



Arbeitskultur
Zukunft

Die spirituelle Heilkunde und ihre praktische Anwendung im Leben

Was kann der Einzelne zur Erhaltung und Wiederherstellung seiner Gesundheit tun?

Die spirituelle Heilkunde und ihre praktische Anwendung im Leben

Anmerkungen zu dieser Ausarbeitung

- Teil 1: Die rechte Aktivitätsleistung aus dem Bewusstsein
- **Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme**
- Teil 3: Die praktische Entwicklung des Wärmeäthers
- Teil 4: Zehn Lernschritte zur Entwicklung der
wärmebildenden Lebenskraft



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Wie kann der Einzelne die feinstoffliche Wärmeleistung erschaffen?

- Wichtig für die Gesunderhaltung ist die rechte Verteilung der Wärmeverhältnisse im Organismus.
- Der Kranke benötigt seelische und physische Wärme.
- Verschiedenen Krankheiten liegt ein Temperaturverlust zugrunde (Krebs, Immunschwächen, Nervenkrankheiten u. a.)
- Dadurch entstehen chronische Entzündungsprozesse.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Wie kann der Einzelne die feinstoffliche Wärmeleistung erschaffen?

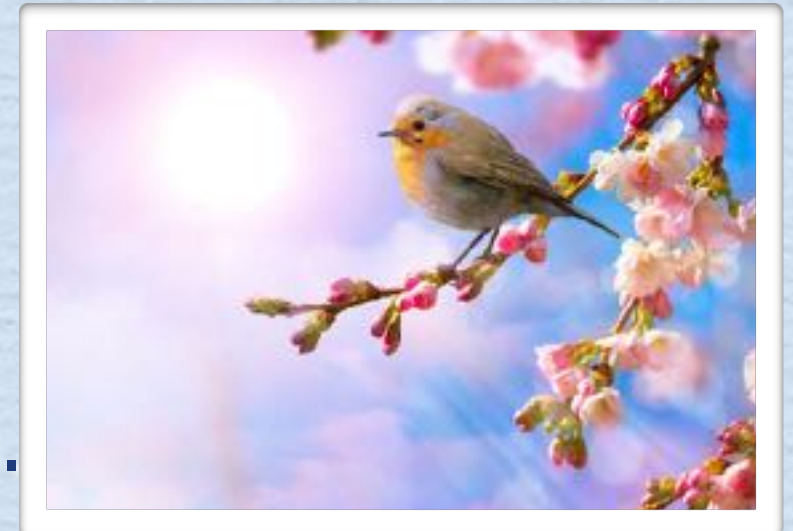
- Die meisten Krankheiten werden durch Kälte verschiedenster Art verursacht.
- Zum Beispiel durch Einseitigkeiten, materialistische Fixierungen und isolierte Alltagsbedingungen.
- Durch mangelnde Wärme fehlt oft die Kraft, dem Leben einen Sinn zu geben und ihm bewusst zu begegnen.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Wie kann der Einzelne die feinstoffliche Wärmeleistung erschaffen?

- Dem Wärmeäther kommt in der spirituellen Heilkunde eine besondere Bedeutung zu.
- Es ist keine physische Wärme, wie Sonneneinstrahlung.
- Im Wärmeäther lebt eine unsichtbare Dimension eines kosmischen Wirkens von subtilen Kräften.
- Der Kosmos webt und lebt in einem permanenten unsichtbaren Wärmefluten.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Wie kann der Einzelne die feinstoffliche Wärmeleistung erschaffen?

- Ätherkräfte 3) entspringen nicht aus der irdischen Welt, sie durchdringen diese.
- Sie sind feinstofflich und in ständiger Bewegung; sie sind eine immer fließende Lebensenergie.
- Diese Ätherwärme ist nicht hitzig.
- Sie wirkt sogar kühlend auf Emotionen, da sie in fein abgestimmten, ruhigen und verinnerlichten Empfindungen gegründet ist.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Der Zusammenhang der Seele zum Wärmeäther

- Wärme durch Zuwendung und Aufmerksamkeit der Mitmenschen für den Kranken, ist wichtig für eine Heilentwicklung.
- Der Kranke sollte nicht mit negativen, angstbeladenen Gefühlen und Themen belastet werden – diese wirken schwächend.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Der Zusammenhang der Seele zum Wärmeäther

- Viele Krankheiten entstehen durch moralische Verfehlungen der gesamten Menschheit und durch individuelle Bindungen der betroffenen Personen.
- Dem Kranken sollte man ehrliche, erbauende und gesunde Gefühle entgegenbringen – diese wirken stärkend.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Der Zusammenhang der Seele zum Wärmeäther

- Die Ätherwärme ist nahe verwandt mit der seelischen Wärme.
- Diese kann der Mensch mit seinem Herzen ausstrahlen.
- Damit sind keine Emotionen verbunden, sondern eine geordnete und beschauliche, ruhige Innerlichkeit.
- Die Ätherwärme wirkt sogar kühlend auf Emotionen, da sie in fein abgestimmten, ruhigen und verinnerlichten Empfindungen gegründet ist.





„Der Wärmeäther ist aufnehmend und umspannend, er versinnbildlicht eine subtile Lebenskraft, die jeder Mensch zu seinem Lebensgleichgewicht und zu seiner Gesundheit benötigt.“

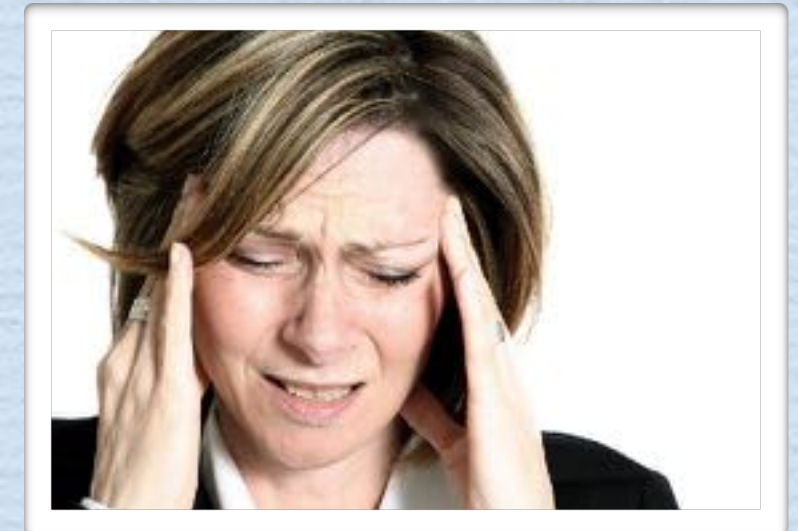
Heinz Grill

Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Das Bewusstsein und der Wärmeäther

Damit die Ätherwärme den Kranken erreichen kann, sind folgende Wirkungen zu beachten:

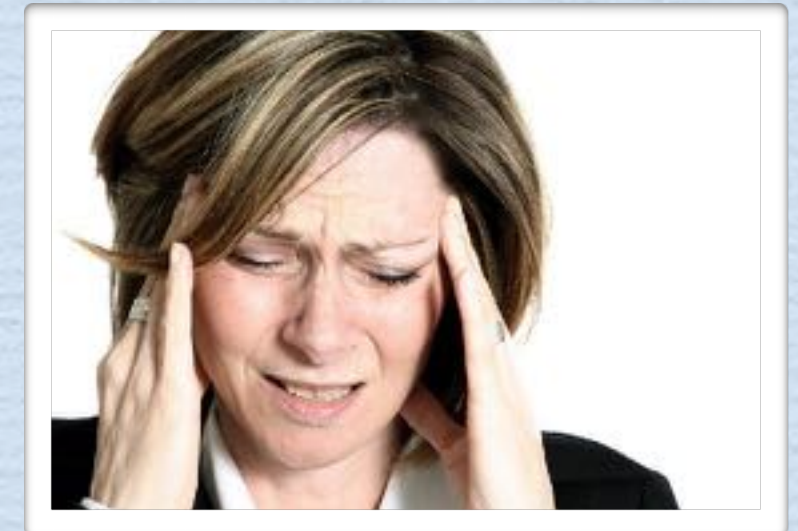
- Das Bewusstsein wirkt durch das Denken, die Gefühle und den Willen auf den Körper ein – auch unbewusst.
- Jeder Mensch produziert krankhafte Einflüsse, die von den Mitmenschen aufgenommen werden.
- Bei schweren Krankheiten wirken außerordentlich intensive Einflüsse im Unbewussten des Menschen auf die Lebenskräfte zersetzend.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Das Bewusstsein und der Wärmeäther

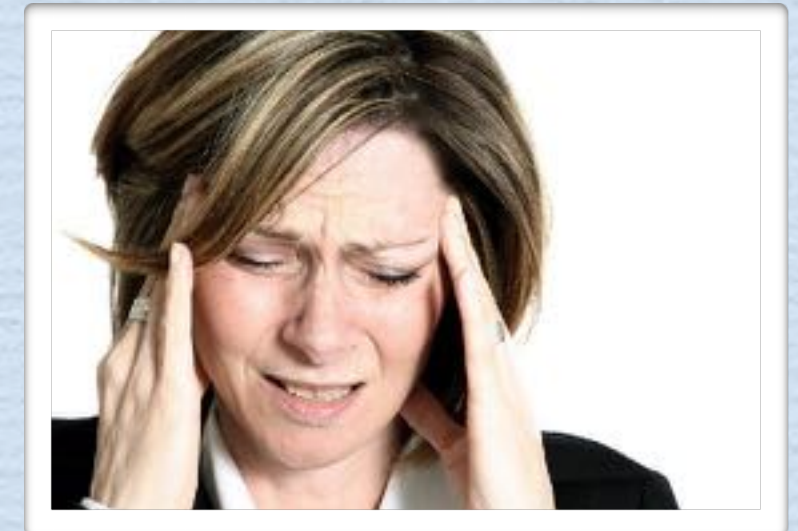
- Bewusstsein und Unbewusstes sind Teile des individuellen Menschen – sie sind auch mit den Mitmenschen verbunden.
- Das Bewusstsein mit den unbewussten Anteilen wird als Astralleib 5) bezeichnet.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Das Bewusstsein und der Wärmeäther

- Aus esoterischer Sicht lässt sich eine Krankheit mit einer Störung des Astralleibes erklären.
- Die Schulmedizin erforscht krankhafte Abläufe und Störungen im Körper.
- Die Geistschule sucht Störungen im Umfeld des Patienten und in seinem persönlichen Denk-, Gefühls- und Triebverhalten.
- Diese Arbeit stört sich nicht an einer schulmedizinischen Therapie.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Die Korrektur von falschen Denkprozessen

- Die Denkprozesse des Kranken und die daraus entstehenden Vorstellungen und Gefühle müssen auf ihre Richtigkeit hin geprüft werden – am besten mit Hilfe eines Therapeuten.
- Fehlerhafte Denkweisen müssen von solchen, die für die Gesundheit wesentlich sind, unterschieden werden.
- Falsche Denkprozesse wirken auf die Gefühle und erzeugen Beschwerden und Krankheiten.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Die Korrektur von falschen Denkprozessen

- Falsche Denkprozesse verhindern den Zustrom von kosmischer Wärme und isolieren die menschliche Psyche vor einer harmonischen Integrität mit sich selbst und den Mitmenschen.
- Der Wärmeäther, der seinen Sitz im Herzen hat, kann sich nicht in seiner heilenden Wirkung verströmen, wenn der Mensch über einen längeren Zeitraum falsche Vorstellungen pflegt.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Die Korrektur von falschen Denkprozessen

- Es müssen logische Gedanken entwickelt werden, die in Zusammenhang mit der menschlichen Entwicklung stehen und für den Einzelnen und die Mitmenschen eine universale Gültigkeit haben.
- Ein geordneter Denkvorgang mit einer nachfolgenden Gefühlsentwicklung, öffnet den Menschen für die so wertvolle Ätherwärme.
- Diese schützt ihn auch vor zu großer Abgeschlossenheit in sich selbst oder einer zu großen Offenheit gegenüber fremden Einflüssen.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Die Korrektur von falschen Denkprozessen

- Die Ätherwärme stärkt die Beziehungsfähigkeit zu einem Gesamten und stabilisiert gleichzeitig den Einzelnen.
- Die Schritte können von jedem Erwachsenen, der sich ernsthaft bemüht, zu einem gewissen Grad erbracht werden.
- Sie können vielseitig durch Übung, Wahrnehmungsprozesse, Auseinandersetzung und durch den Gebrauch der Seelenkräfte des Denkens, Fühlens und des Willens absolviert werden.

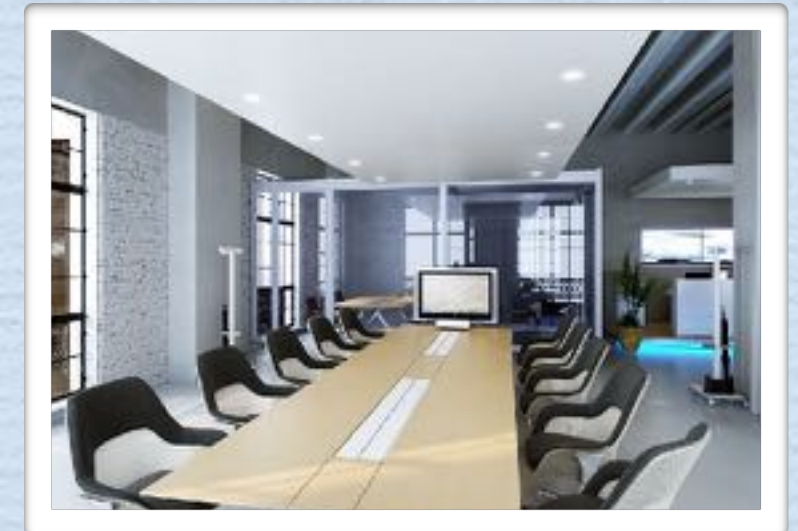


Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Hinzugefügtes Beispiel für eine Wahrnehmungsübung - Basis-Übung 6)

Die Übung besteht darin, eine logische Reihenfolge von Wahrnehmungen und Denkprozessen zu leisten und das Herz in seiner Ätherkraft zu stärken:

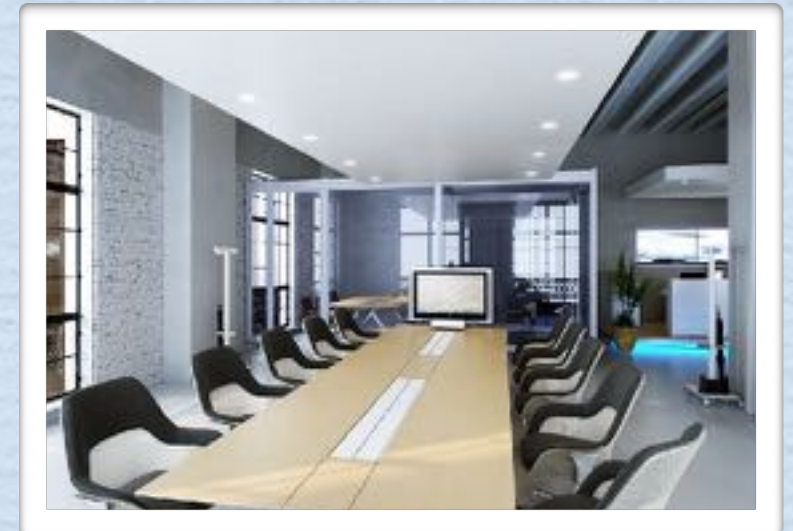
- Der Übende wählt einen Raum und betrachtet systematisch die einzelnen Teile des Raumes.
- Er beschreibt die Eckenformen, die Deckenformation, die Größe des Raumes und die gesamte Erscheinung in Höhe, Tiefe und Grundfläche.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Hinzugefügtes Beispiel für eine Wahrnehmungsübung - Basis-Übung

- Dann benennt er die Farben in dem Raum und wie die Gesamtatmosphäre auf ihn wirkt.
- Der Übende erlebt sich als Betrachter und auch in bewusster reflektierender Denktätigkeit.
- Er beschreibt systematisch die einzelnen Teile in einer Reihenfolge und lernt dabei einen einfachen rhythmischen Gedankenaufbau kennen, der seine Wahrnehmung und sein Denken in einer logischen Folge miteinander verbindet.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Hinzugefügtes Beispiel für eine Wahrnehmungsübung - Basis-Übung

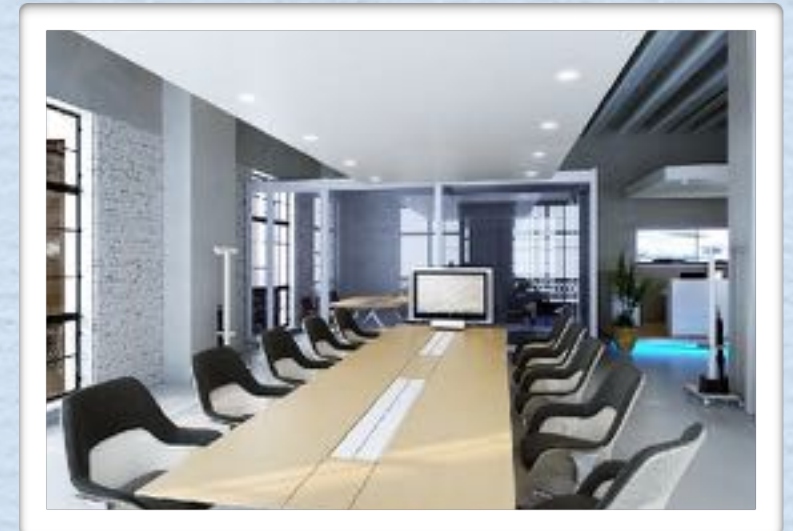
- Zum Abschluss dieser geordneten Betrachtung kann der Übende ein Gesamtbild für den Raum in seiner Vorstellung kreieren und sich die Frage stellen, was sich derjenige gedacht hat, der den Raum eingerichtet hat.
- Auch die Frage, wie der Gesamteindruck des Raumes aussieht und wie er auf die Seele zurückwirkt, kann er stellen.
- Es wird sich eine Empfindung einstellen.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Hinzugefügtes Beispiel für eine Wahrnehmungsübung – Basis-Übung

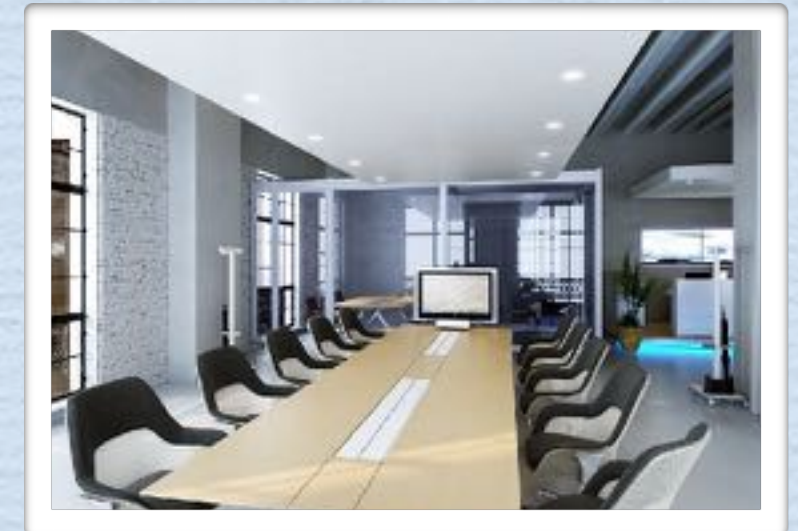
- Die Übung in ihrer rhythmischen Logik, der Vorstellungsbildung und den Fragen, beruhigt die Nerven und führt zu einem Gefühl der inneren Ordnung.
- Die Übung verbindet den Menschen mit der Außenwelt und seinem Inneren.
- Feine Stimmungen der Innerlichkeit und der innerleiblichen Ordnung tragen sich bis in das Herz hinein.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Hinzugefügtes Beispiel für eine Wahrnehmungsübung - Erweiterung

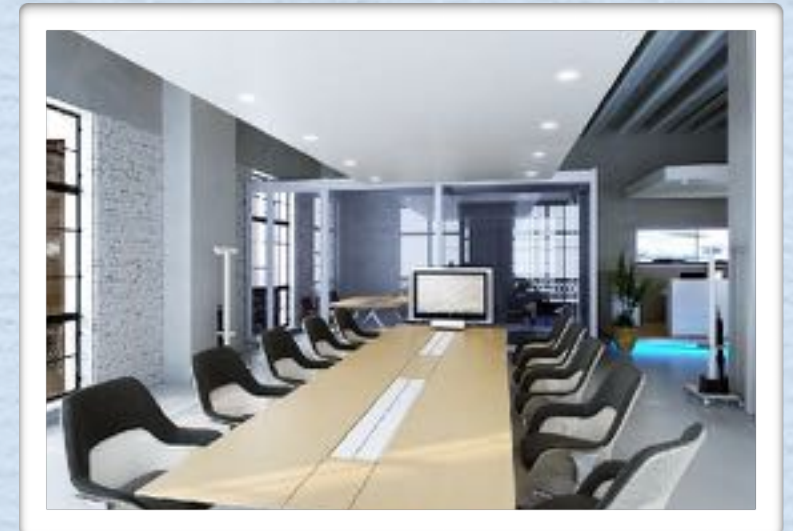
- Die Übung erfährt eine Steigerung, wenn der Übende sich nicht mehr im Raum befindet und er diesen aus der Erinnerung wachruft.
- Er geht in der gleichen Reihenfolge vor und ruft sich die Einzelheiten in das Bewusstsein.
- Der Raum entsteht jetzt vor der Seele durch die Vorstellungsbildung.
- Auch die Fragen aus der Basis-Übung können erneut gestellt werden.



Teil 2: Die verschiedenen Qualitäten von Wärme

Hinzugefügtes Beispiel für eine Wahrnehmungsübung - Erweiterung

- Diese Erweiterung fordert den Einzelnen nicht nur in seiner Wahrnehmungsfähigkeit und Denktätigkeit heraus, sondern auch zu einer Erinnerungstätigkeit.
- Das Denken im Sinne der Erinnerungstätigkeit wirkt auf feine Weise plastizierend und organisierend auf das gesamte Nervensystem zurück und führt ebenfalls zu einer spürbaren Ruhe im Inneren.





„Die Ordnung, die diese Übungen ergeben, verkündet sich meist an der ganzen Haltung und sie erhebt auf feinste Weise die Ausstrahlung des Menschen.“

Heinz Grill

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

3) Äther/Ätherkräfte

- Dieser Begriff kommt aus der Anthroposophie von Rudolf Steiner 4).
- Der hier verwendete Ätherbegriff darf nicht verwechselt werden mit der chemischen Substanz Äther oder ätherischen Ölen.
- Die hier genannten Äther haben keine materielle Stofflichkeit und gehören auch nicht der physischen Welt an.
- Sie sind feinstofflich, sonnenhaft, licht, leicht und unterliegen nicht der Schwerkraft.

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

3) Äther/Ätherkräfte

- Für das physische Auge sind sie unsichtbar.
- Sie sind enthalten in spirituellen Texten, in Mantren, im Menschen, in Nahrungsmitteln, in architektonischen Formen und in der Natur.
- Sie wirken lebenserhaltend in die physische Welt hinein; sie ergreifen die Stofflichkeit, kommen aber nicht aus dieser.

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

3) Äther/Ätherkräfte

- Es werden vier Ätherarten unterschieden:

Feuer-/Wärmeäther, Lichtäther, Chemischer Äther oder auch Zahlen- bzw. Klangäther genannt (hat keine Verwandtschaft mit dem materiellen chemischen Äther), Lebensäther.

- In dieser Ausarbeitung geht es um den Feuer- bzw. Wärmeäther.

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

4) Rudolf Steiner

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

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

4) Rudolf Steiner

- Die Ergebnisse seiner geisteswissenschaftlichen Forschungen finden sich heute mit ihren praktischen Auswirkungen in vielen Lebensbereichen.
- Näheres zu Leben, Werk und Biographie:

<https://rudolf-steiner-anthroposophie.de/index.html>

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

5) Astralleib/Seelenleib

Er ist das zweite übersinnliche Wesensglied des Menschen und der Träger unseres Bewusstseins sowie des Unbewussten (nicht Selbstbewusstsein).

- Er beinhaltet die Leidenschaften, Triebe, Begierden des Menschen, als auch die Schöpferkräfte des Denkens, Fühlens und des Willens.
- Er ist nach Heinz Grill ein Teil des Individuums, der ihn mit den Mitmenschen, als auch mit der Wirkung der verschiedenen Planeten verbindet.
- Er hat das Begehren nach ständiger Ausdehnung und Entwicklung.

Quellenangaben und Erläuterungen zu einzelnen Begriffen

6) Wahrnehmungsübung

- Diese Übung ist dem Buch von Heinz Grill „Das Wesensgeheimnis der Seele“ entnommen:

<https://stw-verlag.de/produkte/das-wesensgeheimnis-der-seele/>

2. Auflage von 2014, Seiten 200 - 201

Die spirituelle Heilkunde und ihre praktische Anwendung im Leben

Vielen Dank für Ihr Interesse.

Ich wünsche Ihnen ein kraftvolles und
freudiges Arbeiten mit den Inhalten.

Teil 3 folgt in Kürze.

