

M 3 - Die sieben geistigen Gesetze

Durch das Buch und den Film *The Secret* von Rhonda Byrne ist ein Gesetz, das Gesetz der Anziehung, einer breiten Öffentlichkeit zugänglich geworden. Aber es gibt nicht nur das Gesetz der Anziehung, sondern **sieben geistige Gesetze, die jeder kennen sollte**, denn ihre Kenntnis verhilft dir dazu **Gesetzmäßigkeiten im Leben** zu erkennen und zum Vorteil für dich und andere zu nutzen. Leider wird dieses Wissen nicht in der Schule gelehrt.

Alle geistigen Gesetze sind gleich wichtig und hängen miteinander zusammen. Die sieben geistigen Gesetze lauten:

1. Gesetz der schöpferischen Urkraft (das All ist Geist)
2. Gesetz von Ursache und Wirkung (Karma)
3. Gesetz der Analogie (wie oben so unten)
4. Gesetz der Resonanz oder Anziehung
5. Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs
6. Gesetz des Rhythmus und der Schwingung

Gesetz der schöpferischen Urkraft (das All ist Geist)

"MENS AGITAT MOLEM"

Vergil, römischer Dichter und Epiker, 70 v. Chr. bis 19 v. Chr.

Zu Deutsch in etwa „Der Geist bewegt die Materie“ besagt, dass wirklich ALLES um uns herum geistigen Ursprungs ist. Alles beginnt mit einem Gedanken oder einer Idee.

Ein Beispiel: Du willst ein Haus für dich und deine Familie bauen? Zuerst hast du die Idee, dann machst du dir einen Plan (oder mehrere Pläne 😊) und dann beginnt die Suche nach einem Baumeister oder du besorgst dir das Material, die Baugenehmigung etc. selber und erst danach beginnt der Bau des Hauses.

Natürlich gibt es verschiedene Varianten der Vorgehensweise, aber allen gemeinsam ist: zuerst der Gedanke, die Idee und erst danach die Handlung. So ist es mit allem.

Deshalb ist es wichtig, dir über deine tagtäglichen Gedanken Klarheit zu verschaffen. Du beginnst deine Gedanken zu beobachten und startest mit einer gewissen Gedankenhygiene bzw. du denkst bewusst Gedanken, die du dir gewählt hast, was nichts anderes ist als mentales Training zu betreiben. Wir denken täglich ca. 60.000

Gedanken und nehmen nur einen Bruchteil davon wahr. Doch diese Gedanken erdenkst/erschaffst du dir nicht immer neu, sondern es sind Gedankenmuster, Überzeugungen und gewohnheitsmäßige Gedanken, die du immer wieder wiederholst. **DU BIST der Denker in deinem Kopf und du kannst lernen, umzudenken!**

Jeder Mensch ist durch seine Umgebung geprägt, deshalb ist es wichtig darauf zu achten mit wem du dich umgibst. Wer beeinflusst dich? Wer ist dein Vorbild? Sind es wohlwollende, fröhliche Menschen, die dich umgeben?

Gesetz von Ursache und Wirkung (Gesetz des Karmas)

Das Gesetz von Ursache und Wirkung wird auch Gesetz des Karmas genannt und kann ganz einfach erklärt werden: Das, was wir geben, erhalten wir zurück. Jeder Bauer weiß das. Aus einem Apfel kann nur ein Apfelbaum wachsen und aus einem Weizenkorn wächst Weizen.

Jeder Gedanke, jedes Gefühl und jede Handlung setzt eine Ursache, die eine Wirkung erzielt. Mehr oder minder stark, je nachdem, wie sehr wir diese Ursachen „nähren“. Das Gesetz des Karmas soll keine Angst machen, sondern ermuntert dich achtsamer durchs Leben zu gehen, gut auf deine Gesundheit zu achten und auch die Motivation hinter deinen Handlungen und Entscheidungen zu berücksichtigen.

Selbst den sogenannte "Zufall" gibt es nicht, er trägt nur eine **unbekannte Ursache** in sich. Die praktische Anwendung des Gesetzes von Ursache und Wirkung bringt dich von der Opfer- in die Schöpferrolle und damit in die Selbstverantwortung.

Gesetz der Analogie (wie oben so unten)

Etwas freier interpretiert lautet dieses Prinzips wie folgt: "Wie oben - so unten, wie unten - so oben. Wie innen - so außen, wie außen - so innen. Wie im Großen - so im Kleinen und umgekehrt."

Das Gesetz der Analogie bedeutet, dass es für alles eine Analogie oder Entsprechung gibt. Auf uns selbst übertragen besagt dieses Gesetz, dass uns nichts begegnet, was nicht in irgendeiner Weise mit uns zu tun hat (Spiegelgesetz). Oder wie mein väterlicher Freund der leider bereits verstorbene Kary Nowak es etwas salopper formulierte: „Was mich stört, zu mir gehört!“

Zwei Beispiele:

* Du bist verliebt und plötzlich siehst du lauter Paare, die ebenso verliebt sind. (Deine Verliebtheit spiegelt sich im Außen)

* Du bringst einer Freundin spontan Blumen mit um ihr eine Freude zu machen und ihr zu zeigen, wie dankbar du für diese Freundschaft bist und sie lacht dich an und erzählt dir, wie dankbar sie dir ist, weil du immer für sie da bist und ihr zuhörst. (Deine Wertschätzung wird dir von deiner Freundin gespiegelt)

Wie dir das Gesetz der Analogie helfen kann, dein Leben zu meistern? Durch die Kenntnis dieses Gesetzes kannst du ab sofort eine negative Einstellung drehen. Wenn du morgens merkst, du bist schlecht drauf (Hast du vielleicht schlecht geschlafen?), dann nimm dir einige Augenblicke Zeit für dich und halte inne. Richte bewusst deine Aufmerksamkeit auf Positives. Überlege dir, wofür du dankbar bist und mache die Übung „Ich greife nach den Sternen!“¹ und schon bist du besser gelaunt und das Gesetz der Analogie wird dir deine positive Einstellung spiegeln.

Gesetz der Schwingung und der Resonanz

Das Gesetz der Schwingung erinnert uns daran, dass ALLES in Bewegung ist und schwingt. Selbst scheinbar feste Materie ist auf atomarer Ebene in Bewegung und wird von der Umgebung beeinflusst. Zum Beispiel rostet ein Auto, der Kompost verrottet und aus einem gefällten Baum entsteht ein neuer Tisch.

Alles schwingt auf unterschiedlichen Frequenzen und deine Frequenz bestimmt wiederum, was du anziehst. Daher konzentriere dich so oft es geht auf das Positive und erhöhe damit deine gewohnheitsmäßige Schwingungsfrequenz. Das Sprichwort „gleich und gleich gesellt sich gern“ beschreibt das Gesetz der Resonanz auf einfache Weise, umgekehrt stößt Ungleiches einander ab.

In unserer Sprache gibt es einige Redewendungen, die uns an das Gesetz der Schwingung und Resonanz erinnern:

¹ Du stellst dich aufrecht hin und greifst mit deinen Händen so weit wie möglich nach oben und holst dir symbolisch Sterne vom Himmel mit jedem Stern sagst du etwas Positives dazu, z.B. ich hole mir Liebe vom Himmel, ich hole mir Glück vom Himmel, ich hole mir Inspiration vom Himmel oder einfacher: Ich bin gut, ich fühle mich gut, ich freue mich, usw. – mache die Übung 2 Minuten lang, täglich morgens.

- *ansteckendes Lachen
- *Begeisterung, die ansteckt
- *jemanden anziehend finden
- *sich beschwingt fühlen
- *oder verstimmt sein.

Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs (kalt und warm ergibt lau)

Dieses Gesetz besagt, dass alles im Universum nach Harmonie strebt. Treffen also zwei unterschiedlich schwingende Menschen aufeinander, werden sie sich aneinander angleichen oder sich gleich wieder aus dem Weg gehen (einander abstoßen).

Gegensätze ziehen sich an und gleichen sich aus. In Partnerschaften, Freundschaften oder Geschäftsbeziehungen treffen wir mitunter auf Partner, die genau die Eigenschaften haben, die wir noch entwickeln dürfen. Wir ergänzen uns und lernen voneinander. Das birgt aber auch Konfliktpotenzial. Es klingt paradox, dass das Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs dazu führt Konflikte auszutragen und sogar zu streiten. Aber ein Streit kann genauso reinigend sein wie ein Gewitter.

Einige Beispiele:

- *kalt und warm ergibt lau
- *die heiße Herdplatte erwärmt die Suppe im Topf
- *Bezahlung der Rechnung = ein finanzieller Ausgleich für eine erhaltene Leistung, Geben und Nehmen sind ausgeglichen
- *in der Kommunikation hört der eine zu (passive Teil) und der andere spricht (aktive Teil) – idealerweise ist die Redezeit zwischen den beiden ausgeglichen.

Wie kannst du das Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs für dich nutzen? Dieses Gesetz zeigt uns, dass wir alle miteinander verbunden sind. Treten Konflikte auf geht es um Ausgleich und Harmonie, unterschiedliche Standpunkte (Frequenzen) wollen gehört und aneinander angeglichen werden.

Dieses Gesetz macht uns frei von Schuld- und Schamgefühlen. Ein Streit braucht nun keinen Schuldigen mehr, sondern es wirkt das Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs. Wir dürfen darauf vertrauen, dass danach – wenn alle gehört wurden – wieder Harmonie einkehrt.

Gesetz des Rhythmus und der Schwingung (Flut und Ebbe)

Das Gesetz des Rhythmus kannst du durch das Beobachten der Natur erkennen. Beispiele für das Gesetz des Rhythmus sind: Tag und Nacht, die Mondphasen, Flut und Ebbe, die Jahreszeiten, Geburt und Tod - alles folgt einem Rhythmus und unterliegt einem wiederkehrenden Zyklus.

Nichts bleibt stehen, Leben heißt Veränderung und Transformation – das hat auch etwas Tröstliches.

Wie wir das Gesetz für uns nutzen können? Indem wir loslassen, im Augenblick bleiben und das Leben wertfrei genießen. Indem wir in Zeiten der Flut vorsorgen und in Zeiten der Ebbe unsere Zuversicht bewahren.

Gesetz der Polarität (Yin und Yang)

Alles hat zwei Seiten wie eine Münze. Das Prinzip der Polarität bzw. Dualität ist in der chinesischen Philosophie als das Prinzip des Yin und Yang² bekannt. Dieses Gegensatzpaar bekämpft sich nicht, sondern bedingt einander. In jedem Yin ist ein bisschen von Yang, in jedem Yang schwingt Yin mit. Yin und Yang ergänzen sich also. Dem weißen Yang sind die Attribute hell, hoch, hart, heiß, positiv, aktiv, bewegt und männlich zugeordnet, demgegenüber steht das dunkle Yin mit den Attributen dunkel, weich, feucht, kalt, negativ, passiv, ruhig und weiblich.

Beispiele sind die Gegensatzpaare Tag und Nacht, Mann und Frau, Yang und Yin, Gesundheit und Krankheit, Liebe und Hass, Aktivität und Passivität, ...

Diese Gegensätze sind die beiden Extreme einer Einheit, sie gehören zusammen – veranschaulicht am Beispiel der Münze.

Wie kann das Gesetz der Polarität von Nutzen sein? Letztendlich führt das Verständnis des Gesetzes der Polarität dazu, dass wir die Einheit hinter der scheinbaren Trennung erkennen. Das führt zu einem erweiterten Horizont und mehr Gelassenheit, weil wir weniger bewerten, mehr beobachten und uns von den Höhen und Tiefen des Lebens nicht mehr so leicht mitreißen lassen.

² Quelle: de.wikipedia.org/wiki/Yin_und_Yang – 6.11.2023

Aufgabe 1 zu M3 – Die sieben geistigen Gesetze

Finde für jedes geistige Gesetz ein eigenes Beispiel aus deinem Leben.

Gesetz der schöpferischen Urkraft (das All ist Geist)

Gesetz von Ursache und Wirkung (Karma)

Gesetz der Analogie (wie oben so unten)

Gesetz der Resonanz oder Anziehung (Gleiches zieht Gleiches an)

Gesetz der Harmonie und des Ausgleichs (kalt und warm ergibt lau)

Gesetz des Rhythmus und der Schwingung (Flut und Ebbe)

Gesetz der Polarität (Yin und Yang)

Aufgabe 2 zu M3 – Die sieben geistigen Gesetze

Überlege dir, wie du das Gesetz der schöpferischen Urkraft und das Gesetz von Ursache und Wirkung **für die Erreichung deiner Ziele** nutzen kannst.