

# Geisteswissenschaftliche Forschung

*Geistige Selbsterforschung durch „learning by doing“  
als Weg zur inneren Selbstfindung und Selbstentwicklung*

Inessa Burdich

Dieser erfahrungsorientierte Kurs spricht die innere Sehnsucht nach dem Geist und nach tieferem Verständnis unserer Aufgabe hier auf der Erde an. Im Kurs wird der Selbstentwicklungsweg, der auf der Geisteswissenschaft beruht, vorgestellt, wobei es sich um die Stärkung des Ichs als Basis aller geistigen Arbeit handelt, mit dem Akzent auf klarem Denken, Verfeinerung des Fühlens und Verstärkung des Willens.

Der Kurs besteht aus themenspezifischen Seminaren, jedes mit meditativen Übungen und einer Diskussion über die verwendeten Methoden. Der Kurs ist als gemeinsame meditative Forschung aufgebaut, er ist gedacht für Menschen, die suchen, oder den Pfad zum Geistigen schon betreten haben, und die bereit sind, bewusst an ihrer inneren geistigen Entwicklung zu arbeiten. Die methodologischen und theoretischen Aspekte werden bei den Vorträgen beschrieben. Die Themen der Vorträge und Seminare sind unten aufgelistet.

## Warum betritt man einen spirituellen Weg?

Der Kurs bietet eine Übersicht über die Grundlagen der anthroposophischen Geisteswissenschaft, die so erlebt werden kann, dass sie das innere Leben ernährt und in der Welt wirkt.

Die Ziele des Kurses sind:

- Der Grundlagen der Geisteswissenschaft kennenlernen, ihre Methoden und Einsichten vertiefen
- Geistige und moralische Bildung des Seelen- und Geisteslebens aufgrund der Kenntnisse der höheren Welten.
- Entwicklung von Fähigkeiten die zur positiven geistigen und moralischen Weltentwicklung beitragen
- Lernen, wie man in den geistigen Welten effektiv und gesetzmäßig forscht.

## Wie wird „Geisteswissenschaftliche Forschung“ durchgeführt?

Der erste Kreis der Kurse beschränkt sich in erster Linie auf die Selbstforschung und die Forschung unserer übersinnlichen Konstitution. Das ist der erste Schritt in der geistigen Diagnostik, wo wir unser Verständnis der Grundaspekte unseres inneren Seelen- und Geisteslebens zu vertiefen lernen. In jedem Treffen werden wir nicht nur die seelische und geistige innere Aktivität vollziehen (d.h. wir werden nicht nur meditieren), sondern auch versuchen, uns selbst zu erforschen, und zu lernen, wie man im Wesentlichen ein höheres Bewusstsein im inneren Leben erreicht.

Der Kurs wird mittels der meditativen Zusammenarbeit und gemeinsamen Forschung durchgeführt. Wir werden unterschiedlichen Fragen folgen, darunter: Wie fange ich mit der Geistesforschung an? Welche Forschungsmethoden benutzt man in der Geisteswissenschaft? Was ist der Zusammenhang zwischen Forschung und Meditation? Ist es möglich, eine subjektive meditative Erfahrung in eine objektive umzuwandeln?

Seit 2018 ist der Kurs in mehreren Städten durchgeführt worden. Er ist auch von künstlerischen Beiträgen wie klassische Musik, Poesie, Eurhythmie, Bothmer Gymnastik, Singen und Malen, begleitet worden. Diese seelenernährenden künstlerischen Intermezzos wurden von den

Teilnehmern eingebracht, und solche Beiträge sind auch in den zukünftigen Kursen ganz herzlich willkommen.

## **Welches sind die Bestandteile des Kurses?**

Der erste Kreis der Seminare in diesem Geistesforschungskurs besteht aus 7 praxisorientierten Übungssessions, jede mit einem Einführungsgespräch.

Bitte beachten Sie: Alle Vorträge und Seminare entstanden aus unmittelbaren übersinnlichen Wahrnehmungen vieler Menschen. Die Themen der Teile sind die folgenden:

### Teil 1

#### **VORTRAG – Meditation zur geistigen Entwicklung und als Methode der Geistesforschung.**

Meditation ist seit Kurzem ein wachsend populäres Thema geworden, wenn sie auch ganz unterschiedlich beschrieben und benutzt wird. Was ist das tatsächlich? In diesem Vortrag lernen wir Meditation als Nahrung und Übung für unsere Seele kennen, wie physische Nahrung und physische Übung tägliche Grundlagen unserer körperlichen Existenz sind. Vielmehr aber kann Meditation als Werkzeug der Geistesforschung in vielen Bereichen des Lebens benutzt werden.

Die Kombination einer Frage, eines klaren gegenstandlosen inneren Raumes, der von Gedanken, Gefühlen, Wünschen und Bildern frei ist, und des Phänomens, das zu forschen ist, gibt den höheren Welten die Möglichkeit, klare Einsichten bezüglich des Forschungsthemas zu liefern.

#### **SEMINAR – Wie beherrsche ich meine Denkprozesse?**

Wir werden im Seminar Übungen zur Vertiefung des oben erwähnten Themas machen. Es wird einen Raum geben, um die Bedeutung und Praxis der Meditation als Forschungsprozess zu erkunden. Die folgenden Fragen werden behandelt: Bin ich nur ein physischer Körper? Erleben und erkunden der Gedanken und Üben der Gedankenkonzentration. Erkunden der Gefühle der Stabilität und Sicherheit. Gewähr werden unseres Körpers als Objekt der Forschung.

### Teil 2

#### **VORTRAG – Wie entwickelt man Lebenskraft?**

Bei diesem Vortrag, der sich der ätherischen Welt widmet, werden wir die Eigenschaften unseres Lebensleibes – Ätherleibes – anschauen, und wie unsere täglichen Aktivitäten ihn beeinflussen.

- Wie sieht der Ätherleib im Menschen und in der Natur vom übersinnlichen Gesichtspunkt aus?
- Wie ändert sich der Ätherleib während des Lebens und nach speziellen Behandlungen oder Krankheiten?
- Welches sind die vier Typen des Ätherischen?
- Wie können wir das Ätherische wirklich erleben?
- Wie können wir unseren Ätherleib entwickeln?
- Wie sieht die Sucht vom übersinnlichen Gesichtspunkt aus?

#### **SEMINAR – Wie beherrsche ich mein Handeln?**

Dieses Seminar, das in sich praktische Übungen einschließt, dient zur Vertiefung der Themen des Vortrags.

- Wie kann ich mich schulen, um mein Handeln und meinen Willen beherrschen zu können?
- Warum ist es wichtig, eine unbedeutende Aktivität auszuüben?
- Wie kann ich die Gefühle in der Umgebung entdecken und erforschen, um innerlich aktiv zu werden?
- Wie erlange ich ein höheres Bewusstsein über meinen eigenen Ätherleib?
- Wie kann ich das Prinzip des Rhythmus in mein Leben einbringen und warum ist das so wichtig?

- Wie erstelle ich einen Selbstlernplan?
- Wie baue ich die Meditationszeiten in den Tag ein?

### Teil 3

#### **VORTRAG – Wie kann man die Gefühle beherrschen?**

Heutzutage, in der Zeit des Materialismus und Intellektualismus, wird unseren Gefühlen nur geringe Bedeutung zugeschrieben. Und doch zeigt es sich nach und nach, dass sie eine wichtige Rolle in unserem Wohlbefinden und, was auch sehr wichtig ist, in unserer körperlichen Gesundheit spielen.

Dieser Vortrag widmet sich eher dem Bereich unserer Gefühle und Emotionen, der auch als Astralleib bezeichnet wird, und wir werden uns mit den folgenden Fragen beschäftigen:

- Wie sieht der Astralleib des Menschen vom übersinnlichen Gesichtspunkt aus? Wie ändert er sich mit dem Alter, einer Krankheit, einem Beruf etc?
- Wie wird der Astralleib von unseren Lebensereignissen, unseren täglichen Aktivitäten und negativen geistigen Impulsen beeinflusst, obwohl man sie nicht direkt wahrnehmen kann?
- Wie kann ich mich schulen, meine Gefühle beherrschen zu können? Wie erlange ich ein höheres Bewusstsein über meinen Astralleib?
- Wie kann ich meine Seele beruhigen und diese Ruhe und dieses Gleichgewicht halten?

#### **SEMINAR – Wie beherrsche ich meine Gefühle und wie erkenne ich die Schlüsselrolle der Ruhe in diesem Prozess?**

In diesem Seminar werden wir praktische Übungen zur Vertiefung des Vortragsinhalts kennenlernen.

- Wo befinden sich meine Gefühle?
- Wie kann ich mich schulen, um meine Gefühle beherrschen zu können?
- Erleben und erforschen großer Freude und tiefer Traurigkeit
- Erkunden des Gefühls der inneren Ruhe.
- Warum sah Rudolf Steiner die vollkommene Seelenruhe als die erste Stufe der höheren Initiation?

### Teil 4

#### **VORTRAG – Selbsterfahrung und ihre Beziehung zur Hochsensibilität**

Auf unserem individuellen geistigen Weg stellen wir uns immer wieder die Kernfrage: Wer bin ich? Das Mysterium des Ichs ist das größte Rätsel unserer Existenz. Es verkörpert sich in unsere niedrigeren Wesensglieder und offenbart sich dadurch. Bei diesem Vortrag werden wir die Probleme der Ich-Manifestation besprechen, wo das Ich als Sinn des Selbst, oder auch als Ich-Leib, Ich-Träger erscheint.

Die Verstärkung der Ich-Manifestation wird als ein wirkungsvolles Mittel gegen viele psychosomatische und auch andere Krankheiten und Störungen betrachtet, sie ist auch die Basis aller geistigen Arbeit. Die Aspekte der Ich-Verstärkung und die Zusammenhänge zwischen einer starken Ich-Manifestation, unserer Gesundheit und unseren Krankheiten werden mithilfe des Beispiels der Hochsensibilität erforscht.

#### **SEMINAR – Wie werde ich der Stärke meiner eigenen Ich-Manifestation gewahr?**

Auf diesem Seminar werden wir praktische Übungen zur Vertiefung des Vortragsinhalts kennenlernen.

- Bin ich der Herr in meinem Haus?
  - Wie werde ich meiner eigenen Ich-Manifestation gewahr?
  - Wie kann ich mein inneres Selbst verstärken, d.h. meine Ich-Manifestation?
  - Heutzutage fühlen sich viele Menschen desorientiert, frustriert, nicht imstande, den Kontakt mit sich selbst zu finden – wie können wir uns zu unserem Selbst zurückführen?
- Die Positivität hat erwiesenermaßen einen Einfluss auf die Entwicklung unserer Ich-Manifestation, und so werden wir erforschen, wie man bewusst seinen Geist auf die positiven

Aspekte jeder Lebenserfahrung konzentriert, und welche Prozesse man miteinbeziehen kann, um die negativen Erfahrungen in die positiven zu verwandeln, wodurch als Ergebnis die Gefühle des geistigen Glücks entstehen.

## Teil 5

### **VORTRAG – Die geistigen Wesensglieder der menschlichen Konstitution.**

Bei diesem Vortrag werden wir das Phänomen der menschlichen geistigen Konstitution erforschen. Unsere entwickelte höhere geistige Struktur besteht aus drei Teilen: Geistselbst, Lebensgeist und Geistesmensch. Die Menschen sind imstande, ihre höheren geistigen Wesensglieder weiterzuentwickeln, indem sie an sich auf dem inneren Weg zum Geistigen arbeiten. Andererseits gibt es in Bezug auf die Konstitution übersinnliche Schichten der Materie. Die höheren Wesensglieder sind mit der Konstitution der Materie verbunden. Wir werden den Zusammenhang zwischen den entwickelten übersinnlichen menschlichen Wesensgliedern und konstitutionellen Schichten der Materie erforschen.

Die höheren geistigen Wesensglieder können über mehrere Lebenszeiten entwickelt werden, sie schwinden nicht weg, wie der physische Körper, sondern bleiben aktiv in den geistigen Welten. Sie orientieren uns hin zu anderen Seelen in einem Schaffensprozess der geistigen Gemeinschaft. Das ist eine wichtige Tatsache und wir werden ihre Prinzipien betrachten.

### **SEMINAR – Die menschliche geistige Konstitution und die Rolle der Objektivität in der Forschung.**

Dieses Seminar, das in sich praktische Übungen einschließt, wird unser Verständnis des Vortragsinhalts vertiefen. Es widmet sich in erster Linie demjenigen Teil der menschlichen geistigen Konstitution, der als Geistselbst bezeichnet wird.

Wir werden die folgenden Themen betrachten:

- Erkunden und Erforschen der Grundrolle der Objektivität in der Geistesforschung. Erforschen der Prozesse, die in der Verwandlung unserer subjektiven Erlebnisse in die objektiven beteiligt sind.
- Entwicklung der Gesinnung des vollkommenen Objektivseins. Gewähr werden des Geistselbst.

## Teil 6

### **VORTRAG – Die seelischen Wesensglieder der menschlichen Konstitution.**

Bei diesem Vortrag werden wir das Phänomen der menschlichen Seelenkonstitution anschauen, sowie die Gliederung der Seele in drei sich überlappende Aspekte: die Empfindungsseele, die Verstandesseele und die Bewusstseinsseele. Von den drei werden in erster Linie die Empfindungs- und Bewusstseinsseele angesprochen.

Jeder Teil der Seele stellt spezielle seelische Qualitäten dar. Die Empfindungsseele ist für unsere Instinkte, Ängste, Aggressivität und anderen tierischen Emotionen zuständig. Der Zusammenhang zwischen speziellen Impfungen, Krankheiten und unserer Seele wird bei dem Vortrag betrachtet, da es sich unmittelbar auf diesen Aspekt bezieht.

### **SEMINAR – Wie erlange ich Gleichgewicht und Ausgeglichenheit in der Seele?**

Dieses Seminar, das in sich praktische Übungen einschließt, wird unser Verständnis des Vortragsinhalts vertiefen. Auf dem Weg der inneren Entwicklung werden wir dessen gewahr, wie unser Leben voll von Ablenkungen und Verlockungen ist, die uns jeden Tag in unterschiedliche Richtungen ziehen. Wie finde ich den geistigen Schwerpunkt, der mir Stärke und Sicherheit verleiht und mich beim Behalten dieser Ausgeglichenheit und Harmonie unterstützt? Wie kann die innere Ausgeglichenheit zwischen meiner Seele und den geistigen Kräften Harmonie in die Beziehung zu meiner Intelligenz, meinen Gefühlen und meiner Moralität bringen?

In diesem Seminar werden wir erforschen, wie wir das seelische Gleichgewicht entwickeln können, das als geistig inspirierte Gesinnung erscheint, die uns ermöglicht, sicher und effektiv auf der Welt mitzuarbeiten.

## Teil 7

### **VORTRAG – Wie und wo denken wir? Das leere Bewusstsein und das Phänomen der gesetzmäßigen Fragestellung in der Forschung.**

Bei diesem Vortrag, der sich in erster Linie unseren Denkprozessen (niedriges geistiges Gebiet) widmet, werden wir die Eigenschaften der Verstandesseele (intellektuelle, mentale Prozesse) anschauen, und auch wie sie von unseren täglichen Aktivitäten beeinflusst wird.

Unser Denken befindet sich im sogenannten intellektuellen Gebiet unserer Seele, das als eine Bühne vorgestellt werden kann, wo die Gedankenwesen erscheinen und schauspielern können.

Die Verstandesseele hat die Fähigkeit, einen Inhalt zu empfangen, der uns auch ermöglicht, höhere Wahrnehmungen zu erhalten. Der Zusammenhang zwischen der Verstandesseele und der geistigen Einsicht wird mithilfe einer korrekt gestellten Frage hergestellt. Allerdings, um eine klare Antwort zu erhalten, müssen wir uns im Zustand inhaltslosen Bewusstseins befinden, d.h. frei von Gedanken, Wünschen, Bildern, Befangenheiten und Vorurteilen. Der Zustand wird oft "leeres Bewusstsein" genannt. Die Erreichung dieses Zustandes ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg unserer Entwicklung und die Kernvoraussetzung für die Geistesforschung.

### **SEMINAR – Leeres Bewusstsein und Fragestellung in der Forschung.**

Auf diesem Seminar werden wir mit praktischen Übungen arbeiten, die zur Vertiefung des Vortragsinhalts dienen. Wir werden die folgenden Aspekte erforschen:

- Wo befinden sich unsere Gedanken?
- Wie können wir den Unterschied zwischen dem Prozess des Denkens und dessen Inhalt erleben?
- Warum ist für die meisten von uns die Betrachtung unseres eigenen Denkens während dessen schwierig? Eine solche Betrachtung kann auch als ein außergewöhnlicher Zustand beschrieben werden

Wir werden auch die Frage ansprechen, wie wir die Fähigkeit entwickeln können, nichts zu denken, und wir werden uns in der Erreichung inhaltslosen Bewusstseins üben. Zuletzt werden wir auch das Phänomen und die Voraussetzungen gesetzmäßiger Fragestellung in der Forschung erkunden.

\* \* \* \* \*

### **Über die Dozentin**

Inessa Burdich hat Physik studiert, war danach ungefähr 20 Jahre im Business tätig. Sie hat ihr Master of Science Studium in Großbritannien absolviert und wohnt jetzt in Deutschland. Meditieren ist schon seit 30 Jahren Zentrum ihres Lebens.

Mit ihrem Mann hat sie eine Firma namens Angewandte Geistesforschung gegründet, die übersinnliche Wahrnehmung als Dienstleistung in unterschiedlichen Bereichen anbietet.

Ihre Arbeit schließt in sich hauptsächlich die folgenden Bereiche ein:

1. Geistesforschung im Bereich Entwicklung und Herstellung der Mistelpräparate. Inessas Schwerpunkt ist die Forschung der übersinnlichen Hintergründe der Krankheiten, am meisten im Bereich der Onkologie, der psychiatrischen Erkrankungen (einschließlich Suchterkrankungen), der autistischen Störungen, Impfungen, Viren, der menschlichen Endokrin-, Lymph- und Immunsysteme.
2. Beratung verschiedener Menschen und Organisationen, Durchführung des geistigen Audits von Gebäuden und Orten.

Vortrags- und Seminartätigkeit in Bezug auf Methoden der übersinnlichen Wahrnehmung, deren Anwendung und allgemein Geistesforschung.

Sie können Inessa per E-Mail: [burdich.pa@gmail.com](mailto:burdich.pa@gmail.com) erreichen und aktuelle Informationen auf der Seite [www.geistesforschung-gmbh.de](http://www.geistesforschung-gmbh.de) einsehen.