



**Arbeitskultur  
Zukunft**

**Einführung in die Spiritualität**

Entdecken Sie wieder wer Sie wirklich sind,  
woher Sie kommen und wohin Sie gehen

Erich Decker  
Am Keltenlager 81  
55126 Mainz  
[erich@decker-net.de](mailto:erich@decker-net.de)  
[www.arbeitskultur-zukunft.de](http://www.arbeitskultur-zukunft.de)

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>Seite</b>
<b>Hinweis zur Gender-Formulierung</b>	<b>2</b>
<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>Wie steht der Mensch aus spiritueller Sicht in der Welt?</b>	<b>4</b>
Das leibliche Wesen des Menschen	5
Das seelische Wesen des Menschen	6
Das geistige Wesen des Menschen	6
Die vier Wesensglieder des Menschen	7
Der physische Leib des Menschen	7
Der Ätherleib oder Lebenskräftebildeleib des Menschen	7
Der Seelenleib oder der Astralleib des Menschen	8
Das ICH oder der Geist des Menschen	10
<b>Der allgemeine Entwicklungsweg des Menschen</b>	<b>11</b>
Welche Phasen durchläuft der Mensch in der physischen Welt?	11
<b>Der spirituelle Entwicklungsweg des Menschen</b>	<b>14</b>
Welche Phasen durchläuft der Mensch in der seelisch-geistigen Welt?	15
Das erste Lebensjahrsiebt – Muladhara-Chakra	16
Das zweite Lebensjahrsiebt – Swadhistana-Chakra	16
Das dritte Lebensjahrsiebt – Manipura-Chakra	17
Das vierte Lebensjahrsiebt – Anahata-Chakra	18
Das fünfte Lebensjahrsiebt – Vishuddha-Chakra	18
Das sechste Lebensjahrsiebt – Ajna-Chakra	19
Das siebte Lebensjahrsiebt – Sahasrara-Chakra	20
Die weiteren Lebensjahrsiebte	21
<b>Welchen Entwicklungsweg durchläuft die ganze Menschheit?</b>	<b>21</b>
Welche förderlichen Kräfte begleiten den Menschen?	23
Welche hinderlichen Kräfte begleiten den Menschen?	24
<b>Anhang</b>	<b>25</b>
<b>Kurzporträt von Heinz Grill</b>	<b>25</b>
Gegenwärtige Angriffe auf Heinz Grill	26
<b>Kurzporträt von Rudolf Steiner</b>	<b>26</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>28</b>

## **Hinweis zur Gender-Formulierung**

Bei allen Bezeichnungen, die auf Personen bezogen sind und nicht explizit beide Geschlechter benennen, meint die gewählte Formulierung beide Geschlechter, auch wenn dort aus Gründen der leichteren Lesbarkeit die männliche Form verwendet wurde.

[Zurück zur Website](#)

Seite 2 von 28

## Vorwort

Vielleicht mag der Leser erstaunen, wenn er den Untertitel liest. Schließlich ist mit hoher Wahrscheinlichkeit jeder Einzelne davon überzeugt, dass er weiß, wer er ist, woher er kommt und wohin er einmal gehen wird. Dem soll auch nicht widersprochen werden. Wir leben jedoch heute in einer Zeit, die sehr von der Naturwissenschaft geprägt ist und viele Menschen überwiegend nur die naturwissenschaftliche Seite des Menschen kennengelernt haben. Dieser Sichtweise soll mit diesen Darstellungen auch nicht widersprochen werden. Jedoch gibt es neben der reinen Naturwissenschaft auch die Geisteswissenschaft. Diese soll hier ergänzend zu der naturwissenschaftlichen Weltsicht hinzugegestellt werden.

Es geht dabei nicht um Religion oder um irgendwelche Glaubensbekenntnisse. Es geht um Spiritualität und damit um die Geisteswissenschaft. Die Erkenntnisse, die uns die Geisteswissenschaft erschließt, sind ebenfalls mit einer wissenschaftlichen Vorgehensweise errungen worden. Folgt der Einzelne dieser Vorgehensweise, so kann er sich selbst diese Ergebnisse erarbeiten. Nun sagen viele Kritiker, dass diese Vorgehensweise durchaus mühevoll ist und es einer besonderen Disziplin bedarf, um sich solche Erkenntnisse zu erringen. Dies trifft ebenso auch für die Erforschung der naturwissenschaftlichen Erkenntnisse zu. Da einige Naturwissenschaftler die Ergebnisse der Geisteswissenschaft nicht auf einfache Art und Weise erringen können, lehnen sie die geisteswissenschaftlichen Erkenntnisse ab. Dies auch deshalb, weil die Ergebnisse nur im metaphysischen Bereich zu erringen sind. Dies ist vergleichbar mit der Aussage eines Musikers, der behauptet, eine Geige könne keine Musik machen, da das Erlernen des Instrumentes zu schwierig sei und sehr viel Zeit und Geduld erfordere.

Obwohl sich die hier dargestellten spirituellen Ergebnisse der Geisteswissenschaft in der metaphysischen Welt abspielen, haben sie dennoch auch einen Wirklichkeitscharakter. Die Auswirkungen dieser errungenen Ergebnisse können jedoch auf physischer Ebene sehr wohl mit den natürlichen Sinnen wahrgenommen werden. So können wir beispielsweise die Wachstumskräfte in der Natur über die Zeit sehr deutlich wahrnehmen, auch wenn die dahinter liegenden Kräfte nur mit den seelischen Organen wahrzunehmen sind. Wer seine seelischen Organe noch nicht entwickelt hat, kann deshalb die ursächlichen Kräfte noch nicht sehen. Er wird deshalb aber der Natur ihr Wachstum sicher nicht absprechen wollen.

Die hier dargestellten spirituellen Inhalte beziehen sich im Wesentlichen auf die Forschungsergebnisse von Heinz Grill und Rudolf Steiner. Über beide Personen findet der Leser im Anhang eine kurze Darstellung mit weiteren Hinweisen zu vertiefender Literatur. Somit kann sich jeder Interessierte über die hier dargestellten Inhalte hinaus mit weiteren geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen bekannt machen.

Die ausgewählten Inhalte erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Es ist jedoch möglich, dass sich trotz großer Sorgfalt der eine oder andere Fehler darin befindet. Ebenso bittet der Autor den Leser darum, sich zu allen Inhalten selbst einen eigenen Standpunkt zu bilden und die Inhalte nicht einfach ungeprüft zu übernehmen. Die Erfahrung zeigt, dass erst die kritische Auseinandersetzung mit den Inhalten dem Leser ermöglicht, sich einen eigenen bewussten Standpunkt zu erarbeiten.

Erich Decker

[Zurück zur Website](#)

Seite 3 von 28

### Wie steht der Mensch aus spiritueller Sicht in der Welt?

Die am häufigsten anzutreffende Gliederung des Menschen ist die dreiteilige Gliederung in Körper, Seele und Geist. Dabei wird der sichtbare – und mit unseren Sinnen wahrnehmbare Körper des Menschen – häufig als der Anfang des ganzen Menschenwesens dargestellt. Aus ihm heraus sollen sich dann alle weiteren Ebenen wie die Seele und der Geist entwickeln. Aus spiritueller Sicht ist aber der Körper das Endglied, das sich aus einem großen geistigen Wirkungsfeld als sichtbare physische Form offenbart. Er manifestiert sich über feinste Vorgänge aus einem großen übersinnlichen geistigen Raum zu einem sinnlich wahrnehmbaren Körper.

Nun steht der dreigliedrige Mensch auch auf eine dreifache Art in der physischen Welt. Die erste Art ergibt sich durch die Tätigkeit seiner Sinne. Er steht mit seinen Sinnen in der physischen Welt und nimmt die Dinge dieser Welt über seine Sinne wahr. Über die Einfallsstore seiner Sinne fließen ihm fortwährend die Dinge entgegen, die er sehen, hören, riechen, tasten und schmecken kann. Diese Dinge nimmt er als eine gegebene Tatsache hin. Der Mensch bringt sich also mit seinem Leib mit den Dingen der Außenwelt in Verbindung. Gleichzeitig ist er auch mit den Dingen, die er in der Welt wahrnimmt auch verwandt, denn sein physischer Leib setzt sich aus den Stoffen der Außenwelt auch zusammen.

Es ergibt sich aber dem Menschen noch eine zweite Art. Die Dinge, die der Mensch mit seinem physischen Leib wahrnimmt, machen auch einen Eindruck auf ihn selbst. Einige Dinge finden sein Gefallen und andere sein Missfallen. Was ihm gefällt, will er haben, was ihm missfällt, wird er meiden. Das eine ist ihm sympathisch oder er findet es nützlich, während ihm das andere unsympathisch ist oder er findet es schädlich. Auf diese Art macht er die Dinge oder die physische Welt zu seiner eigenen Angelegenheit. Er macht sie zu etwas, was für ihn von Bedeutung ist. Das findet nun in seiner Seele statt. Er bildet die Dinge in seiner Seele ab und empfindet an ihnen dabei Lust und Unlust, Freude und Schmerz und das in tausendfachen Abstufungen. So bewahrt er in seiner Seele auch die Eindrücke, die diese Dinge in ihr hinterlassen und kann sich auch später wieder an diese erinnern. Wie der Mensch mit den Sinnen die Außenwelt wahrnimmt, so kann er auch mit diesen sich selbst betrachten. Es ist ihm jedoch unmöglich, auf dieselbe Art sein seelisches Dasein zu betrachten. Seine Freude oder Schmerz, seine Sympathie oder Antipathie kann weder er selbst noch ein anderer mit den leiblichen Sinnen wahrnehmen. Die seelischen Eindrücke trägt er in sich selbst. Er baut sich mit ihnen seine Welt in seiner Seele.

Die dritte Art, wie der Mensch in der Welt steht, betrifft seinen Geist. So wie er die Dinge der Außenwelt zu sich selbst in Beziehung setzt, so kann er diese auch ohne innere Anteilnahme zueinander in Beziehung setzen. So können sich ihm bestimmte Zusammenhänge und Gesetzmäßigkeiten, die zwischen den Dingen bestehen, erschließen. Diese Gesetzmäßigkeiten gehören aber nicht ihm, sondern gehören den Dingen selbst an. Er kann sich aber über seinen Geist diese Zusammenhänge erringen. Dann enthüllen ihm über seinen Geist die Geheimnisse der Außenwelt. Dazu tritt er aber aus sich heraus und lässt die Dinge aus sich selbst sprechen. Über das, was nicht ihm, sondern nur den Dingen angehört. Die ewig gültigen Gesetze der Welt, kann der Mensch über die Gedanken im Geiste erfassen.

Betrachten wir diese Zusammenhänge an einem konkreten Beispiel: Der Mensch blickt am Abend zum Sternenhimmel. Er sieht die einzelnen Sterne funkeln und nimmt diese mit seinen physischen Sinnen wahr. Die Freude über die Schönheit des Sternenhimmels, die er in seiner Seele erlebt,

[Zurück zur Website](#)

gehört ihm an. Und er kann sich auch zu einem späteren Zeitpunkt an diesen Anblick erinnern. Die ewigen Gesetze, nach denen sich die Sterne bewegen, kann er durch seinen Geist erringen. Doch diese gehören nicht ihm, sondern sie gehören der Sternenwelt an.



### Der Mensch steht auf eine dreifache Art mit der Welt in Verbindung

So steht der Mensch beständig in diesen drei Welten. Durch seinen Leib gehört er der physischen Welt an, die er auch mit seinem Leib wahrnehmen kann. Der Eindruck, den die Welt in seiner Seele hinterlässt, gehört zu ihm. Er baut sich durch seine Seele in seinem Inneren seine eigene Welt auf. Durch seinen Geist gelangt er zu Erkenntnissen über die Welt an sich, die jedoch der Welt selbst angehören. Damit offenbart ihm sein Geist eine Welt, die über die physische und die seelische Welt erhaben ist.

Da diese drei Welten sich doch sehr verschieden zueinander verhalten, erscheint es einleuchtend, dass man zur Klärung dieser Welten auch verschiedene Vorgehensweisen benötigt, um eine Klarheit über diese Welten zu erhalten und darüber, welchen Anteil der Mensch an ihnen hat.

### Das leibliche Wesen des Menschen

So wie der Mensch die Mineralien, Pflanzen und Tiere betrachten kann, so kann er auch seinen Leib betrachten. Mit diesen drei Reichen ist er auch verwandt. Über die Mineralien baut er seinen Leib auf, wie die Pflanzen wächst er und pflanzt sich fort, und wie die Tiere nimmt er die Dinge um sich herum wahr und bildet sich aufgrund der Eindrücke auch innere Erlebnisse. So kann man dem Menschen auch ein mineralisches, ein pflanzliches und ein tierisches Dasein zusprechen. Er hat aber über diese drei Daseinsformen auch noch eine vierte Art, die ihn vom Tier deutlich unterscheidet. Er kann Ideen entwickeln und sich Erkenntnisse erringen, was sich auch in der Struktur des Aufbaus seines Gehirnes zeigt. Dies ragt weit über das hinaus, was jedem Tier eigen ist. Somit bildet der Mensch auch schon in leiblicher Richtung ein viertes Reich, dem nur er selbst, die anderen Reiche weit übersteigend, angehört.

[Zurück zur Website](#)

Seite 5 von 28

## Das seelische Wesen des Menschen

Das seelische Reich des Menschen unterscheidet sich deutlich von dem leiblichen Reich. Dies macht bereits eine einfache Sinneswahrnehmung deutlich. Wenn er beispielsweise eine rote Farbe wahrnimmt, so führt diese Wahrnehmung zu einem inneren Erlebnis. Niemand kann jedoch wissen, wie ein anderer diese rote Farbe empfindet. Ist dieser teilweise farbenblind, wird er nur unterschiedliche Graustufen wahrnehmen. Welche Gefühle sich aber an diese Wahrnehmung anschließen, bleibt jedem anderen Menschen verborgen. Somit können wir das, was der Mensch in seinem Inneren auf ganz individuelle Art und Weise empfindet, als das Seelische bezeichnen.

Wir haben also zuerst die Wahrnehmung oder Sinnesempfindung, an die sich dann das Gefühl anschließt. Einige Empfindungen machen ihm Lust, andere rufen eine Unlust hervor. So schafft sich der Mensch in seinem Inneren eine zweite, ganz eigene Welt zu der äußeren Welt hinzu. Diese äußere Welt ist also die Grundlage auf der diese zweite innere Welt des Menschen aufbaut.

Es kommt noch ein weiteres Element hinzu. Das ist der Wille des Menschen, mit dem er wieder auf diese äußere Welt zurückwirkt. Er prägt damit gewissermaßen seine Innenwelt der Außenwelt auf. Somit fließt die Seele des Menschen durch seine Willenshandlungen wieder nach außen. Damit stellt sich die Seele als das Eigene des Menschen der Außenwelt gegenüber. Er erhält von der Außenwelt die Anregungen, bildet aber durch diese Anregungen in seinem Inneren eine eigene Welt aus. Die leibliche Welt wird damit auch zur Grundlage für die seelische Innenwelt des Menschen.

## Das geistige Wesen des Menschen

Das Seelische des Menschen wird jedoch nicht nur allein durch das Leibliche bestimmt. So reagiert er auch nicht gleich auf jeden äußeren Reiz. Er denkt sowohl über seine Wahrnehmungen als auch über seine Handlungen nach. Durch das Nachdenken über die Wahrnehmungen gewinnt er Erkenntnisse über die Dinge der Außenwelt. Wenn er über seine Handlungen nachdenkt, kann er einen vernunftgemäßen Zusammenhang in sein Leben bringen. Er weiß auch, dass er seine Aufgaben nur dann würdig erfüllen kann, wenn er sich durch richtige Gedanken sowohl im Erkennen, als auch im Handeln, leiten lässt. Damit wird das Seelische von zwei Seiten beeinflusst. Einerseits wird es von den Gesetzen des Leibes durch die Naturnotwendigkeiten bestimmt und andererseits lässt es sich von den Gesetzen, die zum richtigen Denken führen, bestimmen, da es deren Notwendigkeit frei anerkennt. Den Gesetzen des Stoffwechsels ist der Mensch durch die Natur unterworfen und den Gesetzen des Denkens unterwirft er sich selbst.

Durch die Denkgesetze macht sich der Mensch zu einem Angehörigen einer höheren Ordnung gegenüber der leiblichen und der seelischen Welt. Diese höhere Ordnung gehört zu der geistigen Welt. Die geistige Welt unterscheidet sich deutlich von der seelischen Welt, wie diese sich auch deutlich von der leiblichen Welt unterscheidet. So wie das Leibliche die Grundlage für das Seelische ist, so ist das Seelische die Grundlage für das Geistige. Solange man nur auf die äußeren wahrnehmbaren Ereignisse schaut, hat man nur das Leibliche im Auge. Betrachtet man nur die Erlebnisse, die durch die Seele ziehen, wenn sie sich den leiblichen Dingen hingibt, hat man es nur mit dem Seelischen zu tun. Erst wenn der Mensch durch bewusstes Denken aktiv wird, können wir von dem Geistigen sprechen. Wer also das Wesen des Menschen in seiner Ganzheit erfassen will, ist aufgefordert, sich Klarheit über die Unterschiede, die zwischen Leib, Seele und Geist bestehen, zu erarbeiten.

[Zurück zur Website](#)

Seite 6 von 28

### Die vier Wesensglieder des Menschen

Wir haben zuvor die drei Reiche, das mineralische, das pflanzliche und das tierische Reich kennengelernt und diesen haben wir zuletzt auch das menschliche Reich zugeordnet. Somit haben wir vier verschiedene Ebenen auf denen sich das menschliche Schicksal vollzieht. Dem entsprechend kann man auch von dem viergliedrigen Menschenwesen sprechen. Es ergeben sich dann für den Betrachter die vier Wesensglieder Ich, Astralleib, Ätherleib oder auch Lebensbildekräfteleib genannt und der physische Leib. Hierbei steht das Ich für die geistige Ebene, der Astralleib für die seelische Ebene und der physischen Leib für die materielle, sichtbare Ebene. Neu hinzu gekommen ist der Ätherleib, der eng mit dem physischen Leib in Verbindung steht. Er ist der Leib, der beständig den physischen Leib mit Kräften durchdringt, damit dieser am Leben bleiben und sich ständig erneuern kann. Ohne dieses Wesensglied könnte das Menschenwesen nicht am Leben bleiben.

Die vier Wesensglieder des Menschen helfen uns nicht nur den Menschen als ganzheitliches Wesen zu erfassen. Durch diese Viergliederung kann der Mensch nicht nur sehr viel besser in seiner Wesensnatur erfasst werden, diese Einteilung zeigt uns auch eine tatsächlich vorhandenen Wirklichkeit, die dem Menschen auch real zugrunde liegt.

### Der physische Leib des Menschen

Was der Mensch als physischen Leib wahrnimmt, ist im Grunde genommen nicht der reine physische Leib, sondern es ist schon das Zusammenwirken aller vier Glieder in diesem sichtbaren und wägbaren Körper des Menschen. Es wirken schon die Kräfte der anderen Wesensgliedern in diesem physischen Leib mit. Als reinen physischen Leib müsste man sich diese vorstellen wie die Steine, in denen die mineralischen Kräfte wirken, so wie diese beispielsweise in einem Bergkristall tätig sind.

Das physische Wesensglied des Menschen ist das älteste Glied des Menschen. Es wurde über einen sehr langen Zeitraum, der mehrere unterschiedlich Phasen durchlaufen hatte, entwickelt. Bei dem physischen Leibe müssen wir unterscheiden zwischen dem Stoff und der Form. Im physischen Leibe sind jedoch beide unmittelbar miteinander verbunden, denn es gibt im Physischen weder einen Stoff ohne Form noch eine frei schwebende Form ohne Stoff. Selbst der geringsten Nahrungsaufnahme muss sich eine Kraft gegenüberstellen, die wir als Formkraft bezeichnen können. Diese Formkraft ist jedoch schon eine übersinnliche Kraft, die mit den physischen Augen so nicht wahrgenommen werden kann. Erst dieses Formprinzip, das den physischen Stoff aufnimmt, lässt uns den Leib des Menschen mit unseren physischen Sinnen wahrnehmen.

An diesem physischen Leib arbeiten die drei höheren Glieder, das Ich, der Astralleib und der Ätherleib. Sie erhalten diesen in seiner Entwicklung und in seinem Bewusstsein.

### Der Ätherleib oder Lebenskräftebildeleib des Menschen

Während der sinnliche Leib für die physischen Sinne wahrnehmbar ist, ist der Ätherleib für diese nicht mehr sichtbar. Er lehnt sich jedoch sehr nah an der Körper des Menschen an. Er durchdringt den physischen Körper und hält ihn am Leben. Man kann ihn auch den "Architekten des physischen Leibes" nennen, denn durch ihn erhält er seine Form und Gestalt. Den Ätherleib hat der Mensch mit den Pflanzen gemeinsam, denn alles Lebendige hat auch einen Ätherleib. Er hat die

[Zurück zur Website](#)

Seite 7 von 28

Tendenz zur Wiederholung, da er immer wieder den physischen Körper erneuert. Damit sich der Mensch aber weiter entwickeln kann, darf er nicht beständig in den gleichen Verhaltensweisen beliebig lange verweilen. Denn dann erfährt er nur das, was er bisher erfahren hat. Im Leben eines Menschen kann sich jedoch nur dann etwas verändern, wenn er aus einem bestimmten, gewohnten Verhalten aussteigt und sich auf neue Verhaltensweisen einlässt.

Der Ätherleib besteht aus dem sogenannten Äther oder aus dem Licht selbst, das seinen Ursprung im Kosmischen hat. Der Ursprungsort dieses Lichtes ist die Sonne. Es ist jedoch kein gewöhnliches Licht, wie wir es uns hier auf der Erde vorstellen. Es ist mehr ein fluktuierendes, sich ständig bewegendes Licht, das aus einer übergeordneten Sphäre kommt und eine Beziehung zur irdischen Welt erschafft. Die Sonne selbst ist der physische Ausdruck für diese Kräfte, die ätherisch bis hin zur Erde fluktuieren. Sie arbeiten an dem Werden und Wachsen der Pflanzen, und sind mehr als das physisch wahrnehmbare Sonnenlicht.

Durch verschiedene Aktivitäten – und ganz besonders durch das Denken – erzeugt auch der Mensch selbst die verschiedensten Ätherkräfte. Indem zum Beispiel der Architekt ein neues Haus in Gedanken entwirft und dies schließlich auch in die physische Welt setzt, bewegt er in sich selbst die ätherischen Kräfte. Gleichzeitig erschafft er dadurch auch eine neue Dimension eines Hauses, die schließlich auch der Weltenschöpfung zur Verfügung steht.

### **Der Seelenleib oder der Astralleib des Menschen**

Durch den Astralleib stehen wir als empfindende Wesen in der Welt. Diesen haben wir auch mit den Tieren gemeinsam. In ihm erleben wir Hunger und Durst, Freude und Schmerz sowie Triebe und Begierden. Wir erleben im Inneren, was von außen auf uns wirkt. Ohne den Astralleib würden wir immer schlafen. Wir können ihn auch den Träger des Bewusstseins nennen.

Der Astralleib hat die Tendenz, sich ständig zu weiten. In ihm wirkt der in jedem Menschen tätige Entwicklungsimpuls. Er ist gegliedert in Denken, Fühlen und Wollen und will Neues erleben, Grenzen überschreiten und neue Erfahrungen machen. Der Astralleib ist der Seelenleib, der zwischen Geist und Körper vermittelt. In ihm empfinden wir auch die beiden Pole von Sympathie und Antipathie in einer tausendfachen Abstufung.

Erst durch die Tätigkeit des Ich wird der Astralleib zur menschlichen Seele. Das Ich verwandelt den Astralleib immer mehr, damit dieser zu seiner eigenen geistigen Individualität ausgestaltet werden kann. Dies führt in der Folge auch dazu, dass sich die Kräfte des Denkens, Fühlens und Wollens immer mehr voneinander differenzieren und sich damit auch zunehmend mehr der Herrschaft des Ich unterstellen. Der Mensch wird damit fähig, sich als eigenständiges Wesen und aus eigener bewusster Kraft sich mit den kosmischen Gesetzen in Einklang zu bringen.

Der Astralleib ist von feinstofflicher Art und ist zugleich auch ein Kosmischer Leib. Es ist der Leib, den der Mensch als Mikrokosmos in sich trägt. Damit wirken in ihm auch die Planetenkräfte, die Wirkungen, Dimensionen, Motive und Gesetze der kosmischen Welt. Er ist ein Lichtleib, der aber nicht das Sonnenlicht in sich repräsentiert, sondern mehr das Licht der Sterne in sich trägt. Der Astralleib kann auch mit der Seele gleichgesetzt werden. Ohne den Astralleib könnten keine Bewusstseinsprozesse im Menschen entstehen. Er ist der Träger des Bewusstseins und zugleich der Werkmeister von all den Dingen, die der Mensch aus seinem Inneren heraus in sein Umfeld hinein ausgestaltet.

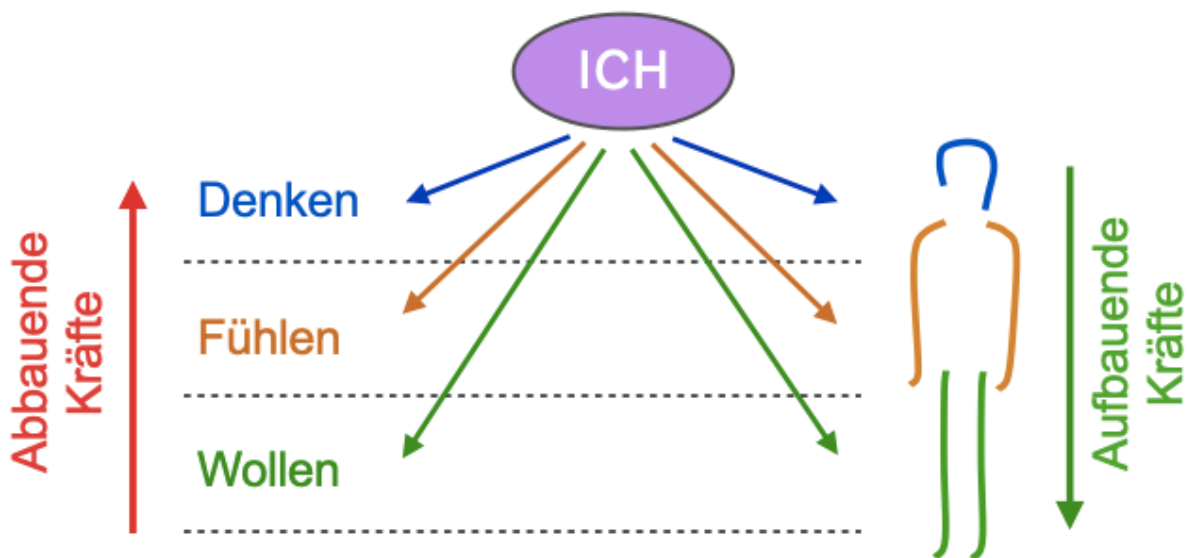
[Zurück zur Website](#)



## Einführung in die Spiritualität

Die Kräfte des Astralleibes oder der Seele sind die Kräfte des Denkens, Fühlens und Wollens. Diese stehen miteinander in Verbindung und kommen nicht unmittelbar als isolierte Einzelkräfte zum Tragen. Durch eine spirituelle Entwicklung kann jedoch auch dieser Entwicklungszustand nach und nach erreicht werden. Der Einsatz dieser Seelenkräfte kann in mehr aufbauender Form oder in mehr abbauender Form erfolgen, abhängig von den Motiven die den Menschen bewegen und von den Werten, die er bereits im Laufe seines Lebens verinnerlicht hat.

Für die Freisetzung von aufbauenden Kräften müssen wir auf der Ebene der Gedanken ansetzen und damit die Richtung vom Denken über das Fühlen zum Wollen verfolgen. Wird jedoch der umgekehrte Weg eingeschlagen, setzen wir in der Regel eher abbauende Kräfte frei. Dies ist auch dann der Fall, wenn nur Gefühle und Emotionen bewegt werden und diese den Menschen über Gebühr zu Handlungen verleiten, denen keine klaren konkreten Gedanken zugrunde liegen.



Auf der Ebene des Denkens haben wir deutlich zwischen Informationen, die mehr von der Körperebene motiviert sind und einem konkreten Gedanken, aus der Ebene des Geistes, zu unterscheiden. Ein konkreter Gedankenprozess setzt immer eine aufmerksame Betrachtung mit einer klaren gedanklichen Beurteilung voraus. Dieser führt zu einer aufbauenden Wirkung im Umfeld, während ein Intellektualisieren oder ein Aufnehmen von Informationen eher eine abbauende Wirkung im Umfeld hervorruft.

Sehr ähnlich verhält es sich mit dem Fühlen. Hier haben wir deutlich zwischen Gefühlen und Emotionen, die mehr von der Körperebene motiviert sind, und den Empfindungen, die sich mehr aus dem klaren Gedanken heraus entwickeln, zu unterscheiden. Im ersten Fall werden im Umfeld verstärkt abbauende und im zweiten Fall verstärkt aufbauende Kräfte freigesetzt.

Ebenso ist es mit den Kräften des Wollens, die ebenfalls in die beiden Richtungen von Ab- und Aufbau tendieren können. Da der Menschen ein freies Wesen ist, kann jeder Übergriff und jede Nötigung, die in den Seelenraum des Gesprächspartner hineinragt, nur zu abbauenden Kräften führen. Dem gegenüber steht die freilassende und raumgebende Darstellung gegenüber einem anderen Menschen. Diese kann den Gesprächspartner anregen oder nachdenklich stimmen und somit eher aufbauende Kräfte im Umfeld erzeugen.

[Zurück zur Website](#)

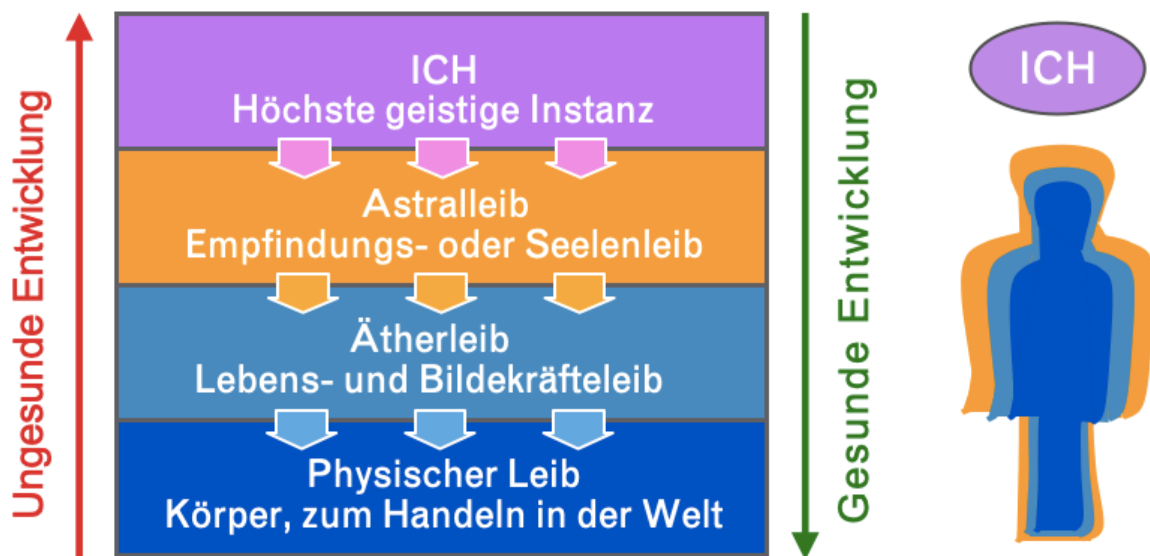
Seite 9 von 28

## Das ICH oder der Geist des Menschen

Das menschliche Ich ist das höchste Glied, das der geistigen Welt angehört. Es besitzt keine stoffliche und auch keine feinstoffliche Grundlage. Dieses Ich-Selbst, wie es auch bezeichnet wird, ist das Gleiche wie der reine Geist. Durch dieses Ich-Selbst steht der Mensch über allen anderen Reichen, sowohl über dem Mineral-, dem Pflanzen- und dem Tierreich. Dadurch besitzt er auch die Fähigkeit, sein Schicksal aus eigenen Kräften in eine bestimmte Richtung zu lenken. Er ist durch die Kraft des Geistes und durch die daraus resultierenden Fähigkeiten der Schöpfer seines Schicksals. Das Ich und der Geist gehören zusammen.

Um die Seelenkräfte lenken zu können, bedarf es einer wachen bewussten Urteilskraft. Diese ist uns durch unser ICH gegeben. Sie ist die geistige Instanz, die durch unser Denken in unser Bewusstsein treten kann. Das Ich ist das vierte Glied, das jedoch nicht in der Natur, sondern nur im Menschen zu finden ist. In dem Ich lebt der Geist. Durch das Ich-Gefühl empfindet der Mensch das Bleibende, das, was als das Bleibende erlebt wird im Wechsel aller inneren Erlebnisse. Dem Ich ist also auch die Erinnerung eigen, denn ohne Ich würden wir alle Vorgänge immer wieder vergessen.

## Der viergliedrige Mensch



Durch das Ich ist der Mensch in der Lage, geistige Impulse aufzunehmen und zu Erkenntnissen zu gelangen. Im Ich empfängt er das Licht der Idee. Diese Idee nimmt er in seinem Bewusstsein – und damit im Astralleib – über das Denken wahr. Wird diese Idee im Bewusstsein mit einer gewissen Konzentration gehalten, weckt dieser Gedanke auch Empfindungen und über das Wollen wirkt dann der Astralleib auf den Ätherleib. Da dieser den physischen Leib durchdringt, setzt sich die formgebende Kraft der Idee letztendlich bis in den physischen Körper fort. Eine gesunde Entwicklung beginnt also im Ich. Dieses Ich wirkt dann über den Astralleib auf den Ätherleib und dieser wiederum auf den physischen Leib.

[Zurück zur Website](#)

Seite 10 von 28

### Der allgemeine Entwicklungsweg des Menschen

Stellt man sich die Frage nach der allgemeinen Entwicklung des Menschen, so nehmen viele Personen vor allem den physischen Menschen in den Fokus. Hierbei wird auch der größte Kritiker einräumen müssen, dass sich das Menschenwesen entwickelt. Denn das kleine Kind bleibt nicht immer das kleine Kind. Es wächst vielmehr zu einem Jungendlichen heran und entwickelt sich weiter zu einem Erwachsenen. Ebenso wird auch jeder zugestehen, dass sich auch der Erwachsene im Laufe seines Lebens weiter entwickelt.

Nun kann man sich durchaus die Frage stellen, ob denn diese Entwicklung auch gewissen Gesetzmäßigkeiten folgt. Auch diese Frage kann man mit Ja beantworten. Es können nicht nur auf der physischen Ebene gewisse wiederkehrende Entwicklungsabläufe festgestellt werden, sondern diese gibt es auch auf der seelischen Ebene. Damit soll nun nicht gesagt werden, dass die Entwicklung bei jedem Menschen gleich verläuft. Denn jeder Mensch ist ein individuelles Wesen, das sich auch in seinem Leben individuell entwickelt. Es können aber im Rahmen dieser Entwicklung bestimmte Phasen erkannt werden, die von allen Menschen durchlaufen werden. Nimmt man diese zur Kenntnis, dann kann man die Entwicklung des Menschen nicht nur beobachten, sondern auch ganz bewusst begleiten und fördern.

Diese bewusste förderliche Begleitung der Menschen auf ihrem Entwicklungsweg, kann dann dazu führen, dass sich dadurch auch die ganze Menschheit immer weiter zu einer aufbauenden und gesunden Menschheitsfamilie ausgestalten kann. Diese Möglichkeiten wollen wir sowohl auf physischer Ebene, wie auch auf seelischer Ebene näher betrachten.

### Welche Phasen durchläuft der Mensch in der physischen Welt?

Wir wollen bei dieser Betrachtung von einem Menschen ausgehen, der die durchschnittliche Lebenserwartung in unserem Lande erreicht. Obwohl diese zwischen Männer und Frauen etwas variiert, betrachten wir die Phasen bis zu einem Alter von etwa 80 Lebensjahren. Dabei ist darauf hinzuweisen, dass die hier aufgezeigten Phasen, je nach Personen und deren individuellen Entwicklungsverläufen, sich durchaus auch um 2 - 3 Jahre verschieben können. Somit können die angegebenen Zahlenwerte auch etwas variieren.

Wir teilen diese Lebenszeit zunächst in vier wesentliche Abschnitte von etwa 20 Jahren ein. Wer es ganz genau nehmen will, kann auch hier schon von den Jahrsiebteln ausgehen, die für die seelische Betrachtung eine besonders große Rolle spielen. Dann ergeben sich vier Abschnitte von jeweils 21 Jahren. Schaut man auf diese Einteilung, so kann man zumindest sehr deutlich drei wesentliche Abschnitte unmittelbar nachvollziehen. Die erste Phase, die etwa die ersten 20 Jahre betreffen, ist bei der überwiegenden Zahl der Menschen mit dem Heranwachsen und der Ausbildung verbunden. Danach erfolgen etwa 40 - 45 Jahre Berufsleben und danach die Zeit, in der die meisten Menschen ihr Berufsleben beenden. Nun kann man bei genauerem Hinschauen auch die Zeit des Berufsleben wieder unterteilen, so dass man dann zu vier Phasen gelangen kann.

Will man die erste Phase benennen, so kann man sagen: "Ich werde bedient." Dies trifft durchaus sehr gut auf die Zeit der Kindheit und der Jugend zu. Das Kind ist auf die Hilfe des Erwachsenen angewiesen und bedarf in jeder Weise dessen Pflege, Hilfe und Unterstützung. Aber auch der Jugendliche ist auf die Hilfe und Förderung von anderen angewiesen. Denn um einen Beruf zu

[Zurück zur Website](#)

Seite 11 von 28

## Einführung in die Spiritualität

erlernen oder ein Studium zu absolvieren, bedarf es vieler Menschen, die ihm das nötige Rüstzeug für seinen weiteren Weg vermitteln. Der Mensch befindet sich hier also in der Phase des Lernens. Das Kind lernt sprechen, sich aufrichten und gehen und verbindet sich mit der Welt. Der Jugendliche lernt lesen, rechnen und schreiben und wird später in die Berufswelt hineingeführt. Es ist also eine Phase, in der der Mensch Vieles aufnimmt und beginnt, sich zu entfalten, um in die physische Welt hineinzuwachsen. Man nennt diese Phase auch die "Rezeptive Phase", die von einer großen Abhängigkeit geprägt ist. Abhängig von den Eltern und Erziehern und von den Lehrern, Meistern und Professoren.

0 → 21 Kindheit/Jugend	21 → 42 Erwachsen	42 → 63 Reife	63 → 84 Alter
Ich werde bedient	Ich bediene mich	Ich diene anderen	Ich bin frei
<b>Lernen</b> Aufnehmen und entfalten	<b>Kämpfen</b> Tätig sein und erfahren	<b>Weise werden</b> Schaffen und fördern	<b>Weise sein</b> Vertiefen und verinnerlichen
<b>Hineinwachsen in die Welt</b> Abhängig	<b>Sich auseinandersetzen mit der Welt</b> Selbstständig	<b>Wirken in der Welt, für die Welt</b> Verantwortlich	<b>Frei werden von den Bindungen der Welt</b> Verantwort. ermögl.
<b>Rezeptive Phase</b>	<b>Aktive Phase</b>	<b>Soziale Phase</b>	<b>Geistige Phase</b>

### Übersicht über die vier Lebensphasen des Menschen

Die zweite Phase steht unter dem Motto: "Ich bediene mich." Der junge Erwachsene will hier mehr und mehr eigenständig tätig werden. Ist er bisher stärker den Anregungen und Anleitungen von anderen gefolgt, so drängt es ihn nun, verstärkt seinen eigenen Weg in die Welt zu beschreiten. Er will tätig sein und eigene Erfahrungen sammeln. Es ist die Phase, in der er auch physisch die größten körperlichen Leistungen erbringen kann. Vielfach erkämpft er sich auch seinen Platz in der Welt und setzt sich intensiv mit ihr auseinander. Das Ziel ist, selbstständig zu werden und

[Zurück zur Website](#)

Seite 12 von 28

sich ganz aus der Abhängigkeit zu befreien. Es ist auch die Phase, in der der Einzelne auch eine Karriere anstrebt und versucht, seinen Platz in der Welt zu finden. Es ist eine aktive Phase, in der man sehr stark darum ringt, sein Leben ganz bewusst nach den eigenen Vorstellungen zu gestalten, auch wenn diese vielleicht an der einen oder anderen Stelle mit den Vorstellungen seines Umfeldes nicht immer in Einklang zu bringen sind.

Für sehr viele Menschen beginnt in der Mitte ihres Berufslebens wieder eine neue Phase. Sie haben ihren Platz in der Gesellschaft gefunden und haben durch ihren Lebensweg auch viele Erfahrungen gemacht. Ihnen wird dann bewusst, dass sie ihren Platz in der Welt oft nur dadurch erreichen konnten, weil andere sie dabei unterstützt oder gefördert haben. Ihnen haben sie manches zu verdanken. Dann beginnt für diese Menschen eine Phase, die das Motto trägt: "Ich diene anderen." Es ist die Phase der Reife, in der man nicht nur tätig ist, sondern auch bewusst andere Menschen fördern und unterstützen möchte. Man will nicht nur in der Welt wirken, sondern auch zu einem gewissen Teil für die Welt tätig werden. Es ist die Phase der Reife, in der der Einzelne sich darum bemüht, weise zu werden. Man will schaffen und fördern und geht sehr häufig auch in eine größere Verantwortung für sein Handeln und für andere Menschen. Mit dieser Zeit beginnt zugleich eine soziale Phase, die jedoch nicht jeder gleichermaßen durchläuft. Es kann auch geschehen, dass einzelne Menschen in dieser Phase nur ihre eigene Karriere verfolgen und damit ganz die eigene Person in die Mitte stellen. Dann kommt die soziale Komponente häufig zum Erliegen und die Weisheit in Bezug auf ein menschliches Miteinander kann sich dann nicht ausreichend entwickeln.

Die letzte Phase erlebt der Mensch in der Regel als die freie Phase. Wenn er die ersten drei Phasen mit guten bewussten Entwicklungsschritten durchlaufen hatte, ist er doch bis zu einem gewissen Grade weise geworden. Es ist die Phase des Alters, in der viele Menschen ihre gewonnenen Erfahrungen und ihr Wissen gerne noch – auch auf ganz anderen Gebieten – erweitern und verinnerlichen. Jetzt ist man auch bereit viele Dinge an andere abzugeben und anderen auch mehr Verantwortung zu ermöglichen. Für viele Menschen beginnt hier auch die Zeit, in der sie sich von manchen Bindungen an die Welt befreien. Sie erkennen, dass sie viele Dinge nicht mehr benötigen und Vieles loslassen können, woran sie über längere Zeit intensiv festgehalten haben. Man nennt diese Phase auch die "Geistige Phase".

Wie sind jetzt die beiden Kurven in der oberen Darstellung zu interpretieren? Die große Kurve zeigt uns die physische Entwicklung. Der Mensch wird geboren und wächst heran. Bis etwa zum 30. Lebensjahr dienen ihm seine Kräfte zum physischen Aufbau seines Leibes. Danach beginnt bereits der physische Abbau. Dies bedeutet, dass die ihm zufließenden Lebenskräfte ab diesem Zeitpunkt nicht mehr alle für einen weiteren Aufbau benötigt werden. Es werden Kräfte frei, da der Körper mit den kommenden Jahren immer mehr abbaut. Die dadurch mehr und mehr frei werdenden Lebenskräfte stehen ihm dann für eine seelisch/geistige Entwicklung zur Verfügung. Er kann dann diese Lebenskräfte für seine geistige Entwicklung weiter nutzen und somit in gewissem Maße seine Entwicklung weiter fortsetzen. Es muss jedoch erwähnt werden, dass dies nicht jeder Mensch nutzt. Nutzt er sie aus Unkenntnis oder aus anderen vielfältigen Gründen nicht, so gehen sie ihm verloren. Dann tritt auch mit größerer Wahrscheinlichkeit in seiner beruflichen Entwicklung die Phase der Reife nicht unbedingt in Erscheinung.

[Zurück zur Website](#)

## Der spirituelle Entwicklungsweg des Menschen

So wie der Mensch auf physischer Ebene gewisse Entwicklungsphasen durchläuft, so geht er auch auf seelisch-geistiger Ebene durch gewisse Entwicklungsphasen. Diese wollen wir auch in eine entsprechende Darstellung bringen und näher beschreiben. Dieser Entwicklungsweg ist etwas weiter differenziert als der zuvor geschilderte Entwicklungsweg der physischen Ebene. Da es sich hier um die seelisch-geistige Entwicklung handelt, ist diese nicht so leicht für den Einzelnen nachzuvollziehen. Wer sich jedoch nicht durch eigene Vorurteile Hindernisse in den Weg legt, kann durchaus einige der folgenden Schilderungen bei sich in Bezug auf sein eigenes Leben wahrnehmen.

Der seelisch-geistige Entwicklungsweg erfolgt in Jahrsiebten und geht gleichzeitig einher mit der



Entwicklung der sieben Energiezentren im Menschen, die auch mit Chakren bezeichnet werden. Diese sind im feinstofflichen Leib, dem Astralleib des Menschen, manifestiert. Sie verlaufen entlang der Wirbelsäule und werden auch Lotusblüten genannt, denn sie sind direkt vergleichbar mit Blüten, die im astralischen Leib eingegliedert sind. Die drei unteren Chakren können wir den elementaren Kräfteströmen zuordnen. Sie verkörpern die substantiellen und stabilen Aufbaukräfte. Zu den mentalen Kräften können wir die drei oberen Chakren zählen. Sie gehören zu den psychischen Kräften und sind den höheren Ebenen des Bewusstseins zuzuordnen. Das vierte Chakra liegt in der Mitte zwischen den elementaren unteren Kräften und den mentalen oberen Kräften. Es hat eine ausgleichende Wirkung

zwischen den beiden Kräfteströmen. Das Bild zeigt die Lage der Chakren entlang der Wirbelsäule.

Diese Chakren haben eine unterschiedliche Anzahl von sogenannten Blütenblättern. Es ist jedoch wichtig darauf hinzuweisen, dass es sich bei den oberen oder unteren Chakren nicht um Wertigkeiten der Kräfte handelt. Ebenso deutet die Anzahl der Blütenblätter nicht auf eine höhere oder niedrigere Stufe der jeweiligen Einflusskräfte hin. Jedes Chakra entwickelt eine ihm zugehörige Kraft und entfaltet somit auch eine ihm eigene Dynamik für das Leben des Menschen.

Die spirituelle Entwicklung erfolgt in Schritten von jeweils sieben Jahren oder gemäß den Jahrsiebten. In jedem Jahrsiebt entfaltet die schöpferische Dynamik der göttlichen Schöpfung gewisse Eigenschaften, die charakteristisch für das menschliche Leben und die menschliche Reife sind. Der Mensch entfaltet in aufsteigenden Stufen seine Wahrnehmung und damit auch seine Bewusstheit. Obwohl diese Entwicklung aus einer hohen schöpferischen Ebene angelegt ist, muss sie nicht immer in geordneten Bahnen verlaufen. Es gibt durchaus Störfaktoren in der Entwicklung des einzelnen Menschen, die einzelne Phasen mehr oder weniger beeinträchtigen können.

Die Chakren sind im Astralleib angelegt, der unmittelbar mit dem Kosmos in Beziehung steht. Somit wirkt auf jedes Chakra aus dem Kosmos heraus auch ein anderer Planet. Dadurch ist es möglich, dass sich in dieser rhythmischen aufeinander aufbauenden Entwicklung die verschiedenen Eigenschaften und Qualitäten im Leben ausgestalten können. Da diese Entwicklung aus dem hohen schöpferischen Potenzial erfolgt, wird sie auch mit der Reinheit der Pflanze in Beziehung gebracht, die ebenfalls diese sieben Stufen durchläuft. Diese sind die Keimbildung, die Wurzelbildung, der Stängel, die Blattbildung, die Knospe und die Blüte. Als letztes und höchstes Glied bildet sich dann die Frucht aus, mit der ein neues Leben geschaffen wird.

[Zurück zur Website](#)

Seite 14 von 28

## Welche Phasen durchläuft der Mensch in der seelisch-geistigen Welt?

In den ersten sieben Jahrsiebten verläuft die Entwicklung des Menschen nach einem ganz bestimmten Rhythmus. Mit jedem Jahrsiebt bildet sich ein weiteres Chakra aus. Hat der Einzelne die jeweiligen Jahrsiebte durchlaufen, ist die individuelle Entwicklung jedoch nicht abgeschlossen. Danach erfolgt diese mehr in einer Art von Gesamtreife, bei der die einzelnen Chakren auf unterschiedliche Art und Weise neu belebt werden und dem Leben weitere Entwicklungen eröffnen. In der Übersicht sind noch einmal die wichtigsten Merkmale dieser Entwicklung dargestellt.

Chakra	Blüten	Sitz	Jahrsiebt	Planet	Pflanzen	Beziehung
 Sahasrara	1.000 Blütenblätter	Am oberen Scheitelpunkt	Wirkt vom 43. bis 49. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Saturn	Bildung der Frucht	Bedeutung der Seeleninhalte erleben
 Ajna	2 Blütenblätter	Zwischen den Augenbrauen	Wirkt vom 36. bis 42. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Jupiter	Bildung der Blüte	Den freien Gedanken entwickeln
 Vishuddha	16 Blütenblätter	Im Bereich des Kehlkopfes	Wirkt vom 29. bis 35. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Mars	Bildung der Knospe	Den Gedanken als Seelenlicht erkennen
 Anahata	12 Blütenblätter	Auf der Höhe des Herzens	Wirkt vom 22. bis 28. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Sonne	Bildung der Blätter	Das Element der Wärme
 Manipura	10 Blütenblätter	Auf der Höhe des Sonnengeflechts	Wirkt vom 15. bis 21. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Venus	Bildung des Stängels	Das Element der Luft
 Swadhistana	6 Blütenblätter	Auf der Höhe des Bauchnabels	Wirkt vom 8. bis 14. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Merkur	Bildung der Wurzeln	Das Element des Wassers
 Muladhara	4 Blütenblätter	Am unteren Ende der Wirbelsäule	Wirkt vom 1. bis 7. Lebensjahr	Einflusskräfte des Planeten Mond	Bildung des Keimes	Das Element der Erde

[Zurück zur Website](#)

### **Das erste Lebensjahrsiebt – Muladhara-Chakra**

Das erste Lebensjahrsiebt erstreckt sich vom 1. bis zum 7. Lebensjahr. Es ist wie ein Keim, der aus dem Samen hervorkommt und das erste Wachstum bringt. Diese ersten Jahre des Kindes sind geprägt von einer kindlichen Unschuld und einer lieblichen, zarten Klarheit. An das Kind kann noch keine wirkliche Sünde oder Verfehlung heran kommen. Verführende Kräfte können das Kind in dieser Entwicklungsphase noch nicht ergreifen, da das Bewusstsein noch nicht zum Erwachen gekommen ist. So ist das Kind frei von Gut und Böse, obwohl es durchaus auch starke Willenskräfte äußern kann und damit seine Temperamentsanlage verkündet.

Der physische Leib wächst heran und erschafft sich aus einem weichen Zustand eine erst festere Struktur. Er ist die erste schöpferische, physische Anlage, auf der das spätere Empfindungsleben aufbaut. Der Körper ist bei dem Kind in eine reine Hülle eingebettet. In dieser Entwicklungsphase wirken alle äußeren Kräfte in einer schrankenlosen Bestimmtheit auf das Kind. Diese äußeren Kräfte prägen diese feine Hülle des Kindes, die später zum Träger seiner Persönlichkeit wird. Das Kind lebt in dieser Zeit ganz in der Nachahmung. Es lernt weder durch Belehrung noch durch Worte, sondern nur durch den Drang, es den Menschen in seinem Umfeld gleich zu tun. Das erste Chakra, das Muladhara-Chakra verströmt sich auf den ganzen Körper des Kindes und bildet die Grundlage des Körpers. Es bildet die schöpferische Uranlage, die den Leib ausformt.

Diese erste Aufrichtekraft, die sich in den ersten sieben Jahren entwickelt, bildet für die späteren Jahre die innere geistige Kapazität aus. Sie ist auch die unmittelbare moralische, klare Haltung, die der Mensch bezieht, die sich auch in einer einfachen Wahrheitsliebe ausspricht. Lässt man dem Kinde gerade in dieser Entwicklungsphase viele Lügen durchgehen, so werden diese Menschen in späteren Jahren ein viel schwierigeres Dasein zu bestreiten haben, als jene Menschen, die in dieser Zeit eine gute Führung und eine klare Einordnung erhalten haben. So ist diese Urbildekraft, die zur innersten Aufrichtekraft im Leben wird, ganz wesentlich für die ganze spätere seelisch-geistige Entwicklung des Menschen.

### **Das zweite Lebensjahrsiebt – Swadhistana-Chakra**

Die Zeit vom 8. bis zum 14. Lebensjahr wird dem zweiten Jahrsiebt zugeordnet. In dieser Zeit entfaltet sich das zweite Chakra, das Swadhistana-Chakra. Während das erste Jahrsiebt dem Element der Erde zugeordnet werden kann, wird das zweite Jahrsiebt dem Element Wasser zugeordnet. Das kleine Kind lebt im ersten Jahrsiebt noch in einer vollkommenen Reinheit, jedoch in einem unbewussten Zustand. Dieser ändert sich im zweiten Jahrsiebt, indem im Kind jetzt erste Empfindungen vom anderen und dem Anderssein des anderen entstehen. Je gesünder und je reiner diese Zeit der Kindheit erlebt wird, umso mehr gestaltet sich eine gediegene Festigkeit im Temperament und eine Einfachheit im Umgang mit dem Leben.

In dieser Zeit beginnt auch das erste Lernen, das noch mehr ein träumerisches Tasten und ein Entgegennehmen der verschiedenen Bedingungen des erzieherischen Umfeldes ist. In dieser Zeit des Lernens wird vor allem das reine und tiefere Empfinden geprägt. Gleichzeitig entfaltet sich auch eine tiefere Willenskraft, die sich zu einer natürlichen Handlungskraft entwickelt. In dieser Zeit ist eine Führung durch die Eltern oder Erzieher besonders wichtig, denn das Kind soll auch schon erste angemessene Arbeiten erhalten. Es sollte gut in die alltäglichen Handlungen und Tätigkeiten einbezogen werden, damit es zu einer guten Willensentfaltung gelangen kann. Hält

[Zurück zur Website](#)

Seite 16 von 28



man es jedoch von vielen Tätigkeiten und Arbeiten fern, kann es keinen Blick dafür gewinnen, was in praktischer Hinsicht zu tun ist. Durch die rechte Beteiligung an der Arbeit kann es einen praktischen Blick entfalten und später dann auch zu einem praktischen Denken gelangen. Ebenso kann sich bei einer guten Entwicklung des Swadhistana-Chakra ein späteres künstlerisches Leben in dem Kinde auf beste Art ausgestalten.

In diesen frühen Lebensjahren entscheidet sich, wie der spätere Erwachsene sich in das Leben integrieren kann. Es entscheidet sich, ob er sich später auf eine heitere, sorglose und optimistische Art oder auf eine sorgenvolle, belastende und konfliktbeladene Art in das Leben hinein stellen kann. So wird manches Kind wie die Pflanze später schwache Wurzeln oder starke Wurzeln haben. Damit sich dieses zweite Chakra entfalten kann, muss die erste, unberührte Phase im Kinde zurückweichen, um der nachfolgenden bewussteren Phase mehr Raum zu geben. Es muss die schöpferische Urbildekraft zurückweichen, so wie der Same in der Pflanze sterben muss, damit die Wurzelanlage und die weitere Entwicklung des Kindes zur Ausgestaltung kommen kann.

### **Das dritte Lebensjahrsiebt – Manipura-Chakra**

Im dritten Lebensjahrsiebt, vom 15. bis zum 21. Lebensjahr, geht es um die Entwicklung des Denkens. Das Denken ist durch die Lichtdynamik des Gedankens eine intensive Kraft. Sie sprießt aus der reinen Mitte hervor und legt das geistige Gut in die physische Hülle hinein. Dieser Same des Bewusstseins gelangt in das Innere des Menschen und schenkt ihm eine Grundlage zum Denken und zur Persönlichkeitsbildung. Es ist das Bewusstsein, das sich nun in der jugendlichen Dynamik und Impulsivität nach außen richtet. Dieses Bewusstsein bezeichnet Bewegung, die gleichzeitig auch der Ausdruck für das Jahrsiebt ist.

Von körperlicher Seite aus gesehen, betrifft diese Entwicklungsphase vor allem die Wirbelsäule und ihre gesunde, durchlaufende und lebendige Spannkraft. Bringt der Jugendliche eine gute Tatkraft, Begeisterung, Zielsetzung und ein lebendiges Interesse für den kommunikativen Austausch mit, formt sich seine Wirbelsäule auf anmutige Weise, so dass er eine wunderbare Haltung und eine kräftige Ausstrahlung für später gewinnt. Sport und Bewegung, in gesundem Maße betrieben, fördern von der körperlichen Seite diese expansiven Entwicklungsprozesse in diesem Lebensabschnitt. Dabei geht es dem Jugendlichen häufig um ein mehr unbewusstes Ertasten der Grenzen seines eigenen Leistungsvermögens.

Die stürmischen Phasen in diesem Jahrsiebt dienen der Ordnung in der Persönlichkeit für später und vor allem zu einer Entwicklung der Individualität. Der Jugendliche lernt sich selbst kennen und ebenso sich selbst durch Erfahrung in Beziehung zu anderen zu bringen. Dazu braucht er unbedingt einen Freiraum, der ihm eine gute Weite ermöglicht. Gleichzeitig benötigt er aber auch die richtige Einordnung in bestehende Gesetze und in eine angemessene Ethik. So steht die Freiheit auf der einen Seite und die begrenzende Ordnung auf der anderen Seite. Zwischen diesen beiden Pfeilern suchen sich die jungen Heranwachsenden ihre Persönlichkeit und Identität.

Dem Manipura-Chakra entsprechen Unabhängigkeit, Weite, Sensitivität und Aktivität. Die Aktivität ist zugleich eine klare Reife der Persönlichkeit, eine Unabhängigkeit, die zur Weite führt. Durch diese Klarheit im persönlichen Leben kann sich die gediegene Anlage ausgestalten, damit Depression und Aggressionen später fern bleiben. Diese Phase mit den bewegten Expansionen ist eine der schönsten Phasen des Lebens. Erwacht ein drängendes Interesse am Lernen, so ist

[Zurück zur Website](#)

Seite 17 von 28

dies viel leichter zu realisieren als in späteren Zeiten. Ist diese Interesse vorhanden, löst sich die Frage nach der richtigen Einordnung gewöhnlich durch sich selbst.

### **Das vierte Lebensjahrsiebt – Anahata-Chakra**

Der Lebensabschnitt vom 22. bis zum 28. Lebensjahr ist sehr bedeutungsvoll, da der junge Mensch erwachsen wird und ein neues Bewusstsein gewinnt, das offen ist für andere Menschen. Das weitere Dasein wird geprägt von ganz entscheidenden inneren Qualitäten. In dieser Zeit prägt sich auch das Vermögen zur gesunden Selbstkritik aus. Dieses entwickelt sich durch die rechte Grundhaltung und die rechte Beziehungsebene zu den Mitmenschen. Diese gesunde Selbstkritik erbaut sich auf den innersten Werten, die durch die religiöse Erziehung angelegt wurden. Die hier gemeinte Religion ist unabhängig von jeder Konfession und jeglichem Dogma und beruht sehr stark auf der Beziehung, die der junge Erwachsene zu anderen, zur Familie, zu Freunden aber auch zur Natur und der ganzen Schöpfung aufbauen kann.

Dem jungen Menschen wird in dieser Phase tatsächlich ein Seelenlicht zuteil. Darin findet er erstmals eine Anerkennung für die Menschen. Er sieht mehr sein Gegenüber, erkennt mehr die Probleme seiner Mitmenschen und kann sich mehr in seinen Nächsten einfühlen und ihn in seiner Individualität gewähren lassen. Prägt der junge Bürger dieses mehr gebende Bewusstsein und die Anerkennung in seinen Beziehungen aus, so wird er auch für später das schöne Licht des Gewährenlassens in seiner Seele tragen. Kann sich der junge Mensch in seinem Beruf oder seiner Tätigkeit in eine natürliche gebende Haltung hineinleben, die den anderen achtet und respektiert, wird er leicht den Erfolg gewinnen. Wendet er sich dagegen der Kehrseite, dem Fixierten, oder der mehr nehmenden Haltung zu, kann dies in der weiteren Zukunft schon zu einer Schwerfälligkeit und zu einer gewissen Depression führen.

In diesem Lebensabschnitt beginnt das soziale Bewusstsein zu reifen. Es geht vor allem um die Entwicklung der tieferen Empfindungen vom eigenen Ich zum anderen. Dies ist geprägt von tiefen reiflichen Überlegungen in Bezug auf das ganze Beziehungsleben. Das vierte Chakra entfaltet sich und bringt viele Entwicklungsmöglichkeiten aus dem schöpferischen Sein an den jungen Menschen heran. Es ist das Herz und die tiefere Empfindung zu den Mitmenschen, die sich ganz besonders in diesem Jahrsiebt herausarbeiten.

### **Das fünfte Lebensjahrsiebt – Vishuddha-Chakra**

Die Übergänge von einem Jahrsiebt zum nächsten sind oft sehr kritisch. Die bedeutendste Lebenskrise aber erfahren die Menschen beim Übergang vom vierten in das fünfte Lebensjahrsiebt, das mit dem 29. Lebensjahr beginnt. In dieser Zeit muss sich der Mensch von altem Erfahrungsgut loslösen, damit ein neues Erfahrungsgut in die Seele hineinfluten kann. Dieser Prozess einer bedrängenden und belastenden Lebenssituation kann dem Menschen eine ganz neue Willensorientierung bringen und damit eine innere Grundlage für das weitere zukünftige Dasein. Es beginnt ein tiefer Reifeabschnitt, der mehr Eigenaktivität im Denken erfordert. Es zeigt sich, ob ein wirkliches Vertrauen in die eigenen Kräfte, in die eigenen Entscheidungen und die eigenen Handlungen bereits besteht. Dieses generelle Vertrauen in eigene Entscheidungen und in die Richtigkeit der eigenen Anschauungen, das sich bereits in den vorangegangene Jahrsiebt erbaut, drängt nun sehr direkt in das Bewusstsein des Menschen.

[Zurück zur Website](#)

Seite 18 von 28

Während im vierten Jahrsiebt viele Dinge eher leicht von der Hand gingen, führen im fünften Jahrsiebt nur die eigenen Kräfte – und dies durchaus unter größeren psychischen Anstrengungen – zu einem brauchbaren, gediegenen Ergebnis. In dieser herausfordernden Zeit können Bequemlichkeit und eine konsumierende psychische Haltung keine brauchbaren Ergebnisse hervorbringen.

Durch das Vishuddha-Chakra wird dem Menschen eine tiefere Selbstkraft zuteil. Dieses Chakra ist im Kehlkopf angelegt und schafft sowohl ein logisches Denken als auch eine innere, selbstdynamische Kraft in diesem neu gewonnenen Denken. Dadurch kann der Einzelne mehr und mehr reife Werke vollbringen und dies nicht nur auf fachlichen, sondern auch auf künstlerischen Gebieten. Dazu bedarf es aber auch eines mutigen Voranschreitens, da er die bisher gewonnenen Sicherheiten aufgeben muss, um nun mit seinem Lebenswerk zu beginnen. Es ist ein großer herausfordernder Prozess, der nur bei wachem und klarem Bewusstsein, und nur durch eine klare und aktive Eigendynamik, erfolgreich umgesetzt werden kann. Die Gefahr ist groß, dass der Einzelne diesen Prozess der Ablösung von Altem und den Neubeginn nicht bewältigen kann. Dann scheut er die größere Verantwortung und geht damit auch nicht in die notwendige Eigendynamik hinein, so dass sich in der Folge auch ein mehr unabhängiges Gedankenleben nicht entwickeln kann.

### **Das sechste Lebensjahrsiebt – Ajna-Chakra**

Mit dem sechsten Lebensjahrsiebt, vom 36. bis zum 42. Lebensjahr erfolgt aus den geistigen Höhen eine weitere Intensivierung der inneren Selbstkraft. Die geistige Selbstkraft steigt unmittelbar an und will das Seelenleben weiter in die Geburt bringen. Gleichzeitig beginnt auch eine zunehmende Exkarnation. Diese dadurch freiwerdenden Kräfte kann der Einzelne jetzt weiter nutzen, um sich mehr den seelisch-geistigen Zusammenhängen hinzuwenden. Das alte, bisher geformte Gut, das seine Individualität bisher gebildet hat, bedarf eines größeren Loslassens. Damit wird er auch die bisherigen psychischen Sicherheiten nicht mehr in gleichem Maße wie zuvor in Anspruch nehmen müssen.

Dieses sechste Chakra, das Ajna-Chakra, sitzt zwischen den Augenbrauen und stellt das Zentrum der Meditation dar. Es prägt eine größere Aufmerksamkeit und eine größere Wahrnehmung aus, die ganz auf die Ebene des Gedankens führt. Durch dieses Ajna-Chakra prägt sich ein Bewusstsein aus, das sehr sensitiv wirkt und das Gefühlsleben wie auch das Gedankenleben in ein lebendiges, bewegtes und spürbares Erleben hineinrückt. Dieser innere Prozess kann aber bei einigen Menschen auch zu gewissen Schwankungen bis hin zu Depressionen verursachen, die in der Folge dann vielfach in stärkere Kompensationsmechanismen münden. Dann allerdings werden sie diese sensitive innere Entwicklung nicht unmittelbar miterleben.

Nimmt diese Entwicklungsphase eine aufbauende Richtung, so wächst in dem Erwachsenen ein neue Qualität heran. Er bemerkt durch dieses intensive Erwachen des Bewusstseins immer deutlicher die Gedankenwelt bei sich selbst und wird immer mehr fähig, diese Gedankenwelt auch bei anderen wahrzunehmen. Er nähert sich damit auch mit einem größeren Verständnis den anderen an und er kann seine eigene Identität nicht mehr so sehr von der seiner Mitmenschen trennen. Die Beziehung zu den Menschen kann sich jetzt viel bewusster erbauen und zunehmend mehr in die Tiefe entwickeln. Es erwacht auch die Blüte einer gewissen Selbstlosigkeit, so dass der Einzelne auch mehr als in früheren Jahrsiebten seine Kräfte in den Dienst für andere stellen und diese fördern kann.

[Zurück zur Website](#)

Seite 19 von 28

In diesem Jahrsiebt beginnt für den Menschen auch die Phase, in der er zu einer richtigen Meisterschaft und Führung über sein eigenes Leben gelangen kann. In den vorangegangenen Zeiten war es ihm noch nicht so recht möglich, Herr zu werden über sein eigenes Gedankenleben und über die leidenschaftlichen Gefühle seines Körpers. Dazu musste erst eine gewisse Reife in ihm selbst entwickelt werden. Diese ist mit einem gewissen Weltenrückzug verbunden, der aber nicht in einen Lebensrückzug führen sollte oder das Leben selbst in eine größere Enge bringen soll.

Bis etwa zum 30. Lebensjahr inkarniert der Mensch und ab diesem Zeitpunkt beginnt dann die Exkarnation. Damit gelangt auch die Seele immer mehr in die Geburt, während die Vitalmacht allmählich zurückweicht. Die Individualität arbeitet sich zunächst mehr in das Leben hinein und gestaltet sich damit auch mehr Sicherheiten. Ab dem 30. Lebensjahr jedoch erfolgt das Selbstwerden aus einer intensiveren Eigendynamik und es müssen die Sicherheiten langsam zurückgelassen werden. Es beginnt die Exkarnation, und damit auch die Geburt der reinen Seelendimension, die dann die Führung des Lebens übernehmen soll. Diese innere Selbstkraft, die sich dann immer stärker entfaltet, ist bei manchen Menschen stärker geboren und von weniger Kompensationsmechanismen begleitet als bei jenen, die ihre Selbstkraft in diesem Maße nicht entfalten konnten. So schafft sich jede Individualität die Möglichkeiten, die für sie selbst tragbar sind.

### **Das siebte Lebensjahrsiebt – Sahasrara-Chakra**

Mit dem 43. bis zum 49. Lebensjahr gelangt der Mensch in das 7. Jahrsiebt. In dieser Zeit gelangt die göttliche Transzendenz im Selbst zum Ausdruck. Es ist jedoch entscheidend, ob die äußeren Bedingungen es zulassen, das jenes Leben, jene innerste Liebe oder das innerste aus Gott geborene Licht zur Geltung kommt. Es kann auch sein, dass sich durch die eigenen Verhaftungen und Verkettungen ein starker Mantel um dieses innerste Leben legt, so dass dieses erfahrbare geistige Gut nicht zum Durchscheinen kommen kann. Es lebt aber verborgen in der innersten Welt und schafft sich nur eine äußere Verkleidung.

Damit nun dieses innerste Leben in die Geburt gelangen kann, muss man es mit den Kräften der Hingabe und den Kräften der Liebe bewässern. Dies kann durch die Hinwendung an die göttliche Gnade geschehen oder durch die Begegnung mit einem Heiligen oder eingeweihten Menschen. Eine solche Begegnung löst in der Regel den Strom einer solchen Gnade aus. Mit einer solchen Begegnung gestaltet sich die Grundlage zur Neuschöpfung des Bewusstseins. Für die meisten Menschen ist eine innige persönliche Begegnung notwendig, da nur ganz wenige Menschen durch ein direktes geistiges Schauen unmittelbar zu jener innersten Begegnung mit einem heiligen Menschenleben kommen.

In der Begegnung mit einem eingeweihten Menschen zeigt sich eine lebendige Verbindung zweier Seelen. Es kann sein, dass das äußere Gemüt des Betroffenen die ganze Tragweite dieser Begegnung nicht erkennen kann. Jedoch bewirkt das Zusammentreffen mit einem heiligen Menschen einen aufsteigenden, wachen entzückenden Eindruck. Findet eine solche Begegnung statt, dann übernimmt das siebte Chakra mit der immanenten Transzendenz vom Zeitpunkt der Begegnung an für die weitere Zukunft die Führung im Leben. Bedauerlicher Weise aber verstehen die wenigsten der suchenden Herzen diese tiefe Bedeutung der loslösenden Gnade, die ihnen damit zuteil wird. Das immanente Selbst ist geheimnisvoll, und niemand kennt dieses Selbst, außer das innerste Leben. Und deshalb wird es auch als das verborgene Leben oder das Mysterium benannt.

[Zurück zur Website](#)

Seite 20 von 28

### Die weiteren Lebensjahrsiebte

Nach dem 49. Lebensjahr erfolgt erneut ein Wechsel und es machen sich jetzt kosmische Einflusskräfte geltend, die nicht nur auf ein einzelnes Chakra wirken. Die Entwicklung des Menschen setzt sich jetzt vielmehr als eine Art Gesamtreifen weiter fort, indem nun auf unterschiedliche Art und Weise die einzelnen Chakren neu belebt werden. So werden dann verschiedene Möglichkeiten für die weitere Entwicklung eröffnet, die bisher noch nicht entwickelt wurden und damit das weitere Leben bereichern können.

Die sieben Chakren verwandeln sich also in einem kosmisch vorgegebenen und aufsteigenden Rhythmus und legen jenes größere Gnadengeschenk langsam in dem irdischen Bereich des Menschen an. Der Einzelne entfaltet dadurch seine Bewusstheit und die verschiedenen Stufen seiner Wahrnehmung. Die Chakren selbst sind im Astralleib angelegt und korrespondieren auch unmittelbar mit der Nervensubstanz, weil diese Nervensubstanz eine klare Verbindung zum Bewusstsein aufweist. Dadurch entsteht Bewusstheit im Menschen, das zunehmend weiter wächst. Es wächst zu einer immer größer werdenden Weite, zu einem immer größer werdenden Umfassungsvermögen und gelangt dadurch zu immer größer werdenden Eindrücken. Im siebten Chakra münden dann alle Entwicklungsanlagen in eine transzendenten Quelle.

Dieser aus dem Kosmos vorgesehene Entwicklungsplan verläuft jedoch nicht immer so, wie es im reinen schöpferischen, dynamischen Sein angelegt ist. Denn diese Entwicklungsvorgänge können durch unterschiedliche Störfaktoren im individuellen Leben des Menschen mehr oder weniger beeinflusst werden. Dadurch kann der Einzelne in den von höherer Warte bestimmten Rhythmus nicht immer richtig hineinfinden. Er bleibt dann in den Bedrängnissen und Fixierungen eines einzelnen Chakra stehen. Je mehr aber der Mensch sich dieser Entwicklung bewusst wird, umso besser kann er diese hohen geistigen Einflusskräfte wahrnehmen und sich selbst auf eine immer bewusstere Art und Weise in diese Entwicklungsphasen hineinleben.

### Welchen Entwicklungsweg durchläuft die ganze Menschheit?

Wir haben nun sehr intensiv die Entwicklung des einzelnen Menschen betrachtet. Diese Sichtweise bezog sich jedoch immer nur auf ein Leben, das mit der Geburt beginnt und mit dem Tode endet. Nun kann der nachdenkliche Leser sich vielleicht auch die Frage stellen, ob es denn auch einen Entwicklungsweg für die ganze Menschheit gibt. Aus geisteswissenschaftlicher Sicht kann diese Frage ganz eindeutig mit einem Ja beantwortet werden. Dabei müssen wir dann jedoch einen deutlich größeren Zeitraum ins Auge fassen. Denn ein solcher Entwicklungsweg wird sich über viele Generationen und damit über Zeiträume von vielen Tausend Jahren erstrecken.

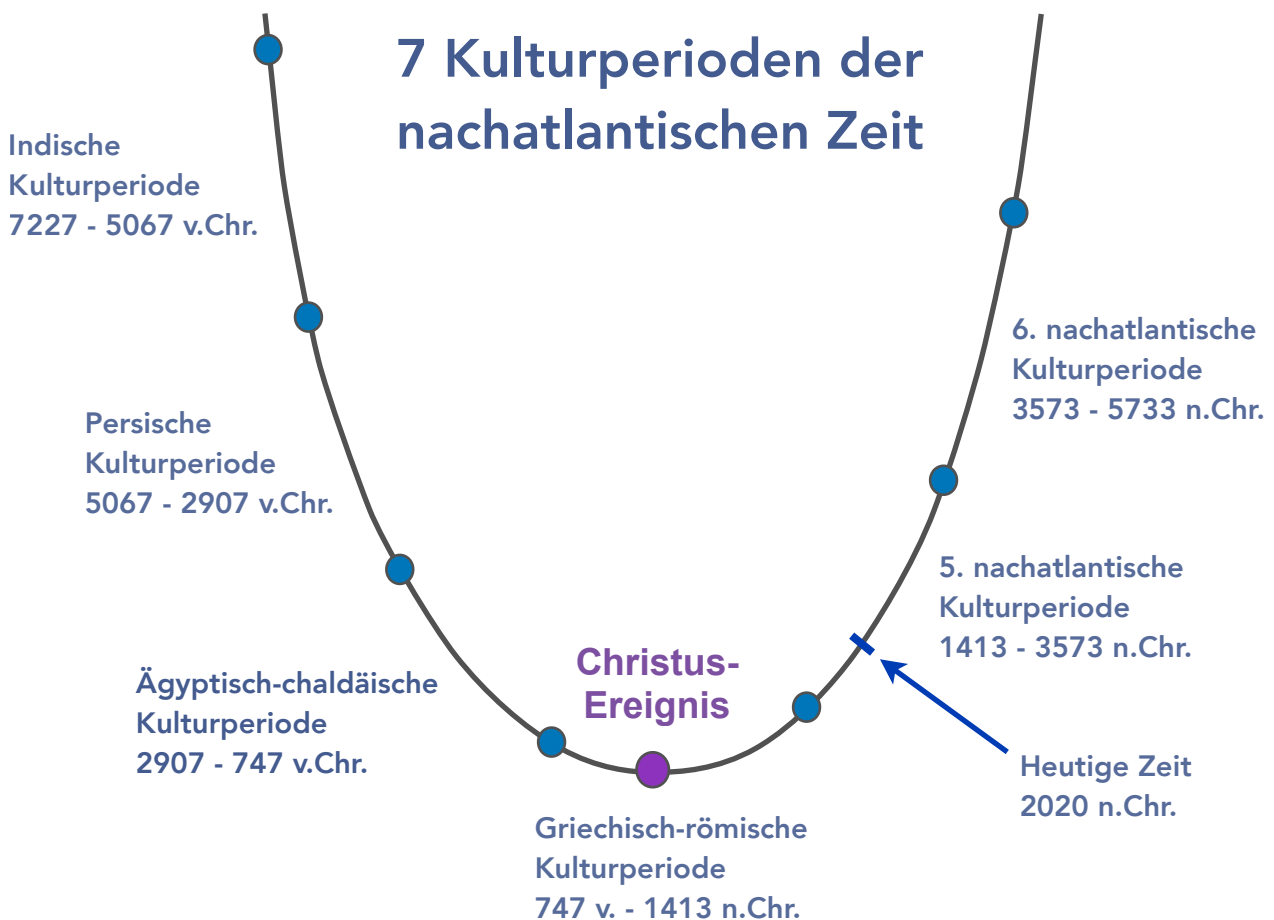
So wie es einen göttlichen Weg gibt für den einzelnen Menschen, so gibt es auch einen göttlichen Plan für die ganze Menschheit. In diesem Zusammenhang stellt sich dann auch die Frage, ob es für den Einzelnen dann nur ein Leben oder gar mehrere Leben gibt. Die bisherige Betrachtung ließ schon zu einem gewissen Grade erkennen, dass wohl davon auszugehen ist, dass es eine Wiedergeburt gibt. Nur so können viele Ereignisse im Leben der einzelnen Menschen einen zusammenhängenden Sinn ergeben.

Man spricht in Bezug auf den Schlaf des Menschen auch von dem "kleinen Tod". Und es erscheint uns ganz natürlich, dass wir eine Arbeit, die wir an einem Tage nicht zu Ende führen kann-

[Zurück zur Website](#)

Seite 21 von 28

ten, an dem folgenden Tag wieder weiter fortführen, bis wir sie zu einem befriedigenden Abschluss gebracht haben. Nimmt man nun das große Ziel des menschlichen Wesens in den Blick, sich zu einem freien geistigen Wesen oder göttlichen Wesen zu entwickeln, so leuchtet es sicher jedem ein, dass dieser Entwicklungsweg mit großer Wahrscheinlichkeit nicht in einem einzigen Leben vollendet werden kann. So inkarnieren die Menschen in der Welt, entwickeln sich je nach den mitgebrachten Anlagen weiter und bilden neue Anlagen hinzu, die nach dem Abscheiden von der Welt mit in die geistige Welt hineingenommen werden. Dort bereitet man dann die nächsten Entwicklungsschritte vor, um bei einer weiteren Inkarnation die nächsten Anlagen für die weitere Entwicklung auszubilden. Auch diese Entwicklung verläuft in Entwicklungsphasen, jedoch mehr für die Gesamtheit der Menschen.



Diese Entwicklungsphasen, von denen hier nur sieben Kulturepochen dargestellt sind, dauern jeweils 2.160 Jahre und erstrecken sich über sehr viele Stufen. In dieser Zeit hat sich die Menschheit aus einer geistigen Welt in die irdische Welt hinein entwickelt, in der sie nun wieder den Weg zurück in die geistige Welt beschreitet. In der geistigen Welt war der Mensch mit allen Geistwesen noch in enger Verbindung. Diese Verbindung musste er auf seinem Weg durch die irdische Welt vollkommen verlieren. Mit dem Christusereignis hatte er die tiefste irdische Inkarnation erreicht und befindet sich jetzt auf dem Wege zurück in die geistige Welt. Er muss sich jedoch diese geistige Welt wieder vollkommen neu erarbeiten. Damit begibt er sich jetzt als freies, bewuss-

[Zurück zur Website](#)

Seite 22 von 28

tes Wesen wieder zurück in die Geisteswelt, aus der er zuvor als unbewusstes – und damit auch als unfreies Wesen – herabgestiegen ist.

Diesen Entwicklungsweg des Menschenwesens oder der ganzen Menschheit hat Rudolf Steiner in seinem Buch "Geheimwissenschaft im Umriss" auf sehr schöne und übersichtliche Weise dargestellt. Dieses Buch sei jedem empfohlen, der sich über diese Entwicklungsphasen, die von der Menschheit als ganzes durchlaufen werden, weiter kundig machen möchte.

### **Welche förderlichen Kräfte begleiten den Menschen?**

Auf dem Entwicklungsweg, den die Menschheit vollzieht sind ihr bisher viele unterstützende Kräfte auf allen Ebenen zugeflossen. Auf körperlicher Ebene hat der Schöpfer die Natur geschaffen. Sie bildet den physischen Leib aus und schafft auf der Erde die Bedingungen, die den Menschen ernähren und ihn am Leben erhalten. Auf der seelischen Ebene fließen ihm in vielfältiger Art und Weise die Kräfte zu, die seiner Seele immer weiterführende Entwicklungsmöglichkeiten eröffnen, wie sie durch die Entwicklung der Chakren dargestellt wurden. Auf geistigem Gebiet ist es der Christus selbst, der zu den Menschen herabgestiegen ist, um sie in ihrer weiteren Entwicklung zu fördern und zu unterstützen.

Bis sich die Menschheit bis zu dem tiefsten Punkt ihrer Inkarnation in die physische Welt entwickelt hat, sind ihr ständig aus den Schöpferwelten die notwendigen Kräfte zugeflossen, damit sie nicht zu sehr von ihrem Wege abkommt. Mit dem Erscheinen des Christuswesens, dem Sohn des Schöpfers, hat die Menschheit eine weitere tiefer gehende Unterstützung erhalten. Der Christus ist durch den Tod gegangen und wieder auferstanden und hat damit der Menschheit gezeigt, dass auch der Mensch den Tod überwinden kann. Er begleitet die Menschen nun bis an das Ende dieser Erdentage. Somit ist er den Entwicklungsweg, der für die ganze Menschheit gedacht ist, vorausgegangen. Und er wird uns auf unserem eigenen Weg zukünftig hilfreich zur Seite stehen.

Das Christuswesen ist genau zu dem Zeitpunkt in die Erdensphäre eingetreten, zu dem der Mensch eine Umkehr vornehmen muss. Diese Umkehr ist der Weg von der physischen Ebene wieder zurück in seine geistige Heimat. Doch dieser Weg muss von jedem Menschen aus freien Stücken selbst gewählt und auch selbst vollzogen werden. Somit kann jeder selbst entscheiden, ob er weiter in der materiellen Welt verharren oder ob er sich auf den Weg zurück zu seiner geistigen Heimat aufmachen will. Diese ist jedoch nur zu erreichen, indem er sich mit den Gesetzen der geistigen Welt wieder vertraut macht und dem Christus nachfolgt.

Wir leben in der heutigen Zeit im Zeitalter der "Bewusstseinsseele". Das bedeutet, dass sich der Einzelne seines weiteren Weges bewusst werden soll und sich dann auch frei für seinen weiteren Weg entscheiden kann. Doch es bedeutet auch, dass er für diesen Weg selbst mit tätig werden muss, wenn er auf diesem Wege Fortschritte erzielen will. Bisher sind ihm viele Kräfte zugeflossen und viele Aspekte seiner Entwicklung wurden ihm von den Schöpferwelten geschenkt. Um seinen weiteren Weg zu beschreiten muss er selbst schöpferisch tätig werden, indem er sich selbst zu einem geistigen Wesen weiter entwickelt. Dabei wird ihm in allen Phasen die Hilfe des Christus zuteil, wenn er ihm auf seinem Entwicklungsweg entgegen geht.

Er kann ihm entgegen gehen oder sich selbst weiter von ihm entfernen. Es ist ganz in seine eigene Freiheit gestellt. Während er im ersten Fall den Weg zurück antritt in seine geistige Heimat,

[Zurück zur Website](#)

Seite 23 von 28

führt ihn der zweite Weg ins Verderben. Beide Wege sind heute bereits von vielen hoch inspirierten Menschen hinreichend beschrieben worden. Dazu gehören Menschen wie Heinz Grill oder Rudolf Steiner, aber auch ganz viele andere Menschen, die auf ihrem Entwicklungsweg bereits weiter vorangeschritten sind.

### **Welche hinderlichen Kräfte begleiten den Menschen?**

Dadurch, dass der Mensch in die physische Welt inkarniert ist, wurde er gleichzeitig auch in die polare Ebene hinein versetzt. Diese polare Welt besteht für ihn auch aus vielen Verlockungen, die ihm auf seinem Weg zurück zu seinem Ursprung auch als große Hindernisse entgegen treten können. Sie zeigen sich in zwei wesentlichen Tendenzen. So kann er sich in der Welt verlieren, indem er sich ganz dem reinen Materialismus verschreibt, oder er kann sich ganz von der Welt abwenden und sich zu sehr dem Idealistischen oder gar Utopischen verschreiben und dabei das praktische Leben völlig vernachlässigen. Die eine Seite führt in die Verhärtung, während die andere Seite in die Auflösung führt. Rudolf Steiner hat diese beiden Kräfteströme als ahrimanische und luziferische Kräfte bezeichnet.

Ahriman, der Lenker der ahrimanischen Kräfte, will den Menschen ganz in die materielle Welt hinein ziehen und jede Geistigkeit in ihm vernichten. Er will den Menschen ganz an das Materielle binden, so dass er den Weg zu einem geistigen Leben vollkommen vergisst. Luzifer, der Lenker der luziferischen Kräfte, will dagegen den Menschen ganz in das Geistige hinziehen, jedoch ohne seinen freien Willen. Der Mensch soll geistig werden, aber ohne seinen freien Willen. Luzifer will den Menschen zu einem Automaten machen, zwar geistig aber automatisch, denn Luzifer hasst den freien Willen des Menschen, so wie Ahriman alles Geistige hasst.

Zwischen diesen beiden Polen ist der Weg des Christus zu finden. Es ist der mittlere Weg. Der Mensch soll in der physischen Welt tätig werden sich darin aber nicht verlieren, denn nur hier kann er sich durch sein Streben, die Eigenschaften aneignen, um sich zu einem geistigen Wesen zu entwickeln. Er soll sich auch geistig betätigen, aber auch darin nicht verlieren, sondern sich durch seinen freien Willen in die Zusammenhänge der geistigen Welt wach und bewusst hinein arbeiten. So bewegt er sich ständig zwischen diesen beiden Polen und durch diese verführerischen Widerstandskräfte auf beiden Seiten kann er erst die Kräfte entwickeln, die ihn auf dem mittleren Weg, dem Christusweg in seine Heimat zurückführen.

Damit der Mensch weder Luzifer noch Ahriman verfällt, muss er sich gute Kenntnisse über die beiden Kräfteströmungen aneignen, die diesen beiden Wesen eigen sind. Nur so kann er auf seinem Weg rechtzeitig erkennen, wenn er sich zu sehr in den Einflusskräften von Luzifer oder in die Einflusskräfte von Ahriman verstrickt. Es bedarf einer guten Urteilsfähigkeit, um das eine von dem anderen zu unterscheiden, um sich dann ganz bewusst für den Christusweg entscheiden zu können. Dies wäre für die weitere Entwicklung der Menschheit sowie für die Entwicklung jedes einzelnen Menschen in der heutigen Zeit ein notwendiges Ziel.

[Zurück zur Website](#)

Seite 24 von 28



## Anhang

Da die dargestellten Inhalte vor allem auf den Grundlagen aufbauen, die Heinz Grill und Rudolf Steiner in einem großen Spektrum an Literatur erarbeitet haben, soll hier auch jeweils ein kurzes Porträt der beiden Autoren angeführt werden.

In dem weiter unten angeführten Literaturverzeichnis findet der interessierte Leser einige weiterführende Bücher, die ihn tiefer in die Materie der Spiritualität hineinführen können. Hier möge sich jeder nach seinen weiteren Interessen der Literatur bedienen, die ihn tiefer in die jeweiligen Zusammenhänge der seelisch-geistigen Gesetzmäßigkeiten hineinführen können.

### Kurzporträt von Heinz Grill

Heinz Grill wurde 1960 in der Nähe von Soyen in Oberbayern geboren. Bereits in seiner Jugend wurde er als ein außergewöhnlicher Kletterer international wahrgenommen. Er war einer der ersten Alpinisten, die ohne Seilpartner und Sicherheiten die steilen Bergwände der Alpen erklommen hatten. Ihm ging es nicht um Ehre oder Anerkennung, sondern um die Beziehung zum Berg als ein faszinierendes Schöpfungsgeheimnis.

Nach einer Ausbildung zum Heilpraktiker kam er zu der Erkenntnis, dass nicht allein die äußeren Mittel wie Therapien, Medikamente oder Übungen die Menschen heilen. Vielmehr war es die in jedem Menschen angelegte Ich-Kraft. Dies führte in der Folge zur Gründung einer Yogaschule, in der er in vielen Ausbildungskursen und Vorträgen die Grundzüge einer modernen Geistschulung vermittelte. Diese ermöglicht den Menschen, diese Ich-Kraft immer mehr zu entfalten.

Heute lebt Heinz Grill in Italien, in der Nähe des Gardasees und bietet spirituell suchenden Menschen Begegnungsmöglichkeiten und individuelle Begleitung an. Als Kletterer hat er in den letzten 15 Jahren eine neue ästhetische Kletterform entwickelt und im Sarcatal und den Dolomiten über 150 neue Klettertouren eröffnet. Diese international bekannten und geschätzten Routen sind so gestaltet, dass die Kletterer in einen rhythmisch-sicheren Kletterfluss gelangen, der sie regeneriert und sich auch auf die ganze Seilschaft harmonisierend auswirkt.

Das durch ihn in mehr als 40-jähriger Forschungsarbeit errungene Geistesgut hat er in mehr als 120 Büchern und Broschüren veröffentlicht. Mit dieser Arbeit ist den Menschen ein Entwicklungsweg gegeben, der den Einzelnen nicht von der Welt weg führt, sondern ihn mit einem wachsenden Bewusstsein zu einer immer tieferen Ausgestaltung seiner Aufgabe in die Welt hinein führt. Je tiefer sich der Leser mit dem Werk auseinandersetzt, umso mehr erfährt er für sich und sein Umfeld eine Stärkung der Gesundheit, der Beziehungsfähigkeit und seines eigenen Entwicklungspotenzials.

In den letzten zwei Jahrzehnten hat Heinz Grill seine Forschungsergebnisse immer stärker für verschiedene Lebens- und Berufsbereiche in mehreren Büchern ausgearbeitet und konkretisiert. Die umfassendste und detaillierteste Darstellung ist in dem "Neuen Yogawillen" zu finden. Von dem Gedanken ausgehend über die seelische Empfindung, führt der Weg zu einer künstlerisch-ästhetischen Ausgestaltung und Umsetzung im Körper sowie im Leben.

Weitere konkretisierende Darstellungen für die Integration der Spiritualität in das konkrete Leben hat er für die Ernährung, die Architektur, die Pädagogik, die Medizin und die Therapie erarbeitet. Besonders hervorzuheben ist der "Soziale Prozess", den Heinz Grill entwickelt hat. Er bildet nicht

[Zurück zur Website](#)

Seite 25 von 28

nur eine elementare Grundlage für ein geordnetes und freies Lehrer-Schüler-Verhältnis, sondern kann auch für jede Art der Begegnung – sei es in der Medizin, der Therapie oder im täglichen Miteinander – eingesetzt werden.

Der spirituelle Weg von Heinz Grill befähigt den Menschen, aus eigener Initiative und ganz unabhängig von Autoritäten, sein Leben in eine sozialorientierte innere Freiheit zu führen, die im Einklang mit den geistigen Gesetzmäßigkeiten steht.

### **Gegenwärtige Angriffe auf Heinz Grill**

Leider geht es Heinz Grill ebenso, wie es vielen Menschen ergangen ist, die herausragende Leistungen für die Menschen und die Gesellschaft errungen haben. Da seine Forschungsergebnisse den Menschen in eine größere Freiheit führen und damit aber auch manche Glaubenssätze in unserer Gesellschaft in Frage stellen, wird er teilweise auf unerträgliche Art und Weise öffentlich diffamiert und herabgewürdigt, die jeder sachlichen Grundlage entbehren und ein gesundes und soziales Miteinander vollständig vermissen lassen.

Diese Angriffe erfolgen von Mitgliedern einer Münchner Millionärsfamilie, die mit einem Sektenreferenten der Kirche zusammenarbeitet. Es verwundert den Autor nicht, dass diese Angriffe von einem System kommen, das Menschen in Abhängigkeit und Unmündigkeit halten will. Dort kann ein freiheitliches Menschheitsideal, wie es von Heinz Grill gelebt und vertreten wird, nur Widerstände und Ablehnung hervorrufen, die dann jedoch nicht in einer konstruktiven Kritik in den Dialog führen, sondern in menschenunwürdige Reaktionen sowie in suggestive Aussagen münden.

### **Kurzporträt von Rudolf Steiner**

Rudolf Steiner, Dr. phil., wurde 1861 in Kraljevec (Österreich) geboren und starb 1925 in Dornach (Schweiz). Er studierte Naturwissenschaften, Mathematik und Philosophie in Wien. Zunächst arbeitete Rudolf Steiner als Schriftsteller, Redakteur, Goethe-Herausgeber und Unterrichtender in Wien, Weimar und Berlin. Nach der Jahrhundertwende widmet sich seine Tätigkeit immer mehr der anthroposophischen Geisteswissenschaft. Mit dem Bau des ersten Goetheanums wird Dornach bei Basel das Zentrum seiner Tätigkeit.

Das Lebenswerk von Rudolf Steiner kann nach Gehalt und Umfang als außergewöhnlich bezeichnet werden. Seine Schriften und Werke bilden die Grundlagen für die vielen Vorträge und Kurse, die er seinen Zuhörern als anthroposophisch-orientierte Geisteswissenschaft in immer neuen Aspekten darstellte und ausführte. Er hat vor unterschiedlichen Menschengruppen einige tausend Vorträge gehalten, von denen viele öffentlich stattgefunden haben. Der größte Teil dieser rund sechstausend Vorträge ist der Nachwelt erhalten geblieben.

Auch auf künstlerischem Weg entfaltete Rudolf Steiner eine große Tätigkeit. Diese fand ihren Höhepunkt in der Errichtung des ersten Goetheanumbaues in Dornach. Aus diesem sind auch noch eine große Anzahl malerischer, plastischer und architektonischer Arbeiten sowie Entwürfe und Skizzen von ihm erhalten geblieben. Sie befinden sich jetzt im wieder aufgebauten Goetheanum. Die von ihm gegebenen Anregungen für die Erneuerung vieler Lebensgebiete finden in der gegenwärtigen Zeit eine immer größer werdende Beachtung.

[Zurück zur Website](#)

Seite 26 von 28

## Einführung in die Spiritualität

Die Anthroposophie erschließt dem Menschen des 21. Jahrhunderts ein neues spirituelles Welt- und Menschenbild, das sich nicht auf östlichen Traditionen gründet, sondern im abendländischen Geistesleben wurzelt und in dessen Zentrum das Christus-Ereignis steht. Ebenso ist auch der Schulungsweg, den Rudolf Steiner dargestellt und ausgearbeitet hatte, aus dem modernen Denken heraus entwickelt worden. Dieser kann von jedem Menschen individuell ergriffen werden und ist unabhängig von seinem Stand in der Gesellschaft, seiner Zugehörigkeit zu einem Volke oder von seiner religiösen Ausrichtung.

Die Ergebnisse der geisteswissenschaftlichen Forschung von Rudolf Steiner sind mit ihren praktischen Auswirkungen heute in vielen Lebensbereichen zu finden. Sei es im Bereich der Erziehung durch die Waldorfschulen oder im Bereich der Medizin und Heilpädagogik durch die vielen anthroposophischen Einrichtungen. Auch in das künstlerische Geschehen haben seine Forschungsergebnisse Einzug gehalten. Dies betrifft insbesondere die Architektur, die Malerei, die Eurythmie sowie die Sprachgestaltung. Im Landbau fanden sie ihren Niederschlag in der biologisch-dynamischen Methode und im sozialen Bereich durch die Dreigliederung des sozialen Organismus.

[Zurück zur Website](#)

Seite 27 von 28

Arbeitskultur Zukunft • Erich Decker • Ortrud Decker • Am Keltenlager 81 • 55126 Mainz  
T. 06131 6224976 • M. 0171 5495599 • [www.arbeitskultur-zukunft.de](http://www.arbeitskultur-zukunft.de) • [erich@decker-net.de](mailto:erich@decker-net.de)

## Literaturverzeichnis

Heinz Grill

### **Das Wesensgeheimnis der Seele**

Die Organe des Menschen, ihre seelischer Zusammenhang und die Möglichkeit eines spirituell orientierten Bewusstseinsaufbaues. Vier große Entwicklungsprozesse.

Stephan-Wunderlich-Verlag

Heinz Grill

### **Die Seelendimension des Yoga**

Praktische Grundlagen zu einem spirituellen Übungsweg

Stephan-Wunderlich-Verlag

Heinz Grill

### **Übungen für die Seele**

Die Entwicklung eines reichhaltigen Gefühlslebens und das Erlangen erster übersinnlicher Erkenntnisse

Stephan-Wunderlich-Verlag

Heinz Grill

### **Die sieben Lebensjahrsiehte**

Die sieben Energiezentren und die Geburt aus Geist und Wasser

Stephan-Wunderlich-Verlag

Rudolf Steiner

### **Theosophie**

Einführung in übersinnliche Welterkenntnis und Menschenbestimmung

Rudolf-Steiner-Verlag

Rudolf Steiner

### **Wie erlangt man Erkenntnisse höherer Welten**

Rudolf-Steiner-Verlag

Rudolf Steiner,

### **Die Geheimwissenschaft im Umriss**

Rudolf-Steiner-Verlag

Rudolf Steiner,

### **Wie kann die seelische Not der Gegenwart überwunden werden?**

Verlag Rudolf-Steiner-Ausgaben

[Zurück zur Website](#)

Seite 28 von 28