen Erde, die der Nil Jahr für Jahr anschwemmt. Diese schwarze Erde ist immerhin die Grundlage für das Gedeihen der Feldfrüchte und das Leben und Aufblühen einer Kultur in der Wüste!

Alchymie kann so als “die ägyptische Kunst” verstanden werden oder auch als “die schwarze Kunst”.

Einer dritten Deutung folgend, bedeutet *Hal*-Chymie einfach Salz-Kochung.

## **“Die schwarze Kunst” – oder: Wie Göttlichkeit auf Erden wirkt**

Antworten auf die Frage nach dem “Himmel auf Erden” sind uns in den *Smaragd-Tafeln* überliefert. Die z. Zt. älteste bekannte Version dieses Textes stammt aus dem 6.ten Jahrhundert nach Christus. Es heißt darin, dass alles, was oben ist — d.h. im Himmel, im Sternenraum — , dem, was hier unten auf der Erde ist, entspricht.

Wollten die Menschen im Alten Ägypten das Göttliche auf die Erde bringen?

Unzähligen Forschern und Denkern zufolge spiegelt sich im Bau der Pyramiden Weisheit, sogar Sternen-Weisheit. Die Astronomie war eine weitere Wissenschaft und Kunst im Alten Ägypten. Und das nun, *was oben war* — d.h. im weiten, schwarzen Sternenraum, in der allumfassenden “Schwärze” — das, sollte sich *hier unten* spiegeln, um den Himmel auf Erden zu haben. So verstanden, könnte sich der Begriff Schwärze auch auf die unsichtbaren Aspekte der Götter beziehen, die sich auf der Erde widerspiegeln und sichtbar werden sollten. Ich komme später auf diese Schwärze als *prima materia* zurück.

Hinweis! Der Begriff “Schwarze Kunst” könnte uns verleiten, an Magie und besonders an “Schwarze Magie” zu denken. Das ist hier nun aber ganz und gar nicht gemeint.

Alchemie ist im Wesentlichen eine Wissenschaft, Kunst, Philosophie und Praxis: ein umfassendes Weltverständnis und die Anwendungen dieses Verständnisses in der physischen Welt — aus Liebe.

## **Der Gott des Verstandes, der die Kunst den Menschen brachte**

In Ägypten - so heißt es - kam diese Kunst von den Göttern zu den Menschen. Die Gottheit, die sie den Menschen brachte, war Djehut (Thot, Tahut oder Thout). In der ägyptischen Mythologie ist der ibisköpfige Thot der Gott der Sprache, der Wissenschaften, der Hieroglyphen, der Magie, der Künste und der Weisheit.

Er wird auch in Gestalt des Pavians dargestellt. Der Pavian galt als heiliges und intelligentes Tier, das am Morgen die Sonne mit lautem Geschrei begrüßt. Djehuti selbst ist von Alters her mit dem Mond verbunden. Dem Mond entspricht das Gehirn, das Erinnern und Reflektieren, doch da greife ich bereits voraus...

Djehut oder Thot schenkte den Menschen *das Verständnis*, wie die Natur bzw. die Welt mit dem Intellekt zu verstehen sei. Wir könnten ihn also vereinfachend, den *Gott des Verstandes* nennen.



## Hermes und die hermetische Kunst

Die Kunde von Thot und seiner Lehre verbreitete sich auch über das Mittelmeer. Texte wurden vom Arabischen ins Griechische und Lateinische – und davon ausgehend ins Italienische, Deutsche, Französische etc. – übersetzt. Hierzu kann sich jede/jeder selbst nach Bedarf und Belieben in historische Quellen vertiefen. Eines scheint gewiss: Es findet ein reger, interkultureller Austausch statt.

Die griechische Entsprechung des ägyptischen Gottes Thot ist *Hermes*: Hermes, der Götterbote, der zwischen den Göttern und den Menschen vermittelt; der sich zwischen den ewigen Himmelsgefilten und der sterblichen Welt der Menschen bewegt. Sogar zur Unterwelt hat der griechische Gott der Reisenden, der Kaufleute, der Hirten, der Diebe, des Verkehrs und der Redekunst im Mythos Zugang.

Thot und Hermes sind Repräsentationen der selben Gottheit. Diese gilt als mythologische Vater- und Muttergestalt der Alchymie. Sie schenkt uns Menschen *Verständnis*, sodass wir die Welt *verstehen* und mit und in ihr *verständlich* arbeiten können. Daher heißt Alchymie auch die *hermetische Kunst* oder *Hermetik*.

Daher bezeichnet der große Natur- und Heilkundige, genannt Paracelsus, sowohl den Bäcker, den "Ackermann und den Rebenmann", sowie den Heilkundigen oder den Arzt, der im Lichte der Natur sehen kann, als einen *wahren Alchymisten*.

Es kommt eben auf das "gewusst wie", oder "den rechten Umgang mit den Dingen der Natur" an!

Tipp: + + + Schau Dir Fotos von Thot (englisch *Thoth*) und Hermes an. + + +

## Thot - Hermes - Merkur

Das ägyptische Urbild *Thot* wandelte sich in der griechischen Welt zum Gott *Hermes*. Die römische Variante von *Hermes* nun ist *Merkur*.

Merkur wird mit Flügeln dargestellt, weil er sich durch die Luft bewegt. Manche Darstellungen von Hermes oder Merkur zeigen Flügel sowohl am Helm, als auch an den Sandalen.

Wird nicht gerade darin deutlich, dass Hermes bzw. Merkur als Bindeglied zwischen Oben und Unten (und auch umgekehrt) vermittelt? Die Füße verbinden mit der Erde, der Physis; der Hut am Kopf mit dem Oberen, dem Himmel, der göttlichen Ideen-Welt. Und er selbst bewegt sich *dazwischen*.

Jetzt sind wir dem Verständnis von Hermetik sehr nahe, wenn wir uns erinnern, dass dieses Urbild *den Verstand* oder *das Verstehen* selbst repräsentiert.

Dieser Archetypus *Thot - Hermes - Merkur* ermöglicht uns, durch die hermetische Kunst, die göttliche Welt der Ideen mit der physischen Wirklichkeit zu verbinden.

Alchemie kann nun als *das Verständnis davon, wie sich Bewusstsein zu Materie verhält* neu definiert werden.

## Wie die Welt durch den Verstand begriffen werden kann

Mit dem Aufkommen der Hieroglyphen-Schrift entstanden neben praktischen Texten, die allerhand Alltägliches regelten, auch Schriften der Weisheit.

*Thot* - also *Djehuti* - wurden viele dieser Texte zugeschrieben. Die meisten sind wohl in den Wirren der Zeit verloren gegangen. Ausgewählte Texte und Fragmente wurden später zu einem Werk zusammengefügt: dem sogenannten *Corpus Hermeticum*.

Diese Textsammlung enthält Schriften unterschiedlichen Ursprungs. Ihnen gemeinsam ist, dass sie als Verfasser einen gewissen *Hermes Trismegistos* angeben. Der *dreimalgroße Hermes* ist eine Figur, die Züge des griechischen Hermes und des ägyptischen Gottes *Djehuti* bzw. *Thot* in sich vereint. Betrachten wir ihn also weniger als eine historische Person, als einen *Archetypus der Weisheit und des Wissens bzw. des Verstandes* selbst.

Kommen wir nun zum zentralen und wichtigsten Text der Alchemie: die *Smaragd-Tafeln*.

## Die Smaragd-Tafeln

Auch die Smaragd-Tafeln werden der mythologischen Figur des *Hermes Trismegistos* — oder *Thot*, *Hermes* und *Merkur* — zugeschrieben. In diesem Text findet sich die Ganzheit der alchymistischen Philosophie und Kunst. Viele Alchymisten sagen, dass *Hermes - Thot - Merkur* hier die Wahrheit über die Natur mitteilt.

Es heißt, wenn wir diesen Text begreifen würden, erlangten wir Verständnis über die Gesamtheit der Natur und alle ihre Geheimnisse. Mit dieser Weisheit begabt, könne eine Form in eine andere und wieder zurück verwandelt werden. Das gelte sowohl für innere Aspekte als auch für die Dinge der Natur.

Es heißt, dieser Text sage alles, wenn Du herangereift bist, ihn zu verstehen. Mich fasziniert er ungemein und ich erlebe wie ich mit wachsenden Erfahrungen immer tiefer in das Webwerk Natur eindringen darf. In ihm ist die Grundlage dafür das, was Alchemie ist, niedergeschrieben und ebenfalls das "gewusst wie".

Den vollständigen Text findest Du weiter unten am Ende des Kapitels. Schon die ersten Passagen sind sehr bemerkenswert und denk-würdig:

“Das, was unten ist, entspricht dem, was oben ist;  
Und das, was oben ist, dem, was unten ist,  
Um das Wunder des Einen zu wirken.”

Die Himmel und die Erde, das Innen und Außen, - all das korrespondiert um *das Wunder des Einen* zu schaffen.

Die Aussagen sind rätselhaft. Sie erschließen sich nicht unbedingt beim ersten Lesen. Aber hier zeichnet sich die Grundlage ab, was diese Kunst und Philosophie bedeuten mag bzw. ist. Aber zu wissen, was es heißt, müssen wir verstehen, was "die Alten" mit diesen Worten meinten.

Was meinten sie, dass das Untere, was das Obere sei?  
Was ist das "*eine Ding*"?

## **Wie oben, so unten – und umgekehrt**

Das Obere steht für den Kosmos, den Himmel, die Sternenwelt, die Wohnstätte der Götter: Die ewige Welt der Götter, den Menschen unsichtbar und unbekannt. Das *Oben* ist der unsterbliche Aspekt und auch der Seinsgrund des *Unteren*. Das Obere gibt dem Unteren seine Existenz. Oben befindet sich der Schöpfer und unten das Geschaffene.

Dem Unteren entspricht die Erde, die physische Materie, die Welt der Sterblichen und dem Vergänglichen. Während das Untere der Zeitlichkeit unterworfen ist, währt das Obere ewig.

Was ist wohl *“das eine Ding”*?

Mit dieser Frage treten wir bereits durch ein Tor in das Geheimnis und Wesen dieser Naturphilosophie.

+ + + + + + Ende Kapitel 1 + + + + + +

## Tabula Smaragdina des Hermes Trismegistos

Wahr ist es, ohne Lüge, sicher und wahrhaftig:

Was oben ist, ist wie das, was unten ist,  
und was unten ist, ist wie das, was oben ist,  
um die Wunder des Einen zu vollbringen.

Und so wie alle Dinge aus der Kontemplation des Einen entstehen,  
so entstammen alle Dinge aus diesem Einen durch das Adaptieren.

Vater dieser Dinge ist die Sonne. Die Mutter ist der Mond.  
Der Wind hat es in seinem Bauche getragen. Die Ernährerin ist die Erde.

Dies ist der Vater aller Vollkommenheit der ganzen Welt.  
Seine Kraft ist vollkommen.

Wenn sie in der Erde zugewandt ist, trennt sie das Erde- vom Feuerelement,  
das Subtile vom Groben, sanft und mit Sorgfalt.

Von der Erde steigt es zum Himmel und wieder herab zur Erde,  
um die Kraft des Oberen und Unteren zu vereinigen.

So wirst du die Herrlichkeit der ganzen Welt erlangen.  
Alle Finsternis wird von dir weichen.

Dies ist die starke Kraft der Kräfte. Sie überwindet das Subtile und  
durchdringt alles Feste. So ist die Welt erschaffen worden.

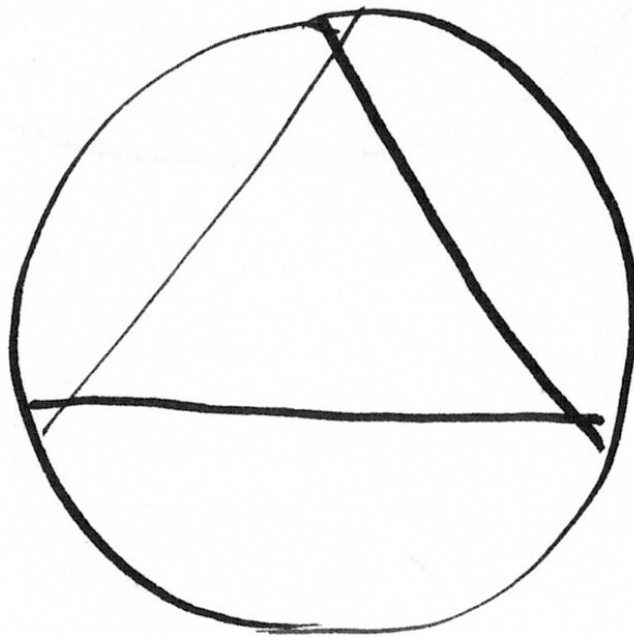
Auf diese Art und Weise entstehen wunderbare Schöpfungen.

Darum werde ich Hermes Trismegistos genannt, weil ich die drei Teile der  
Weisheit der ganzen Welt in Händen halte.

Das ist alles, was ich über die Wirkungsweise der Sonne zu sagen habe.

# KAPITEL 2

## Grundlagen hermetische Naturkunde



## Was ist das Eine?

Das Obere und das Untere wirken zusammen und ergeben *das Wunder des Einen*. Wir begeben uns nun auf die Suche nach diesem "Wunder des Einen". Was kann das sein?



Das Eine wird auch *prima materia*, die erste Materie, genannt. Typischerweise wird sie in den Traditionen der Welt - so z. B. im Zen - als Kreis dargestellt.

Der Kreis ist dabei *allumfassend*. Nichts ist draußen. Nichts kann außerhalb dessen, was alles ist, sein. Alles stammt aus dieser *einen* Quelle. Der Kreis repräsentiert das Sein, das jenseits von Sein und Nichtsein ist.

Auch zeigt der Kreis als Symbol beim Zeichnen, dass sich die Bewegung vollendet und zu ihrem Ursprung zurückkehrt. Der Wandel also ist beständig.

Es lässt sich nicht in Worten sagen.

Wir können die *prima materia* nicht fassen.

Wir nennen es Unendlichkeit, das Ein & Alles, Gott, Natur, der Urgrund aller Dinge usw.

Die eine Quelle ist pures Vermögen.

Jeder Begriff ist Angriffsfläche für Missverständnisse und fasst nur einen winzigen Teil.

Denken wir lieber an eine Stammzelle: Sie trägt in sich das Vermögen, alles zu werden! Jegliche Ausformung und Ausprägung ist ihr möglich. Das ist mit *prima materia* gemeint. Eine Art Urstoff-Urkraft als die eine, noch undifferenzierte Quelle, der alles entspringt.

Oder denken wir an die Schwärze der tiefen Nacht. Sobald der Morgen graut, kommt uns zu Bewusstsein, dass *alles noch werden kann*. Schwärze als ewiger Schoß und Omnipotenz:

Wo war ich vor meiner Geburt, vor dem Tagesanbruch?

Wo werde ich sein, nach dem Sterben, wenn die Nacht sich über alles ausbreitet?

Nach der *prima materia* — d.h. dem Urgrund allen Seins — suchen alchymistisch arbeitende Menschen sowohl im Inneren, als auch außen.

Wenn du die *prima materia* verstehst, ist Verwandlung möglich. Alles kommt von einer Quelle. Diese Quelle ist unendlich. Du musst zu dieser Quelle, sodass Verwandlung geschehen kann.

Hier wird plötzlich auch das uralte, authentische Schamanentum verständlich: Ein wirklicher Schamane bewegt die Dinge auf dieser Ebene des "vor-schöpflischen Seins".

Mir kommt dabei ein ein Ausspruch des Malers *Paul Klee* in den Sinn:

"Diesseitig bin ich gar nicht fassbar,  
denn ich wohne grad so gut bei den Toten wie bei den Ungeborenen  
etwas näher dem Herzen der Schöpfung als üblich  
und noch lange nicht nahe genug."

Wenn wir wirklich schöpferisch tätig sind, schöpfen wir aus diesem Urquell.

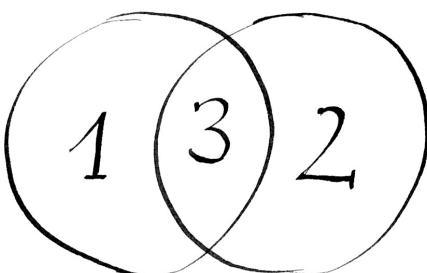
Die formlose "Ursuppe" ist reines, unendliches Potential; die Quelle von allem. In der Schöpfungsgeschichte heißt es weiter: *und Gott sprach: Es werde Licht! Und es ward Licht.*

## **Das Eine wird sich selbst bewusst**

Die einzige Weise dieses ewige, unbegreifliche Sein zu differenzieren, ist, *bewusst* zu sein. Sobald das Sein sich *seiner Selbst bewusst* wird, teilt sich diese erste Quelle, die reines - wir würden sagen - *noch* unbestimmtes Potential ist, unmittelbar *in eine Dreiheit* auf.

Durch das Licht des *Bewusstseins* beginnt das Denken.

Diese entscheidende Rolle des "Beobachters" hat u.a. dank der Quantenphysik auch Eingang ins kollektive Bewusstsein gefunden.

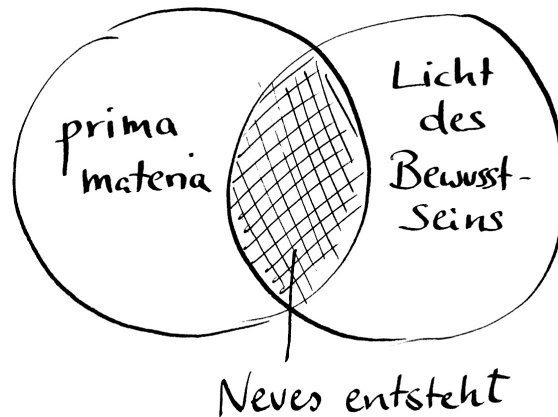


*Das Eine* spiegelt sich und wird sich selbst *bewusst*. Wenn du bewusst bist, bist du bewusst darüber, *was ist*. Aus dem Einen wird zunächst das Zweite.

Diese erste Differenzierung kann einfach mit zwei sich überschneidenden Kreisen dargestellt werden. Die Konstruktion der "Blume des Lebens" nimmt u.a. hier ihren Ausgangspunkt.



Sobald die *prima materia* von Bewusstsein “berührt” wird, entsteht *durch die Begegnung* bereits *das Dritte*. Das Eine zeigt sich also unmittelbar in *drei Qualitäten*.



+ + + Du kannst bei Interesse das Thema online vertiefen.  
Gib dazu einfach den Begriff *vesica pisces* ein. + + +

## Das Eine erscheint als Dreiheit

Das Eine, von dem in den Smaragd-Tafeln gesprochen wird, finden wir in allen spirituellen Traditionen *als Dreiheit* wieder.

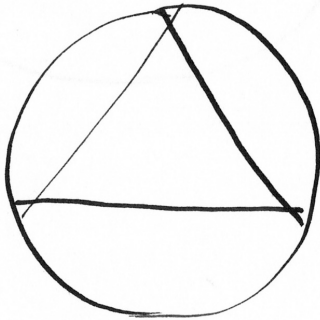
Das Göttliche wird meist als Dreiheit verstanden und dargestellt. Die Drei symbolisiert die Vollkommenheit: Im Christentum als Trinität von Gott Vater, Sohn und Heiliger Geist; in Indien als Brahma, Vishnu und Shiva, die die Aspekte Schöpfer, Erhalter und Zerstörer repräsentieren. Du erinnerst selbst viele weitere Beispiele.

Alles, was ist, kommt aus einer Quelle. Wir stellen uns diese *erste Materie* als Kreis vor. Die *prima materia*. *Das volle Potential*. *Die Schwärze*. Nichts ist draußen. Was könnte auch außerhalb der Unendlichkeit, des “Ein & Alles”, sein?

Mit dem *Bewusstsein* - also, sobald du bewusst wirst - teilt sich dieser Kreis in die Dreiheit auf. Daher gibt es diese unendliche Menge an Entsprechungen in Natur, Mensch und Kosmos, denn alles ist *eigentlich* das Eine!

Die Debatte, ob Alchemie nun eine innere Praxis oder ein äußerlicher Prozess ist, ist daher lächerlich: Denn innen und außen korrespondieren. Bewusstsein verhält sich zu Materie.

Das *Verständnis* davon, *wie sich Bewusstsein zu Materie verhält*, ist authentische Alchemie oder Hermetik.



Da alles, was ist, von dieser einen Quelle kommt, ist alles, was ist, *dreifach erlebbar*: Feuer/Sonne und Wasser/Regen gebären im Luftraum den farbigen Regenbogen. Mann und Frau zeugen das einzigartige Kind.

Wir vergessen manchmal, dass sich die Polarität stets im Dritten vollendet. Im Gespräch zweier Menschen gibt es diese Meinung und jene. Und das Dritte ist in der Begegnung anwesend. Jedes Gegensatzpaar, z.B. heiß-kalt, bezieht sich auf eine Qualität, die als Drittes zwischen dem Kontrast der beiden Gegensätze vermittelt. Die beiden Qualitäten unterscheiden sich bloß im Grad, hier z.B. der Temperatur.

In der Zahl Drei erleben wir eine Vollkommenheit. Der wichtigste Schlüssel zum Verständnis der alchymistischen Philosophie liegt daher im Verständnis der drei universellen Prinzipien.

## Drei grundlegende Wahrheiten

Führst Du einen Gedanken oder einen Prozess ganz zu Ende, wirst Du immer auf ein *Prinzip* stoßen. Ein Prinzip ist eine *grundlegende Wahrheit*.

Diese drei Wahrheiten wurden früher einfach *Körper*, *Seele* und *Geist* — oder mit Codeworten *Sal*, *Sulfur* und *Merkur* genannt. Alle drei existieren immer und überall.

Deshalb arbeitet ein Alchymist — d.h. ein kunstvoller, kundiger Mensch, der zum Nutzen seiner Mitmenschen wirkt — auch praktisch mit den Dingen der Natur. Das Auftrennen der Pflanze nach den drei Prinzipien *Seele-Geist-Körper* zeigt ihm z.B. unmittelbar ein flüchtiges *Öl* und einen meist farbigen Extrakt, einen brennbaren klaren *Geist* und schließlich noch kristalline *Mineralsalze*. Und es bleibt nichts übrig!

Damit ist der Wahrheitsgehalt dieser Philosophie erleb- und erfahrbar und muss nicht geglaubt werden!

Gibt es überhaupt eine Wahrheit, jenseits von wahr und unwahr?

Diese wäre immer da und immer wahr, also nicht relativ. Wir glauben ja gewöhnlich dies und jenes. Glaube ist oft Meinung. Und Meinung zeigt deine Vorlieben und Präferenzen. Das ist etwas ganz anderes als Wahrheit!

Du kannst also selbst überprüfen, ob die drei Prinzipien wirklich sind:

Besonders herausfordernd wird dir der Gedanke sein, dass auch ein Metall eine *Seele* oder einen *Geist* haben könnte. In dir ist die Erinnerung des Wahren. Versuch es spielerisch und erinnere dich:

Stein, Fels, Pflanze, Tier, Mensch und Stern, alle *sind*, d.h. sind *körperlich* vorhanden, sind *von Geist durchwirkt* und *tragen ein Bewusstsein*, eine *individuelle Seele*, in sich.

Das ist es auch, was sinnvoll *das Wesen der Pflanze* genannt werden kann. Die Birke *als Wesen* (biologisch: als Art) äußert sich in jedem individuellen Baum. Auch sie zeigt sich als *Körper, Seele* und *Geist*.

## **Wissen vs. Verstehen**

Etwas zu verstehen, ist etwas ganz anderes als etwas zu wissen.

Ich kann z.B. ein Leben lang den Geschmack der Zitrone studieren, darüber lesen, kluge Überlegungen anstellen – und doch ist das unmittelbare Erleben des Zitronensafts auf der Zunge etwas völlig anderes!

Stell dir vor, du bist ein Experte auf dem Gebiet Schwimmen. Du hast alles studiert, warst aber noch nie im Wasser. Das eine basiert auf Erfahrung, das andere ist und bleibt eine Vorstellung.

Du kannst sehr viel wissen, und dein Wissen kann irren oder begrenzt sein. Verständnis dagegen basiert nicht auf Wissen, es ist eine Erfahrung!

Ich versuche nun, einen sehr alltäglichen Vorgang, den ich schon tausendfach erlebt habe, mit Wortbildern zu vermitteln. Darin lassen sich die *drei Prinzipien* sehr klar begreifen und auseinanderhalten.

## **Ein Beispiel: die dreifache Natur des Holzes**

Holz ist *ein* Ding der Natur. Es ist eines und gleichzeitig dreifacher Natur: Das Feuer ist im Holz, der Rauch und die Asche. Wie genau sind die drei philosophischen Prinzipien im Holz?

Der Vorgang des Zündens führt zur allmählich immer rascheren Scheidung der stofflichen Ausdrucksformen und zum Hervortreten der sinnlich wahrnehmbaren Prinzipien. Ins Feuer blickend, können wir alle drei Ausdrucksformen gleichzeitig wahrnehmen. Hier kann ich sie aber nur nacheinander beschreiben.

### **Sulfur – das Seelische**

Ich sehe die züngelnden Flämmchen, die aus dem Holzsplit hervorbrechen. Sie leuchten oben strahlend hell mit weiß-orangener Farbe. Sie sind äußerst lebendig. Unten, nahe am Holz, erscheinen sie dagegen blau oder bläulich. Ich erlebe viel Licht, Wärme bzw. Hitze.

Aus Ausdruck des *Sulfur-Prinzips* (als typischer Ausdruck des Feuer-Elements) streben alle Flämmchen nach oben, ihrem Ursprung, der Sonne, zu.

### **Sal – das Körperliche**

Ich betrachte nun die stoffliche Ausdrucksform des *Sal-Prinzips*. An den Stellen, wo die Flämmchen austreten, bemerke ich: Das Holz wird kohlschwarz! Wo es intensiv brennt, knackt es und von Zeit zu Zeit springt etwas - der Schwere folgend - nach unten. Die Asche, die zurückbleibt, strebt wiederum nach ihresgleichen: Sie strebt der Erde zu, ins Mineralreich zurück.

### **Merkur – das Geistige**

Und nun als Drittes, fast unseren Blicken entweichend, entweicht das *Merkuriale* dem Holz als Luft. Die transparenten Gase werden hier und da als weißliche Rauchschwaden sichtbar. Insgesamt bleibt das Erlebnis doch immer auch etwas "schleierhaft", so als hätten wir einen Geist geschaut.

Das Streben des Rauchs geht auch nach oben, als Qualm ebenso aber zur allen Seiten bzw. sogar nach unten. Das *Merkur-Prinzip* ist "zwischenrin" und *vermittelt* zwischen den Bereichen Feuer (*Sulfur*) und Asche (*Sal*).

Die Scheidung des Holzes erfolgt in Licht (Flamme) einerseits und Dunkelheit, d.h. Abwesenheit von Licht (Kohle, Asche), andererseits. Das Gasig-Luftige erscheint sowohl weißlich als auch transparent, d.h. sowohl wird die Lichtstrahlung reflektiert, als auch an anderer Stelle hindurchgelassen. Im Gegensatz zum Feuer leuchtet der Qualm nicht selbst. Seiner Natur entsprechend, empfängt Merkur passiv.

Wo reichen die Ausdrucksformen dieser drei geschiedenen Prinzipien jeweils hin? *Sulfur* durchdringt einfach alles, reicht überall hin: Als infrarote Wärmestrahlung geht er selbst in Stein, Ofen, Mensch und Wände ein.

*Mercur* ist im Wesentlichen frei beweglich. Da er aber an das Luft-Element gebunden ist, kann er Festes wie z.B. Wände nicht durchdringen. Die *Asche* schließlich sinkt zu Boden, kennt nicht die Freiheit und Beweglichkeit von Merkur. Als "Salz der Erde" kann sie die Erde wieder verlebendigen und hält damit den "Samen" für weiteres Wachstum bereit.

Diese drei Prinzipien sind in jeglichem Ding der Natur in unterschiedlicher Mischung vorhanden. Der spezifische Charakter einer jeden sichtbaren Erscheinung ist von den unterschiedlichen Qualitäten und Mischungsverhältnissen dieser drei bestimmt.

## Die Symbole der drei Prinzipien

Die drei Prinzipien werden *Sulfur*, *Mercur* und *Sal* genannt. Ihre Bezeichnungen erinnern an die Stoffe Schwefel, Quecksilber und Salz, die aber höchstens als Merkhilfen dienen können. Ja, Schwefel ist brennbar – und Quecksilber sehr beweglich. Salz ist ein Feststoff unter gewöhnlichen Bedingungen. Die Worte bezeichnen drei Prinzipien, sie können also nicht scharf zu verstehen sein, sondern sehr, sehr weit und beweglich. *Alles* möchte mit diesen drei Begriffen beschreibbar sein.

Das Naturverständnis, in dem wir uns hier üben, ist *sehr beweglich*, da es *in Bildern denkt*. So sind diese drei - *Sulfur*, *Mercur* und *Sal* - eher noch als *grundlegende Prozesse* zu begreifen. Es ist hilfreich, ihre Symbole kennenzulernen:



**Sulfur:** das feurige Brennen



**Mercur:** das luftig Bewegliche



**Sal:** das Feste, Formgebende.

Das ist wieder nur eine Idee bzw. unsere Hypothese für den Moment. Verschiedene Menschen haben verschiedene Ideen und Vorstellungen darüber, was *Seele* oder *Geist* bedeutet.

Wir müssen die Begriffe also definieren. Oben sagte ich, dass sich der Wahrheitsgehalt der drei Prinzipien in der Werkstatt, also im Außen, beweisen ließe.

Traue keines Menschen Wort!  
Glaube auch mir nichts!  
Sieh für dich selbst.

Wenn etwas außen existiert, dann existiert es auch im Innern.

Du kannst also jetzt und hier selbst die Existenz der drei Prinzipien *im Inneren* prüfen:

### **Kann ich die drei Prinzipien im Inneren erkennen?**

Gehe mit der Aufmerksamkeit nach innen. Atme ruhig durch. Nimm Abstand von den Beschäftigungen und dem Lesen.

*Nimmst du deinen Körper und deine Gedanken wahr?*

*Ich bin* auch mein Körper. *Ich bin* auch meine Gedanken.

*Was ist dieses "mein" oder das "Ich bin"?*

*Kannst du dich als Bewusstsein erleben?*

Dieses "*Ich bin*" ist reines *Gewahrsein*. Das "*Ich bin*" ist unwandelbar.  
*Die Inhalte* der Gedanken und Empfindungen jedoch wechseln andauernd.

Das Bewusstsein — oder *Gewahrsein* — ist und bleibt.

Du liest. Du denkst. Das ist nur möglich, wenn *Bewusstsein* da ist.  
Das ist, was du in Wahrheit bist.

*Kannst du das bestätigen?*

Damit hast du das erste Prinzip, das Seelen-Prinzip oder *Sulfur* im Innern erkannt.

### **Das Bewusstsein — Sulfur der Alchymisten**

Der Begriff *Seele* ist missverständlich, über Jahrhunderte hinweg haben Menschen dieses Wort nicht oder in ganz verschiedenen Kontexten verwendet, sodass wir es ganz neu oder zum ersten Mal entdecken dürfen.

Dürfen wir das? Können wir das?

Einem Wort, das ich schon Jahre, vielleicht Jahrzehnte, im Sprachgebrauch habe, noch einmal unvoreingenommen begegnen?

Wir können dieses erste Prinzip auch *individuelles Bewusstsein* nennen.

Es ist dein göttlicher Seelenfunke. Es ist deine *wahre Essenz*; das, was du *in Wirklichkeit* bist. Es ist dein unsterblicher, ewiger Aspekt, das, was auch den Tod überdauert, das, was du als Farbe, Geschmack, Geruch in diese Welt, zu den Menschen, bringst. Es ist das, was *dich im Wesen, im Kern* ausmacht.

Wenn du das lebst, dann lebst du ein Leben aus Integrität. Integrität bedeutet "nicht berühren" (lat. *in tegere*). Du lässt dann die Dinge sein, wie sie sind. Und was noch mehr ist: Du lässt dich sein, wie du wahrhaft bist!

Johann W. von Goethe spricht sich dazu so aus:

“Ich glaube, dass wir einen Funken jenes ewigen Lichtes in uns tragen,  
das im Grunde des Seins leuchten muss  
und welches unsere schwachen Sinne nur von ferne ahnen können.

Diesen Funken in uns zur Flamme werden zu lassen  
und das Göttliche in uns zu verwirklichen ist unsere höchste Pflicht.”

## **Lebendiges Denken – die Funktion des Geistes, die jedem Sein innewohnt**

Kommen wir nun zum zweiten Prinzip:  
*Nimmst du Gedanken und Gefühle wahr?*

Damit bestätigst Du die Existenz des zweiten Prinzips: *den Verstand* oder *das Gemüt*. Es ist der *Merkur* der Alchymisten. Der *Geist*, der lebendig macht, der alles miteinander verbindet. Ich nenne ihn ganz einfach das *Denkvermögen* und bezeichne damit insbesondere das *lebendige* Denken.

Das Denken ist eine Kraft des Bewusstseins.

Das also ist der Unterschied zwischen Seele und Geist: Das lebendige Denken ist *die Funktion des Geistes*, die einem Sein, einem bewussten Wesen, innewohnt.

Mit Auftreten des Bewusstseins tritt unmittelbar das Denken auf...  
Ohne Bewusstheit ist Denken nicht denkbar.

In Vollnarkose oder Bewusstlosigkeit ist ein gedankenfreier Raum.  
Da sind wir im Bereich der *prima materia*. Wir fragen uns, wo kommen wir her?

Doch das ist eine Diskussion "für einen anderen Tag".

## **Was verkörpert der Körper? – das Geheimnis des *Sal***

*Nimmst Du auch körperliche Empfindungen und Eindrücke wahr?*

So bestätigt sich schließlich die Existenz der *Materie*, dem fixesten der drei Prinzipien:  
dem *Sal* der Alchymisten oder einfach *der Körper*.

Das, was wir *Körper* nennen, ist das Resultat der sich in Zeit und Raum strukturierenden Gedanken, Gefühle und Empfindungen. Verkörperung oder *Form* entsteht *als Ergebnis des Denkvermögens*.

Ist der Körper daher eine Illusion?  
Ist die Welt der Materie wirklich?

Mir scheint, im *Sal* ist ein hohes Rätsel verborgen.

Ich kann es nicht abschließend für dich lösen, würde aber gerne mit dir danach forschen:  
Vielleicht ist der Leib sogar "das spirituellste Prinzip" und kann uns den Weg zurück zur Einheit weisen?

Meine bescheidenen Erfahrungen in der Werkstatt bisher zeigen: auch das *Salinische* strebt danach himmlisch zu werden. Der Seele und dem Geist gelingt das leichter.

Aber hören wir einmal hin:  
Das Wort *Körper* verweist ja darauf, dass sich *etwas* verkörpert.

Was verkörpert sich da?  
Ja, *Seele und Geist* natürlich – oder anders gesagt *Bewusstsein und Denkvermögen*.

Denn anderes *ist* ja nicht.



Ein Exempel: Mich fasziniert es sehr, dass der flüchtige, brennbare Schwefel und das quirlig-flüssige Quecksilber *zusammen* ein festes und schweres Mineral, das Zinnober, bilden.

In diesem Licht scheint es uns vielleicht nicht mehr so unglaublich, dass auch Mineralien ein *individuelles Bewusstsein, etwas Geistiges und Körperlichkeit* zeitigen.

+ + + + + + Ende Kapitel 2 + + + + + +

# KAPITEL 3

## Hermetische Naturkunde in der Praxis



## Womit arbeiten wir?

Im zweiten Kapitel begegnete uns die Dreiheit “auf Schritt und Tritt”. Für die Praxis ist ein klares Verständnis der drei Prinzipien unabdingbar. Wir begegnen dieser Dreiheit jedoch auch, wenn wir uns weiter Klarheit über die drei Naturreiche verschaffen. Auch der Grundtypus der Pflanze ist dreiegliedert.

Die richtige Anordnung der natürlichen Dinge wird sehr schön in der *Aurea Catena Homeri* unterrichtet. Hier sei das Wesentliche in Kürze genannt:

*Metalle* sind grundlegend für die *Mineralien*; diese wiederum für *das pflanzliche Leben*. Die *Pflanzen* bilden die Grundlage für die *Tierwelt* und den *Menschen*.

Es ist wichtig, das zu verstehen. Dann wird klar, weshalb ein zermahlener Bergkristall dem Menschen nicht zu Nahrung oder Arznei taugt. Das Mineral muss zunächst *pflanzlich* werden. Erst durch diesen Aufstieg kann es dem Menschen dienlich sein.

## Die Naturreiche

Eine einfachste Einteilung der Naturreiche — im hermetischen Sinn — sieht so aus:

Tier / Mensch  
Pflanze / Pilz  
Metall / Mineral

Der untere Pol ist am fixesten, während der obere am flüchtigsten ist.

*Tipp:* + + + Lies dir in diesem Zusammenhang noch einmal aufmerksam *die Smaragd-Tafeln* durch. Sie sind am Ende des ersten Kapitels vollständig auf einer Seite in deutscher Fassung angefügt ist. + + +

Im Fall des Minerals / Metalls ist die *Körperlichkeit*, die Materialität, d.h. Gewicht und Dichte, besonders betont. Im Tierreich tritt besonders das *Bewusstsein* und die Flüchtigkeit, z.B. das rasche Verwesen der tierischen Eiweiße, besonders markant hervor.

Jedes Naturreich ist Voraussetzung für das nächste: Die *Metalle* bilden die Basis. Durch Verbindungen mit Schwefel u.a. entstehen die *Mineralien*.

Diese beiden Reiche betonen die *Erdhaftigkeit* und stehen damit dem *Salhaften* besonders nahe. Die Metalle sind unsterblich, d.h. ihr *Sulfur* kann immer und immer wieder gewonnen werden, ohne dass er sich erschöpft.

Zum Vergleich: Wenn wir eine Tinktur aus einer Pflanze herstellen, dann können wir das nur einmal tun. Die Pflanze gibt ihren *Sulfur* (ihre Farbe, die ätherischen Öle etc.) nur einmal an das alkoholisch-wässrige Menstruum (*Mercur*) ab. Anschließend wird — für eine echte spagyrische Tinktur — calciniert, um die Mineralsalze (*Sal*) auslaugen und rein darzustellen zu können.

Das Tierreich ist am stärksten *flüchtig*. Tiere sind typischerweise *wärmehaft* und sehr beweglich. Je höher sie stehen, desto wärmehafter sind sie, z.B. die Wirbeltiere und besonders die Vögel, die Säugetiere und auch der Mensch. Bei den Insekten sind es z.B. die Bienen, die *als Bien* über einen Wärmehaushalt verfügen.

Interessanterweise erheben sich die vorgenannten Tiergruppen auch am Stärksten (mit ihren Gliedmaßen) über die Erde, wobei viele Säugetiere natürlich auch periodisch den Schutz und die Wärme einer Höhle oder eines Erdbaus suchen.

Da dies nur ein Seitenthema im Rahmen dieser Schrift ist, möchte ich es kurz halten, obzwar sich sehr viele interessante Betrachtungen z.B. zu dem rhythmischen Wechsel von Tag und Nacht und dem Jahres-Rhythmus anschließen ließen.

## **Die Pflanze in der Mitte**

Das Pflanzenreich befindet sich — typisch *mercuriell* — *zwischen* diesen beiden Polen.

An der Pflanze fällt uns vielleicht besonders die *Vitalität*, also die Lebendigkeit, und das Empfindungsvermögen auf.

Wie rankt eine Gurke am Zaun empor hinauf zur Sonne?  
Hast du wirklich schon erlebt wie *tastend* die Ranken sind?

Wie empfindsam öffnet sich eine Knospe dem Licht?

Empfindsam wachsen die Wurzelspitzen im mineralischen Untergrund dem Wasser und den Mineralsalzen entgegen.

Menschen, die kräuterkundig oder begnadete Gärtner sind, fallen durch einen besonders sensitiven Umgang mit der Pflanzenwelt auf. Ihr Verständnis für die grünen Wesen wird

deutlich am achtsamen Umgang im Einpflanzen, Ernten, usw. Mir scheint es oft, als ob sie die Pflanzen streicheln würden.

Die Pflanzenwelt steht *zwischen* der *fixeren Welt der Mineralien und Metalle* und der *flüchtigeren Welt der Tiere und des Menschen*. Das wird in ihrer typischen Gestalt deutlich:

Die Pflanze kann differenziert werden in Wurzelpol und Blüten- bzw. Fruchtpol. *Dazwischen* lebt der mittige, typisch pflanzliche Bereich mit Blatt und Stängel.

Wir können vereinfacht sagen: Die Wurzeln der Pflanzen und Mineralien *sind* (*Sal*). Ihr Seelisches, sowie ihr Lebendiges sind uns zunächst verborgen. Blatt und Stängel, bzw. die Pflanze selbst, erscheinen uns *belebt* (*Merkur*). Tiere und das Blütenhafte der Pflanzen, sind *beseelt* (*Sulfur*).

Die Pflanze wurzelt in der Erde, benötigt die Mineralsalze und das Wasser zum Leben. Erde und Wasser sind die unteren, fixeren Elemente. Sie benötigt die Metalle, die Grundlage für die Mineralien sind.

Am oberen Pol streckt die typische Pflanze ihre farbigen Blüten der Sonne entgegen — in Wärme und Licht. Das sind die leichten, flüchtigen Elemente Feuer und Luft. Dort begegnet das Pflanzenwesen der tierischen Welt: den bunten Schmetterlingen, den Bienen, Hummeln und anderen Insekten, die nur bei Wärme fliegen können.

Einige Pflanzen können in ihren Blüten selbst Wärme produzieren. Hier ist also der *Bewusstseins-Pol*, das, was wir als das *Seelische* der Pflanze erleben.

Viele Pflanzen erkennen Laien typischerweise an der Blüte. Darin drückt sich also auch das *Individuelle, Typische, Wesenhafte* aus.

Zwischen diesem oberen, farbigen *Sulfur-* und dem unteren, erdfarbigem *Sal-Pol* befindet sich der grüne Stängel - und Blattbereich — in der Mitte. Dort findet Austausch von oben nach unten, und von unten nach oben statt. Dort webt sich Lichtes mit Dunklem — wir können gut an *Hermes oder Merkur* denken, wie er zwischen oben und unten *vermittelt*.

Dieses Thema ist u.a. in meinem Buch *Von Pflanzen und Planetenkräften* sehr weit und ausgiebig dargestellt, sodass ich es hier nur andeute.

## In der Werkstatt

Nehmen wir unser Wissen und Verständnis nun mit in die Werkstatt. Für die praktische Arbeit gibt es zwei Voraussetzungen: ein reines Herz und einen reinen Geist.

Hier gebe ich nun Beispiele davon, wie Alchymisten der Vergangenheit sich auf ihre Arbeit im Labor einstimmten.

### Die Gesinnung ist entscheidend

Wir haben Alchemie definiert, als *das Verständnis, wie sich Bewusstsein zu Materie verhält*.

Daraus leitet sich ab, dass wir im Labor keine Experimente unternehmen, sondern Prozesse mit unserer Aufmerksamkeit mitvollziehen. Wir *erleben*. Wir *schauen*.

Wir nehmen *wahr*.

So ist es verständlich, dass die innere Verfassung für die Arbeitsvorgänge nicht "egal" ist. Das drückt sich in dem Lateinischen *ora et labora* — bete und arbeite aus.

Werkstatt ist *Wirkstätte*.

Ich begreife es so: Alles ist Werkstatt.

Das Große Werk der Alchymisten ist das Leben.

Wie du dich innerlich einstimmst, ist eine Frage der persönlichen Vorlieben. Wähle selbst. Paracelus sagt, "sei keines Herren Knecht". Sei also auch in dieser Frage nach einem Gebet, einer Meditation, einer Achtsamkeitspraxis — wie auch immer du dies benennen willst — selbstständig und in Übereinstimmung mit dir!

Ich gebe dir hier einige wenige Beispiele von überlieferten Einstimmungen in Worten:

Ewiger Gott, Herr des Lichts,  
von dem alle guten Gaben zu uns kommen.

Ich bitte dich, lass mich deine ewige Weisheit erkennen, die alles erschafft, erhält und  
leitet. Schicke sie mir vom Himmel, deinem Heiligtum,  
dass sie in mich eingehe und in mir arbeite.

Diese ist Meisterin aller Künste, welche Wissen und Einsicht in alle Dinge erschließt.  
Gib, dass sie mich in allen meinen Arbeiten begleite, damit ich durch ihren Geist gestärkt,  
die wahre Einsicht erhalte und ohne Irrtum in der edlen Kunst voranschreite.

Die Erforschung und Entdeckung des wunderbaren Steins der Weisen, den du der Welt  
verborgen hast, dessen Entdeckung du aber deinen Auserwählten gewährst.

Dass ich dieses Große Werk glücklich beginne, fortsetzt und vollende und mich immer  
daran erfreue. Darum bitte ich dich durch Jesus Christus, den himmlischen Stein,  
Pfeiler des Wunderbaren, auf ewig begründet. AUM

*Invokation des Nicolas Flamel*

Auch diese kurze Worte geben einen Eindruck von der Gesinnung:

Der du allein die Güte des Herzens kennst.

Weise mir den rechten Weg zum Licht,  
zur Aufrichtigkeit und mache mich zum Instrument deines Wirkens.

Sei du mit mir,  
denn ohne dich kann ich nichts Wunderbares ausrichten.

*Eirenaeus Philalethes, von CP ins Deutsche übertragen*

Eine Invokation des *Paracelsus*

O heiliger Geist,  
weise mir, was ich nicht weiß,  
und lehre mich, was ich nicht kann,  
und gib mir, was ich nicht habe.

Gib mir die meinigen fünf Sinne,

dass du, Heiliger Geist, wohnest darinnen;  
mit den sieben Gaben sollst du mich begaben  
und soll deinen göttlichen Frieden haben.

O heiliger Geist!  
Lehre und weise mich,  
dass ich recht leben kann  
mit Gott und meinem Nächsten!”

*Überliefert als Gebet des Paracelsus*

Oder eine Variante davon:

O Heiliger Geist!  
Gib mir Weisheit  
nur für diesen einen Tag.

Heute will ich das Wesentliche vom Unwesentlichen scheiden,  
das Rechte tun, das Unrechte meiden.

Heute will ich still und vergnügt leben  
mit Gott und den Menschen  
und allem, was ist, im Himmel und auf Erden.

*CP nach einem Gebet des Paracelsus*

Wie auch immer du dies gestalten willst, erkenne die Kraft der Intention. Unsere *Absicht* ist eine Kraft des Geistes — Hermes, Merkur — und ist das, was verursacht und gestaltet.

Du selbst weißt genau, was es braucht.



## Die drei Hauptprozesse

Die drei Hauptprozesse, mit denen wir unsere *drei Prinzipien* scheiden sind diese:  
*Destillation, Fermentation und Calcination.*

Jeder der drei Prozesse ist einem der drei Prinzipien zugeordnet:

Durch die *Destillation* einer aromatischen Pflanze, scheiden wir die *ätherischen Öle* ab und gelangen damit zu einem *Ausdruck des Sulfurischen* genau dieser Pflanze.

Die *Fermentation* der Pflanzensuppe ergibt *Alkohol*, einen *Ausdruck der Merkur-Kraft*. *Merkuriell* ist am Alkohol auch, dass er das Fettig-Ölige mit dem Wässrigen zu verbinden weiß.

Der Prozess der *Calcination* schließlich reinigt *den Körper der Pflanze*. Dazu verbrennst du zunächst den Pflanzenrest im Feuer zu Asche. Diese wird so lange im Feuer gehalten – und zwischendurch gemörsert – bis die Asche im Idealfall schneeweiß und sehr fein ist. So kann sie mit gutem Wasser ausgelaugt, die Lauge gefiltert und anschließend die Wässrigkeit abgedampft werden. So erhalten wir die *alkalischen Mineralsalze* als *Ausdruck des Salhaften*.

## Beispiel Rosmarin: die drei Prinzipien in der Praxis

Die drei Prinzipien definierte ich in Kapitel 2. Ich erweitere hier die Bilder, die mehr als tausend Worte sagen:



**Sulfur:** das feurige Brennen, das Individuelle, Charakteristische



**Merkur:** das Luftig-Bewegliche, der verbindende Naturgeist



**Sal:** das Feste, Formgebende

Der *Sulfur-Pol* des Rosmarin entspräche demnach seiner *individuelle Seele*.

Sie erscheint u.a. in den sehr entzündlichen, ätherischen Ölen. Die Pflanze Rosmarin ist in Gestalt, Form und Farbe *unverwechselbar und einzigartig*. Gleiches gilt auch für sein ätherisches Öl, ja, überhaupt sind die ätherische Öle einer Spezies jeweils so etwas wie

ein individueller Fußabdruck dieser Pflanzenart. Darauf fußt die insgesamt als *sulfurisch* zu bezeichnende Aromatherapie.

Durch Vergärung lässt sich dagegen aus jeder beliebigen Pflanzenart ein flüchtig-flüssiger Alkohol (= *Spiritus*) gewinnen. Diesen können wir als Ausdruck des Geist-Prinzips begreifen. Das Merkurielle ist universell, es verbindet. *Merkur* ist der Geist, der lebendig macht. Durch ihn sind wir mit allem verbunden. So kam der *Geist Gottes* wie Feuerzungen auf die Menschen und diese *verstanden jedes Wort*, obwohl sie in fremden Zungen redeten (Q: Bibel).

Dem Sal-Pol nun, dem *Leib des Rosmarin*, entsprechen die *festen*, häufig kristallinen *Mineralsalze*.

## Die spagyrische Essenz

Das Einzige das ich hier verschwiegen habe, ist die Unterscheidung der *flüchtigen* von der *fixen* Seele.

Beim Destillieren wird üblicherweise zu dem frischen oder getrockneten Kraut Wasser hinzugefügt. So verdampfen die ätherischen Öle gemeinsam mit dem Wasserdampf und kondensieren in der Vorlage als *Hydrolat*. Das Hydrolat ist das destillierte, duftende Wasser, das feine bis feinste Öltröpfchen als Emulsion enthält. Es ist im Gegensatz zur spagyrischen Tinktur – wir kommen gleich darauf zu sprechen – nicht ewig haltbar.

Wenn genügend ätherisches Öl im Hydrolat enthalten ist, scheidet es sich nach oben ab und kann als Öltröpfchen abgenommen werden. Das ist der stoffliche Ausdruck der *flüchtigen Seele*.

Im Destillierkolben kochte das Wasser mit dem Kraut. Das ist eine Abkochung, also ein *Dekokt*. Dieser enthält die potenten Wirkkräfte eines lange auskochten Tees. (Bei einem Tee aus Pflanzen, die reich an ätherischen Ölen sind, wäre das kontraproduktiv, da diese sich verflüchtigen...). Meist ist diese Abkochung *farbig*. Darin darin spricht sich aus, dass es etwas *Charakteristisches, Individuelles* gerade dieser Pflanze ist. Es ist der Ausdruck des *fixen Sulfurs* dieser Pflanze.

Damit diese Abkochung nicht schimmelt, muss sie nach der Filterung zu einem Extrakt, einer farbigen Feiste eingedickt werden. Das ist ähnlich wie eine Latwerge, honigartig in der Konsistenz.

Wir müssen also in der Praxis genauer zwischen *flüchtigen* und *fixem Sulfur* unterscheiden. Darin liegt der Unterscheid einer spagyrischen Tinktur zu einer spagyrischen Essenz.

Bei einer spagyrischen Tinktur ist eines der drei Prinzipien gereinigt. Das ist meist das *Sal* durch den Prozess der *Calcination*.

Bei einer *spagyrischen Essenz* sind zwei oder drei Prinzipien ausgearbeitet, also gereinigt. Durch die *Destillation* und das *Abdampfen* wird das Wässrige — das *Phlegma* — von der farbigen Feiste bzw. dem Hydrolat weitgehend abgeschieden. Der *fixe* und der *flüchtige Sulfur* werden also rein dargestellt.

Nehmen wir uns noch einen Moment, um darüber nachzusinnen. Bei einer Tinktur wird das Seelische der Pflanze im *Merkur* (dem Alkohol) quasi “ertränkt”.

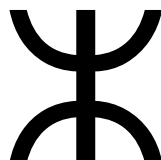
Danach ist eine Scheidung der beiden Prinzipien nicht mehr möglich.

Alles, was uns außen begegnet, ist auch innen.

Kennst du das auch, dass sich dein Seelenfunken, *deine Essenz*, sich manchmal im Gemütshaften (*Merkur*) verliert?

Das Symbol einer *Essenz* liebe ich besonders.  
Es ist wie das Bild eines *freien aufrechten Menschen*.

Die sehr alte Kultur der nordafrikanischen “Berber” (besser wir sagen: *Amazigh*) zeigt auf ihrer Flagge das Symbol der Essenz ☩ in rot, auf blau-grün-gelbem Hintergrund.



## Spagyrische Pflanzentinkturen

Um dir den Start in die Praxis zu erleichtern, enthält dieses Büchlein auch die Anleitung zu spagyrischen Pflanzentinkturen. Die Herstellung ist eine besonders kunstvolle, die nur etwas Zeit und Aufmerksamkeit als Zutat braucht.

Doch klären wir zunächst die Begriffe *Tinktur* und *Spagyrik*.

### Von den Tinkturen

Tinkturen sind gefärbte Flüssigkeiten (lat. *tinctoria*, das Färben oder lat. *tingere*, färben). Es ist eine lohnende und schöne Aufgabe selbst Tinkturen anzufertigen. Über die Wochen oder Monate, in denen die Pflanzen in dem "Feuer-Wasser" unter häufigem Schütteln ausgezogen werden, lässt sich eine zunehmende Färbung beobachten. Neben Grün- und Brauntönen, gibt es rubinrote und leuchtend gelbe Tinkturen. Den Natur- und Heilmittelforscher interessiert zudem auch der Geruch und Geschmack der reifenden Tinktur. Immer wieder lässt sich etwas Neues über das Wesen der Pflanze durch diese Art der Zubereitung erfahren.

Tinkturen können aus einer Pflanzenspezies oder auch von mehreren gemeinsam hergestellt werden. In der Regel bevorzuge ich einfache Tinkturen — sogenannte *Simplizien* —, die flexibel einsetzbar und zur Anwendung nach Bedarf mischbar sind.

Tinkturen unterscheiden sich in der Art der Zubereitung. In der Apotheke wird mit getrocknetem Pflanzenmaterial (den Drogen) und Ethanol gearbeitet. Für die Hausapotheke können Frischpflanzen-Tinkturen auf Basis gerade geernteter Heilpflanzen angefertigt werden. Ein Vorteil ist, dass so der optimale Erntezeitpunkt selbst bestimmt werden kann. Der in den frischen Pflanzen vorhandene Wassergehalt ist bei der Wahl der Alkoholprozentage zu bedenken und in diesem Fall entsprechend etwas höher zu wählen.

Für die meisten Tinkturen aus Kräutern (z.B. Blätter, blühendes Kraut), aber auch aus kleingeschnittenen Wurzeln, ist ein Wert um 40% ausreichend. Ab 20% ist eine Tinktur gut haltbar.

### Vorteile: Haltbarkeit und Verfügbarkeit

Vorteile von Tinkturen gegenüber anderen pflanzlichen Arzneimittelformen sind ihre gute Haltbarkeit und Verfügbarkeit. Die Tinktur einer Pflanzenart vermittelt ihre besten Kräfte unabhängig von der Jahreszeit und dem Wachstumszyklus bzw. aktuellen Vorkommen der Pflanze.

## Die spagyrische Tinktur

Was unterscheidet nun die spagyrische Tinktur von den oben beschriebenen?

Diese kunstvollen Tinkturen enthalten außerdem die *Salze der Pflanze*. Bei einem einfachen Pflanzenauszug wird nach dem Abseihen der feste Pflanzenrest, quasi der "Leib" der Pflanze, entsorgt.

Bei einer spagyrischen Tinktur wird dieser Rest getrocknet und anschließend verbrannt. Die Pflanzenasche wird über längere Zeit durch das Feuer gereinigt und endlich ausgelaugt, d.h. die wasserlöslichen Salze werden von den Schlacken getrennt. Die auf diese Weise gewonnenen Salze werden der Tinktur schließlich wieder zugegeben. Soweit eine erste Beschreibung in groben Zügen. Weiter unten stelle ich ein detailliertes Vorgehen dar.

In der Zubereitung einer spagyrischen Tinktur ist neben der Zugabe der Pflanzensalze also die Zugabe von Zeit wesentlicher Bestandteil. Die Prozesse sind kunstvoll und zeitintensiv und führen zu einer wirklich ganzheitlichen Präparation. Auch eine gewöhnliche Tinktur ist schon heil- und wirkkünftig.

Aber wie wäre es, wenn wir uns heute wieder verstärkt an die Erde bzw. *das Salz der Erde* erinnern und mit Bewusstsein in unser Tun mit aufnehmen?

### Spagyrik – die Kunst zu lösen und zu vereinigen

Der Begriff Spagyrik enthält zwei Elemente: griechisch *spao* für "trennen, lösen" und gr. *ageiro* für "verbinden, vereinen".

Es ist eben die Kunst, *die drei philosophischen Prinzipien voneinander zu lösen, aufzubereiten und wieder miteinander zu vereinigen*.

Sie beruht auf einem Naturverständnis, das allen großen Traditionen der Welt (u.a. Ayurveda, TCM) bekannt ist und zu verschiedenen Zeiten verschiedentlich benannt wurde u.a. mit den Begriffen *Hermetik, Spagyrik oder Alchymie*.

Spagyrische Tinkturen enthalten nachweislich pharmakologische Wirkstoffe. Sie sind sogar sehr effektive *Pro-Drugs*, d.h. die Wirkung entsteht durch die Verstoffwechslung des Körpers.

Und doch baut dieses weite Naturverständnis nicht alleine auf Wirk- oder Inhaltsstoffen einer Substanz auf. Materie und Geist werden *als Einheit* betrachtet. Neben der sichtbaren Welt wirkt eine unsichtbare Welt: Geist ist nicht ohne Stoffhaftung, Materie nicht ohne Geist. In diesem Verständnis ist der Wirkstoff selbst *ein Vehikel für den Geist*.

## Die Herstellung einer spagyrischen Pflanzentinktur

Eine einfache spagyrische Tinktur kannst du **in sieben Schritten** so anfertigen:

### 1. Schritt

Ich nehme die beste verfügbare Qualität der frischen oder getrockneten Pflanze oder des Pflanzenteils mit dem ich arbeiten möchte, ein großes Schraubglas mit Deckel und guten Alkohol (vorzugsweise Grappa, aber auch Korn oder klaren Wodka). Die frischen Pflanzen werden durch Zupfen oder Schneiden mit einem (Keramik-)Messer zerkleinert, in das Schraubglas gegeben und mit dem Alkohol gut übergossen, sodass eine etwa kleinfingerbreite Schicht Alkohol über der Pflanzenmasse verbleibt. Das Glas wird übrigens nur bis etwa zu einem Drittel gefüllt. Es wird gut verschlossen und beschriftet.

### 2. Schritt

Wir stellen das Glas an einen warmen Ort, z.B. auf das Küchenregal, wo es täglich mit Bedacht geschüttelt wird (dabei den Kontakt mit dem Metalldeckel vermeiden) bis etwa ein Monat vergangen ist. Es ist schön, den Prozess der zunehmenden Tingierung (= Färbung) mizuerleben. Unser *Sulfur* (ätherische Öle, Farbstoffe der Pflanze) löst sich hierbei im *Mercur* (Alkohol).

Anmerkung: Wir geben hier den universellen *Mercur* quasi "von außen" hinzu und ersparen uns die *Fermentation* und das Rektifizieren des Alkohols.

### 3. Schritt

Nach dieser langen Zeit des Auszugs (auch *Mazeration* oder *Digestion* genannt) wird abgegossen und abgefiltert. Dazu ist ein weiteres Glas, ein Trichter und ein Filter (Kaffeefilter oder Stofftaschentuch) nötig. Es wird vorsichtig ausgepresst und das Filtrat verwahrt, die Rückstände jedoch in einer separaten Schale gesammelt. Diese Reste sind unser noch ungereinigtes *Sal*.

Bis hierher unterscheidet sich das Vorgehen nicht von dem einer gewöhnlichen Tinktur, ja, das Filtrat ist die fertige und wirkkräftige (Frischpflanzen-)Tinktur, die abgefüllt und verwendet werden kann. Erst die jetzt folgenden Schritte 4.-7. verwandeln sie in eine noch höhere Arznei.

Kommen wir nun zum Prozess der Aufbereitung des *Sal-Pols*. Diese Arbeiten erfolgen aufgrund der starken Rauchentwicklung am zweckmäßigsten im Freien.

### 4. Schritt

Alle festen Pflanzenreste werden in einer feuerfesten Schale zu Asche verbrannt und geglüht. Bitte informiere dich über die Beschaffenheit dieses Utensils, um Giftwirkungen unbedingt zu vermeiden. Pyroflamtöpfe oder unglasierte Tonschalen sind zu diesem

Zweck gut brauchbar. Der lange währende Prozess des Glühens heißt *Calcination*. Eine Temperatur von etwa 400 Grad ist hierbei wünschenswert. Eine gute Luftzufuhr, die durch Ausbreiten der Asche in dünner Lage, durch wiederholtes Rühren und Verreiben der Asche gefördert wird, ist wichtig. Gelingt dies, hellt sich die Asche auf. Die Zugabe von Zeit ist hier eine weitere wesentliche Zutat. Ein gelegentliches vorsichtiges Besprengen der Asche mit destilliertem Wasser kann der *Calcination* zudem förderlich sein.

Ist die Asche nach Wunsch und Vorstellung des Spagyrikers aufbereitet, schreiten wir zur Gewinnung der Pflanzensalze aus der Asche. Hier gibt es verschiedene Möglichkeiten. Entweder wird destilliertes Wasser zum Auslaugen der Salze verwendet oder bereits ein Teil der fertigen Tinktur. Ich beschreibe im Weiteren das Darstellen der Salze mit Wasser als Lösungsmittel.

### **5. Schritt**

Die erkaltete Asche wird mit warmem Wasser aufgegossen und eine Weile stehengelassen. Durch einen Kaffeefilter (ggf. doppelt) wird abgegossen und nochmals mit Wasser nachgeschwemmt. Wir haben nun die wasserlöslichen Salze von den "Feces" getrennt. Die Überreste im Filter, Feces oder auch *caput mortuum* = Totenkopf genannt, werden verworfen. Sie gehen nicht ins Werk mit ein.

### **6. Schritt**

Durch langsames Eindampfen oder Verdunstenlassen an der Sonne oder an einer warmen Stelle lässt sich nun ein helles, scharf schmeckendes Salz gewinnen, das das Sal-Prinzip der von uns gewählten Heilpflanze darstellt. Decke es ggf. etwas ab, damit nichts hineinfällt. Der Wasserdampf muss aber entweichen können. Hier kann nun eine weitere Reinigung durch wiederholtes Lösen in Wasser und anschließendes Auskristallisieren erfolgen, das *solve et coagula*.

### **7. Schritt**

Unser Salz, das wir mit Fleiß aus der Pflanzenasche gewonnen haben, wird nun mit der Tinktur vereinigt. Damit sind die drei philosophischen Prinzipien auf höherer Stufe wieder neu zusammengesetzt. Ein feierlicher Moment: Die erste spagyrische Tinktur ist fertig!

Glücklich, wem dies gelungen!

Die fertige spagyrische Tinktur enthält nun:

- *Sulfur*, u.a. die ätherischen Öle und diverse Pflanzenfarbstoffe als *Seele*, *Essenz* und Charakter der Pflanze. Hier ist keine Unterscheidung zwischen flüchtiger und fixer Seele nötig, da nicht destilliert wurde!

- *Merkur*, d.h. der *Lebensgeist*, der nach Fermentierung der Pflanzenmaische unter Zusatz von Hefe und Zucker als “Feuer-Wasser” in Erscheinung tritt. Aus Gründen der einfachen Handhabung haben wir ihn hier praktisch “von außen” als Wodka o.ä. zugefügt.
- *Sal*, d.h. die löslichen Mineralsalze aus der calcinierten Pflanzensubstanz.

Eine Erhöhung und Reifung kann nach Wunsch nun weiter erfolgen, indem die Tinktur in ein großes hermetisch abgedichtetes Gefäß, das sehr viel Raum lässt (z.B. ein großes Einmachglas), gegossen wird. An einem warmen, hellen Ort verdunstet und kondensiert die Tinktur immer aufs Neue. Dieses *Zirkulieren* befördert eine intensivere Vereinigung und Durchdringung der drei Prinzipien.

Die fertige spagyrische Pflanzentinktur kann z.B. gut in einer Tropfflasche, wie sie in jeder Apotheke zu erwerben ist, möglichst kühl und dunkel aufbewahrt werden. Auf dem Etikett stehen Name und verwendeter Teil der Pflanze, sowie das Datum der Fertigstellung.

## **Zur Wirkung und Einnahme**

Die pharmakologische Wirkung dieser Präparation ist von der gewählten Heilpflanze abhängig. Ein kundiger Arzt oder Apotheker, auch die einschlägige Literatur der Phytotherapie, kann darüber Auskunft geben.

Zusätzlich zur guten Wirkung einer gewöhnlichen Tinktur, kann die spagyrisch zubereitete *subtilere Wirkungen auf Seele und Geist* entfalten. Die innerliche Anwendung von 1-3 Tropfen erfolgt pur oder in einem Glas Wasser oder Tee. Halte die Tropfen dazu einige Zeit auf der Zunge bzw. im Mund.

Dies wäre der geeignete Moment, dem Geist heilsame Informationen in Form von Worten oder Bildern zukommen zu lassen. Die Einnahme einer Schachtelhalm-Tinktur könnte z.B. mit den Worten “Ordnung, Struktur” begleitet werden.

## **Wie wirkt eine Arznei? – oder Kommunion von Bewusstsein zu Bewusstsein**

Wie kommt es überhaupt, dass die Dinge der Natur auf uns wirken?

Jedes Ding hat ein Bewusstsein.

Wenn wir den Ausdruck dieses *individuellen Bewusstseins* in uns aufnehmen, dann findet eine Kommunion statt. Es verwebt sich das Bewusstseins der Pflanze mit deinem Bewusstsein. Eine ungewöhnliche Betrachtung, aber vielleicht nach all dem verständlich.



## Nachtrag – Erkenne dich selbst

Wenn alles von einem kommt, dem einzigen das *wirklich ist*, dann kann nur das Bewusstsein etwas ändern.

Bewusstsein *tut* nichts. Es ist einfach *gewahr*. Ich kann nichts ändern, aber die Wahrnehmung verwandelt bereits.

Also liegt die wahre Arbeit darinnen, *bewusst zu werden* und weg zu kommen von Präferenzen.

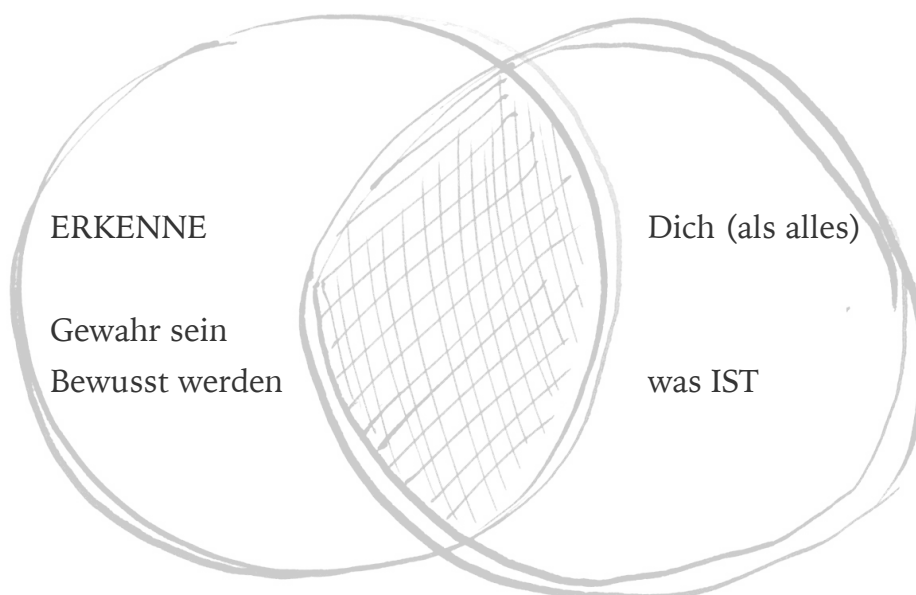
“Erkenne, was du bist,  
wovon du ein Teil bist.

Was du von dieser Kunst weißt,  
das ist, was du wirklich bist.

Alles das, was außer dir ist,  
ist auch innen.

*Solomon Trismosin in Splendor Solis*

Erkenne dich in allem. Du, das Universum, alles – du kannst dessen gewahr werden.



*Sal* ist unten:

Hier unten ist die Transformation: endlich, wechselbar und wechselhaft.

Oben ist *Sulfur*: das Ewigwährende.

Das Oben, das göttlich Schöpfende, das Bewusstsein, die Seele ist die Quelle.

Die Seele ist der unsterbliche, göttliche Funke in jedem Menschen.

Der Geist ist die innewohnende Funktion des Bewusstseins.

Bewusstsein hat das Vermögen zu denken, was den Geist erschafft.

Eine Reihe von Gedanken und Empfindungen geben den Eindruck von Form und Körper.

Auf diese Weise ist alle Wirklichkeit *mit-ein-andner* verbunden.

Alchymie ist *das Verständnis, wie Bewusstsein sich zu Materie verhält*.

Wie sich das Obere zum Unteren verhält.

*Wodurch?*

Durch Merkur / Hermes / Thot.

Bewusstsein verhält sich zur Materie durch den Geist - Merkur - Hermes.

Deshalb wird Alchymie auch die *hermetische Kunst* genannt.

Darum heißt dieses Büchlein *Hermetische Naturkunde*.

### **Ausblick – der Stein der Weisen**

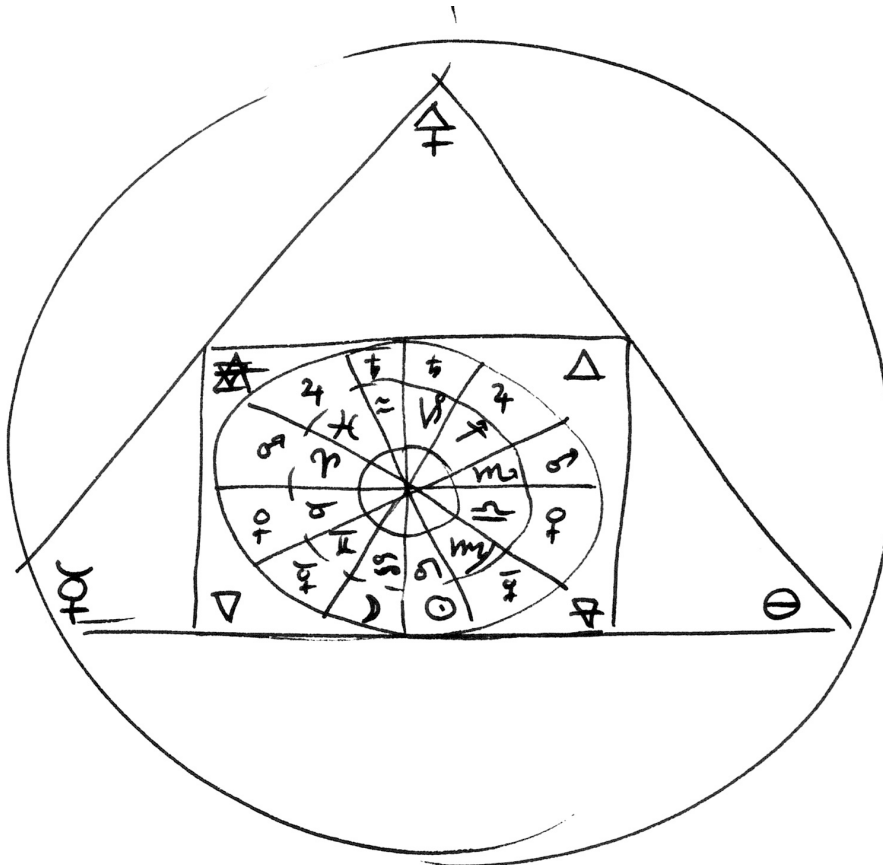
Hier beginnst Du mit Alchymie zu arbeiten. Du weißt jetzt, sie ist eine *Wissenschaft des Geistes / Verstandes*, denn alles ist "eigentlich" *Geist*.

Das Studium der Natur, der Physis, erschließt im gleichen Maße den Geist, wie das innere Kontemplieren.

Wenn du wissen willst, wie die immateriellen, unsterblichen Aspekte des Menschen sich zu dem sterblichen Leib verhalten, muss du den Verstand begreifen.

Bisher habe ich ausführlich von den drei Prinzipien gesprochen. Der Verstand lässt sich noch in die *4 bzw. 5 Elementarkräfte* und die *Sieben Archetypen* oder Planetenkräfte differenzieren:

In dieser Zeichnung ist alles zusammengefasst:



- das Eine, als großer, alles umfassender Kreis
- die Drei, als die *drei Prinzipien*
- die Vier bzw. Fünf, die *Elementarkräfte*
- im inneren Kreis die *sieben Planetenkräfte* und die *12 Tierkreise*

Wenn Du das Thema weiter vertiefen möchtest und praktisch arbeiten willst, dann schreib dich für die *Jupiter-Akademie* ein oder werde Teil des *Arbeitskreises*.

Ich hoffe, dass die hier präsentierten Themen dir Schlüssel zum Verständnis und zur Praxis der *alchymistischen Kunst* in Hand und Herz geben. Möge dein Wirken heilsam sein, für dich und alle Wesen. Mögest du erkennen, was du wirklich bist.

Herzlich  
Christoph Pollak

[www.christophpollak.org](http://www.christophpollak.org)

++++++ Ende Kapitel 3 ++++++

## Über den Autor

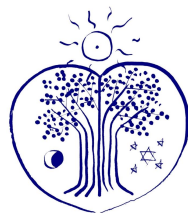
Christoph Pollak  
ist Naturforscher, Autor und Coach.

Spagyrik und Coaching sind die Künste, mit denen er  
heilsame Kräfte für Mensch und Natur freilegen hilft.

In der *Jupiter Akademie* gibt er die hermetische Naturkunde und Praxis der Spagyrik  
weiter. Im *Inner Circle Coaching* unterstützt er Menschen dabei, sich wirkungsvoll zu  
wandeln.



Weitere Informationen findest du auf:  
[www.christophpollak.org](http://www.christophpollak.org)



**Christoph Pollak**

Wesentliches Erkennen & Heilsames Wirken

I try to  
work  
with  
nature

Das hee  
Aber is  
die  
Arzne

