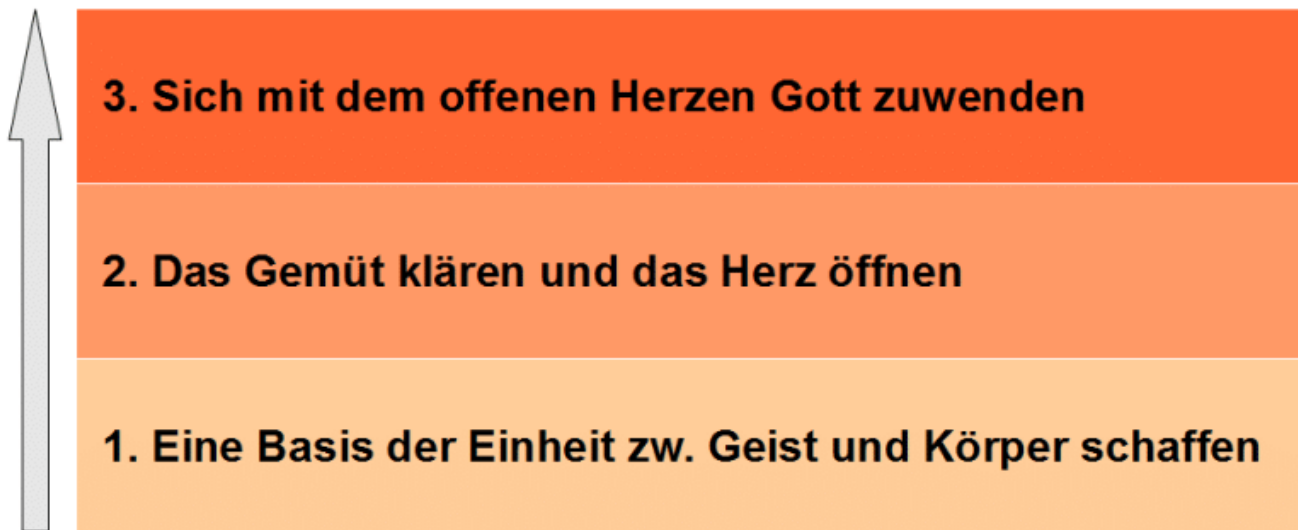




## 1.3 Drei Bereiche der inneren Arbeit

Unter dem Punkt "[Das Entwicklungsziel des Menschen](#)" wurden drei Prozesse angesprochen, die in der menschlichen Entwicklung vollzogen werden müssen.

Vereinfacht könnte man die 3 Prozesse der inneren Arbeit an der Entwicklung wie folgt formulieren:



### **1. Eine Basis in der Einheit von Geist und Körper schaffen**

Im Göttlichen Prinzip wird der Zustand eines vollkommenen Menschen als Geist-Körper-Einheit, ausgerichtet auf Gott, bezeichnet. Um zur vollständigen Geist-Körper-Einheit zu gelangen, sind das erfolgreiche Vollziehen der 3 Prozesse und die Praxis im Sinne des "[Flow der wahren Liebe](#)" nötig.

Dieser erste Prozess schafft lediglich eine Basis in der Beziehung zwischen Geist und Körper. Hier geht es vor allem darum, das Geistige Gemüt zu beleben, damit es wieder Subjekt des Physischen Gemüts werden kann.

Zuerst müssen wir lernen, **in uns selbst** Geist und Körper bzw. Geistiges Gemüt und Physisches Gemüt zu erkennen. Dann können wir an der Belebung unseres Geistigen Gemüts arbeiten, damit die geistigen Verlangen mit genügend emotionaler Energie wach werden. In diesem Zuge kann sich die Identifizierung mit dem Physischen Gemüt, dem Ego oder der gefallenen Natur auflösen und wir werden uns unserer Geistigen Realität bewusst. Für die praktische Arbeit an diesem Prozess sind das Studium geistiger Inhalte, Meditation und liebevolle Achtsamkeit hilfreiche Methoden.

### **2. Das Gemüt klären und das Herz öffnen**

Im zweiten Prozess wird das Gemüt geklärt und gereinigt, um wieder zu der Haltung des Ursprünglichen Gemüts zu finden. Die Haltung des Ursprünglichen Gemüts ist mit dem

Herzen, dem Kern des menschlichen Wesens, im Einklang. Diese Haltung beinhaltet z.B. Demut, Dankbarkeit, Offenheit und Hingabe. Mit dieser Haltung kann sich das Herz öffnen und aktiv werden. Ein aktives Herz wird natürlicherweise zum Zentrum des Gemüts, da es der Impulsgeber für die Aspekte des Gemüts (Verstand, Gefühle und Wille) ist.

Praktisch wird hier daran gearbeitet, die Barrieren des Herzens aufzulösen. Bei unserer Geburt waren wir offen und konnten dadurch die Liebe der Eltern empfangen. Da unsere Eltern und unser Umfeld nicht das passende Gegenüber für unser kindliches Herz waren, wurde es verletzt und enttäuscht. Daraufhin haben wir unser Herz verschlossen und Barrieren aufgebaut. Wir dachten womöglich, dass diese ursprünglich offene Haltung falsch oder zu schmerzhaft sei. Wenn wir heute erkennen, dass diese Haltung richtig war und nur die Umgebung nicht reif für unser ursprünglich offenes Wesen war, dann können wir zu dieser ursprünglichen Haltung wieder zurückkehren und diese Barrieren wieder abbauen. Das Öffnen des kindlichen Herzens ist die Basis für die Beziehung zu Gott und gleichzeitig die Basis für die Reifung des Herzens. Das Herz besitzt neben dem kindlichen Herzen auch die Bereiche des geschwisterlichen Herzens, des ehelichen Herzens und des elterlichen Herzens.

### **3. Mit dem offenen Herzen mit Gott in Kontakt treten**

Im dritten Prozess geht es um den direkten Kontakt mit Gott, dem Ursprung und Geist des Universums. Gott ist die Quelle der wahren Liebe, der Ursprung des Lebens. Die letztendliche Heilung und die Entfaltung des menschlichen Potentials kann nur durch wahre Liebe geschehen. Die wahre Liebe erleben wir in der Beziehung zu Gott.

Für nicht religiöse Menschen ist das meist sehr abstrakt und klingt wie eine Wunschfantasie. Das Problem ist, dass man die Realität Gottes erst erfassen kann, wenn man sie erlebt hat. Um sie jedoch zu erleben, muss man sich vorbereiten und aktiv mit dieser Realität in Beziehung treten. Wenn man sich das Konzept von Gott nicht zu eigen gemacht hat, wird man diese Schritte jedoch nicht vollziehen und Gottes Realität nie erleben. Darum ist der erste Schritt der Glaube. Das ist unabhängig von Religion oder Kirche. Wenn ein Sportler nicht daran glaubt, den Wettkampf zu gewinnen, dann wird er es auch nie erreichen. Er wird die Motivation und die Zeit für das nötige Training nicht aufwenden. Das Ziel und der Glaube stehen am Anfang.

#### **Wozu mit Gott verbinden?**

Ein nicht religiöser Mensch muss sich vielleicht zuerst über die Logik bewusst machen, warum sich der Aufwand lohnt. Wenn hinter dem physischen Universum ein Geist steht, wovon viele Naturwissenschaftler z.B. Albert Einstein überzeugt sind, dann sind wir Menschen aus diesem Geist heraus entstanden. Dieser Geist ist damit unser Ursprung. Er ist, vereinfacht gesagt, wie unsere Eltern.

Menschen, die ihre Eltern nicht kennen, machen sich irgendwann auf die Suche nach ihnen. Zuerst müssen sie daran glauben, dass sie Eltern haben. Das ist natürlich bei physischen Eltern sehr einfach, da bis jetzt noch niemand ohne Eltern geboren wurde. Die Sehnsucht und der Glaube, der diese Menschen antreibt, ist dem, was religiöse Menschen zur Suche nach Gott motiviert sehr ähnlich. Sie haben die innere Gewissheit, dass sie einen Ursprung haben und sehnen sich nach Kontakt mit diesem. Welche große Freude ist das Wiedersehen mit den Eltern! Dabei bleibt kein Auge trocken. Auch die Begegnung mit Gott geschieht nie ohne zutiefst berührt zu werden.

Verbunden mit dem Ursprung, sind wir wieder ganz. Wahres Glück kann in der Trennung von Gott nicht entstehen, da wir von den inneren Ressourcen abgeschnitten sind. Gott ist das wahre Gegenüber unseres kindlichen Herzens. Über unser kindliches Herz können wir die wahre Liebe Gottes empfangen. Die Beziehung zu Gott verbindet uns mit der Quelle des Lebens und der Liebe.

---

**Source URL:** <https://baum-des-lebens.org/entwicklungsziel/drei-bereiche>