



2.4.7 Geistige Empfindsamkeit

Bevor wir über geistige Empfindsamkeit sprechen, wollen wir sie von geistiger Offenheit abgrenzen.

Geistige Sinne

Der Mensch hat nicht nur 5 physische Sinne, sondern auch 5 geistige Sinne. Die mittlerweile wissenschaftlich erforschten Nahtoterfahrungen zeigen, dass beim Verlassen des physischen Körpers die 5 geistigen Sinne sofort aktiv sind. Beim Eintritt in den Körper sind sie jedoch wieder wie abgeschaltet.

Die Geistige Welt wird so genannt, weil wir sie nicht durch unsere fünf physischen Sinne wahrnehmen können. **Doch wir verstehen sie mit unseren fünf geistigen Sinnen. Menschen, die geistige Erfahrungen gemacht haben, beschreiben die Geistige Welt als so real wie die Welt unseres physischen Umfelds.**

[Sun Myung Moon](#)

Quelle

[Das Göttliche Prinzip](#)

S. 53 Abs. 1

Zitat im Kontext

[fünf geistige Sinne](#)

Sun Myung Moon erklärt, dass sich im Zustand der vollkommenen Geist-Körper-Einheit die geistigen Sinne öffnen werden.

Wenn sie (Geist und Körper) sich vereinen, dann habt ihr nicht fünf, sondern zehn Sinnesorgane. Ihr könnt dann die himmlische Geistige Welt sehen und sie verstehen. Jeder wird die Musik hören, die vom Himmel kommt.

[Sun Myung Moon](#)

Quelle

[Cheong Seong Gyeong](#)

S. 859 Abs. 4

Zitat im Kontext

[dann habt ihr nicht fünf, sondern zehn Sinnesorgane](#)

Geistige Offenheit

Das Öffnen der geistigen Sinne, sprich die Wahrnehmungsfähigkeit der Geistigen Welt, ist im noch unvollkommenen Zustand nicht erstrebenswert. Dadurch findet kein geistiges Wachstum statt. Es genügt, die geistigen Gesetze zu kennen und danach zu leben. Im unreifen Zustand ist es sogar gefährlich, wenn sich die geistigen Sinne öffnen.

Wenn Menschen im unreifen Zustand geistig offen werden, verlieren sie oft die

Bodenhaftung. Sie werden psychisch instabil und beeinflussbar.

Geistige Empfindsamkeit

Die geistige Empfindsamkeit ist etwas anders. Hier handelt es sich um eine Art geistige Wahrnehmung, die in Verbindung mit den physischen Sinnen stattfindet.

Da diese geistigen Wirklichkeiten im Körper schwingen und sich in physiologischen Phänomenen ausdrücken, können sie durch die fünf physischen Sinne erkannt werden.

Das gesamte Spektrum geistiger Empfänglichkeit eines Geistigen Selbst wird in der wechselseitigen Beziehung zum Physischen Selbst während des irdischen Lebens entwickelt.

[Sun Myung Moon](#)

Quelle

[Das Göttliche Prinzip](#)

S. 57, Abs. 4

Zitat im Kontext

[geistigen Wirklichkeiten durch die fünf physischen Sinne erkannt werden](#)

Die Erfahrung zeigt, dass konsequente Achtsamkeit die geistige Empfindsamkeit deutlich erhöht. Sie führt jedoch nicht direkt zu einer geistigen Offenheit.

Die Erhöhung der geistigen Empfindsamkeit entsteht durch das Erwecken des Geistigen Gemüts. Geistige Empfindsamkeit ist sehr erstrebenswert. Dadurch können wir die geistige Atmosphäre spüren, wir fühlen die Schwingung unserer inneren Haltung, wir empfinden die Atmosphäre und Freude, wenn wir uns mit geistiger Wahrheit beschäftigen. Zudem werden unsere geistigen Verlangen fühlbar und bewusst. Dies ist motiviert und fördert das Wachstum.

Im Gegensatz zur geistigen Offenheit, ist die Erhöhung der geistigen Empfindsamkeit ungefährlich. Ganz im Gegenteil, Achtsamkeit erdet und macht psychisch stabil.

Achtsamkeit aus der Sicht der 5 physischen und 5 geistigen Sinne

Die physischen Sinne nehmen jeden Moment wahr, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Dies können wir nicht abschalten. Auch wenn wir tagträumen, hören die Ohren die Geräusche der Umgebung.

In Achtsamkeit sind wir mit unserer Aufmerksamkeit bei den Sinnen. Wir sehen bewusst, was wir mit den physischen Augen sehen. So gesehen ist der Geist mit seinem Bewusstsein genau da, wo der Körper ist. Das Auge des Bewusstseins ist mit dem Auge des Körpers eins. Das Ohr des Bewusstseins ist mit dem Ohr des Körpers eins. Die Wahrnehmungen werden dadurch wesentlich intensiver empfunden.

Womöglich ist das der Beginn der Einheit der geistigen und physischen Sinne. Dadurch dass das Bewusstsein vollkommen mit der physischen Wahrnehmung eins ist, sind auch die geistigen Sinne an dieser Wahrnehmung beteiligt. Hierdurch können auch die geistige

innere Qualität und Schwingung mit den geistigen Sinnen wahrgenommen werden. Die physische Wahrnehmung wird also mit der geistigen Wahrnehmung ergänzt.

Zudem entsteht durch die verbesserte Einheit von geistigem und physischem Selbst mehr Resonanz im Geistigen Selbst.

Die Wahrnehmungsfähigkeit der Liebe

Die vielleicht wesentlichste Erfahrung, die man durch die Praxis der liebevollen Achtsamkeit macht, ist, dass sie die Wahrnehmungsfähigkeit der Liebe entwickelt. Wir können in noch so kleinen Dingen die Liebe Gottes fühlen. Dies hat vor allem mit der Aktivierung des Geistigen Gemüts und dem Öffnen des Herzens zu tun. Im Kapitel über das Gemüt und das Öffnen des Herzens wird das noch eingehend besprochen.

Durch Achtsamkeit werden die Empfindungen intensiver, wodurch wir lebendiger werden. Durch die liebevolle Haltung und die Dankbarkeit werden wir offener. Insekten und Spinnen werden zu kleinen, süßen Krabbeltieren. Der Schmutz in der Ecke beginnt zu leuchten. Das Grün eines Blattes verursacht ein tiefes Gefühl der Freude. Das Gefühl, eine Tasse in der Hand zu halten, überwältigt einen, da man mit jeder Zelle spürt, dass man lebt. Diese und noch viele andere Dinge habe ich im Hier-und-Jetzt-Bewusstsein erlebt.

Alles ist aus Liebe geschaffen und wir beginnen, uns dafür zu öffnen. Liebe ist nicht nur ein Gefühl, sie ist eine kosmische Kraft, die in allem steckt. Liebevolle Achtsamkeit öffnet uns dafür, dies auch wahrzunehmen und zu fühlen.

Source URL: <https://baum-des-lebens.org/node/111>