Harald Knauss

Erkenne dein Grundnaturell - Drei Wege zu Gesundheit und Erfolg

Leseprobe

Erkenne dein Grundnaturell - Drei Wege zu Gesundheit und Erfolg

von Harald Knauss

Herausgeber: Narayana Verlag



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Vorwort 3

Danksagung 5

Einleitung 6

1. Die drei Grundveranlagungen 16
1.1 Die drei zentralen Lebensfragen des Menschen 17
1.2 Die drei Gehirnanteile oder Intelligenzien 22
1.3 Die Keimblätter und die Intelligenzien 33

2. Die drei Grundtypen 38
2.1 Basis: Die praktisch-verwirklichende Intelligenz / der materielle Typus 46
2.1.1 Wesenheit 46
2.1.2 Körperebene 49
2.2 Basis: Die schöpferisch-intuitive Intelligenz / der spirituelle Typus 53
2.2.1 Wesenheit 53
2.2.2 Körperebene 56
2.3 Basis: Die kognitiv-analytische Intelligenz / der intellektuelle Typus 59
2.3.1 Wesenheit 59
2.3.2 Körperebene 62

3. Wie finde ich meinen Grundtyp heraus? 68

4. Die Basis und die Neigungen 76
4.1 Das Auffinden der Neigungen 83
4.2 Einige Beispiele über verschiedene Veranlagungen 85
4.3 Disharmonie in der Anlage 90
4.4 Die Veranlagung aus spiritueller Sicht 95
4.4.1 Die Basis und die Lernaufgabe 97

5. Die drei Intelligenzien und die Lebenszeit **100**
5.1 Bildung der Temperamente in der Zeit vor der Geburt 101
5.2 Die drei Perioden der Schwangerschaft 102
5.3 Die drei Stufen bis zum Erwachsensein 103
5.4 Lebensphasen 105

6. Gesundheit und Krankheit **108**
6.1 Die einzelnen Grundtypen aus gesundheitlicher Sicht 115
6.2 Therapie 120

7. Typengerechte Ernährung **128**
7.1 Heilen über einen typengerechten Diätplan 133

8. Ausblick **134**

Anhang **137**
Bibliographie 138
Stichwortverzeichnis 139
Abbildungsverzeichnis 140

Die Einleitung zu diesem Buch ist mir besonders wichtig, da der Inhalt auf Erkenntnissen von Dr. O.Z.A. Hanish beruht, dem Begründer der Mazdaznanbewegung. Mazdaznan war um 1900 einer der großen Gruppen im Kreise der Lebensreformbewegung. Manche Ideen von Dr. Hanish hinterlassen ein überaus zwiespältiges Gefühl im Leser, da auch er selbstverständlich ein Kind seiner Zeit war. Daher möchte ich in der Einleitung auf die Bedeutung, aber auch die Grenzen der von ihm begründeten, spannenden „Selbstdiagnostik" eingehen. Mir ist es wichtig, den faszinierenden Kern seiner Lehre darzustellen und jene Schalen abzustreifen, die ich persönlich als Produkt des Zeitgeistes werte und die besser der Vergänglichkeit anheim fallen sollten. Ich finde seine Gedanken über die drei unterschiedlichen Grundtypen des Menschen ungeheuer spannend. Sie erklären überaus überzeugend viele Umstände im Leben, die so noch nicht erklärbar sind. Ein solcher Umstand ist z. B. die Frage, warum dieselbe Krankheit bei dem einen Menschen viel schwerwiegendere Folgen hat als bei einem anderen. Auf eine solche Frage gibt diese Konstitutionslehre überzeugend Antwort. Daher finde ich es persönlich wichtig, dass diese Lehre mehr Verbreitung findet, da sie unser Leben nicht nur bereichern, sondern auch heilsamer, gesünder und erfüllter machen kann.

Nach Vorstellung der esoterischen Gedankenwelt bildet und formt sich der Mensch aus verschiedenen Elementen heraus. Zum einen aus der Essenz der Erfahrungen seiner vergangenen Leben, zum anderen aus kollektiven Anlagen, wie z. B. dem Erbgut der Eltern, dem Erbe des Volkes, in das er geboren wird usw.

Gleichzeitig entwickelt sich im Laufe der Lebensjahre immer mehr der Eigenwille, der ebenfalls prägend und formend einwirkt. Aber letztendlich ist es die Seele selbst, die aus dem bereitgestellten „Material" alles erschafft und in die Zukunft hinein entwickelt. Sie erschafft sich das angemessene Formgehäuse und sie kann es auch wieder verändern. Da in diesem Buch die äußerlichen Zeichen der menschlichen Gestalt eine wichtige Rolle spielen, müssen wir dessen besonders eingedenk sein. Nichts ist schlimmer als eine Art „technokratischer Zeichendeutung", die nur das Gegenüber, den anderen im Kopf hat und mit Hilfe von Standardmesswerten das innere Wesen eines Menschen festzuschreiben versucht. Äußere Zeichen dienen der Aufmerksamkeit, sind Hinweise, nicht mehr und nicht weniger. Jeder Mensch ist ein Universum und daher unergründlich, zu jeder Zeit zur Wandlung fähig – wenn er denn will. Die Seele ist das schöpferische Prinzip, das auf Wandlung und Entwicklung drängt. Sie bedient sich der verschiedenen Pools, Möglichkeiten und Ebenen, um das zu erschaffen, was ihr eine weitere Entwicklung erlaubt hin zu einem Ziel, das dem Ich-Bewusstsein, d. h. dem Verstand verhüllt ist. Das Ich oder Ego wiederum ist jener Anteil in uns, der nach Beharrung, Schwere und konkreter Form strebt, denn das ist eine der Grundvoraussetzungen für irdische Manifestation. In solchem Denken liegt es nahe, dass auch die äußere Form letztendlich das Ergebnis des inneren, seelischen Impulses ist. Vergleichbar ist dies einem Vulkanausbruch, wo flüssiges, heißes Magma nach außen strömt und dort beim Abkühlen zu festen Formen wird. Die äußere Erscheinung ist also ein Ergebnis der schaffenden Seele, ist diese aber nicht selbst.

Die Kulturgeschichte des Menschen zeichnet sich dadurch aus, dass da stets ein Bestreben nach Formung, Verstofflichung und Konkretisierung ist. Der Mensch bildete im Laufe seiner Entwicklung die Natur nach, gab den kosmischen Kräften sichtbare Gestalt, bildete in späteren Kulturepochen sich dann selbst nach usw. Stets äußert sich also ein Hunger nach konkreter Form. Form, Erkenntnis und Kommunikation stehen in enger Verbindung, denn sie brauchen sich. Die Form ist als Ergebnis bestimmter wirkender Kräfte zu betrachten. Sie kann mit ihren Kräften nach außen wirken, auf sie wird aber wiederum von außen ebenfalls eingewirkt. Über die materielle Form können wir also auf bestimmte vorhandene Kräfte schließen. In den Götterdarstellungen der antiken Kulturen finden wir den Versuch, unsichtbare, kosmische Kräfte über eine Körpergestalt darzustellen. Aus der äußeren Gestalt der Götter springt uns ihr Charakter entgegen. Da ist der strahlende, herrliche Sonnengott Apollo, der kriegerische, spannungsgeladene Ares oder Mars, die schöne, weichrunde Aphrodite oder Venus usw.

Das Göttliche, Kosmische wurde auf diese Weise personifiziert und be-greifbar gemacht. Für den antiken Menschen war der Körper der Ausdruck des Geistes und so waren damals Körper- und Geistesschulung untrennbar miteinander verbunden. Die Gesichts- und Körpertypen als Ausdruck innerer Haltung spielten also eine wichtige Rolle in der Antike, was sich in der Vielzahl und Größe der Statuen und Skulpturen zeigt. Für die westliche Art der Physiognomie kann man die griechische Schule durchaus als Ausgangspunkt sehen. In China gibt es ebenfalls eine uralte Lehre der Physiognomie, die erst in jüngerer Zeit nach Europa gelangt ist.

Als Geheimlehren wurden Kenntnisse über das Verhältnis zwischen Form und Wesen stets von einer Generation an die nächste überliefert. Man muss sich darüber bewusst sein, dass jedes Streben nach Selbsterkenntnis und damit auch Freiheit in früheren Zeiten lebensgefährlich war. Das „Okkulte, Geheimnistuerische, Verbrämte“ war kein Selbstzweck, sondern überlebensnotwendig in Zeiten der Unterdrückung der Menschen durch Adel und Kirche. Für jene war der freie Mensch der Inbegriff des Dämonischen schlechthin. Mit der Zeit der Aufklärung, vor allem auch im Zuge der Entstehung der modernen Pädagogik, begann dann auch verstärkt das wissenschaftliche Interesse an der physiognomischen Menschenkunde zu wachsen. Von Lavater, dem Sammler physiognomischer Studien, bis zu Darwin zieht sich die Spur der Forscher, die aus dem Vergleich der Körperformen Aufschlüsse suchten. Es war vor allem Carl Huter, der die Physiognomik und psychologische Menschenkunde ganz neu aufarbeitete. Als Portraitmaler war ihm die Bedeutung der Gesichtszüge, des Kopfes und deren Proportionen überaus bewusst. Er schreibt:

> *„Ein weit größeres Verdienst um die Reform der Psychologie haben sich daher die bildenden Künstler und die anthropologischen Forscher erworben, da sie aus den Merkzeichen der Körperformen dem seelischen Inneren näher zu kommen suchten. Dass auf diesem Wege einzig und allein sich eine naturwissenschaftliche Seelenkunde finden und logischerweise auch begründen*

lässt, war nicht nur die Ansicht eines Plato und Aristoteles, sondern auch eines Leibniz und Goethe. ...

Man kam zu der psychologischen Grundlehre: Jedes seelische Wesen hat nach seinem besonderen, eigenartigen Charakter auch ein eigenartig körperliches Äußeres. Ein bestimmter Charakter der Seele entspricht einem bestimmten Charakter des Körpers.“

Carl Huter,
Die Naturell-Lehre

Carl Huter lässt sich durchaus zu der Lebensreformbewegung rechnen, denn er wollte ein neues Menschenbild und eine neue Natur- und Geisteswissenschaft aus der Wiege heben. Er selbst grenzte sich allerdings stets ab gegen die „Neuform-Bewegungen“, da sie ihm zu mystisch orientiert, zu unwissenschaftlich galten. Sein eigenes Werk ist überaus umfangreich und darin ganz zentral ist seine Psycho-Physiognomik.

„Dieser Körpertypus ist also gewissermaßen ein Spiegelbild von seelischem Innenleben und äußeren Lebensbedingungen. Ich bringe diese vergleichende Darstellung der alten Götterlehre und ihrer zu Grunde gelegten Seelenkunde, sowie die moderne Entwicklungslehre und Biologie darum, weil sie uns die wichtigsten Grundlagen für eine neue Natur- und Geisteswissenschaft liefern, die ich mit Psycho-Physiognomik bezeichne.“

Carl Huter, ebenda

Carl Huter betont, dass er seine Lehre auf wissenschaftlichem Wege über Beobachten und Vergleichen gefunden habe. Er geht von drei verschiedenen Grundnaturellen aus, die er aus der Entwicklung des befruchteten Eies ableitet, denn es bildet die drei Keimblätter aus, die die unterschiedlichen Organsysteme formen. Wir kommen darauf später noch ausführlicher zu sprechen. Die drei Naturelle, die sich auch von der Physiognomie her unterscheiden, nennt Huter:

1. *Tat- und Bewegungsnaturell (dynamisch, zielgerichtet, intensiv, durchdringend, Rot)*
2. *Ruhe- und Ernährungsnaturell (ruhig, langsam, beständig, beharrlich, träge, Blau)*
3. *Denk- und Empfindungsnaturell (schnell, leicht, flexibel, anpassungsfähig, Gelb)*

Carl Huter, ebenda

Die Kenntnis dieser drei Naturelle solle helfen, sich und seine Kräfte besser zu erkennen, was zu mehr Erfolg im Leben führen solle. Auch für die Krankheitsdiagnostik, also die Beziehung von Veranlagung und Symptomatik, erkannte Huter eine große Bedeutung seiner Forschung.

Zeitgleich zu Huter gab es einen weiteren Forscher, der die Physiognomie als Weg der Selbsterkenntnis für überaus hilfreich ansah und dessen Physiognomielehre in vielem auffällig parallele Züge zu Huter aufweist. Dies war eben Dr. O.Z.A. Hanish, der Begründer der Mazdaznanbewegung. Über das Leben von Hanish gibt es kaum wirklich gesicherte Angaben. Aber ähnlich Huter hat auch er ein bedeutendes lebensreformerisches Werk hinterlassen, das ganz auf die Praxis ausgerichtet war. In seinem Werk „Selbstdiagnostik“ finden wir oftmals

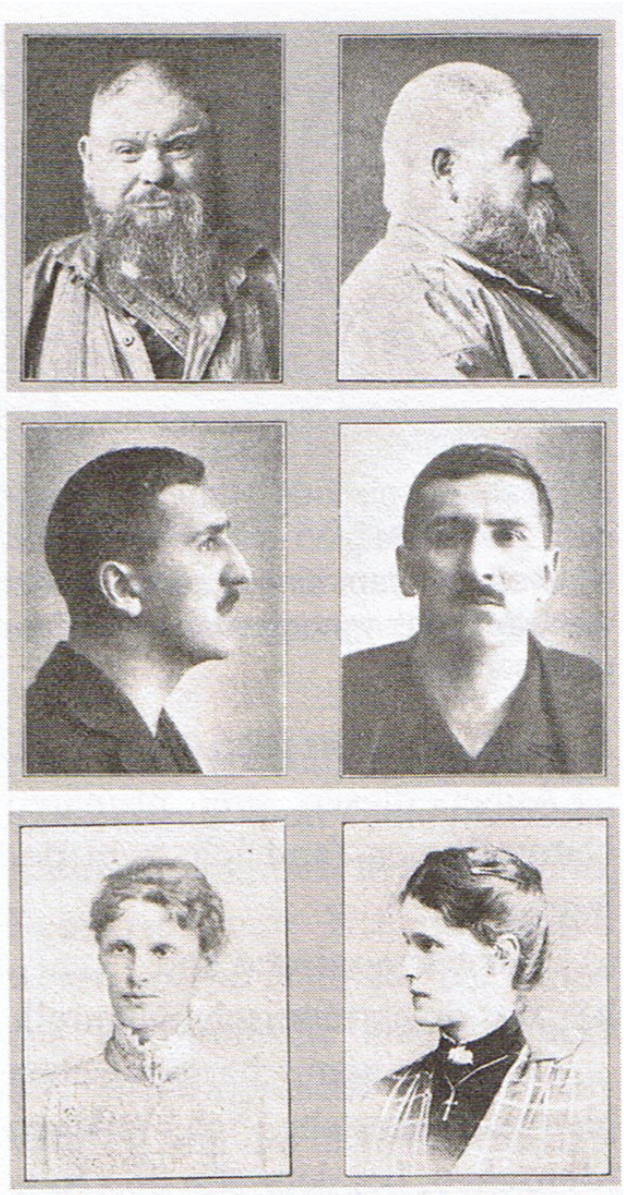


Abb. 1 Die drei Grundnaturelle nach Huter (v. o. n. u.: Ernährungs-, Bewegungs- und Empfindungsnaturell)

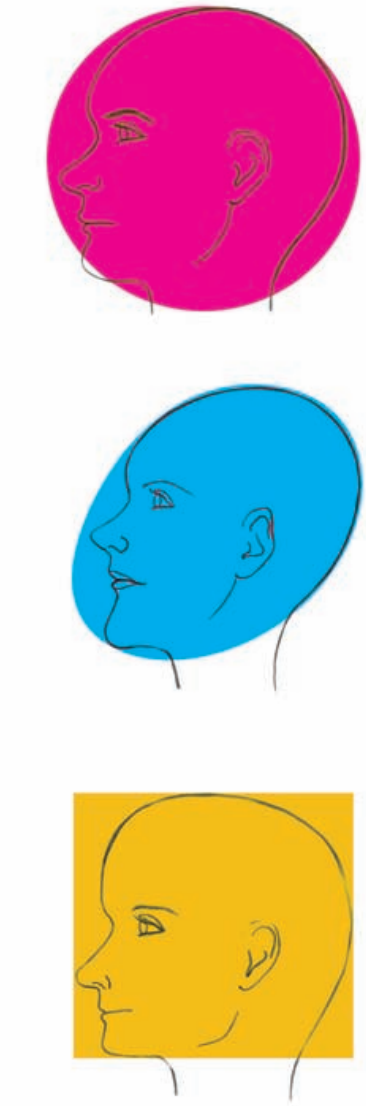


Abb. 2 Die drei Basisveranlagungen nach Hanish (v. o. n. u.: materielle, spirituelle und intellektuelle Kopfform)

identische Gedanken zu Huter, nur die Bezeichnungen wechseln. So entspricht z. B. das Ruhe- und Ernährungsnaturell nach Huter bei Hanish den Qualitäten des Menschen mit materieller Basisveranlagung. Auch Hanish geht von drei Grundveranlagungen aus, die er allerdings anders ordnet und anders benennt:

Dr. Hanish gibt in seinem Buch zahlreiche Köpfe berühmter, historischer Persönlichkeiten wieder, um die drei Typen durch den prägnanten Unterschied ihrer Kopfformen deutlich zu machen.

2. Die drei Grundtypen

„Der Mensch ist das Wesen, in welchem die höchste Geistigkeit und die niederste Materie durch Intelligenz verbunden sind."
Alice A. Bailey,
Das Bewusstsein des Atoms

Wir leben in einer Welt der Polarität und Dualität. Nur mittels zweier unterschiedlicher Pole entsteht ein Wechselgefälle, das Spannung und Energie erzeugt, die Grundvoraussetzung für Bewegung und Entwicklung. Betrachten wir einmal einige der wichtigen Polaritäten, die die irdische Welt bestimmen:

Kraft:	Kohäsion (Beharrung)	Expansion (Bewegung)
Kraftwirkung:	zentripetal; Druck	zentrifugal; Zug
Pflanzenwelt:	Assimilation, Absorption	Ausscheidung
Dimension:	Raum	Zeit
Chemie:	Alkalien	Säuren
Indische Philosophie:	skr. Tamas (fest, starr)	skr. Rajas (weich, fortschreitend)
Intelligenz:	praktisch-verwirklichend; materiell	intuitiv-schöpferisch; spirituell
Energie im Körper:	magnetisch	elektrisch

In der Polarität finden wir die beiden grundsätzlichen Kräfte, die auch in uns wirken. Es sind die Druck- und Zugkräfte. Die Druckkraft führt zum Zusammenschluss der Energien, gibt Zusammenhalt, während die Zugkraft uns in Bewegung bringt. Die Welt aber könnte allein in der Polarität nicht existieren, denn es könnte sich nichts Neues entwickeln. Es braucht eine dritte, vermittelnde Kraft, die immer wieder einen neuen Ausgleich zwischen den beiden Polen herbeiführen kann. Sie ist es, die Bezug und Austausch herstellt. Indem die Pole „Mann und Frau" in tiefe Beziehung und Austausch treten, kann das Neue entstehen, das Kind. So baut sich die Evolution. Nur so wird für uns auch jene spiralenförmige Weiterentwicklung möglich, die sich durch Qualitäten auszeichnet. Die Inder nannten diese dritte Kraft „Sattva". Sie ist es, die die Balance und die Harmonie herstellt.

Das gleiche Prinzip zwischen Polarität und Trinität finden wir auch bei unseren Intelligenzien wieder. In uns Menschen ist die dritte ausgleichende Kraft die intellektuelle, kognitiv-analytische Intelligenz. Sie ermöglicht die Beziehung zwischen unseren drängenden Wünschen, die in die Zukunft streben, und der objektiven Wirklichkeit, die sich aus unserer Vergangenheit speist und darauf baut. Sie besitzt die Kraft der Konzentration von Energie, so dass wir wirklich etwas machen können aus der Fülle der objektiven Möglichkeiten und unseren Wünschen. Beim Intellekt geht es um Fähigkeiten und Fertigkeiten. Diese müssen erlernt und geübt werden. Es ist der Verstand, der eng mit dem Sinnesnervensystem verbunden ist und die eingehenden Impulse verarbeitet. Er wägt ab und kann eine Schlussfolgerung und damit Entscheidungsfähigkeit bewirken.

Unser bewusstes Ich ist im günstigen Fall ein Zusammenschluss aller drei Intelligenzien, wobei der Verstand dann die Auswertung vornimmt. Stimmt unsere Wahrnehmung der Welt (praktisch-verwirklichende, materielle Intelligenz) mit unserem eigenen Wün-

schen und Streben (intuitiv-schöpferische, spirituelle Intelligenz) und der Verknüpfung und Auswertung der Informationen (kognitiv-analytische, intellektuelle Intelligenz) überein, dann wissen wir, was wir wirklich machen möchten, was wir dafür benötigen und was der intelligente Zweck des Ganzen ist. Die drei Veranlagungen brauchen den Ausgleich. Eine spirituelle Basis führt zum Drang der Fortentwicklung und Bewegung. Ohne intellektuelle Intelligenz hätten wir keine Kontrolle, keine Einsicht, keine Kenntnis der Mittel und ohne materielle Basis keine Erdung, keine Verwirklichungskraft und keine Nützlichkeit. Das Spirituelle kann uns überall hintragen, ohne Bewusstsein und Kontrolle. Das Materielle dagegen lässt uns in kristallisierendem Beharren verbleiben. Der Intellekt wiederum hat keinerlei Vergleichsmöglichkeiten, keinen Sinn ohne die anderen Intelligenzien. Wir brauchen also alle drei Intelligenzien, denn sie sind Ausdruck unserer drei Erfahrungsebenen: Sein, Erleben, Erkennen. Zudem sind sie Ausdruck der Orientierung von uns Menschen im Raum, wie nachfolgende Abbildung zeigt.

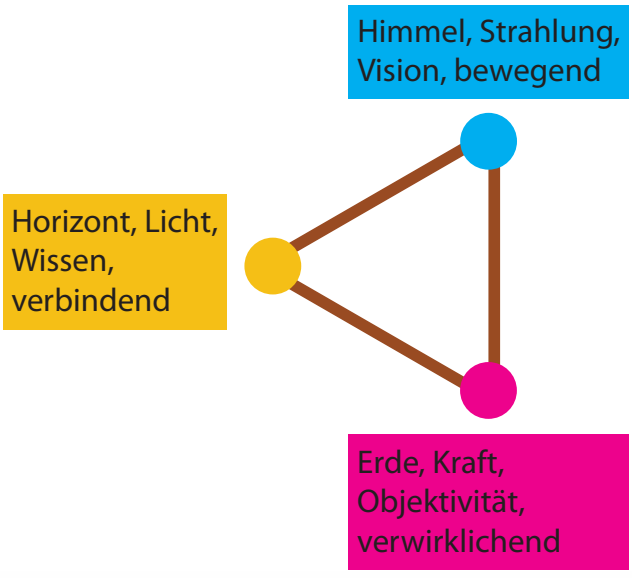


Abb. 22 Raumorientierung

Oben: Spirituell, Strahlung, Himmel, Höhe, Vision, Scheitellappen.

Mitte: Intellektuell, Horizont, Licht, Konzentration, Stirnlappen.

Unten: Materiell, Tiefe, Kraft, Manifestation, Hinterhaupts- und Schläfenlappen.

Je nachdem, welche der Intelligenzien führend in einem Menschen ist, ist auch seine Hauptausrichtung im Leben. Wir sprechen dann von der Basis, dem Fundament eines Menschen, dessen Kräfte entscheidend sein Leben prägen.

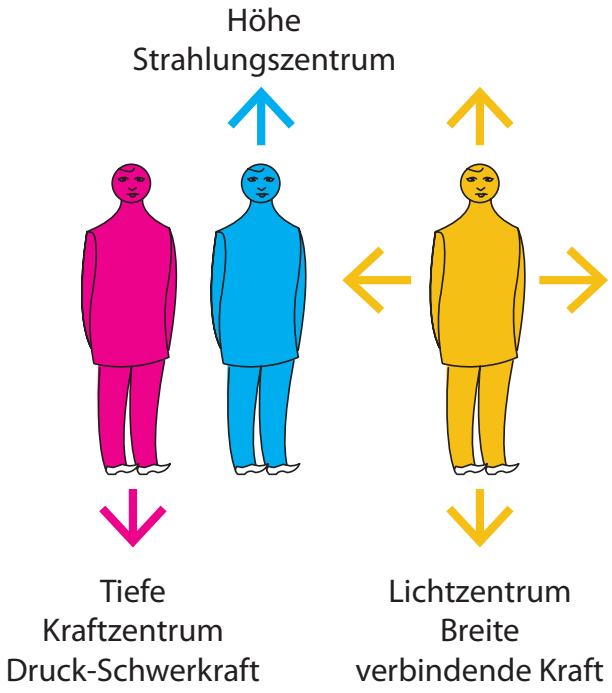


Abb. 23 Empfänglichkeit für Energien und Kräfte

Der materiell Basierte wird darauf achten, was er praktisch aus dem Leben machen kann. Er ist nach der Tiefe, zum Erdmittelpunkt hin orientiert und von dort holt er sozusagen die fundamentale Kraft seines Seins. Er ist wie die Erde bewahrend, also konservativ ausgerichtet. Das Reich der objektiven Kräfte ist das seine.

Der spirituell Basierte wird nach den Inspirationen schauen, die ihm aus seinem Himmel und der Weite des Kosmos entgegenströmen. Das Welten- oder Wellenall, das Reich der Schwingungen ist seins. Er hat Visionen und möchte bewegen, verändern.

Der intellektuell Basierte sucht in der Breite des Lebens nach Erfahrung und Wissen und versucht das Oben und das Unten zu verbinden. Damit verbreitert sich das Licht, der Horizont. Das Menschenreich, die Welt der Beziehungen, diesen gehört seine Aufmerksamkeit.

Wie wir gerade im Kapitel über die Keimblätter gehört haben, sind alle drei Intelligenzien in ihrer Gewichtung unterschiedlich im Menschen angelegt. In dem einen Menschen bildet die Basis seiner Konstitution, seines Temperaments die kognitiv-analytische Intelligenz, im anderen die schöpferisch-intuitive und im dritten die praktisch-verwirklichende. Damit haben wir drei Grundtypen von Menschen, die das Leben unterschiedlich angehen und es durch eine unterschiedliche Brille sehen. Da den drei Intelligenzien jeweils eine der drei Grundfarben zugeordnet ist, können wir durchaus sagen, dass jeder die Welt durch eine andersfarbige Brille sieht. Der äußere Ausdruck für die drei Intelligenzien ist die unterschiedliche Kopfform. Jede der Kopfformen entspricht einer anderen geometrischen Form. Wir haben zuvor schon gehört, dass die materielle Intelligenz der Kreisform entspricht, weil der Kreis das Zeichen der Natur, der Schöpfung ist. Diese Intelligenz hat einen starken Bezug zur Schöpfung und zur Erhaltung. Das Ovale und auch das Dreieckige dagegen tragen eine Bewegung in sich. Dem Abwägen und Sortieren des Intellekts entspricht das Quadrat. Somit ergibt sich folgende Zuordnung zwischen geometrischer Form, Kopfform und Intelligenzien:

Praktisch-verwirklichende, materielle Intelligenz: Kreis

Intuitiv-schöpferische, spirituelle Intelligenz: Oval, Dreieck

Kognitiv-analytische, intellektuelle Intelligenz: Quadrat

Jede der Intelligenzien bezieht ihre Kräfte und Qualitäten aus einer anderen Wurzel. Somit sind Absicht und Ziel, die Methodik des Vorgehens, die Erkenntnisweise usw. überaus unterschiedlich. Die nachfolgende Tabelle gibt einen ersten Überblick über die drei Basisveranlagungen und deren Qualitäten:

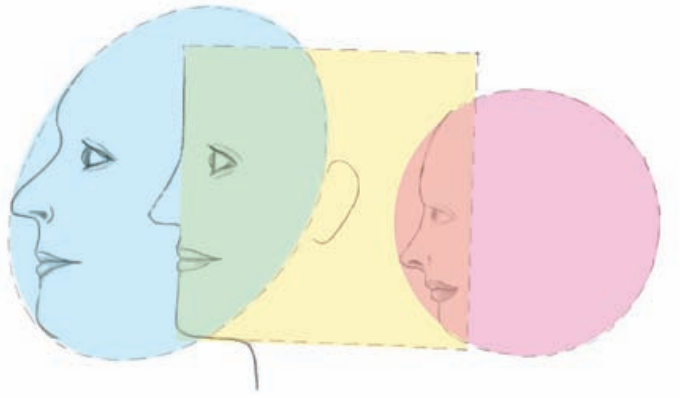


Abb. 24 Geometrie und Kopf

Basis-Intelligenz	kognitiv-analytisch	intuitiv-schöpferisch	praktisch-verwirklichend
Basisveranlagung nach Hanish	intellektuell	spirituell	materiell
sucht nach	Erkenntnis, Licht	Horizont, Weite	Tätigkeit, Notwendigkeit
sein Denken ist	detailliert, analytisch, klar	großzügig, verbindend, fruchtbar	konkret, nützlich, einfach
richtet sich	auf das Konzept, die Idee	auf die Schwingung, Ausstrahlung	auf den Gegenstand selbst
Absicht	erhellend	inspirierend, begeisternd	umsetzend
braucht	Untersuchungsergebnisse, Denkanstöße	ideelle Werte, Gefühle	handfeste Fakten, Anfassbares
arbeitet über	den Verstand	die Phantasie	die instinktive Ebene
Kraft	Denk- und Konzentrationskräfte	Gemüts- und Antriebskräfte	Körper-, Willens- und Vitalkräfte
handelt	einsichtig	sinnbezogen	spontan
ist	denkend	empfindsam	wollend
Kopfform	Quadrat, Vorderhaupt betont	Oval, Oberkopf betont (Langschädel)	Rund, Hinterkopf betont
Raum	vorne	oben, quer	unten, hinten
Haus	Seitenteile	Decke	Fundament

Welche Intelligenz die Basis eines Menschen auch formt, alle drei Intelligenzien sind gleich wichtig, um eine Ausgeglichenheit der Kräfte zu ermöglichen. Sie machen unsere Konstitution aus. Jede von ihnen birgt potenziell Stärken in sich, aber auch Risiken. Ziel allen Übens ist es, diese drei Intelligenzien zu entwickeln, zu harmonisieren und aufeinander abzustimmen. Findet dieses Zusammenspiel nur in beschränktem Maße statt, so erhalten wir weder den Eindruck von Wirklichkeit, noch können sich unsere inneren Kräfte im Außen richtig entfalten. Dominiert z. B. die praktisch-verwirklichende Intelligenz und ist die kognitiv-analytische nur schwach beteiligt, so wird jemand einfach aus dem Bauch heraus spontan handeln, ohne aber nachzudenken, was dann entsprechende Folgen haben kann. Ist in einem anderen Falle die praktisch-verwirklichende und die kognitiv-analytische Intelligenz stark ausgeprägt und die intuitiv-schöpferische gleichzeitig blockiert, so wird jemand überaus intelligent und ganz pragmatisch handeln, aber Moral, Ethik, Ganzheitlichkeit und Sinnhaftigkeit mögen dabei zu kurz kommen.

Die drei Gehirnanteile mit ihren Intelligenzien eröffnen uns drei Aspekte zu einer Sache. Können wir die drei vollständig verknüpfen und ausschöpfen, lässt sich Großes leisten. Um eine ganzheitliche Erfahrung zu machen, braucht es die Beteiligung al-

ler drei Intelligenzien. Ich möchte dies am Beispiel des Sehvorganges einmal deutlich machen:

Praktisch-verwirklichende Intelligenz / das konkrete Bild; Wahrnehmung der Außenwelt

Hier geht es um das konkrete Bild, das in unserem Gehirn von etwas entsteht. Wir sehen nicht, weil unsere Sehnerven ein Bild erzeugen, sondern weil ein entsprechendes Gehirnfeld dieser Intelligenz (Sehvermögen) damit aktiviert wird. Ist dem nicht so, so sehen wir nichts, auch wenn das Auge perfekt funktioniert. Sinneseindrücke auf der materiellen Ebene finden erst statt, wenn Zellen dieses Gehirnareals aktiviert werden. Und so sehen wir manchmal einfach nichts, auch wenn es vor unserem Auge steht. Diese Art Intelligenz sorgt dafür, dass wir den optimalen Zugang zur Dingwelt bekommen. Je stärker wir diese Zellen aktivieren können, desto mehr nehmen wir von der Welt wahr.

Intuitiv-schöpferische Intelligenz / Erleben des Bildes; Zugang

Das konkrete Bild auf unserem inneren Bildschirm zu haben, ist eine Sache. Es braucht andere Felder, damit dieses Bild etwas mit uns machen kann. Um sich an der Schönheit der Linien und Farben zu erfreuen, um begeistert und inspiriert, zu künstlerischem Schaffen angeregt zu werden, braucht es die Aktivierung jener Gehirnfelder, die im Scheitellappen ihren Sitz haben. Sind diese nicht geschult und ausgebildet, so lässt uns etwas kalt und gleichgültig. Das freudige Erleben und der innere Zugang fehlen. Damit uns ein Bild ergreifen kann, braucht es diese Intelligenz des Erlebens. Je aktiver dieses Areal ist, desto farbiger ist unser Erleben und desto mehr Zugang haben wir zu den Dingen.

Kognitiv-analytische Intelligenz / Speicherung des Bildes; Abgleichen

Wir haben das Bild konkret in uns und es macht etwas mit uns. Um das Bild und das Geschehene nun im Gedächtnis zu behalten, es auch wieder zum Ausdruck bringen zu können, z. B. durch Sprache, Technik oder Kunst, braucht es die Gehirnfelder dieser Intelligenz. Verstehen bedeutet ja nachvollziehen und reproduzieren zu können. Weiterhin ermöglicht das Speichern der Bilder auch ein Vergleichen und Untersuchen. Wir können etwas zerlegen und wieder zusammensetzen. Das bringt uns Erkenntnisse. Diese reichen über den persönlichen Affekt, der etwas in uns hervorruft, hinaus und geht bis in die Abstraktion hinein.

Nach diesem Beispiel ruht in jedem Bild also etwas Konkretes oder Abbildhaftes, etwas Inspiratives und etwas Erkenntnisförderndes. Nutzen wir nur die Möglichkeiten einer einzelnen Intelligenz, so erfahren wir nur einen Teilausschnitt der Wirklichkeit. So bleibt manchmal ein Ding für uns lediglich ein Bild und nicht mehr. Da bleiben wir auf der materiellen, praktischen Ebene stehen. Manchmal wiederum ruft ein Bild sofort eine starke emotionale Reaktion hervor. Da spielt der Auslöser nur eine geringe Rolle und die Erkenntnis kommt gar nicht erst zum Zuge, da die Emotion alles überdeckt. Da wäre ausschließlich die intuitiv-schöpferische Ebene

3. Wie finde ich meinen Grundtyp heraus?

Wir haben zu jedem Grundtyp (= Basisveranlagung) viele verschiedene Merkmale kennen gelernt, die uns helfen herauszufinden, welche Basis oder Grundveranlagung ein Mensch hat. Die Basis entspricht dem Ganzen und lässt sich am deutlichsten meist an der Form des Kopfes und der Körpergestalt erkennen. Jede der Intelligenzien weist ja eine andere spezifische Kopfform auf. Dabei sind an beiden Schädelseiten die entsprechenden Formen gleich ausgeprägt. Die führende Intelligenz, die die Basis bildet, prägt die Kopf- und Körperform am eindeutigsten. Im nachfolgenden Teil A finden wir daher nochmals die wichtigsten äußeren Merkmale der drei Typen aufgelistet, die uns beim Erkennen helfen. Aber auch das Wesen eines Menschen, seine Vorlieben und Verhaltensweisen können uns Hinweise geben. Daher habe ich in Teil B einige Fragen zu Verhaltensweisen zusammengestellt, die für unsere Arbeit hilfreich sind. Das, was die Basis betrifft, brauchen wir unbedingt im Leben. Wenn wir gegen diese leben, erschöpfen sich unsere Kräfte und wir werden wenig Erfolg im Leben haben. Orientieren wir uns aber an ihren Kräften, gehen wir mit ihnen, so können wir unser Leben kraftvoll und stimmig entfalten.

Betrachten Sie also zunächst einmal Ihre Körperform im Spiegel oder anhand von Fotos. Günstig ist es auch, Fotos aus der eigenen Kindheit mit einzubeziehen, da auf ihnen der Typus sich oftmals unverstellter zeigt. Danach können Sie die Fragen in Teil B beantworten, um weitere sichere Aufklärung über Ihren Typus zu finden.

Teil A

Die drei Grundtypen und ihre äußere Gestalt

Beantworten Sie die nachfolgenden Fragen und notieren Sie sich jeweils den Buchstaben jeder Antwort, die Ihnen für Sie selbst am passendsten erscheint.

Betrachten Sie zunächst einmal Ihr Äußeres nach folgenden Gesichtspunkten:

1. **Kopfform**
   a) rundlich
   b) länglich
   c) rechteckig

2. **Bau des Gesichtes**
   a) voll, feist, füllig, rot; Kinn und Mund betont
   b) schlank, blass, wie nach hinten fliehend, Nase und Ohren betont
   c) schlank, kantig, gerade; Stirn betont

3. **Körpererscheinung**
   a) kleine, eher gedrungene, füllige Gestalt; Bauchraum betont
   b) mittlere Statur; Flanken betont
   c) große, schlanke Gestalt; oberer Brustraum betont

4. **Atmung vor allem über**
   a) Bauch- und Rückenatem (unten)
   b) Zwerchfell-, Flankenatem (seitlich)
   c) Hochatem (oben)

5. **Neigung**
   a) den Rücken zu stark zu runden
   b) das Kreuz zu hohl zu halten
   c) den Nacken einzuknicken

6. **Hand- und Fingernagelform**
   a) breit
   b) länglich
   c) quadratisch

7. **Form der Augenbrauen und Ohren** (oberer Teil des Muschelrandes)
   a) rundlich
   b) spitz, dreiecksförmig
   c) gerade

Teil B

Wesensfragen zu den drei Grundtypen

Beantworten Sie die nachfolgenden Fragen und notieren Sie sich auch hier jeweils den Buchstaben jeder Antwort, die Ihnen für Sie selbst am passendsten erscheint.

1. **Was ist mir wichtig im praktischen Leben?**
   a) Werte, Besitz, Handfestes, Honorar, das Handwerkliche
   b) Erlebnisse, Begegnungen, gutes Gefühl, das Kreative
   c) Wissen, Erfahrungen, Kenntnisse, Können, die Ausbildung, die Technik

2. **Wie verhalte ich mich in Gesellschaft?**
   a) Ich spreche mit vielen und baue Kontakte auf, die mir nützlich erscheinen.
   b) Ich bemühe mich, möglichst viele Menschen zu treffen und zu erleben.
   c) Ich verhalte mich gerne abwartend, beobachtend.

3. **Eine Ausbildung ist mir wichtig, weil…**
   a) sie mir zum erwünschten Beruf verhilft.
   b) sie meine kommunikativen Fähigkeiten erweitert und mich meinen Zielen näherbringt.
   c) sie mir Wissen und Knowhow vermittelt.

4. **Wenn ich eine Aufgabe vor mir habe...**
   a) lege ich direkt los und versuche sie bald abzuschließen.
   b) warte ich bis zur letzten Sekunde, um dann mit Hochdruck daran zu arbeiten.
   c) hole ich zuerst genügend Informationen ein, bevor ich loslege.

5. **Aus den Mediensparten interessieren mich...**
   a) Tatsachen- und Erfahrungsberichte; Action; Krimis und Thriller
   b) Romantisches; Sinnliches; Fantasy; Drama; Lustspiele
   c) Dokumentarisches; Biografien; Wissenschaftliches; Science Fiction

6. **Wenn ich etwas einkaufe, …**
   a) orientiere ich mich am Nutzen, am Praktischen, an der Qualität des Produkts.
   b) verlasse ich mich auf mein Gefühl, die Schwingung und die Atmosphäre.

Harald Knauss

Erkenne dein Grundnaturell - Drei Wege zu Gesundheit und Erfolg

Band 5 der Schriftenreihe 'Spirituelle Heilkunst'

152 Seiten, geb.
erscheint 2013

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de