

Praktische Vertiefung spiritueller Beziehungen als Zeitforderung

Zusammenfassung der „Yearcircle“-Berichte zur „Meditativen
Aktion zur Ausgleichung der Corona-Vereinseitungen“



Aus Erarbeitungen von Frühling und Sommer 2021 zusammengestellt von
Dirk Kruse

Praktische Vertiefung spiritueller Beziehungen als Zeitforderung

**Zusammenfassung der „Yearcircle“-Berichte zur „Meditativen Aktion zur
Ausgleichung der Corona-Vereinseitungen“**

**Aus Erarbeitungen von Frühling und Sommer 2021
zusammengestellt von
Dirk Kruse**

Inhalt

Vorwort S. 5

Zur Aktion S. 6

Überblick: Spirituelle Ausgleichmaßnahmen der Corona-Vereinseitigung S.7

Grundvertiefungen des eigenen Spirituellen Erlebens und Verbindens S. 8

- *Anbindung an die Ewigkeit - Leben in der Ewigkeit*
- *Verbindungs-Intensivierungen von der Hingabe bis zu Anbetung und Inbrunst*
- *Moralische Anverwandlung in 1. Imaginationen, 2. Inspirationen, 3. Intuitionen, 4. Permanenter Verbundenheit mit der geistigen Welt*
- *Tägliche Begrüßungs- und Verabschiedungspraxis*
- *Inspirationswanderungen*

Angepasste Praktiken zu heilenden Verbindung zur Geistigen Welt um Uns S. 10

- *Hingabe an Christus in der Erdenaura und seinen moralischen Ätherstrom*
- *Vertiefung des Himmelsblau-Erlebens*
- *Hingegebene Anverwandlungen an das lauschende Aufnehmen in der Natur*
- *Anverwandlungen in Vogelgesänge - Imaginationen und Inspirationen von Vogelgesängen*
- *Anverwandlungen in Windrauschen - Imaginationen von Windrauschen*
- *Anverwandlungen in Wasserrauschen und -klingen - Imaginationen davon*
- *Imaginationen von Äther-Regenbogenkohärenzen über Orten*

Angepasste Praktiken zu heilenden Sozial-Verbindung und Sozial-Entwicklung S. 12

- *Bewußte Ausgestaltung von karmischen Vertrauens-Beziehungen (Saturnweg-Beziehungen)*
- *Bildung und Ausgestaltung von übend-forschenden Sozialräumen (Übgruppen)*
- *Bildung und Ausgestaltung von „Lebensgemeinschaften“ (Füreinander meditieren und die Entwicklung des Einzelnen fördern)*
- *Bildung und Ausgestaltung von Verantwortungs-Bereich-Ritualen*
- *Zeitpläne mit vielen Geisteinatmungszeiten*
- *Spirituell menschengerechte Kindesentwicklung, Homeschoolingformen und Jugendeinweihungen*

Regionale „Sampogebiete“ erarbeiten – Sozialkunst mit Wesensumkreisen S. 14

- *Sampo- Regionalätherleibkunde lernen und mit ihr arbeiten*
- *Orts- und Landschaftsarbeit mit Christus in der Erdenaura lernen*
- *Konkretes Aufsuchen, Kennenlernen und Zusammenklingen von und mit Landschafts-Erzengeln, Engel- und Elementarwesenzonen und -orten in der Landschaft*
- *Künstlerische und rituelle Wechselwirkungsarbeit im Sozialen, im Arbeitserleben und in der Natur (z. B. gestisch, sprachlich, klingend-tönend, euythmisch, theatralisch, sozialkünstlerisch)*
- *Vollziehen bis in Erfassungen, Arbeitplanerstellung, -durchführungen und Dokumentationen*

Nachwort S. 16

Anhang I: Zur Begrüßungs- und Verabschiedungspraxis S. 17

Anhang II: Die Inspirationswanderungsmethode S. 21

Angang III: Neue Sampogebiete schaffen S. 25

Anhang IV: Der Grundsteinspruch S. 29

Anhang V: Prioritätenliste oder „Ckeckliste“ zur eigenen Einpendelung in angestrebte Gewohnheitsbildungen S. 31

Vorwort

Wir haben uns aufgrund der geistigen Erlebnisse innerhalb der meditativ forschenden „Yearcircle-Aktion bzgl. des Ausgleichens der Corona- und Impftendenzen“ zu einer versammelnd-verarbeiteten Fassung der Dokumentationen entschlossen. In einem Fazit der Erarbeitungen könnte formuliert werden:

Grundsätzlich zeigen sowohl die Art als auch die Folgen der Coronakrankheit, der Coronahysterie, der Art der politischen Entscheidungsfindungen und der Staatseingriffe in die Freiheit und Privatsphäre von Individuen, Organisationen und Religionsgemeinschaften, die Massenimpfungen und die Stimmungsart bei all dem als eine Hauptwirkungsausrichtung die Entkoppelung des Menschen von seinen guten spirituelle Quellen.

Das notwendige Ergebnis der Aktion ist daher der Ruf nach einer vertieften spirituellen Verbindung von Menschen, Gruppen und Organisationen. Und dies notwendigerweise in einer ungekannten Intensität und Kohärenz.

Statt den Mitschriften aller Einzelerlebnisse besteht dieses Ergebnispapier ersteinmal einfach aus Anregung zur Schaffung vertiefter spiritueller Verbindungen. Viele Details in diesen Anregungen stammen letztlich aus den Erlebnissen der, innerhalb der Aktion vollzogenen Inspirationswanderungen oder anderen meditativen Erlebnisformen, die hauptsächlich in speziell dafür konzipierten Veranstaltungen und in den Inspirationswanderungen zu Ostern und zu Johanni 2021 zu Erlebnissen geführt haben.

Hier also das bewußt programmatisch gefasste Ergebnis. Das mögliche Gefühl der Überforderung angesichts der Fülle der im Folgenden gegebenen Anregungen ist – so verständlich s ist – nicht notwendig, da die angeregten Hingebungen, Übungen und Entwicklungstendenzen großteils an Alltagsgänge, Spaziergänge, Wochenendgestaltungen und bestehende Übgruppen angehängt, und zur Gewohnheit werden können.

Die Texte in meditativer Empfänglichkeit zu lesen ist sicher sehr hilfreich für die hier angeregte vertiefung des spirituellen Tuns.

Dirk Kruse

Craiova 4. September 2021

Zur Aktion

In der Aufrufformulierung ging es um den „*Yearcircle-Impuls, nach einem Jahr Coronastarre, jetzt ... wirklich einmal meditativ ranzugehen, mit und aus der geistigen Welt Lösungen zu finden – und endlich über die Hilflosigkeit hinauszugehen! Sich nicht nur mit Agenturen, sondern auch mit die geistige Welt zu beraten!!! ... Was sagen unserer Höheren Selbste, was sagt die Geistige Welt? – Nach welchen Ausgleichs-Stellungnahmen, -bildern, -ideen und -maßnahmen ruft es?*“

Etwa 250 Menschen, unter ihnen verschiedene Fachleute und geistig Forschende, beteiligten sich an der Aktion des „Yearcircle-Mailverteilers“. U. a. wurde mit den meditativ-empathischen Instrumenten der geisteswissenschaftlichen Imagination, Inspiration und Intuition gearbeitet, sowie mit der meditativen Langzeitaufmerksamkeit der „Inspirationswanderungs-Methodik“. Dazu mit konkreten Wesensbefragungen. Es gab solche Arbeiten in Übgruppen, Seminaren, bei den Jahresfeste-Inspirationswanderungen zu Ostern und zu Johanni (u. a. Befragung der Erzengel-Raphael Welt an der Limburg) in Jahrestreffen und in vielen Telefon-, Zoom- und Privatgesprächen. Dies u. a. im Windrathertal, in Dortmund, in Allerheilgen, in Bochum-Stiepel, in Bechov in Tschechien (mit Bezug zu Rudolf Steiner) und in Craiova in Rumänien. Die Detail-Dokumentationen sind teils in einer, unter dirk.u.c.kruse@gmx.de erhältlichen Vorfassung dieses Skripte einzusehen. Die Beratung mit der geistigen Welt brachte tiefzielende Antworten. Die daraus erarbeiteten Bilder, Ideen, Maßnahmen und Anregungen wurden für die spirituelle Praxis, bewusst in programmatisch-kurze Formulierungen umgewandelt. Das heißt, wir haben uns im Prozess, ohne nochmalige Corona- und Impfwirkungsanalysen und ohne langatmige Wiedergabe von Mitschriften, für eine - hoffentlich wirkungsvollere - Konzentration der Aktionsergebnisse entschieden. Die Erlebnisergebnisse trugen in hunderten ähnlichen meditativen Erlebnissen eine teils dramatisch-eindringlichen sowie oft hochdifferenziert-empathischen Grundzug. Die Hinweise, sowohl aus der elementarischen als auch aus der höheren geistigen Erlebnisebene, tragen den durchgehend erlebten Grundzug der Not nach

- *Vertiefung der spirituellen Anbindung im Sinne eines neuen und unmittelbareren göttlich-menschlichen Zusammen- und Ineinanderwirkens¹,*

- *Stärkung und Erweiterung entsprechend inspirierter individueller und sozialer „Raumbildungen“, - für eine gesteigerte ätherische-, seelische- und geistige Elastizität, Resonanz- und Empathie: mannigfaltige bewegende „Wohnorte“ eines neu beginnender Geistverbindungen zwischen Menschen und zwischen Menschen und geistigen Wesen*

- *Sensibilisierung, Harmonisierung und Stärkung der individuellen und sozialen Mitte- und Autonomiebildung,*

- *Geistweltverbundene Zusammenarbeitweisen miteinander und mit der geistig-göttlichen Wirklichkeit – auf einer zeitgemäß gesteigerten Wirksamkeits-Stufe.*

Wir haben nun durch Kategorisierungen versucht eine Übersichtlichkeit der Ergebnisperspektiven herzustellen. Geht man folgend ruhig hineinversetzend durch diese Ergebnisse, kann man, wie aus einer Art Hilfskatalog, konkrete Haltungen, Übungen, Praktiken, Aktionen und Lebenseinrichtungen zur Ausgleichung der Corona-Vereinseitigungen entwickeln. Es geht darum es zu probieren! Die sicher weiter zu ergänzenden Anregungen sind auch prophylaktisch hilfreich, da geistabschneidene Wirkungen im Menschenorganismus, im Seelenhaushalt und im globalen Sozialleben, auch weiterhin in der globalen Kultur zunehmen können.

¹ Dies letztlich ganz entsprechend dem Christuswunsch-Vorbild aus dem „Hohenpriesterlichen Gebet, das der „Vater in mir, ich in ihm, ihr in mir, ich in euch“ sei. Siehe „Neues Testament“, Johannes 17

Spirituelle Ausgleichmaßnahmen der Corona-Vereinseitigung

Hier der Überblick über die meditativ erarbeiteten Ausgleichsmaßnahmen:

ZEITGEISTFORDERUNGEN: SPIRITUELLE AUSGLEICHSMASSENNAHMEN

Grundertiefungen des eigenen Spirituellen Erlebens und Verbindens

- Anbindung an die Ewigkeit - Leben in der Ewigkeit
- Verbindungs-Intensivierungen von der Hingabe bis zu Anbetung und Inbrunst
- Moralische Anverwandlung in 1. Imaginationen, 2. Inspirationen, 3. Intuitionen, 4. Permanenter Verbundenheit mit der geistigen Welt
- Tägliche Begrüßungs- und Verabschiedungspraxis
- Inspirationswanderungen

Angepasste Praktiken zu heilenden Verbindung zur Geistigen Welt um Uns

- Hingabe an Christus in der Erdenaura und seinen moralischen Ätherstrom
- Vertiefung des Himmelsblau-Erlebens
- Hingegebene Anverwandlungen an das lauschende Aufnehmen in der Natur
- Anverwandlungen in Vogelgesänge - Imaginationen und Inspirationen von Vogelgesängen
- Anverwandlungen in Windrauschen - Imaginationen von Windrauschen
- Anverwandlungen in Wasserrauschen und -klingen - Imaginationen davon
- Imaginationen von Äther-Regenbogenkohärenzen über Orten

Angepasste Praktiken zu heilenden Sozial-Verbindung und Sozial-Entwicklung

- Bewußte Ausgestaltung von karmischen Vertrauens-Beziehungen (Saturnweg-Beziehungen)
- Bildung und Ausgestaltung von übend-forschenden Sozialräumen (Übgruppen)
- Bildung und Ausgestaltung von „Lebensgemeinschaften“ (Füreinander meditieren und die Entwicklung des Einzelnen fördern)
- Bildung und Ausgestaltung von Verantwortungs-Bereich-Ritualen
- Zeitpläne mit vielen Geisteinatemungszeiten
- Spirituell menschengerechte Kindesentwicklung, Homeschoolingformen und Jugendeinweihung

Regionale „Sampogebiete“ erarbeiten - Sozialkunst mit Wesensumkreisen

- Sampo- Regionalätherleibkunde lernen und mit ihr arbeiten
- Orts- und Landschaftsarbeit mit Christus in der Erdenaura lernen
- Konkretes Aufsuchen, Kennenlernen und Zusammenklingen von und mit Landschafts-Erzengeln, Engel- und Elementarwesenzonen und -orten in der Landschaft
- Künstlerische und rituelle Wechselwirkungsarbeit im Sozialen, im Arbeitserleben und in der Natur (z. B. gestisch, sprachlich, klingend-tönend, euythmisch, theatralisch, sozialkünstlerisch)
- Vollziehen bis in Erfassungen, Arbeitplanerstellungen, -durchführungen und Dokumentationen hinein

Es folgen nun die ausgleichenden Vertiefungen, kurz im Einzelnen beschrieben:

Grundvertiefungen des eigenen Spirituellen Erlebens und Verbindens



Aus der Erdenaura kommt der Moralische Äther des Christus in den Ideenfluss, Moralitätsklang und die Motivationswärme- jeden Tag uns zu bessern

Anbindung an die Ewigkeit - Leben in der Ewigkeit

Es kann jeden Tag und bei jeder Wanderung geübt werden, in Hingabe und Überschau an die eigene Ewigkeit, – wie im erhaben-stillen Schreiten durch Wälder und Landschaften – die Haltung, Kraft und Autonomie des «Lebens in der Ewigkeit» in sich zu festigen. Wer versteht in der Ewigkeit zu leben ist nach Rudolf Steiner geschützt vor antigeistigen Attacken².

Verbindungs-Intensivierungen von der Hingabe bis zu Anbetung und Inbrunst

Immer wieder einmal können wir im ruhigem Anblick von Hingabewürdigem – ob Wolken, Berge, alte Bäume oder wirklich vorbildliche Menschen – die geistig vertiefende Seelenverfeinerung entwickeln, die die grundsätzliche Bedingung für reale spirituelle Verbindung schafft. Still, in minutenlangen, sich folgenden Hingabe- und Verbindungserweiterungen:

1. Ergebene Hingabe
2. Ganz geöffnetes Staunen
3. Berührte Verwunderung
4. Innigste Verehrung
5. Stimmigste Anbetung
6. Verbundene und stimmige Beziehungs-Inbrunst.
7. Enden mit stimmiger Dankbarkeitsseligkeit.

So kann das, der Reinheit der geistig-göttlichen Welt entsprechende Verhältnis wachsen.

Moralische Anverwandlung in 1. Imaginationen, 2. Inspirationen, 3. Intuitionen,

4. Permanenter Verbundenheit mit der geistigen Welt

Die Hauptgebiete der erkenntnisorientierten Meditationsübungen der Anthroposophie³ führen in hochwacher Bewusstheit tiefer und tiefer ins Erkennen, Verstehen und Zusammensein mit der geistigen Welt. Wir erleben 1. kräfteartige-, dann 2. seelische Ausflüsse zu uns hin und kommen 3. zuletzt zum Ursprung dieser in intim-erhabenen Wesen. Der meditative Stufenweg ist dabei

² Rudolf Steiner, Aus den Inhalten der esoterischen Stunden – Band I, GA 266a, Dornach 1995, S. 36

³ Rudolf Steiner, Die Stufen der höheren Erkenntnis, GA 12, Dornach 1993,
Dirk Kruse, Innere Schlung von Imagination, Inspiration und Intuition, Bochum 2013

gleichzeitig ein Moral vertiefendes Beziehungsbildungsgeschehen zu den naturgeistigen, geistigen und göttlichen Wesen selbst. In einer Art Anverwandlung in das jeweilig meditativ Angeschaute geschieht dies - in innige Natursituation, anmutige Landschaft, beeindruckenden Horizont, Pflanze, Metall, Kristall, Ton, Musik, Vokal, Konsonant, Sozialraum, Sakralbau usw.. In der 1. Stufe der Imagination geben wir uns besonders dem Kräftespiel («Ätherisches») hin , das wir zumeist in einer Art lebendig bildhaften Leichte - wie vor uns webend - erleben lernen. In der 2. Stufe der Inspiration geben wir uns besonders dem seelischen Eindruck der Stimmung, Intimität und Seelenart und -würde hin, die wir zumeist in einem berührenden wechselseitigen Übergehen erleben. Das Seelische wird dabei oft schon wie ein bewusstses Wesen erlebt. In der 3. Stufe der Intuition, geben wir uns mit unserem ganzen Sein, nach Möglichkeit in reiner Liebe, - ganz einwerdend - dem angeschauten Würdewesen hin. Wir versuchen «es für einen Moment selber zu sein»! Das ist oft ein überwältigendes Erleben einer schaffenden Wesenheit! Die 4. Stufe der Permanenten Verbundenheit mit der geistigen Welt, können wir nur in rythmischen Hingabe zu geistigen Welt erwerben, - sie stellt sich irgendwann deutlich werden ein. Ein Erleben, das sichernd und abklärend wirkt und das «Leben in der Ewigkeit» verstärkt. So üben wir erkennend-verstehende Anverwandlung in moralischer Stimmung -mit der Tendenz des Übergehens von Subjekt (mein Wesen) ins Objekt (Ursprungs-Wesen des Angeschauten) - aber frei von Übergriffigkeit. Dies bedeutet die Entwicklung einer Verbundenheitsspiritualität auf dem Niveau unserer Zeit und unserer Bewusstseinsmöglichkeiten - eine Spiritualität die gleichzeitig wissenschaftsfähig werden kann.

Tägliche Begrüßungs- und Verabschiedungspraxis

Um die persönliche Freundschafts- und Ergebnisbeziehung zu allen Wesen harmonisierend zu vertiefen, können wir sie morgens grüßen und abends/nachts verabschieden. Dies aufrecht stehend, verantwortungsvoll hingegeben, draussen auf dem Balkon oder am offenen Fenster. Wir grüßen unsere wichtigsten Beziehungen, immer ihren Wesen hingeneigt. So Menschen, Gruppen, Verstorbene, Engelumkreise, wichtige geistige Wesen, Orte ,Taten. Siehe Anhang II.

Inspirationswanderungen

Gibt man sich monatlich und zu den Jahresfesten, 2 - 4 stündlichen Inspirationswanderungen hin, mit meditativer Langzeit-Aufmerksamkeit den Aktualisierungs-Zutruungen der Naturgeistigkeit und der höheren Umkreisgeistigkeit um uns, so entsteht mit der Zeit ein beruhigender großer Geistatem. Man geht mehr und mehr mit dem überäumlichen und überzeitlichen göttlichen «Weltenplan» der «Vorsehung» mit. Zur Methode siehe Anhang III.



Im Erleben der Inbrunst der Gottesnähe werden wir „gerettet wieder an den Strand“ gezogen

Angepasste Praktiken zu heilenden Verbindung zur Geistigen Welt um Uns



Überall voller Freude die Lieblichkeit der Christusheimat sehen können, in der Blüteneinfalt, dem Gesang und Flug der Vögel, dem Segens der Landschaften, den Tages- und Jahreszeiten, das ist wohl die Wichtigste der befreiungsfreudigen Ausgleichs- oder Apokalysiefähigkeiten

Hingabe an Christus in der Erdenaura und seinen moralischen Ätherstrom

Das wiederkehrende Hingeben an Christus in der Erdenaura und seinen moralischen Ätherstrom⁴ kann uns – wenn wir zu einem innigen Christusverhältnis kommen konnten – zu einer umfassenden Hilfe werden. Den gesamten Umraum und das gesamte Himmelszelt erfassend, möglichst mit visuellen Anteilen draussen, können wir die seelenreinigende feinstliebende Äthervitalität darin ertasten und im Aufnehmen intensivieren. Erfahrungsgemäß kann das Erleben von «Christus in unserem Händeheben»⁵ dabei sehr verdeutlichend wirken: die offenen Hände dabei empfänglich neben unsere Ohren haltend und in den Himmelraum hin wahrnehmend, kann das Christuserleben in der Erdenaura dankbar intim und vertraut werden – die stimmige Demut und Andacht vorausgesetzt. Gern auch im jubelnde Zu-Ihm-Hin-Freuen einer St. Bride⁶. Hier bahnt sich auch ein Weg mit den Wesensgliederkräften des Christus umgehen zu lernen. Siehe dazu auch Anhang III.

Vertiefung des Himmelsblau-Erlebens

Wir können unser Himmelsblau-Erleben wieder und wieder plastisch-intensiv machen – in staunend offener und aufrecht-begegnender Art. Es fördert die Kraft unserer verbindenden Religiösität, der anbetungsartigen Allverbundenheit – in weitatmender Weise.

Hingegebene Anverwandlungen an das lauschende Aufnehmen in der Natur

Alles um uns in der weiten Natur schweigt nicht nur. Nimmt man länger wahr so erweist sich das Schweigen in und über Landschaft, im Wald, in den Büschen, im Gras, in den Wolken als ein Lauschen. Die hingegebene Anverwandlungen an das alles lauschende Aufnehmen in der Natur weit um uns herum lässt uns sehr tief ein Einssein mit dem Lauschenden und dem Erlauschten erleben: wir erleben das das Lauschen ein Empfangen ist und himmlische Entwicklungsharmonie aufnimmt. Es lässt uns mit dem allverbindenden Sonnensein vereinen.

⁴ Rudolf Steiner, Das esoterische Christentum und die geistige Führung der Menschheit, GA 130, Dornach 1995, S. 97

⁵ Zeile aus dem Kultus der Christengemeinschaft

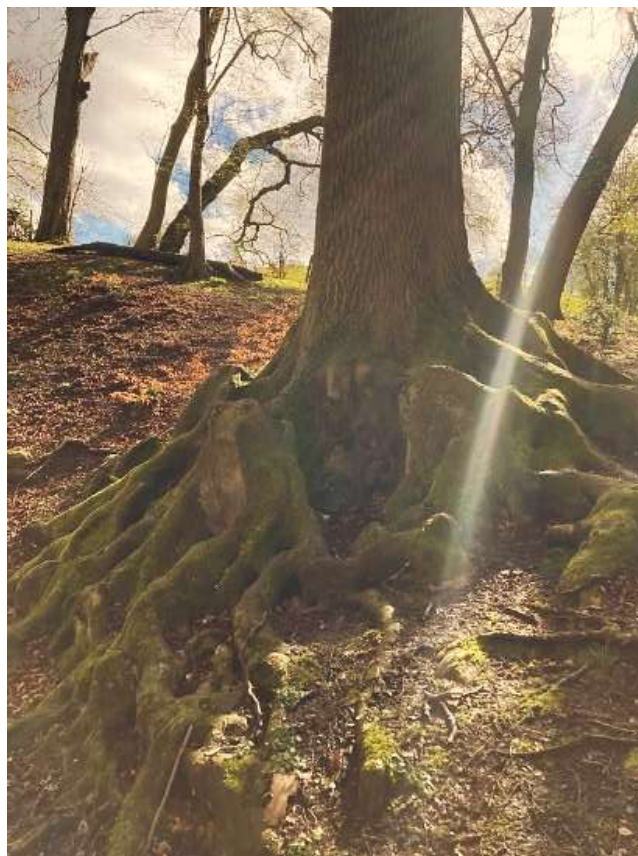
⁶ Die Heilige St. Bride ist hierfür vorbildlich. Siehe Fiona Mc Loud, St. Bride von den Inseln, Stuttgart 2009

Anverwandlungen in Vogelgesänge – Imaginationen und Inspirationen von Vogelgesängen
Verwandeln wir uns meditativ lauschend in Vogelgesänge so können wir imaginativ plastisch-farbige Figurenspiele dieser Gesänge erleben und stark werden lassen. Sie lehren besondere Räumlichkeitsbildungen. Seelisch-inspirativ können wir uns darin mit Reinigend-Klärendem und Elastisch-Befreiendem durchdringen und bei öfterem Praktizieren solche Fähigkeiten – z. B. für unsere sozial heilsamen Verhaltensweise – erweitern. U. a. kann man die Vogelgesänge dafür dann auch bald meditativ selbst imaginieren.

Anverwandlungen in Windrauschen – Imaginationen von Windrauschen
Ähnlich können wir uns im hineinversetzenden Mitgehen mit schönem Windrauschen die Fähigkeit des reinigenden inneren Windrauschen-Erzeugens aneignen. Die echten oder imaginierten Spielformen von Windrausch- können vielfältige Reinigungsarten erwecken.

Anverwandlungen in Wasserrauschen und -klingen – Imaginationen davon
Widerum ähnlich können wir uns im hineinversetzenden Mitgehen mit schönem Wasserrauschen und -klingen (Bergbachspiel, Strandwellenschlag, liebliches Rinnsalklingen usw.) die Fähigkeit des reinigend-anregenden inneren Wassermusik-Erzeugens aneignen. Die – auch selbst erzeugten imaginierten Spielformen davon, können vielfältige Wohltaten erzeugen.

Imaginationen von Äther-Regenbogenkohärenzen über Orten
Eine wundersame innere und äußere Wirkung haben Erlebnisse und selbsterzeugte Imaginationen des Scheines, der Farben, des Schimmerspieles und Zusammenhangskräfte von Regenbögen verschiedener Größe und Art. Wir können zur Äther- und Seelen-Anregung und -Besänftigung, solche echten oder selbstimaginierten Regenbogenkohärenzen, sowohl in unser Inneres, als auch über Orte, Landschaften und Gegenden lenken. Es hilft in der Naturgeistigkeit draussen und zum intensiveren Meditieren innen, das für Viele oft noch unnötig blass bleibt.



Will uns der Antigeist auch der geistigen Welt entfremden,
wir werden uns tief zu verwurzeln und hoch zu vereinen wissen

Angepasste Praktiken zu heilenden Sozial-Verbindung und Sozial-Entwicklung



Der Mensch, und sei er auch ein irrender „Parzival“, kann mit dem Mut des Unsterblichen gehen; er existierte vor dem prüfenden Bösen und wird, in der langlebigen göttlichen „Erziehung des Menschengeschlechtes“, noch nach der Zeit des Bösen bestehen.

Bewußte Ausgestaltung von karmischen Vertrauens-Beziehungen (Saturnweg-Beziehungen)
Nun wird es sehr wichtig für die notwendigerweise zu erweiternden guten Raumbildungen auf Erden, das Zweierbeziehungen und Gruppen ihre – auch karmischen – Vertrauensräume innig pflegen und ausbilden! Erhöhte direkte und telefonische Kontaktpflege, gemeinsames Erkunden unserer karmischen Verbindungen, zusammen meditieren, –üben, –forschen und –studieren, und rythmisches für einander meditieren – all dies kann helfende Beziehungsräume bis zu Intuitionsorganen ausreifen lassen. Siehe dazu Steiners Darstellungen zum Saturnweg, auf dem man durch Gemeinschaftsvertrauen direkt in die höchste meditative Erkenntnisstufe – die einserwendende Intuitionsstufe – kommen kann⁷. So entstehende seelisch wohltuenden Sozialgebilde – «Intime Soziale Organisationen»⁸ – bilden notlindernde, spiritualisierende Felder in der Gesellschaft, – die rund um die Erde ein verbindendes soziales Gold erschaffen können.

Bildung und Ausgestaltung von übend-forschenden Sozialräumen (Übgruppen)
Eine zentrale Form solcher helfender Sozialgold-Räume kann erfahrungsgemäß in der Bildung und Ausgestaltung von übend-forschenden Übgruppen bestehen. Gemeinsames geistiges Wahrnehmen und Forschen – an Wahrnehmungarten, Bildekräften, Geistwesen, Karma, Mantren – bewirkt, durch das sich Verbinden mit der geistig göttlichen Welt, eine nachhaltige Form von Gemeinschaftlichkeit.

Bildung und Ausgestaltung von „Lebensgemeinschaften“ (Füreinander meditieren und die Entwicklung des Einzelnen fördern)
Ganz im Sinne des Gesagten kann solche Gemeinschaftsbildung bis zur Bildung freilassender «Lebensgemeinschaften»⁹ führen, deren Merkmale gemeinsames Geisterleben und die Förderung der inneren Entwicklung der einzelnen Beteiligten ist. Allgemein und besonders hier wird das, bis ins Globale wirkende geistige Kohärenzbilden sich auf Formen Miteinander- oder auch des «Füreinander Meditieren» stützen (im Einklang mit göttlichen Wesen). Eine bedeutende Hilfe kann z. B. das Mantram des «Grundsteinspruches» sein. Siehe Anhang III.

⁷ Siehe Rudolf Steiner, Das Initiatenbewußtsein, GA 243, Dornach 1983, S. 213 ff., Dirk Kruse, Der Saturnweg, Artikel in „DieDrei“, Aprilausgabe 2016

⁸ Rudolf Steiner, Rudolf Steiner, „Idee und Praxis der Waldorfschule“, GA 297, Dornach 1998, S. 112 f.

⁹ Rudolf Steiner, Aus den Inhalten der esoterischen Stunden – Band III, GA 266c, Dornach 1998, S. 415

Bildung und Ausgestaltung von Verantwortungs-Bereichs Ritualen

Aus vielen guten Erfahrungen heraus wird in der Gemeinschaftsbildung und der Organisationsentwicklung, die mit Anteilnahme an der geistigen Wirklichkeit arbeiten, die Gestaltung von Ritualen für die intimere Verbindung mit den Wesen des eigenen Verantwortungsbereiches, immer ernster genommen. Rythmisch, teils von verschiedenen zum sozialen Ganzen gehörendem Wesensorten aus, wird dabei z. B. ein zentraler Ritualtext gesprochen und um ihn andere Handlungen gruppiert. Der Text beinhaltet z.B. die direkte Ansprache von Orten, Bereichen und Wesen des eigenen «Geistvereines» in, über und um uns.

Zeitpläne mit vielen Geisteinatmungszeiten

Ob im Privat-, Gruppen- oder Organisationsleben: In den Zeitplänen möglichst großzügig Zeiten für, vom Tagesgeschäft unabhängigen Geisteinatmungs-Zeiten, freizuhalten ist Gold wert. Dies kann individuelle oder gemeinschaftliche «Grüßpraktiken» einschliessen, wird aber oft Formen von Praktiken meditativer Kommunikation beinhalten, wie die des «Umgekehrten Kultus», Formen von «Higher We» Methoden oder Dialogpraktiken. Hinzu wächst die Not nach einer spirituellen Organisationsentwicklung¹⁰, die u. a. auch solche Praktiken enthält .

Spirituell menschengerechte Kindesentwicklung, Homeschoolingformen und Jugendeinweihung
In Anbetracht der, trotz besser Einsichten anhaltenden weltweiten Gängelung in der kindlichen und jugendlichen Entwicklungszeit und neuen, bis in Verletzungen der körperlichen Unversehrtheit hineingehenden Eingriffe in diese, ruft es nach möglichen Formen spiritueller menschengerechter Kindesentwicklung, u. a. in Homeschoolingarten, spirituellen Oberstufen und Studieninhalten und Formen freiwilliger postmoderner Jugendeinweihungen. Hinzu braucht es in Ausbildungen und Studiengängen genügend Raum für die Entwicklung von Kernfähigkeiten empathischer Wahrnehmung und Interaktion.



Situationen selbstloser Einfach bringen das Leben in der Ewigkeit
- an dem alle zeitgebundenen Dämonen zerschellen

¹⁰ Siehe dazu folgende Veröffentlichungen: Otto Scharmer, „Theorie U“, Heidelberg 2015, Dirk Kruse, Spirituelle Organisationsentwicklung, Bochum 2012, Frederic Laloux, „Reinventing Organisations“, München 2015

Regionale „Sampogebiete“ erarbeiten – Sozialkunst mit Wesensumkreisen



Unsere Wanderung über Berge und durch Täler, braucht geistigen Proviant, im aufhalten der Tore zum Empfangen des Wasser des Lebens der Heilig Geist-Sophia und dem Brot dessen, der uns „seine Freunde“ nennt, des Christus

Sampo- Regionalätherleibkunde lernen und mit ihr arbeiten

Rudolf Steiners Sampo-Darstellungen in Finnland¹¹ geben Anregung: Die ätherisch-astralisch ausgedünnten Orte, Gärten, Parks, Höfe und Landschaften können mit rythmischer personaler Zuwendung von Einzelnen (möglichst Mitverantwortlichen) und Gruppen - in meditativ zusammenhaltenden Begrüßungen, Ansprache-Zuwendungen, mit Präparate- und Eurythmiebehandlungen, Landschaftsarbeit und Meditationen - einen neuen feindifferenzierenden und Elementarwesenreichen Regionaläther bekommen. Eine Arbeit die, je intimer, stimmiger und rythmischer sie erfolgt, schon in drei bis sieben Jahren wundersam heilsame Äther- und Elementarwesenglocken über den Zuwendungsgebieten ausbilden kann.

Orts- und Landschaftsarbeit mit Christus lernen

In Christusnähe, oder interreligiös der höchsten Nähe im «persönlichen Gotteserfahrungswesen», auf dem Weg zu sein, und sie in der Orts- und Landschaftsarbeit einzubeziehen, kann viele intime- oder in Gruppen entwickelte Formen der Andächtigkeit haben. Diese Nähe aber bewusst mit einzubeziehen kann ein unvergleichliche und anstrengenswerte Kohärenz zwischen Himmel, Mensch und Erde wirksam und erlebbar machen. Genauer beobachtet werden bei authentischer Arbeit in dieser Art sowohl der moralische Christusäther¹², seine Wesensglieder- und Auferstehungsleib-Kräfte als auch andächtig-freudig stimmende Christus-Elementarwesen in besonders plastischer Weise wirksam.

Konkretes Aufsuchen, Kennenlernen und Zusammenklingen von und mit Landschafts-Erzengeln, Engel- und Elementarwesenzonen und -orten in der Landschaft

Aufsuchen und meditatives erleben folgender Situationen sei hier Beispielgebend: Unter besonderen Nadelbaumschirmen hoher Nadelbäume, stehend oder an bedeutenden Baumwurzeln sitzend, - das wird oft an Orten, die geöffnet zur Morgen oder Abendsonne sind,

¹¹ Rudolf Steiner, Der Zusammenhang des Menschen mit der elementarischen Welt - Kalewala - Olaf Ästeson - Das russische Volkstum, GA 158, Dornach 1993

¹² Siehe Anmkg. 4

sein; kann man ungewöhnlich tiefe und zeitweite Eigen und Wesensbeziehung zugleich erfassen – durch hohe Gnomenbeziehungen. Unter lauschigen Laubbaumschirmen kann heilende Durchdringung, mit der einen dort umhüllenden Undine – wie in friedvoll-heiligem Hohlraum seiend – erlauben. Eine lichtüberflutete Blütenwiese, fernab des Trubels, mag uns die Sylphenfreude und Leichte bringen: wir agieren oft in allem eine Nummer zu schwer ...! Aus den Fernen und Horizonten können wir uns «ankommende» Salamander («Geistesbotschafter») bemerken, intensiv uns Ideen, Inspirationen entzündend. Über weite Landschaft hin sich in die Horizonte hinein vereinend – vor/unter – im – hinter/über dem Horizont – kann große lebensverändernde Direktiven, Ermutigungen und Motivierungen von Engelwesen ermöglichen.

Künstlerische und rituelle Wechselwirkungsarbeit im Sozialen, im Arbeitserleben und in der Natur (z. B. gestisch, sprachlich, klingend-tönend, euythmisch, theatralisch, sozialkünstlerischer, meditativer und ritueller Art)

Ein reicher Reigen an hilfreichen neuen künstlerischen und spirituellen Tätigkeiten, nicht nur im Naturzusammenhang, sondern auch in sonstigen sozialen und professionellen Zusammenhängen, ist sich von unserer Zeit an Eröffnen: Erforschte und erprobte sensible Entsprechungen und Einwirkungen in gestischer, sprachlicher, klingend-tönender, euythmischer, theatralischer, sozialkünstlerischer, meditativer und ritueller Art. Typische, aber fast endlos erweiterbare Arbeitsgebiete sind Pflanzenzüchtung, pharmazeutische Herstellungen, Züchtung, Baubegleitung (Betonabbindung und mehr), Raumharmonisierung, Gelände-, Hof-, Organisations- und Landschaftsharmonisierungen, Gruppenbildung u. v. a. m. .

Vollziehen bis in Erfassungen, Arbeitstplanerstellungen, -durchführungen und Dokumentationen hinein

Das Vollziehen aller der sampobildenden Taten kann in entscheiden wichtige Bewegungen führen, die bis in Erfassungen, Arbeitstplanerstellungen, -durchführungen und Dokumentationen hinein, vorbildhaft in gesellschaftlichen Arbeits- und Lebenszusammenhängen wirksam werden mag.



Harmonische Natursituationen sind Einlasstore für real helfende Ruhe- und Inspirationswesen

Nachwort

Bisher hatten wir oft Selbstregulierung im Seelenleben nötig, nun scheinen Ausgleichhandlungen spiritueller Art notwendig geworden.

Mag das hier Zusammen-Kondensierte sauerteigartig aufgehen. Nicht in wollender, sich unter Druck setzender Art, sondern in einem Weilen, heilige Stille Einkehren lassen und sich ergeben.

Guten Weg!

Anhang I: Zur Begrüßungs- und Verabschiedungspraxis



Die Morgenbegrüßung

Es kann einfach, draussen auf dem Balkon oder an einem bestimmten Ort vollzogen werden. Wichtig ist, das es bildhaft, miterlebend uns ansatzweise mitseinend getan wird. Es richtet sich die Begrüßung an das Wesen des Angesprochenen! Wenn als authentisch empfunden, kann es auch gestisch begleitet werden. Grundsätzlich kann es heißen:

*„Guten Morgen lieber ..., guten Morgen liebe ... ! usw.“
Oder: „Guten Morgen gutes Zusammenwirken mit ... !“*

Hier kann man ganz bescheiden anfangen. Die folgende Fülle hat sich z. B. erst über viele Jahre entwickelt! Siehe soll zum erinnern und zu einer Auswahl anregen.

Das Beispiel:

„Guten Morgen, lieber einzigartiger neuer Tag (den Daniel Dunlop als einzigartiges Wesen entdeckte, das in Ewigkeit bleibt),

guten Morgen, liebe Jahreszeit (die im innigsten Miterleben des übersinnlichen Geschehens, der Wesen in ihm und seinen Festeszeiten empfunden werden sollte).

Guten Morgen, gutes Streben und Arbeiten (die gütigen Begleitwesen unseres Strebens und unserer Arbeiten dankbar mitempfinden),

guten Morgen, gutes Leiden und Auferstehen,

guten Morgen, liebes Zusammenwirken mit den Lieben in den Himmeln.

guten Morgen, lieber Zukunftsstrom unserer (heutigen) Gemeinschaft,

guten Morgen, liebes Zusammenwirken mit dem Geist unserer (heutigen) Gemeinschaft,

guten Morgen, liebes Zusammenwirken mit dem Geistverein unserer (heutigen) Gemeinschaft (den Wesenschor der zu uns gehörenden Elementarwesen, Verstorbenen und höheren Wesen freudig-dankbar mitempfinden).

Guten Morgen, lieber Zukunftsstrom unserer Arbeitsorte und -gemeinschaften (einzelne Orte und Gemeinschaften freudig-gütig mitbedenken – dies kann auch einzeln in Ruhe geschehen),

guten Morgen liebe Gemeinschaften (Gemeinschaften mit denen ich mich verbunden fühle oder die ich unterstütze freudig-gütig mitbedenken – dies kann auch einzeln in Ruhe geschehen),

guten Morgen liebe Gemeinschaftsereignisse, die waren, sind und sein werden, (Gemeinschaftsereignisse, wie Seminare, Zusammenkünfte usw., die singulär oder regelmäßig stattfanden, stattfinden, stattfinden werden – dankbar-fördernd mitbedenken)

guten Morgen lieber wahrer Weg der Freunde und Menschen in Prüfungen (mit heilemdem, nicht-übergriffigem mich für sie gerade-hinstellendem, rechte Entwicklungsrichtung zu sehen versuchendem Habitus, die ewige Persönlichkeit der einzelnen Betroffenen Kranken, Leidenden, Suchenden sehend – ob das stimmig ist, sollte gut geklärt sein).

Guten Morgen, liebes Heim, Haus, Hof, Garten¹³ (z. B. insbesondere an die „Christusfreunde-Wesen“ darin gerichtet ...)

guten Morgen, lieber Ort (Name - z. B. insbesondere an die „Christusfreunde-Wesen“ darin gerichtet ...),

guten Morgen, liebe Gegend (Name - z. B. insbesondere an die „Christusfreunde-Wesen“ darin gerichtet ...)

guten Morgen, liebes Land (Name – es wird hier zumeist um das mitempfinden),

guten Morgen, liebe Länder Europas, liebe Länder der Welt (dieses Mitempfinden der Länder-, bzw. Regions- Seelen und Geister kann verschieden differenziert vollzogen werden),

guten Morgen liebe Ozeane und Gewässer in Christus (die geschändeten Ozeane und Gewässer haben keine wirklich Zuständigen und wenige Lobby ...).

Guten Morgen, liebe Naturreiche,

so liebe Insekten- und Vogelzusammenhänge in Christus (andere bedrohte Naturspezies können natürlich genannt werden),

guten Morgen, liebe Elementarwesen,

guten Morgen, liebe Geister der Umlaufzeiten (insbesondere die Seelenarten der Jahreszeit um uns und im Himmel mitempfinden),

guten Morgen, lieber Planetengeist in Christus (insbesondere die ganze runde Erdenaura mitempfinden),

¹³ Für die eigene spirituelle Gemeinschaft, einen Hof, ein Projekt oder eine spiritualisierte Organisation ist es segensbringend, ein eigenes (Ansprache-) Ritual zu entwickeln!

guten Morgen, liebe Engelchöre (insbesondere die unteren Chöre mehr um uns , die mittleren Chöre in die Fernen hin, und die sichernden höchsten Chöre in die Geistestiefen aller Raumesrichtungen hin mitempfinden),

guten Morgen, liebe Natura-Persephonea
(insbesondere die Seele der Natur mitempfinden),

guten Morgen, liebe Maria-Sophia (insbesondere den begeisternden Geistes-Weisheitsstrom aus dem Höhenumkreis mitempfinden).

(Abschliessend:)

Guten Morgen, liebe Krisengebiete

- und Krisenkreise:(Auf soziale Organismen, also z. B. Entscheidungsgruppen, bezogen. Der Krisenort kann ganz woanders liegen als die Kreise, die die Krise bearbeiten oder mitbewirken)

Michaels Mut

Christus Sonne

Sophias Weisheitsströmen

Natura heilendes Verbinden

Kläre der Stoffwechsel Hitze

Der Häupter Wahrnehmungen

Der Herzen Regulationen

Das Friede einkehre

Und Frieden wäre

Zu permanenten, guten Entwicklungen ¹⁴

Im Sinne geistiger Kontinuität sei dazugestellt: Dies ist auch eine Morgenbegrüßung der Wesen im Stil der Nordwestlichen Spiritualität im Geiste des Skythianos, die sich der geistigen Welt intim, mit der unsterblichen Seele und dem eigenen Selbst, direkt-anverwandelt in Wesensbegegnung, gegenüberstellt.

Es können natürlich manche intime Geistwesenbeziehungen mit einbezogen werden – aber nur, wenn der Bezug durch Nähe und Erfahrung wirklich authentisch gedeckt erscheint! Hier ein – wiederum sehr intimes – Beispiel dafür :

Guten Morgen liebes kommendes Vater-Reich, liebe Christus-Sendung im Heiligen Geist, lieber Boddhisattva-Kreis darin –

Guten Morgen, Buddhas (nichtanhaftender) Frieden ,
guten Morgen, Meister Jesus (gemeinschaftlich das Individuum liebende) Liebe,
guten Morgen, Skythianos Schauen (das von Ewigkeit zu Ewigkeit geht),

¹⁴ Mantram von D. Kruse

guten Morgen, Manes-Parzivals (selbst alle Bösen liebende) Reinheit,
Guten Morgen, liebe Transformations-Selbstlosigkeit von Christian Rosenkreutz,
Guten Morgen, liebe Erkenntnis-Befreiung von Rudolf Steiner und Anthroposophia,
Guten Morgen, liebe Christusnähe-Schönheit von Novalis,
Guten Morgen, liebe taufische Sozialkunst-Bildekräfte von Kaspar Hauser¹⁵

(Andere Meister oder Heilige können hier natürlich – bei echter Nähe zu ihnen – genannt werden)

Guten Morgen, liebes Lausch-Verbinden von Widar (hier handelt es sich um keinen Bodhisattva oder Meister, trotzdem – wenn Widar von uns, z. B. als Geistweghelfer, erfahren wurde – könnten an dieser Stelle besondere Engel oder Erzengel begrüßt werden).

Tagesabschieds-Ritual

Tagesbeginnrituale und Abend- bzw. Tagesabschiedsrituale können ein Kernstück gelungener Sozialgestaltung darstellen – die man ganz allein vollziehen kann! Hier wird die heilende Geistigkeit, der evolutionäre Sinn am nachhaltigsten in einen Sozialen Organismus hineinverwoben.

Ein Tagesabschiedsritual kann auch einfach, draußen auf dem Balkon oder an einem bestimmten Ort vollzogen werden:

*„Gute Nacht, lieber ..., gute Nacht liebe ... ! usw.“
Oder: „Gute Nacht, zusammen im guten Zusammenwirken mit ... !“*

Ein Beispiel:

*„Gute Nacht, lieber einzigartiger neuer Tag,
Gute Nacht, lieber Menschen- und Geistverein,
Gute Nacht, liebe Erdenmutter
(das Seelische der Natur um uns liebevoll mitempfinden),
Gute Nacht, liebe Umkreisfreundschaft
(Christusfreundschaft im gesamten Umkreis empfindend),
Gute Nacht, liebe Vatergüte in den Höhen
(Die machtvolle Präsenz und Ur liebe des Vater in und hinter dem Himmelszelt mitempfinden)
gute Nacht, lieber Geist im Schweigen dieses Orte (Name)!⁶
(Dankbar ganz in die bruderartige Geistigkeit des Schweigens um uns hineingeben)*

Wichtig ist, dass es bildhaft, miterlebend und ansatzweise mit- oder einseiend getan wird. Es kann – wenn authentisch entstanden – auch gestisch begleitet werden.

Aus solcher verbindenden Praxis können auch gezieltere Handlungen für vielerlei Aufgaben entwickelt werden, da die Morgen- und Abendzeit besonders inspirativ ist.

Das immer verjüngende und Geistwesen-Verbindung fördernde morgendliche „Begrüßen“ und abendliche – oft kürzere – „Verabschieden“, sollte völlig individuell – ganz authentisch – gestaltet werden!

Bei der Tagesrückschau kann überprüft werden, ob man es in der rechten Art tat.

¹⁵ Siehe zu den Bodhisattvas: Dirk Kruse, Geistige Strömungen und karmische Gemeinschaftsbildung, Bochum 2018

Anhang II: Die Inspirationswanderungsmethode

Kurzform der Inspirationswanderungs-Methode¹⁷

Jeder allein trägt die zuvor in der Gruppe gefundene(n) Frage(n) oder inneren Arbeitsaufträge mit sich auf einer Wanderung durch eine inspirierende Natur.

Günstig ist es, die Reifungs- oder Übergangszeit des Tages zu nutzen; also im Hellen loszuwandern und im Dunklen zurückzukehren.

Am besten mit dreieinhalb Stunden Zeit, Minimum eine gute Stunde (4x 17 Min.).

Die Erfahrung zeigt, dass es einen 17- Minuten-Rhythmus gibt, in dem sich die Verbindung mit der Natur stufenweise zu einem deutlichen Einklang mit ihr vertiefen kann.

Gut ist es, Waldränder und Sonnenuntergangssichten zu haben, so das Auf-sich-gestellt-Sein im Natur-Innenerlebnisse (z.B. im Waldesinneren) und die Fernen-Inspirationen von Horizontblicken möglich sind. Das Gelände sollte soweit übersichtlich oder bekannt sein, dass die Unsicherheit über das Zurückkehren nicht zu großen Raum einnimmt. Wenn man schon ganz vertraut mit Orten ist, weiß man schon wo man besondere Inspirationsmöglichkeiten hat ... Ein gewisses Pionier- Abenteuergefühl kann allerdings auch förderlich sein.

Möglicher Ablauf:

1. Beginn mit einem gemeinsamen kleinen Einstimmungs- und Vertiefungsritual.
2. Normalerweise braucht es mindestens die ersten 17 Minuten des Losgehens um sich freizulaufen, aus den selbstverhafteten Gedanken heraus- und in spürbare Verbindung zur Natur hineinzukommen. Dann kann die innere Arbeit beginnen.
3. In einer wachen, wahrnehmenden Aufmerksamkeit bewegen wir das Thema immer inniger mit der Naturgeistigkeit zusammen. Wir denken, fühlen und wollen nicht nur in unserem Inneren, sondern auch in unserem Äußeren, als sprächen wir mit einem Freund, der neben uns ist. Wir folgen unserer inneren Arbeit, -genauso achtsam auf das, was von unserem Inneren kommt, als auch auf das, was vom Inneren des Äußeren (der Natur) herkommt. Das heißt, spirituell klassifizierend gesprochen, wir versuchen, die guten Natur-Elementarwesen und die Geistige Welt um uns herum wie unsere Außen-Seele zu erfühlen.
4. Oft wird ein Thema sinnvollerweise in bestimmten Schritten bearbeitet werden. Ein Beispiel: Ein erster Teil mit Rückschau auf das Werden der fragebezogenen Realität bis heute. Eventuell Abschluss dieser Phase mit einer rituellen oder symbolischen Verabschiedung. Ein zweiter Teil ganz erlöst von der persönlichen oder Projekt-Vergangenheit. Sie ist nun nicht mehr Realität. Auch die persönliche oder Projekt-Zukunft ist (noch) nicht Realität. Nun ist endlich einmal ausschließlich Hier-und-jetzt-mit-mir-und-allem-Realität! Sie kann befreit "gefeiert" werden! Nebenbei entsteht dadurch auch eine größere Inspirationsoffenheit. Im dritten Teil danach dann könnte sich der persönlichen oder projektbezogenen Frage „Wonach ruft die Zukunft?“ so gewidmet werden, dass alle Offenheit den inspirierenden Ideen, Bildern, Botschaften – Inspirationen eben – entgegengebracht wird.
5. Normalerweise wird das Erleben jede 17 Minuten tiefer und freier. Die Erfahrung ist: Zuerst sind wir getrennt von der Natur, dann werden wir in Stufen Mitseiende, zuletzt sind wir wie ein Teil der inneren seelisch-geistigen Naturrealität und sie spricht zu uns, wenn wir wach und fragend bleiben. Eventuelle Ängstlichkeiten, vor dunklem Wald o.ä.,

¹⁷ Langfassung: Dirk Kruse, Inspirationswanderungen, Bochum 2012

sind möglich. Sie sollten genutzt werden, um, sich aufrichtend, durch das Dunkel hindurch zu sehen, was meistens direkter in die ernsthafte Seelenwelt dahinter führt. Der Ernst eines dunklen Nadelwaldes ist ein wenig wie etwa Hüterhaftes. Wir müssen Courage haben, aber andererseits auch kindlich offen bleiben.

Tier-Begegnungen während der Wanderung können erfahrungsgemäß Öffner für die Seelenwelt sein. Wenn wir sie in uns nachklingen lassen, können sie uns in die Erfahrung einer tieferen Bedeutungsebene bringen.

Horizontaussichten können uns erfahrungsgemäß hohe Inspirationen zuleiten, die uns zu Kindheitserlebnissen und „Zukunftsrufen“ und letztlich über Zeit und Raum hinausführen in ein Erlebnis von Urheimat und höchste Erinnerung an das, „worum es eigentlich geht“!

Ein alter Baum oder das Innere eines besonderen Waldstückes kann differenzierende „Ausführungs-Inspirationen“ vermitteln. Es ist zumeist wichtig, im Gegenüber mit dem Seelischen (letztlich zumeist der Elementarwesenwelt) dort entsprechende Fragen in den Ort zu stellen und sinnend auf die „Antwort“ der Seelenart dort zu lauschen – was bedeutet seelisch beobachtend im Hineinkommen in das Bewusstsein des geistigen Wesens an diesem Anteil zu nehmen. Es geschieht das normalerweise mit Beteiligung unseres höheren Selbstes als hohe Form des Denk-Beobachtens.

Wir können dann beispielsweise in folgender Art fragen (immer das in die Seele eingedrungene Erlebnis und Gefühl, energisch haltend und verstärkend, meditierend beobachten!) – Stimmigkeitsgefühl – das es erlaubt ist – vorausgesetzt:

Wie bist du, Innigkeit?

Wie bist du, Ernst?

Wie bist du, Macht, da draussen?

Wie bist du, Seligkeit darin/dahinter?

Findet man ein Erkennen, ein Begreifen und somit „Begriffe“ dafür, etwa: „*Du bist tiefstes wach-ernstes mich Durchdringen, und für mich sorgen!*“ usw., darf man, vielleicht staunend-demütig in verschiedenster Art, aber sicher auf Wesentliches gehend, weiterfragen.

Z.B.:

Wie denkst und willst du das?

Wohin zielt deine Absicht?

Woher kommt dein Ernst?

Wohin zielt deine Liebe?

Und dann auch spezifischer: „Wie sollen wir(als Gruppe) unseren Weg weitergehen?“

Und auf eine Antwort hin möglicherweise bis hin in „Ausführungsfragen“: „*Wie können wir das, genau, tun?“*

Man wird merken, dass statt des sonst oft unbewusst aus der geistigen Welt kommenden Denkeinfalls das Herankommen der Einfälle hier bewusst verfolgt werden kann.

- Bei allem ist das auffangen durch Aufschreiben und zeichnen ins Notizbuch sehr hilfreich! Geistige Erlebnisse können in sehr genauer Art ins Begreifen dringen und müssen dann in differenzierende, mit dem Erlebnis übereinstimmende Worte gekleidet werden! Solche Inspirationen sind oft wie in bildhafter und seelisch mächtiger Größe und Intensität da, die man wie außen beobachtbar erlebt. Als Beispiel weiß ich zum Beispiel nicht genau einen grandiosen Sonnenuntergang zu beschreiben, obwohl es ein bedeutsameres Erlebnis in der Natur ist, als die Häuser draussen, die man mühelos beschreiben kann, obwohl sie einem viel unbedeutender waren. Die Imaginationen und Inspirationen auf solchen Wanderungen müssen jedoch quasi betastet werden, um sie zu fassen. Sie dringen nicht so fassbar tief herunter ins Erinnerungsleben wie gewohnte Alltagsgedanken, sondern schwinden sehr schnell aus dem Gedächtnis und können dann nicht mehr genau wiedergegeben werden.

Man kann auch überschauen wie die Begegnungen draussen, wie für uns gemachte Arrangements sind! Steiner sagte einmal, jede Situation wird von den Seraphimen individuell für uns gemacht!

Am besten ist es, wenn jeder im Dunklen zurückkommen kann, wann er will. Es kann aber auch eine Wiedertreffenszeit verabredet und ein kleines Wiedertreffens- und Abschlussritual vollzogen werden.

Nach der Rückkunft kann ruhig eine Pause sein, Rückfahrt, Essen und erst danach, möglicherweise sogar nach einer Nacht, erzählt jeder seine Erlebnisse soweit er mag. Eine Kunst ist es, dem Erzählenden an wichtigen Punkten die richtigen Nachfragen zu stellen. Das kann oft erst in wesentlichere Vertiefungen führen, da oft das wichtigste gar nicht im Oberbewusstsein behalten worden ist.

Wenn die Gruppe zu groß ist und das Erzählen zu viel Zeit nehmen würde, können mehrere Erzählkreise gebildet werden, so dass doch alles mitgeteilt wird und wichtig Erscheinendes dokumentiert werden kann. In diesem Fall können wichtige Motive danach dem Gesamtkreis wiedergegeben werden.

Soweit diese eine methodische Variante.

Allerdings kann jede ähnliche – auch kürzere – Form solcher inspirierender Naturgänge ebenso eine Erkenntnis- Inspirations- und Lebenskraft schenkende Hilfe darstellen!

Man wird erleben wie bereits das nur intellektuell-assoziative Beteiligten der neuen Erlebniskomponenten von Naturphänomenen die Kreativität des Denkens fördert. Ist man geübt kommen dann die Vertiefung in imaginative, inspirative und intuitive Ebenen dazu. Sie werden auch durch die verschiedenen Natur- oder Landschaftssituationen verschieden stark mit ermöglicht.

Hier nun ein Überblick über die Bezüge der Bewußtseins Ebenen *Vorstellung – Imagination – Inspiration – Intuition* zu Bereichen innerhalb hingegebenes der Inspirationswanderung:

Bereich	Vorstellung	Imagination	Inspiration	Intuition
Betonung in Wanderzeit	0 – 51 min	51 – 85 min	85 – 119 min	119 – ? min
Bevorzugte Orte und Naturgebiete	Orte ohne besondere Ausstrahlung	Orte am Wasser, an Quellen, zwischen harmonischem Blattwerk, Höhlen	Auf Erhöhung, Hang, Berg, in innigen Waldrändern, speziell mit Nadelbäumen und Eichen, Orte mit fernen Horizontsichten	Erhabene Weitsicht-Orte, Besondere Felsenorte, In den Heiligen Nächten
Bevorzugt bei Blick auf:	Auf Einzelheiten	Wasser-verbundene Orte, Wolken und naher Himmel, Grünbereiche	Metalle, Moos, Welkes, Tiere, Herden, Weite Horizonte, weite Landschaft, Berge, weite Himmel	Kristalle, Granitfelsen, Großartiges Landschaftspanorama, geometrisch-zauberhafte Panoramen, Gletscher
Durch herausgezogene Wesensglieder	Wesensglieder fest zusammen	Ätherleib und Denkkräfte herausgezogen die dann konzentriert der Wahrnehmung dienen	(Äther-), Astralleib und Fühlkräfte Herausgezogen die dann konzentriert der Wahrnehmung dienen	(Äther-, Astral- und) Ich-Leib und Willenskräfte herausgezogen die dann konzentriert der Wahrnehmung dienen

Zeiterleben	Normales Zeit-erleben	Zeit verschimmt	Zeitlos, Ewigkeitsähnlich	Außerhalb von Zeit, Zukunftsausgerichtet
Welten-sphäre die eröffnet wird	Steht in Verbindung mit Sinnes-Wahrnehmung	Eröffnet zuvorderst das Äthergebiet (Lebenskräfte)	Eröffnet zuvorderst das Astralgebiet (Astralplan oder Seelenwelt),	Eröffnet zuvorderst das Geistige Gebiet (Devachan)
Wesen die hier wie erlebbar werden	Physische Wesen	Elementarwesen, Engel (Angeloi - Menschen- und Landschaftsbeseelung), Erzengel (Archangeloi - Gruppen-, Landschafts-, Volks- und Jahreszeitenbeheimatung)	Elementarwesen, Persephonea, Sophia Unterste Hierarchie (Seelengeister: Angeloi, Archangeloi, Archai - Zeitnotwendigkeiten,) und mittlere Engelshierarchie (Lichtesgeister: Exusiai - Formung,, Dynameis-Bewegung, Kyriotetes - Belebung)	Elementarwesen-Bewusstsein, Mittlere Hierarchie (Lichtesgeister: Exusiai, Dynameis, Kyriotetes) und oberste Engelshierarchie (Kräftegeister: Throne - Willensermächtigung, Cherubim - Weisheitsermächtigung, Seraphim - Liebesopfer-ermächtigung)
Besonders hilfreich für folgendes Presencing:	Kreative Ideen	Zusammenhang von Abläufen, Problemen und Problemlösungen usw. sehen und verstehen, neue Ideen sehen	Verursachende Zusammenhänge (für Probleme und Problemlösungen, u. Zukunftsnotwendiges) in ihrem Inneren mitfühlend verstehen	Urbild- und Überblicksideen und Opferbereitschafts- und Willensermächtigungen



Wirklich andächtige Langzeitaufmerksamkeit in idyllischer Natur, mit interessanten Nah und Fernsichten, öffnet nach und nach mehr und mehr Tore zu Gebieten der geistig-göttlichen Welt

Anhang III: Neue Samptgebiete schaffen

Spirituell erweiterte Klimaschutz-Maßnahmen im Nach-Coronazeitalter

Wer wissenschaftlich und dazu empathisch und spirituell vertieft die Gegenwartslage erfasst kann zu folgendem Eindruck kommen: Die Vetrocknungen und Verbackungen von äußerem und innerem Klima im Natürlichen und im Sozialen Erdorganismus, durch das Konglomerat aus reduzierendem Naturerfassen und Umgehen mit dem Sozialen- und dem Erdorganismus brauchen Maßnahmen zu einer Aufrechterhaltung und Steigerung der umfassenden Geistverbindungen der Menschen.

1. Das ganzheitliche Erfassen und Zusammenarbeiten mit einem Hof- und Landschaftsorganismus als Vorbild für notwendige individuelle und globale Maßnahmen

Eine therapeutische Maßnahmenrichtung findet ein Hauptvorbild in Hintergrundmaßnahmen für die Arbeit mit der „Hof-Individualität“ von Biologisch-dynamischen Höfen, die Rudolf Steiner bereits in einer, leider nicht mitstenografierten „Esoterischen Stunde“ bei seinem, die biologisch-dynamische Landwirtschaft begründenden „Landwirtschaftlichen Kurs“ 1924 gehalten hat. Es ging dabei um das ganzheitliche Erfassen und Zusammenarbeiten mit einem Hof- und Landschaftsorganismus, welches als Vorbild für notwendige individuelle und globale Maßnahmen heute gelten darf!

Mit dem Hintergrundverständnis, das die Erde, eine Landschaft, ein Hof und ebenso eine soziale Gemeinschaft als echter Organismus verstanden werden kann, ja sogar als eine geistig bewusste Individualität, besprach Steiner, zu den mehr äußeren Maßnahmen der Landwirtschaftlichen Arbeit hinzu, für damals hochintime meditativ-soziale Maßnahmen im Zusammenhang mit den geistigen Kräften und Wesen eines Hofes. Ein verantwortungsvoller ganzheitlicher Umgang mit einem Hof ist hier nun auch als Urbild für regionale bis globale Maßnahmenperspektiven zu sehen! Über Inhalte der Steinerschen Anregungen wurde u. a. Folgendes mitgeteilt:

„Er sprach davon, welche Bedeutung die Betriebs-Individualität, das Hof-Wesen bekommt, indem die Menschen, die sich zusammenschließen, ... eine Gemeinschaft bilden, gemeinsam meditieren, sich jeden Tag einmal treffen sollten, um ein geistiges Gefäß zu bilden, welches die geistigen Wesen aufnehmen kann, die dem Menschen helfen wollen. Er sprach eindringlich davon, dass sich eine solche Gemeinschaft bilden muss, um einem Hofwesen die Entwicklung zu ermöglichen. Denn die Geistwelt hat ja ein Interesse an uns! Aber ohne uns kann sie die Erde nicht befruchten und wir können ohne dieses Tor nicht weiterkommen. In dieser Stunde sprach Rudolf Steiner über die «Hof-Individualität», die entsteht, wenn eine Menschengemeinschaft ein Gefäß bildet. Ein Gefäß, durch welches die Gruppenseelen der Pflanzen und Tiere und die Elementarwesen, die so eindringlich drei mal im Grundsteinspruch angerufen werden, in den ganzen Betrieb hineinwirken können; in das Klima, die Fruchtbarkeit und in die Gemeinschaft selbst. Das ist, neben der Wirtschaftsweise, der wichtige, soziale Vorschlag Rudolf Steiners.“¹⁸

Interessant ist auch, wie in diese Richtung zielende – aber noch nicht realisierte – Ansätze heute populär werden, so die von Otto Scharmer (Arbeiten aus „Anwesendwerden“ bei offenem Denken, Fühlen und Wollen), Frederic Laloux (Arbeiten aus dem Evolutionären Sinn eines Unternehmens) und Charles Eisenstein (Arbeiten aus dem Allverbundensein/Interbeing)¹⁹.

¹⁸ Adalbert Graf von Keyserlingk, "Erinnerungen an frühe Forschungsarbeiten", Dürnau 1993.

¹⁹ Vgl. C. Otto Scharmer, „Theorie U“, 2. Aufl. Heidelberg 2011; Frederic Laloux, Reinventing Organisations, München 2015; Charles Eisenstein, „Die schönere Welt, die unser Herz kennt, ist möglich“, 2. Aufl. München 2017.

Die auf die Anthroposophie fußende „Spirituelle Organisationsentwicklung“²⁰, setzt dort an, wo der anerkannte Organisationsentwickler Frederic Laloux aufhört, wenn er für die Zukunft formuliert, dass es dann darum gehen könnte:

„ ... Organisationspraktiken (zu) entwickeln, die unmittelbar mit energetischen und spirituellen Dimensionen arbeiten. So könnte der evolutionäre Sinn einer Organisation vielleicht müheloser und würdevoller verwirklicht werden.“²¹

Rudolf Steiner sprach mehrfach von der Ausgleichsmöglichkeit der Verhärtung oder „Ahrimanierung“ der Menschheit, die im Weltenplan nun einmal käme, durch eine ausbalancierend gegenüberstellende freie geistige Gemeinschaftsarbeit²², die allerdings real Geistiges, sprich: Geistwesen-Mitwirkung, in die Erden- und Sozialzusammenhänge hineinleitet. So forderte er einen „Sozialen Pneumatismus“ und einen „Sozialen Psychismus“, da das soziale Organismusverständnis nicht genüge²³:

*Diese soziale Struktur kann niemals als Organismus begriffen werden; sie muss als Psychismus, als Pneumatismus begriffen werden, denn Geist wirkt in jedem gesellschaftlichen Zusammenleben der Menschen.*²⁴

Hinzu kommt die, noch am Todestag von Rudolf Steiner formulierte, Notwendigkeit, die ins technisch-untersinnliche abgeglittenen Machtverselbständigungen auszugleichen, durch entsprechendes geistiges Aufsteigen in das Arbeitenkönnen aus der guten geistigen Welt heraus²⁵.

2. Regionale „Sampogebiete“ erarbeiten

Sehen wir die angesprochene spirituelle Hofarbeit, inkl. den hochwirksamen, heute bekannteren Präperategaben usw., als etwas Urbildhaftes, dürfen wir sie als experimentell zu Erforschendes, auf Regionen und bis ins globale hinein transponieren. Das Folgende ist nur als eine Anregung umfassenderen Tuns gedacht, in dem Höfe und Landschaften, mit Hilfe spiritueller menschlicher Methoden, eine Art eigene Äther- und Elementarwesenglocke entwickeln - mit heilsam vitaler, fruchtbarer und seelischer Wirkung. Es enthält noch weiterführende Aspekte, teils ebenfalls aus Rudolf Steiners wunderbarem Werk.

Einzigartige und Zukunftsweisen vertieft Steiner, in dem er – auf die „Wohltaten und das Glück“ des regional geprägten „Erdenumraum-Ätherleibes“, den (Neuen) Sampo aus dem „Kallevala-Epos“ Finnlands, das gegenüber anderen Mythen unvergleichliche Ätherbilde der Kalevala, hinweist – die Entwicklungsmöglichkeiten eines menschlich-christlichen Ätherraumes um uns hin:

²⁰ Siehe: www.spirituelleorganisationsentwicklung.com

²¹ Frederic Laloux, „Reinventing Organisations“, München 2015, S. 310.

²² Vgl. u. a. Rudolf Steiner, „Soziales Verständnis aus geisteswissenschaftlicher Erkenntnis“ (GA 191), Dornach 1983, S. 200ff., und Rudolf Steiner, „Der innere Aspekt des sozialen Rätsels“ (GA 193), Dornach 1989, S. 196.

²³ Siehe zum Verständnis: *„Es gibt heute noch Leute, die mit denselben Sätzen (z.B.) die Dreigliederung des sozialen Organismus vertreten, wie ich sie vertreten habe aus den Zeitverhältnissen heraus 1919. Ja, die Geschichte schreitet jetzt so schnell vor, dass es eigentlich einem vorkommt: Wenn heute einer die Dinge in derselben Weise vertritt, mit der man sie 1919 vertreten hat, man da um Jahrhunderte zurückgeblieben ist.“* Rudolf Steiner, „Die Weihnachtstagung“, GA 260, 5. Aufl. Dornach 1994, Vortrag vom 31.12.1923 (Vorm., S. 219)

²⁴ Rudolf Steiner, „Erdensterben und Weltenleben“ (GA 181), Dornach 1991, Vortrag vom 16.07.1918, S. 357

²⁵ *„Das erfordert, daß der Mensch erlebend eine Geist-Erkenntnis finde, in der er sich eben so hoch in die ÜberNatur erhebt, wie er mit der unternatürlichen technischen Betätigung unter die Natur hinuntersinkt. Er schafft dadurch in seinem Innern die Kraft, nicht unterzusinken.“* Rudolf Steiner, „Anthroposophische Leitsätze“ (GA 26), 10. Aufl. Dornach 1998, Leitsatz 184, S. 259.

„Und hier an diesem Punkte, wo eines der bedeutendsten, prägnantesten, grandiosesten Volksepen in die Schilderung, in die ganz unpersönliche – erlauben Sie den paradoxen Ausdruck – unpalästinische Schilderung des Christus- Impulses einmündet, wird Kalewala ganz besonders bedeutsam. Da führt sie uns ganz besonders in das hinein, was empfunden werden kann da, wo die Wohltaten, das Glück des Sampo lebendig empfunden werden als fortwirkend durch alles Menschenwerden und im Zusammenwirken zugleich mit der christlichen Idee, mit dem christlichen Impuls. Das ist das unendlich Zarte am Ende von Kalewala.“²⁶

Um den alten und neuen Sampo ranken sich weitreichende Geheimnisse. In der Kalevala wird der alte Sampo zerstört und zuletzt auf den neuen Sampo gewartet. Das Äthergebilde „Sampo“, einer Mühle ähnlich, mit einem besonderen Deckel, wurde oft mit dem Gral verglichen. Es ist aber kein Gebilde, das gefäßartig dem Menschen gegenübersteht, sondern ein weit ausgebreitetes Gebilde, das mit unserer Einverwebung rechnet.

Dies kann grundsätzlich an das geistesklare Himmelsgewölbe im hohen Norden der Welt erinnern, wo der Zugang zu höchsten Geisteswelten direkter geschehen kann, wo die Götter nach Rudolf Steiner immer noch anwesend sind. Meditativ schauend kommt man im hohen Norden recht direkt von den Elementarwesen zu den Engelchören und durch diese hindurch bis in des Erleben der Göttlichen Welt. Der „Ätherdeckel“ der Weltkuppel des Nordens zeigt anders als der Gral doch etwas von der Schrift des Allerhöchsten in einem Regional-Äthergebilde.

Steiner sagt zum Sampo: *„Und wir sehen in dem Sampo den menschlichen Ätherleib“,* und *„Der Mensch lernte seine Kräfte gebrauchen als äußere Naturkräfte, er holte aus seiner eigenen Natur den verborgen gebliebenen Sampo hervor. ... Wir sehen den Sampo erst in die menschliche Natur versenkt, dann herausgeholt zu den äußeren Kulturkräften, die erst als primitive Kräfte auftreten, wie sie im zweiten Teil von Kalewala geschildert werden.“²⁷* Er weist weiter daraufhin *„dass über die Erde hin der Ätherleib, dass heist der Sampo, geschmiedet wird je nach klimatischen und anderen Verhältnissen“* und betont *„der Sampo is dasjenige für jedes Volk, was die besondere Gestalt der Ätherleiber ausmacht,“²⁸*

Es geht also um das prägende Ätherisch-Elementarische Wechselwirkungswesen von Erdenorganismus zu Menschenorganismen, um das Ätherumkreiswesen, das Natur-, Sozial- und Menschenorganismus regional prägt – selbstverständlich in gesunder Weise immer durchflossen vom moralischen Äther des Ätherischen Christus. Genau genommen ist der Sampo dann aber auch ein Elementarwesen-Zusammenhang. Auf solchen Länder- und Gegenden prägenden elementarischen, geistig sprechenden Wirkungszusammenhang mit Elementarwesen, Erdenmutter und „Meerdrachen“ kommt Steiner –nur im Bezug zu Finnland und der Kalevala – ausführlich zu sprechen²⁹

Wir brauchen, der Konsequenz nach, von heute an einen Schulungsbereich für „Regionalwirken von Elementarwesenwelten“ im Zusammenklang mit uns Menschen, im meditieren, arbeiten, preparieren, u. a. mit Begrüßungspraktiken, Eurythmie, Gesang und Poesie der Menschen.

Anteilnehmend und verinnerlichend könnten Menschen zu Großem fähig werden, wenn wir hören:

„Und mit dem Christus in richtiger Weise in uns, beleben wir alles Licht auf Erden um uns herum, tragen Leben in das tote Licht hinein, wirken selber belebend auf das Licht.“³⁰

²⁶ Rudolf Steiner, Der Zusammenhang des Menschen mit der elementarischen Welt – Kalewala – Olaf Ästeson – Das russische Volkstum, GA 158, 4. Aufl. Dornach 1993, S. 36, Hervorhg. D. Kruse

²⁷ A. a. O. S. 33 f. Hervhg. D. Kruse

²⁸ A. a. O.

²⁹ A. a. O. S.

³⁰ Rudolf Steiner, Geistige Zusammenhänge in der Gestaltung des menschlichen Organismus, GA 218, 3. Aufl. Dornach 1992, Vortrag vom 23.10.1922, S. 105

In dieser Richtung werden wir in Zukunft Heilige Handlungen zu lernen haben, scheint es: den Umgang mit den Äther-, Astral- und Ichleibern von heiligen Menschen oder Bodhisattvas und des Christus, sowie demden Phantomleib- oder Herrlichkeitsleibkräften (Himmelfahrt) und den Auferstehungsleibkräften (Auferstehungleib dem Maria Magdalena begegnete)³¹.



Wenn die Menschen im Einklingen mit Gegebenheiten, Kräften und Wesen rythmisch den Zusammenklang erweitern entsteht im Einklangsbereich ein neuer Gewohnheitsleib – eine Sampoartige Regionaläther-Glocke

Sampo-Maßnahmen-Überblick

- Tägliches und sonstwie rythmisches Sich-Verweben mit feinsten und differenziertesten Christuskräften – besonders auch in den Elementarwesen und Engelwelten
- Erkunden und Mitvollziehenkönnen der geistig-seelisch-ätherisch-physischen Punkt-Umkreis-Wechselwirkungen einer Gegend
- Konkretes Aufsuchen und Kennenlernen von Landschafts-Erzengeln, Engel- und Elementarwesenzonen und -orten in der Landschaft, denen man sich widmet
- Arbeiten-Lernen (praktisch, präparierend, euyrhmisch, künstlerisch, meditativ), mit der vertieften Selbstverwobenheit mit dem Regional-Ätherleib, der von den genannten Wesenheiten, den Naturreich-Gegebenheiten und dem Menscheneinfluss konfiguriert wird
- Damit das Bewerkstelligen eines Erkunden und Erlernen einer umfassenden „Sampo-Regional-Ätherleibkunde“ der jeweiligen Gebiete
- Vollziehen deselben bis in Erfassungen, Arbeitplanerstellungen, -durchführungen und Dokumentationen hinein
- Empathisches Einbeziehen (z. B. um Erlaubnis bitten) von Anrainern, Grundbesitzern, Gemeinden, Höfen, Forsten usw.

³¹ Siehe Rudolf Steiner Aussagen in: <https://anthrowiki.at/Auferstehung>

Anhang IV: Der Grundsteinspruch

Menschenseele!
Du lebest in den Gliedern,
Die dich durch die Raumeswelt
In das Geistesmeereswesen tragen:
Übe Geist-Erinnern In Seelentiefen,
Wo in waltendem
Weltschöpfer-Sein
Das eigne Ich
Im Gottes-Ich
Erweset;
Und du wirst wahrhaft leben
Im Menschen-Welten-Wesen.
Denn es waltet der Vater-Geist der Höhen
In den Weltentiefen Sein-erzeugend:
Ihr Kräfte-Geister – Seraphim, Cherubim, Throne
Lasset aus den Höhen erklingen,
Was in den Tiefen das Echo findet;
Dieses spricht:
Aus dem Göttlichen weset die Menschheit.
Das hören die Geister in Ost, West, Nord, Süd:
Menschen mögen es hören.

Menschenseele!
Du lebest in dem Herzens-Lungen-Schlage,
Der dich durch den Zeitenrhythmus
Ins eigne Seelenwesensfühlen leitet:
Übe Geist-Besinnen
Im Seelengleichgewichte,
Wo die wogenden
Welten-Werde-Taten Das eigne Ich
Dem Welten-Ich
Vereinen;
Und du wirst wahrhaft fühlen
Im Menschen-Seelen-Wirken.

Denn es waltet der Christus-Wille im Umkreis
In den Weltenrhythmen Seelen-begnadend.
Ihr Lichtes-Geister – Kyriotetes, Dynameis, Exusiai
Lasset vom Osten befeuern,
Was durch den Westen sich formet;
Dieses spricht:
In dem Christus wird Leben der Tod.
Das hören die Geister in Ost, West, Nord, Süd:
Menschen mögen es hören.

Menschenseele!
Du lebest im ruhenden Haupte,
Das dir aus Ewigkeitsgründen
Die Weltengedanken erschließet:
Übe Geist-Erschauen
In Gedanken-Ruhe,
Wo die ew'gen Götterziele
Welten-Wesens-Licht
Dem eignen Ich

*Zu freiem Wollen
Schenken;
Und du wirst wahrhaft denken
In Menschen-Geistes-Gründen.*

*Denn es walten des Geistes Weltgedanken
Im Weltenwesen Licht-erleidend.
Ihr Seelen-Geister - Archai, Archangeloi, Angeloi
Lasset aus den Tiefen erbitten,
Was in den Höhen erhöret wird:
Dieses spricht:
In des Geistes Weltgedanken erwachet die Seele.
Das hören die Geister in Ost, West, Nord, Süd;
Menschen mögen es hören.*

*In der Zeiten Wende
Trat das Welten-Geistes-Licht
In den irdischen Wesensstrom;
Nacht-Dunkel
Hatte ausgewaltet;
Taghelles Licht
Erstrahlte in Menschenseelen;
Licht,
Das erwärmet
Die armen Hirtenherzen;
Licht,
Das erleuchtet
Die weisen Königshäupter.*

*Göttliches Licht,
Christus-Sonne,
Erwärme
Unsere Herzen;
Erleuchte
Unsere Häupter;
Dass gut werde,
Was wir
Aus Herzen
Gründen,
Aus Häuptern führen
Wollen.*

Rudolf Steiner³²

³² Rudolf Steiner gab den Grundsteinspruch in etwas verschiedenen Fassungen zur „Weihnachtstagung“ der Neubegründung der Mysterien und der Anthroposophischen Gesellschaft an. Die vorliegende Fassung ist von D. Kruse dahingehend bearbeitet, das statt des steinerschen Zeilenaustausches bezgl. der Engelchöre, entweder z. B. „Ihr Kräftegeiste“ oder „Seraphim, Cherubim, Throne“, beide Zeilen im Text stehen.

Anhang V: Prioritätenliste oder „Ckeckliste“ zur eigenen Einpendelung in angestrebte Gewohnheitsbildungen

Für ein selbstmotivierendes Annähern an eine angestrebte Praxis und Gewohnheitsbildung ist diese Liste hilfreich. Z. B. zum Eintragen des Grades der Erreichung.

Grundvertiefungen des eigenen Spirituellen Erlebens und Verbindens	
Anbindung an die Ewigkeit - Leben in der Ewigkeit	
<i>Verbindungs-Intensivierungen von der Hingabe bis zu Anbetung und Inbrunst</i>	
<i>Moralische Anverwandlung in 1. Imaginationen, 2. Inspirationen, 3. Intuitionen, 4. Permanenter Verbundenheit mit der geistigen Welt</i>	
<i>Tägliche Begrüßungs- und Verabschiedungspraxis</i>	
Angepasste Praktiken zu heilenden Verbindung zur Geistigen Welt um Uns	
<i>Hingabe an Christus in der Erdenaura und seinen moralischen Ätherstrom</i>	
<i>Vertiefung des Himmelsblau-Erlebens</i>	
<i>Hingegebene Anverwandlungen an das lauschende Aufnehmen in der Natur</i>	
<i>Anverwandlungen in Vogelgesänge - Imaginationen und Inspirationen von Vogelgesängen</i>	
<i>Anverwandlungen in Windrauschen - Imaginationen von Windrauschen</i>	
<i>Imaginationen von Wasserrauschen und -klingen</i>	
<i>Imaginationen von Äther-Regenbogenkohärenzen über Orten</i>	
<i>Anverwandlungen in Wasserrauschen und -klingen</i>	
Angepasste Praktiken zu heilenden Sozial-Verbindung und Sozial-Entwicklung	
<i>- Bewußte Ausgestaltung von karmischen Vertrauens-Beziehungen (Saturnweg-Beziehungen)</i>	
<i>- Bildung und Ausgestaltung von üabend-forschenden Sozialräumen (Übgruppen)</i>	
<i>- Bildung und Ausgestaltung von „Lebens-gemeinschaften“ (Füreinander meditieren und die Entwicklung des Einzelnen fördern)</i>	
<i>- Bildung und Ausgestaltung von Verantwortungs-Bereich-Ritualen</i>	
<i>- Zeitpläne mit vielen Geisteinatmungszeiten</i>	
<i>- Spirituell menschengerechte Kindesentwicklung, Homeschoolingformen und Jugendeinweihungen</i>	
Regionale „Sampogebiete“ erarbeiten – Sozialkunst mit Wesensumkreisen	
<i>- Sampo- Regionalätherleibkunde lernen und mit ihr arbeiten</i>	
<i>- Orts- und Landschaftsarbeit mit Christus in der Erdenaura lernen</i>	
<i>- Konkretes Aufsuchen, Kennenlernen und Zusammen-klingen von und mit Landschafts-Erzengeln, Engel- und Elementarwesenzonen und -orten in der Landschaft</i>	
<i>- Künstlerische und rituelle Wechselwirkungsarbeit im Sozialen, im Arbeitserleben und in der Natur (z. B. gestisch, sprachlich, klingend-tönend, euythmisch, theatralisch, sozialkünstlerisch)</i>	
<i>- Vollziehen bis in Erfassungen, Arbeitplan-erstellung, -durchführungen und Dokumentationen</i>	



Es wird noch viel Gutes auf Erden geschehen !

Bearbeitung der mitgeteilten Erlebnisse- und Ergebnisse der
„Yearcircle-Aktion zur meditativen Ausgleichung der Corona-Vereinseitigungen“:

Dirk Kruse

dirk.u.c.kruse@gmx.de