



Einleitung

Grüezi

Wenn Sie diesen Newsletter vor Augen haben, bestätigen Sie sozusagen, dass Offenheit und Neugier in Ihrem Leben einen wesentlichen Platz einnehmen.

Ohne Offenheit und Neugier ist das Leben langweilig. Sie sind das, was uns die Welt und das ganze Universum näher bringen können. Neugier ist das brennende Verlangen, herauszufinden, was hinter den Dingen steckt. Es ist das Verlangen, die Welt in der wir leben zu verstehen. Offenheit leben, auch wenn das eine oder andere nicht unserem Denken entspricht, wenn es dem zuwiderläuft, was man eigentlich erwartet hat ...

Offenheit und Neugier gehören zu den wichtigsten Eigenschaften, die das Leben interessant und abwechslungsreich machen. Sie sind zugleich die beste Unterstützung um Körper und Gehirn jung zu erhalten.

Geniessen Sie ein paar ruhige, besinnliche Festtage im Kreise von Freunden, Familie und Menschen, die Ihnen besonders viel bedeuten. Fühlen Sie sich wohl unter dem Sternenhimmel der Weihnachtsnacht oder inmitten von Sternen, wie und wo sie Ihnen in diesen Tagen auch immer begegnen.

Ich wünsche Ihnen frohe Festtage und viel Glück und Gesundheit im neuen Jahr. Bleiben Sie offen, neugierig und achtsam, um immer wieder interessante Aspekte des Lebens und der Welt zu erleben. Und auch heute wünsche ich Ihnen einen schönen Tag – jeden Tag, bis zum nächsten Brief im März 2017.

Robert Gruber

Achtsamkeit

Ein Wort und viele Definitionen

Wieder einmal habe ich oben von Achtsamkeit geschrieben. Mir fällt auf, dass dieses Wort zur Zeit einen richtigen Aufschwung erlebt. Doch ist uns wirklich bewusst, was unter Achtsamkeit wirklich zu verstehen ist? Da auch der Beitrag über Naturwesen (weiter unten) unmittelbar mit Achtsamkeit zu tun hat, werde ich ein wenig detaillierter darauf eingehen.

Zuerst eine kurze Abgrenzung. Im Zusammenhang mit Achtsamkeit (engl. care) ist sehr oft die «Ethik der Aufmerksamkeit» gemeint. Hierbei wird mit dem Begriff der starke Antrieb von Achtung aufgegriffen. Achtsamkeit drückt aber auch das Anliegen aus, dass Menschen sich anderen Menschen zuwenden, sie ernst nehmen und auf sie eingehen.

Hier jedoch sprechen wir von der Achtsamkeit im Rahmen von Buddhismus und Psychologie (engl. mindfulness).

(Fortsetzung nächste Seite)

Inhalt, Impressum und Zielgruppen

Inhalt

Einleitung

- Grüezi

Achtsamkeit

- Ein Wort und viele Definitionen

Naturwesen

- Erschaffung eines Naturgeistes
- Individualisierung von Naturgeistern

Bewusstsein

- Wirkung von Gedanken auf Dinge und Leute

Impressum

Herausgeber

Institut für Naturphilosophie
Innere Freiheit für erwachende Menschen

Robert Gruber

St. Gallerstrasse 13
CH-8853 Lachen SZ

Telefon: +41 (0) 79 638 08 54

Internet: <http://www.rgruber.ch>

E-Mail: info@rgruber.ch

Zielgruppen

Menschen, die ein erweitertes Wissen über die Zusammenhänge und Hintergründe zwischen den natürlichen und den im allgemeinen als widernatürlich angesehenen Phänomenen erfahren möchten, um die Aktionen und Reaktionen im unmittelbaren menschlichen Umfeld emotionslos verstehen zu können.

Für Menschen mit gleichbedeutendem Gedankengut ist dieser Brief geschrieben.

Was suche ich?

- Ich suche Menschen, die sich an mehr erinnern können, als unsere Lehrbücher erzählen und mit denen ich diesbezüglich Gedanken austauschen kann.

Was biete ich?

- Ich helfe Menschen, die in ihrem Beziehungsnetz, bedingt durch wirtschaftliche (aktuelle politische- und Wirtschaftslage) oder persönliche (in Familien- und/oder Freundeskreis) Veränderungen psychische oder physische Tragödien erleben, ihren Weg zur inneren Freiheit zu finden.

Meine Mission

- Ich helfe erwachenden Menschen das Wissen zu entwickeln, ihren Traum der inneren Freiheit mit dem Ziel zu verwirklichen, auf den Flügeln der Absicht fliegen zu können.



(Fortsetzung von Seite 1)

Diese Art der Aufmerksamkeit ist im Zusammenhang mit einem besonderen Wahrnehmungs- und Bewusstseinszustand. Es ist eine spezielle Art einer Persönlichkeitseigenschaft. Wir kennen diese insbesondere in der buddhistischen Lehre und der Meditationspraxis.

Die am häufigsten gemeinte und zitierte Definition ist diejenige von Jon Kabat-Zinn¹. Er lehrt eine Achtsamkeit, die absichtsvoll ist, sich auf den gegenwärtigen Moment bezieht und nicht wertend ist.

Achtsamkeit und Konzentration ist nicht dasselbe. Konzentration besteht darin, sich aufmerksam auf ein bestimmtes Objekt oder auch einen Bereich wie etwa eine Schriftzeile einzustellen, darauf seinen Blick zu auszurichten und seine ganze Aufmerksamkeit für diesen begrenzten Bereich seiner Wahrnehmung aufzuwenden.

Achtsamkeit hat eine dazu entgegengesetzte Ausrichtung. Hier wird der Fokus der Aufmerksamkeit nicht gezielt eingengt, sondern vielmehr weit gestellt. Im extremen Fall ist dann eine weitwinkelartige Aufmerksamkeitseinstellung erreichbar, die in einer umfassenden, klaren und hellwachen Offenheit für die gesamte Fülle der Wahrnehmung besteht.

Naturwesen

Erschaffung eines Naturgeistes

Ich möchte hier einmal versuchen, einen Naturgeist der Natur-elemente zu erklären oder, besser entstehen zu lassen.

Stellen wir uns ein sanftes Tal vor. In diesem Tal wiederum stellen wir uns einen grossen, hochragenden Felsen vor. Er ist eindeutig von der Fläche des Tals getrennt, obwohl wir ihn nur vor dem Hintergrund des Tals sehen.

Wir wissen, dass Materie Bewusstsein ist, oder je nach Denksystem Bewusstsein enthält. Dieses Bewusstsein entwickelt, wenn genug von ihm vorhanden ist (d. h. eine kritische Masse), eine schwache Wahrnehmung von sich selbst. Im Laufe von Jahrmillionen mag diese Wahrnehmung sich zu einer schärfer umrissenen Identität herausbilden – möglicherweise durch Wechselwirkung mit anderen Wesen.

Wenn etwa ein Tier unter dem grossen Felsen einen geschützten Platz findet, ist es ihm dafür dankbar und der Felsen spürt das. Und wenn ein Vogel sein Nest auf ihm baut und Eier hineinlegt, steigert sich sein Selbstwertgefühl. Das sich entwickelnde Leben der Jungvögel und ihr höheres Bewusstsein geben dem Be-

wusstsein des Felsens einen weiteren Schub. Früher oder später wird es zum «Geist» des Felsens.

Der Felsen hat jetzt gelernt, dass diese anderen Wesen auf sein Gewähren von Schutz mit dankbaren Gefühlen antworten. Er begreift daher allmählich, dass es seine Aufgabe ist, sie zu beschützen. Er wird darin bald ziemlich geschickt und zieht so weitere Wesen an. Der enge Kontakt mit den Lebewesen beschleunigt sozusagen seine Entwicklung und erweitert seine Möglichkeiten, sein Ansprech- und Reaktionsvermögen. Dies liegt natürlich im relativ niedrigen Bandbereich des mineralischen Bewusstseins, aber innerhalb dieses Bands ist es an der Obergrenze.

Das Bewusstsein des Felsens grenzt an das der Pflanzen und seine Energieaustauschkurve reicht hin bis in den Astralbereich. Deshalb wird ein empfindsamer Mensch, der eines Tages an diesem Felsen vorbeikommt, spüren, dass ihm etwas Besonderes anhaftet. Er vermittelt ihm ein bestimmtes Gefühl, sei es Anziehung oder Ablehnung.

Dieser Geist hat natürlich keine kreative Intelligenz. Möglicherweise will er mit seinen Fähigkeiten angeben, indem er dem Menschen etwas vorführt (z. B. eine emotionale Heilung). Und dieser Mensch wird – wenn er das bemerkt und zuordnen kann – davon beeindruckt sein, wie es sich gehört. Das zieht bald andere Leute an, die davon gehört haben. Auch diese können, wenn sie entsprechend achtsam sind, solche Erlebnisse haben. Schnell entsteht daraus ein Kult². Die Gedanken der Menschen, die sich auf ihn konzentrieren, verstärken die Kräfte des Felsens.

Ich sagte also, dass seine Fähigkeiten, Dinge zu bewirken, enorm steigen, wenn Leute sich auf ihn konzentrieren, weil ihn die Energieebene des menschlichen Nervensystems stimuliert. Er ist sozusagen mit dem «König» auf du und du. Von da an entwickelt sich alles im Schneeballprinzip: Seine Wirkung wird für leichtgläubige Leute immer beeindruckender. Am Ende bringt man ihm Opfer dar, um seine Gunst zu gewinnen. Oder – wenn die Menschen fürchten, dass ihre Aktivitäten in seinem Herrschaftsbereich ihn missgestimmt haben – man opfert ihm, um ihn zu besänftigen.

Ein Beispiel: In Peru bringen Arbeiter der Kupferminen dem Minengeist jedes Jahr mit grossem Aufwand und Zeremoniell Lamas als Opfer dar. Sie erklären dass der Geist, der das individualisierte Bewusstsein einer Kupferader ist, auf diese Art milde gestimmt wird und die Arbeiter, die ja schliesslich seinen Körper ausgraben und verkleinern, damit nicht mit Unfällen oder Verletzungen heimsucht.

Zuletzt entwickelt sich der ursprüngliche «Felsengeist», der als ungenaue, trübe Selbstwahrnehmung einer Materieanhäufung begann, zu einem mächtigen Geist oder Stammesgott.

Nach diesen Ausführungen kann es uns leichter fallen, die Bedeutung von Mescalito zu verstehen, dem Geist der Peyote-Pflanze,

1 Jon Kabat-Zinn (* 5. Juni 1944 in New York) ist emeritierter Professor an der University of Massachusetts Medical School in Worcester. Er unterrichtet Achtsamkeitsmeditation, um Menschen zu helfen, besser mit Stress, Angst und Krankheiten umgehen zu können.

2 Wikipedia: Kult oder Kultus (von lateinisch cultus [deorum] „Götterverehrung“, von colere „anbauen, pflegen“)



die Carlos Castaneda in «Die Lehren des Don Juan»³ beschreibt. Wir haben es hier mit einer höher entwickelten Wesenheit zu tun, die die Gesamtheit des Bewusstseins aller Peyote-Pflanzen einer bestimmten Gegend darstellt – ihr Gruppenbewusstsein. Diese Pflanzen besitzen eine verhältnismässig hohe Bewusstseinsebene, auf jeden Fall ist sie höher als die eines Felsens.

Mescalito ist daher intelligenter als der Felsengeist und hat eine grössere Palette an Reaktionsweisen als dieser. Er ist in ständigem Kontakt mit Menschen, die ihn als «Verbündeten» betrachten. Sie huldigen ihm, und er reagiert, indem er auf seine Art für sie tätig wird. Zu Beginn war er nichts als eine elektromagnetische Ladung im Raum, eine Woche schwachen Bewusstseins. Mit wachsender Energie entwickelte er sich zu einer klareren, erst noch schattenartigen Gestalt. Später, unter der Wechselwirkung mit menschlichem Bewusstsein, brachte er sich in Schwingungseinklang mit den Gedanken der Menschen und schuf sich einen Körper, der ihren Vorstellungen entsprach und von sensitiven, hellsehtigen Menschen gesehen werden konnte.

Individualisierung von Naturgeistern

Auf irgendeine Art hängen all diese «kleineren» Götter oder Naturgeister, um kraftvoll zu bleiben, von der Energie ab, die sie von anderen erhalten. Wie bei Politikern werden ihre Macht und ihr Einfluss von der Menge und der Kraft ihrer «Wählerschaft» bestimmt. Wenn diese Wählerschaft irgendwann schwindet, dann verschwinden auch sie von der Bühne, so wie die Götter der Alten Völker: wie Baal, Moloch, wie die Götter der Römer und Griechen und wie viele andere. Was bleibt, ist schlussendlich wieder die Anfangsform. Nun verstehen wir ein wenig, wie Götter erschaffen werden. Doch können wir auch einen brauchbaren Gott wie beispielsweise einen für das regionale Wetter entwickeln?

Eine Luftmasse ist/hat Bewusstsein. Die Luftmassen der Erde (und ihre Bewegungen, die Winde) bilden ein grosses, allgemeines System, zu dem beispielsweise die Passate gehören. Solch eine Luftmasse verkörpert eine sehr grosse materielle Wesenheit, deren Bewusstseinsebene der der Mineralien entspricht. Sie delegiert die Verantwortung für die regionalen Wetterverhältnisse an kleinere Wesenheiten *in sich selbst*, die die örtlichen Gegebenheiten und Bedürfnisse kennen. Diese kleineren Einheiten tun alles, was sie unter den vorhandenen Umständen vermögen, um jedermann zu beglücken.

Ein Tornado ist eine typische Hochenergie-Individualisierung einer Luftmasse. Auch ein Naturgeist ist eine Individualisierung – das geht durch alle Bereiche der Natur bis hinauf zum Absoluten. Wir können darum sagen, dass die Natur «modular», also auch immer kleineren aber integrierten Funktionseinheiten aufgebaut ist. Das Universum, die grösste Einheit, enthält kleinere Einheiten, die wieder kleinere enthalten, die noch kleinere enthalten – und so weiter, bis ins Unendliche.

3 «Die Lehren des Don Juan – Ein Yaqui-Weg des Wissens» von Carlos Castaneda, Taschenbuch von Carlos Castaneda, ISBN 3-596-21457-2

Bewusstsein

Wirkung von Gedanken auf Dinge und Leute

Hinweis: Der folgende Beitrag «Wirkung von Gedanken auf Dinge und Leute» gehört unmittelbar zu den vorhergehenden Ausführungen über die Erschaffung von Naturwesen.

Obwohl die Wirkung der Gedanken schon in unzähligen Büchern beschrieben und in ebenso vielen Seminaren diskutiert wurde, möchte ich hier noch einmal auf dieses Thema eingehen. Das ist also ein Thema, das immer wieder auftaucht – und trotzdem lohnt es sich, diese Gesetzmässigkeiten immer wieder in Erinnerung zu rufen.

Ein Gedanke ist eine Energie, die bewirkt, dass die Neuronen im Gehirn Impulse in einem bestimmten Schema abgeben. Dadurch entstehen winzige Ströme entlang bestimmter Wege in der Grosshirnrinde, die durch Elektroden an der Schädeloberfläche von empfindlichen Geräten aufgezeichnet werden können.

Das heisst, ein Gedanke, der als winziger Impuls anfängt, entwickelt sich schliesslich zu einem ausgewachsenen (mindestens) 70-Millivolt-Potential irgendwo im Grosshirn. Der Impuls aktiviert das erste Neuron und löst damit eine Kettenreaktion aus. Energie jedoch kann im Universum nicht verlorengehen.¹ Wenn wir den vom Gedanken freigesetzten Strom ausserhalb des Hirns registrieren können, dann heisst das, dass die Gedankenenergie in Form elektromagnetischer Wellen mit Lichtgeschwindigkeit in die Umgebung und schliesslich in den Kosmos abgestrahlt wird.

Diesen Vorgang sollte man nicht unterschätzen, denn die Gedankenenergie kann gezielt abgestrahlt werden. Solange wir dasitzen und nur seichte Gedanken produzieren, breitet deren Energie sich diffus aus, wird «dünner» und verliert sich schliesslich. Doch wenn wir uns bewusst konzentrieren und zusammenhängende (kohärente) Gedanken abstrahlen, dann wirkt diese Gedankenenergie oder Gedankenform auf die Person ein, der sie galt.

1 siehe: <https://de.wikipedia.org/wiki/Energieerhaltungssatz>

Das Buch zur Befreiungstherapie



Das Buch «Befreiungstherapie – Hintergründe und Zusammenhänge» ist vergriffen, doch können Sie einzelne Exemplare noch direkt bei mir bestellen. Schreiben Sie eine einfache E-Mail mit Ihren Adressangaben. Das Buch wird in wenigen Tagen bei Ihnen sein.

(Im Handel ist das Buch nicht mehr erhältlich.)