

VOLLMOND IM STEINBOCK

Genauere Zeit des Steinbock-Vollmonds: Samstag, 3. Januar 2026, 10.04 Uhr GMT (11.04 Uhr Genf)

Schlüsselnote: „**Versunken bin ich im überirdischen Licht, und diesem Licht wende ich den Rücken zu.**“

Mintze van der Velde

Guten Abend und herzlich willkommen hier in Genf! Willkommen auch an alle, die sich live über Zoom zugeschaltet haben. Wir treffen uns wieder einmal zu Beginn eines neuen Jahres. Viele von uns haben sich wahrscheinlich Vorsätze für dieses Jahr vorgenommen. Vielleicht haben wir auch ein wenig darüber nachgedacht, was im vergangenen Jahr passiert ist. Das ist meist ein Schlüsselmoment.

Wir wissen, dass es drei große Zentren gibt: Shamballa, die Hierarchie und die Menschheit. Wir wissen ebenso, dass, zum ersten Mal seit dem letzten Jahrhundert, ein Austausch und eine fließende Bewegung zwischen den drei planetarischen Zentren stattfand. Chohans haben die Hierarchie verlassen und sind in die Ratskammer des Herrn der Welt eingetreten. Die alten Meister, die für Ashrams verantwortlich waren, haben höhere Einweihungsgrade und den Rang von Chohans erreicht; die Eingeweihten über dem dritten Grad haben zeitnah die vierte und fünfte Einweihung erhalten und sind Meister geworden; ihre Plätze werden von Eingeweihten niedrigerer Ränge eingenommen; diese wiederum haben Jünger ausgebildet, damit sie ihre Plätze einnehmen, bis wir im Prozess des Ersetzens und Wechsels an die Tür gelangen, die symbolisch die Menschheit von der Hierarchie trennt und die weit offen steht, so dass die angenommenen Jünger dadurch die Einweihung durchlaufen, die engagierten Jünger angenommen werden und die Jünger, die diesen Zustand akzeptieren, ihr Gelübde ablegen.

So kam es zu einer großen, neuen Bewegung; es fand eine erheblich verstärkte Interaktion und ein gesteigerter Austausch statt. Uns wurde gesagt, dass diese Bewegung bis zum letzten Jahr, also bis 2025, andauern würde. Es kam zu großen Veränderungen und die Große Generalversammlung der Hierarchie – die wie üblich alle hundert Jahre zusammentritt – fand 2025 statt, höchstwahrscheinlich wurde das Datum für die erste Stufe des Hervortretens der Hierarchie festgelegt. Die Stufe der vergangenen Jahrzehnte wird technisch als „Vorläuferstufe“ bezeichnet. Sie ist vorbereitender Natur, ihre Methoden sind Prüfungen, und es wird erwartet, dass sie in ihren Techniken und Ergebnissen aufschlussreich sein wird. Wir sehen also, dass die Chohans, die Meister, die Eingeweihten, die Weltjünger, die Jünger und die der Hierarchie angeschlossenen Aspiranten alle einen Zyklus großer Aktivität durchliefen. Diese Vorstufe liegt nun hinter uns. Und jetzt?

Bevor wir dieses Thema weiter ausführen, nehmen wir uns einen Moment Zeit, um uns in Stille auf dem Gipfel eines Berges zu visualisieren. Umgeben von Licht verbinden wir uns über unser Herz subjektiv mit allen Menschen und Gruppen, die an diesem Vollmondfest meditieren, um gemeinsam am Aufbau des Lichtkanals zwischen der Hierarchie und der Menschheit mitzuwirken.

Dann sprechen wir gemeinsam das Bekenntnis der Jünger:

Ich bin ein kleines Licht in einem größeren Licht.

Ich bin ein Tropfen Liebeskraft im Strom der Gottesliebe.

Ich bin ein Funken Opferglut im Feuerwillen Gottes.

Und so stehe ich.

Ich bin ein Weg, der die Menschen weiterführen kann.

Ich bin ein Quell der Stärke, der ihnen Stand verleiht.

Ich bin ein Strahl des Lichts, der ihren Weg erhellt.

Und so stehe ich.

Und also stehend, wirkend

Helf ich den Menschen auf dem Weg

Im Wissen um die Wege Gottes.

Und so stehe ich.

OM

Vor drei Jahren hielt ich auch eine Einführung zur Vollmondmeditation im Zeichen Steinbock. Damals habe ich meine Rede auf zwei Bücher gestützt. Heute Abend möchte ich mich erneut auf dieselben beiden Werke stützen, nicht um meine vorherige Rede zu wiederholen, sondern weil diese Bücher (oder vielmehr die darin zum Ausdruck gebrachten Gedanken) in der heutigen Welt aktueller denn je erscheinen.

Das erste Werk hat den Titel: „**Im Grunde gut – Eine neue Geschichte der Menschheit**“ von Rutger Bregman (Verlag: rororo). Die Grundidee dieses Textes besteht darin, dass **die meisten Menschen gut sind** – und dies trotz der von den Mainstream-Medien wie Fernsehen, Internet, sozialen Netzwerken usw. verbreiteten Vorstellungen. Der Autor dieses Buches, Rutger Bregman, ein niederländischer Schriftsteller und Historiker, gab kürzlich der BBC in London ein Interview. In diesem Interview vertritt er die Ansicht, dass Präsident Trump seiner Meinung nach der korrupteste Präsident in der Geschichte der Vereinigten Staaten sei. Die Rechtsabteilung der BBC hat diese Aussage zensiert. Ob wir dieser Aussage zustimmen oder nicht, ist hier nicht die Frage. Die Frage ist: Wie steht es um die Meinungs- und Gedankenfreiheit in der Welt? Wie steht es um uns in einer Welt, in der das Völkerrecht von den Großmächten zunehmend mit Füßen getreten wird? Oder, um sich dieser Frage noch etwas mehr anzunähern: Wie steht es um unsere zwischenmenschlichen Beziehungen in einer Welt, die durch soziale Netzwerke zunehmend polarisiert ist?

Um einige Antwortelemente auf diese Fragen zu finden, schauen wir uns das zweite Werk an: „**Wohin steuert die Welt? Auf den Spuren des Herkules**“ (Originaltitel: *Où va le monde? Sur les traces d'Hercule*, engl. Übersetzung: *Where is the World Going? Following in Hercules' footsteps*; Verlag: Editions Solid'air) von Frédérique und Patrice Brasseur. Dieses Buch schildert die Aufgaben des Herkules auf esoterische Weise und bleibt dabei gleichzeitig sehr zweckmäßig. Wir finden darin eine ausgezeichnete Erklärung des Mythos von Herkules bei der zehnten Aufgabe, bei welcher der Lehrmeister Herkules die Aufgabe gibt, in die Unterwelt hinabzusteigen und Prometheus zu befreien, der von Zeus bestraft wurde und an einen Felsen gekettet ist, wo jeden Tag ein Adler kommt, um seine Leber zu fressen. Die Lektion dieser zehnten Aufgabe betrifft die Entwicklung dessen, was im Englischen als „mind“ (Denkvermögen) und im Französischen annähernd als „mental“ (mentale Kraft) bezeichnet wird. Laut dem Tibeter besteht das Problem nicht darin, zu bestimmen, ob Menschen gut oder schlecht denken, sondern darin, dass sie gar nicht denken! Das ist also die nächste große Aufgabe: die Entwicklung des Denkvermögens.

Anstatt den gesamten Mythos zu erörtern, werde ich nur zwei Elemente herausgreifen.

Erstes Element: Prometheus hatte einen Bruder namens Epimetheus. Erinnern wir uns daran, dass **pro** im Griechischen **vor** bedeutet, **metheus** bedeutet **derjenige, der denkt**: Prometheus ist also derjenige, der vorausschauend denkt, eine klare Vision hat und

vorausschauend handelt. Epimetheus bezeichnet denjenigen, der erst im Nachhinein denkt, der handelt, ohne die Folgen seiner Handlungen zu überblicken.

Zweites Element: Cerberus. Hades, der Gott der Unterwelt, warnt Herkules, dass niemand die Unterwelt verlassen kann, weil Cerberus über sie wacht. Cerberus hat drei Köpfe, die den physischen Körper, den astralen Körper und Körper des konkreten Verstandes symbolisieren – mit anderen Worten: Cerberus repräsentiert die egoistische, im Wesentlichen auf sich selbst konzentrierte Persönlichkeit. Die beiden äußeren Köpfe sind nach vorne gerichtet, während der mittlere Kopf (das Emotionale) etwas nach hinten gerichtet ist. Sobald Cerberus Herkules erblickt, stürzt er sich auf ihn. Herkules – der durch die vorherigen Aufgaben ziemlich intuitiv geworden ist – packt den mittleren Kopf und würgt ihn. Cerberus stirbt, Herkules sprengt die Ketten des Prometheus und führt ihn zurück ins Licht.

Symbolisch gesehen handelt die Geschichte von Prometheus und Epimetheus vom menschlichen Leben. Der Dualismus, den die beiden Brüder verkörpern, ist uns vertraut. Die „epimetheische“ Seite veranlasst uns jeden Tag dazu, unsere Intelligenz zu nutzen, unbeschwert zu denken, ohne uns zu viele Fragen zu stellen, und uns bei den meisten unserer Unternehmungen als effizient zu erweisen. Die „prometheische“ Seite ist sich unseres göttlichen Teils bewusst, befreit von Begierden und alltäglichen Äußerlichkeiten. Diese Seite ermöglicht uns, zu meditieren und zu zeigen, dass wir in der Lage sind, in bestimmten Momenten im Einklang mit unserer Seele zu leben. Ich möchte Sie nun dazu einladen, diese „epimetheische“ – „prometheische“ Analyse auf drei wichtige Themen (oder Fragen) anzuwenden: Gentechnik, künstliche Intelligenz und Weltfinanzen.

Die Gentechnik erlebte 1996 mit dem Klonen des Schafs Dolly einen großen Boom. Dies öffnete die Tür für das Klonen von Menschen, auch wenn dies derzeit noch nicht alltäglich ist: Nur Singapur, Korea, China, Großbritannien, die Niederlande, Israel und Schweden erlauben derzeit das therapeutische Klonen. Im Gegensatz zu China und den Vereinigten Staaten steht die Europäische Union dem Klonen in der Tierhaltung besonders ablehnend gegenüber. Derzeit haben ethische Werte noch Vorrang vor kommerziellen oder technischen Interessen.

Die Frage der künstlichen Intelligenz ist komplexer und gleichzeitig weniger begrenzt als die der Genmanipulation. Es ist kein Geheimnis, dass künstliche Intelligenz auf allen Ebenen und fast überall auf der Welt diskutiert wird. All diese Diskussionen und Überlegungen verhindern jedoch nicht, dass ein „epimetheischer“ Ansatz offenbar bereits verfolgt wird: Da niemand wirklich weiß, wohin uns die KI führen wird, ist ein Wettlauf zwischen mehreren Akteuren in diesem Bereich (den Vereinigten Staaten, China, den arabischen Ländern und vielleicht Europa) entbrannt. Auch wenn manchmal Moratorien vorgeschlagen werden, geht der Wettlauf „ohne groß darüber nachzudenken“ weiter, genau wie bei Epimetheus.

Die Weltfinanzen sind selbstverständlich kein neues Thema. Auch wenn wir, zusammen mit allen Mitgliedern der Neuen Gruppe der Weltdienenden, für Teilen, Zusammenarbeit und Mitgefühl eintreten, ist dennoch klar, dass ein großer Teil der Welt noch immer in einem Paradigma des Wettbewerbs und des „Ich zuerst“ (entweder individuell oder als Land) verhaftet ist. Dieser „epimetheische“ Ansatz vertieft die Kluft zwischen Arm und Reich, was sicherlich nicht nachhaltig ist.

Es ist wichtig zu erkennen, dass unsere individuellen Cerberusse den globalen Cerberus nähren. *„Energie folgt den Gedanken“* – und unsere Welt ist das Ergebnis unserer Entscheidungen. Die Konsumgesellschaft ist nicht „vom Himmel gefallen“ – sie ist das Ergebnis unserer materiellen, kulturellen und intellektuellen Gewohnheiten. Wir wissen allzu gut, dass das Bekämpfen oder Leugnen des Emotionalen dieses nur noch verstärkt. Wir sollten daher nicht glauben, dass der Beitrag jedes Einzelnen keinen Einfluss auf globaler Ebene hat.

Gibt es keine „prometheischen“ Strömungen? Natürlich gibt es diese! Und sogar viele. Wir nennen hier drei Beispiele.

Erstes Beispiel: Das Phänomen „*mindfulness*“ (auf Deutsch „Achtsamkeit“) gehört mittlerweile fast überall zum Alltag. Aber nun hält auch die Meditation Einzug in die exoterische Welt. Die Vereinten Nationen haben den 21. Dezember zum „Weltmeditationstag“ erklärt. Dieser Tag soll den inneren Frieden, das geistige Wohlbefinden und die weltweite Harmonie durch Achtsamkeit und Meditation fördern, welche für ihre universellen Vorteile in Bezug auf Stressabbau und geistige Klarheit in einer sich ständig verändernden Welt bekannt sind. Anfang Dezember 2025 wurde im Palais des Nations in Genf eine Konferenz zum Thema Meditation organisiert – etwas, das vor zehn Jahren noch völlig undenkbar gewesen wäre. In Frankreich werden sogar Meditationskurse an verschiedenen Universitäten angeboten.

Zweites Beispiel: Das **Bewusstsein** selbst, das von Wissenschaftlern lange Zeit als Epiphänomen des Gehirns betrachtet wurde, wird nun von einer täglich wachsenden Gemeinschaft von Wissenschaftlern als Grundlage, als Ausgangspunkt genommen. Dies führt zu Debatten – sogar zu heftigen Debatten – in verschiedenen Bereichen, sei es in der Biologie, der Philosophie oder sogar der Kosmologie. Dies verspricht grundlegende Veränderungen in mehreren Fachgebieten – und zwar schon in naher Zukunft!

Drittes Beispiel: Die renommierte Harvard Universität in den Vereinigten Staaten organisierte am 15. und 16. Dezember eine Konferenz zum Thema „100 Jahre Rudolf Steiner“. Diese fand zum Gedenken an den Todestag Rudolf Steiners vor hundert Jahren statt.

In einem „prometheischen“ Ansatz kann die Anwendung der Energie des guten Willens Dinge verändern – und tut dies bereits. Wenn wir eher in Begriffen der Menschheit als in Begriffen eines im Wesentlichen auf sich selbst konzentrierten Bewusstseins denken, beginnen sich die Dinge zu bewegen. Um dies zu erreichen, sollten wir an eine Menschheit denken, die sich auf das „Sein“ und nicht auf das „Haben“ konzentriert!

Schließen wir nun mit einer etwas esoterischeren Anmerkung: Die Schlüsselwörter auf dem gewöhnlichen Weg, d.h. für die Persönlichkeit, lauten: **Und das Wort besagt: „Möge Ehrgeiz herrschen und die Tür offen sein.“** Das ist der Schlüssel zum evolutionären Fortschritt, zum Geheimnis der Wiedergeburt und zu diesem Wort, das sich vom Krebs bis zum Steinbock fortsetzt. Die Tür zur Einweihung ist immer offen, aber seit Jahrhunderten bevorzugen die Menschen die offene Tür des Krebses. Der Ehrgeiz treibt sie Leben nach Leben, bis sie die Sinnlosigkeit aller irdischen Befriedigungen entdecken.

Allmählich ersetzen dann geistige Zielstrebigkeit und der Wunsch nach Befreiung das materielle Streben und werden zu einem unwiderstehlichen Antrieb, bis schließlich der Moment kommt, an dem ein authentisches Gefühl für die Wirklichkeit sowohl die irdischen als auch die geistigen Ambitionen ablöst. Der Mensch kann dann wahrhaft sagen: **„Versunken bin ich im überirdischen Licht, und diesem Licht wende ich den Rücken zu.“** – denn für einen solchen Menschen gibt es kein anderes Ziel und keinen anderen Zweck mehr als den Dienst.

Diese Gedanken im Gedächtnis behaltend gehen wir nun zu unserer Vollmondmeditation im Zeichen des Steinbocks über.

* * * * *

MONDPHASEN 2026

DATUM	MOND	FEST **	ZEIT VON GREENWICH (GMT)	GENF WINTERZEIT (GMT+1)	GENF SOMMERZEIT (GMT+2)
3. Januar	VOLL	Steinbock	10:03:54	11:03:54	12:03:54
18. Januar	NEU	Steinbock	19:53:27	20:53:27	21:53:27
1. Februar	VOLL	Wassermann	20:09:51	21:09:51	22:09:51
17. Februar	NEU	Wassermann	12:02:15	13:02:15	14:02:15
3. März	VOLL#	Fische	11:39:14	12:39:14	13:39:14
19. März	NEU	Fische	01:24:07	02:24:07	03:24:07
2. April	VOLL	Widder	02:13:22*	03:13:22*	04:13:22*
17. April	NEU	Widder	11:53:11*	12:53:11*	13:53:11*
1. Mai	VOLL	Stier	17:23:52*	18:23:52*	19:23:52*
16. Mai	NEU	Stier	20:02:39*	21:02:39*	22:02:39*
31. Mai	VOLL	Zwillinge	08:46:17*	09:46:17*	10:46:17*
15. Juni	NEU	Zwillinge	02:54:58*	03:54:58*	04:54:58*
29. Juni	VOLL	Krebs	23:58:07*	00:58:07(+)*	01:58:07(+)*
14. Juli	NEU	Krebs	09:44:12*	10:44:12*	11:44:12*
29. Juli	VOLL	Löwe	14:36:25*	15:36:25*	16:36:25*
12. August	NEU	Löwe	17:37:49*	18:37:49*	19:37:49*
28. August	VOLL^	Jungfrau	04:19:07*	05:19:07*	06:19:07*
11. September	NEU	Jungfrau	03:27:46*	04:27:46*	05:27:46*
26. September	VOLL	Waage	16:50:08*	17:50:08*	18:50:08*
10. Oktober	NEU	Waage	15:50:24*	16:50:24*	17:50:24*
26. Oktober	VOLL	Skorpion	04:12:35	05:12:35	06:12:35
9. November	NEU	Skorpion	07:03:11	08:03:11	09:03:11
24. November	VOLL	Schütze	14:54:08	15:54:08	16:54:08
9. Dezember	NEU	Schütze	00:52:57	01:52:57	02:52:57
24. Dezember	VOLL	Steinbock	01:29:21	02:29:21	03:29:21

Bemerkungen:

- (#) Zeigt eine totale Sonnenfinsternis nahe der Zeit des Neu- oder Vollmonds an.
- (^) Zeigt eine partielle oder ringförmige Sonnenfinsternis nahe der Zeit des Neumonds oder Vollmonds an.
- (+) Gibt den Tag nach dem in der ersten Spalte angegebenen Datum an.
- (*) SOMMERZEIT 2026: vom 29. März bis zum 25. Oktober 2026.
- (**) Die Sternzeichen in dieser Spalte beziehen sich auf die Sonne und nicht auf den Mond.

Die drei geistigen Feste werden an folgenden Tagen gefeiert:

OSTERN: 1. April;

WESAK: 1 Mai;

CHRISTUSFEST und WELTINVOKATIONSTAG: 31. Mai

Für jede Meditation gilt, dass es leichter ist, in der Phase von Neumond zu Vollmond zu meditieren als in der umgekehrten Phase, der Phase von Vollmond zu Neumond. Die erste Hälfte des Mondzyklus ist eine Periode der Intensivierung, der Absorption; die zweite Hälfte ist eine Periode der Assimilation und der Verteilung. Der/die Studierende wird auf lange Sicht echte Fortschritte machen, wenn er dieses zyklische Gesetz berücksichtigt. Durch den weisen Umgang mit den neu kontaktierten Energien hält er/sie die Ein- und Austrittskanäle dieser Energien offen und vermeidet so Stauungen emotionaler, mentaler oder psychischer Art, die auftreten und zu körperlichen Beschwerden führen könnten.

VOLLMOND-MEDITATIONSTREFFEN IN GENF - 2026

Die Vollmond- Meditationstreffen finden jeweils um **18:30 Uhr** Ortszeit statt.

Sie werden über das Internet übertragen unter der Adresse:

<https://us02web.zoom.us/j/87500842951?pwd=aYd1i55c3fqEOxoyMZcNJpcMgxl9P8.1>

Bitte informieren Sie sich auf der Webseite <https://www.lucistrust.org/de/broadcast> über den aktuellen Stand der Treffen vor Ort, in der Rue du Stand 40, 1204 Genève.

Meditationstreffen

Leitgedanken der 12 Sternzeichen

Freitag 2. Januar (Steinbock)	Versunken bin ich im überirdischen Licht, und diesem Licht wende ich den Rücken zu.
Sonntag 1. Februar (Wassermann)	Wasser des Lebens bin ich, ausgegossen für die dürstende Menschheit.
Montag 2. März (Fische)	Ich verlasse des Vaters Haus, und indem ich zurückkehre, erlöse ich.
Mittwoch 1. April – Ostern – (Widder)	Ich trete hervor und herrsche von der Ebene des Denkens aus.
Freitag 1. Mai – Wesak – (Stier)	Ich sehe, und wenn das Auge geöffnet ist, ist alles Licht.
Samstag 23. Mai Sonntag 24. Mai	Konferenz der Arkanschule <i>Vor Ort und per Zoom</i>
Samstag 30. Mai (Zwillinge)	Ich erkenne mein anderes Selbst, und indem dieses schwindet, wachse und leuchte ich.
Montag 29. Juni (Krebs)	Ich erbaue ein erleuchtetes Haus und wohne darin.
Mittwoch 29. Juli (Löwe)	Ich bin das, und Das bin ich.
Donnerstag 27. August (Jungfrau)	Ich bin die Mutter und das Kind. Ich bin Gott, ich bin Materie.
Samstag 26. September (Waage)	Ich wähle den Weg, der zwischen den beiden Kraftlinien dahinführt.
Sonntag 25. Oktober (Skorpion)	Krieger bin ich, und aus dem Kampf gehe ich siegreich hervor.
Dienstag 24. November (Schütze)	Ich sehe das Ziel. Ich erreiche das Ziel und sehe ein weiteres Ziel.
Mittwoch 23. Dezember (Steinbock)	Versunken bin ich im überirdischen Licht, und diesem Licht wende ich den Rücken zu.

Daten der Drei Geistigen Feste - 2026 -

Ostern	1. April
Wesak	1. Mai
Christusfest oder Welt-Invokationstag:	31. Mai

Konferenzen der Arkanschule

New-York	2. – 3. Mai
Genf	23. – 24. Mai
London	30. – 31. Mai

Die Festwoche der neuen Gruppe der Weltdienenden 21.-28. Dezember 2026

Weltweiter Guter Wille, Rue du Stand 40 – 1204 Genève – Suisse Tél. + 41 22.734.12.52 -

<https://www.lucistrust.org/de> - de.geneva@lucistrust.org