

Was ist das Ziel?

Der Leser dieses Buches soll zu einer Betrachtung geführt werden, die ihm als Wegweiser zur Erkenntnis der Wirklichkeit in sich selbst dienen kann. In gewisser Weise soll ein "Roter Faden" aufgezeigt werden, der einen Weg durch das Labyrinth der Lebensbetrachtungen zum persönlichen Wahrheitsspiegel geleitet. Die existentiellen Überlegungsimpulse können zur kritisch-wachen und gleichzeitig intuitiv-empfindenden Sondierung bisheriger Lebensnarrative und damit zur Korrektur bzw. Weitung der Lebenssicht beitragen. Weltbild und Menschenbild sollten eine ökologische Einheit ergeben. Die Betrachtungsweise bedarf dabei keiner neuen Lehre. Durch Querbezüge zu den traditionellen Lehrfächern werden deren Lehrinhalte in eine Gesamtschau eingebunden. Diese Zusammenführung wird somit zu einer Orientierungshilfe auf dem persönlichen Weg zu einem wahren und sinnhaft erfüllenden Leben!

Angesichts dieses Zieles müssen sich im Fach „Integrative Humanistik“ wesentliche Themenbereiche wie Naturwissenschaften, Anthropologie, Philosophie, Psychologie, Medizin, aber auch Theologie, Theosophie, Pädagogik sowie Anthroposophie und andere Betrachtungsweisen wiederfinden. Die logische Wertebetrachtung (Ethik) und das spirituell-geistige Erspüren (Moral) als die zwei Möglichkeiten menschlicher Wahrnehmung sollen zu einer integrativen Gesamtschau menschlichen Seins zusammengeführt werden.

Die „Integrative Humanistik“ muss somit weniger als ein geschlossenes Lehrfach, sondern vielmehr als eine Sondierungs- und Integrationsdisziplin angelegt sein. Es bedarf dabei nicht einer detaillierten Aneinanderreihung der vielschichtigen Wissensfelder, sondern es geht vor allem um eine integrierende Vernetzung grundlegender Erkenntnisse zu einer Gesamtschau.

Das menschliche Dasein wird dabei aus drei großen Perspektiven betrachtet:

- Der Mensch aus anthropologischer Sicht
- Der Blick auf die individuelle Persönlichkeitsentwicklung
- Der Gemeinschaftsbezug des Menschen

Die verbindende Sichtweise sollte letztlich einen Weitblick auf einer Metaebene erschließen, der den Betrachter zu einer reifenden Persönlichkeit führt, die von **starrten Narrativen befreit, ihr individuelles Bewusstsein erlangen kann.**

Kurz: Die integrative Humanistik soll den Menschen zu einer individuellen Bewusstheit führen, die ihn zum authentisch tragenden Mitglied einer humanen Gemeinschaft reifen lässt und gleichzeitig eine individuelle Entwicklung zu einer erfüllenden Weisheit induziert!

Inhaltsverzeichnis

I	Der Mensch als Teil der Schöpfung	
	Vorüberlegungen	11
1.	Am Anfang stand der Mythos	12
2.	Die Vorstellung von der Inkarnation des Geistes-Menschen	15
3.	Die Wechselbeziehung zwischen Körper-, Geist-, und Seelenwesen	17
4.	Die Strebungen des geistigen Brückenwesens MENSCH	20
5.	Die Entstehung von Religionen	21
6.	Die Vielfalt der Religionen	23
7.	Der Grenzkampf der Religionen u. Religionskritik	25
8.	Die Wahrnehmungsfähigkeit des Menschen	27
9.	Mythos und Modelle – Betrachtungsvielfalt der Menschen zur Schöpfung	29
10.	Der kosmische Mythos	32
11.	Die Schöpfungsgesetze und ihre Wirkung im Materiellen wie im Geistigen	33
12.	Naturwissenschaftliche Evolutionstheorie zur Entwicklung der menschlichen Spezies	36
13.	Der Weg zur individuellen Handlungsentscheidung	38
14.	Erste Kulturen und die Ambivalenz kultureller Entwicklung	41
15.	Die In-Besitz-Nahme der Erde	44
16.	Wahrheit und Lüge	46
17.	Beständigkeit und dynamischer Wandel	48
18.	Die Wechselbeziehung von Mensch und Technik	51
19.	Die Auswirkung von Materialismus, Kapitalismus und weltlicher Macht	55
20.	Lebensökologie - Die Notwendigkeit einer ökologisch-geistigen Wende	58
II	Das Selbstverständnis des Menschen	
	Vorüberlegungen	65
1.	Lebensnarrative und mögliche Gestaltungspotentiale: Welt-, Menschen- und Gottesbild als Grundlage der Lebensorientierung	66

2.	Griechische Philosophie als Grundlage des Humanismus	70
3.	Der Humanismus: Die philosophische Geschichte einer Idee im Wandel der Gesellschaften	74
4.	Moderne Formen des Humanismus	80
5.	Die Theosophie - eine auf das Göttliche bezogene Lebensbetrachtung	88
6.	Östliche Lebenslehren	92
7.	Die Bedeutung der Psychologie für das Verständnis menschlichen Verhaltens	93
8.	Die Persönlichkeit	98
9.	Die menschliche Intelligenz	101
10.	Die Emotionalität des Menschen	104
11.	Die seelischen Aspekte des Menschseins – Der Weg nach Innen	107
12.	Kultur als menschengerechte Ausdrucksform von Bewusstsein	124
13.	Bewusstsein und Bewusstseinsentwicklung	130
14.	Der moderne Profilierungswahn	134
15.	Die Krise als Impuls zur Umorientierung	136
16.	Neuorientierung im Rad der Verwandlung	138
17.	Lebensökologie als integrativer Weg zur Ganzheitlichkeit im individuellen Leben	141
III	Vom Kind zum Erwachsenen	
	Vorüberlegung	149
1.	Die Vorprogrammierung des Menschen	151
2.	Die drei wichtigsten Entwicklungsfaktoren als Grundlage menschlicher Entwicklung	154
3.	Die unterschiedlichen Arten von Erfahrungsgewinn	156
4.	Die phasenhaften endogenen Entwicklungsimpulse beim Menschen	160
5.	Die Bedeutung der Erziehvorbildes	163
6.	Erziehungsstile und ihre Wirkung	165
7.	Die frühe Kindheit als prägender Entwicklungsabschnitt	166
8.	Die orientierende Bedeutung der Jugendzeit	171
9.	Die körperliche und geistige Integration des Geschlechts	175

	10	Die Vielschichtigkeit von Liebe als wesenhafter Impuls	181
	11.	Hinführung zu einem spirituell-geistigen Lebensbezug	184
	12.	Die Willensschulung	189
	13.	Erziehungsdilemma: Individualisation – Sozialisation	192
	14.	Kreatives Selbsterleben durch Lebensgestaltung	195
	15.	Gedanken zur Schulbildung	199
IV		Aspekte der Selbsterziehung	
		Vorüberlegungen	203
	1.	Die Fortsetzung der endogenen Lebensphasen im Erwachsenenalter	204
	2.	Verdrängung und Kompensation als Entwicklungsbremse	209
	3.	Charakteristische Persönlichkeitsveränderungen	215
	4.	Der Verlust der Wahrhaftigkeit	233
	5..	Der Lebensalltag als Chance zur Selbsterziehung	235
	6.	Leben zwischen Sorge, Leid und Freude	258
	7.	Die Bedeutung von Lebenskultur für ein gelingendes Leben	262
	8.	Der Wertewandel zwischen Normen, Ethik und Moral	267
	9.	Mein Erscheinungsbild: Kleidung, Haltung, Auftreten, Sprache	269
	10.	Die körperliche Fitness	273
	11.	Der Menschliche Körper als Sozietät von Zellen - Die geistige Basis von Gesundheit und Krankheit	276
	12.	Das psychosomatische Wirkgefüge: Der Weg von der mentalenen Verfasstheit bis zur physischen Störung	279
	13.	Lebenskonflikte und Stress als Auslöser für Krankheiten	283
	14.	Wege zum Stressabbau und zur Konfliktlösung	292
	15.	Resilienz als psychisches Immunsystem	302
	16.	Bewusstseinsreifung durch Wahrnehmungs- differenzierung und Willensbemeisterung	305
V		Der formende Gemeinschaftsbezug	
		Vorüberlegung	308
	1.	Der Mensch als animalisches Gemeinschaftswesen	309
	2.	Der kognitiv-ethische Fortschritt des Gemeinschaftssinns – Die Entwicklung einer gesellschaftlichen Wertestruktur	312

3.	Der Mensch als bedingt formbares Wesen	316
4.	Die individuelle Differenzierung des Sozialbezugs – Das Dilemma im Spannungsfeld zwischen Trieben und Werten	319
5.	Der Wertewandel als inhaltlicher Begleiter von Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung	323
6.	Der Mensch auf der Suche nach Anbindung - Der Sozialkontakt als menschliche Notwendigkeit	326
7.	Verantwortlichkeit als formender Gemeinschaftsbeitrag	339
8.	Kommunikation und Meinungsbildung im sozialen Umfeld	333
9.	Die individuelle Abbildung der Gesellschaftskultur als stabilisierende Tradition	338
VI	Gesellschaftsstruktur und Lebensqualität	
	Vorüberlegung	341
1.	Gesellschaft als Wertegemeinschaft	342
2.	Lebenskultur und Werte	348
3.	Freiheit-Gleichheit-Brüderlichkeit!	354
4.	Menschenrechte und Menschenpflichten	361
5.	Die Aspekte einer ökologischen Humangesellschaft	363
6.	Die sachgerechte Steuerung der Gesellschaftsentwicklung	369
7.	Politik als wirkliche Volksvertretung	372
8.	Die gesellschaftliche Bedeutung der Medien	378
9.	Die Bedeutung von Forschung und Technik für die gesellschaftliche Entwicklung	382
10.	Das reale Wirtschaftsleben	386
11.	Quo Vadis?	388

I Der Mensch als Teil der Schöpfung

Vorüberlegungen:

Als körperlich-irdisches Wesen hat sich der Mensch aus dem Tierreich entwickelt. Entsprechend der Evolutionsforschung vollzog sich dieser Tier-Mensch-Übergang in einem Zeitraum vor 10 Mio. bis 3 Mio. Jahren in den Savannen Ostafrikas. Der Wandel zum aufrechten Gang scheint einen Entwicklungsschub ausgelöst zu haben, der durch den Gebrauch der Hände zu einer Weiterentwicklung des Großhirns führte. Durch die erweiterte Gehirnleistung verbesserten sich die sensomotorischen Fähigkeit so wesentlich, dass eine deutlich gesteigerte Reaktivität auf Umweltsituationen möglich wurde. Diese differenzierte Wahrnehmungs- und Verarbeitungsleistungen des Nervensystems müssen letztlich die Grundlage dafür gewesen sein, dass geistige Impulse im Menschen erfahrbar werden konnten. Eine geistige Sphäre von Selbstwahrnehmung und Erfahrungsreflexion bildete sich anscheinend im Menschen ab, was später als Inkarnation (Seelisches Selbsterleben im weltlichen Körper) bezeichnet wurde. Neben der sinnlich-denkenden Weltwahrnehmung erschloss sich dem Menschen eine einfühlend-empfindende Wahrnehmungsweise, die ihn im Wesentlichen vom Tier unterscheidet. Mit den nunmehr erweiterten Möglichkeiten, seiner Neugierde und seinem ursprünglichen Überlebenstrieb erobert sich der Mensch nach und nach die Nützlichkeiten, die ihm die Natur bietet. Sein Verstand, der sowohl dem differenzierten Tiergehirn entspringt, aber auch den geistigen Impulsen, die sein Wesenskern erwirkt, entwickelt sich ein inneres Bewusstseinsfeld, in dem sich Wissen und Selbstempfindung durchdringen. Getragen von dieser umfassenderen Weltwahrnehmung wird der Mensch zu einem kulturschaffenden Wesen. Jenseits instinktiven Verhaltens gibt er selbst seinem Leben Inhalt und Form. Werkzeugfertigung sowie Waffengebrauch, individuelle Gestaltung von Behausungen, Schmuck, Malerei aber auch Totenkult und Götterverehrung weisen auf seine vielschichtige Seinswahrnehmung hin. Mit der Ausbreitung über große Teile der Welt zwischen 1 Mio. und 100 000 Jahren entwickeln sich, durch die Anpassungen an die unterschiedlichen Naturgegebenheiten, eine Vielfalt von Menschengruppen mit speziellen kulturellen Lebensformen. Durch Fortentwicklung von Weltwissen und Technik greift der Mensch zunehmend in die Natur ein und bewirkt immer mehr Störungen in den natürlichen Gleichgewichten. Mittlerweile

überschreiten viele Eingriffe die dynamische Pufferwirkung natürlicher Systeme. Zunehmend ist zu erkennen, dass wir Menschen durch unsere unbedachte Lebensweise selbst gefährdet sind. Ein überfälliges Umdenken wird leider nur langsam erkennbar!

1. Am Anfang stand der Mythos

Mythos

*Mythen entsprechen nicht unmittelbar einer äußeren Wahrheit, sie tragen aber in **symbolischer Darstellung** eine tiefe **innere Wahrheit** mit sich!
Bei Mythen handelt sich um Erzählungen, in denen innere Wahrnehmungen in Form von Geschichten weitergegeben werden.
Darin bildet sich vorbewusstes Erleben ab, welches sich in seelischen Seins-Impulsen zeigt!*

Die Mythologie ist somit die Summe aller Mythen einer speziellen Lebenskultur.

Kulturübergreifend nehmen die Mythen Bezug auf eine „Goldene Vorzeit“ der Menschen, in der diese noch in unmittelbarer Verbindung mit dem Göttlichen standen. Im Fall aus diesem Zustand scheint sich der Mensch an eine materielle Existenz zu binden.

Er hat damit die Lebensaufgabe, sich wieder aus dem Zustand der Bewusstseinslosigkeit durch Selbsterkenntnis zu erheben.

Im religiösen Mythos wird das Dasein der Menschen mit der Welt der Götter oder des Geistes verknüpft. Es handelt sich daher um eine Form der Wieder-Anbindung an das Geistige! Schon seit den Vorsokratikern (ca. 500 v. Chr.) stellen sich die Sophisten mittels logischer Argumentation gegen diese mystischen Erzählungen. Epikur lehnte Göttermythen radikal ab. Bisweilen wurden die Mythen als Herrschaftskult zur Vergöttlichung der Könige interpretiert!

Der antike Mythos

(nach Hesiod)

Zu Zeiten des „Goldenen Menschengeschlechts“, welches von Kronos gelenkt wurde (ca. 700 v. Chr.), lebt die Menschen sorglos, genügsam und ehrlich. Diese Geistesmenschen waren mit den Göttern befreundet und die Erde ernährte sie mit ihren Früchten. Sie als Unsterbliche sollten die späteren, sterblichen Generationen behüten und begleiten.

Durch die zunehmende Weltbindung der Folgegenerationen wandelt sich auch der Mythos vom Menschsein. Mensch- und Götterwelt trennen sich mehr und mehr auf! Durch die Weltbindung, Habsucht und Betrügerei veränderte sich auch die Charakterqualität der Menschengattung.

Der Verfall von Friedfertigkeit und Eintracht ergab sich auf Grund zunehmender Gier und der wachsenden Konkurrenz unter der Herrschaft von Zeus. Durch den Rückzug der Götter, vor allem der Gerechtigkeitsgöttin Dike, verwandelt sich Liebe in Hass und Streit (nach Empedokles und Platon)!

Ab 600 v. Chr. spricht man vom Silbernen Geschlecht mit Landbau, Seefahrt und Handel. Ab 500 v. Chr. herrscht das Eisernen (eherne) Geschlecht mit Waffen und Kriegen.

Letztlich handelt es sich nach Platon um Menschen unterschiedlichen Bewusstseins, die diesen Wandel erwirkten!

Schöpfungsmythos - Basis aller abrahamitischen Religionen (Judentum, Christentum, Islam)

Urgeschichte (Kapitel 1-11)

- Schöpfungsgeschichte
- Garten Eden und Vertreibung (Adam /Eva)
- Brudermord aus niederen Beweggründen (Kain /Abel),
- Menschliches Leid und Verwirrung der Menschen (Sintflut und Turmbau zu Babel)

Schöpfungsgeschichte

1. *Das Licht und damit Tag und Nacht werden geschaffen.*
2. *Das Himmelsgewölbe wird errichtet, das das Wasser unter der Erde von Wasser über der Erde trennen soll; dabei wird auf das antike Weltbild Bezug genommen, wonach über dem Firmament wieder Wasser sei.*
3. *Land und Wasser werden getrennt, und Pflanzen werden erschaffen.*
4. *Himmelskörper werden am Gewölbe des Himmels angebracht (Sonne, Mond, Sterne).*
5. *Meerestiere und Vögel werden erschaffen.*
6. *Landtiere und zuletzt die Menschen werden erschaffen, männlich und weiblich*
7. *Sabbat: Gott vollendet sein Werk und ruht; er segnet den siebten Tag und spricht ihn heilig.*

Interpretation:

In vergleichbarer Weise können die frühen Mythen so gedeutet werden, dass Menschen zu Zeiten der Menschwerdung noch intensive Verbindung zu geistigen Sphären hatten und diesen Zustand als „Goldene Zeiten“ bzw. „Paradiesisches Dasein“ umschrieben.

Gleichzeitig wird dargestellt, dass die zunehmende Bindung an die irdisch-materielle Daseinsform den Menschen in seiner Triebhaftigkeit aus seiner geistigen Einheit entfernte, was für ihn letztlich Schmerz und Leid mit sich brachte.

Mit dem Fall in das materiegebundene sinnhafte Dasein verengt sich das Bewusstsein. Allein Erlebenserinnerung und denkenden-fantastische Fortschreibung bestimmen die Wahrnehmung, erfüllt von Ängsten und Wünschen. Was bleibt, ist die Sehnsucht nach dem Paradies. Diese Sehnsucht könnte der letzte Impuls für die Glückssuche und auch für den Ursprung aller Religiosität des Menschen sein!

Der Geistes-Mensch, der sich mit seiner Geist-Seele dem Tier-Menschen vereint, empfindet sich in einem inneren Widerstreit seiner unbewussten Impulse. Dies ist letztlich die Ursache für die Zerrissenheit des Menschen. Erst mit der schrittweisen Entfaltung des menschlichen Bewusstseins, das seine Quelle im Zentrum der Seele findet, kann der Mensch zur Klarheit im Gewirr der Bedürfnisse finden. Diese innerste Fähigkeit zur differenzierten Wahrnehmung und Gewichtung wird somit zum Zentrum des menschlichen Gewissens. Es ist letztlich der geistige Maßstab für moralisches Verhalten!

Die Grundentscheidung zur Betrachtung des menschlichen Daseins

Materialismus

Alle Erscheinung sind
allein materiellen
Ursprungs

Ein-Welten-Theorie

Der Mensch als
evolutioniertes Tier

Vitalismus

Alle Erscheinung
entstehen aus der
Wechselbeziehung
von Materie und Geist

Zwei-Welten-Theorie

Der Mensch als
animalisches und
geistiges Wesen