

ANTI - OKKULTISMUS - INFO

Nr. 2/1999

EIN INFORMATIONSDIENST DES FAITH•CENTER•HANNOVER

MEDITATION

Weg zum Frieden oder Tür zur anderen Welt?

VORBEMERKUNG

Meditation ist in. Überall wird meditiert: In den fernöstlichen Religionen, in Sekten in okkulten und esoterischen Psychogruppen, in Hexenzirkeln und Hexenschulen, in der Psychotherapie, in Schwangerschaftskursen, in Kurkliniken, in der Medizin, in Schulen und Kindergärten sowie in christlichen Gemeinden.

Doch was ist Meditation wirklich? Was sind deren Ziele und Versprechen? Welche Grundtechniken und Grundannahmen gibt es? Und was sind die Wirkungen und Nebenwirkungen, Risiken und Gefahren der Meditation? Gibt es richtige und falsche Meditation?

ANMERKUNG: Die folgenden Ausführungen geben lediglich Forschungsergebnisse wieder. Sie verzichtet vielfach auf Belege und Beweise, die an anderer Stelle präsentiert werden sollen. Die Darstellung

soll so kurz wie möglich, leicht verständlich und dennoch wissenschaftlich fundiert sein. Um Mißverständnissen vorzubeugen, sei ausdrücklich betont, daß diese Informationsschrift lediglich die Sichtweise wiedergibt, die sich bei einer gewissenhaften Analyse der einschlägigen Literatur aufdrängt.

I. Ziele, Versprechen, Grundidee

Eine Durchsicht der Meditationsliteratur macht deutlich: Meditation ist ein universales Wunderprogramm; sie kann bei nahezu allen Lebensproblemen helfen.

Meditation führt z.B. zur Bewußtseinsweiterung und spirituellen Transformation

- zur Selbstentfaltung und Selbstverwirklichung
- zur Vereinigung und Verbindung mit „Gott“ oder dem „Göttlichen“
- zur Selbst- und Gotteserkenntnis

- zur Erkenntnis des „wahren oder höheren Selbst“ und der „wahren Wirklichkeit“
- zum inneren Frieden oder gar Weltfrieden
- zum ewigen Glück und ewigen Leben
- zur universalen Liebe und Gewaltlosigkeit

Im Westen - also auch in Deutschland - gilt Meditation vor allem als Entspannungsmethode; immer häufiger jedoch auch als Heil- und Therapiemethode.¹ In den Religionen und Lehren des Fernen Ostens (Hinduismus, Sikhismus, Buddhismus, Taoismus, Yoga, Zen) ist Meditation ein jahrtausendealter religiöser Heilsweg zur Erlösung, Erleuchtung und Befreiung.

Vernünftigen Menschen sollte eigentlich zu denken geben, daß ein- und derselben Methode völlig unterschiedliche Wirkungen zugesprochen werden (dort Erlösung, hier Entspannung) und daß selbst in den Religionen und Lehren des

Fernen Ostens Meditation ganz offensichtlich verschiedene Aufgaben erfüllt: Mal dient sie der Selbst- und Gotteserkenntnis mal der Vereinigung mit „Gott“ oder dem „Göttlichen“, mal der Befreiung vom Kreislauf der Wiedergeburten, mal der Entwicklung von Gleichmut, Nichtanhaftung und universeller Liebe, mal der Erleuchtung, Erkenntnis und Weisheit.

Trotz unterschiedlicher Ziele und Versprechen gibt es eine Grundidee der Meditation: Sie soll den Geist des Menschen zur Ruhe bringen, leermachen oder still-werden lassen, innere oder gedankliche Ruhe, Stille oder Leere des Geistes herbeiführen, den Verstand und die Gedankentätigkeit, das Denken und das Nachdenken aus- oder abschalten. Der Meditierende soll keinen oder nur einen einzigen Gedanken haben. Alle anderen, ablenkenden oder störenden Gedanken sollen aus dem Bewußtsein entschwenden (Gedanken-Kontrolle). Dazu dienen diverse Meditationstechniken:

II. Meditationstechniken

1. Rituelles Setting

Der Raum soll ruhig, das Licht möglichst gedämpft sein. Der Meditierende soll bequem sitzen und die Augen (halb) schließen.

2. Rituelle Körperhaltungen

Der Meditierende soll bestimmte Körper-, Hand- und

Fingerhaltungen einnehmen. Empfohlen werden der Lotussitz, die Rückenlage auf dem Boden, der Rücken soll kerzengerade, die Handflächen nach oben - zum Himmel - geöffnet, die Finger zum Kreis geformt sein (sog. Mudras). Vielfach soll die Zunge an den Gaumen gelegt werden.

3. Deprivationstechniken

Der Meditierende soll die Wahrnehmung der Außenwelt einschränken oder ganz abschalten und die fünf Tore der Sinneswahrnehmung zur Außenwelt schließen. Der Meditierende soll möglichst keinen oder nur einen einzigen Sinnesreiz wahrnehmen. Er soll nichts sagen, nichts hören, nichts sehen, nichts fühlen, nichts empfinden. Er soll nichts wollen, nichts wünschen, nichts beabsichtigen, nichts denken. Er soll an nichts hängen, nichts haften; er soll alles loslassen, alle Gedanken ziehen lassen. Auf äußere und innere Reize oder Ereignisse wie z.B. Freude und Leid soll er mit Gleichmut und Gelassenheit ~~die~~ ^{die} ~~Erregung~~ ^{Erregung}

Der Meditierende soll Körper, Geist und Seele entspannen, zum Beispiel durch Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung nach Jakobson.

5. Atemtechniken

Der Meditierende soll bestimmte Atemübungen machen. Er soll seinen Atem beobachten, zählen, kontrollieren, rhythmisieren,

vertiefen, zeitweise anhalten, durch die Nasenflügel lenken, oder exzessiv steigern (Hyperventilation), er soll dreimal tief durchatmen oder sehr langsam ausatmen.

6. Wahrnehmungstechniken

Der Meditierende soll die Wahrnehmung und die fünf Sinne schulen, Zum einen sollen alle fünf Sinne zugleich angesprochen werden nach dem Motto: Und du hörst, du siehst, du spürst ...(im Geiste); zum anderen wird lediglich ein einziger Sinneskanal (Ohr, Auge, Tastsinn) angesprochen. Die gesamte Aufmerksamkeit soll sich auf einen einzigen Sinneskanal oder Sinnesreiz (akustisch, optisch, taktil) konzentrieren. Das Gegenteil davon ist das reine Schauen, die reine Wahrnehmung, reines Sein, reines Bewußtsein, reine Gegenwart - bewußte Wahrnehmung ohne Wahrnehmungsinhalt (wie z.B. im Zen).

7. Konzentrationstechniken

Der Meditierende soll achtsam sein. Er soll seine Aufmerksamkeit extrem einschränken und vollkommen auf einen einzigen „Punkt“ richten (sammeln, zentrieren, fokussieren, bündeln).

Gegenstand der Konzentration kann wirklich alles sein

- ein realer oder gedachter Punkt (z.B. eine Kerzenflamme)
- ein inneres oder äußeres Bild
- eine bildhafte Vorstellung oder Fantasie(reise)

- ein Chakra (das sog. Dritte Auge, der Punkt zwischen den Augenbrauen, der Bauchnabel-Bereich)
- ein Mantra
- ein Mandala
- ein Gedanke oder Gefühl
- eine Körperregion oder -empfindung
- eine Sinneswahrnehmung (Klang, Gong)

8. Visualisierungstechniken

Der Meditierende soll sich etwas bildlich vorstellen. Er soll bei geschlossenen Augen (im Geiste) klare Bilder vor dem inneren oder geistigen Auge sehen: Auren, Chakren, Meridiane, Licht, Lichter, Höhlen, Tunnel Buddhas oder Boddhisattvas, geistige Wesen oder Wesenheiten, Schutzengel, Geister oder Geistführer, geistige Orte oder Fantasiereisen, große oder kleine Energiekreisläufe, das innere Lächeln usw. usw. Er soll die Stille, innere Stimmen, himmlische Töne, Klänge, Musik hören. Er soll sich an frühkindliche Erlebnisse (Szenen, Traumata) erinnern und diese wie in einem Film vor dem geistigen Auge sehen. Er soll die vier Himmelsrichtungen, die fünf Elemente, die Kundalini-Schlange und ihren Aufstiegskanal in der Wirbelsäule visualisieren.

Der Meditierende soll den Blick auf das sog. Dritte Auge (den Punkt zwischen den Augenbrauen), auf die Nasenspitze (also schielen) oder mit den Augen im Kreis rollen.

10. Rezitationstechniken

Der Meditierende soll bestimmte Vokale (a, o, u) Töne, Silben Heilige Silben, Namen, Wörter, Mantren (OM) ständig wiederholen (laut, leise, halblaut), denken, summen, singen oder chanten und damit Geister oder (fernöstliche) Gottheiten anrufen!!!

11. Identifikationstechniken

Der Meditierende soll sich vorstellen, etwas anderes zu sein, als er in Wirklichkeit ist. Er soll sich mit dem Meditationsobjekt (einem Baum, einer Wolke, dem Regen, das Herzens- oder Jesu-Gebet ...) identifizieren, mit ihm eins werden und verschmelzen.

Die meisten der hier genannten Meditationstechniken kommen aus den Lehren und Religionen des Fernen Ostens, einige aus der sog. christlichen Mystik.

Viele Meditationstechniken bilden mit anderen eine Einheit, kommen also selten oder nie alleine vor. Die für uns bedeutsamsten Meditationstechniken sind:

- a) Die Mandala-Meditation, bei der Mandalas als Hilfsmittel der (Punkt)Konzentration des Geistes benutzt werden
- b) Die Entspannungs- oder Atem-Meditation, bei der Entspannungs- und/oder Atemübungen im Vordergrund stehen
- c) Die Chakren-Meditation, bei der sich die Konzentration auf ein Chakra richten soll (den Scheitelpunkt, den Punkt

zwischen den Augenbrauen, den Bauchnabel)

- d) Die Mantra-Meditation, bei der ständig ein Mantra, so z.B. die Silbe Om wiederholt werden muß, oder Vokale gesummt werden, bis der Körper zu vibrieren beginnt
- e) Die Dynamische Meditation nach Baghwan, die Trancezustände und Besessenheiten durch Hyperventilation erzeugt
- f) Die visuelle Meditation in Form von Visualisierungsübungen und Fantasiereisen (vgl. z.B. Dahlke)
- g) Die Vipassana-Meditation, bei der sich der Meditierende auf den Atem, auf Gedanken, Gefühle und/oder (buddhistische) Lehrsätze konzentrieren soll.

Weitere Formen der Meditation und der Tranceinduktion sind das Kreiseln, Drehen oder Wirbeln (der Sufis)

- das Schaukeln und Wiegen des (Ober)Körpers (der Schamanen).

Baghwan empfiehlt darüber hinaus folgende Techniken, um in Trance zu geraten und die Tür zur anderen Welt zu öffnen:

- das endlose Brabbeln und Plappern sinnloser Wörter
- ekstatisches Gebärden, Schreien, Toben
- in Zungen reden oder beten
- Dauerlauf
- den Körper wie verrückt schütteln
- wie verrückt tanzen.

Viele dieser Techniken finden sich bereits in den Schulen

sowie in der Lehreraus- und -weiterbildung.

III. Grundannahmen

Die Meditationsliteratur geht fast immer von der Existenz transzendenter Welten und Mächte aus. Die transzendente Welt hat einen merkwürdigen Doppelcharakter: Zum einen ist sie eine Welt der Einheit, in der angeblich alle Dinge eins sind, eine Welt ohne Zeit und Raum; zum anderen ist sie die Welt der Götter und Gottheiten, der Geister und Dämonen, der Geistwesen und Geistführer. Um die Meditierenden nicht zu verschrecken, werden diese Welten in neueren Publikationen als „innere Welten“ oder „Innenwelten“ bezeichnet. Die fernöstliche Literatur macht jedoch deutlich, daß diese Welten nicht in uns, in den „Tiefen der Seele“ zu finden sind. ~~Das Mondschiff in der Welt der Inder~~ Die Inder literatur als ein spirituelles und unsterbliches Wesen. Er lebt in seinem Körper wie in einem Haus und wird ständig wiedergeboren, bis er vom unendlichen Kreislauf der Wiedergeburten erlöst ist. Auch zu Lebzeiten kann er seinen Körper verlassen, außerkörperliche Erfahrungen machen (AKE) und ohne seinen Körper an andere Orte, in andere Zeiten und in andere Welten reisen. Auf diese Weise läßt sich die Frage beantworten, was Meditation in Wirklichkeit ist.

IV. Grundfunktionen der Meditation

1. Bewußtseins-Transformation

Meditation ist eine Technik der Bewußtseins-Transformation. Sie führt in veränderte (besondere, außergewöhnliche, transeeähnliche) Bewußtseinszustände.² Sie heißen kosmisches, transzendentes Bewußtsein, Nirwana, samadhi, satori, Zanmai oder Einheitsbewußtsein.

2. Doorway-Technik

Meditation ist eine Doorway-Technik. Sie öffnet die Tür zur anderen, transzendentalen Welt durch veränderte Bewußtseinszustände. Meditation öffnet jedoch nicht die Tür zu „inneren Welten“ oder „Innenwelten“, wie neuere Publikationen irreführend behaupten. Jede Technik der Bewußtseinsveränderung oder Tranceinduktion öffnet immer nur die Tür zu transzendenten Welten und Mächten, wie der Schamanismus lehrt.³ Ist ein veränderter Bewußtseinszustand eingetreten, kann die andere, transzendente Welt wahrgenommen werden. Sie ist (angeblich) die Welt des Brahman, des Absoluten, des Einen, eine Welt ohne Dualität, Zeit und Raum - ohne Unterschiede und Gegensätze, ohne Namen und Formen. In dieser Welt ist (angeblich) alles eins - eine Einheit. Selbst Subjekt und Objekt verschmelzen zu einer Einheit. Der Gegenstand der Meditation bist du selbst: Das bist Du - Tat Tvam Asi, heißt es dazu in den Upanishaden, den Heiligen Schriften der Inder.

Die Meditationsliteratur geht - wie die fernöstlichen Religionen, auf denen sie basiert - davon aus, daß „Veränderungen in unserem Bewußtsein den Zugang zu so vielen verschiedenen Welten öffnen ...“⁴

Einige Meditationsbücher lassen keinen Zweifel daran, daß die oben genannten Meditationstechniken die Tür zu einer anderen Welt - zum Jenseits - öffnen und zu Kontakten mit Jenseitswesen sowie zu Jenseitsreisen führen.⁵ In der Meditation

- öffnen wir uns ... für überpersönliche Aspekte...“⁶
- sind wir „offen für diese andere Welt und Wirklichkeit ...“⁷
- öffnen sich „die inneren Welten“⁸

Genau dies ist gemeint, wenn es heißt, daß Meditation den Menschen mit „Gott“ bzw. mit dem „Göttlichen“ verbinden oder gar vereinigen will, so z.B. in den Schriften der Religionen des Fernen Ostens, aber auch im Schrifttum der Esoterik.⁹

Nach diesem Muster sollen sich z.B. die Kinder in der Schule vorstellen, etwas anderes zu sein, als sie in Wirklichkeit sind (z.B. ein Stein, ein Baum, der Regen, die Wolke usw.

3. Astralprojektion (AKE)

Meditation ist eine Technik der Astralprojektion. Sie führt zu außerkörperlichen Erfahrungen und Reisen an andere Orte, in andere Welten und andere

Zeiten. Hierzu gibt es eine Fülle von Belegen und Hinweisen. So heißt es z.B:

- „Und jetzt gehe wieder zurück in deinen Körper.“¹⁰
- „Kehren Sie in Ihr Zimmer zurück!“¹¹
- „Und Du kommst sehr bewußt... zurück in deinen Körper“¹²
- „Komm zurück in Deinen Körper“¹³
- „Durch Meditation sind wir in der Lage, unsere Seele vom Körper zu trennen und ins Jenseits zu reisen.“¹⁴
- Die Konzentration oder Sammlung des Bewußtseins „führt dazu, daß ... man den Körper teilweise oder ganz verläßt.“¹⁵
- Meditation lehrt u.a., „den Körper ganz oder teilweise zu verlassen und Kenntnisse höherer Welten zu erwerben.“¹⁶
- „Haben Sie (bei der Meditation, R.F.) Empfindungen gehabt, als ob Sie schweben, als ob Sie außerhalb des Körpers in andere Ebenen eintreten...“¹⁷, und weiter: „Natürlich haben wir unter Umständen vor dem Körperaustritt auch Angst. Wer verläßt schon gern seinen Körper ...“¹⁸

Vielfach wird auch verschlüsselt von der „Transzendierung des Körperbewußtseins“ gesprochen, wenn außerkörperliche Erfahrungen und Reisen gemeint sind.

Meditation ist also niemals eine Reise in „innere Welten“ oder „Innenwelten“, sondern immer nur Anleitung zu außerkörperlichen Reisen in transzendente Welten.

4. Transkommunikation

Meditation ist eine Technik der Transkommunikation. Sie öffnet die Tür zur anderen Welt und führt früher oder später zur Begegnungen mit Geist- und Horrorwesen sowie zur Kontaktaufnahme und wechselseitigen

Kommunikation mit transzendenten Welten und Mächten. Auch hierzu gibt es zahlreiche Belegstellen in der einschlägigen Literatur. Meditierende kommunizieren mit transzendenten Welten und Mächten, indem sie

- fernöstliche Götter und Gottheiten mit Hilfe von Manträn (OM usw.) anrufen¹⁹
- innere (geistige) Bilder senden oder empfangen („visualisieren“).

Sie kommunizieren

- (angeblich) mit „Gott“ oder dem „Göttlichen“²⁰
- mit Lichtwesen²¹
- mit Tierverbündeten, Schutzwesen / -geistern
- mit Wesen aus „inneren Welten“
- mit Führern, Begleitern, Helfern
- mit Luft- und Feuerwesen, Wasser- und Erdwesen²²
- Feen, Elfen, Elementarwesen, Krafttieren, Geistwesen, „Gestalten“, höheren Wesen, geistigen Führern, „Wesen aus anderen Ebenen“²³
- mit Schutzengeln, geistigen Helfern, Lichtwesen²⁴
- Wesenheiten, unsterblichen Wesen, Geistwesen,

Geistführern, Beratern und Helfern, astralen Gestalten²⁵

- Zwergenkönigen²⁶
- dem inneren, höheren oder wahren „Selbst“²⁷

5. Inkorporation

Meditation ist eine Technik der Inkorporation. Sie öffnet die Tür zur anderen Welt und führt damit (früher oder später) zur Inkorporation (Einverleibung) transzendenter (oder geistiger, okkultur, magischer) Mächte, Kräfte und Energien, die zur Wahrsagerei und Magie i.e. Sinne genutzt werden können.

6. Transformation

Meditation ist eine Technik der spirituellen Transformation der Menschen. Sie entwickelt übernatürliche (magische), außersinnliche oder paranormale Fähigkeiten oder Kräfte (die sog. siddhis). Dazu gehören u.a. Hellsehen, Hellhören, Gedankenlesen, Telepathie, Präkognition, Unsichtbarmachen, Unverletzlichkeit und Schmerz-unempfindlichkeit (Karate, Shaolin-Mönche), magische Macht über Mensch und Natur, magische Erhitzung des Körpers, insbesondere des Solar-Plexus. (Den Meditierenden oder Kindern soll es im Bauch warm oder heiß werden).²⁸

7. Divination (DIV)

Meditation vermittelt übernatürliches Wissen und die Fähigkeit zur Akasha-Chronik, einer Art Super-Computer, in dem alles Wissen dieser Welt gespeichert werden soll.²⁹

8. Magische Manipulation oder Magie i.e. S. (MAG)

Meditation verleiht (langfristig) magische Kräfte, die die Wirklichkeit beeinflussen und manipulieren können, sei es zum Nutzen oder zum Schaden anderer. Es besteht eine enge Affinität (Nähe) zwischen Meditation und Magie.³⁰

9. Transfer

Die Meditationsliteratur gibt auch einzelne wenige Hinweise auf die Möglichkeit des Transfers übernatürlicher oder magischer Kräfte durch Sex-, Augen- und Handkontakte.³¹ Dazu gehören zum Beispiel Massagen im rituellen Kontext und in Trance- bzw. Entspannungszuständen.

V. Kritik

1. Risiken und Gefahren

Die Meditationsliteratur macht deutlich: Meditation ist gefährlich. Sie gefährdet das körperliche, seelische und geistige Wohl. Sie führt zu außerkörperlichen Erfahrungen und Kontakten mit Geist- oder gar Horrorwesen. Sie kann zu diffuser Unruhe, zu Ängsten, Depressionen, Alpträumen, psychischen und psychiatrischen Erkrankungen, Sucht, Psychosen, Epilepsie, zu Morden, Selbstmorden und Massenselbstmorden (Sekten) führen.³² Sie stimuliert und steigert den Sexualtrieb (unserer Kinder!)³³

2. Vernunft und Wissenschaft

Meditation ist vernunftwidrig und unwissenschaftlich. Vom

Standpunkt der Vernunft und der modernen Wissenschaften gibt es kein universales Wunderprogramm und keine transzendenten Wesen und Welten. Meditation ist und bleibt eine religiöse Praktik, ein religiöser Heilsweg des Fernen Ostens, der im Westen lediglich als Entspannungs- oder gar Heilmethode verkauft wird, um Millionen von Menschen zu missionieren und den fernöstlichen Religionen zuzuführen.

Wissenschaftliche Studien scheinen die Wirksamkeit der Meditation zu belegen.³⁴ Sie kann jedoch nicht die Wirkungszusammenhänge, die die Wunder bewirken, verstehen und erklären. Dies ist nur im Kontext der Magie - und der Bibel möglich.

3. Biblische Sicht

Aus biblischer Sicht verstößt (fernöstliche) Meditation gegen den christlichen Glauben und das Wort Gottes, wenn sie verlangt, daß wir mit Hilfe der oben beschriebenen Techniken den Geist zur Ruhe bringen, leermachen oder stillstellen und den Verstand und die Gedankentätigkeit abschalten sollen.

Meditation und Christsein sind vollkommen unvereinbar. Wer meditiert, verläßt den Boden biblisch fundierten Christentums, öffnet sich den Götzen und Göttern fernöstlicher Religionen.

Aus biblischer Sicht öffnet diese Art der Meditation immer nur die Tür zum Reich der Finsternis. Früher oder

später bringt sie die Meditierenden in Kontakt mit den Mächten der Finsternis. Denn die Bibel lehrt, daß wir den Geist nicht leer machen oder leer lassen sollen, weil andernfalls böse Geister in uns - in unser „Haus“ - eindringen und uns in Besitz nehmen bzw. biblisch ausgedrückt - besessen machen können.³⁵

Zu diesen Meditationstechniken gehören auch die vermeintlich christlichen Formen der Meditation: Christliche Mystik, Herzensgebet, Kontemplation, Bild- und Mandala-Meditation. Biblisch fundierte Meditation soll den Geist nicht leermachen und den Verstand abschalten. Biblische Meditation soll den Geist mit dem Wort Gottes füllen und darüber nachdenken, nachsinnen - auf der Grundlage der Schrift, mit Hilfe des Verstandes und unter Leitung des Heiligen Geistes! Im übrigen sollten wir das Wort Gottes - und nicht die Stimme Gottes - hören (und tun)!

Aus biblischer Sicht sind die Mächte der Finsternis böse Geister, die immer nur kommen, um zu zerstören, zu stehen und zu töten. (Joh.) Wenn sie im Einzelfall Wunder tun - beruhigen, entspannen, helfen oder heilen - muß früher oder später ein schlimmer Preis gezahlt oder ein Opfer (z.B. in Form eines Schicksalsschlages gebracht werden. Auch in der geistigen Welt gibt es nichts umsonst.

VI. Fazit

Meditation ist keine Entspannungs-, Heil- oder Therapiemethode, keine psychologische oder medizinische Technik³⁶ und schon gar keine Unterrichts- und Merkhilfe. Meditation ist eine religiöse oder besser: okkulte und magische Praktik aus den Lehren und Religionen des Fernen Ostens. Sie soll den Menschen mit „Gott“ oder dem „Göttlichen“ verbinden und vereinigen.

Meditation hat multifunktionalen Charakter: Sie führt in veränderte Bewußtseinszustände und öffnet die Tür zur anderen, transzendenten Welt durch

- Abschalten der Sinneswahrnehmung (der Außenwelt), des Verstandes und des Denkens
- Ruhe, Stille und Leere des Geistes
- tranceinduzierende Entspannungs- und Atemtechniken
- Einschränkung und Fixierung, Konzentration und Fokussierung der Aufmerksamkeit auf einen Punkt
- Visualisierung und Imagination
- besondere Augen (Schiel)stellungen (Drittes Auge, Nasenwurzel, Nasenspitze)
- Anrufung fernöstlicher Gottheiten mit Hilfe (fernöstlicher) Mantren (wie z.B. OM)

Darüber hinaus führt Meditation

- zu transzendenten (mystischen, spirituellen) Erfahrungen, zu Erfahrungen mit transzendenten Welten und Mächten,

- zu außerkörperlichen Erfahrungen und Reisen an andere Orte, in andere Welten und andere Zeiten (unsere Kinder sollen neue Zeit- und Raumerfahrungen machen),
- zu Begegnungen mit Geist- und Horrorwesen (vgl. u.a. Maharaj)
- zur Kommunikation mit Geistwesen und Geistführern in Form von Visionen (Sehen von inneren Bildern) und Auditionen (Hören von inneren Stimmen)
- übernatürlichen Fähigkeiten und Kräften.

Im Kern ist Meditation eine mentale Technik, die durch Einschränkung und Konzentration der Wahrnehmung oder Aufmerksamkeit auf einen „Punkt“ zu einem veränderten (tranceähnlichen)

Bewußtseinszustand führt und damit die Tür zu transzendenten Welten und Mächten öffnet.

Die Einführung meditativer Techniken in den Schulunterricht der Pflichtschule und ihre Verknüpfung mit dem Lernprozeß ist deshalb ein krasser Verstoß gegen die grundgesetzlich garantierte Glaubens-, Gewissens- und Religionsfreiheit.

Merke: Meditierende leben gefährlich. Früher oder später kommen sie in Kontakt mit geistigen Mächten,

- die sie beherrschen, zerstören, krankmachen oder gar zu großen Taten beauftragen wollen,

- die den Verstand vernebeln, gegen Kritik und das Wort Gottes immunisieren,
- bössartig und intolerant machen,
- zu Wutausbrüchen, Lügen, falschen Anschuldigungen, Diffamierung und Verfolgung Andersdenkender (z.B. von gläubigen Christen) nötigen.

Meditierende haben häufig Visionen oder (Alp) Träume, sie sehen Geist- und Horrorwesen, sie hören Stimmen und Geräusche (Tinnitus), sie müssen Geistführern gehorchen, die sie kontrollieren, unterrichten und inspirieren wollen. Andernfalls werden sie gequält, in die Psychiatrie oder in den Selbstmord ~~Hüterband~~ kein Arzt, kein Psychologe, kein Psychotherapeut, kein Psychiater helfen, sondern nur Jesus Christus allein.

Deshalb: Vorbeugen ist besser als heilen!

Gläubige Christen sollten sich und ihre Kinder von Meditation fernhalten, auch wenn sie als „Stilleübung“ getarnt ist.

Vermeiden sie jedes Ritual, jedes rituelle Setting.³⁷ Machen Sie keine der unter II. aufgeführten Übungen.

Halten Sie ihre Kinder fern von Game-Boys und Computer-Spielen, die sie zwingen, auf einen Punkt zu starren, insbesondere wenn der Blick leicht nach oben oder nach unten gerichtet werden muß. Dies sind keine harmlosen Kinderspiele, sondern fernöstliche

Meditations-übungen mit den
oben beschriebenen
Wirkungen und Gefahren.

- ¹ vgl. Der Stern, 29/98 Grawe
² vgl. u.a. Kakuska, S. 61, 74, 164;
Schwäbisch/Siems, S. 13, 15, 119,
136, Goleman, S. 25, 27, 31, 110,
158
³ vgl. Franzke 1998
⁴ Kennedy, S. 154
⁵ vgl. K. Singh, S. 33, 125 ff; R.
Singh, S. 13, 25, 30, 87
⁶ W. v. Rohr, S. 53
⁷ Dahlke, S. 141
⁸ Rozman, S. 77
⁹ vgl. z.B. Wallimann
¹⁰ Schwäbisch/Siems, S. 123
¹¹ Kakuska, S. 130
¹² Dahlke S. 159
¹³ Rozmann, S. 174
¹⁴ R. Singh, S. 15, 16, 19, 24 f, 28,
30, 37 f, 87
¹⁵ W. v. Rohr, S. 220
¹⁶ ebd. S. 236
¹⁷ W. v.Rohr, S. 91
¹⁸ ebd., S. 185
¹⁹ Gita; Kennedy, S. 261 ff
²⁰ Singh, Carroll, S. 351
²¹ R. Singh
²² vgl. Dahlke, S. 39, 56 ff, 93, 97,
110, 115, 122, 135, 188 f, 194, 215
²³ W. v. Rohr, S. 87, 120, 139, 141,
172, 183, 227
²⁴ Wallimann, S. 107
²⁵ Kakuska, S. 136, 166
²⁶ Carroll, S. 354
²⁷ Rozman, S. 32 ff
²⁸ vgl. u.a. Lexikon der östlichen
Weisheitslehren, Schumann, S. 96;
Wallimann, S. 18; Goleman, S. 33,
116, 125; Zetkau, S. 56, 139; Ka-
kuska, S. 13, 165; W. v. Rohr, S.
186; R. Singh
²⁹ vgl. u.a. R. Singh, S. 22
³⁰ vgl. u.a. Kakuska, S. 195 ff; Car-
roll, S. 360 ff
³¹ vgl. u.a. Goleman, S. 124 f, 159
³² vgl. u.a. Niebel/Hanewinkel,
Scharfetter
³³ vgl. u.a. W. v. Rohr, S.
³⁴ vgl. Grawe u.a.
³⁵ vgl. Mt 12, 42 ff
³⁶ vgl. Stern-Artikel Grawe
³⁷ vgl. oben