DIE DELTA PÄDAGOGIK

Leitsatz I

Freiheit: Übungen zum Geist

Beobachten und Denken

Hanspeter Diboky

DIE DELTA PÄDAGOGIK

Leitsatz I

Freiheit: Übungen zum Geist

Beobachten und Denken

Delta Dynamik

1. Auflage, 2014

© 2014 CMD Publishing, Zürich
Alle Rechte vorbehalten.

Satz & Gestaltung: Christian Diboky, Zürich
www.cmdpublishing.ch

Zusammenfassung

Der ganze Mensch besteht immer aus Geist, Seele und Leib. Der Mensch kann nur positiv gefördert werden, wenn die Gesetze des Menschen befolgt werden. Sie werden in den vier Leitsätzen charakterisiert. Die vier Leitsätze legen ihren Schwerpunkt auf das Wirken des Individualkörpers, des Seelenkörpers, des Energiekörpers oder des physischen Körpers. Alle Leitsätze als Einheit charakterisieren den vollständigen Menschen. Er ist durchgeistigt, beseelt, belebt und durchdringt im Wachzustand seinen sichtbaren Körper.

Der Geist hat als Werkzeug seinen sichtbaren Körper, die Seele ihren unsichtbaren Körper. Die Geist-Seele des Menschen offenbart sich im durchgeistigten, durchseelten und belebten Körper auf der Erde. Es wird vom lebenden Menschen gesprochen. Nach dem Tod existiert der Mensch als individueller Geist und als individuelle Seele mit einem individuellem Leib weiter.

Alle Handlungen des Menschen geschehen im Jetzt. Dank der Geist-Seele mit ihren vier Gedächtnisarten kann das Motiv zu einer Handlung im Jetzt oder in der Vergangenheit liegen. Der Mensch im Gegensatz zum Tier kann sich auch ohne Reize der Sinneswelt bewusst erinnern. Deshalb liegt in ihm die Möglichkeit zur Freiheit.

Es wird vom Ultrakurzzeitgedächtnis des Individualkörpers, vom Kurzzeitgedächtnis des Seelenkörpers, des Mittelzeitgedächtnis des Energiekörpers oder Langzeitgedächtnisses des physischen Körpers gesprochen.

In den vier Leitsätzen werden die Gesetze, die in den vier Körpern gelten, beschrieben.

Der Leitsatz I

Der Individualkörper als "Produkt" des DELTA oder ICH- steht nun im Zentrum.

Der Leitsatz I und die Freiheit des Individuums spielen die grösste Rolle:

Ich bestimme mich selbst. Ich werde nicht vom Ego manipuliert.

Alle Übungen werden mit aufmerksamen, hellen Bewusstsein und unserem ganzen Kern (DELTA) durchgeführt.

Es darf aber nie vergessen werden, dass jeder Mensch von seinen 4 Körpern beeinflusst wird. Daher wird jeder Körper auch z. B. vom Individualkörper durchdrungen, d. h. bei jedem Leitsatz gelten auch die übrigen Leitsätze.

Das Denken, Fühlen, die rhythmische Zeitgestaltung und die Bewegung/Ernährung müssen mit Aufmerksamkeit - mit ganzer Anwesenheit des bewusstgewordenen Deltas - erfolgen.

Bei folgenden Übungen und pädagogischen Konsequenzen wird vor allem auf die Wirkung des INDIVIDUALKÖRPERS UND DAS AKTIVE BEOBACHTEN UND DENKEN geschaut.

Übungen

Alle Übungen sollten so ausgeführt werden, dass immer das "Jetzt" zählt. Der Übende befindet sich immer in der Gegenwart. Sein Wissen, Fühlen und Können, die vergangenheitsgestützt sind, legen nur das Fundament zur Handlung. Der Lehrer selbst muss sich immer weiter entwickeln und im Moment aktiv handeln.

Es muss in den Übungen zwischen Phasen des aktiven Beobachtens sowohl negativer als auch positiver Eigenschaften und des aktiven lebensfördernden Veränderns unterschieden werden.

Der Mensch ist in der erlebten Gegenwart schöpferisch. Beim aktiven Beobachten ist er auch schon tätig.

Pädagogische Massnahmen

Die pädagogischen Massnahmen sind allenfalls bekannte Strukturen, die durch das Üben neu umgeschmolzen und angewandt werden können. Auch diese Handlungen sollen gegenwärtig erfolgen. Das pädagogisches Wissen, Fühlen und Können müssen erinnert werden. Beim gegenwärtigen Umschmelzen und Anwenden werden die Hirn- und Körpermuster des Lehrers und der Schüler neu geprägt.

Bei Passivität ist die Gefahr gross, dass auch ursprünglich gute Gewohnheiten sich in ihr Gegenteil verkehren. Es wird stur, nach Vorschrift und im Extremfall sektiererisch gehandelt. Der geistige Mensch, der in seinem menschlichen Körper lebt, will üben, um sich weiter zu entwickeln. Der körperliche Mensch hingegen lässt sich von seinem Ego beeinflussen und ist bequem.

Alles aktive, bewusste menschliche Handeln - jede aktive, bewusste pädagogische Massnahme - ist immer individuell.

Wenn die Kunst als Methode eingesetzt wird, erzieht die Lehrperson die Kinder bewusst zur Menschlichkeit.

1. Übung: Gegenwart

Nehme wahr und denke im Jetzt!

- Lebe im Jetzt!
- Beobachte aufmerksam und sei konsequent!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben, denn nur dann beobachten und denken wir in Freiheit.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben,

leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen des Wahrnehmens und Denkens noch geändert oder ergänzt werden.

Freiheit durch eigene Aktivität

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung des Wahrnehmens und Denkens möglich wird.

Wir erleben dann die Freiheit im Denken.

Jetzt

Wenn im Jetzt gelebt wird, ist der Mensch in der geistigen und irdischen Welt. Er handelt mit seinen Bewegungen der Gedanken, der Gefühle, der Stimmungen und des Körpers aus dem Geist heraus. Er braucht sein hirngestütztes Gedächtnis nicht, muss aber geistesgegenwärtig sein.

Wenn der Mensch sofort mit entsprechenden Gedanken, Gefühlen oder Handlungen reagiert, agiert er aus dem Geist oder ICH heraus. Er ist geistesgegenwärtig. Auch wenn die meisten Menschen vom menschlichen Geist kein klares Bewusstsein haben, fühlen sie sich durch eine sofortige Reaktion in ihrem Kern ernst genommen und beachtet.

Nur wenn der Mensch zentriert ist, lebt er in der Gegenwart und interessiert sich für den Anderen. Er hört z.B. intensiv zu, ohne den Anderen zu unterbrechen und seine eigene Meinung zu zelebrieren.

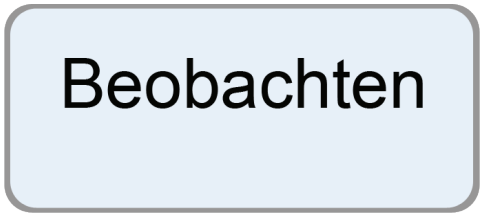
Viele Jugendliche sind frech und zeigen Reaktionen, von denen sie wissen, dass sie die Erwachsenen nicht schätzen. Sie handeln oft so, um Ernst genommen und beachtet zu werden. Mit ihrem Gedächtnis prüfen sie genau, ob eine Handlung eine "menschliche" Konsequenz zur Folge hat. Die Ankündigung der Konsequenz muss mindestens im Zeitraum des Kurzzeitgedächtnisses (weniger als eine Minute) erfolgen. Eine Reaktion muss sehr schnell (sofort bis ca. 10 Sekunden), im Zeitraum des Ultra-Kurzzeitgedächtnisses geschehen, um als authentisch wahrgenommen zu werden.

Beobachten

Unter Beobachtung wird eine ziel gerichtete, aufmerksame Wahrnehmung von Objekten, Phänomenen oder Vorgängen, gegebenenfalls unter Verwendung technischer Hilfsmittel, verstanden.

Im Gegensatz zu Messungen zielen Beobachtungen weniger auf quantitative Erfassung der Objekte als auf qualitative Aussagen. Das Fühlen und Wollen wird daher neben dem Denken auch einbezogen.

Unter Umständen muss der Beobachter intensiv geschult und vorbereitet werden.



Bei jeder Beobachtung ist der eine Pol die Arbeit der Sinnesorgane. Der andere denken, fühlen und wollen.

Der Mensch nimmt von "aussen" die Sinnesreize wahr und verarbeitet sie "innen" mit seinem Denken, das Fühlen und Wollen beinhaltet. Die menschliche Wahrnehmung ist immer individuell.

Der Mensch sieht nur etwas, wenn er unbewusst bis bewusst denkt!

Die Beobachtung als wissenschaftliche Methode ist von

der naiven Alltagsbeobachtung zu unterscheiden: Die ist tendenziell subjektiv und bedingt durch unmittelbare Bedürfnisse des Beobachters. Hingegen versucht die wissenschaftliche Beobachtung, systematisch und objektiv zu sein.

Ist der Mensch aufmerksam, beobachtet er exakt!

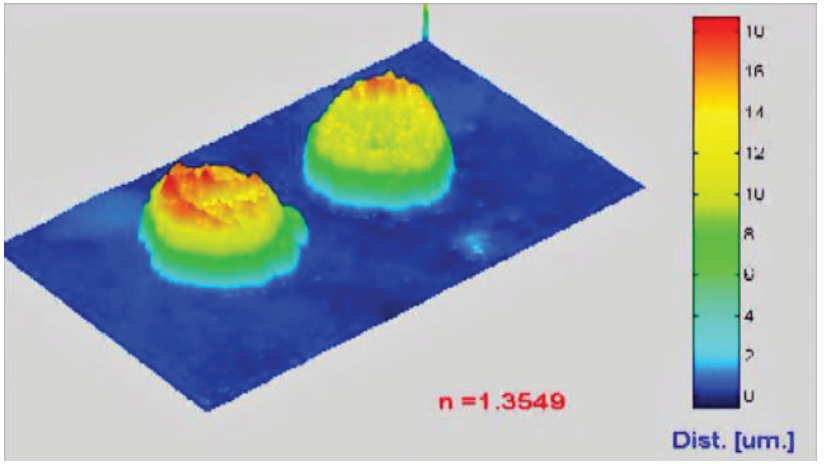
Durch Übungen überwindet er seinen Egoismus immer besser und wird beim Beobachten exakter.

Feedback

Ein Feedback ist immer dann wichtig, wenn die Anderen erfahren sollen, was beobachtet wurde. Das sich bewusst Werden seines Verhaltens ist die Grundlage einer Verbesserung.

Die Sinnesorgane

Die Sinnesorgane sind keine passiven Apparate, wie oft suggeriert wird. Der menschliche Geist nimmt mit ihnen im Jetzt wahr und handelt entsprechend, wenn er bewusst ist. Er kann sich auch an seine Sinneseindrücke erinnern.



Spektakuläre 3-D-Bilder: Neuroforscher beobachten Hirnzellen der beiden Augen bei der Arbeit.

Die korrekte Beobachtung ist nur mit gesunden Sinnen und einem nicht dem Egoismus verfallenen Denken möglich!

Das Denken

Intellekt ist Denken ohne Fühlen. Sonst ist das Denken gefühlsdurchdrungen. Der Wille beim Denken wird meist nicht beobachtet, weil er noch unbewusst ist. Denn das Denken muss immer gewollt werden, sonst ist man unkonzentriert und wird von Assoziationen und Emotionen, die automatisch kommen, abgelenkt.

Vom eigentlichen Denken wird nur gesprochen, wenn der Mensch wach und aufmerksam ist. Es kann nur selbst "durchgeführt" werden.

Sei dir bewusst, dass deine Gedanken Wirklichkeit werden können.

Freies Denken

Ist der Mensch selbstbestimmt und selbstverantwortlich, denkt er bewusst. Er lässt sich von gedanken- und gefühlshaften Assoziationen, die sich ihm aufdrängen wollen, nicht leiten. Sind es jedoch wirkliche Gedanken, die er "schöpft", so bestimmt der Mensch sich selbst und ist frei.

Gedanken mit Emotionen vermengt, bilden oft die Basis für die Esoterik. Da die Freiheit nur im Moment erlebbar ist, Emotionen aus längst vergangenen Gedankenmustern bestehen, ist auch die Esoterik nie die Basis zur Freiheit.

Freiheit erringt sich der Mensch nur mit Spriritualität. Er muss seinen Egoismus in dieser Zeit überwinden und vom Einfluss seines materiellen Körpers loskommen.

Gedächtnis

Wenn nicht voll bewusst gehandelt wird, hat einem die Evolution das Gedächtnis gegeben, damit wir trotzdem handeln können. Mit dem Ultra-Kurzzeitgedächtnis wird der Mensch vom Individualkörper gestützt. Er kommt mit seinem sehr schnellen Handeln dem sofortigen Handeln aus dem Geist am nächsten.

Zitate und Bilder

Nur in der Gegenwart kann frei gedacht und beobachtet werden:

Halte immer an der Gegenwart fest. Jeder Zustand, ja jeder Augenblick ist von unendlichem Wert, denn er ist der Repräsentant einer ganzen Ewigkeit.

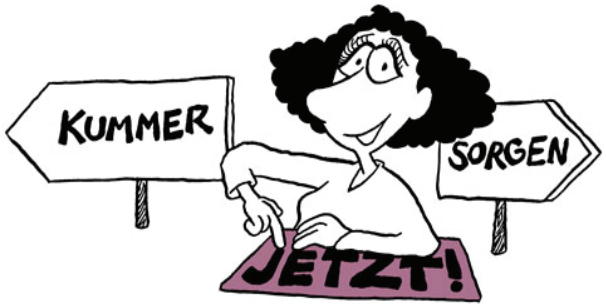
Johann Wolfgang von Goethe

Wahrhaft Menschen sind wir doch nur, insofern wir frei sind.

Rudolf Steiner

Wenn du dich in Erinnerungen verlierst, siehst du das Wesentliche nicht mehr, nämlich das Hier & Jetzt.

Maren Regelmann



Es gibt nur eine Zeit, in der es wesentlich ist aufzuwachen.
Diese Zeit ist jetzt.

Buddha

Nicht in die ferne Zeit verliere dich. Den Augenblick ergreife.
Der ist dein.

Friedrich Schiller

Es gehört zu den alltäglichen Täuschungen, die Stunden der Vergangenheit und Zukunft reizender zu finden als die Gegenwart.

Heinrich Zschokke

Die meisten von uns leben nicht in der Gegenwart. Wir stecken gedanklich zwischen den Fehlern und bedauernden Gefühlen der Vergangenheit und unserer Angst vor der Zukunft. Manchmal sind wir mit unseren Zeitreisen derart beschäftigt, dass uns entgeht, was ringsrum passiert.

Lisa Unger

Angenehm ist am Gegenwärtigen die Tätigkeit, am Künftigen die Hoffnung und am Vergangenen die Erinnerung.

Aristoteles

Die Kinder kennen weder Vergangenheit noch Zukunft, und, was uns Erwachsenen kaum passiert, sie genießen die Gegenwart.

Jean de La Bruyére

Zitate

Ohne Fühlen wird nur intellektuell gedacht:

Man kann sich wohl in einer Idee irren, man kann sich aber nicht mit dem Herzen irren.

Fjodor Michailowitsch Dostojewski

Man kann vieles unbewusst wissen, indem man es nur fühlt aber nicht weiß.

Fjodor Michailowitsch Dostojewski

Unsere Wünsche sind Vorgefühle der Fähigkeiten, die in uns liegen, Vorboten desjenigen, was wir zu leisten imstande sein werden.

Johann Wolfgang von Goethe

2. Übung: Sinne

Sei aufmerksam!

• Nimm im Jetzt illusionsfrei wahr!

• Nimm Ernst, was dir deine gesunden Sinne sagen!

• Nur dein Denken kann getäuscht werden! Denke illusionsfrei!

• Setze alle 12 Sinne ein!

• Leg den Schwerpunkt auf einen Sinn und erlebe, wie die anderen mitspielen!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Die irdische Welt

Die sinnliche Welt

Die Sinneswelt kann, wie es der Name sagt, mit den menschlichen Sinnen wahrgenommen werden.

Es gibt neben der sichtbaren Welt auch unsichtbare und unhörbare Wahrnehmungen.

Mit den altbekannten 5 Sinnen (Ohren, Augen, Nase, Mund, Haut) kann die ganze Sinneswelt nur ungenügend erfasst werden. Der Mensch fühlt sich noch als Beobachter der Welt, der fast keinen Einluss hat.

Es gibt nämlich 12 Sinne, mit denen auch Gedanken wahrgenommen werden.

Auf der irdischen Welt müssen die 12 Sinne als Bestandteil des Körpers und der ganze Körper ausgebildet und weiter entwickelt werden. Die Delta Schule gibt den Rahmen, damit dies mit Aufmerksamkeit geschen kann.

In der Delta Pädagogik wird neben dem geistigen auch auf den irdischen Menschen gezählt.

Die Delta Pädagogik ist eine Pädagogik, die auch mit dem geistigen Menschen, der in seinem Körper lebt, arbeitet.

Die übersinnlichen Welt

Es wird aber nie vergessen, dass der Mensch ein geistiges, individuelles Wesen ist, das im Schlaf oder nach dem Tod in der geistigen oder übersinnlichen Welt weiter lebt. Um diese Welt zu erforschen und wahr zu nehmen, müssen die übersinnlichen Sinne ausgebildet werden. Mit dem aktiven Denken - eine übersinnliche Tätigkeit! - wird schon in dieser Sphäre gearbeitet. Auch die unverzerrte Sinneswahrnehmung ist nur möglich, wenn der menschliche Geist sich als Individuum ergreift, mit seinem Willen die Welt aufmerksam beobachtet und entsprechend handelt.

Der Mensch lebt dann in seinem Körper ohne sich von ihm beeinflussen zu lassen.

Dieses alte Bild zeigt die sinnliche und übersinnliche Welt als zwei Räume, in der der Mensch auch bewusst während seiner irdischen Existenz leben kann. Dass die übersinnliche Welt die sinnliche durchdringt, aber umfassender als sie ist, kann zeichnerisch nicht dargestellt werden. Nur im Laufe seiner Bewusstseinsentwicklung kann der Mensch dies erleben.

Nahtoderfahrungen

Die übersinnliche Welt kann die Wissenschaft auch mit den Nahtoderfahrungen erforschen, ohne übersinnliche Sinne zu entwickeln. Die absolute Sicherheit bekommt der Mensch aber erst, wenn er mit eigenen (übersinnlichen) Sinnen die übersinnliche Welt beobachten kann. Erstaunliches wird schon z. B. in den Nahtoderfahrungen mit normalen Sinnen festgestellt:

"Wir erleben nur die Oberfläche unserer Welt. Darunter existiert eine unendliche Welt, die wir noch nicht kennen."

Die Ärzte vermuten, dass es ein Leben nach dem Tod geben kann, welches von den Nahtodeserfahrungen vorbereitet wird.

Eine Blinde wurde ohne Funktion des Körpers in einer Nahtoderfahrung sehend. Sie erlebte in Todesnähe:

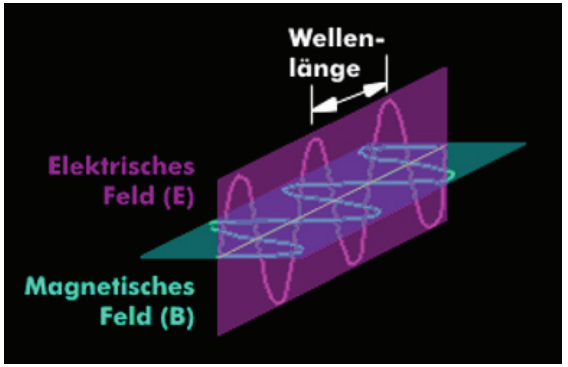
Alles besteht aus Licht.

Das Denken wird hörbare Sprache.

Ihr Körper liegt unten. Die Ärzte bemühten sich um ihn. Doch die Hirnströme konnten nicht mehr festgestellt werden. Die blinde Frau hörte:„Wir kriegen sie nicht mehr runter!“ und dachte: "Was solls! Es ist ja so schön."

Der Mensch besteht auf der Erde und nach dem Tod aus Geist (Denken), Seele (Fühlen) und Leib (Wollen).

Die untersinnliche Welt



Die irdische Welt kann aber auch mit der Technik angeschaut und erlebt werden. Die Gefahr besteht immer, dass wir dann statt mit eigenem Denken die Welt mit Assoziationen und Emotionen, die automatisch auftauchen und uns mehr oder weniger geprägt haben, erklären. Diese Welt ist anders als die natürliche Sinneswelt.

In der untersinnlichen Welt gibt es z. B. das Individuum, das die Freiheit, Gleichheit und Sozialität auf der Erde leben kann, nicht.

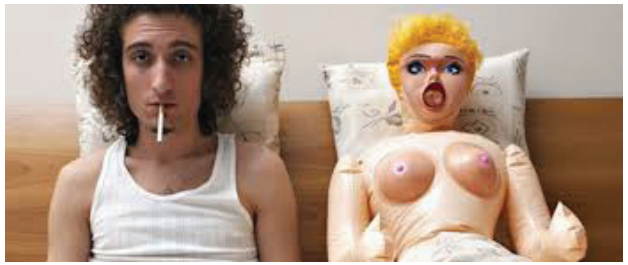
Es wird in ihr von "Feinstofflichkeit", von Energien, von niedrigen oder hohen Schwingungen, von dem elektromagnetischem Feld usw. gesprochen, je nachdem der Wortschatz der Esoterik oder der Wissenschaft verwendet wird..

Die Gesetze, die in den Quantitäten der untersinnlichen Welt wirken, sind auch in der übersinnlichen oder geistigen Welt gültig. Deshalb kann bei technischen Beobachtungen mit entsprechendem Bewusstsein auch auf die Qualitäten der übersinnliche Welt geschlossen werden.

Bsp. Die Gesetze der Quantenphysik sind auch in der geistigen Welt gültig.

Alkohol ist eine schwere Droge

Angelina Joli blasphemisch dargestellt



Unmenschlicher Sex

Drogen und viel Geld

Der Sturz der Engel in die Finsternis

Die negative Gestaltung des eigenen Lebens durch den Einfluss der untrsinnlichen Welt wird dann gerechtfertigt. Beispielsweise wird über den Welthunger, das Geld, die Besitzverhältnisse, die Drogen usw. mit den unterschiedlichsten Argumenten so gesprochen, dass der

eigene Egoismus weiter bestehen kann.

Der Mensch fühlt sich nur als sein Körper und ist deshalb unfrei und sterblich.

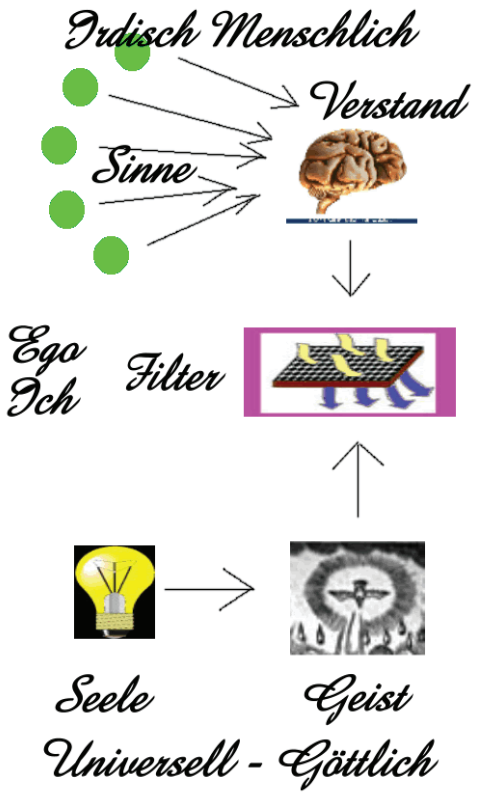
Beeinflusst durch die anti-göttlichen Mächte fühlt sich der Mensch nur als körperlich individuelles Wesen. Sein Körper erzeugt durch das Hirn einen Geist und eine Seele. Er kann ja nicht nur von seinem Denken, sondern auch von Emotionen bestimmt werden.

Gemäss einer nicht spirituellen Weltanschauung besteht er also auf der Erde aus Geist (Denken, Assoziationen), Seele (Emotionen) und Körper (Motorik).

Nach dem Tod gibt es ihn als individuelles Wesen nicht mehr. Er gehört wieder zum unendlichen elektromagnetischem Feld.

Wenn er so denkt, ist er ganz dem Materialismus verfallen. Heute gilt der Materialismus auch in den unsichtbaren elektromagnetischen Feldern.

Sinne beim Menschen



Im menschlichen Körper trifft sich immer der irdisch-menschliche mit dem universell-göttlichen Aspekt.

Es kann erst vom menschlichen Individuum gesprochen werden, wenn der menschliche Geist oder das ICH seinen Körper selbst bestimmt.

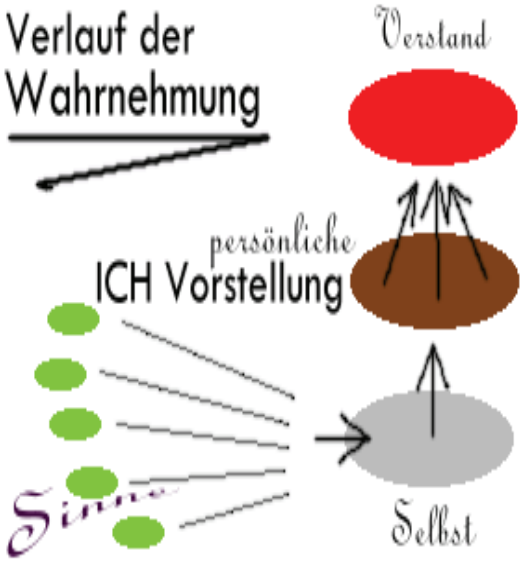
Mit der Sinneswahrnehmung und seinem Denken nimmt der Mensch die Welt durch 12 verschiedene Aspekte wahr, denn er hat 12 Sinne.

Mit dem Ich- oder Individualitäts-Sinn, dem Gedanken-Sinn und dem Wort-oder Sprach-Sinn nimmt er die unsichtbaren Tatsachen (den Kern des Menschen, die willenshaften und gefühlsdurchdrungenen Gedanken und den Sinn der Sprache) wahr.

Auch seine Empathie ist also ein sinnliches Wahrnehmen.

Der Mensch empfindet sich nun nicht mehr ein unabhängiges Glied der Welt.

Die Sinne des Individualörpers zeigen, dass wir ein mit allem verbundener Teil der Welt sind. Alles hat einen Einfluss auf die Welt: Unser Denken, Fühlen und Wollen.



Die 12 Sinne

1. Individualitäts-Sinn

2. Gedanken-Sinn

3. Sprach-Sinn

4. Gehör-Sinn

5. Wärme-Sinn

6. Seh-Sinn

7. Geschmack-Sinn

8. Geruch-Sinn

9. Gleichgewicht-Sinn

10. Eigenbewegungs-Sinn

11. Lebens-Sinn

12. Tast-Sinn

Individuumsveränderung durch Wahrnehmen

Mit jeder Wahrnehmung bildet der Mensch sein Ich oder Delta um, weil die menschliche Wahrnehmung immerdurch den individuellen menschlichen Geist den Körper prägt. Sie ist also eine Aktivität des ICH. Bei starker Einprägung ins Gehirn, kann der Mensch sich bewusst erinnern.

Jeder Mensch nimmt individuell wahr. Deshalb verändert er sich mit jeder Wahrnehmung.

Denken, Fühlen und Wollen sind beim Wahrnehmen immer dabei, also der ganze geistige, seelische und leibliche individuelle Mensch. Alles wird durchs Ich (Ich und Ego) gefiltert.

Ohne Bewusstsein nimmt der Mensch nichts wahr, obwohl sein Körper immer strukturiert wird. Deshalb sind die Filme, Computerspiele usw. im Unbewussten so wirksam, auch wenn wir intellektuel es anders sehen.

Beobachten

Beobachten=Sinneswahrnehmung + Denken des Menschengeistes

Das Ultrakurzzeitgedächtnis

Das Ultrakurzzeitgedächtnis - das Gedächtnis des Individualkörpers - braucht es zur Sinneswahrnehmung (Denken und Wahrnehmen).

Das Sinnes-Nervensystems verbindet die Sinnesorgane mit dem Gehirn durch die Nerven.

Das Gedächtnis des Individualkörpers wird durch Denken und exakte Sinneswahrnehmungen gefördert.

Sofortiges Handeln, d. h. schnelle Konsequenzen, sind nötig, weil die Prägung nur ein paar Minuten anhält.

Bsp. Duch das Leben im Jetzt lernt der Mensch besser.

Das Gedächtnis des Individualkörpers braucht es zum Denken und Wahrnehmen. Es darf nicht zu lange wirken, sonst würden sich alle Sinneswahrnehmungen überlagern. Der Mensch wäre nicht mehr frei, das anzuschauen, was er will.

Bsp. Es können Erlebnisse nur einige Sekunden bis Minuten durch den Individualkörper behalten werden. Wenn diese Erinnerungen länger im Bewusstsein wären, würden wir von der Sinneswahrnehmung bestimmt, die wir zufällig machen. Da wir aber nicht durch Erinnerung der Erlebnisse belastet werden, kann die Freiheit erlebt werden.

Zur Freiheit des Menschen gehört es, dass die alte Sinneswahrnehmung verschwindet, um sich auf eine neue fokusussieren zu können.

Will der Mensch sich an Etwas länger erinnern, muss er die anderen Körper dazu nehmen, d.h. er muss den Vorfall tiefer ins Kuzzueit- oder sogar ins Mittelzeitgedächtnis "einschreiben".

Bsp. Der Mensch nimmt nur wahr, was durch sein Denken vorgeprägt ist (Jemand wusste nur von Sri Lanka zu berichten, was für Bier dort getrunken wurde. Die andere Kultur, die fremdartigen Tiere und Landschaften waren für ihn nicht erwähnenswert, weil er sich nicht mit ihnen beschäftigte.)

Bsp. Wenn der Lehrer Experimente macht, erlebt er es oft, dass die Schüler nicht wahrnehmen, was sie erleben können, sondern mit Vorwissen, das meistens auf Vorurteilen beruht, die Erklärungen schon sagen. Es ist wichtig, die Schüler anzuhalten, zuerst genau zu schauen, zu riechen, zu hören usw., bevor sie ein Urteil mit ihrem Denken fällen.

Alle Wärmezustände wirken auf das Ultrakurzeitgedächtnis..

Deshakb muss auf z. B. die Kleidung, Fieber, Sauna, Kaltwasserbehandlungen ....geachtet werden.

Aggregatszustände

Alles Wärmehafte (altes Element Feuer) hat einen grossen Einfluss auf den Individualkörper.

Sinneswahrnehmung

Bei jeder Wahrnehmung ist denken, fühlen und wollen der eine Pol. Der Andere sind die Sinnesorgane. Sie nehmen das Äussere z. B. mit Augen und Ohren, das Innere z. B. mit den Organen des Eigenbewegung- und Wort-Sinns wahr.Also sind die Sinnesorgane keine passiven Apparate. Der Geist nimmt aktiv wahr und handelt entsprechend. Wenn uns dies nicht bewusst ist, sind wir beim Wahrnehmen nicht genügend aufmerksam.

Wahrnehmung bei AD(H)S

Beim Syndrom AD(H)S und allen anderen ist der Wille so schwach, dass der Ich- Filter nicht eingesetzt werden kann. Alles wird wahrgenommen. Die Gedanken und Wahrnehmungen beeindrucken und lenken das Kind ab. Auf alles wird bei AD(H)S) mit unkontrollierter Motorik oder bei ADS mit Gemütsschwankungen (z. B. Depressionen) reagiert.

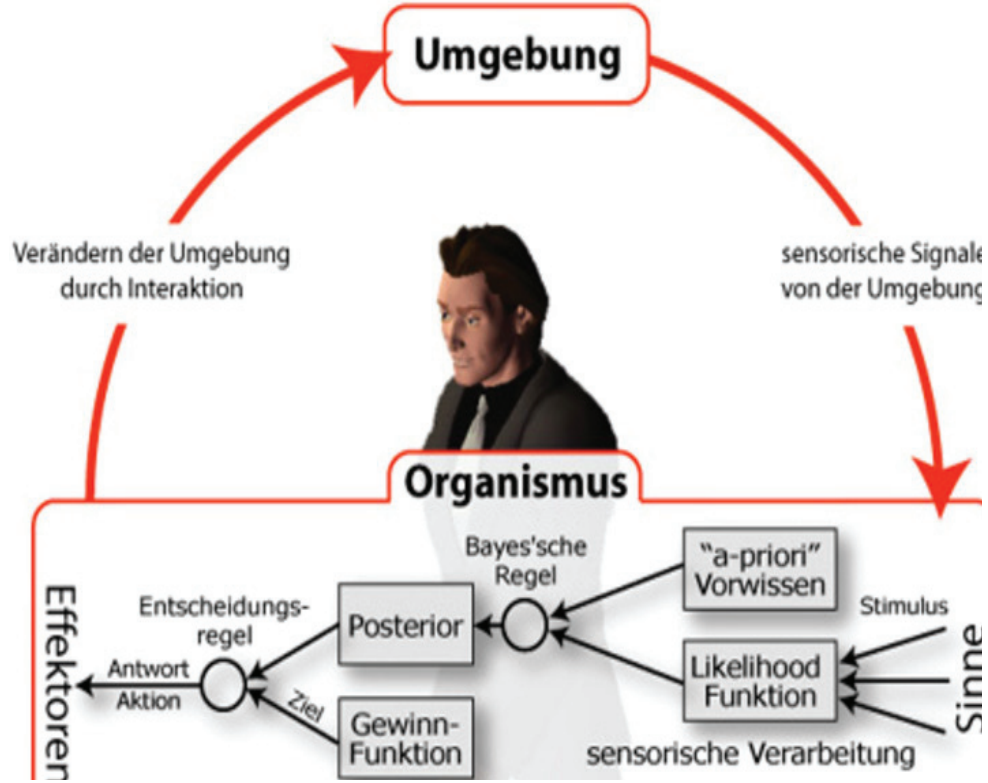
Mit einer Willensschulung des ganzen Körpers, z. B. durch genaue Sinneswahrnehmung und Schulung des Denkens kann viel erreicht werden.

Der Individualkörper des Kindes ist geschwächt. Es kann seine Gedanken und Sinneswahrnehmungen nicht fokussieren. Alles lenkt es ab. Es hat ein Aufmerksamkeitsdefizit.

Von der Krankheit AD(H)S kann nur gesprochen werden, wenn alle 4 Körper betroffen sind. Der Mensch ist nicht mehr frei. Zwänge bestimen ihn.

Die chemischen und elektronischen Therapieformen arbeiten nur im Untertsinnlichen. Unser Ziel muss es sein, mit dem ganzen sinnlichen und übersinnlichen Menschen zu arbeiten.

Die Sinnesorgane sind keine passiven Apparate. Der Geist nimmt aktiv wahr und handelt entsprechend.



3. Übung: Empathie im Denken

Fühl dich auch im Anderen!

Nimm den unsichtbaren Menschen wahr!

Werde dir durch die Wahrnehmung deiner Individualkörper-Sinne immer bewusster, was der andere Mensch denkt und will, auch wenn er nichts sagt und macht!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder

in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Empathie

Empathie im Geist entspricht im Körper der körperlichen Nähe.

Gefühl in der Geist-Seele entspricht im Seelen-Körper der Stimmung.

Sinnliche Wahrnehmung des Unsichtbaren

Der verkörperte Geist des anderen Menschen wird mit den drei Sinnen des Individualkörpers empathisch wahrgenommen.

Er erlebt den Geist und die Seele des Anderen. Er kann also direkt die Gedanken, die Gefühle und die Willensimpulse der anderen Individualität wahrnehmen.

Der Mensch hat die Fähigkeit auch im anderen zu sein. Auch diese noch unbekannteren Sinne können geschult werden.

Die Aufmerksamkeit auf den Anderen ist nötig, um empathisch zu sein.

Erst wenn der Mensch ganz zentriert ist, kann er aufmerksam wahrnehmen. Deshalb kann er nur bewusst empathisch sein, wenn er sich selbst und auch seine Umwelt - andere Menschen und andere Naturreiche - kennt und liebt.

Bsp. Werde dir bewusst, dass du bei einem dich faszinierendem Theaterstück in den Schauspielern und gleichzeitig auf

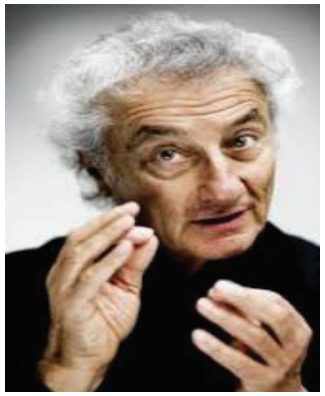
der Bühne und in dir bist.

Dadurch erlebtst du auch direkt mit den unsichtbaren Sinnen des Individualkörpers, was die Schauspieler denken, fühlen und wollen. Die Sprache und Mimik unterstützen noch deine Erlebnisse.

Der Mensch schliesst nicht nur von seinen gedankendurchdrungenen Gefühlen auf die des Anderen. Die Wahrnehmung des eigenen Körpers wird vergessen und der eigene Schmerz oder andere Leiden werden nicht mehr gespürt. Das Wichtigste ist die Fokusierung auf die Gedanken, Gefühle und Willensimpulse, die auf der Bühne vorgelebt werden.

Bsp. 1: Welches Individuum drückt sich durch seinen Willen, seine fühlenden Gedanken und durch seinen Sprachaufbau aus?

Dazu setzts du den Delta- oder Ich-Sinn ein.

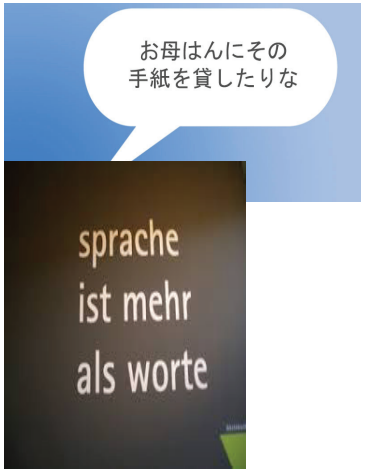


Bsp. 2: Welche gefühlsdurchdrungenen willenshaften Gedanken will die Person ausdrücken?

Dazu setzts du den Gedanken-Sinn ein.

Bsp. 3 Welche gefühlsdurchdrungenen willenshaften Gedanken will die Person mit ihrem Sprachaufbau ausdrücken?

Dazu setzts du den Wort-Sinn ein.



Mit den gut ausgebildeten Empathie-Sinnen kann immer besser sinnlich wahrgenommen werden, was der Andere ist, denkt, fühlt und will.

Im Delta Bewusstsein befindet sich der Mensch noch im Körper. Er nimmt alles mit den Sinnen wahr, aber wird vom Körper nicht mehr beeinflusst.

Der Mensch hat eine unverfälschte Wahrnehmung.

Wenn der Körper im Traum, Schlaf oder der Meditation verlassen wird, kann der Mensch die geistige Welt übersinnlich wahrnehmen.

Zuerst kann sie noch vermischt mit Erinnerungsfetzen der sinnlichen Welt sein. Nachher kann das Bewusstsein von ihr schwinden.

Der Mensch kann aber auch eine unverfälschte Wahrnehmung haben.

In der geistigen Welt gibt es nur die Gegenwart.

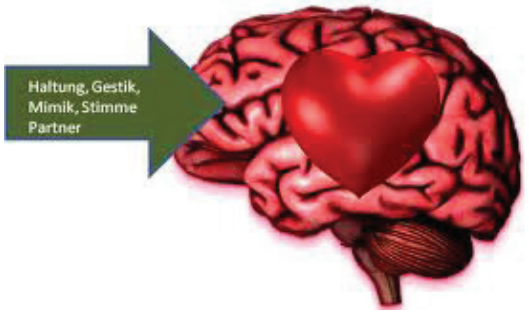
In dieser ist die Zukunft als Möglichkeit und alle Ereignisse der Vergangenheit gegenwärtig. Deshalb können zukünftige Ereignisse in Gedankenform wahrgenommen werden. Da sie noch nicht in der sinnlichen Welt verwirklicht wurden, sind es noch keine Tatsachen.

Texte und Bilder

Nur die Zentrierung ermöglicht die optimale, bewusste Empathie.

"Wenn man seine spirituelle Praxis vertieft und den Schwerpunkt auf Mitgefühl und Weisheit setzt, begegnet man immer wieder dem Leiden anderer empfindungsfähiger Wesen. Und man entwickelt die Fähigkeit, es wahrzunehmen, darauf zu reagieren und tiefes Mitgefühl zu verspüren statt Apathie oder Ohnmacht.

Dalai Lama, Im Einklang mit der Welt



Nur tiefes Zuhören und mitfühlende Kommunikation

können die falschen Wahrnehmungen abbauen,

die die Wurzel aller Konflikte und Gewalt sind.

Thich Nhat Hanh

Analysieren wollen und können viele, mitfühlen und nachempfinden nur wenige.

Anna Politkowskaja

Der heilige Franziskus hat alles vorweggenommen, was unsere moderne Denkart an äußerster Weitherzigkeit und an Mitgefühl in sich birgt: die Liebe zur Natur, die Liebe zu den Tieren, den Sinn für soziale Verpflichtung, den Blick für die geistigen Gefahren des Wohlstandes und selbst des Besitzes.

Gilbert Keith Chesterton

Der ist nicht fremd, der teilzunehmen weiß.

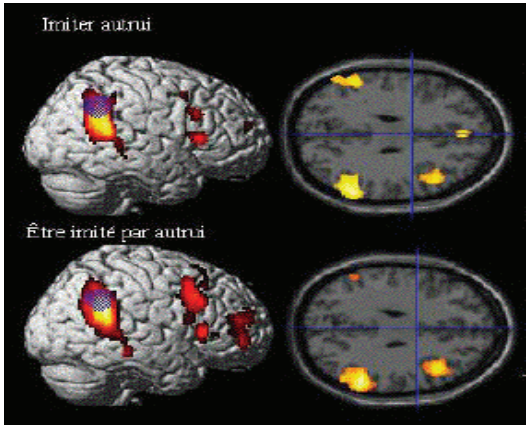
Johann Wolfgang von Goethe

Die Liebe und das Mitgefühl sind die Grundlagen für den Weltfrieden – auf allen Ebenen.

Dalai Lama XIV

Die Sympathie ist das Vermögen, an den Gefühlen der lebendigen Wesen teilzunehmen. Wir werden, wenn wir sie zerstören, hart und grausam.

Autor : John Ruskin



Hirnstromaktivitäten bei Empathie

Bildung bedeutet auch, die Beziehung zu anderen Menschen gestalten zu können.

Bernhard Bueb

4. Übung: Herz-Denken

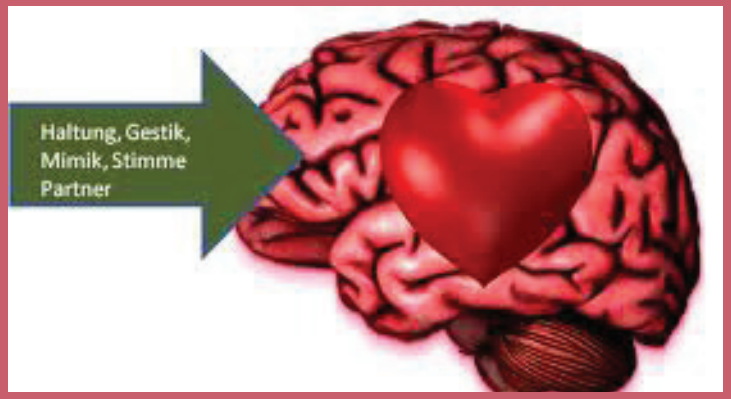
Denke und nimm mit Liebe wahr!

Denke ohne Egoismus!

Sei bei allem, was du denkst, und auch beim Wahrnehmen in guter Stimmung.

Bestimme in Freiheit selbst, wann und wie du denkst!

Bestimme in Freiheit selbst, wann und wie du wahrnimmst!



Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Charakterisierung

Wenn der Mensch in Freiheit und in Liebe denkt, kann vom Herz-Denken gesprochen werden. Ebenso kann der Mensch mit Herz-Wahrnehmen die Welt liebevoll sehen. Seine Herz-Gedanken machen uns die göttliche Welt sichtbar.

Wir sehen die Welt unverzerrt. Unser Egoismus ist in dieser Phase ausgeschaltet.

Das Herz-Denken ist ein aktives Denken des menschlichen Geistes. Der Mensch ist hell-bewusst. Das Denken ist dann auch ein Fühlen und Wollen. Weil nicht nur der Kopf im Zentrum steht, nennt der Mensch es "Herz-Denken". Die Gefühle sind ebenso wichtig wie die Gedanken.

Inspirationen aus der geistigen Welt können mit dem Herz-Denken so verarbeitet werden, dass sie zum eigenen Gedankengut werden. Dieses ist nicht von Assoziationen und illusionärem Denken bestimmt. Es entspricht den Tatsachen.

Achte auf deine Herz-Gedanken. Sie machen Gott in der Welt sicht- und erlebbar.

Das Herz-Denken wird auch als reines Denken bezeichnet.

Der Mensch ist im Körper. Der Körper bestimmt ihn aber nicht.

Zitate

Eine Zukunft des Intellektes gibt es nicht. Andere Fähigkeiten, wie das Denken des Herzens, werden sich in der menschlichen Seele bei ihrem Wandel in die Zukunft hinein entwickeln.

Rudolf Steiner

5. Übung: Individuum

Nimm den Anderen als einmaliges Individuum ernst!

Nähere dich geistig-seelisch dem Individuum des Schülers, des Teammitglieds und des anderen Menschen und erkenne sein Individuum immer besser!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

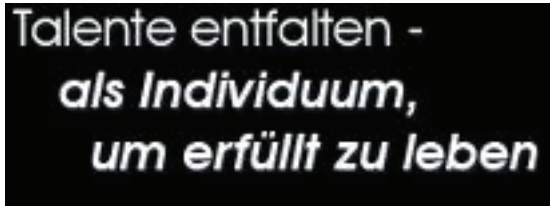
Egoismen sind nicht individuell

Lass dich nicht von den Schwächen und Egoismen der Menschen, d.h. dem „Allzumenschlichen“ ablenken! Das „Allzumenschliche“ gehört nur am Rande zum menschlichen Individuum, denn jeder Mensch kann seine Beherrschung irgendwie verlieren oder gestresst werden und dadurch vom Egoismus mehr oder weniger geprägt sein. Dann bestimmen ihn seine seelischen Strukturen und körperlichen Muster. Er handelt als Produkt der Vererbung und Erziehung. Sein Ego fühlt sich als Opfer. Er will und kann die Verantwortung für seine Taten nicht übernehmen. Sein Eigenwille ist schwach. Kurz in einem alten Bild gesagt: „Der Geist ist willig, aber das Fleisch ist schwach.“

Rollen sind nicht das Individuum

Entfaltung des Individuums

Der Mensch kann aber auch aufwachen und präsent sein. Dann handelt er mit vollem Bewusstsein und erlebt mit seiner Empathie das Individuum des Anderen. Er nimmt dann die Selbstbestimmung und die Freiheit des Anderen wahr und unterstützt ihn, diese zu schützen.



Um den Anderen als Individuum wahrzunehmen und entsprechend zu handeln, muss zuerst das eigene Individuum erlebt werden. Ohne sich selbst bewusst zu erleben, ist eine Wahrnehmung des anderen Individuums nicht möglich.

Denn der aufgewachte Mensch ist ein soziales Wesen.

„Live Erlebnisse“

Die Zentralaufgabe der Schule ist es, den Schülern „Live Erlebnisse“ zu ermöglichen. Dann nimmt der Mensch das andere Individuum wahr.

Nur so wird der Mensch zu einem sozialen Wesen, das mit seiner Empathie den Anderen als ganzen Menschen erlebt.

Bsp. Es kann der Schüler, ganz allgemein der Andere, auch mit geschlossenen Augen als Individuum wahrgenommen werden. Dies kann nur „live“ erlebt werden.

Elektronischen Live-Übertragung

Bei einer elektronischen Live-Übertragung kann der Mensch mit den wichtigen Sinnen des Individualkörpers aktiv sein,

Bei ihr hat der Mensch auch beim Augenschliessen (beim TV oder bei der Übertragung auf eine grosse Leinwand) und Gehörunterbrechen (im Radio oder bei der Übertragung durch Lautsprecher) die Erlebnisse des Individual-, des Gedanken-, und des Wort-Sinns. Der Mensch nimmt die Persönlichkeiten, Gedanken und den Sinn der Sprache der Schauspieler, Sprecher und Sänger wahr, denn diese Sinne wirken auf Distanz.

Bsp. Erlebe den Unterschied zwischen einer Live Aufführung oder Live Sendung und einer medialen Wiederholung des Ereignisses.

Erklärung: Die unsichtbaren Sinne des Individualkörpers können ja auf Distanz auch die Menschen im Studio oder

auf der Bühne wahrnehmen. Deshalb nimmt der Mensch bei einer Live-Aufführung mit vielen Sinnen den Anderen wahr. Bei einer Live-Sendung z.B. am Fernsehen erlebt er mit dem Gehör-, dem Seh- und dem Eigenbewegungs-Sinn am Bildschirm und den Sinnen des Individualkörpers das Individuum, die Gedanken und den Sinn der Sprache des Anderen. Er hat aber keine Möglichkeit mit dem Wärme-, dem Geschmacks-, dem Geruchs-, dem Gleichgewichts-, dem Lebens- und dem Tast-Sinn den anderen Menschen wahrzunehmen.

Der Teilnehmer hat auch bei einer Live-Übertragung immer eine unvollständige Wahrnehmung: Es fehlt die Wahrnehmung mit wichtigen Sinnen und der Seh- und Gehör-Sinn wird technisch, also künstlich, gereizt.

Diese Tatsache wird auf technische Weise auch durch die Spiegelzellen im Gehirn bewiesen. Bei den Sinnen des Individualkörpers sind sie nötig, da der Mensch mit ihnen in den elektromagnetischen Feldern auf Distanz wahrnehmen kann.

Medialen Wiederholung

Bei einer medialen Wiederholung kann auf das Individuum des Anderen nur indirekt durch eigene Erfahrungen geschlossen werden, den der Mensch wird nur mit dem Seh- und Gehör-Sinn am Bildschirm betrachtet. Deshalb wird der Mensch von den Bildern und Klängen eines Films mehr berührt, wenn er auf eine grossen Erfahrungsschatz zurückgreifen kann. Die sogenannten „Aktion-Filme“ können oft ihre Spannung nur durch übertriebene, schnelle „Bewegungen“ aller Art halten.

Bei elektronischen Medien (Filme, CD usw.) bleibt beim Augenschliessen und Gehörunterbrechen nichts mehr übrig. Der Mensch nimmt die Persönlichkeiten der Schauspieler, Sprecher und Sänger nicht mehr, wahr denn es wird nur der Seh- und Gehör-Sinn eingesetzt, der nicht mehr gereizt wird.

Es darf aber nicht vergessen werden, dass die Gefühle und Gedanken, die beim Anschauen der Medien entstehen, auch das eigene Hirn prägen und das Unterbewusste mitgestalten, auch wenn der Mensch den Anderen nicht live wahrnimmt.

Bsp. Bemerke, wie das Anschauen eines Films oder das Anhören einer CD das Verhalten der Menschen ändert.

Medieneinsatz in der Schule

Wenn der Lehrer sich dieser Zusammenhänge bewusst ist, wundert er sich nicht über das mögliche Desinteresse, wenn die Lernstoffe mit Medien den Schülern näher gebracht werden. Mit Medien können aber wichtige Fakten gezeigt werden.

Der Lehrer sollte jedoch seinen Unterricht so gestalten, dass möglichst viel "life" erlebt werden kann.

Entelechie und Individuum

Der Mensch ist nicht nur auf der Erde ein Individuum, sondern auch nach seinem Tode in der geitigen Welt.

Aristoteles

Deshalb sprach schon Aristoteles von der Entelechie des Menschen, die das Ziel aus sich bestimmt.

Der Mensch soll nur mit sich verglichen werden, d. h. nur seine Entwicklung steht im Zentrum.

Statistische Werte wie Noten, Gewicht, Grösse ... sind zwar interessant, sagen aber nichts über den individuellen Menschen aus.

Thomas von Aquin

Er war kein Nomalist, der den Menschen im allgemeinen Geist aufgehen sah, sondern ein Realist.

Thomas von Aquin zeigte im Mittelalter, dass der Kern des Menschen eine ewige Realität ist.

Heute

Heute kann der Mensch sich für den Materialismus als einzige Erklärung der Welt entscheiden oder er ist vom individuellen Geist, der auch die Materie schaffen kann, überzeugt.

Geist

Der Mensch ist ein individueller Geist und entwickelt sich auf der Erde in seinem materiellen Körper.

Körper

Der Körper wird von seinem Geist individuell geprägt: z. B. der Fingerabdruck, die Iris, der Gang usw.

Zitate und Bilder

Jeder Mensch ist ein Individuum.

Der Mensch, das Individuum, ist Gottes Einfalt, ist einfältig gewordene Gottheit.

Christian Morgenstern

Alles Schöne ist ein selbsterleuchtetes, vollendetes Individuum.

Novalis

Wenn das Individuum - wie Hebbel sagt - letzten Endes

komisch ist - und es ist komisch -, so ist die Tragödie die höchste Form der Komödie.

Christian Morgenstern

Die vollendete sittliche Größe ist in keinem Individuum der Menschheit vorhanden, wird also nur gedacht und nirgends angeschaut.

Johann Wolfgang von Goethe

Der Dichter nehme nur soviel von einem Individuum, als notwendig ist, dem Gegenstand Leben und Wahrheit zu geben; das übrige hole er aus sich selbst.

Johann Wolfgang von Goethe

Was nicht originell ist, daran ist nichts gelegen, und was originell ist, trägt immer die Gebrechen des Individuums an sich.

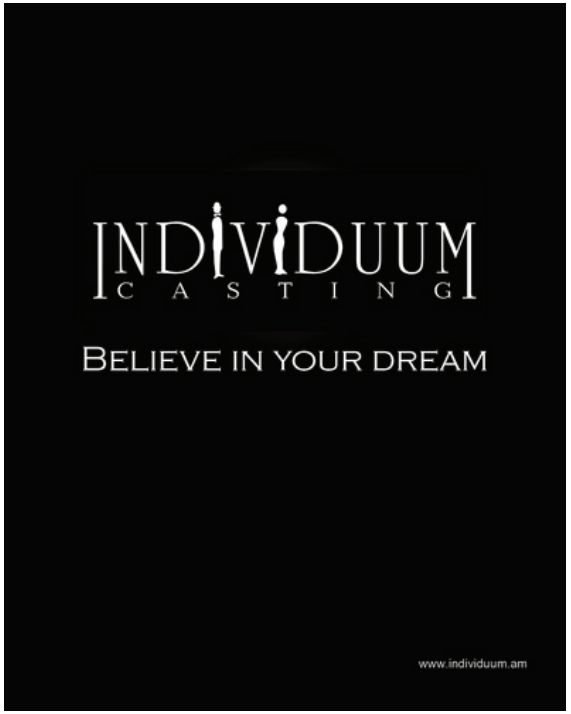
Johann Wolfgang von Goethe

Ein bedeutendes Individuum weiß uns immer für sich einzunehmen, und wenn wir seine Vorzüge anerkennen, so lassen wir das, was wir an ihm problematisch finden, auf sich beruhen.

Johann Wolfgang von Goethe

Nur im Antlitz tritt das Ich in Erscheinung. Der Leib bezeichnet mehr das Geschlecht als die Person, die Gattung mehr als das Individuum.

Joseph Joubert



6. Übung: Assoziationen - Gedanken

Werde dir den Unterschied von Aktivität und Passivität bewusst!

Betrachte den Unterschied zwischen Assoziationen und aktivem Denken!

Beobachte den Unterschied zwischen Assoziationen, die uns etwas zeigen wollen, und Assoziationen, die uns ungefragt belasten.

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Charakterisierung der Assoziationen

Göttliche Assoziationen

Assoziationen sind eine schon gedachte Gedankenstruktur.

Sie prägen den Menschen. Weil dies auf der Welt schon von Vielen oft gedachte Gedankeninhalte sind, haben wir es mit Strukturen zu tun, die auch Emotionen sind. Der Wille der Wesen, die es mit dem Menschen gut meinen, ist die treibende Kraft. Gott oder die geistige Welt lenkt und bestimmt uns.

Anti-göttliche Assoziationen

Wenn sie automatisch an die Oberfläche kommen, können sie kalt, denkerisch oder emotionshafter Natur sein.

Der Wille der Wesen, die es nicht gut mit dem Menschen meinen, ist die treibende Kraft. Die anti-geistige oder untersinnliche Welt lenkt und bestimmt uns.

Häufig werden wir dann von Sorgen überschwemmt, die nie in diesem individuellen Leben eintreffen müssen.

Die Statistik und der Vergleich mit anderen Menschen diktieren uns ("Der Andere kann dies besser, im Schnitt ist es so, ich bin der Beste usw.")

"Drehen" und bleiben die Assozitionen ungefragt im Gedächtnis,

wird von der "Gedankenmühle" oder vom "Mindfuck" gesprochen.

Diese negativen Assoziationen können den Menschen auch zwanghaft verfolgen. Es wird etwas gedacht, das mit vollem Bewusstsein nie gewollt würde. Häufig schämt der Mensch sich für seine Assoziationen und ist froh, dass seine Gedanken von Anderen nicht gesehen oder gehört werden. Viele Witze spielen ganz bewusst mit Assoziationen.

Assoziative Einteilung der Menschen

Bemerke, dass du deine Mitmenschen sehr schnell in Gruppen der Schüchternen, der Dominanten, der Redseligen, der Reichen usw einteilst. Du vergleichst oft den Anderen abschätzig mit einem Tier.

Wenn der Mensch "Loch" hört, bekommt er Assoziationen: Manche denken an Zündloch, manche an Knopfloch und manche an Göbbels.

Kurt Tucholsky

Assoziationen als Grundlage der Wahrnehmung

Sind die Gedanken alte Strukturen nimmt der Mensch seine Umgebung nicht objektiv wahr. Emotionen und Assoziationen können seine Wahrnehmung beeinflussen. Es wird nur gesehen, was der Mensch gewohnt ist und will.

Bsp. Alle optischen Täuschungen gehören zu solchen illusorischen Wahrnehmungen.

Bsp. Ein Militärpilot landet im Flugsimulator, obwohl eine riesige Zivilmaschine ihm den Weg versperrt. Kommentar: Auf einem Militärflugplatz gibt es keine Zivilflugzeuge. Also sieht der Militärpilot sie auch nicht und landet.

Charakterisierung des ganzheitlichen Denkens

Denken ist nur freiwillig, in Freiheit, möglich.

Es muss selbst getan werden, sonst geschieht nichts. Es muss mit dem ganzen Menschen gedacht werden, d.h. die Gefühle und der Eigenwille dürfen nicht fehlen. Der ganze Mensch muss beim Denken engagiert sein, sonst geschehen unmenschliche Handlungen.

Bei einer gewissen Stufe der Selbstentwicklung kann der Mensch zwischen Denkakt und Denkinhalt unterscheiden. Er ist sich bewusst, dass er selber denken muss, um auf unverfälschte Resultate zu kommen. Er erlebt, dass es die Wahrheit gibt. Dann zeigt das Geistige sich im Physischen.

Theorien sind nicht die Wahrheit

Interpretationen können nützliche Theorien sein, welche die Natur so manipulieren, dass das Leben anders wird. Es muss aber beachtet werden, dass der Mensch damit in die untersinnliche Welt kommt und Kräfte gebraucht, welche die Sinneswelt und mit ihr den Menschen zerstören können. Positiv gesagt, kann das tägliche Leben mit ihnen auch erleichtert werden. Erleichterung ohne Zerstörung geschieht

nur, wenn sich der Mensch weiterentwickelt.

Ohne Weiterentwicklung fühlt sich der Mensch heute als intelligentes Tier. Er streitet die menschliche Freiheit ab. Als Esoteriker schwärmt er oder als religiöser Fundamentalist will er sein Weltbild allen aufzwingen.

Zitate

Des Menschen Sehnsucht geht dahin, ein Ganzes und Vollkommenes zu erkennen.

*

Das, was wir aus Liebe tun, tun wir im höchsten Grade freiwillig.

*

Die größte Wohltat, die man einem Menschen erweisen kann, besteht darin, daß man ihn vom Irrtum zur Wahrheit führt.

*

Wahrheit ist die Übereinstimmung von Denken und Sein.

*

Alle Zitate von Thomas von Aquin (1224 - 1274), eigentlich Thomas Aquinas, italienischer Philosoph und Dominikanerpater

*

"Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile."

- gekürzte Form eines Originalzitat nach Aristoteles (siehe Oben)

Man muß sich der Idee erlebend gegenüberstellen können; sonst gerät man unter ihre Knechtschaft.

Rudolf Steiner

Ich verstehe unter Geist die Kraft der Seele, welche denkt und Vorstellungen bildet.

Aristoteles

Unsere Anschauung von der Vollkommenheit des Ganzen ist die, daß es auf der besonderen Vollkommenheit jedes einzelnen Individuums beruht.

*

Erkenntnis und Wahrheit sind die Mittel, um frei zu werden.

Rudolf Steiner

Ganzheitliches Denken als Grundlage der Wahrnehmung

Der Mensch nimmt mit ihm gegenwärtig, exakt, objektiv wahr, was sich ihm jetzt zeigt.

Er lebt in der Gegenwart und lässt sich nicht ablenken.

Charakterisierung des intellektuellen Denkens

Das intellektuelle Denken ist eine Mischung von Assoziationen und Denken,

Immer wenn wir auf Autoritäten aufbauen, die wir durch eigenes Denken nicht geprüft haben, wiederholen wir auch als Wissenschaftler "Glaubenssätze", ohne es zu merken. Dann denken wir nicht, sondern wiederholen nur Theorien von anderen. Bei einfachen Leuten ist dieser Vorgang offensichtlich, weil sie nicht gut gelernt haben, intellektuell zu denken. Bei Wissenschaftlern kann diese intellektuelle Vorgehensweise oft so gut begründet werden, dass eine grosse ganzheitliche Denkfähigkeit nötig ist, um die Widersprüche aufzudecken.

Zitate

Gott bewahre mich vor jemand, der nur ein Büchlein gelesen hat.

Thomas von Aquin

Es gibt drei Dinge, die sich nicht vereinen lassen: Intelligenz, Anständigkeit und Nationalsozialismus. Man kann intelligent (intellektuell, Anmerkung des Verfassers) und Nazi sein. Dann ist man nicht anständig. Man kann anständig und Nazi sein. Dann ist man nicht intelligent. Und man kann anständig und intelligent sein. Dann ist man kein Nazi.

Gerhard Bronner

Sprich nie von Grenzen der menschlichen Erkenntnis, sondern nur von den Grenzen der deinen.

Rudolf Steiner

Das intellektuelle Denken als Grundlage des Wahrnehmens

Meistens nimmt der Mensch die Welt ohne Gefühle war, weil er gelernt hat, dass Gefühle die Wahrnehmung verfälschen.. Er ist stolz, etwas zu sehen, was Andere nicht bemerken. Er ist von Vorurteilen geprägt, ohne es zu realisieren. Der Vergleich mit Anderen ist ihm wichtig.

7. Übung: Die 3 Sinne des Individualkörpers

Setze auch die noch unbekannten Sinne ein!

Nimm die Individualität (Ich, Delta) des Anderen wahr!

Nimm die Gedanken, Gefühle und Willensimpulse des Anderen wahr!

Nimm den Inhalt der Sprache wahr!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

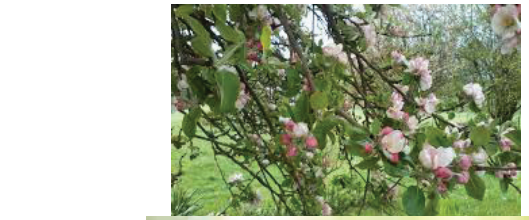
Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Sinneswelt



Die Sinneswelt kann, wie es der Name sagt, mit den menschlichen Sinnen wahrgenommen werden.

Es gibt neben der sichtbaren Welt auch Wahrnehmungen mit den Sinnen des Individualkörpers der unsichtbaren und unhörbaren Welt.

Individualitäts-Sinn

Darunter gehören die Sinneswahrnehmungen des Individualitäts-Sinnes, mit dem man die Individualität des Anderen wahrnimmt.

Deshalb ist es eine wichtige Aufgabe der Schule die Individualitäten zu fördern.

Erwachsene wie Kinder müssen ihr Potenzial entfalten können und in ihren Rechten und Pflichten ernst genommen werden.

Gedanken-Sinn

Mit dem Gedanken-Sinn können die Gedanken, Gefühle und Willensimpulse des Anderen wahrgenommen werden.

Aus diesem Grund ist auf das folgerichtige Denken, auch wenn es noch nicht zu äusseren Handlungen wie sprechen, bewegen usw. führt, zu achten. Ebeso sind die unhörbaren Gefühle und Willensimpulse wichtig.

Deshalb muss die Lehrperson ein Spezialist der Wahrnehmung und Erzeugung von Stimmungen sein. Das Gleiche gilt für jede Art von Bewegungen und der Ernährung.

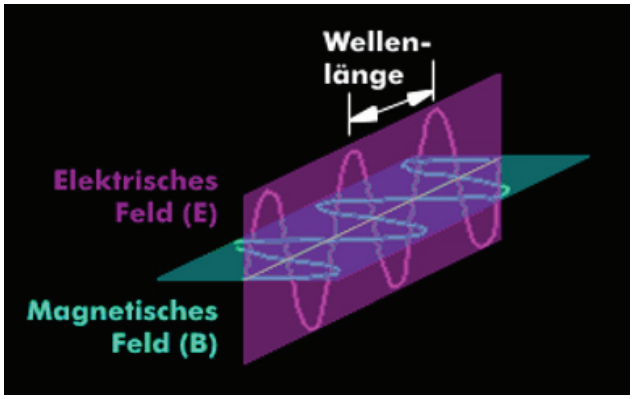
Sprachsinn

Der Sprachsinn ermöglicht uns, die Sprache als sinnvolles "Gebilde", das gedankendurchsetzt ist, zu erleben. Sie dient nicht nur der Information, sondern drück auch Gefühle

und Willensimpulse aus. Mit der Sprache können wir uns auf vielfältigste Weise offenbaren.

Deshalb muss der Lehrer sehr gut auf alle Sprachäusserungen achten. Die Pflege der Sprachen ist in der Schule sehr wichtig.

Technische Interpretation



Die technische Interpretation zeigt elektromagnetische Felder in denen wahrgenommen wird.

Wie die Bewegung mit dem Strom erklärt werden kann, ist es auch möglich die Sinneswahrnehmungen nur mit den Strukturen der elektromagnetischen Felder zu erklären.

Die menschliche Sinneswahrnehmung ist die geistige Tätigkeit des Individuums Es wird von der Sinneswelt berührt. Diese Wahrnehmung kann nicht mit den elektromagnetischen Feldern erklärt werden.

Der Mensch ist sich aber meistens nicht bewusst, dass er

mit der Technik die wahrnehmbare Welt so erklärt, das sie dadurch etwas Anderes als wir mit unseren menschlichen Sinnen wahrnehmen wird. Die künstlichen Sinne sind elektronische Apparate, die mit untersinnlichen Kräften konstruiert werden und mit dem Modell des Elektromagnetismus erklärt werden können.

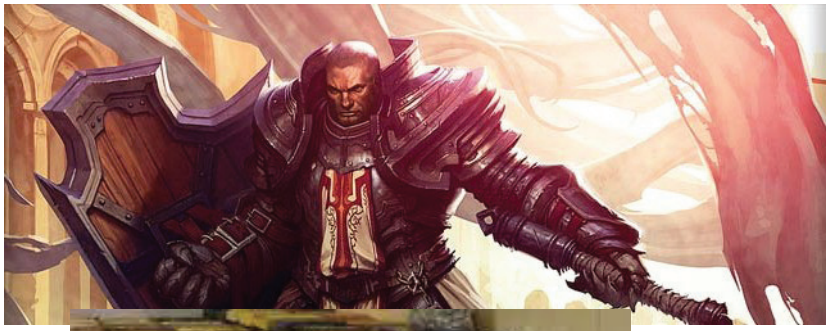
Da der lebendige Mensch über die Nerven mit einer toten Maschine verbunden werden kann, funktionieren diese künstlichen Sinne mit viel Willensanstrengung des Menschen.

Die untersinnliche Welt wird durch den menschlichen Willen, der zur übersinnlichen Welt gehört, an die geistige Welt angekoppelt. Der Mensch verbindet sich durch sein Training bewusst mit dem Computer. Dadurch profitiert er von den unzähligen Informationen, der Schnelligkeit und der Fehlerlosigkeit der Technik.

Nur darf der Fehler nicht gemacht werden, die natürlichen Sinne mit den künstlichen zu erklären..

Jede Passivität und Bequemlichkeit des Menschen führt von der Sinneswelt weg und in die untersinnliche Welt. Er wird dann zum manipulierbaren Roboter.

Anti-göttliche Welten



In der heutigen Welt kommt der Mensch meistens in den Einfluss einer Sphäre, in der durch äuissere Bilder und Töne die Assoziationen, Emotionen und eine maschinelle Motirik angeregt werden. Der Mensch handelt ohne seinen Willen und erschrickt von Zeit zu Zeit, was durch ihn an Negativem auf die Erde gekommen ist.

Diese Späre gehört zur untersinnlichen Welt und ist unsichbar.

8. Übung: Entwickle dich als Mensch weiter!

Übe regelmässig!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

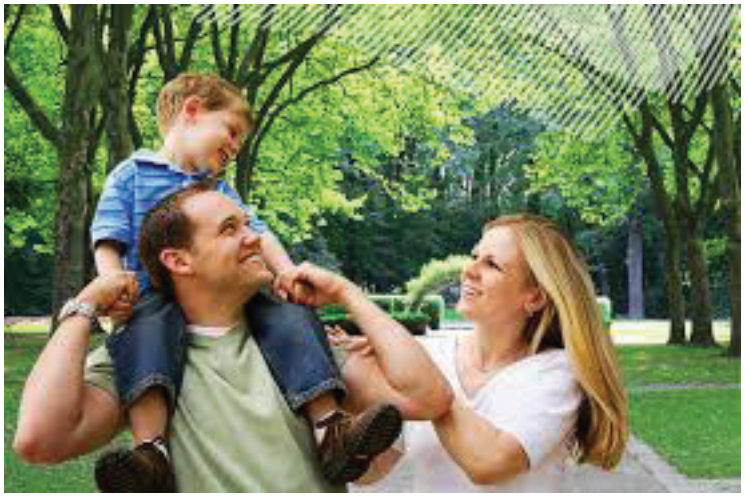
Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Das Menschliche der Erde



Die menschlichen Formen sind unzählbar individuell und schön. Jeder Mensch zeigt, dass er durch gezielte Kräfte von geistigen Wesen und seine eigene Mitarbeit, nicht durch Zufall und Selektion, entstanden ist. In diesen Formen kann sich das menschliche Leben und Selbstbewusstsein auf der Erde entfalten. Sie sind Voraussetzung für das Leben und die menschliche Freiheit.

Die Evolution

Eine heutige, bildhafte Darstellung der Evolution:

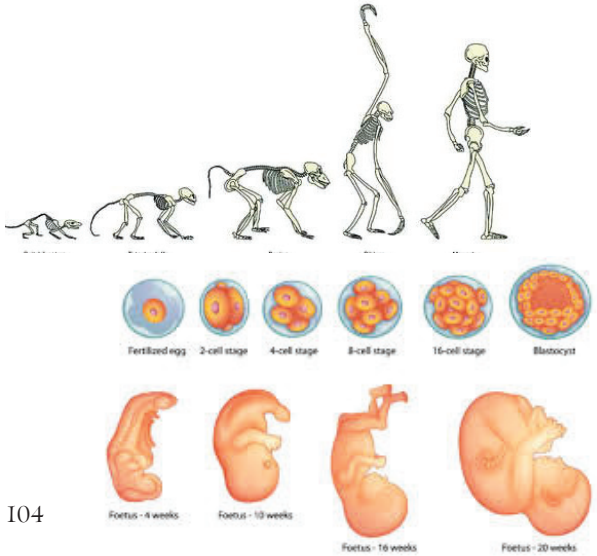
Ein Zitat aus dem Mittelalter:

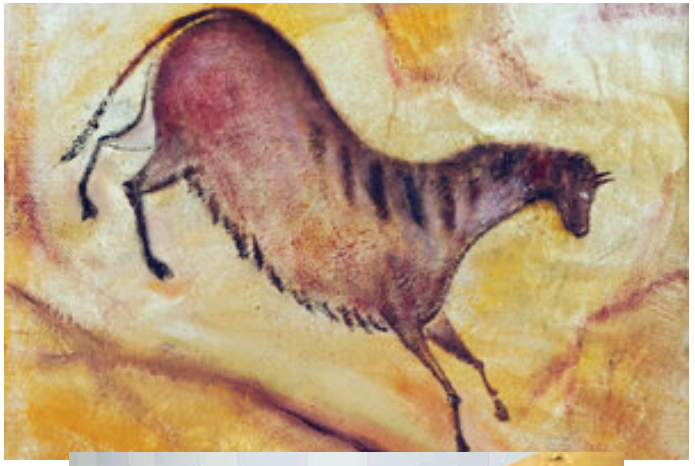
Der Mensch ist das Ziel der gesamten Schöpfung.

Thomas von Aquin (1224 - 1274),

Die Evolution des Körpers

Die Evolution des Körpers sind lange Prozesse, welche die Basis schaffen, dass der Mensch seinen Geist selbst aktiv weiterentwickelt.





Die Evolution des Körpers oder die natürliche Evolution brauchte es, dass der Mensch das Werkzeug zur Freiheit erhält. Er besitzt nun z.B. ein grosses Hirn in einem festen Körper. Diese natürliche Evolution dauerte eine sehr lange Zeit. Erst seit ein paar hundert Jahren sind immer mehr Menschen fähig, ihre eigene Selbstentwicklung in die Hand zu nehmen. Dann gilt: Der Mensch kann nun schöpferisch - bewusst kreativ - sein und sich nicht mehr als fremdbestimmtes Opfer fühlen.

Im Mittelalter hat über diese Fakten auch schon der berühmte Philosoph und Mönch Thomas von Aquin philosophiert.

Das Sittliche setzt das Natürliche voraus!

*

Wenn der Mensch unterläßt zu tun, was er vermag, und einzig Hilfe erwartet von Gott, dann scheint er Gott zu versuchen.

Thomas von Aquin

Schule

Die Schulen müssen ein Ort zur Potenzialentfaltung werden.

Schon Rudolf Steiner baute als Pädagoge auf den Pfeilern Freiheit und Selbst-Entwicklung der Lehrer auf. Durch das Unterrichten (Wissen vermitteln und Formen geben) ermöglicht er die Entwicklung und Entfaltung des Schülers. Der Entwicklungsgedanke steht schon vor ca. 100 Jahren bei allen Reformpädagogen im Zentrum. Die neusten Ergebnisse der Hirnforscher bestätigen heute auch wissenschaftlich die Notwendigkeit der Umgestaltung der

Schulen in Richtung Potenzialentfaltung. So bestätigt der Hirnforscher Lutz Jäncke (Neuropsychologe und kognitiver Neurowissenschaftler in Zürich), dass die Kreativität nur in einer meditativen Stimmung möglich ist.

Auf die Schule übertragen müssen die Lehrer dafür sorgen, dass die Schüler zufrieden sind und gern, stressfrei, ohne Vergleichsdruck und angstfrei lernen können.

Zur bewussten Potenzialentwicklung

Sie ist heute überall, auch in der Schule nötig.

Antike und im Mittelalter

Schon in der Antike und im Mittelalter wurde über sie philosophiert:

Es gibt Dinge, die wir lernen müssen, bevor wir sie tun können. Und wir lernen sie indem wir sie tun.

Aristoteles

Nichts gelingt gut, was man nicht mit Freude vollbringt.

*

Es ist erforderlich für die Entspannung des Geistes, daß wir von Zeit zu Zeit spielerische Aktionen und Scherze setzen.

Thomas von Aquin

18./19. Jahrhundert

Im 18./19. Jahrhundert beschäftigten sich grosse Denker damit, was zu einer optimalen, menschlichen Entwicklung nötig ist:

„Es ist nicht genug zu wissen, man muss auch anwenden. Es ist nicht genug zu wollen, man muss auch tun."

Goethe, Wilhelm Meisters Wanderjahre

Alles, was uns begegnet, lässt Spuren zurück. Alles trägt unmerklich zu unserer Bildung bei.

Johann Wolfgang von Goethe: Wilhelm Meisters Lehrjahre

„Man kann ohne Liebe Holz hacken, Ziegel formen, Eisen schmieden, aber man kann nicht ohne Liebe mit Menschen umgehen."

Leo Tolstoi (1828-1910)

Das Leben bildet.

*

Die Wahrheit ist eine Arznei, die angreift.

*

Ihr müßt die Menschen lieben, wenn ihr sie verändern wollt.

Johann Heinrich Pestalozzi (1746 - 1827), Schweizer Pädagoge und Sozialreformer

20. Jahrhundert

Im 20. Jahrhundert versuchten Rudolf Steiner und mit ihm die anderen Reformpädagogen mit ihrer Pädagogik die Potenzialentwicklung zu ermöglichen:

Das Wissen hat nur dadurch Wert, daß es einen Beitrag liefert zur allseitigen Entfaltung der ganzen Menschennatur.

Rudolf Steiner

Dem Kind gehört der erste Platz und der Lehrer folgt ihm und unterstützt es. Er muss auf seine Aktivität zugunsten des Kindes verzichten. Er muss passiv werden, damit das Kind aktiv werden kann.

Maria Montessori (1870-1952)

Heute,

Heute müssen zur Potenzialentwicklung die Formen zur Entfaltung der Schüler noch individueller werden:

Wer die Vielfalt negiert, weil er glaubt, individualisierter Unterricht sei nicht realisierbar, der hat als Pädagoge kapituliert, damit die Vielfalt unter den Kindern aber nicht aus der Welt geschaffen.

Remo Largo (* 1943, ein Schweizer Kinderarzt und Autor von Sachbüchern zur Erziehung.)

Lernen soll im 'Haus des Lernens' als ganzheitliches, umfassendes Geschehen verstanden werden. Hierzu gehören

neben dem Lernen als Erwerb von Wissen und Können auch soziales und moralisches Lernen und das Einüben von Handlungskompetenz..

Bildungskommission NRW: Zukunft der Bildung - Schule der Zukunft 1995

Bildung hilft uns, das zu entwickeln, was in uns steckt. Jeder kann etwas, und jeder braucht die Chance, seine Fähigkeiten zu steigern und Anerkennung zu erfahren.

Bundespräsident Christian Wulff , "Zukunft durch Bildung - Deutschland will's wissen"

Entwicklung des Menschen

Der Mensch erlebt seinen Geist nur, wenn er aktiv ist. Er kann aktiv im Jetzt leben, Aufmerksamkeitsmeditationen üben usw. Dann erfährt er, dass das Denken aus dem Denkakt und dem Denkinhalt besteht. Beim Denkakt muss der Mensch immer aktiv Gedanken "schöpfen". Es existiert kein Denkakt, wenn der Mensch nicht denken will. Er muss dazu intrinsisch motiviert sein.

Mit dem Denkakt lebt der Mensch schon in der geistigen Welt, ohne es zu wissen.

Der Denkinhalt ist für alle gleich. Sonst wäre für z.B. einen Chinesen 3 x 3 nicht dasselbe wie für einen Europäer. Wahrheit gäbe es nicht, obwohl viele daran zweifeln.

Der Denkinhalt kommt bei der "Gedankenmühle" verzerrt in unser Bewusstsein, ohne dass wir es wollen. Er ist oft mit

Gefühlen der Angst durchsetzt. Wir machen uns deshalb oft unberechtiger Weise Sorgen.

*

Wenn wir körperunabhängig, werden, aber noch im Körper sind, haben wir die Freiheit errungen und sind nicht abhängig von irgend Etwas. Wir sind in der geistigen Welt, welche die sinnliche Welt durchdringt.

*

In diesen Phasen legen wir den Egoismus ab und sind auf dem Weg ihn zu überwinden.

*

In der Delta pädagogischen Hauptübung wird die geistige Weiterentwicklung genauer beschrieben

Gehen

Das regelmässige Gehen ist ein einfaches "Wundermittel" zum Erlangen des Individualbewusstseins, wenn es bewusst gestaltet wird. Es kann auch die Seele und den Körper wieder ordnen. Schon Thomas von Aquin sagte: "Die Sünde besteht darin, daß die Seele ihre Ordnung verliert, so wie die Krankheit in einer Unordnung des Leibes besteht." Deshalb haben z.B. gewisse griechische Philosophen peripathetisch ihre Ideen entwickelt.Auch heute wird einem beim Gehen vieles klar.

Symmetrie, richtige Spannung der Muskeln,
Tiefenatmung, rhythmische Abläufe, Bewegungen
(verschiedene Formen:: Geraden, Bögen, Kreise) und vorher
gesunde Ernährung ermöglichen

eine Aufrechte Haltung, präzise Wahrnehmungen und ein körperunabhängiges Denken (geistige Gedanken).

Menschliche Ernährung

Heute ist es wichtig, sich mit seinem ganzen Körper zu verbinden - zentriert - zu sein, sich aber nicht in seine Abhängigkeit zu begeben.

Dies erreicht der Mensch nur durch seine aktive Bewusstseinsentwicklung. Mit welcher Ernährung er sich mit der sichtbaren Materie verbindet, kann nur er selbst entscheiden.

Zitate und Bilder

Zur Freiheit gehört es, abwechselnd zu regieren und regiert zu werden.

*

Das Größte und Schönste dem Zufall zuzuschreiben, wäre gar zu leichtfertig.

*

Aristoteles (384 - 322 v. Chr.), griechischer Philosoph, Schüler Platos,

"Mensch auf dem Wege" heißt einer deswegen, weil er zur Glückseligkeit strebt, "Mensch am Ziel" aber heißt einer deswegen, weil er die Glückseligkeit schon erreicht hat.

Thomas von Aquin (1224 - 1274), eigentlich Thomas Aquinas, italienischer Philosoph und Dominikanerpater

Erkenntnis und Wahrheit sind die Mittel, um frei zu werden.

*

"Die Suche nach Freiheit im individuellen Handeln wird konsequenterweise zum **Weg der inneren Entwicklung** und Selbstaufklärung."

*

Rudolf Steiner

Niemand ist frei, der über sich selbst nicht Herr ist.

Matthias Claudius

Der Gütige ist frei, auch wenn er ein Sklave ist. Der Böse ist ein Sklave, auch wenn er ein König ist.

Augustinus

Kein Mensch muss müssen.

Gotthold Ephraim Lessing

Mach das Beste aus dir, etwas Besseres kannst du nicht tun.

Ralph Waldo Emerson

Nicht um meinen Bruder zu besiegen, suche ich Kraft, sondern meinen größten Feind, mich selbst

Indianische Weisheit

So wie das Eisen außer Gebrauch rostet und das stillstehende Wasser verdirbt oder bei Kälte gefriert, so verkommt der Geist ohne Übung.

Leonardo da Vinci

Wer selber scheinen will, wird nicht erleuchtet.

Laotse

Mit all der Mühe, mit der wir manche unserer Fehler verbergen, könnten wir sie uns leicht abgewöhnen.

Michelangelo

Jeder Mensch ist ein Künstler. (In jedem Menschen liegen Schöpferkräfte)

Joseph Beuys

Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.

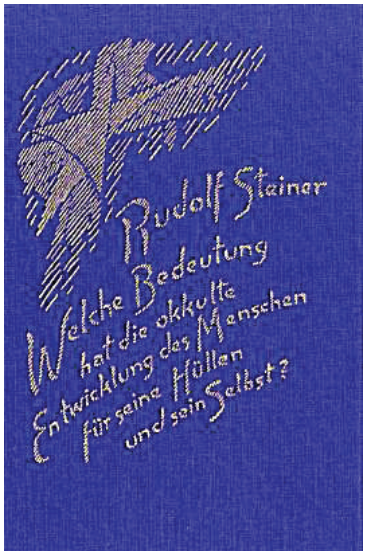
Mahatma Gandhi

In jedem lebt ein Bild dessen, was er werden soll. Solang er dies nicht ist, ist nicht sein Friede voll.

Angelus Silesius

"Was wir mit dem Körper tun,
das tun wir um des Geistes,
und was wir mit dem Geist tun,
um der Seele willen."

Hans-Ulrich Rieker



9. Übung: Zeit

Wechsle so oft wie möglich in die ewige Gegenwart!

Beobachte aufmerksam das Wahrnehmen
und damit auch das Denken im Jetzt!
Mach dir eine Vorstellung der Gegenwart!

Beobachtungen mit körperunabhängigem Bewusstsein

Um den 1. Leitsatz zu verwirklichen, ist es nötig, geistesgegenwärtig in der Gegenwart zu leben. Dies gelingt dem Menschen für längere oder kürzere Phasen. Es hängt von der momentanen Energie des Menschen und seinem Entwicklungsstand ab, wie lange er diese Phasen aufrecht erhalten kann.

Wichtig ist, immer wieder in der Gegenwart zu leben.

Beobachtungen des Alltags

Normalerweise leben wir nicht immer in der Gegenwart. Deshalb können wir uns den Zielen des 1. Leitsatzes nur annähern. Denn wir sind oft abgelenkt und verlieren dadurch unser Bewusstsein im Jetzt.

Wenn wir abgelenkt werden, wird unser Körper-Bewusstsein wieder stärker und bestimmender. Wir sind nun nicht mehr ganz zentriert. Ablenkung kann durch nicht ganz bewusste Sinnes-Wahrnehmungen, durch Assoziationen, durch Emotionen und durch unbewusste Motorik erfolgen. Immer wenn wir etwas nicht selbst beobachtet, gedacht und gefühlt haben, leben wir in der Vergangenheit. Ebenso befinden wir uns bei diffusen Ahnungen, die uns blockieren, in einer

Pseudo-Zukunft. Unser Egoismus mischt sich wieder in die Beobachtungen ein und verfälscht sie.

Zum Glück bestimmen diese Zustände nicht ausschliesslich unser Bewusstsein.

Das Leben besteht meistens aus einer Mischung von verschiedenen Bewusstseinszuständen. Wenn es mit einem vom Körper nicht abhängigem Bewusstsein beobachtet wird, können die alltäglichen Beobachtungen noch geändert oder ergänzt werden.

"Selber-Beobachten" ist nicht ein gedankenloses Wiederholen von Altbekanntem. Es ist immer mit "Selber-Nachdenken" über selbst erlebte, gesehene, gelesene oder andere mit Medien übermittelte Phänomene verbunden, damit eine in der Wirklichkeit verwurzelte Beschreibung möglich wird.

Wahrnehmen

Das Wahrnehmen findet in der Gegenwart statt. Es verläuft senkrecht zum waagrechten Zeitstrom.

Die Werkzeuge des Körpers (z.B. Sinnesorgane und Nerven) können mit der Richtung von unten nach oben bezeichnet werden. Von oben nach unten schlägt wie ein Blitz das individuelle Denken des Menschen und das fremdbestimmte Denken Gottes ein. Erst mit dem Denken und dem Körper nehmen wir etwas wahr. Der Geist (kommt von oben) ist mit dem Körper - der Materie - im Leben auf der Erde verbunden. Die Materie des Körpers ist das Werkzeug des Menschen. Materie ist kondensiertes Licht.

Das Wahrnehmen kann sehr genau im Jetzt mit den 12 Sinnen erfolgen. Dazu braucht es aber zu Erfassen der Welt das gegenwärtige Denken des individuellen Menschen. Das vergangene Denken kann den Menschen in die Irre führen. Z.B. optische Täuschungen zeigen uns, dass mit einem Denken, das uns täuschen will, wir unmögliche Gebilde sehen. Auch Aussagen in Polizeiakten führen uns vor Augen, wie ungenau oder sogar falsch unsere Beobachtung sein kann.

Gewollte gegenwärtige Gedanken

Gedanken sind geradlinig, klar und schnell. Sie sind willenshafter Natur und Ergreifen unseren Körper mindestens im Hirn.

Unser ewiger Kern ist ein freies, individuelles Willenswesen, das frei wahrnehmen, frei denken, frei fühlen und frei wollen kann.

Im Jetzt "schlegen" die Gedanken wie ein Blitz in unseren Körper von oben ein. Werden sie von uns in die Erinnerung gehoben, können wir im Jetzt die in der Vergangenheit gedachten Gedanken und Wahrnehmungen in unser Gedächtnis holen. Dann kommen sie von links aus der Vergangenheit und werden in der Gegenwart erinnert. Sie kommen also von links und gehen nach rechts. Durch das gegenwärtige Denken und Wahrnehmen bekommen wir durch unser Erlebnis Vertrauen in die Gegenwart des Geistes.

Auf der Erde erringen wir unseren individuellen Geist. Wir werden zum individuellen, freien Menschen.

In unserem Körper geschieht Vieles körpergestützt automatisch, also unfrei. Solange die anti-göttlichen Wesen unseren Körper nicht phasenweise ergreifen und missbrauchen, sind es göttliche Wesen, die uns leiten. Beim göttlichen Einfluss ist der Mensch noch ein unfreies, nicht individuelles Wesen, das im göttlichen Schoss aufgehoben ist.

Denken können aber auch das Leben stark prägende Assozitionen sein. Diese kommen dann aus der Vergangenheit und sind Gedanken, die andere schon gedacht haben und die zum Teil ohne unseren Willen erinnert werden. Wir müssen also unterscheiden lernen zwischen selbstgedachten und "Wiedergekäuten" Gedanken. Wir müssen merken, welche Gedanken Assoziationen sind. Sie können sich selbst ungewollt in unser Gedächtnis drängen und uns beeinflussen können, wenn sie von den anti-göttlichen Wesen kommen.

Schon gedachte Gedanken, die wir bewusst neu, also selbst denken sind Assoziationen, die wir wieder zu unseren Ge-

danken machen. Wir müssen ja nicht alles selbst erfinden, sollten aber alle Gedanken, die uns prägen, selber neu denken.

Uns muss bewusst werden, dass gegenwärtige Gedanken eine reale Macht sind. Sie können sich auf der Erde durch Taten zeigen. Diese Gedanken sind nicht "frei". Wir haben zwar die Freiheit sie zu denken und sie auf der Erde sichtbar zu machen, sind sie aber gedacht, gehören sie schon zu den unsichtbaren Tatsachen der Welt.

Spätestens bei Unfällen, Gebrechlichkeit im Alter, beim nahenden Tod usw. geben uns nur noch unsere Gedanken Halt. Denn wir sind uns sicher, dass unsere Existenz und unsere Beziehungen zu anderen Menschen mit dem Tod nicht aufhören.

Der "Gedächtniskörper"

Die Lebenssphäre, das Pflanzliche oder der Energiekörper, der auch Zeitkörper genannt werden kann, sind auch die Regionen des unsichtbaren Gedächtnisses.

Das Ultra-Kurzzeitgedächtnis

Das Gedächtnis des Geistes ist das Ultra-Kurzzeitgedächtnis. Die schnellen Gedanken können ein schnelles Reagieren bewirken. Sie können aber schnell (einige Sekunden) wieder vergessen werden und im Bewusstsein für andere Wahrnehmungen und Gedanken Platz machen. Das Ultra-Kurzzeitgedächtnis ist noch nicht im Körper "verankert".

Gegenwart des Geistes

Wenn du beobachtest, wie du im Jetzt wahrnimmst und denkst, musst du dich schon etwas von dir distanzieren. Dein Geist ist aktiv im Jetzt. Er kann im Jetzt nicht beobachtet, sondern nur erlebt werden.

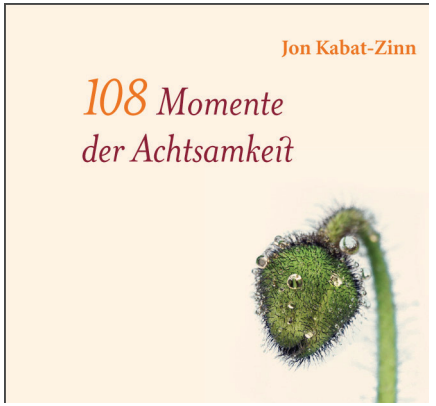
Entweder beobachtest du deine vergangene Tätigkeit oder du bist im Jetzt aktiv.

Im Jetzt bist du auch in der geistigen Welt und hast daher dein hirngestütztes Gedächtnis nicht nötig.

Weil du im Jetzt in der geistigen Welt bist, kannst du ebenfalls auf die Hilfe der geistigen Wesen (Gott, Engel, verstorbene Menschen) zählen.

Aufmerksamkeit

Nur in der Gegenwart kannst du aufmerksam sein und entsprechend handeln. Weil du ein lebender, seelischer und geistiger Mensch mit einer unsichtbaren Innenwelt und einem sichtbaren Körper bist, kannst du dich auch in der Gegenwart an die Vergangenheit erinnern und die Zukunft erahnen. Du lebst also mit den drei Aspekten der Zeit.



Die verschiedenen Aspekte der Zeit

Die Zeit kann schon für den gesunden Menschenverstand in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft eingeteilt werden.

Freske in Romainmotier:

Gabriel ist vergangenheitsorientiert. Er steht auf festem Boden und liest in einem Buch. Er steht links vom Nullpunkt oder Gegenwart. Christus als Lamm Gottes dargestellt, lebt im Jetzt, in der Gegenwart. Michael kämpft mit den Zukunftsströmungen. Im Bild steht er rechts auf dem lebendigen

zweiköpfigem Drachen.

Raum-Zeitkontiuum

Seit Einstein hat der Mensch gelernt, dass vom Raum-Zeitkontiuum gesprochen werden muss. Es gibt den Raum ohne Zeit nicht. Er wird mit 4 Dimensionen bezeichnet. 3 räumliche Dimensionen und die Zeit.

Zeitempfindung im Kontinuum

Die "lebendige Zeit" existiert ohne menschlichen Innenraum oder Geist-Seele im lebendigen Körper nicht. Sie wird je nach Alter, Wachstumskräften und Situation länger oder kürzer empfunden.

Bsp. Die 4 Wochen vor Weihnachten sind für kleine Kinder sehr lang, für Erwachsene gehen sie sehr schnell vorbei.

Bsp. Bei einer langweiligen Arbeit werden die 9 Stunden Arbeitszeit als sehr lang empfunden. Bei einer selbstgewählten, interessanten Arbeit werden Stunden als Minuten wahrgenommen.

Bsp. Gewisse Drogenräusche können als sehr, sehr lang (bis zu Milliarden von Jahren oder ewig) erlebt werden, d.h. die Zeit steht still. Wir sind ausserhalb des Vergangenheitsstromes. Drogen manipulieren das Zeitempfinden! Sie ermöglichen die Flucht aus dem Zeitstrom (dem Körper) und treiben den Konsumenten in die ewige Gegenwart. Dieser Vorgang der Dezentrierung oder des aus dem Körper Tretens geschieht aber ohne klares Bewusstsein. Der Mensch befindet sich ja im Drogenrausch. Wenn nicht mehr nor-

mal in den Zeitstrom eingetaucht werden kann oder der Mensch seine Zentrierung nicht mehr findet, kommt der Drogensüchtige in eine Klinik (es wird auch vom "Hängenbleiben" gesprochen) oder stirbt im Extremfall.

Der Geist und die Zeit

Altarstein in Romainmôtier

Altarstein

Der menschliche Geist greift stufenweise in den menschlichen Körper und mit ihm in die Welt ein.

Es kann von 4 Stufen des Ergreifens des Körpers gesprochen werden:

Zuerst greift das ICH oder die ewige Individualität im Geistigen (Ich-Sphäre), danach im Seelischen (Seelen-Sphäre) ein. Nun kann sich die Geist-Seele in ihrem Körper noch ganz inkarnieren. Durch klare mit tiefen Gefühlen erfüllte Gedanken entwickelt sich die Individualität positiv weiter.

Im unsichtbaren Seelen-Leib auf der Lebens-Stufe lebt sie in verschiedenen Rhythmen (Atem-, Blut-, Ess-, Schlaf-, Lern-, Arbeitsrhythmus und viele andere Rhythmen). Durch ihren 3-dimensionalen, festen Körper erobert sie sich den Raum. Durch Bewegen und gesundes Essen erhält sie die Gesundheit ihres physischen Körpers..

Nun hat die Geist-Seele alle Voraussetzungen, um in Freiheit ihr Leben positiv zu gestalten.

1. Geist im Geistigen oder Ich

Das ICH zeigt sich als Ich in seinem Körper auf der Erde. Indem es ihn durchdringt, kann es die Welt entsprechend seinem Willen umgestalten. Es ergreift seinen Körper von oben nach unten.

Im Geistigen selbst gibt es keine Dimensionen (weder zeitliche noch räumliche). Es gibit nur geistige Wesen und ihre

Beziehungen. Alles geschieht im Jetzt, in der Gegenwart des Denkwillens.

GEIST & GEGENWART

Forum für Politische, Wissenschaftliche, Kulturelle, Wirtschaftliche und Soziale Fragen eines neuen Europa.

Im Zentrum des Altarsteins ist die achtblütige Rosette zu sehen. Sie stellt den Ich-Punkt dar. Er ist immer im Wandel. Auf der Erde zeigt sich das ICH immer im Jetzt. Auf dem Zahlenstrahl bezeichnet das Ich als Punkt die Gegenwart. Es bewegt sich immer weiter, wie die Gegenwart nicht festgehalten werden kann und sich immer weiter Richtung Zukunft bewegt.

Das ICH kann nie festgehalten oder fixiert werden. Es existiert nur in Aktivität und ist daher nie das Gleiche. Es ist immer in Entwicklung.

Das ICH kann auf der Erde als Ich von oben nach unten seinen Leib ergreifen. Die Pfeilrichtung verläuft dann entlang des senkrechten Kreuzbalkens nach unten. Das geistige ICH, das weder im Raum noch der Zeit existiert, "schlägt" als Ich im Jetzt in seinen Körper von oben wie ein Blitz "ein".

Durch unsere Denkfähigkeit können wir die Zusammenhänge begreifen. Wir sind denkende Wesen.

2. Geist im Seelischen oder Seele

Auf dem Altarstein ist der Mensch als Kreuz, das den Kreuzungspunkt - den Ich-Punkt - umschliesst, abgebildet.

Was im rein Seelischen bestand hat, ist nur die Zukunft, die dem Menschen immer näher kommt.

Die Zukunft oder die fühlende Seele werden auf dem horizontalen Balken rechts gezeigt.

Sie zeigt zum Ich-Punkt als Pfeil von rechts nach links. Die abgebildete Lemniskate (die Acht) macht alle Ereignisse, die in der Aussenwelt (Äussere der Lemniskate) stattfinden könnten, zu Ahnungen, Bildern oder bewussten Zielen der Innenwelt (Äussenraum wird zum Innenraum bei der Acht).

Auf dem horizontalen Kreuzbalken ist links die Vergangenheit dargestellt.

Sie zeigt zum Ich-Punkt als Pfeil von Links nach Rechts. Die Lemniskate (die Acht) macht alle Erlebnisse der Aussenwelt (Äussere der Lemniskate) zur Innenwelt (Äussenraum wird zum Innenraum bei der Acht).

Der Ich-Punkt wird jedoch aus vier Pfleilrichtungen gebildet. Es gibt noch den senkrechten Kreuzbalken, der die Richtung von oben nach unten angibt, aber auch von unten nach oben.

Er zeigt das gegenwärtige Denken und handeln, also die Gegenwart.

Aus der Gegenwart schöpfen wir aus dem Strom der Zeit Gedanken und können ihnen entsprechend handeln, wenn wir die Freiheit errungen haben. Die Richtung des Wollens (Denken, das in Handeln umgesetzt wird) steht senkrecht auf der Richtung des Denkens und Fühlens.

Der Mensch kann denken, fühlen und wollen, weil er eine Innenwelt hat. Es wird vom Seelenleben gesprochen.

Ich-Denken und entsprechend Handeln (Wollen) in der Gegenwart, sich der Vergangenheit bewusst mit gefühlten Gedanken erinnern können und sich Ziele setzen, die erst in der Zukunft verwirklicht werden können, bilden das Seelenleben des Menschen.

Durch unsere Gefühle erleben wir die Welt nicht nur gedanklich. Wir sind auch fühlende Wesen.

3. Geist im Lebendigen oder Leib-Seele.

Auf dem horizontalen Kreuzbalken ist links die Vergangenheit dargestellt.

Im Lebendigem gibt es auch nur die Gegenwart, die als Vergangenheit immer grösser wird. Die vergangenen Erlebnisse können im Körperbewusstsein mit den 4 Gedächtnisarten besser oder schlechter erinnert werden. Die Erinnerung bricht meistens mit ca. 3 Jahren ab, weil wir bis zu diesem Zeitpunkt noch keinen Unterschied zwischen uns und der Welt machen (man spricht von sich in der 3. Person: dä Peterli gaht ...).

Mit dem Geistbewusstsein kann in die weitere Vergangenheit geschaut werden. Die letzten Leben auf der Erde werden immer klarer gesehen.

Durch unsere Erinnerung können wir uns an die vergangenen Ereignisse erinnern. Wir sind auch Wesen mit vom sichtbaren Körper unabhängigen Gedächtnis.

4. Geist im Räumlichen oder Leib

Es gibt noch den senkrechten Kreuzbalken, der die Richtung von unten nach oben zeigt.

Auch im Räumlichen gibt es nur die Gegenwart in den drei Dimensionen des Raumes. Alles geschieht im Jetzt, in der Gegenwart des Handelns. Die Freiheit im Handeln ist nur Dank des Mineralisch-Toten möglich, d.h. der Geist kann in den Raum eingreifen, wenn er will. Die Formen der Welt (Berge, Flusstäler, Tier, Bäume, Kristalle sind eine Erinnerung an die Vergangenheit. Nur der Mensch, der aus seinem Ich heraus lebt, ist ein Bild für alle Zeiten (Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft).

Beispielsweise kann das Wetter, das ein zukünftiges Geschehen darstellt, oft nicht gut auf Grund der Extrapolation von vergangenen Daten in der Wetterprognose vorhergesagt werden.

Durch unseren Einsatz des Willens können wir in die Welt eingreifen. Wir haben dazu einen festen Körper. Wir sind auch handelnde Wesen.

Das Denken

Das denken wird vom Menschen mit seiner Aktivität selbst "gemacht". Mit seiner Denkaktivität ist er selbst tätig. Niemand kann für den Anderen denken. Der Andere kann aber von fremden Gedanken manipuliert werden, wenn er nicht in der Gegenwart lebt.

Im Individualkörper kann der Mensch als individuelles Wesen erlebt werden.

Da er auch einen Seelen-, Energie- und Raumkörper besitzt, ist er ebenfalls ein Gattungswesen. Die Selbstentwicklung geht dahin, immer mehr Körper bewusst zu ergreifen und mit zu prägen.

Denkeninhalte und ihre Vernüpfung mit dem eigenen Willen (Denkakte) verhelfen uns zur Erkenntnis, bewirken aber in der Welt vorerst nichts.

Gedanken, die aus der Zukunft kommen, können zu Motiven unserer Handlungen werden. Diese gegenwärtigen Gedanken, die hinter den Handlungen stehen, greifen in die sichtbare Welt ein. Gedanken als Reaktion der Umwelt steigen in der Seele als Gefühle auf. Denn alles, was wir tun oder unterlassen gibt uns ein Echo. Dieses Echo bildet zuerst unsere Gefühle, im nächsten Leben unser Schicksal.

Ich und Ego

Der Geist - das ewige Individuum oder ICH - darf nicht mit dem Ich oder Ego verwechselt werden.

Das Ego kann sich in den Strukturen der Vergangenheit verlieren.

Es lebt dann in seinen Erinnerungen und verlässt die Wirklichkeit.

Das Ego kann aber auch die Wirklichkeit verlassen, indem es sich mit den Vorstellungen der Zukunft verbindet.

Beide Male ist es abgelenkt. In diesen Phasen "rauscht" das wahre Leben an ihm vorbei. Es hat sich vom horizontalen Strom der Vergangenheit nach links mitreissen lassen oder ist der Gegenwart in den Zukunftsstrom nach rechts entflohen. Ein Eingreifen, das der Realität entspricht, ist nun nicht mehr möglich.

Der Mensch verschläft sein Leben, wird durch Unfälle und andere Missgeschicke "geweckt" und schläft im Wachzustand nachher meistens weiter.

Greift er bewusst in sein Leben ein und kommt er von der passiven Opferrolle zur aktiven Schöpferrolle, muss er aufmerksam im Ich sein. Er hat in dieser Phase seinen Egoismus überwunden. Er lebt im Jetzt. Im Jetzt kann er sich auch erinnern oder Ahnungen, Gedanken oder Bilder der Zukunft haben (ICH-Bilder der Zukunft sind Gefühle, die von rechts kommen. Ego-Bilder der Zukunft sind Emotionen, die eine in die Zukunft extrapolierte Vergangenheit sind. Die Zeitumkehr findet nicht bewusst statt.).

Er wird jedoch nicht vom Zeitstrom mitgerissen. Er bleibt in seinem ICH-Punkt zentriert.

Er setzt seine Erinnerungen und Bilder, der noch nicht sich ereigneten Zukunft ein, um in der Gegenwart entsprechend zu handeln.

Seine gegenwärtigen, hell bewussten Handlungen steuert er mit seinen willenshaften Gedanken - seinem Willen oder ewigem Wesen -.

Zitate

Das Leben geht ziemlich schnell vorbei. Wenn man nicht ab und zu anhält und sich umsieht, könnte man es verpassen!

Ferris Bueller

Hoch ist der Liebe süßer Traum, erhaben über Zeit und Raum.

Wilhelm Busch

v