



Die Seele

Was ist die Seele? Gibt es sie tatsächlich? Wie lässt sie sich charakterisieren, von niedrigeren Begehrensformen zum höchsten und freien ausstrahlenden Licht?

„Die Seele bildet, obwohl sie mit dem Körper verwoben und mit geistigen Fähigkeiten begabt ist, eine für sich stehende Einheit. Sie darf deshalb von Seiten des Körpers nicht interpretiert werden.“ (Heinz Grill, Meditationsbrief 315)

Wenn wir von diesem Zitat von Heinz Grill ausgehen, dann wird ein Gedankenbildeprozess notwendig, der sich von den alltäglichen Vorstellungen wahrscheinlich abhebt. Aus meiner eigenen Erfahrung in Gesprächen mit Ärzten, Therapeuten und allgemein im Dialog mit Menschen lebt nicht wirklich eine Vorstellung zu dem Begriff „Seele“. Es wird von Psyche und Gemüt gesprochen und durchaus auch davon, dass das Bewusstsein und somit die Seele ein Produkt aus dem Gehirn sei. Es wird erfasst, dass ein Wohlbefinden positive Auswirkungen auf den Körper hat und es werden Methoden entwickelt, die dieses Wohlbefinden fördern sollen. Im Gegenzug bilden Ängste und depressive Verstimmungen, Traumata und belastende, äußere Umstände schwächende und krankmachende Kräfte für die körperliche Organisation. Dieses Verständnis von Seele, im Sinne von Psyche und Gemüt, ist noch auf das Physische begrenzt. Das Gemüt bildet einen Teil der Seele aber nicht die ganze Seele. Eben dieser Teil möchte verwandelt werden, so dass die Seele wirklich zur Seele wird. Wie können wir das verstehen?

Einfachere Beschreibung:

Der Mensch spürt neben seiner Körperlichkeit, dass er eine Eigenwahrnehmung hat in Bezug seines Denkens, seiner Wunsch- und Willensregungen und seiner Gefühle und Emotionen. Ich denke, dass dies eine wahrnehmbare Tatsache für alle Menschen ist. Vertraut ist dem Menschen auch, dass er eine unbewusste und bewusste Region lebt. Die genauen Zusammenhänge, was sich im Unbewussten abspielt und aus dieser Region gesteuert wird, ist weniger bis nicht bekannt.

Der Mensch kann erkennen, dass einer bewussten Handlung ein Gedanke mit Vorstellungsbildern vorausgeht und dadurch der Wille bewusst ergriffen werden kann. Die begleitenden Gefühle entwickeln sich aus der Sache heraus und können das gedankliche und willentliche Durchhaltevermögen steigern. Geführt wird dieser Prozess aus einem „Ich-Gefühl“ heraus, das vielleicht auch noch recht egohaft geprägt sein kann. Beispielsweise will der Mensch eine Sprache erlernen, meldet sich bewusst in einer Sprachschule an und plant sich ganz gezielt tägliche Übungseinheiten ein.

Im Gegenzug hat jeder schon erfahren, dass ein Begehren und die damit verbundenen Emotionen das Denken „herabziehen“ und eine Handlung nicht aus dem Bewusstsein geführt wird,



sondern aus den unbewussten Strömen. Beispielsweise kann ein Mensch tief in sich die Angst tragen ausgegrenzt zu werden und führt deshalb eine Handlung aus, weil es alle Freunde, Familienmitglieder, Bekannte und Unbekannte machen und die Medien es zusätzlich propagieren. Obwohl die Logik nicht zu erkennen ist, bleibt die Angst vor Ausgrenzung führend und beeinflusst das Denken zu unlogischen Vorstellungen und Handlungen.

Erkennbar wird, dass das Gefühlsleben vermittelnd wirkt zwischen Denken und Wollen, so wie die Seele selbst mit ihrem klaren Bewusstsein vermittelnd wirkt zwischen Logik und Handlung. Die Seele kann aus unbewussten und bewussten, gebundenen und ungebundenen - oder anders ausgedrückt - dunkleren und lichterem Teile bestehen. Die Führungsinstanz ist das individuelle Ich des Menschen.

Um diese Seele als eine für sich selbst stehende Einheit erfassen zu können, braucht es den Gedanken, dass sie nicht physischen Ursprungs ist und somit kein Produkt aus dem Gehirn ist. Im Gegenteil, die Seele benutzt das Nervensystem, um sich über das Bewusstsein, Halbbewusstsein und Unterbewusstsein bemerkbar zu machen. Die Seele ist nicht sichtbar und doch wahrnehmbar.

Das Nervensystem ist der physische Träger des Bewusstseins und somit der Träger der Seele. Über die unbewusste Willensstruktur, die zudem eine weite, ausstrahlende Kraft der Seele darstellt, wird der schöpferische, der geistige Wille über das **autonome Nervensystem** wirksam, denn die ganzen Stoffwechselvorgänge werden über diesen geistigen Willen gesteuert. Wenn das Nervensystem durch eine übersteigerte intellektuelle und emotionale Tätigkeit gestört ist, kann der natürliche „Stoffwechselwille“ nicht optimal arbeiten und die Folgen sind Krankheiten, Erschöpfung und Schwächung des Immunsystems. Bewertungen oder Urteile, die dem Eigenen und nicht den Realitäten entsprechen wirken ebenfalls störend – nicht nur nach innen, sondern auch auf die Seelen der Mitmenschen.

Ersichtlich wird nach diesen Ausführungen, dass die Seele sich erweitern möchte zu höheren, lichten und bewussten Anteilen, die objektiv und klar sind, einer geistigen Logik und einem geistigen Willen entsprechen. Sie möchte geführt werden aus einem individuellen Ich, das sich zu höheren Werten ausrichtet, mit Hilfe des bewussten Studierens, diese erfasst, erkennt und fühlt, so dass der eigene Wille für die Umsetzung der neuen Erkenntnisse eingesetzt werden kann. Man könnte sagen, dass diese Seelenstruktur dazu führt, dass die Psyche und das Gemüt sich neu strukturieren und regelrecht lichter werden. Begehrenstribe verlieren an Kraft und werden verwandelt in ein Willensstreben nach wahren Inhalten, welches nicht nur das Materielle bedient. Die Gefühlswelt erhält eine Bereicherung durch Empfindungen, die neu hinzukommen und nicht den bisherigen Emotionen entsprechen. Das Denken wird klarer und objektiver, fähig zur Konzentration und zur bildhaften, logischen Vorstellung.

Die Seele ist eine eigene Dimension und fachspezifisch spricht man von einer astralen Dimension. Die Seelen stehen miteinander in wirklicher Beziehung durch die Empfindungsebene, die inhaltlich geprägt und frei vom Gemüt ist. Die Seelen der Verstorbenen stehen einerseits mit den Seelen der Menschen über diese Empfindungsebene in entwicklungsfreudiger Beziehung als auch über die Bindungsstruktur der Emotionen und des Gemütes in hilfeschender Absicht.



Diese Sicht ist anspruchsvoller und erfordert ein tieferes Interesse, um dies erfassen und in Vorstellungen führen zu können.

Als Fazit zeigt sich, dass für die Entwicklung der Seele mit förderlicher Wirkung auf das eigene Ich und den Körper durchaus eine Schulung und ein Bewusstseinstaining günstig sind. Sowohl Rudolf Steiner als auch Heinz Grill haben Übungen für die Seele entwickelt, die eine Anregung geben, wie die niederen Begehrensformen der Seele in höhere, lichtvolle Willensstrukturen verwandelt werden können und die Seele sich zu einem freien und hohen ausstrahlenden Licht ausbilden kann.

Es ist dieses gesunde Leib-Seele-Verhältnis mit der Kraft der Unterscheidungsbildung zu seelischen Vorgängen, die eine wesentliche Bedeutung für die Zukunft haben. Ein warmherziges Bewusstsein, ohne Selbstaufgabe und Abhängigkeiten, mit Verantwortung- und Ehrgefühl und einem zielgerichteten Willen ist das Bild des friedvollen, zukünftigen Menschen. Wie können wir uns das vorstellen?

Es folgen:

Erweiterte Beschreibung zur Seele Teil 2

Fachspezifische Beschreibung zur Seele Teil 3

Anmerkungen:

- 1) Bei Interesse für die Meditationsbriefe von Heinz Grill kann bei meditationsinhalte@mail.de angefragt werden.
- 2) Heinz Grill, Buch „Übungen für die Seele“
- 3) Rudolf Steiner, Buch „Die Nebenübungen – Sechs Schritte zur Selbsterziehung“