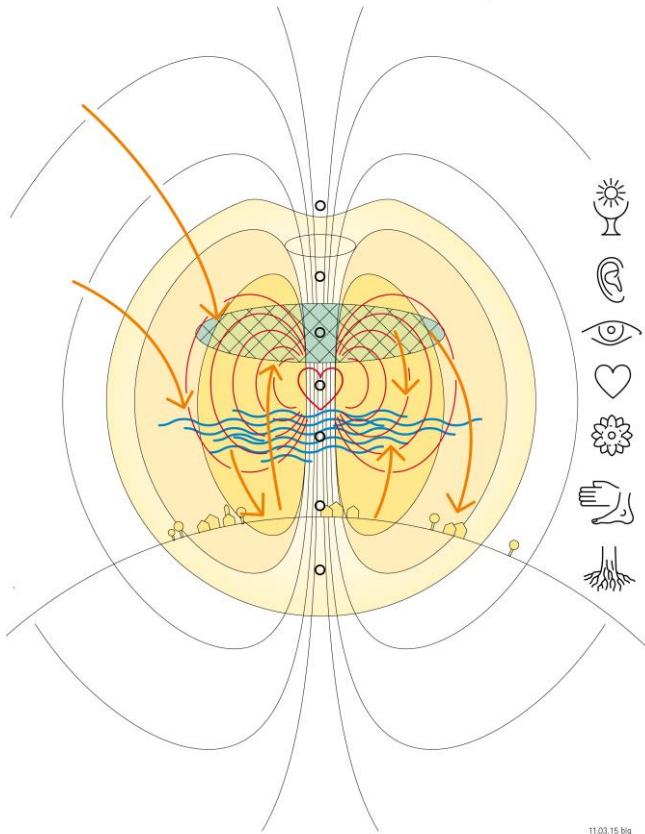


## Meditativ bewusste Fokusorte

(holistisch von unten nach oben aufbauend (in-)einander zugeordnet)



„es atmet mich“

Der **Mensch in Vollendung** oder Erfüllung; lebt ehrlich u wahr in und durch die geistige bzw spirituell wache **Dimension**, Beheimatung u. Zugehörigkeit: **ein** ich-freier **Mensch**:

- er oder sie wahrt innen wie aussen u. ist lückenlos lebendig;
- ist real und eine *ursprungsnah*e Seinsqualität
- ist „irgendwie“ präsent und erfahrbar, nicht machbar; weder fassbar, noch quantifizierbar
- ist friedliebend, „stillend“; regenerierend d.h. kräftigend und befähigt zu mehr **Selfempowerment**
- ist ein spürbares Vermögen durch eine erbarmende Kraft
- ist eine egobegückende und erfüllende Begabung und Ermächtigung zu barmherzigen Liebegaben (vgl Mt 5) zB. als Rechts- u. Vorteilsverzicht, Durchhaltevermögen uam
- ist

- a-rational: nichtmental angesiedelt; ist weder kritik- noch gedankenlos; höchstens/paradox deutbar: ist wie *im* Begriff und ist es *zugleich nicht!*
- a-emotional: weder gefühllos noch gefühlsvorhaftet
- a-vital: instinktfrei und geläutert; ist weder instinktlos noch geschmacklos
- ego-frei: weder ich-los, noch ich-verhaftet.

Sein Gegenwartsbezug ist ein intensives qualitativ mitgelebtes bzw z.T. *mitaspiriertes* Ereignis in eine holistisch durchgebrochene bzw mutierte plastische „Tiefe“ oder „Höhe“: ein Gegenwartsbewusstsein als ein „Kairos zu einem (nächsten) Ganzen“ das andauert oder „irgendwo“ und „irgendwie“ in uns nur für ns aufblitzt.

## Betrachtungen zum geistigen Menschen und zum „meditativen Bewusstseinsbild“ III b

### Der integrale oder spirituelle Mensch

ist innerlich sich selbst *durchlässig* (*transparent*) bewusst, klar und frei; ein „**neuer Mensch**“. Er lebt und entscheidet sich in und mit seinen inneren, wie äusseren Werten und Prozessen kritisch (mit kommunizierbaren Kriterien) und bewusst mit. Er verpflichtet sich innerlich wach, orientiert, fokussiert, verbindlich, mitverantwortend und fühlt sich frei im Co-Ereignis einer Beziehung. Sein Engagement wird oder geht als *dialogisch* oder pluralistisch (mit-) gestaltete modulierbare „Antwort“ in einem immer kommunikativen Austausch u. Geschehen (Wechselfeld):

Bei allem Tun oder Lassen kann, darf und soll unser Geist, wie jeder Atemzug (innerlich wie äusserlich) stets so frei fließen und walten können, wie „der Wind durch den Blätterwald rauscht“. Denn „es *durchpulst*“ oder „es *atmet mich*“ jeden Augenblick als ein Geschenk „des Lebens“, wie mich der ganze Kosmos, ein Wille, die Liebe, Ich-Kraft oder Person (Gott, Vater, Allah, Jawe, Ich-Bin, Mutter, Mutter-Erde und ich-selbst, mich) vom Anfang her gewollt und aus ein Ziel hin stets neu mit mir *erschafft*. So stehen uns sieben +/- bewusst wahrnehmbare und mitgestaltbare

### Fokussiermöglichkeiten

in 7 Dimensionen, Ebenen od. Ereignisfeldern menschlicher Bewusstwerdung „in der Welt“ = f (R, T, §, \$, Ego, Emo..) zur Verfügung, die wir sowohl als **Seelenvermögen** entfalten, wie als **Lebensqualitäten** und **Seins-Potentiale** wahrnehmen und entwickeln oder vernachlässigen (vgl. Kleeblattgraphik nach CG Jung; HP: spirit. Anthropologie).

In der Realisation beinhalten diese je selber mit(!) zu verantwortenden dynamischen (Co-) Anstrengungen und Entscheidungsprozessen zur Aneignung neuer Handlungskompetenzen z.T. auch dramatische Phasen der Selbst-Bewusstwerdung und Auseinandersetzung mit seinen Antriebswelt/en, Selbstidentifikation/en und Zugehörigkeiten im Inneren wie im Äusseren: vom Vitalbereich bis zur Vollendung geistiger Wertbewahrung (vgl. Stufenmodelle).

Man prüfe dazu seine eigenen „Normal“-Identifikationen und Fokussierungen: „Was du anschaust und einübst, wird dir grösser(!)“. Diese inneren fünf Fokussierorte können uns zu **Gestaltungsräumen** des Glücks werden, wie wir sie ebenso zu unheilvollen Verhängnisse und Beziehungen verkommen lassen oder überzüchten können, hin bis zur Ekstase und weiter zum ichtentwertenden, ichversessenen, egeoverhafteten und selbstzerstörenden Suchtort u. -bezug.

Der im ewig-geistigen (religiös österlichen) Leben erwachte Mensch zeigt sich unverhaftet: relativ ego-frei; bestimmungsoffen, souverän, solidarisch, entscheidungsfreudig, angemessen handlungsfähig und tatkräftig in der holistischen Wahrung und Auswahl seine Antriebe und Inspirationen zur Mitbestimmung und Mitgestaltung seiner Engagements. Es ist seine relative «**Fokusfreiheit**» in den für ihn zuträglichen Handlungsfeldern für seinen kooperationsfähigen, konkret werdenden und verlässlichen Lebensstil. 9.8.10 /11.03.15/18 g [bruno.leugger@bluewin.ch](mailto:bruno.leugger@bluewin.ch)

Mehr: [www.brunoleugger.ch/Ethik/](http://www.brunoleugger.ch/Ethik/) / Kp. 8 Anthropologie; bzw Kp 8: Integrale und spirituelle Anthropologie