Donnerstag, 18. Juli 2019, 12:00 Uhr
~6 Minuten Lesezeit

Wege zur Freiheit

Wir sind den Belastungen und Überforderungen unserer Zeit nicht hilflos ausgeliefert.

von Waltraud Lang
Foto: Viktor Gladkov/Shutterstock.com

Unsere Zeit ist geprägt von materiellem Wohlstand, Wirtschaftswachstum, Luxusgütern und hohem Bildungsniveau. Die Fortschritte der Wissenschaft und Technologie sind bemerkenswert. Doch geht es den

Menschen wirklich gut? Leistungsdruck und Reizüberflutung lasten auf fast allen und bringen verschiedene Krankheiten des Körpers und des Gemüts hervor: Ängste, Burnout, Sinnverlust und Einsamkeitsgefühle. Doch es gibt Möglichkeiten, sich diesen negativen Einflüssen zu entziehen: Geistesschulung, der Versuch, Freiheit und Unabhängigkeit in sich selbst zu finden. Die Autorin fand eine wertvolle Anregung in Heinz Grills Schulungsweg „Der neue Yogawille“.

Aktuelle Situation

Ich sehe die Überforderung und den Leistungsdruck in den Betrieben, die zu psychischen und physischen Krankheiten führen. Wie oft höre ich von Burnout, von Panikattacken, Zwängen, Ängsten und Depressionen. Herzerkrankungen, Krebs und unerklärliche Schmerzanfälle treten vermehrt auf. Die Überlastung von Körper und Nervensystem, die ständige Reizüberflutung durch Werbung und Medien sowie der falsche Umgang mit jeglicher künstlicher Intelligenz führen zu Beziehungsarmut, und die wahren seelischen Empfindungen werden durch Emotionalität erdrückt.

Soziale Kälte breitet sich aus, Werteverfall und Sinnlosigkeit zeichnen so manches Leben. Hebt der Einzelne, trotz seiner Last, dennoch den Blick und schaut in die Welt, so sieht er Krieg, Armut, Hunger und Grausamkeit. Die Kirchen mit ihrem Wahrheitsanspruch und Dogmatismus glänzen mit Inhaltslosigkeit und totalem Versagen.

Ich finde es nicht verwunderlich, dass so mancher seine Schwere

und Traurigkeit kompensieren muss mit Alkohol oder Drogen, mit Sex oder Kaufrausch. Nicht selten beobachte ich auch den übertriebenen Ehrgeiz im Studium, beim Sport oder in der Kunst, um das verminderte Selbstbewusstsein zu stärken. Andere geben sich absolut passiv einer Religionsausübung hin, stellen sich unter eine Autorität und überlassen dieser die Führung des Lebens. Manche können ihre Lebenskraft nur noch in Gruppen und Gemeinschaften aufrechterhalten, andere gehen in den vollkommenen Lebensrückzug und vereinsamen.

> ***Mir ist klar geworden: Den Menschen geht es gar nicht gut. Die meisten sehnen sich nach Frieden, Liebe, Harmonie, leiden aber unter der Unersättlichkeit und Habgier der nach Macht strebenden Menschen.***

Lügen, Suggestionen und Manipulationen werden zur Lenkung der Menschen eingesetzt, und Kriegstreiberei, Verleumdung und Erniedrigung sind an der Tagesordnung. Die Grundgesetze werden missachtet und die Würde des Menschen existiert in vielen Fällen nicht mehr.

Was kann den Menschen wieder Sinn und Inhalt im Leben bieten?

Es gab und gibt immer noch Strömungen, die auf die Entwicklung des Menschen setzen. Diese beziehen auch die feinstofflichen Welten mit in das irdische Leben ein. Durch seriöse Forschung wissen sie von den geistigen Gesetzen. Was früher in den Geheimschulen gelehrt wurde, ist heute für jedermann zugänglich. Sowohl indische Weise wie Sri Aurobindo und Shivananda, als auch im Westen Christian Rosenkreutz, Rudolf Steiner und Heinz Grill haben erkannt, dass der Mensch in seinem wahren Ich ein geistiges Wesen ist, und zeigen Wege auf, wie sich der Mensch dessen

bewusst werden und dadurch sein Leben formen, gestalten und lenken kann. Er ist keinesfalls hilflos den destruktiven Kräften ausgesetzt.

Eine geistige Schulung fördert im hohen Maße die Individuation, Unabhängigkeit, Selbstbestimmung und Freiheit des Menschen und steht für hohe Werte, Wahrheit und Verbindung. Diese Wege fordern den Menschen zum eigenständigen, freien Denken auf, zu einem wahren Empfinden und freien Willen. Hat der Mensch die Kraft, sich auf sein wahres Wesen zu besinnen, so ist er durchaus fähig, hohe Ziele zu verwirklichen.

Ich hatte das große Glück, den Geistforscher und Begründer des Geistschulungsweges „Der neue Yogawille“, Heinz Grill, kennenzulernen. 1960 in Oberbayern geboren, hatte er schon als Kind eine intensive Verbindung zur Natur und zu den Bergen. Das Klettern im Alleingang schon in jungen Jahren war für ihn nie ein sportliches Bezwingen des Berges, sondern ein bewusstes, wahrnehmendes und verbindendes In-Beziehung-Treten mit der Materie.

Heinz Grill, der inzwischen viele Erstbesteigungen und neue Routen am Berg geschaffen hat, ist auch Heilpraktiker und Yogalehrer. Seine zahlreichen Bücher, seine Vorträge und Seminare weisen stets auf Individuation, Freiheit, Verantwortung, eigenständiges Denken und Selbstbestimmung des Menschen hin. Es handelt sich um eine zeitgemäße Spiritualität, die auf klaren Gedanken und Erkenntnissen basiert und das Ich des Menschen bewusst machen kann, so dass dieses schließlich die Lebensbedingungen, Naturbedingungen und sogar die politische Weltenlage positiv beeinflussen kann.

Bemerkenswert sind bei diesem Schulungsweg unter anderem die besondere Schönheit und Ästhetik der Yoga-Asanas, die aus einem Gedanken, einer Vorstellung geformt werden, so dass diese einen

Ausdruck bis in den Körper gewinnen. Doch umfasst die Forschungsarbeit von Heinz Grill viele Bereiche des Lebens wie den sozialen Prozess, Medizin, Ernährung, Natur, Pädagogik, Wirtschaft, Kunst und Architektur, Seelsorge für die Verstorbenen, Kennenlernen der geistigen Welten. Meine persönlichen Begegnungen mit Heinz Grill finden auf einer sehr natürlichen Ebene statt, sachlich, aufbauend und oft auch humorvoll. Er ist mir zum guten Freund geworden.

Gegenkräfte in unserer Gesellschaft

Der reife, bewusste und selbstbestimmte Mensch, der sich auf einem geistigen Schulungsweg zunehmend entwickelt, wird aber weder von den Kirchen noch von Politik und Wirtschaft gewünscht.

> ***Es herrscht in diesen Kreisen eine große Angst vor Machtverlust, Angst, dass Missstände, Lüge, Manipulation ans Licht kommen, dass sie die Menschen nicht mehr nach ihrem eigenen Gutdünken lenken und leiten können.***

Und so werden Personen wie Heinz Grill, die die Individuation und Freiheit des Menschen fördern wollen, die neue Gedanken und Anschauungen bringen, aufs Übelste angegriffen, verleumdet und beschimpft. Man denke nur, wenn man in der Geschichte zurückgeht, an die Hexenverfolgung im Mittelalter mit Folterung, Verurteilung und Verbrennung, an die Vernichtung der Templer, das Urteil über Kepler und Galilei.

Heute arbeitet man mit Verleumdung und Rufmord. Auch Rudolf Steiner und die Anthroposophie werden immer wieder diffamiert. So gesehen reiht sich Heinz Grill in die Reihe von heute hochgeachteten Persönlichkeiten ein. Nur finde ich es gar nicht lustig, wenn Menschen mit Lügen und Unwahrheiten beleidigt

werden, wenn ihnen Sektentum, Guruhaftigkeit und Schlimmeres unterstellt werden, nur um sie zu vernichten. Die heutige Inquisition mit ihren Sektenreferenten sprechen uns Menschen die eigene Gedanken- und Entscheidungsfähigkeit ab. Sie maßen sich an, den einzig richtigen Weg für alle zu bestimmen und verweigern sogar jeglichen Dialog mit dem Geistforscher.

Der bewusste Mensch kann das Leben selbst formen

Ich aber sage, der Mensch ist weder dumm noch unmündig, und er kann sehr wohl alleine entscheiden, was er erforschen oder glauben will. Hinter diesem Geistschulungsweg steht weder ein zentralistisches System noch eine Weltanschauung oder Konfession. Er ist eine Möglichkeit, Alltag und Spiritualität zu verbinden, führt also nicht in abgehobene Weltenferne, sondern ertüchtigt den Menschen, das Leben eigenständig und verantwortungsvoll zu führen und zu formen. Nur das eigene Interesse, das eigene Denken und Forschen im eigenen Tempo sind relevant. Die Erkenntnisse sämtlicher Geistforscher sind allen Menschen zugänglich, ob Hindu, Moslem, Jude, Christ oder Atheist.

Aus Erfahrung kann ich sagen, dass die Arbeit mit diesen Gedanken das Leben sehr erweitert — das Schöne unserer irdischen Welt und die Erhabenheit und Liebe der geistigen Welten werden immer deutlicher wahrgenommen. Doch auch jene, die sich fest an Altes klammern, die Scheuklappen nicht ablegen und auch jeden anderen Blickwinkel verweigern, sind weder zu kritisieren noch zu verurteilen, denn jeder Mensch hat das Recht, sich frei zu entscheiden. Sie sollen aber doch endlich auch den nach Erkenntnis strebenden Menschen frei gewähren lassen!

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.

Waltraud Lang, Jahrgang 1957. Neben ihrer langjährigen Tätigkeit als Arzthelferin studierte sie in Regensburg Musik. In den letzten Jahren veröffentlichte sie zwei Kinderbücher: „Sira das Spinnenkind“ und „Das Seidenband“. Seit vielen Jahren leitet sie Yogakurse und studiert sie intensiv die Geisteswissenschaft von Heinz Grill und Rudolf Steiner.

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz** (**Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.