



Arbeitskultur  
Zukunft

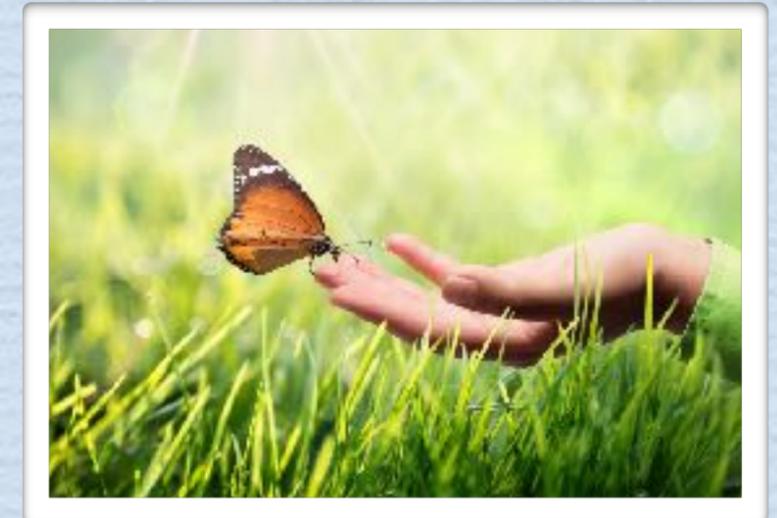
# Die spirituelle Heilkunde und ihre praktische Anwendung im Leben

Ergänzung Teil 2: Was bedeuten die Begriffe "Konsum" und "Materialismus"?

# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Natur

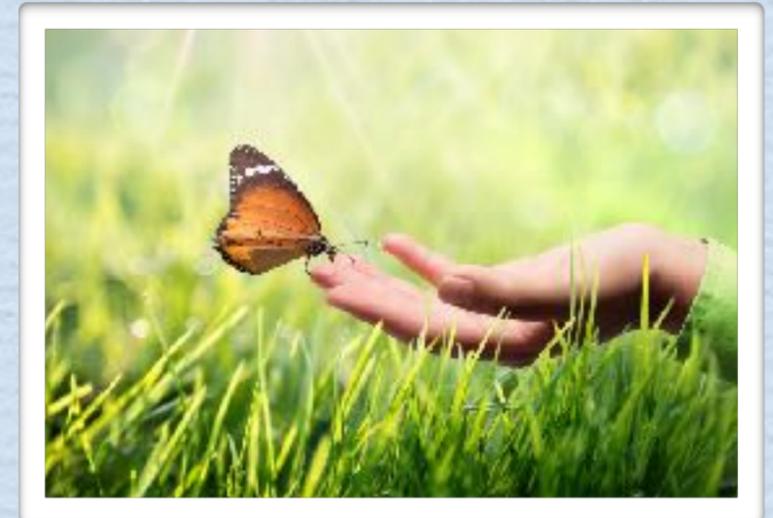
- Wir wissen, wie wohltuend, erholend und erfrischend der Aufenthalt in der Natur sein kann.
- Welche Gedanken und Motive begleiten uns beim Aufenthalt in der Natur?
- Nehmen wir ihre Schönheit bewusst wahr oder joggen wir achtlos an den Pflanzen und Bäumen vorüber?
- Dient der Aufenthalt in der Natur nur dem eigenen gesundheitlichen Wohlbefinden – und damit dem Konsum-/Nutzprinzip?
- Dann wirken wir auf die Natur abbauend und belastend.



# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Natur

- Wir können auf die Natur erbauend, wohltuend wirken, wenn wir die Bäume und Pflanzen freilassend betrachten – ohne Erwartungshaltung.
- Z. B. bei einer Pflanze die Form und Struktur der Blätter anschauen oder wie sich das Licht an der Pflanze zeigt, welche Farbe die Blätter im Frühjahr haben, welche im Herbst?
- Dadurch werden die wertvollen Ätherkräfte freigesetzt und wir nehmen eine Art "Verdunkelung" von der Pflanze hinweg, sie wirkt lichtvoller.



# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Nahrung

- Welche Gedanken begleiten uns bei der Auswahl und Zubereitung einer Mahlzeit?
- Treibt uns der Hunger zu einem schnellen Essen oder das Begehren zu einer bestimmten Speise?
- Lassen wir beim Schnippeln des Gemüses das Kritik-Gespräch mit der Führungskraft Revue passieren, begleitet uns die unschöne Auseinandersetzung mit dem unzufriedenen Kunden oder überlegen wir, was wir morgen unbedingt erledigen müssen?



# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Nahrung

- In solchen Fällen kann es passieren, dass das Gemüse eher aussieht, als hätten wir Holz gehackt, anstatt ein harmonisches Gesamtbild zu erzeugen.
- Wir sind mit unseren Gedanken oft nicht bei dem, was wir tun – es geschieht Vieles unbewusst.
- Damit folgen wir wieder dem Konsum-/Nutzprinzip.
- Dies wirkt sich auch auf die Nahrung aus – man kann es nicht nur schmecken, sie kann auch unverträglich sein.



# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Nahrung

- Stattdessen könnten wir überlegen, für wen wir kochen, ob diese Personen leichte oder schwere Arbeit verrichten, ob wir für ältere Menschen oder Kinder oder Jugendliche kochen.
- Und dann die geeigneten Nahrungsmittel entsprechend auswählen.
- Bei dieser aktiven Gedankenbildung und Auseinandersetzung können wir nicht "nebenbei" das Essen zubereiten.



# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Nahrung

- Wir könnten uns auch vornehmen, gedanklich bei der Tätigkeit zu verweilen, die wir im Moment ausführen und die Nahrungsmittel bewusst wahrnehmen.
- Welche Farbe haben sie, wie ist ihre Form, der Geruch, der Geschmack?
- Auch können wir die Gedanken erweitern auf die Personen, die die Nahrung erzeugt haben und uns fragen, wie viel Arbeit, Pflege und Geduld notwendig waren, um das Nahrungsmittel herzustellen.





*„Lichtvoll entgegenkommende Speisen mit einer feinen inneren Wärmequalität wirken heilsam.“*

Sigrid Königseder, Website "Heilsame Ernährung"

<https://www.heilsame-ernaehrung.de/>

# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zur Nahrung

- Nicht allein die hochwertige Qualität eines Nahrungsmittels, wirkt heilsam auf den Menschen.
- Jeder Einzelne kann die Qualität der ausgesuchten Nahrungsmittel durch gedankliche Auseinandersetzung mit dem Nahrungsmittel anheben.
- Dies ist eine seelische Aktivitätsleistung, die Ätherkräfte erzeugt.



# Beispiele für Konsum

## Beispiel: Beziehung zum Essen

- Dies gilt natürlich auch für die Nahrungsaufnahme.
- Nehme ich die harmonische Anordnung der Speisen wahr?
- Erkennen ich bereits am Duft einzelne Gewürze?
- Welche Gewürze und Kräuter schmecke ich?
- Führe ich harmonische Tischgespräche indem ich mich für die Personen am Tisch interessiere – was bewegt sie, wie war ihr Tag?
- Empfinde ich Dankbarkeit für die Personen und Wesen, die an der Herstellung und Verarbeitung dieser Speise beteiligt waren?



# Der Materialismus lebt vom Nutz- und Konsumprinzip

## Materielle Abhängigkeit

- Verfolgt ein Mensch ausschließlich egoistische Ziele, geht es ihm hauptsächlich um sein eigenes Gewinnstreben, existiert für ihn nur das, was er mit seinen 5 Sinnen wahrnehmen kann, dann wird er sein Leben so gestalten, dass er den größten Nutzen für sich daraus ziehen kann.
- Der Egoismus treibt ihn dann immer weiter in den Konsum und in die materielle Abhängigkeit.



# Der Materialismus lebt vom Nutz- und Konsumprinzip

## Materielle Abhängigkeit

- Er schließt damit die geistige Welt, geistige, universelle Werte sowie den Entwicklungsgedanken zu einem wahren Menschsein aus.
- Somit schädigt er nicht nur sich selbst, sondern auch sein Umfeld sowie die nachtodliche und geistige Welt.





# Zukunftsperspektive

## Ideen für eine mögliche Zukunftsperspektive

- In Teil 4 – "Zehn Lernschritte zur Entwicklung der wärmebildenden Lebenskraft" – Schritt 2 habe ich als Beispiel für die Umsetzung eines Gedankens ins praktische Leben eine Yoga-Übung vorgestellt.
- Je nachdem, wie die Übung ausgeführt wird, welche Gedanken- und Bewusstseinsinhalte in die Übung hineingelegt werden, werden Lebenskräfte erzeugt oder die Übung hat nur eine rein körperliche und materielle Bedeutung.



# Zukunftsperspektive

## Ideen für eine mögliche Zukunftsperspektive

- Es besteht ein Unterschied zwischen seelisch-geistigem Aktivsein und einer konsumierenden Lebenshaltung.
- Die Übung lässt sich mit den in dem Beispiel erwähnten Bewusstseins-Inhalten ausführen und halten, oder mit Blick auf die gesundheitsfördernden Aspekte.
- Im ersten Fall werden durch das seelisch-geistige Aktivsein die Ätherkräfte gestärkt, im zweiten Fall dient die Übung nur dem materiellen Konsum- und Nutzprinzip.



# Zukunftsperspektive

## Ideen für eine mögliche Zukunftsperspektive

- Die Gedanken, die wir in die Übung hineinlegen, strahlen auf unseren Körper zurück und wirken aufbauend für uns selbst und unsere Umgebung.
- Ähnlich wie wir die Gedanken bei der Yoga-Übung lenken können, so dass sie zu einem Aufbau führen, können wir die Verrichtungen des Alltags danach ausrichten – sei es die Art und Weise, wie wir unsere berufliche Arbeit ausüben, wie wir die Zusammenarbeit im Team und mit den Kunden gestalten, wie wir die Natur betrachten, oder auch eine Mahlzeit zubereiten und Vieles mehr.







*„Die Haltung, die den Konsum übersteigt und zu einer tätigen Auseinandersetzung in beziehungsaktiver Hinwendung entflammt, bewirkt eine Wärmesteigerung im Menschen.“*

Heinz Grill

# Die spirituelle Heilkunde und ihre praktische Anwendung im Leben – Ergänzung

Ich bedanke mich für Ihr Interesse und wünsche Ihnen eine gute gedankliche Auseinandersetzung bei Ihren Tätigkeiten, so dass Sie heilsame Ätherkräfte freisetzen können.

