1.8. Die Kraft der Gegenwart: Geist, Körper in Liebe vereint

Auf dem Pfad der Kontemplation bewegen wir uns in diese Richtung:

Wir wollen unser Bewusstsein und damit unser Herz für die Wirklichkeit öffnen.

Dazu müssen zuerst die Prozesse im Gemüt zur Ruhe kommen.

Im Prinzip geht es darum, dass sich das Bewusstsein unseres Geistes öffnet – oder, wie Sun Myung Moon es ausdrückt, das Geistige Gemüt erweckt wird.

Das Geistige Gemüt kann dann zum Subjekt über unser Gehirn und die psychischen Vorgänge in unserem Gemüt werden.

In einem solchen Zustand haben wir Zugang zu einer höheren Ebene des Denkens, die im Geistigen Gemüt ihren Sitz hat. Da das Geistige Gemüt untrennbar mit Gott verbunden ist, erhalten wir hier Zugang zu einer von Gott geführten Intuition.

Alles, wonach wir als religiöse Menschen streben – Demut, Dankbarkeit, innere Freude, ein Herz voller wahrer Liebe – entfaltet sich in diesem Zustand auf natürliche Weise.

Die geistige Realität eröffnet sich erst, wenn unser Bewusstsein in der physischen Wirklichkeit des gegenwärtigen Moments verankert ist.

Sie ist nicht durch Konzepte oder Fantasien über Geist und Gott zu finden.

Wahre geistige Entwicklung durch Verwurzelung in der Realität

Esoterische Praktiken versuchen oft, über Trancemethoden höhere Bewusstseinszustände zu erreichen.

Solche Ansätze können mystische Erfahrungen schneller hervorrufen, doch sie basieren nicht immer auf der Wirklichkeit. Oft spielt viel Fantasie eine Rolle.

Ich bestreite nicht, dass dabei geistige Phänomene auftreten können, doch besteht die große Gefahr, sich in einer mystischen Fantasiewelt zu verlieren. Man sammelt Erfahrungen, ohne in wahrer Liebe und im Herzen zu wachsen.

Viele verlieren die Demut und entwickeln Stolz auf ihre Erlebnisse – ein Gift für den geistigen Fortschritt.

Buddha war sich dieser Gefahr sehr bewusst, ebenso wie christliche Mystiker, die davor warnten.

Der Unterschied auf dem Weg der Achtsamkeit besteht darin, dass wir in der Wirklichkeit

geerdet bleiben. Selbst bei einfacher körperlicher Arbeit, wie etwa beim Putzen des Küchenbodens, können wir dem Erfahren von Gottes Präsenz näherkommen.

Die Praxis der Achtsamkeit schützt uns nicht zuletzt vor verfrühter geistiger Offenheit.

Gottes Liebe und Präsenz ziehen in unseren Körper ein. Die Geist-Körper-Einheit beschreibt einen Zustand, in dem wir mit der geistigen Realität durch den Körper eins geworden sind.

Nur wenn unser Geist im Körper angekommen ist, können wir wahre Nächstenliebe praktizieren.

Das ist es, was Jesus meinte, als er sagte, wir sollen zum Tempel Gottes werden.

Source URL:
https://baum-des-lebens.org/der-innere-weg/die-kraft-der-gegenwart-geist-koerper-liebe-vereint