



## Bewusstsein und Immunsystem

Teil 5: Vertiefende Gedanken zum dreigliedrigen Menschen



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

## Bewusstsein und Immunsystem

Inhaltsverzeichnis	Seite
Teil 5: Vertiefende Gedanken zum dreigliedrigen Menschen	3
Ausgangspunkt ist immer ein wahrer Gedanke	3
Der dreigliedrige Mensch mit Körper - Seele - Geist	3
Die Seelen- oder Bewusstseinskräfte	5
Beziehung als aufbauende Kraft des Immunsystems	6
Zusammenfassende Ergebnisse	7
Ein anregender Gedanke für eigene Überlegungen	7

### Hinweis:

Bitte nehmen Sie die Inhalte nicht als Wahrheitsgedanken auf, sondern als anregende Darstellungen zu eigenen Überlegungen, um sich selbst ein eigenes, individuelles Urteil zu den Inhalten zu erarbeiten. Auch ist nicht auszuschließen, dass sich ungeachtet unserer bisherigen Arbeit und den errungen Erkenntnissen, kleine Fehler in der Ausarbeitung befinden.

### Teil 5: Vertiefende Gedanken zum dreigliedrigen Menschen

Guten Tag, liebe Freunde, ich freue mich sehr, dass Sie sich auch den fünften Teil unserer Video-Serie "Bewusstsein und Immunsystem" anschauen möchten.

#### Ausgangspunkt ist immer ein wahrer Gedanke

Beginnen wir mit dem Gedanken von Heinz Grill:

*"Beziehungen zu Menschen, zur Welt, zur Phänomenen, zu Themen, Gedanken und inhaltlichen Dialogen führen zu aufbauenden Kräften im Immunsystem".*

Wir wollen uns mit den nachfolgenden Folien und auch den weiteren Videos diesen Gedanken vertiefend erarbeiten.

#### Der dreigliedrige Mensch mit Körper – Seele – Geist

Schauen wir zunächst auf den dreigliedrigen Menschen mit seinem Körper, seiner Seele und seinem Geist.

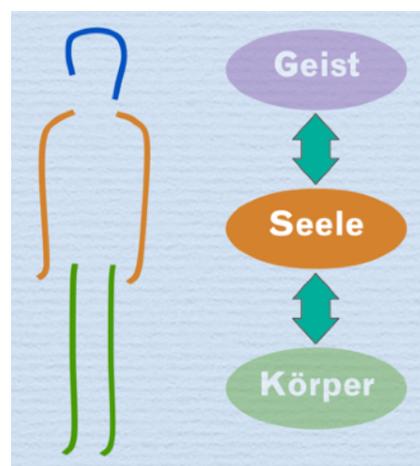
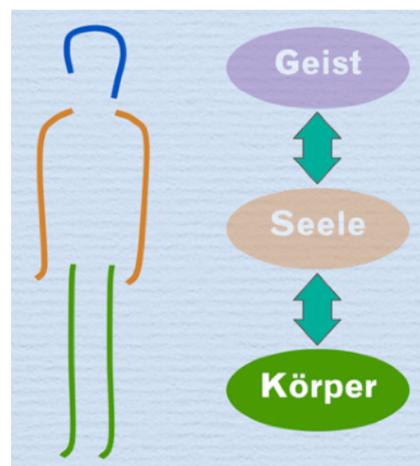
**Der Körper** besteht aus den drei unabhängig arbeitenden Systemen, dem Nerven-Sinnes-System, dem rhythmischen System und dem Stoffwechsel-System.

**Das Nerven-Sinnes-System** hat einen direkten Bezug zur Seelenkraft des Wahrnehmens und Denkens. Denn über die Sinne – Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten – nimmt der Mensch die äußere Welt in sich auf.

Das rhythmische System hat einen Bezug zur Seelenkraft des Fühlens und Empfindens. Was der Mensch in seinem Inneren von der äußeren Welt aufnimmt, das zeigt im Inneren eine Wirkung – und diese ist mit unserem Empfinden und Fühlen verbunden.

Das Stoffwechsel-System hat einen Bezug zur Seelenkraft des Wollens und Handelns. Denn das, was sich im Inneren bewegt, in unserer Seele, das führt natürlich auch zu einer Umsetzung durch unser Wollen, in unser Tätigsein, in unser Handeln.

**Die Seele** ist im Gegensatz zum Körper nicht sichtbar, aber erkennbar an den Kräften des Denkens, Fühlens und des Wollens. Diese Kräfte sind normalerweise bei uns Menschen recht eng miteinander verbunden. Das Denken können wir mehr dem Kopf zuordnen; es ist geprägt von Objektivität, Logik und Vernunft. Das Fühlen kann dem Brustbereich zugeordnet werden; es ist geprägt von Emotionen, Gefühlen, aber auch von zarten Empfindungen. Das Wollen lässt sich dem Unterleib zuordnen; es ist geprägt von Aktion und Reaktion – diese können sowohl bewusst, als auch unbewusst erfolgen.

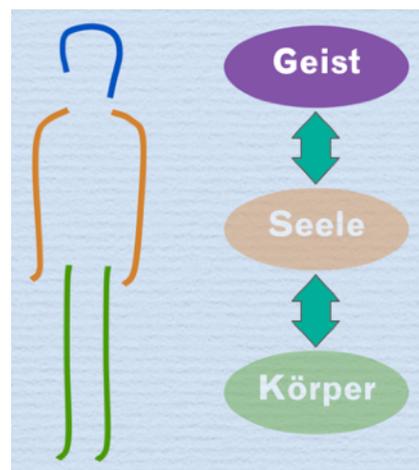


## Bewusstsein und Immunsystem

### Wie ist es um den Geist bestellt?

Auch dieser ist, ebenso wie die Seele, nicht sichtbar; er drückt sich über die Ich-Kraft des Menschen im Bewusstsein aus. Schauen wir auf die Einflussnahme des Geistes oder der Ich-Kraft auf die drei Seelenkräfte:

Die Ich-Kraft hat auf die Seelenkraft des **Denkens** einen sehr direkten, unmittelbaren und auch sehr starken Einfluss, denn wir können uns recht schnell unterschiedliche Gedanken und Vorstellungen bilden. Wir können an einen Apfel denken, an ein Auto, an eine schöne Landschaft – wir können unmittelbar und sehr flexibel mit unserer Ich-Kraft Gedanken und Vorstellungen in unserem Inneren hervorrufen und lenken.



### Wie ist es um das Fühlen bestellt?

Die Ich-Kraft hat auf die Seelenkraft des Fühlens eher einen mittleren oder weniger starken Einfluss. Wir kennen Situationen, in denen ein äußeres Ereignis recht starke Gefühle in uns hervorrufen kann. Möchten wir diese aufwühlenden Gefühle neutralisieren indem wir sie durch positivere ersetzen, so gelingt dies eher selten. Häufig bewegen uns diese starken Gefühle über längere Zeit. Erst wenn wir uns wieder mit ganzer Aufmerksamkeit einem neuen Ereignis zuwenden, was meistens über das Denken erfolgt, kann nach und nach das aufwühlende Gefühl zurückweichen. Auf den neuen Gedanken, auf den wir uns ausrichten, folgen dann andere Gefühle – vielleicht von positiverer Art. Wir sehen, mit unserer Ich-Kraft haben wir begrenzten Einfluss auf unser Fühlen.

### Wie ist es um das Wollen bestellt?

Auf die Seelenkraft des **Wollens** haben wir mit unserer Ich-Kraft einen noch geringeren Einfluss, als auf das Fühlen. Mir ist bewusst, dass Sie dieser Aussage eventuell nicht zustimmen, können wir doch sehr schnell entscheiden, ob wir dieses oder jenes machen, veranlassen usw. All das können wir ganz gezielt und ganz bewusst in Gang setzen. Dem stimme ich uneingeschränkt zu, wenn es sich um Situationen handelt, die wir schon häufig vollzogen haben. Bei diesen Angelegenheiten haben wir eine gewisse Übung – und alles, was wir in uns erübt haben, auf alle Fähigkeiten, die wir uns errungen haben, darauf hat die Ich-Kraft einen großen Einfluss.

Doch bedenken Sie, wenn Sie eine neue Fähigkeit erringen wollen, zum Beispiel ein neues Instrument erlernen möchten, vielleicht eine Geige, dann werden Sie feststellen, dass Ihnen das Spielen eines Musikstückes nicht unmittelbar gelingen wird. Erst eine lange Zeit des Übens wird Sie in die Lage versetzen, dieses Instrument so zu spielen, dass eine schöne Melodie damit erzeugt werden kann. Um neue Fähigkeiten zu erringen, bedarf es einer regelmäßigen Übung, um eine gute Qualität zu erzeugen.

## Die Seelen- oder Bewusstseinskräfte

Gehen wir noch ein wenig tiefer auf die Seelen- und Bewusstseinskräfte ein.

### Wie arbeitet die Seelenkraft des Denkens?

Wir haben gesagt, die Sinne bilden die äußere Welt im Inneren ab – also unser Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten – nimmt die äußere Welt wahr und bildet sie in unserer Seele ab. Das Innenbild ist jedoch von der Art der Beziehung abhängig, die wir zur Welt aufnehmen.

### Beispiel:

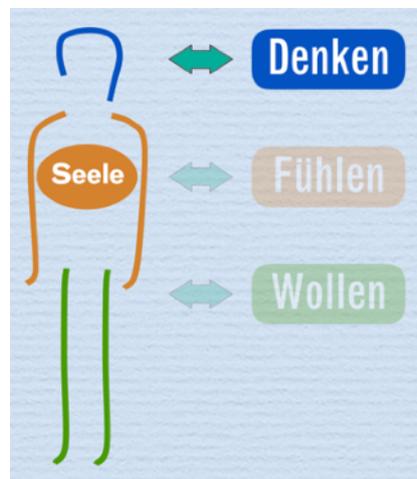
Drei Menschen schauen vom gleichen Standpunkt aus eine Landschaft an. Einer ist ganz fasziniert von den Bäumen, wie sie angeordnet sind und zueinander in Beziehung stehen. Der Zweite ist besonders angetan von den Wiesen und Feldern und wie sie in ihren Grundstücken abgegrenzt sind und zueinander stehen. Der Dritte wiederum legt eine größere Aufmerksamkeit auf den kleinen Bach, der sich durch diese Landschaft hindurch zieht. Obwohl drei Menschen von etwa dem gleichen Standpunkt aus die gleiche Landschaft anschauen, bildet jeder diese Landschaft mit gewissen individuellen Schwerpunkten in seinem Inneren ab. Es ist sehr unwahrscheinlich, dass zwei Menschen exakt das gleiche Bild von der äußeren Welt in sich tragen.

Der Mensch kann sich nicht nur der äußeren Welt widmen, er kann sich auch Gedanken aus der geistigen Welt herausarbeiten. Mit der geistigen Welt ist die Welt der Mathematik, der Physik, der Kunst, aber auch der Werte, der Tugenden, der Ideale gemeint – oder wie Platon gesagt hat: die Welt der Ideen. Der Mensch kann sich somit auch der geistigen Welt zuwenden und dort Gedanken, Ideale und Tugenden aufnehmen. Alles, was der Mensch in der Welt gestaltet, beginnt mit den Gedanken. Was sich der Mensch auf der Gedankenebene nicht vorstellen kann, das kann er in der physischen Welt auch nicht gestalten. Wir dürfen sagen, dass der Mensch sowohl Anteil an der physischen, wie an der geistigen Welt hat.

### Wie ist es um das Fühlen bestellt?

Die physische Welt weckt Gefühle und Emotionen in unserem Inneren. Diese führen früher oder später zu gewissen Bindungen oder Gewohnheiten und die Gefühle, die wir als besonders angenehm empfinden, drängen in dem ein oder anderen Fall auch nach Wiederholung. Wir wissen, dass die Wiederholung bestimmter Ereignisse nach und nach in ihrer Wirkung ein wenig abflachen. Insofern müssen diese Ereignisse verstärkt werden, wenn wir die gleiche Art, die gleiche Stärke der Gefühle, wieder in uns wahrnehmen wollen. Jugendliche sagen dann vielleicht, dass sie nach einem immer stärkeren Kick streben.

Wir haben in unserem Inneren aber nicht nur Gefühle und Emotionen, sondern auch Empfindungen. Empfindungen



## Bewusstsein und Immunsystem

sind anders gelagert als die Gefühle, denn sie entstehen aus wahren Gedanken. Wenn beispielsweise eine schöne Idee in uns aufblitzt, die uns ganz besonders gefällt, die wir immer wieder in unser Vorstellungsleben hinein nehmen, so folgen dieser Idee auch zarte Empfindungen. Diese sind frei von Bindungen, sie können keine Bindungen schaffen – sie sind aber sehr hoffnungsvoll. Denn, wenn uns diese Idee immer besser gefällt, nehmen die Empfindungen zu und drängen nach Realisierung. Empfindungen sind das Sonnenlicht aus dem geistigen Gedanken. Der Mensch kann sich dem Physischen hinwenden und er entwickelt in seinem Inneren Gefühle und Emotionen; er kann sich der geistigen Welt hinwenden und entwickelt in seinem Inneren Empfindungen.

### Was passiert auf der Ebene des Wollens?

Unser Wollen, das zu Handlungen führt, kann einerseits von Gefühlen und Emotionen gelenkt werden – zum Beispiel wenn uns ein Ereignis besonders geärgert hat und wir darauf entsprechend reagieren. In der Regel jedoch führen diese Gefühle und Emotionen, vor allem wenn sie negativer Art sind, eher zu abbauenden Kräften in der physischen Welt. Häufig erfolgen sie aus gewissen Bindungen oder Gewohnheiten aus dem Organischen heraus. In diesen Fällen ist der Mensch dann das Opfer der Ereignisse. Lenken jedoch unsere eigenen Gedanken und Werte unser Wollen, dann führt dies in der Regel zu aufbauenden Wirkungen und Ereignissen in der Welt. Dieses Bewusstsein entwickelt sich dann frei von Bindungen, denn wahre Gedanken und Werte haben in der Regel keine Bindungen zur Folge. Der Mensch ist dann Gestalter der Ereignisse.



Dies ist auch möglich, wenn negative Ereignisse an den Menschen herankommen, er sich der Gefühle bewusst wird, dann jedoch nach eigenen Gedanken und Vorstellungen, die von Werten durchdrungen sind, sein Wollen nach außen gestaltet. Der Gestalter setzt immer an wahren Gedanken an und lässt sich nicht so sehr von Gefühlen und Emotionen zu Handlungen verleiten.

### Beziehung als aufbauende Kraft des Immunsystems

Wir sehen, es ist sehr wichtig, wie der Mensch seine Beziehungen zum anderen Menschen, zur Welt oder zu bestimmten Phänomenen, Gedanken oder inhaltlichen Dialogen aufbaut und gestaltet. In einem Fall wirken die Kräfte eher abbauend und schwächen in der Folge das Immunsystem; im anderen Fall wirken sie aufbauend und tragen zur Stabilisierung des Immunsystems bei.

***“Beziehungen zu Menschen, zur Welt, zur Phänomenen, zu Themen, Gedanken und inhaltlichen Dialogen führen zu aufbauenden Kräften im Immunsystem”. (Heinz Grill)***

### Zusammenfassende Ergebnisse

Wir haben gesagt, die Seele mit den Kräften des Denkens, Fühlens und Wollens entspricht unserem Bewusstsein. Lenken uns Fremdkräfte, werden wir zum Opfer; lenken uns Geisteskräfte, werden wir zum Gestalter. Das Gestalten setzt die Auseinandersetzung mit den Inhalten voraus. Nur dann, wenn das, was wir an Kräften aufnehmen, Informationen und wertvollen Inhalten entspricht, wirken sie aufbauend in uns. Sind es jedoch Suggestionen, Manipulationen oder Lügen, mit denen wir uns nicht auseinandersetzen, entwickeln wir immer mehr ein inneres Bild, das mit der äußeren, wahren Wirklichkeit nicht übereinstimmt. Die Auseinandersetzung schafft ein Bewusstsein, das sich stabilisiert und ausweitet. Das Bewusstsein entwickelt dadurch ein gutes Milieu. Ein gutes Bewusstseinsmilieu stärkt auch das Milieu unseres Immunsystems.



### Ein anregender Gedanke für eigene Überlegungen

Damit sind wir beim Abschluss angelangt und die Frage, die ich Ihnen gern als Anregung mitgeben möchte, ist:

***“Wieso stärken Beziehungen, zu Menschen, zur Welt, zu Phänomenen, zu Themen, Gedanken und inhaltlichen Dialogen das Immunsystem?”***

Ich freue mich, wenn Sie sich auch den nächsten Teil unserer Video-Serie anschauen und wünsche Ihnen bis dahin eine gute aufbauende und entwicklungsfreudige Zeit. Auf Wiedersehen.