

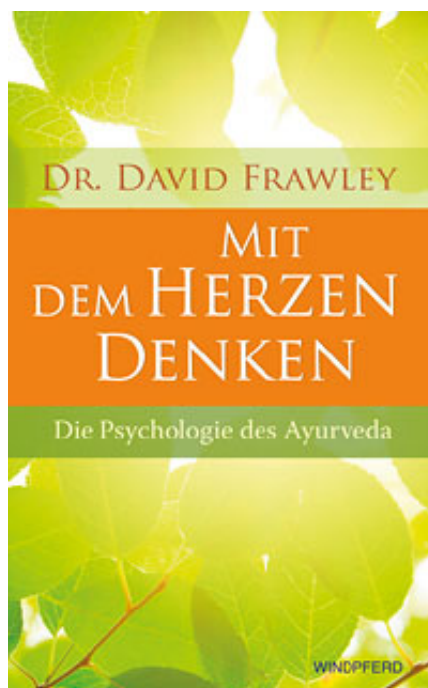
# David Frawley

## Mit dem Herzen denken

Leseprobe

[Mit dem Herzen denken](#)

von [David Frawley](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b11042>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH  
Blumenplatz 2  
D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Fax +49 7626 9749 709  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.





## Die Energien des Bewusstseins

Nachdem wir nun die ayurvedische Vorstellung von Geist und Körper kennengelernt haben, sind wir bereit, tiefer in die ayurvedische Wissenschaft des Bewusstseins und seiner Funktionsweisen einzudringen. Yoga und Ayurveda unterteilen den geistigen Bereich in Bewusstsein, Intelligenz, Geist und Selbst und erklären die einzelnen Teile durch ihre jeweiligen Wechselbeziehungen. Wir werden jetzt untersuchen, wie diese verschiedenen Aspekte des Geistes in unserem Leben und unseren Verhaltensweisen verstanden werden können.

Diese Untersuchung baut auf den Informationen der vorhergehenden Kapitel über die Elemente, die Gunas und die biologischen Temperamente auf. Wir werden tief in uns selbst dringen und die wichtigsten existenziellen Fragen, angefangen beim Unterbewusstsein bis hin zum Überbewusstsein und darüber hinaus, erkunden. Die Tiefgründigkeit des vedischen Verständnisses des Geistes und auch des Universums wird uns ersichtlich werden und uns helfen, in die tieferen Schichten unserer eigenen Erkenntnis vorzudringen.

Der Leser sollte sich darüber im klaren sein, dass dieses Wissen nicht einfach oder schnell verstanden werden kann, sondern einige Zeit braucht, bis es ganz aufgenommen wird. Die Erkenntnis unseres Bewusstseins ist nicht nur eine Sache des Lesens, sondern muss durch tiefe Versenkung und Meditation erfahren werden.

## 6.

# Konditioniertes Bewusstsein: Der größere Teil des geistigen Bereiches



### Zusammenfassung

In diesem Kapitel werden wir die innere Geistesebene als „Bewusstsein“ bezeichnen, denn sie befindet sich auf einer höheren Ebene als unsere gewöhnlichen Gedanken. Wir haben schon daraufhingewiesen, dass dies ein „konditioniertes Bewusstsein“ ist, an Zeit und Raum gebunden, und nicht das reine, das unkonditionierte Bewusstsein, welches zeitlos und unendlich ist. Das unkonditionierte Bewusstsein ist unser wahres Selbst, das über allen geistigen Tätigkeiten steht. Das konditionierte Bewusstsein ist aus drei Ebenen zusammengesetzt: bewusst, unbewusst und überbewusst. Das unkonditionierte Bewusstsein jedoch besteht aus einer Erkenntnis, die über allen Vorstellungen, Emotionen und Empfindungen steht, die feinstofflich und unermesslich sind.

Das gesamte spirituelle Wachstum besteht aus der Entwicklung vom konditionierten zum unkonditionierten Bewusstsein. Das konditionierte Bewusstsein kann als Lagerhaus für alle unsere Erinnerungen und Verstrickungen gesehen werden, aus denen sich unweigerlich psychologische Probleme entwickeln. Die Konditionierung unseres Geistes verzerrt unsere Wahrnehmung und blockiert unsere Gefühle. Die ayurvedischen Psychologen arbeiten daran, den konditionierten Geist zu beruhigen und seine negativen Muster, die in Krankheit und Trauer enden, aufzulösen. Der konditionierte Geist ist jedoch nicht nur auf eine Person beschränkt, er ist mit dem ganzen konditionierten Bewusstsein, allen Gedanken, die im Universum existieren, und dem Geist aller Lebewesen verbunden. Wir können unseren eigenen Geist nicht untersuchen, ohne uns mit der Gesamtheit des Lebens auseinanderzusetzen.

## Das Bewusstsein - die innere Welt

Was ist das Bewusstsein? Mit was denken und fühlen wir, und wie nehmen wir unsere Umwelt wahr? Wie kommt es, dass wir uns allem gewahr werden? Das sind einfache Fragen, die wir hier stellen, aber es ist sehr schwierig, sie zu beantworten. Wenn wir über diese Fragen nachdenken, beginnen wir, uns mit unserem Bewusstsein und seinen Funktionen auseinanderzusetzen. Das Bewusstsein ist das Allerschönste im Universum. Es ist grenzenlos in seiner Tiefe und in seiner Reichweite. Es kann mit einem unendlichen Ozean verglichen werden: wenn man nicht weiß, wie man ihn durchqueren kann, läuft man Gefahr, sich darin zu verlieren. Wenn wir uns unvorbereitet in diesen Ozean stürzen, können wir leicht darin ertrinken. Sehr viele geistig gestörte Menschen sind so mit ihrem inneren Bewusstsein beschäftigt, dass sie mit der äußeren Welt nicht mehr zurechtkommen. Uns erscheinen sie wahnsinnig, dabei können sie in tiefere Wirklichkeiten vorgedrungen sein, allerdings nicht auf gesunde Art und Weise.

Das Bewusstsein ist unsere innere Welt. Wenn der Yogi nach innen schaut, sieht er sein Bewusstsein in kosmischen Kräften pulsieren; wenn wir nach innen schauen, sehen wir nur Dunkelheit oder schwache Erinnerungen. Unsere äußere Sicht verblendet uns. Wir sind so auf das lebendige Licht der Sinne trainiert, dass wir das feine Licht des Bewusstseins nicht wahrnehmen können. Das Beobachten dieser Bewusstseinsinhalte ist der wichtigste Teil der geistigen und spirituellen Entwicklung. Der Ayurveda bietet uns für diesen Zweck spezielle Übungen und Meditationstechniken an. Durch die Erweckung des Bewusstseins überwinden wir alle äußeren Grenzen. Dann ist es nicht mehr wichtig, die äußere Welt in Erfahrung zu bringen, denn wir haben unsere Lektion gelernt: das was wir suchen, befindet sich in unserem Inneren.

Im Sanskrit wird der größere geistige Bereich, der Bereich der Gedanken, „Chitta“ genannt. Dies kommt aus der Wurzel „chit“, was „erkennen“ bedeutet. Chitta bezieht sich auf das Unbewusste, das Unterbewusste, das Selbstbewusste und das Überbewusste.“ Chitta ist der Geist oder das Bewusstsein ganz allgemein, der Bereich, der durch unsere Gedanken geschärft wird. Dies bezieht sich speziell auf den inneren Kern des Geistes, unser Zentrum des reinen Gefühls und des unmittelbaren Wissens. Chitta ist der innere Geist: unsere äußere, unsere persönliche Mentalität ist im Vergleich dazu nur eine

begrenzte Entwicklung. Der Einfachheit halber habe ich Chitta mit „Bewusstsein“ übersetzt, wir dürfen aber nicht vergessen, dass dies nur eine Annäherung ist. Der größte Teil von Chitta bleibt für den gewöhnlichen Geist unbewusst. Nur spirituell entwickelten Menschen ist dieser Bereich des Bewusstseins präsent. Diese Menschen sehen den gesamten geistigen Bereich, denn sie haben das Reine Bewusstsein, das Selbst über allen gedanklichen Begrenzungen, erkannt.

Das, was die moderne Psychologie das Unbewusste nennt, ist nur ein kleiner Teil dieses größeren Bewusstseins oder Chitta. Die moderne Psychologie hat sich begrenzten Zugang zum persönlichen und zum Teil auch zum kollektiven Unterbewusstsein geschaffen. Unser Bewusstsein birgt aber die Möglichkeit in sich, das Bewusstsein des gesamten Universums, das individuelle und kollektive, das persönliche und unpersönliche, einschließlich Gott zu umfassen. Es geht über das konditionierte Bewusstsein hinaus zum reinen Bewusstsein, dem Absoluten, der höchsten Wahrheit. Dies ist der Bereich der yogischen Psychologie, der Psychologie des Höheren Selbst.

### **Chitta - die Bewusstseins Ebene**

Chitta ist unser Kernbewusstsein, die innerste Ebene unseres Geistes. Chitta, der Bereich der Gedanken, ist ein schnell vibrierendes, feinstoffliches Energiefeld, die Grundlage für alle materiellen Manifestationen. Chitta ist die Grundsubstanz des Bewusstseins. Aus ihm ist die Masse des Bewusstseins, des Bewusstseinskörpers geschaffen, vergleichbar mit den Geweben, die die Grundsubstanz des physischen Körpers sind. Der Geist und die Sinne können mit den Armen und Beinen, den einzelnen Gliedern und Organen verglichen werden.

Der physische Körper besteht hauptsächlich aus den schweren Elementen des Wassers und der Erde und ist eine Schöpfung der Schwerkraft, die nach unten zieht. Das Bewusstsein setzt sich aus den leichteren Elementen des Äthers und der Luft zusammen und ist eine Schöpfung der Gedanken, die sich wie Dunst nach oben bewegen. Während die schweren Stoffe unserer Natur absteigen und die Gestalt des physischen Körpers formen, steigen die Essenzen unserer Erfahrungen nach oben und bilden unser Bewusstsein. Wir haben einen grobstofflichen oder Schwerkraftkörper (den physischen) und einen feinstofflichen oder Essenzkörper (Bewusstsein).

Normalerweise sind wir uns unserer inneren Organe oder der Gewebe des physischen Körpers, die außerhalb der Sinne stehen, nicht bewusst. Ganz ähnlich ergeht es uns mit dem größten Teil unseres inneren Bewusstseins, der von den äußeren Funktionen des Geistes nicht berührt wird. Die inneren Prozesse unseres Körpers erfolgen automatisch, unabhängig von unserer Wahrnehmung. Auch die Tätigkeit unseres tieferen Bewusstseins geschieht ohne die Wahrnehmung der äußeren Geistesebene. Wir können uns dieses tieferen Bewusstseins jedoch bewusst werden. Die Meditation lässt uns dessen weitreichenden Möglichkeiten erkennen.

### **Die Natur von Chitta**

Die Natur unseres Kernbewusstseins (Chitta) ist jegliche Art von Empfindlichkeit, die Fähigkeit, auf irgendeine Weise zu fühlen. Die Fähigkeit zu fühlen ist die Grundlage für alle geistigen Funktionen und entwickelt sich zu den komplexen Prozessen des Denkens, der Gefühle und Empfindungen fort. Alles, was unsere verschiedenen Geistesebenen tun, ist eine Art von Gefühl. Sogar die Vernunft arbeitet durch Fühlen, Abwägen oder Vergleichen. Solche Gefühle sind die Reaktionen unseres Bewusstseins auf innere oder äußere Anregungen.

Das Bewusstsein ist die Fähigkeit, Zusammenhänge herzustellen, ohne die das Fühlen nicht möglich wäre. Es gibt uns die Möglichkeit, Dinge in uns zu spüren und uns in Dingen wiederzufinden. Unser Bewusstsein wird aus unseren intensivsten Beziehungen geschaffen, die wiederum unsere Sicht des Lebens bestimmen. Die Natur unseres Bewusstseins wird hauptsächlich durch Assoziationen geprägt. Das Bewusstsein registriert alles, was auf einer tieferen Ebene in unseren geistigen Bereich eindringt. Ohne die Fähigkeit, Dinge zu bemerken, wären andere geistige Tätigkeiten nicht möglich. Durch Hypnose kann unsere Wahrnehmung auf die Stufe dieses tieferen Bewusstseins gebracht werden, so dass wir uns an alles erinnern, was wir jemals erlebt haben. Unser tieferes Bewusstsein speichert alle Erinnerungen, nicht nur die bis zu unserer Geburt, sondern auch die Erinnerungen aus früheren Leben. Es trägt die Samen, die uns in dem Zyklus der Wiedergeburten gefangen halten und letztendlich nichts anderes als unsere tiefsten Empfindungen und Gedanken sind.<sup>H</sup>

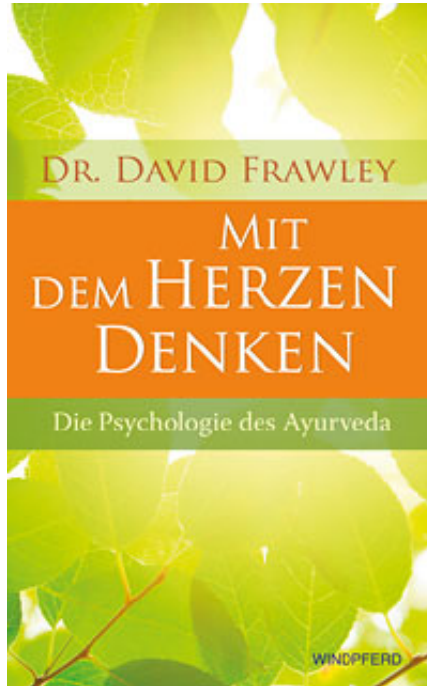
## **Das Bewusstsein in der Natur**

Die Welt entsteht durch das Bewusstsein. Das Reine Bewusstsein ist das Ungeborene oder das Absolute, das über der ganzen Schöpfung steht. Das konditionierte Bewusstsein oder der Bereich der Gedanken (Chitta) ist der Ursprung der Natur, die Ursubstanz, die das Universum erschaffen hat. Das Bewusstsein ist die Grundlage, ist das erste, das erschaffen wurde, um alles andere zu kreieren. Gedanken erschaffen alles, aber dies geschieht auf einer tieferen und grundlegenden Ebene als der, auf der sich unsere gewöhnlichen, persönlichen Reaktionen abspielen.

Das Bewusstsein ist für die Existenz und die Bewegung des Kosmos verantwortlich. Es steht hinter allen Formen der Materie und der Energie. Einige Arten des Bewusstseins existieren überall in der Natur, sogar in unbelebten Dingen. Sie tragen den Schöpfungsprozess auf jeder Ebene, angefangen beim Atom selbst. Alles, was existiert, muss zu einem gewissen Grad Bewusstsein enthalten, da es sonst nicht wahrgenommen werden könnte. Wir sind von einem Ozean des Bewusstseins umgeben, der alles umfasst. Nur ein Teil davon ist jedoch in Form von Lebewesen individualisiert. Der größere Teil des kosmischen Bewusstseins unterliegt dem Universum, dem unbelebten und dem belebten. Das individuelle Bewusstsein taucht in Form von einzelnen Zentren darin auf, wie Wellen im Meer.

Das Bewusstsein existiert auf der Ebene der einzelnen Gattungen und speichert das gesammelte Wissen und die Erfahrungen der jeweiligen Arten. Das Bewusstsein ist verschieden geartet, je nach kollektiven Gruppen der einzelnen Nationen, Geschlechter, Rassen und Religionen und enthält die spezifischen Neigungen der jeweiligen Gruppen. Im Pflanzenreich, das sich noch vor der Entwicklung der Sinne in einem Zustand des Tiefschlafes befindet, herrscht das Bewusstsein in seiner ursprünglichen Form, als Urempfinden, vor. Im Bereich der Elemente, die sich noch in einem Zustand vor der Entwicklung der Lebenskraft befinden, existiert das Bewusstsein in einer latenten Form. Es ist die Basis des genetischen Codes, der Stempel für die einzelnen Zellen, und herrscht über die grundlegenden Instinkte. Ein verborgenes Bewusstsein wirkt überall und ist der Schlüssel für jegliches Wachstum und jede Entwicklung.

Das Bewusstsein ist vollständig aktiviert in Göttlichen oder engelgleichen Wesen, den Bewohnern des großen, formlosen Himmels, in



David Frawley

[Mit dem Herzen denken](#)

Die Psychologie des Ayurveda

288 Seiten, kart.  
erschienen 2011



**bestellen**

Mehr Homöopathie Bücher auf [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)