

## Spirituelles Lernen nach Joseph

Spirituelles Lernen nach Joseph kann als ein persönlich erprobter, praktischer Leitfaden zur Erlangung der Befreiung verstanden werden. Ausführliches zur Befreiung ist im Artikel „Die Seinsstufen des Lebens“ im Beitrag „Das Individuelle des Menschen“ im Blog „Die Weltformel“ ([josephlorch.de](http://josephlorch.de)) zu finden.

Die sowohl in diesem Blog als auch im Blog „Die Weltformel“ dargelegte spirituelle Lehre wird als Josephismus bezeichnet. Beim Josephismus handelt es sich um eine Weltanschauung ohne Personifizierungen energetischer Prozesse und einer eigenen Weltformel mit zugehöriger Theorie von Allem. Josephismus geht von einem fernöstlichen Lebensziel aus – die Befreiung, die durch spirituelles Lernen erreicht werden kann.

Grundsätzlich sollte spirituelles Lernen als eine Art lebenslanges Recherchieren für ein eigenes Verständnis des Lebens verstanden werden. Es geht letztenendes darum, spätestens im Seniorenalter ein schlüssiges Weltbild zu haben. Dabei spielt es weniger eine Rolle, ob das eigene Weltbild materialistischer, mystischer, religiöser oder sonstiger Ausprägung ist. Wichtig beim eigenen Weltbild ist, sich darin heimisch und geborgen zu fühlen. Ein Weltbild sollte auch Orientierung geben.

Spiritualität beschäftigt sich hauptsächlich mit den vier Fragestellungen zu unserem Dasein:

- Wie sind wir entstanden?
- Warum sind wir hier?
- Was soll ich hier tun?
- Wohin geht es?

Das spirituelle Lernen nach Joseph wird am effektivsten alleine und möglichst auf einer täglichen Basis praktiziert. Praktiziert wird grundsätzlich periodenweise über das Leben verteilt und ist sicherlich nichts für bequeme Gemüter, die wenig strebsam sind und lieber gemütlich vor sich hin leben. Das spirituelle Lernen bedarf des Einsteigens in den Modus des Lernens & Übens, was nur durch Strebsamkeit gelingt. Daher ist das spirituelle Lernen eher für die zurückgezogenen, strebsamen Gemüter geeignet, die mit sich ganz persönlich weiterkommen wollen. Näheres zum Modus des Lernens & Übens ist im Artikel „Der Modus des Lernens & Übens“ im Beitrag „Die Praxis des spirituellen Lernens“ zu finden.

Spirituelles Lernen “nach Joseph“, weil die Zusammenstellung der Inhalte des Blogs, die gelernt und praktiziert werden können, aus meinen persönlichen Erfahrungen stammen. Sämtliche Übungen wurden irgendwann in meinem Leben periodisch von mir eingeübt und praktiziert. Es gibt eine große Vielfalt an sinnvollen Körperübungen, denen ich persönlich nicht nachgegangen bin, weswegen sie hier auch nicht erscheinen. Mir ist es wichtig, nur über das zu schreiben, was ich nicht nur kenne, sondern auch irgendwann im Leben praktiziert habe.

In diesem Blog werden sowohl die theoretischen Grundlagen des spirituellen Lernens nach Joseph als auch die relevanten Körperübungen erläutert. Die Einflüsse dieser Übungen

können für das ganz persönliche Weiterkommen auf der spirituellen Ebene enorm sein. Die Körperübungen wirken allerdings erst in ihrer Gesamtheit mit spirituellen Wissenserweiterungen als Schlüssel zur Befreiung. Spirituell bedeutet hier die Einbeziehung des gesamten Egos mit Körper + Psyche + Geist + Sozialität. Näheres zum Ego ist im Artikel „Das Ego des Ichs“ im Beitrag „Das Dasein als Mensch“ im Blog „Die Weltformel“ zu finden.

Spirituelles Lernen nach Joseph beinhaltet Lernen & Üben. Lernen bedeutet Wissenserweiterung bezogen auf die weiter oben angegebenen vier Seinskomponenten des Egos und auf die weiter unten definierten spirituellen Themen. Die Grundlage des Übens bilden das Meditieren, umfassende Diätetik und die spezifischen Körperübungen.

Psychischerseits wird beim spirituellen Lernen nach Joseph angestrebt, sich weniger im Alltag zu ärgern. Der Fokus liegt dabei auf dem eigenen Umgang mit den Auslösern für Ärgernisse. Ausführliches hierzu ist im Beitrag „Persönliches Leid“ zu finden. Sozialerseits geht es darum, sich die nötigen Freiräume für das Lernen & Üben zu schaffen, was unweigerlich mit geplantem Rückzug verbunden ist.

Die effektivste Form der Wissenserweiterung ist das Lesen von entsprechenden Büchern und Texten über die vier Seinskomponenten des Egos – Körper + Psyche + Geist + Sozialität sowie die spirituellen Themen.

Spirituelles Lernen nach Joseph bedeutet demnach einerseits, sich mit den spirituellen Themen auseinanderzusetzen, und andererseits spezielle Körperübungen & geistige Wissenserweiterungen zu praktizieren und das Erlernte in den Alltag zu integrieren.

Die spirituellen Themen nach Joseph sind:

1. Die seelischen Vorgänge des Lebens, Nachlebens und Endlebens.
2. Unsere Herkunft sowie die uns umgebenden Energien.
3. Die Entstehung und die Besonderheit der Erde.
4. Das Meditieren und spezielle Körperübungen.

Je widerspruchsfreier das eigene Verständnis des Lebens wird, desto näher rückt der Moment der Erwachung. Die Erwachung ist ein Eintreten in die Angstfreiheit. Frei von der Angst über den eigenen Tod und das Nachleben. Nach dem Eintreten der Erwachung bleibt der Modus des Lernens & Übens unverändert. Die spontan Erwachten, die ohne Lernen & Üben die Erwachung erlebten, treten dann erst in den Modus des Lernens & Übens ein. Der Modus des Lernens & Übens löst sich auf, wenn das Ziel der Befreiung erreicht ist.

„Josephs Wörterbuch SL“ ist ein speziell für sowohl den Hauptblog „Die Weltformel“ (josephlorch.de) als auch für diesen Blog erstelltes Wörterbuch. In dem Wörterbuch werden die in beiden Blogs benutzten Begriffe klar definiert.