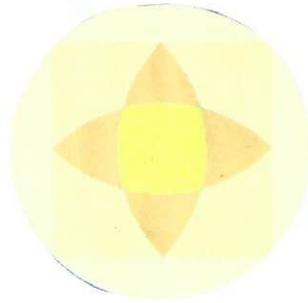


# *Arbeitskonzept*

## Sinnvolle Zielperspektiven für das Jahr 2021



Wie soll mein Lebensgang für die kommende Zeit weitergehen? Welche Werte sind mir für die Gemeinschaft wichtig? Was möchte ich selbst an neuen Werten schaffen? Welche Themen haben mich schon immer interessiert?

Mit solchen oder ähnlichen Fragen entstehen kreative Impulse, die den Einzelnen immer wieder über sich hinauswachsen lassen. Es können mit dem Interesse an neuen Themen, ethischen Werten und an Menschheitszielen Verwandlungsprozesse entstehen, die neue Fähigkeiten und eine wachsende Charakterbildung hervorbringen. Ich selbst empfinde das als eine große und freudige Perspektive. Mit diesem Script möchte ich euch eine Hilfestellung geben, damit Ihr eigenständig zu eurer persönlichen Zielperspektive gelangen könnt.

In unserer Zeit ist es vielen Menschen nicht bewusst, wie wertvoll es ist, sich zu persönlich ausgewählten Zielen und Idealen aufzurichten. Weiterhin ist es sicherlich auch sehr ungewöhnlich, den Mut zu fassen, diese Ideale im Laufe der Zeit durch aktive Auseinandersetzung und kreative Vorstellungsbildung in einer selbst entschiedenen Disziplin umzusetzen. Diese eigenständige Aktivität stärkt die Ich-Kraft (und damit auch das Immunsystem) des Menschen; er kann sein Leben bewusster gestalten und es freier von äußeren Einflüssen weiterführen.

Es gibt bestimmt viele Möglichkeiten und Methoden zur Ausarbeitung von Zielen. Mit diesem Konzept möchte ich *eine* Anregung geben, die man natürlich selbstständig erweitern kann. Es ist eine Dreigliederung des Menschenbildes zugrunde gelegt, durch die eine Gliederung der Ziele möglich ist. Diese Gliederung in drei Ebenen besteht aus der irdische/körperlichen, der seelisch/bewussten und der geistig/gedanklichen Ebene. Mit diesen werden die Zielvorstellungen in eine universale Ordnung geführt, die unserem Leben innewohnt.

### Zu Beginn will ich gleich mal einige praktische Tipps geben:

1. Lest euch dieses Script am besten einmal komplett durch (ohne gleich anzufangen oder es wegzulegen).
2. Es ist günstig, Eure Gedanken und Ideen dazu schriftlich festzuhalten. Ich nehme dazu immer ein Notizheft, in dem ich das ganze Jahr über auch Eintragungen zu den Themen mache.
3. Es wäre gut, für einen bestimmten Zeitraum gedanklich bei diesem Thema zu bleiben, wiederholt die Ausführungen zu lesen und darüber nachzudenken.
4. Lasst euch Zeit, denn aus eigener Erfahrung weiß ich, dass erst im Laufe der Tage und Nächte die eigenen Wünsche, Ideen und Ideale konkreter werden.
5. Schaut in die Welt - oder anders ausgedrückt - auf die Notwendigkeiten der Menschheitsgemeinschaft. Es gibt Ziele, die für alle Menschen eine Notwendigkeit darstellen und die eine Weiterentwicklung schenken.
6. Falls dazu Fragen entstehen, könnt ihr gerne auf mich zukommen.

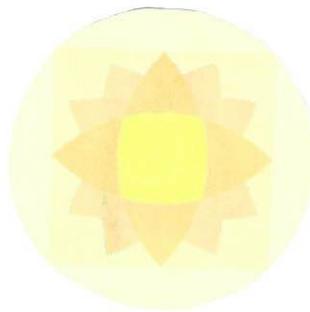
## In welchen Beziehungsfeldern stehe ich?

Am Anfang empfehle ich euch, sich eine Vorstellung zu machen, in welchen Beziehungsfeldern ihr steht. Das ist sehr interessant und meistens ist man auch sehr erstaunt, wie vielfältig und weit die Beziehungen gehen. Dazu habe ich euch eine Grafik (Anhang 1) erstellt, die ihr verwenden und auch weiter ausführen könnt. All diese Beziehungsfelder wirken auf Euer Leben und ebenso wirkt ihr in diese Beziehungsräume hinein. Damit wird es deutlich, dass Eure Ziele auch immer auf diese Beziehungsfelder wirken und jeder Mensch eine nicht unbedeutende Wirkung auf die soziale und gesellschaftliche Kultur hat.

Im Folgenden werde ich die Charakteristik der o.g. drei Ebenen skizzieren. (Ich erhebe hier nicht den Anspruch auf Vollständigkeit). Außerdem werde ich eine Unterscheidung der Qualitäten von möglichen Zielen darstellen. Danach folgt ganz praktisch, wie sich aus dem richtigen Zusammenspiel der drei Ebenen etwas Neues entwickelt. Mit einigen Fragestellungen am Schluss soll dann Euer eigener kreativer Prozess angeregt werden. Man kann hier bei Bedarf natürlich weitere evtl. auch persönlichere Fragen dazunehmen.

## Drei Dimensionen, in denen sich das menschliche Leben bewegt:

1. Die irdische, sichtbare Ebene kann man auch mit dem Begriff „materielle Ebene“ bezeichnen. Die Erde und auch der Körper, der aus den Stoffen der Natur gebaut ist, gehören dazu. Es ist die Ebene der Erscheinung, der Manifestationen. Alle sichtbaren Erscheinungen sind immer das Endprodukt, das Ergebnis eines vorausgegangenen, seelisch-geistigen Prozesses. Der Mensch kann mit seiner seelisch-geistigen Aktivität neue Ideen denken und neue sichtbare Formen schaffen. Dadurch verwandelt und erneuert er die Materie.
2. Die Seele ist vermittelnd zwischen der geistigen und der materiellen Ebene wirksam. Sie ist die Ebene der Beziehung und dem tiefen Empfinden des Lebens. Die Seele kann auch mit dem Begriff Bewusstsein gleichgesetzt werden. Wir kennen die sogenannten Seelen- oder Bewusstseinskräfte: das Denken, das Empfinden und den Willen. Damit sind für jeden Menschen Instrumente angelegt, die er schulen und nutzen kann. Die Seele will sich immerfort weiter ausdehnen und in Beziehung zu den Mitmenschen und zu neuen Lebensdimensionen treten. Hier finden die empfindsamen Erkenntnisse statt; sie stellen eine Bewusstseinsweiterung im Empfinden und im Erfahren von Neuem dar.
3. Die geistige Ebene ist die Dimension der Gedanken und damit die Ebene der Entwicklung. Platon spricht vom Reich der Ideen, die zeitlos sind. Diese Ideen tragen eine universale Logik in sich, die für die ganze Schöpfung gültig ist. Die Mathematik, die Physik, die Musik u.a. sind auf dieser Logik aufgebaut. Alle Erscheinungen und Werke, die in sich diese universale Logik tragen, erleben wir als stimmig, ordnend und sogar heilsam. Diese Ideen - aus dem sog. schöpferischen Reich der Gedanken - wollen durch den Menschen entdeckt, gedacht und manifestiert werden.



## Es gibt verschiedene Qualitäten von Zielen:

### Die Konsumziele

Werden wir nach unseren Wünschen gefragt, wissen wir oft schnell, was wir noch brauchen: ein neues Auto, höheren Lohn oder eine exotische Reise u.s.w.. Hier sind wir noch in den sog. Konsumzielen, die von der Werbung beständig aktiviert werden. Es ist nun ganz natürlich, dass wir unsere materiellen Bedürfnisse stillen wollen. Es wäre aber zu arm für die Persönlichkeit, wenn sie nur bei diesen Bedürfnissen stehen bliebe. Wir sind durch die materialistisch geprägte Kultur stark auf Leistung/Arbeit und Gewinn/Konsum trainiert. Durch diesen Umstand prägt sich unser Werteempfinden hauptsächlich in diesem Bereich aus.

### Sinnstiftende Ziele

Dem Leben einen Sinn geben, heißt für mich, dass man sich aus der Konsumorientierung herausnimmt und selbst entschieden bestimmte Werte, Tugenden und Themen aufgreift:

Es sind dies Werte, die wir gut, sinnvoll und erstrebenswert finden (z.B. die Entwicklung von Beziehungsfähigkeit, Empathie, Toleranz oder Aufrichtigkeit u.s.w.). Diese Werte könnten wir uns zur Entwicklung vornehmen. Sie eröffnen zu seelischen Qualitäten einen neuen Sinn und wir vertiefen uns in die Fragen des ethisch-moralischen Lebens. Um sich mit diesen Qualitäten tiefer zu beschäftigen, kann man u.a. das Buch „Die Seelendimension des Yoga“ von Heinz Grill oder auch „Metamorphosen des Seelenleben“ von Rudolf Steiner, ebenso Ausarbeitungen von Friedrich Schiller, Johann W. Goethe oder anderen Philosophen heranziehen.

Sich in einem Fachgebiet zu vertiefen, wäre beispielsweise auch ein Wert. Durch eine fachliche Kapazität (das kann ein Hobby oder der Beruf sein) entsteht Authentizität. Man ist in der Sache gegründet und steht damit authentisch im Raum. Damit erheben wir uns mit Interesse und wachsen über die von außen auferlegte Pflichterfüllung hinaus. Ein Beruf kann damit zur Berufung werden. Ein Hobby kann zum zentralen Lebensthema werden. Das ist sehr heilsam und stärkt das Selbstbewusstsein. Das Wesentliche dabei ist, dass man sich mit dem Fachstoff intensiv auseinandersetzt und ihn tief kennenlernt. Mit der Zeit wird man zu einer Kapazität wachsen, die diesen Sachbezug auch nach außen repräsentieren kann.

### Universale Menschheitsziele

Es gibt aber auch universale Werte wie "Liebe, Freiheit, Brüderlichkeit" oder "Würde" u.s.w. . Diese Werte sind z.B. auch in unserem Grundgesetz formuliert. Oft sind sie bis heute eher Theorie. Das heißt, dass die Menschen diese Werte noch nicht wirklich kennen, dass viele noch kein Bewusstsein dazu haben. Deswegen sind diese Werte auch noch nicht in der Kultur real vorhanden. Man kann sich einen Begriff vornehmen und zu diesem ein tieferes Bewusstsein anlegen. Das wäre sehr wertvoll. Viele weise Persönlichkeiten haben sich zu den universalen Prinzipien Gedanken gemacht. So gibt es spirituelle und philosophische Ausarbeitungen. Diese könnten für die eigene Auseinandersetzung genutzt werden und eine Orientierung geben.

Hier ein Spruch von Goethe dazu, der mich selbst sehr bewegt hat:

*„Willst du dich deines Wertes freuen, musst der Welt du Wert verleihen“.*

## Geeignete Fragestellungen:

Um konkret und differenziert Ziele zu finden, ist es möglich, sich das eigene Beziehungsfeld (Anhang 1) zu vergegenwärtigen. Dann kann man sich beispielsweise fragen:

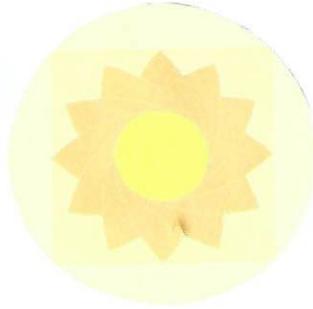
In welchen Bereichen möchte ich weitergestalten?

Was wäre für die Gemeinschaft und Kultur notwendig?

Wie sollen sich die Beziehungen weiterbewegen und verwandeln?

Gibt es einen Wert, der mir sehr wichtig ist (z.B. Würde, Freiheit, Liebe)?

Vermisse ich bestimmte Werte in einem Beziehungsfeld – welchen?



## Wie gehe ich praktisch vor?

Ihr habt euch nun evt. für gewisse Ziele entschieden. Es besteht ein großes Interesse daran, sie ziehen euch an und ihr wollt sie zukünftig in das Leben hineinführen. Wie kann man vorgehen?

Es ist immer günstig, wenn man sich, wie bereits oben erwähnt, zu den gewählten Zielen und Themen weiterführende Literatur besorgt. Die eigenen Gedankenbewegungen werden damit konkreter, inspiriert und erweitert.

Die darin enthaltenen inspirierenden Ausführungen zu den Themen oder zu einem Begriff (z.B. „Liebe“) werden dann regelmäßig studiert und in die Vorstellung gerückt. Dies kann mit eigenen Fragen ergänzt werden. Es ist wie ein innerer Dialog mit dem Autor.

Im Laufe der Zeit werden die Gedankenbewegungen zum Begriff immer weiter und kreativer. Sie begleiten einen auch im Alltag. Es entstehen - oft spontan - „Einsichten“ oder „Lichtblicke“ und man empfindet oder versteht auf einmal, was dieser Begriff wirklich bedeutet.

Es ist dann ein tiefer und naher Eindruck entstanden - ein „Bewusst-Sein“. Der Begriff "Bewusstsein" drückt unmittelbar aus, dass ein neues Sein entstanden ist. Ab diesem Moment wird diese Empfindung oder Erkenntnis den Menschen begleiten und dabei als Kraft in das Umfeld ausstrahlen. Der Mensch ist zu dem geworden, womit er sich ausdauernd beschäftigt hat. (siehe Zitat von Goethe oben! ...)

Der Zeitrahmen für diesen beschriebenen Entwicklungsprozess ist ganz unterschiedlich und kann nicht vorhergesehen werden. Das Wesentliche ist immer die eigene Auseinandersetzung. Der gesamte Prozess ist ein kreativer Lernvorgang, der Lebenskräfte erschafft. Diese Lebenskräfte beleben uns selbst; sie gehen aber auch als Gabe in die Kultur ein.

Dieser schöpferische Prozess - von einem Ideal beginnend bis in die Manifestation - wird auch "Sozialer Prozess" genannt. Dieser Prozess gründet das Herzzentrum des Menschen. Die Mandalas, die hier als grafisches Element eingesetzt wurden, beschreiben diesen Prozess bildhaft.

Der Kreis beschreibt dabei die geistige Dimension (das Sonnenprinzip), das Quadrat die irdische Dimension (die Erde). Die seelische Aktivität des Menschen bringt aus dem Zusammenführen dieser beiden Dimensionen immer wieder neue und weiterentwickelte Formen hervor. Die drei Variationen der Mandalas wurden dem Büchlein "*Die Gesunderhaltung des Brustorganismus*" von Heinz Grill entnommen.

Ich kann von mir berichten, dass meine Lebensgestaltung mit Zielsetzungen, wie sie hier beispielhaft beschrieben wurden, wertvolle Impulse in allen Lebensbereiche erhalten hat. Wenn ich zurückschaue ist - trotz mancherlei Hürden - viel Schönes und Wertvolles entstanden.

Ich hoffe, dass ich euch Impulse zur Weitergestaltung eures Lebensweges geben konnte und wünsche euch viel Mut zu neuen Perspektiven und eine innere Freude in der Beschäftigung!

Herzlichst Irmgard

