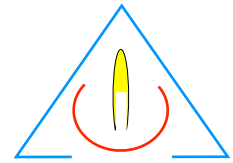




Aufbaucode

für

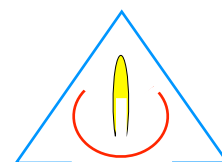
den suchenden Geist
in einer warmen Seele
in einem freiem Körper



Zahlen, Worte und Namen enthalten Botschaften

Du kennst das - plötzlich hat man eine Zahl im Kopf, einen Namen geträumt, in der Stille ein Wort gehört, ohne zu wissen was es bedeutet. Diese Phänomene sind keine Lottozahlen auf die man setzen soll, sondern Botschaften, die mit dem Aufbaucode aufgeschlüsselt werden können. 1980 habe ich begonnen nach Antworten für meine persönlichen und beruflichen Fragen zu suchen. Sinnigerweise entstanden ist der Aufbaucode, in dem die Zahlen 1 bis 9, die Buchstaben, sowie die Farben je eine Bedeutung erhielten. Diese Zuordnungen sind auch in der jahrtausendealten Kabbala und der Numerologie ein Thema. Jedoch wird dort eine Zahl nur auf ihre einzelnen Stellen und auf ihre Quersumme hin untersucht, aber nicht auf andere mathematischen Möglichkeiten. Ein Wort mit dem Aufbaucode aufzuschlüsseln ist einfach. Eine Zahl jedoch wird meistens befragt, ob sie das Resultat einer Rechnung sei. Mit präzisen Fragen lässt sich diese Rechnung, ob nun Addition, Multiplikation oder gar Potenz, sozusagen rückwärts wieder aufstellen, und führt natürlich - wieder ausgerechnet - zu diesem "geträumten" Resultat. Also ähnlich wie die Betreff-Zeile eines E-Mails, die noch nicht viel über den Inhalt des Mails aussagt. Träumen zwei Menschen zum Beispiel die Zahl 17, so wird jeder Träumer seinen ganz individuellen mathematischen Term erhalten. Träumt man in der nächsten Nacht wieder die 17, so wird eine andere Rechnung entstehen, mit der andere Inhalte ins Bewusstsein geholt werden. Ich hatte einst über mehrere Tage hinweg die Zahl 4, die mir jedes mal ganz andere Einsichten zu ganz verschiedenen Themen ermöglichten. Dieser erste Schritt wird der logische Schritt genannt, und die rechnerische Aufschlüsselung macht sicher jedem Spass, der Zahlen und einfache Mathematik liebt. Im zweiten Schritt geht es darum, den einzelnen Komponenten des Terms ihre Bedeutungen zuzuordnen, und - um welche Menschen es sich handelt. Hier ist Intuition und Phantasie gefragt, um der logischen Folge von Deutungszahlen einen sinnvollen Text daneben stellen zu können. Die beiden Schritte zeigen einmal mehr, dass Yin und Yang nicht getrennt werden können. Kluge Lösungen werden also nur mit beiden Energieformen gefunden. Die Numerologie hat als relativ starres und statisches System über Jahrhunderte ausgereicht, den Menschen Antworten auf ihre Fragen zu geben. Heute in der schnellen und individualisierten Welt will jeder genau seine Antwort auf sein individuelles Problem und keine allgemeinen Ratschläge. Dies ermöglicht der Aufbaucode vor allem dadurch, dass er ohne eigenes bewusstes Fragen keine spezifischen Antworten liefert. Das System bedingt also den selbst denkenden und fragenden Menschen. Erst durch ihn wird der Aufbaucode zum anwendbaren Instrument. Mit andern Worten, der Aufbaucode ist ein Instrument, auf dem man seine eigene Musik spielen kann. Aber ohne Spieler keine Musik - also spielt! Internet und E-Mail machen es möglich den Aufbaucode nach aussen zu tragen, rund um die Welt und rund um die Uhr. Dies war vor der Jahrtausendwende nicht so. Am meisten Spass macht das Aufschlüsseln zu zweit. Das Gespräch lockert den Geist und lässt vor allem eine dritte Kraft, die wir so oft vernachlässigen mit einfließen, den göttlichen Geist, der im Aufbaucode den Buchstaben "F" respektive die Zahl "7" belegt. Macht ja auch Sinn, dass er mitreden darf, wenn man mit Logik und Intuition zur eigenen Seele hin unterwegs ist ;-)

Hilfe gibt es unter support@abc-code.com oder über +41 76 377 10 97 - namaste

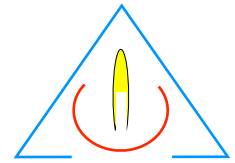


	1	O	Seele
	2	I	Geist
	3	A	Körper
	4	U	Zukunft
	5	Y	Hand Gottes
	6	S	Lebenssinn
	7	F	Geist Gottes
	8	R	Menschheit
	9	Ω	Kosmos

Du willst eine Zahl aufschlüsseln?

In der Schule wurden Rechnungen gestellt und man musste das Resultat berechnen. Beim Aufbaucode ist es umgekehrt: Die Zahl entspricht dem Resultat, die Rechnung wird rekonstruiert. Über die Ja/Nein Methodik - und Pendeln ist erlaubt - fragst Du solange, bis der richtige Term gefunden wird: Ist die Zahl eine Addition oder eine Subtraktion? Eine Multiplikation oder eine Division? Eine Potenz oder eine Wurzel? Frage weiter, bis die ganze Rechnung da steht. Zu einem sinnvollen Deutungstext kommst Du, indem Du die gefundene Rechnung vertikal notierst, so dass links Platz für die Grundbedeutungen der Zahlen bleibt. Frage auf wen sich die Mitteilung bezieht, und versuche intuitiv, einen Text zu formulieren, der alle Grundbedeutungen und Ergänzungen der Reihe nach enthält. Du wirst einen - vielleicht etwas kryptischen - Text erhalten, der für dich persönlich Sinn macht.

Die Grossbuchstaben

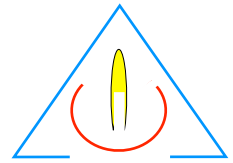


www.abc-code.com

A	Körper	J	Gottesfunke	S	Lebenssinn
B	Taufe	K	Christus	T	Geburt/Neubeginn
C	Gnade	L	geistige Reise	U	Zukunft
D	geistige Ernährung	M	Demut	V	Oelung/Liebkosung
E	Weisheit	N	Lob Gottes	W	Ruhe
F	Geist Gottes	O	Seele	X	Erzengel
G	Rat Gottes	P	Gruppe	Y	Hand Gottes
H	Welt/Gesellschaft	Q	Leid		
I	Geist des Menschen	R	Menschheit	Z	Pause

Du willst ein Wort oder einen Namen aufschlüsseln?

Dann schreibe den Namen in Klein- oder Grossbuchstaben auf ein Blatt Papier oder oben auf eine neue Seite im persönlichen Tagebuch. Frage mit der Ja/Nein Methodik - Pendeln ist erlaubt: Wieviele Buchstaben hat das Wort? Wieviele davon und welche bleiben Grossbuchstaben, welche sind Kleinbuchstaben? Setze einen Punkt unter den neu bestimmten Grossbuchstaben. Wieviele und welche sind griechische? Setze einen Punkt über den neu bestimmten griechischen Buchstaben. Dann schreibe das Wort auf eine neue Zeile, und zwar die kleinen Buchstaben blau, die grossen rot, die griechischen mit Punkt.



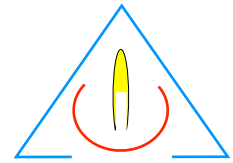
a	leben	j	loben	s	sehen
b	beten	k	leiden	t	tun
c	schenken	l	denken	u	geben
d	ernähren	m	annehmen	v	bitten
e	rufen	n	danken	w	warten
f	stufen	o	sein	x	preisen/wertschätzen
g	lieben	p	transzendieren	y	wirken
h	zentrieren	q	erkennen		
i	entwickeln	r	reden	z	reifen

Zum sinnvollen Deutungstext kommst Du,

indem Du den gefundenen Term resp. das gefundene Wort vertikal notierst, so dass links Platz für die Grundbedeutungen der einzelnen Buchstaben bleibt. Dann fragst Du, auf wen oder was sich die Mitteilung bezieht, und versuchst intuitiv einen Text zu formulieren, der alle Grundbedeutungen und Ergänzungen der Reihe nach enthält. Du wirst einen - vielleicht etwas kryptischen - Text erhalten, der aber für Dich persönlich Sinn macht.

Hinweis: Ist ein U griechisch, dann schreibt sich dies als OY und bedeutet „Entscheidung“.

Das grosse griechische Alphabet



www.abc-code.com

A_{Alpha} Erde

I_{Iota} Gebet

P_{Rho} Wort Gottes

B_{Beta} Himmel

K_{Kappa} Motiv

Σ_{Sigma} Erfüllung

Γ_{Gamma} Licht

Λ_{Lambda} Wille

T_{Tau} Aufgabe

Δ_{Delta} Luft

M_{My} Leben

Υ_{Ypsilon} Handlung

E_{Epsilon} Inspiration

N_{Ny} Liebe

Φ_{Phi} Kern der Sache

OY Entscheidung

Z_{Zeta} Organ

Ξ_{Ksi} Führung

X_{Chi} Erfolg

H_{Ita} Initiative

O_{Omikron} Einweihung

Ψ_{Psi} Blüte

Θ_{Theta} Liebesakt

Π_{Pi} Gral

Ω_{Omega} Kosmos

A-Θ Begegnung
Lehrling

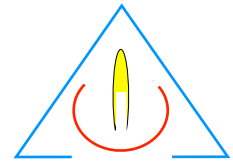
I-Π Erziehung
Geselle

P-Ω Berufung
Meister

Du willst ein Wort oder einen Namen aufschlüsseln?

Dann schreibe den Namen in Klein- oder Grossbuchstaben auf ein Blatt Papier oder oben auf eine neue Seite im persönlichen Tagebuch. Frage mit der Ja/Nein Methodik - Pendeln ist erlaubt: Wieviele Buchstaben hat das Wort? Wieviele davon und welche bleiben Grossbuchstaben, welche sind Kleinbuchstaben? Setze einen Punkt unter den neu bestimmten Grossbuchstaben. Wieviele und welche sind griechische? Setze einen Punkt über den neu bestimmten griechischen Buchstaben. Dann schreibe das Wort auf eine neue Zeile, und zwar die kleinen Buchstaben blau, die grossen rot, die griechischen mit Punkt.

das kleine griechische Alphabet



www.abc-code.com

α _{Alpha} pflanzen	ι _{Iota} glauben	ρ _{Rho} sprechen
β _{Beta} leuchten	κ _{Kappa} bewegen	σ _{Sigma} hören
γ _{Gamma} strahlen	λ _{Lambda} wollen	τ _{Tau} realisieren
δ _{Delta} atmen	μ _{My} freuen	υ _{Ypsilon} handeln
ϵ _{Epsilon} empfangen	ν _{Ny} zeugen	ϕ _{Phi} keimen
ξ _{Zita} organisieren	ξ _{Ksi} führen	χ _{Chi} resultieren
η _{Ita} beginnen	\omicron _{Omikron} vertrauen	ψ _{Psi} blühen
θ _{Theta} durchdringen	π _{Pi} senden	ω _{Omega} klingen
$\alpha-\theta$ begegnen <small>Lehrling</small>	$\iota-\pi$ erziehen <small>Geselle</small>	$\rho-\omega$ berufen <small>Meister</small>

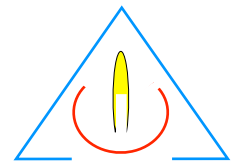
OU entscheiden

Zum sinnvollen Deutungstext kommst Du,

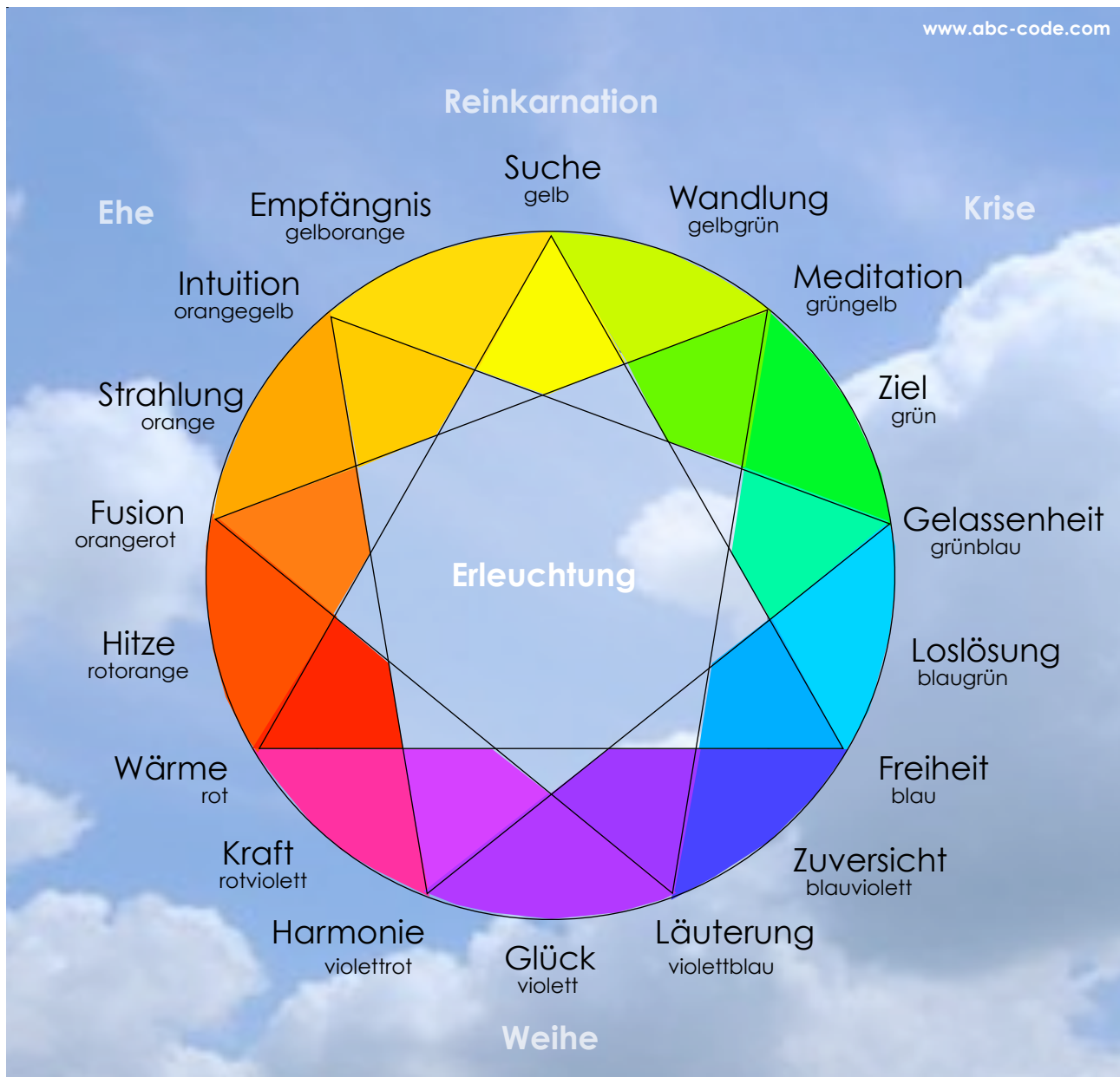
indem Du den gefundenen Term resp. das gefundene Wort vertikal notierst, so dass links Platz für die Grundbedeutungen der einzelnen Buchstaben bleibt. Dann fragst Du, auf wen oder was sich die Mitteilung bezieht, und versuchst intuitiv einen Text zu formulieren, der alle Grundbedeutungen und Ergänzungen der Reihe nach enthält. Du wirst einen - vielleicht etwas kryptischen - Text erhalten, der aber für Dich persönlich Sinn macht.

Hinweis: Ist ein U griechisch, dann schreibt sich dies als OY und bedeutet „Entscheidung“.

der Farbkreis



www.abc-code.com

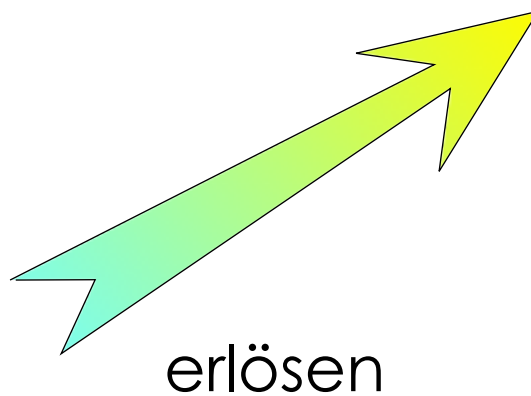
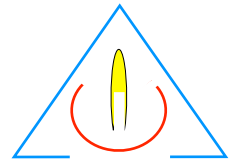


Es begegnet Dir eine Farbe?

Ist es nicht die Grundbedeutung der Farbe, dann schreib den Namen der Farbe hin. Jeder Buchstabe dieses Namens kann auf vier Arten geschrieben werden: Wieviele Buchstaben hat der Name? Wieviele davon und welche sind Grossbuchstaben? Setze einen Punkt unter den jeweiligen Buchstaben. Wieviele und welche sind griechische? Setze einen Punkt über den jeweiligen Buchstaben. Schreib nun auf eine neue Zeile die kleinen Buchstaben blau, die grossen rot, die griechischen mit Punkt.

Zum sinnvollen Deutungstext kommst Du,

wenn Du bei den vorhergehenden Tafeln nachliest, wie man's macht ...

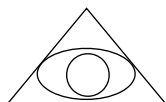
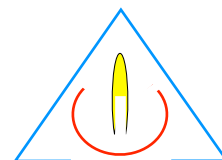


Hat ein Buchstabe oder eine Zahl einfach mehr Energie als andere?

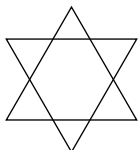
Dann setze einen Vektor darunter. Die Energie bedeutet, dass eine Kraft dahinter wirksam ist, die zu einer Lösung drängt. Du kannst diese Kraft auch Christuskraft oder Buddhakraft nennen. Als Bedeutung entspricht der Vektor dem Wort „erlösen“ und ist angezeigt, wenn alte Verstrickungen sich lösen, resp. Du dich entscheidest, Neuland zu betreten.

Auch „erlösen“ selbst kann eine Mitteilung sein,

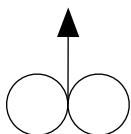
und wie Du das Rätsel lösen kannst ist weiter vorne immer wieder beschrieben worden ...



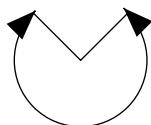
Urschöpfer



Christus / der androgyne Mensch



das tantrische Paar



die Wiedervereinigung



der eigene Weg

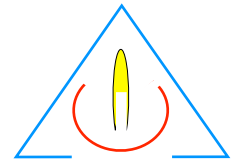
usw.

Du willst ein Symbol verwenden oder eines aufschlüsseln?

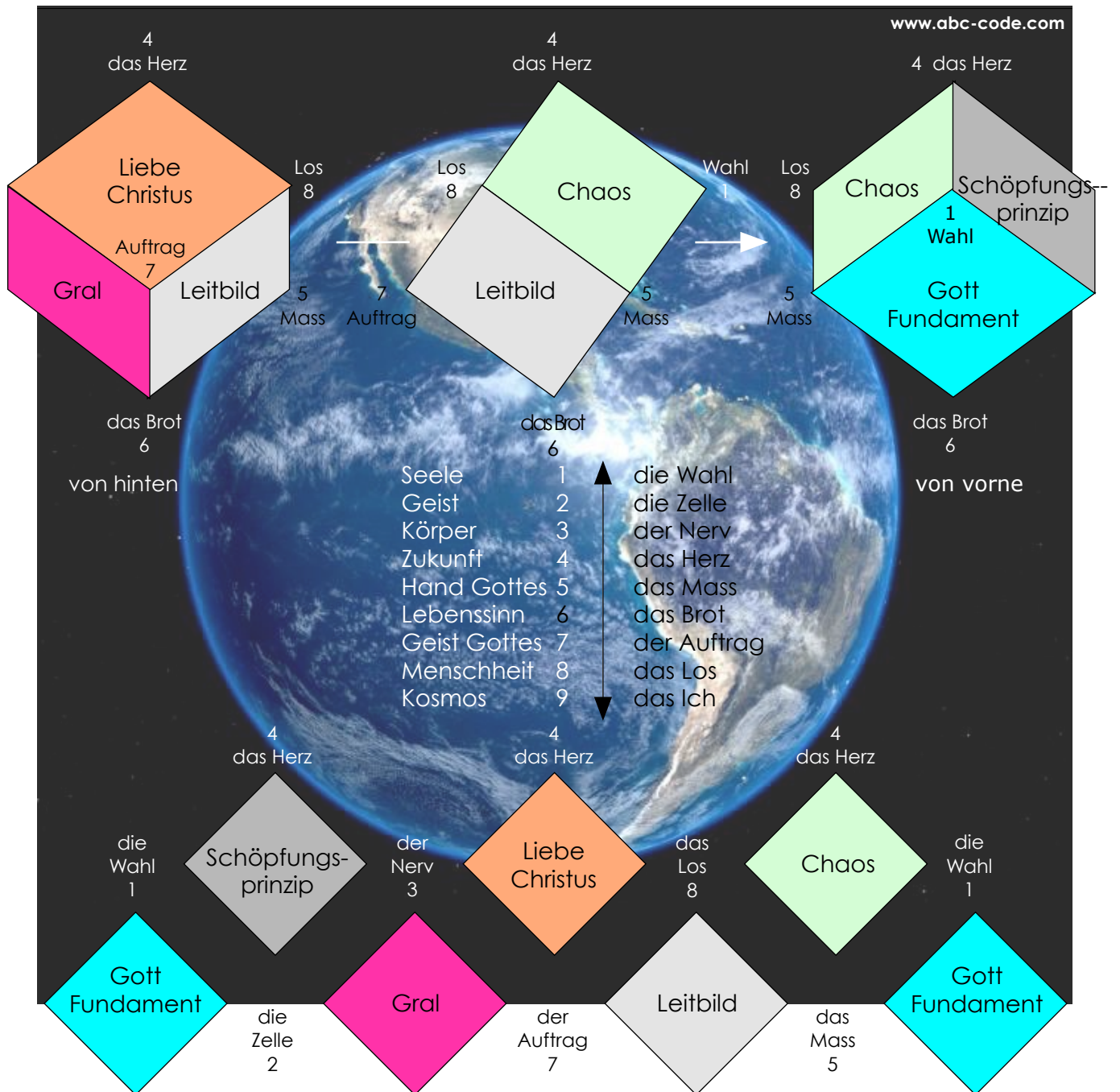
Ein Symbol gibt dir die Möglichkeit komplexere Zusammenhänge auf einfache Weise als Zeichen einzusetzen. Oben sind einige Symbole dargestellt. Kreiere deine eigenen, erfinde neue - und vergiss nie, dass auch das Symbolwort eine Bedeutung enthalten kann.

Zum sinnvollen Deutungstext kommst Du,

indem Du den gefundenen Term vertikal notierst, so dass links Platz für die Grundbedeutungen der Buchstaben bleibt. Frage, auf wen sich die Mitteilung bezieht, und versuche intuitiv, einen Text zu formulieren, der alle Grundbedeutungen und Ergänzungen der Reihe nach enthält. Du wirst einen - vielleicht etwas kryptischen - Text erhalten, der für Dich persönlich Sinn macht.



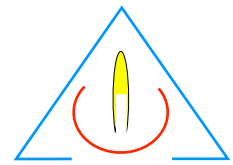
Der Würfel



Der magische Würfel

steht vertikal auf einer Spitze und ist hier von vorne, von der Seite und von hinten dargestellt. Den Würfelflächen entsprechen Worte, die sich aufgrund Ihrer geometrischen Zuordnung aufeinander beziehen. Kommen diese Worte in Mitteilungen vor, so lassen sie sich analog aufschlüsseln, wie dies in den anderen Bildtafeln beschrieben wurde.

Die Themenfolge



Zeitraum:

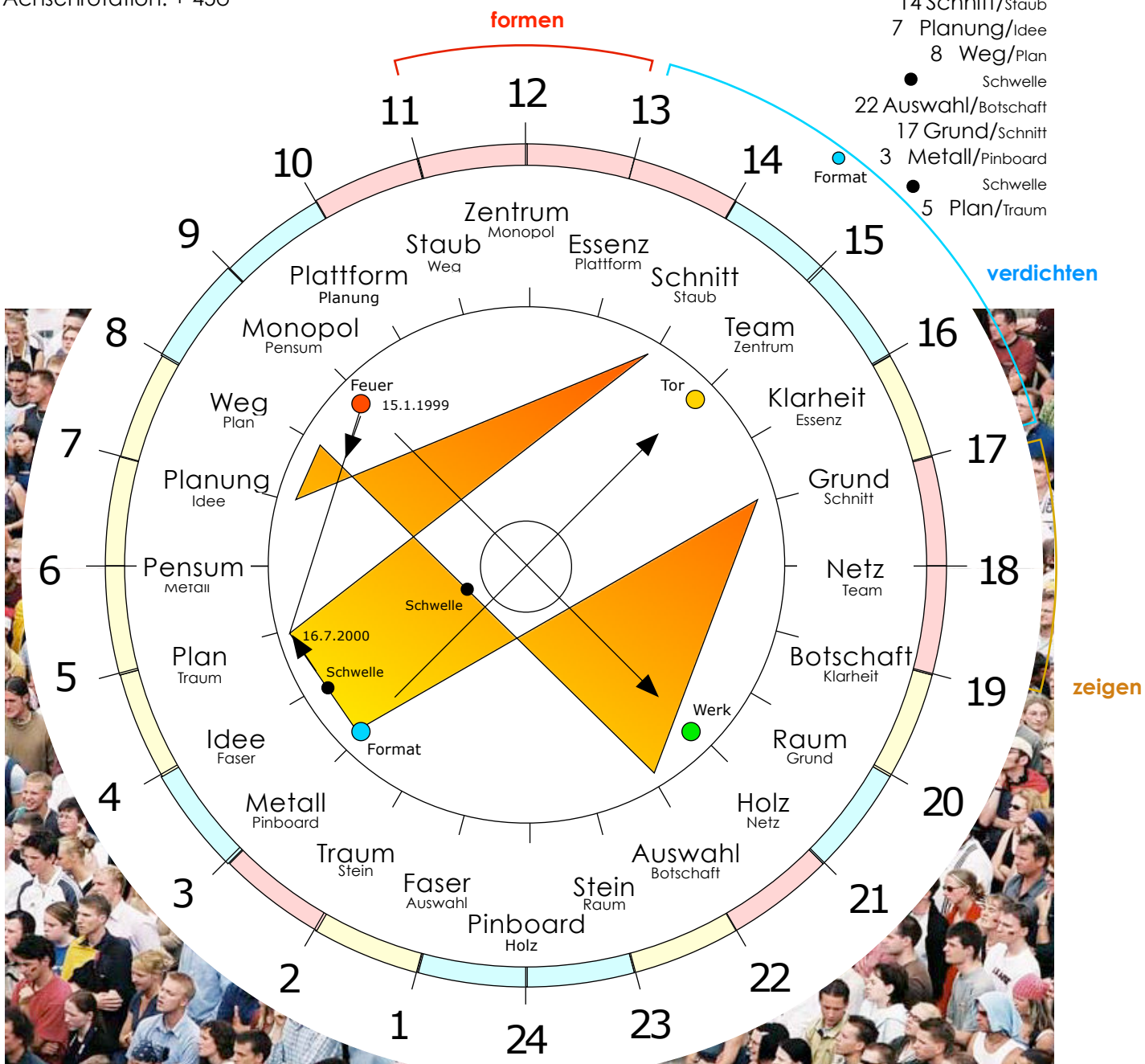
vom 15.1.1999 bis 16.7.2000

Achsenrotation: + 45°

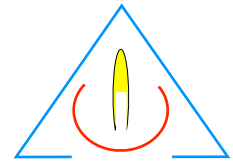
Vorname Name

Themenfolge:

- Feuer ● 9 Monopol/Pensum
5 Plan/Traum
14 Schnitt/Staub
7 Planung/Idee
8 Weg/Plan
● Schwellen
22 Auswahl/Botschaft
17 Grund/Schnitt
3 Metall/Pinboard
● Schwellen
5 Plan/Traum



Die Themenfolge ist eine Sammlung von Begriffen, die sich analog aufschlüsseln lassen, wie bereits beschrieben wurde. Du kannst deine persönliche Themenfolge bestellen, die dir Einblick in die Zusammenhänge der wichtigsten Stationen über einen bestimmten Zeitraum deines Lebens gibt: support@aufbaucode.ch

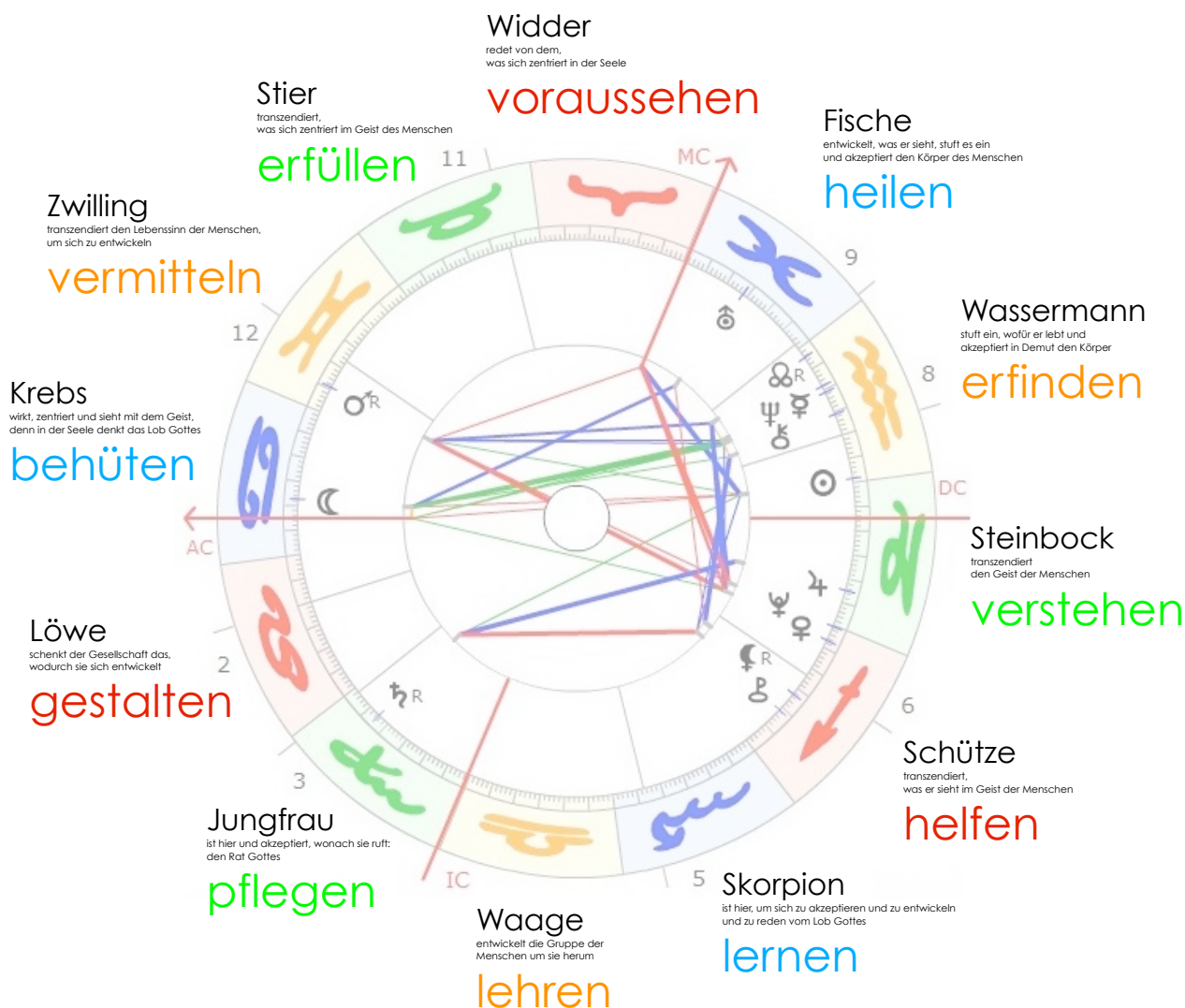
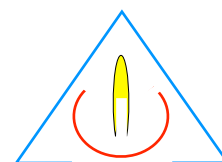


- ☉ Sonne
das Wesen
- ☿ Merkur
das Wissen
- ♀ Venus
die Lust
- ☾ Mond
der Spiegel
- ♂ Mars
die Entscheidung
- ♃ Jupiter
der Weise

- ♄ Saturn
der Verstand
- ♅ Uranus
die Intelligenz
- ♆ Neptun
das Mitgefühl
- ♇ Pluto
die Vergebung
- ♁ Chiron
der Trost
- ♌ aufsteigender Mondknoten
die Entfaltung
- ♍ absteigender Mondknoten
die Erfahrung

Du willst den Namen eines Planeten aufschlüsseln?

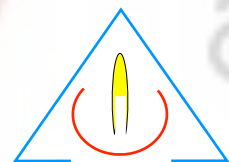
Dann schreibe den Namen in Klein- oder in Grossbuchstaben auf ein Blatt Papier oder oben auf eine neue Seite im persönlichen Tagebuch. Wei weiter findest Du in den vorhergehenden Kapiteln ...



Du willst den Namen eines Tierkreises aufschlüsseln?

Dann schreibe den Namen in Klein- oder in Grossbuchstaben auf ein Blatt Papier oder oben auf eine neue Seite im persönlichen Tagebuch. Wei weiter findest Du in den vorhergehenden Kapiteln ...

Die astrologischen Aspekte



www.abc-code.com

0° die Konjunktion
das Paaren

30° das Halbsextil
das Fördern

60° das Sextil
das Tragen

90° das Quadrat
das Tauschen

150° die Quincunx
das Sehnen

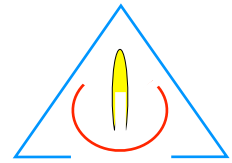
120° das Trigon
das Tanzen

180° die Opposition
das Fügen

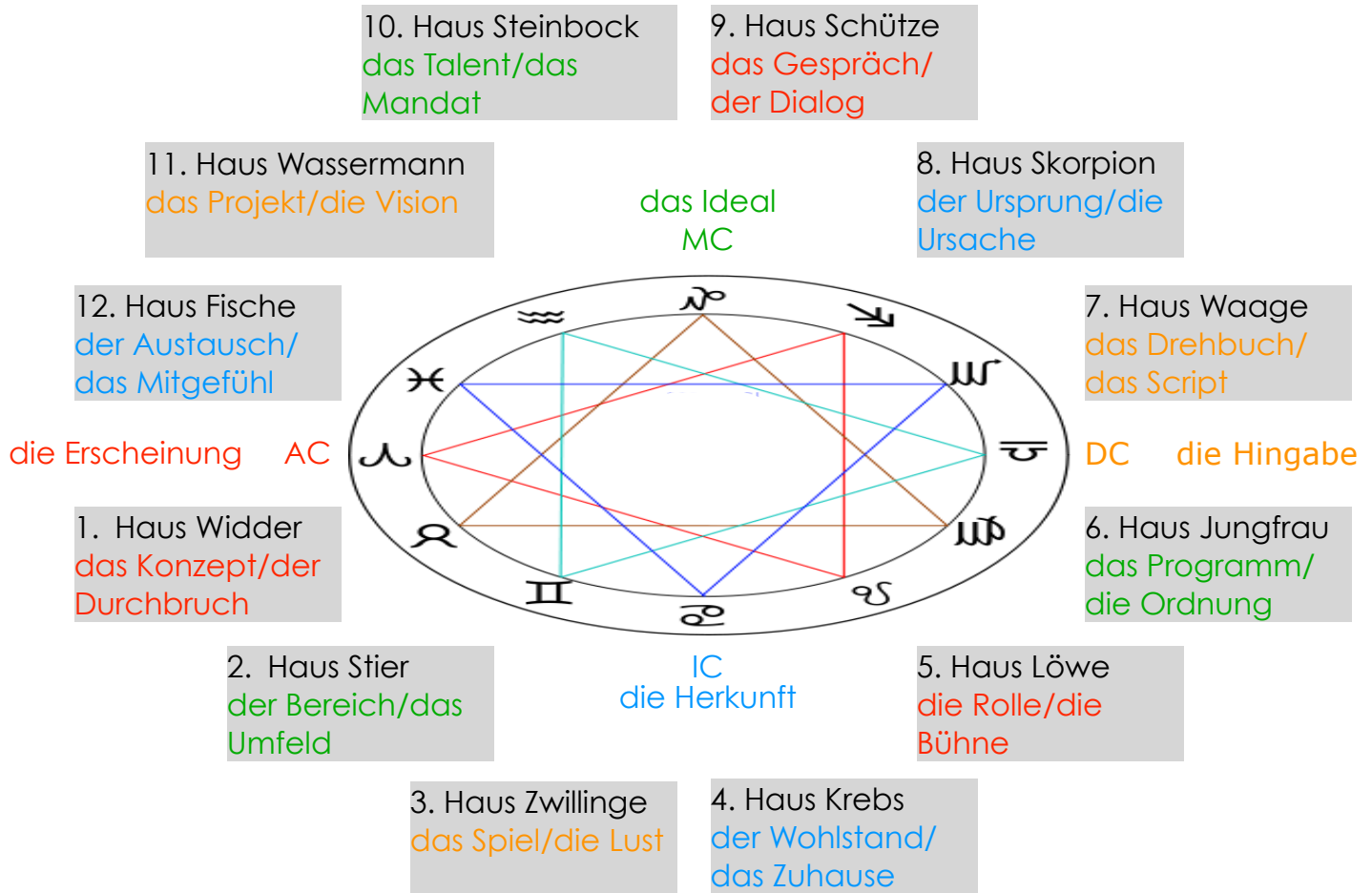
Du willst einen der astrologischen Aspekte aufschlüsseln?

Dann schreibe den Namen in Klein- oder in Grossbuchstaben auf ein Blatt Papier oder oben auf eine neue Seite im persönlichen Tagebuch. Wei weiter findest Du in den vorhergehenden Kapiteln ...

Die astrologischen Häuser

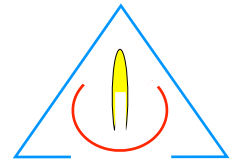


www.abc-code.com



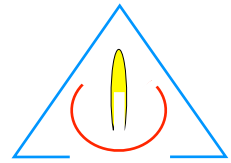
Du willst ein astrologisches Haus aufschlüsseln?

Dann schreibe den Namen in Klein- oder in Grossbuchstaben auf ein Blatt Papier oder oben auf eine neue Seite im persönlichen Tagebuch. Wei weiter findest Du in den vorhergehenden Kapiteln ...



a	=	lebe Mensch
b	=	und bete zum Kosmos
c	=	damit er Dich beschenkt
d	=	und ernährt -
e	=	er ruft Dich
f	=	denn Du bist eingestuft
g	=	zu lieben
h	=	und Dich zu zentrieren
i	=	für das was Du entwickelst -
j	=	lobe darin das Gute
k	=	und leide mit dem was schmerzt -
l	=	denke darüber nach -
m	=	nimm es an
n	=	und danke für die Einsicht
o	=	denn Du bist hier
p	=	zu transzendieren
q	=	und zu erkennen
r	=	und zu reden von dem
s	=	was Du siehst
t	=	und um folgendes zu tun:
u	=	gib das Deine hinein und
v	=	bitte um Erlösung
w	=	warte in Gewissheit
x	=	und preise den Kosmos
y	=	damit alles wirkt
z	=	und reift

Beispiel „QUO VADIS“



www.abc-code.com

QUO VADIS
quO paDiS

erkenne q = erkenne
geben u = was Du geben kannst
Seele O = damit deine Seele
leuchtet b = leuchtet -
lebe a = und lebe
für deine geistige Ernährung D = , für deine geistige Ernährung
entwickelst i = die Du mit entwickelst -
sehen S = und Du wirst sehen (d)

QUO VADIS

erkenne

was Du **geben** kannst

damit deine **SEELE**

leuchtet -

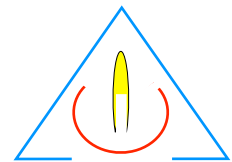
und **lebe**

für deine **GEISTIGE ERNÄHRUNG**

die Du **entwickelst** -

und Du wirst **sehen(d)**

Beispiel „PEACE“

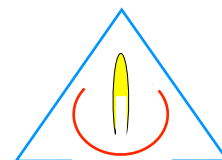


www.abc-code.com

PEACE
peace

transzendiere p = transzendiere
rufe dich e = wofür ich Dich rufe
und erlebe a = und erlebe
die GNADE C = die GNADE
die Du dadurch empfängst E = die Du dadurch empfängst

PEACE
transzendiere
wofür ich Dich **rufe**
und **erlebe**
die **GNADE**
die Du dadurch **empfängst**



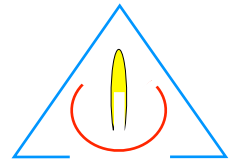
CUBUS
C U B U S

Schenken → C = Was ihr Menschen Euch schenkt
geben ↓ U = wird Euch gegeben
Himmel B = vom Himmel -
geben ↓ U = aber geben kann ich
☉ hören • Ö = Euch so wenn ich mich hört

CUBUS

was ihr Menschen
euch **schenkt**
wird euch **gegeben**

vom **HIMMEL** -
aber **geben** kann ich euch
nur wenn ihr mich **hört**



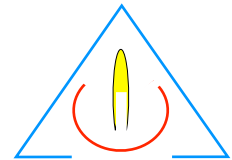
HOPPLA
hoppla

zentriert h = wer sich zentriert
sein o = in dem was er ist
transzendiert p = und sich so transzendiert
sende t = dem sende ich alles
Reise l = für seine geistige REISE
Erde A = auf dieser ERDE

HOPPLA

wer sich **zentriert**
in dem was er **ist**
und sich so **transzendiert** -
dem **sende** ich alles
für seine geistige **REISE**
auf dieser **ERDE**

2
1 6 1
1 6 1

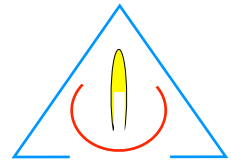


$$\begin{array}{c}
 5 \\
 2+3 \\
 2+4-1 \\
 2+2 \cdot 2-1 \\
 \bar{I} + \bar{I} \cdot \bar{I} - O \bar{N} \bar{E} \\
 I + i \cdot I - O N E
 \end{array}$$

Geist abc **I** = dem **Geist** des aufbauendes
 geben + u gib
 entwickeln **i** = jenen, die sich **entwickeln**
 Geist **I** = in ihrem **Geist**
 sein - **O** und danach **senden**
 sein **O** = zu **sein**
 liebe **N** = in **Liebe**
 Inspiration **E** = und **Inspiration**

5

den **GEIST** des Aufbaucodes
gib
 jenen die sich **entwickeln**
 in ihrem **GEIST**
 und danach **senden**
 zu **sein**
 in **LIEBE**
 und **INSPIRATION**



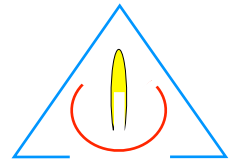
VESTELLA
veStel·A

bitte ↑ V = Wenn Du Gott **bittest**
rufe ↓ e = dass er dich **ruft**
Lebenssinn S = zu deinem **LEBENSINN**
tue tue = dann **tue** folgendes:
rufe e = **rufe** dich selbst
denke l = und **denke** darüber nach
was Du λ = was Du **willst**
Erde A = hier auf dieser **ERDE**.

VESTELLA

Wenn Du Gott **bittest**
dass er dich **ruft**
zu deinem **LEBENSINN**
dann **tue** folgendes:
Rufe dich selbst
und **denke** darüber nach
was Du **willst**
hier auf dieser **ERDE**.

Beispiel „BETWOO“



www.abc-code.com

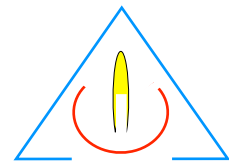
BETWOO
bEt'Woo

bete b = bete
Weisheit E = in Weisheit
tue t = und tue es
Ruhe W = in Ruhe
Sinn O = dann bist Du
Vertrauen o = im Vertrauen

BETWOO

bete
in **WEISHEIT**
und **tue** dies
in **RUHE** -
dann **bist** Du
im **Vertrauen**

Beispiel „3 SCHWARZE MESSER“



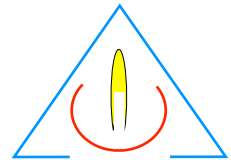
www.abc-code.com

3 SCHWARZE MESSER
TRE tre SCHWARZE mesSER

tun a t = Was auch immer Du **tust**,
 reden r = **rede** darüber
 rufen e = und **rufe** andere hinzu
 sehen s = damit auch sie **sehen**
 schenken c = was sie **schenken** (können)
 dieser Welt h = dieser **Welt**.
 Warte w = **Warte** nicht
 bist Du etwas **erlebst**
 sondern **rede** darüber
 wie Du **organisierst**
 deine **INSPIRATION**
 die Du **annimmst**
 wenn Gott dich **ruft**
 damit Du **siehst**
 die **ERFÜLLUNG**
 nach der alle **rufen**
 in dieser **MENSCHHEIT**

3 SCHWARZE MESSER

was auch immer Du **tust**
rede darüber
 und **rufe** andere hinzu
 damit auch sie **sehen**
 was sie **schenken** (können)
 dieser **WELT**.
Warte nicht
 bist Du etwas **erlebst**,
 sondern **rede** darüber
 wie Du **organisierst**
 deine **INSPIRATION**
 die Du **annimmst**
 wenn Gott dich **ruft**
 damit Du **siehst**
 die **ERFÜLLUNG**
 nach der alle **rufen**
 in dieser **MENSCHHEIT**



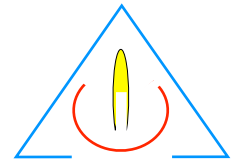
4. QUARTE Quaⁱpte

erkennen + q = wann Du mich **er**kennst
geben + u = **ge**be ich Dir (alles)
leben + a = um zu **er**leben
Wort Gottes + p = das **W**ort **G**ottes / mein **W**ort
tun + t = um das zu **t**un
rufen + e = wonach Du **r**ufst

QUARTE

wenn Du mich **er**kennst
gebe ich Dir alles
um zu **er**leben
das WORT **G**OTTES/mein Wort
um das zu **t**un
wonach Du **r**ufst

Beispiel „NÜSSLISALAT“



www.abc-code.com

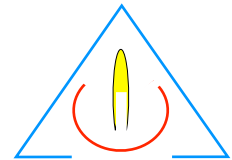
NUESSLISALAT
nueSSLisalaT

danken ↑ h = wer mir **dankt**
geben ↓ u = für was ich ihm **gebe**,
rufen ↑ e = wer mich **ruff**
sehen s = um zu **sehen**
Lebenssinn S = seinen **Lebenssinn**
denken f = der **denkt** bereits so
entwickeln i = dass er sich **entwickelt** -
sehen S = darum **siehe**
leben g = wer hier **lebt**
Reise L = für seine **geistige Reise**
pflanzen p = dem wird **eingepflanzt**
Aufgabe T = seine eigene individuelle **Aufgabe**

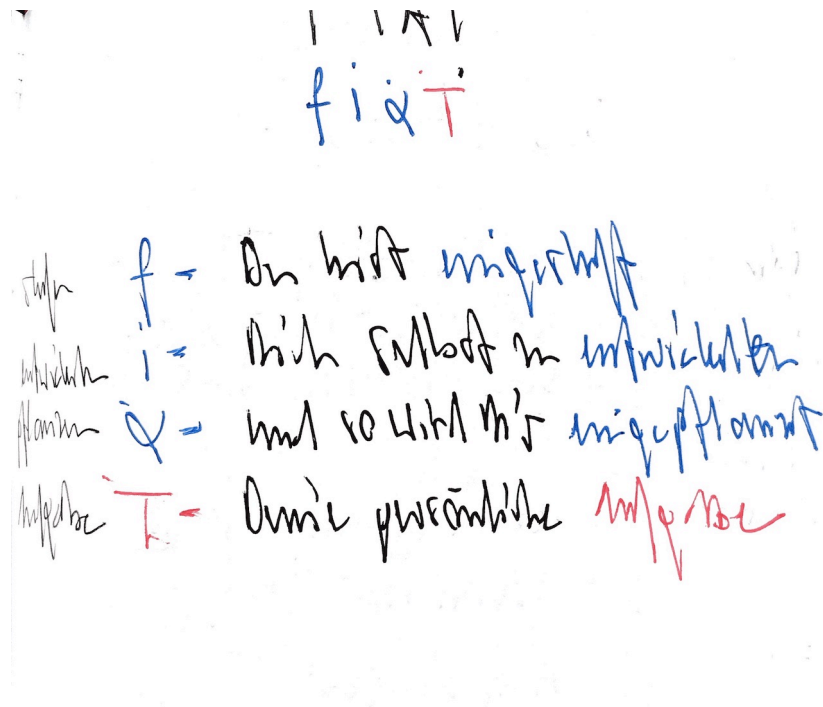
NUESSLISALAT

wer mir **dankt**
für was ich ihm **gebe** -
wer mich **ruff**
um zu **sehen**
seinen **LEBENSINN** -
der **denkt** bereits so
dass er sich **entwickelt** -
darum **siehe**:
wer hier **lebt**
für seine **GEISTIGE REISE**
dem wird **eingepflanzt**
seine eigene individuelle
AUFGABE

Beispiel „FIAT“



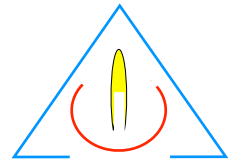
www.abc-code.com



FIAT

Du bist **eingestuft**
dich selbst zu **entwickeln**
und so wird dir **eingepflanzt**
deine persönliche **AUFGABE**

Beispiel „NO EGGS AT ALL“



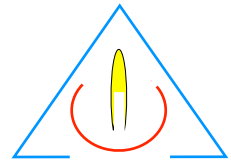
www.abc-code.com

NO EGGS AT ALL
no eggs at all

danke b, n = ich danke dir
sinn o = dass Du bist wer Du bist
empfang e = empfang
lieben g = dass ich dich liebe
strahlen y = und strahle dies aus
Lebenssinn s = mit deinem Lebenssinn
pflanzen i = pflanze
tun t = was Du tun ist
leben a = und lebe
Reise L = deine Reise
Wollen x = so wie Du es willst

NO EGGS AT ALL

ich **danke** dir
dass Du **bist** wer Du **bist** -
empfang
dass ich dich **liebe**
und **strahle** dies aus
mit deinem **LEBENSINN** -
pflanze was zu tun ist
und **lebe**
deine **REISE**
so wie Du es **willst**

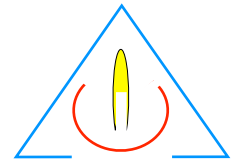


TOVILUR
to vi L öv ip

was auch immer DU **tust**,
sei dich selbst
und bitte den **KOSMOS**
dich zu **entwickeln**
auf deiner **GEISTIGEN REISE**
damit Du alles **entscheidest**
im **WORT GOTTES**

TOVILUR

was auch immer DU **tust** -
sei dich selbst
und bitte den **KOSMOS**
dich zu **entwickeln**
auf deiner **GEISTIGEN REISE**
damit Du alles **entscheidest**
im **WORT GOTTES**

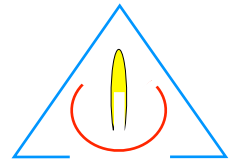


BASKET BALL
bas ket b a l l
b = wer zu Gott betet
a = erlebt
s = dass er plötzlich sieht
k = sein Motiv mit dem
e = er gerufen wird
t = das zu tun
b = wofür er betet
p = um so zu pflanzen
l = mit seinem Willen
l = das was er wirklich will.

BASKETBALL

wer zu Gott **betet**
erlebt
dass er plötzlich **sieht**
sein **MOTIV** mit dem
er **gerufen** wird
das zu **tun**
wofür er **betet**
um so zu **pflanzen**
mit seinem **WILLEN**
das was er wirklich **will**

Beispiel „KERN“



www.abc-code.com

KERN
kern

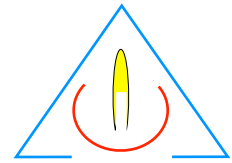
leiden k = wenn Du leidest
rufen e = rufe nach Gott
reden r = und rede mit ihm
lobgott n = über sein lob.

KERN

wenn Du **leidest**

-

rufe nach Gott
und **rede** mit ihm
über sein **LOB**



Was ist der Aufbaucode?

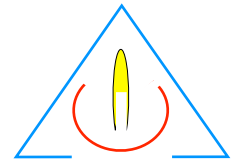
Der Aufbaucode basiert einerseits auf verschiedenen Tafeln in denen jeder Zahl, jedem Buchstaben und jeder Farbe eine Wortbedeutung zugesprochen wird. Andererseits basiert er auf einer Methodik, wie Zahlen, Worte und Namen aufgeschlüsselt werden können. Die Tafeln sind im Anhang, resp. auf der website www.aufbaucode.ch ersichtlich.

Willst Du nun den Aufbaucode entdecken, dann nimm ein Pendel - da genügt auch eine grössere Unterlagsscheibe, oder ein Halbedelstein-Donut an dem Du ein Stück Bindfaden befestigst - und erfrage dein persönliches Zeichen für Ja und für Nein. Meines zum Beispiel ist Kreisen im Uhrzeigersinn für Ja, und hin und her Pendeln, also wie Kopfschütteln, für Nein. Keine Angst vor dem Pendel. Es ist nichts Okkultes. Es ist auch nicht das Pendel, das Antwort gibt. Du als Mensch bist für Schwingungen empfänglich - wie ein Instrument. Das Pendel macht die Schwingung jedoch sichtbar, so wie der Zeiger an einer Uhr die Zeit, oder der Bildschirm am Computer was Du gerade tust. Dein innerer Gesprächspartner hilft mit: Du selbst fragst, Du selbst postulierst Antworten und überprüfst diese mit dem Pendel oder mit dem inneren Gehör auf deren Richtigkeit. Ich selbst brauche das Pendel, wenn die Sachverhalte komplex sind und dementsprechend weit auseinander zu gliedern sind. Aber - nun beginnen wir:

Willst Du eine Zahl aufschlüsseln, dann solltest Du deinen mathematischen Spürsinn etwas ankurbeln. Mit Knobeln, Tüfteln, intuitiv Erfassen kommt man zum Ziel. In der Schule wurden jeweils Rechnungen gestellt. Man musste das Resultat berechnen. Beim Aufbaucode ist es umgekehrt. Hier entspricht die Zahl dem Resultat. Die Aufgabe besteht darin die entsprechende Rechnung, die zu diesem Resultat geführt hat zu rekonstruieren. Da gibt es natürlich unendlich viele Möglichkeiten. Also, wie finde ich heraus, welche dieser Möglichkeiten jetzt und heute die richtige ist? - Ich frage so lange bis ich über die Ja/Nein Methodik den richtigen Term gefunden habe. Das geht eigentlich sehr schnell und ist wie Fahrradfahren - irgendwann kann man es. Aber jetzt zur Reihenfolge: Frage wie folgt:

- Ist die Zahl das Resultat einer Rechnung?
- Wenn ja, ist es eine Addition oder eine Subtraktion?
- Eine Multiplikation oder eine Division?
- Eine Potenz oder eine Wurzel?

Jetzt fragst Du weiter, ob sich die gefundenen Rechnungsteile noch weiter aufschlüsseln lassen, so weit bis die ganze Rechnung in ihren einzelnen Glieder dasteht. Also - aufschreiben in dein neues Buch, das Du dir für deine persönlichen ABC-Mitteilungen besorgt hast. Als Beispiel (und jede Zahl ist anders!) diene uns die Zahl 5, eine Addition, hier zum Beispiel $2 + 3$, diese Summe teilt sich weiter auf: $2 + 4 - 1$. Allenfalls gibt es noch einen dritten, vierten, fünften Schritt, hier: $2 + 2 \times 2 - 1$. Wenn Du soweit bist, ersetzt Du diese einstelligen Zahlen durch die Buchstaben respektive deren Wortbedeutungen aus dem Kapitel „Die Zahlen 1 – 9“. Gibt es weiterhin mehrstellige Zahlen, fragst Du, ob dies Jahre, Jahreszahlen, Altersangaben oder eine Anzahl Teile von - was hörst Du? - etwas grösserem sind. Nach diesem mathematisch/logischen Teil geht es nun weiter zur Aufschlüsselung von Name und Wort.



Du willst ein Wort aufschlüsseln?

Vielleicht hattest Du im Traum eine Begegnung mit einer Person namens gehabt, oder Du willst deinen eigenen Namen oder den einer dir bekannten Person aufschlüsseln. Vielleicht hat sich ein Wort wie zum Beispiel „Teekanne“, „Schlitzohr“, „Nagelfeile“ oder „Wasweissich“ in deinem Kopf festgesetzt und will nicht mehr heraus. Schreib dieses Wort oder diesen Namen auf - am besten in Kleinbuchstaben oder alles in Grossbuchstaben. Da jeder Buchstabe (vorerst) vier Möglichkeiten hat geschrieben zu werden, gehst Du wie folgt vor und fragst:

- Wieviele Buchstaben hat das Wort?
- Wieviele davon sind Grossbuchstaben?
- Welche? Setze einen Punkt unter den jeweiligen Buchstaben.
- Wieviele sind griechische?
- Welche? Setze einen Punkt über den jeweiligen Buchstaben.
- Schreib die kleinen Buchstaben blau, die grossen rot, die griechischen mit Punkt.

Zurück zur aufgeschlüsselten Zahl:

Da Du die einzelnen Zahlen der Rechnung mit Buchstaben ersetzt hast, gehst Du vor wie eben beschrieben und fragst in welcher der vier möglichen Versionen der jeweilige Buchstabe zu schreiben ist. Nun fragst Du ob allenfalls zwischen den einzelnen Buchstaben weitere Buchstaben - meist kleine und meistens nur sehr wenige - zu setzen sind. Schreib diese hin.

Unser Beispiel hat nun die Form:

$$2 + 2 \times 2 - 1$$

oder mit Buchstaben aus dem 1. Kapitel ersetzt:

$$I + I \times I - ONE \text{ (die „1“ - wanted to be written in english)}$$

die Prüfung auf Grossbuchstaben resp. griechisch ergibt folgendes:

$$,I + I \times ,I - O'N'E$$

nun schreiben wir das nochmals auf:

$$I + i \times I - o'N'E$$

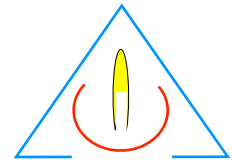
Achtung - viele der griechischen Grossbuchstaben schreiben sich gleich. Der Punkt oben ist wichtig. Nun kommen noch zwei kleine Buchstaben hinzu:

$$I + i \times I - o'N'E$$

u ,p

Auch hier - viele griechische Kleinbuchstaben schreiben sich gleich wie im deutschen Alphabet. Der Punkt oder Apostroph oben ist also wichtig. Nun ist die mathematisch/logische Phase durchgespielt und wir kommen zur intuitiv/deutenden Phase:

die Anwendung 3 - Deutung



www.abc-code.com

Wie kommst Du zu einem sinnvollen Deutungstext?

indem Du den gefundenen Term aus der ersten Phase so vertikal untereinander schreibst, dass links Platz für die Grundbedeutungen der einzelnen Buchstaben bleibt. Unser Beispiel sieht dann so aus:

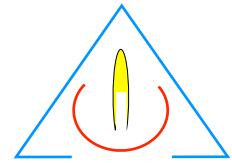
Geist	I =	
geben	+	U
entwickeln	i =	
	x	
Geist	I =	
senden	-	,π
sein	o =	
Liebe	'N =	
Inspiration	'E =	

Nun fragst Du, auf wen - meistens sind es ja Menschen, Familien, Projekte - sich die Grundbedeutungen beziehen. Allenfalls musst Du die Grundbedeutung etwas anpassen. Zum Beispiel bedeutet das grosse T Geburt - aber es kann auch Start, Neubeginn, Aufbruch heissen. Analog verhält es sich mit den anderen Grundbedeutungen. Mach kleine Randnotizen wen es betrifft, z.B. den Partner, einen Elternteil, den Arbeitskollegen, den Vorgesetzten, einen Nachbarn. Vergiss auch den lieben Gott, oder wenn Du willst den Urschöpfer dieses Kosmos nicht. Der schaltet sich meistens ein, wenn Du mit dem Aufbaucode arbeitest. Lass ihm auch eine Chance.

Wenn Du nun hellhörig und intuitiv versuchst, einen Text zu formulieren, der alle Grundbedeutungen und Ergänzungen der Reihe nach enthält, wirst Du einen etwas kryptischen Text erhalten, der für Dich persönlich Sinn macht. Vergiss nicht, dass Du - ohne selbst zu fragen - nicht bis dahin vorstossen kannst, und dass Du selbst dir die Antworten und Erläuterungen gibst. Der Aufbaucode ist wie ein Fahrzeug, dessen Bedienung ich soeben erläutert habe. Aber wohin Du damit fährst entscheidest letztlich Du selbst.

Mein aktuelles Beispiel hat mittlerweile den folgenden Bedeutungstext erhalten:

Geist	I =		der GEIST des Aufbaucodes
geben	+	U	gib denen,
entwickeln	i =		die sich entwickeln ,
	x		
Geist	I =		denn ihr GEIST
senden	-	,π	sendet danach
sein	o =		zu sein
Liebe	'N =		in LIEBE
Inspiration	'E =		und INSPIRATION .



Du willst generell eine Mitteilung empfangen?

Wenn Du also eine - ich nenne sie ABC-Mitteilung oder ABC-Botschaft - ABC bedeutet AufBauCode - empfangen willst, dann nimm dein Buch oder ein Stück Papier, farbige Stifte und fragst: Wie viele Stellen hat die Mitteilung? Meistens sind es drei, vier oder fünf, manchmal auch mehr. Dann befragst Du jede Stelle, ob sie einen Buchstaben beinhaltet, eine Zahl, eine Farbe, ein Symbol oder eine Komponente aus einem anderem System, wie Themenfolge oder Tierkreis zum Beispiel. Meistens geht es jedoch gar nicht so weit. Bei den Buchstaben fragst Du nach gross und klein, und nach griechisch. Bei den Zahlen fragst Du, ob es Resultate von Rechnungen sind und leitest diese entsprechend her. Weiter sind zwischen den einzelnen Positionen noch Zwischenglieder möglich, meistens kleine Buchstaben, die als Verben für die Verbindung der einzelnen Substantiven dienen.

Support

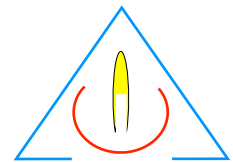
Der Aufbaucode unterscheidet sich als dynamisches System von der herkömmlichen Numerologie. Auf aktuelle und persönlichen Fragen habe ich dort keine Antworten finden können. Durch die unendliche Zahl von Möglichkeiten, die sich aus der Methodik im Aufbaucode ergeben, sind Fremdbeeinflussung und Doktrin fast ausgeschlossen. Und da wird Neuland betreten spannend! Ich wünsche jedem neuen Anwender und jeder neuen Anwenderin des Codes viel Spass, Einsicht und Erfüllung. Übung macht den Meister, wie bei allem. Der Aufbaucode ist wie ein Musikinstrument. Es braucht eine Weile bis es klingt, und einem der Klang auch gefällt. Also - dran bleiben!

Aufschlüsseln zu zweit

Das macht Sinn, da oft der eine die Lücke beim andern füllen kann.
Und falls Hilfe oder Support nötig ist - unten stehen die Kontaktangaben.

Juerg Spoerri - ABC-Code.com
erreichbar unter Tel +41 76 377 10 97
oder support@abc-code.com

Wie heisst dein Wort?



www.abc-code.com

schreib dein Wort hier hinein:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

welche sind Grossbuchstaben - setze einen Punkt darunter - bei griechischen Buchstaben - setze einen Punkt darüber

dein Wort sieht nun so aus - Du kannst die grossen rot schreiben und die griechischen mit Punkt versehen:

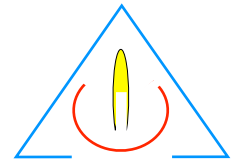
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

und hier dasselbe vertikal untereinander notiert:

hier kommen die
Grundbedeutungen hin

und hier kommt dein Text, der die Grundbedeutungen im Sinnzusammenhang enthält
Wichtig: das Thema gibst Du - denn nur Du weisst worum es sich handelt

Antistress Liste



www.abc-code.com

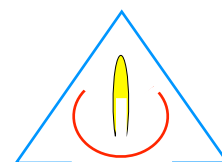
Stress entsteht wenn man gleichzeitig zwei Dinge tun will, die miteinander nicht vereinbar sind. Die meisten Menschen verwechseln Antistress-Liste mit Prioritätenliste, in der zuoberst das wichtigste stehen sollte. Das wichtigste ist jedoch nicht immer das was als erstes kommt. Wenn Du auf Jobsuche bist und gleichzeitig hungrig, aber dein Kühlschrank leer, was machst Du zuerst? Zeitung lesen oder einkaufen? Du siehst, die Antistress-Liste hilft Dir Ordnung in deinen Tages- und Wochenablauf zu bringen indem Du all deine grossen und kleinen to do's zeitlich in die richtige Reihenfolge bringst. Du fragst einfach Dich und den Kosmos auf welchen Punkt die einzelne Aufgabe hinkommt, schreibst diese dorthin und wenn fertig beginnst Du oben mit erledigen. Ziemlich einfach nicht wahr. Das sieht zum Beispiel so aus: Schuhe zum reparieren bringen (höre in dich hinein und schreibe es dort zur Nummer, die Du innerlich hörst) sagen wir 5. Hypothek mit der Bank klären (wichtig!!!) aber erst auf Platz 18. Den besten Freund anrufen (gleich jetzt!!!) nein ist erst auf Platz 4. (Weil der heute gar nicht da ist). Mit Kleinkind zum Arzt auf Platz 8. Vorschlag neue Hausordnung (seit Jahren ein Dauerbrenner) bleibt auf Platz 20. Ist die Liste fertig dann beginnst Du oben mit erledigen und der Kosmos hilft Dir jedesmal dabei. Nach einer gewissen Zeit wirst Du eine neue Liste anfertigen mit vielleicht bloss 15 oder gar mit 25 Punkten. Es ist deine Liste, nicht meine. Meine mache ich ohne Vorlage direkt auf dem Block, und der ist für alles andere sowieso immer mit mir. So kann ich genüsslich im Cafe sitzen weil ich weiss an welchem Punkt ich stehe ... Viel Spass!

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____

Tipp:

bleibt ein Punkt leer ... dann gerate nicht in Panik. Entweder er füllt sich morgen mit Inhalt oder Du schreibst mal ein „Ü“ hinein. Diese „Ü“ steht für Überraschung und Du wirst dann schon sehen, was passiert ;-)

Mit deiner Antistress-Liste gibst Du dem Kosmos eine Chance aktiv und gestaltend in deinen Tagesablauf hinein zu wirken. Nichts schöner als das!



für Fragen:



Juerg Spoerri
+41 76 377 10 97
support@abc-code.com