

Programm 1 — Grundlagen der Lehren von Grigori Grabovoi  
Sitzung 5 – Grundlagen der Konzentrationsmethoden  
4. April 2026

Willkommen zur fünften Sitzung des Ausbildungsprogramms 1 - Grundlagen der Lehren von Grigori Grabovoi auf der ETERNAL-Plattform.

Mein Name ist Lidija Gruber, geborene Peternel. Ich bin Lehrberaterin des GRIGORI GRABOVOI DOO Bildungszentrums, und es ist mir eine Freude und Ehre, die Lehren von Grigori Grabovoi mit Ihnen zu teilen.

Das Programm über die Lehren von Grigori Grabovoi auf der ETERNAL-Plattform soll informieren, inspirieren und über dieses lebensverändernde Wissen aufklären. ETERNAL basiert auf dem Verständnis, dass jede Person die Fähigkeit besitzt, ihr Leben und die Welt durch bewusstes Handeln zu transformieren. Unsere Vision ist es, Einzelpersonen dabei zu unterstützen, dieses Potenzial zu erkennen und zu einem globalen Prozess harmonischer, ewiger Entwicklung beizutragen.

Die Vorlesung (das Seminar) hat einen Bildungscharakter und stützt sich rechtlich auf Artikel 26 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte, die von der UN-Generalversammlung verabschiedet wurde, wonach jeder Mensch das Recht auf Bildung hat und die Bildung auf die volle Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit ausgerichtet sein sollte.

Diese Tätigkeit steht in keinem Zusammenhang mit medizinischen Tätigkeiten, sondern zielt darauf ab, die Norm auf der Grundlage der Selbstentwicklung zu erreichen, und schränkt in keiner Weise das Recht ein, sich an Ärzte, in von der Regierung lizenzierten Gesundheitseinrichtungen, zu wenden.

Die ETERNAL-Plattform bietet 3 kostenlose Ausbildungsprogramme an.

Grundlagen der Lehren von Grigori Grabovoi

Angewandte Methoden für das tägliche Leben

Kontrollexperte, Methoden der Prognose, Wahrsagung und großangelegte Kontrolle.

Wir befinden uns jetzt im 1. Ausbildungsprogramm – Grundlagen der Lehren.

In den vorherigen Sitzungen unseres Programms haben wir erkundet:

- Einführung in die Lehren von Grigori Grabovoi
- Realität als Informationssystem
- Die Rolle des Bewusstseins
- Grundlegende Prinzipien der Kontrolle

Wenden wir uns nun einem weiteren grundlegenden Konzept zu:

## **5. Grundlagen der Konzentrationsmethoden**

- Prinzipien der Konzentration
- Arbeiten mit Aufmerksamkeit und Fokus
- Einfache geometrische Punkte zur Konzentration
- Sicherheit und Korrektheit der Praxis

*Nimm dir einen Moment Zeit, um anzukommen.*

*Dieser Moment ist bereits Teil von Kontrolle und Konzentration. Bitte trete mit Liebe, Ruhe und dem Bewusstsein ein, dass deine Anwesenheit die Schaffung kollektiver Harmonie und ewigen Lebens für alle unterstützt. Denn die Art und Weise, wie wir einen Moment betreten, bestimmt, wie die Realität reagiert. Also bitte: Richte deine Aufmerksamkeit auf deinen Körper. Spüre deinen Atem. Und erlaube deinem Bewusstsein, ruhig und präsent zu werden. Achte immer darauf, dass die Realität, wenn du still wirst, empfänglicher wird.*

Bevor wir beginnen, lassen Sie uns daran erinnern, was wir bereits gemeinsam entdeckt haben.

In der ersten Sitzung haben wir das Fundament der Lehren verstanden und dass wir nicht nur Beobachter sind. Wir sind Teilnehmer an der Entwicklung der Realität.

Dann haben wir gesehen, dass Realität informatorisch ist. Dass Ereignisse nicht festgelegt sind, sondern unterschiedliche Möglichkeiten enthalten.

Und in der dritten Sitzung haben wir entdeckt, dass das Bewusstsein die Struktur ist, die mit der Realität interagiert. Und wir haben etwas sehr Wichtiges verstanden: Dass das Bewusstsein wie ein optisches System ist. Und zuletzt haben wir über Kontrolle als bewusste Ausrichtung des optischen Systems gesprochen.

Und jetzt werden wir die Frage erforschen, die sich natürlich stellt: „Wie geschieht das in der Praxis?“

Und das bringt uns zur KONZENTRATION.

Letztes Mal habe ich kurz erwähnt: „Die Konzentration ist eine echte Ansammlung von Bewusstsein und Licht.“ Ich wiederhole diese Definition sehr oft. Und es wird sehr deutlich, wenn wir uns daran erinnern, dass unser Bewusstsein ein optisches System ist.

In jedem optischen System, einem System, das Licht verarbeitet, führt gestreutes Licht zu einem unscharfen Bild, und fokussiertes Licht erzeugt ein genaues Bild.

Dasselbe geschieht mit dem Bewusstsein. Wenn die Aufmerksamkeit zerstreut ist, ist die Wahrnehmung unklar. Wenn wir uns konzentrieren, sammelt sich das Bewusstsein, Licht sammelt sich an, und die Realität wird strukturiert.

Ich möchte nun unser Verständnis von Konzentration vertiefen.

Das Leben hat eine spirituelle Grundlage. In den Lehren wird gesagt, dass das Leben eine spirituelle Grundlage hat.

**KONZENTRATION DES MENSCHEN AUF SEIN EIGENES BEWUSSTSEIN KANN ZU EINEM RADIKALEN WANDEL DER WELTSTRUKTUR FÜHREN (3.2).**

Gleichzeitig haben wir gesehen, dass die Realität informativ ist.

Wie können wir diese beiden Ideen verbinden?

Wenn wir sagen, dass das Leben eine spirituelle Grundlage hat, sprechen wir über den Ursprung, die Quelle, die Ebene der Schöpfung.

Und wenn wir über die Realität als etwas Informationelles sprechen, sprechen wir darüber, wie diese Schöpfung strukturiert und wahrnehmbar wird.

Sie sind zwei Ebenen eines Prozesses.

Und jetzt verstehen wir etwas sehr Wichtiges. Wir könnten sagen, dass das spirituelle Niveau, wie es die Absicht der Schöpfung ist, Information ist, wie sich diese Absicht organisiert, und die physische Welt ist, wie sie erscheint. Das bedeutet, dass das, was wir als physische Realität sehen, nicht der Ursprung der Realität ist. Der Ursprung der Realität ist spirituell und das Bewusstsein ist die Brücke zwischen dem Spirituellen, dem Informationellen und dem Physischen. Außerdem arbeitet die Konzentration des Bewusstseins genau an dieser Brücke.

Wenn wir uns konzentrieren, arbeiten wir mit Information, aber durch das Bewusstsein, welches mit dem spirituellen Niveau verbunden ist.

Deshalb wird gesagt: „Die Konzentration des Bewusstseins kann zu einer radikalen Veränderung der Struktur der Welt führen. Denn wenn das Bewusstsein konzentriert wird, beeinflusst es die Informationsstruktur von der Ebene der spirituellen Basis aus.

Wenn wir uns an das optische System erinnern, ist die spirituelle Ebene die Lichtquelle, Information ist die Strukturierung dieses Lichts und Wahrnehmung ist, wie wir es sehen. Die spirituelle Basis erzeugt die Information und durch Konzentration kann das Bewusstsein diese Information neu organisieren.

Wir müssen sie nicht zu sehr trennen... In der Erfahrung... sind sie Teil einer einheitlichen Realität...

Wenn wir uns also konzentrieren, fokussieren wir nicht nur. Wir nehmen teil an der Verbindung zwischen dem Spirituellen und der Struktur der Welt.

Wenn wir uns konzentrieren, sammelt sich Licht, das Bewusstsein wird präziser, und die Realität beginnt sich zu organisieren.

Und hier kommen wir zu etwas sehr Wichtigem. Das Wort Konzentration hat tatsächlich zwei Bedeutungen.

Die erste Bedeutung ist die, die wir bereits kennen: die Aufmerksamkeit fokussieren. Zum Beispiel auf einen Teil des Körpers oder auf einen Punkt. Und dadurch können wir beeinflussen, wiederherstellen, harmonisieren...

Aber es gibt eine zweite Bedeutung, die noch wichtiger ist. Konzentration ist die wirkliche Anhäufung von Bewusstsein, die Kompaktheit des Bewusstseins.

Das bedeutet, Bewusstsein ist nicht nur etwas Abstraktes. Es ist eine Struktur. Und wenn wir uns entwickeln, wenn wir uns weiterentwickeln, wird diese Struktur immer konzentrierter, kompakter. Wir können dies mit einem sehr einfachen Beispiel verstehen. In der Vergangenheit nahmen Computer ganze Räume ein. Und heute passen sie in deine Hand. Was ist passiert? Die gleiche Struktur wurde konzentrierter. Mehr Informationen auf weniger Raum. Dasselbe passiert mit dem Bewusstsein. Wenn sich das Bewusstsein entwickelt, wird es konzentrierter. Kompakter. Mächtiger.

Das bedeutet mehr Informationen, mehr Bewusstsein, mehr Licht in einem kleineren, präziseren Raum.

Grabovoi sagt oft, dass wir bei der Konzentration mit geometrischen Punkten arbeiten. Warum geometrische Punkte? Sie mögen sich fragen, warum wir etwas so Einfaches wie einen Punkt verwenden. Ein geometrischer Punkt ist neutral. Er trägt keine Emotionen, er trägt keine Erinnerungen, also lenkt er uns nicht ab. Er ermöglicht es dem Bewusstsein, klar zu bleiben. Deshalb kann unsere Aufmerksamkeit sich leicht stabilisieren.

Ein Punkt wird von jedem verstanden. Er hängt nicht von Sprache oder persönlichen Erfahrungen ab. Er ist ein universelles Wahrnehmungselement.

Und am wichtigsten ist, dass es für das Bewusstsein sehr einfach ist, ihn zu halten. Der Geist muss nichts Komplexes verarbeiten, sodass die Aufmerksamkeit sich natürlich sammeln kann...

Und jetzt etwas sehr Wichtiges. Ein Punkt mag leer erscheinen. Aber in Wirklichkeit ist ein Punkt nicht leer. Er enthält die Möglichkeit von allem. Warum? Weil ein Punkt keine Begrenzung hat. Er ist nicht in Form fixiert, nicht im Inhalt fixiert. Also kann das Bewusstsein jede Struktur hineinlegen. Jedes Ziel, jedes Ereignis, jede Erkenntnis.

Wenn wir uns an das optische System erinnern, ist der Punkt dort, wo sich Licht sammelt. Wenn Licht gestreut wird ... ist nichts klar, es ist unscharf. Aber wenn es sich zu einem Punkt sammelt, wird alles präzise.

Also werden wir jetzt nicht darüber nachdenken. Wir werden es erleben.

Stell dir einen kleinen Lichtpunkt vor dir vor. Sehr einfach, sehr klar. Richte deine Aufmerksamkeit darauf. Kein Aufwand. Lass einfach die Aufmerksamkeit verweilen. Wenn sie sich bewegt, bring sie langsam zurück. Jetzt wird dieser Punkt leicht leuchtend. Wie ein kleines goldenes Licht. Stabil ... ruhig ...

Und jetzt führe langsam dein Ziel ein. Als ob es bereits dort ist. Dieser Punkt enthält bereits die harmonische Verwirklichung deines Ziels. Verweile bei ihm. Aufmerksamkeit...Licht...Ziel...Alles ist da. Du erschaffst nicht durch Anstrengung. Du erkennst, was bereits möglich ist.

Deshalb verwenden wir einen Punkt. Er ermöglicht es dem Bewusstsein, sich zu sammeln. Und wenn sich das Bewusstsein sammelt, sammelt sich das Licht. Und die Realität beginnt sich zu organisieren.

Und jetzt können wir dies mit dem verbinden, was wir zuvor gelernt haben. Wenn das Bewusstsein ein optisches System ist, dann bedeutet Konzentration, dass das Licht nicht mehr zerstreut, sondern gesammelt, fokussiert und akkumuliert wird. Und wenn Licht konzentriert wird, wird die Realität strukturierter.

Und das führt zu etwas sehr Tiefgründigem. Wenn das Bewusstsein ausreichend konzentriert wird, passt es sich nicht mehr der Welt an. Die Welt beginnt, auf das Bewusstsein zu reagieren.

Einfach ausgedrückt: Am Anfang haben wir das Gefühl, dass die Realität unser Leben bestimmt. Aber wenn sich das Bewusstsein entwickelt, beginnen wir teilzunehmen und schließlich beginnen wir, die Entwicklung der Ereignisse zu lenken.

Auf höheren Ebenen werden Denken und Handeln eins. Innen und Außen sind nicht mehr getrennt. Und die Realität wird zu einem direkten Ausdruck des Bewusstseins.

Und das mag sehr groß klingen. Aber der Anfang ist sehr einfach. Jedes Mal, wenn du dich konzentrierst, jedes Mal, wenn du deine Aufmerksamkeit sammelst, sammelst du bereits Bewusstsein und Licht an.

Also, wenn wir uns in der Konzentration üben, fokussieren wir uns nicht nur, wir entwickeln nach und nach ein konzentrierteres, leuchtenderes, wirksameres Bewusstsein.

Und Schritt für Schritt verändert dies, wie wir wahrnehmen und wie wir handeln. Und wie die Realität reagiert.

Und so wird aus einer einfachen Handlung der Aufmerksamkeit ein Weg der Transformation.

Jetzt beginnen wir mit den praktischen Schritten der Konzentration.

*„Während der Konzentration sollten Sie sich immer wieder an das genaue Ziel erinnern, das Sie erreichen möchten. Das Ziel könnte die Verwirklichung eines wünschenswerten Ereignisses sein, zum Beispiel die Genesung von einer Krankheit, die Entwicklung eines Mechanismus zur Erkenntnis der Welt und so weiter. Das Hauptsache hierbei ist, stets eine Regulierung der Informationen für das universelle Heil und die harmonische Entwicklung durchzuführen. Eine solche Regulierung kann ein Kampf gegen Zerstörung auf informationeller Ebene sein, weil Sie die Arbeit der Retter erfüllen. Praktisch kann auf der Ebene Ihrer Wahrnehmung eine Konzentration folgendermaßen durchgeführt werden:*

*– In Ihrem Geist sollten Sie das Ziel der Konzentration bestimmen, das wie eine gewisse geometrische Form aussieht, zum Beispiel eine Kugel. Dies ist die Sphäre des Konzentrationszieles.*

*– Geistig sollten Sie sich darauf einstellen, die für Sie notwendigen Ereignisse so zu gestalten, wie es der Schöpfer tut.*

*– Während der Konzentration auf verschiedene Objekte, auf konkrete Figuren oder auf die Erkenntnis der Realität, kontrollieren Sie die Lage der Sphäre. Bewege die Sphäre mit Willenskraft in den Bereich deiner Wahrnehmung, wo sie im Moment der Konzentration mehr Licht erhält.*

Der erste Schritt besteht darin, das Ziel zu erstellen. Das Ziel ist klar, ruhig und harmonisch. Es ist nicht erzwungen, es ist nicht angespannt, es ist einfach präsent. Wie man das Ziel der Kontrolle definiert, haben wir in unserer vorherigen Sitzung erklärt und geübt. Das Wichtigste hier ist, immer die Regulierung von Informationen für das universelle Heil und die harmonische Entwicklung durchzuführen. Gewährleisten Sie harmonische Entwicklung und Ewiges Leben für alle.

Der zweite Schritt besteht darin, uns geistig einzustellen. Das bedeutet nichts Kompliziertes. Es bedeutet einfach, sich selbst in einen ruhigen, klaren und harmonischen inneren Zustand zu bringen. Es ist der Moment, in dem Sie fühlen: ‚Alles ist in Ordnung... Ich bin präsent... Ich bin bereit.‘

Sie kennen diesen Zustand vielleicht schon. Zum Beispiel, wenn Sie sich friedlich fühlen, wenn Sie die Natur betrachten, wenn innen alles ruhig wird. Das ist bereits ein spiritueller Zustand.

Und das ist wichtig, weil die Qualität Ihres inneren Zustands beeinflusst, wie das Ziel verwirklicht wird.

Wenn Spannung vorhanden ist, wird die Konzentration instabil. Wenn Ruhe herrscht, wird die Konzentration klar.

Wenn wir uns daran erinnern, dass unser Bewusstsein ein optisches System ist, dann ist der spirituelle Zustand wie das Einstellen der Linse.

Sich spirituell einzustellen bedeutet, sich nach dem Prinzip des Schöpfers auszurichten. Das ist immer: Harmonie, Leben, Entwicklung und Licht.

Aber wie bringen wir uns in den spirituellen Zustand, der es uns ermöglicht, die notwendigen Ereignisse so zu gestalten, wie es der Schöpfer tut?

Für die meisten Menschen ist spirituelle Ausrichtung schwieriger als das Festlegen des Ziels. Das Festlegen des Ziels ist etwas, das der Verstand tun kann. Wir können darüber nachdenken, was wir wollen, wir können es definieren, wir können es formulieren. Selbst wenn es nicht perfekt ist, können wir dennoch eine Richtung schaffen.

Aber sich spirituell auszurichten bedeutet, unseren inneren Zustand zu verändern. Es erfordert das Beruhigen der Gedanken, das Loslassen von Spannungen, das Loslassen, das Eintreten in Klarheit und Vertrauen. Und das geschieht nicht durch Denken... sondern durch Sein.

Es ist einfach zu sagen, was wir wollen, aber es erfordert mehr Aufmerksamkeit, ruhig, klar und innerlich ausgerichtet zu werden. Deshalb definieren wir manchmal ein Ziel, aber es ändert sich nichts. Weil der innere Zustand noch nicht ausgerichtet ist.

Wenn wir uns an das optische System erinnern, ist das Ziel zu definieren, wie das Auswählen dessen, was wir sehen wollen. **Aber der spirituelle Zustand ist das Einstellen der Linse.** Und wenn die Linse nicht klar ist, wird selbst ein gutes Ziel nicht präzise erscheinen. Wenn der innere Zustand klar wird, wird selbst ein einfaches Ziel mächtig. In der Praxis ist das Lernen, in einen ruhigen, klaren, harmonischen Zustand zu gelangen, oft die wirklich tiefe Arbeit.

Es gibt Praktiken, die uns helfen können, einen spirituellen Zustand zu erreichen und aufrechtzuerhalten, wie zum Beispiel Meditation oder Gebet. Oft wurde ich gefragt, ob Konzentration eine Art Meditation oder Gebet sei. Nein, das ist sie nicht. Hier können wir beginnen, eine Verbindung zwischen Konzentration, Meditation und Gebet zu sehen. Sie alle haben ihre eigene Rolle, aber sie können einander unterstützen.

**Die Konzentration** ist von den dreien die präziseste. Sie bedeutet, die Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Punkt, ein Objekt, Ziel, Bild, eine Zahlenfolge oder einen Bereich der Wahrnehmung zu richten und das Bewusstsein dort gesammelt zu halten. In der Art, wie Sie sie lehren, ist Konzentration nicht nur mentale Fokussierung, sondern eine echte Ansammlung von Bewusstsein und Licht. Sie ist aktiv, strukturiert und zielgerichtet.

**Meditation** ist in der Regel breiter. Sie bedeutet oft, einen Zustand der Beobachtung, Stille, Gegenwart, Kontemplation oder erweiterter Wahrnehmung zu betreten. Sie kann ein konkretes Ziel haben oder nicht. In der Meditation kann man Gedanken beobachten, atmen, im Bewusstsein ruhen oder in die Stille eintreten. Sie ist oft weniger zielgerichtet als die Konzentration.

**Das Gebet** ist Beziehung und spirituell. Es ist eine innere Bewegung hin zu Gott, dem Schöpfer, dem Göttlichen oder einer höheren spirituellen Wirklichkeit. Gebet kann Bitten, Darbringen, Zuhören, Dank, Hingabe oder Gemeinschaft einschließen. Es basiert nicht notwendigerweise auf der Konzentration auf einen Punkt oder eine Methode, obwohl es Konzentration einbeziehen kann.

**Eine einfache Möglichkeit, es auszudrücken, ist diese:**

Meditation und Gebet helfen uns, den richtigen inneren Zustand zu betreten.

Und Konzentration nutzt diesen Zustand, um mit einem Ziel zu arbeiten.

Meditation hilft uns, still zu werden.

Gebet hilft uns, im Einklang mit der Quelle der Schöpfung zu sein.

Und Konzentration hilft uns, aus diesem Zustand heraus zu handeln.

Wenn wir also sagen ‚sich geistig einstellen‘, können wir verstehen, dass dies manchmal auf natürliche Weise geschieht. Und manchmal kann Meditation oder Gebet uns helfen, leichter in diesen Zustand zu gelangen.

Wenn dein Geist beschäftigt ist, kann ein kurzer Moment der Meditation Ruhe bringen. Wenn du dich getrennt fühlst, kann ein einfaches Gebet Ausrichtung bringen. Und dann wird die Konzentration klar, natürlich und effektiv.

In Verbindung mit dem optischen System helfen Meditation und Gebet, die Linse zu stabilisieren, und die Konzentration fokussiert das Licht.

Wir können sagen, Meditation und Gebet bereiten das Bewusstsein vor und die Konzentration lenkt es.

Aber es ist auch wichtig zu verstehen, dass die Konzentration selbst zu einem ruhigen Zustand führen kann und sogar zu einem betenden Gefühl. Also sind sie unterschiedlich... aber sie können sich natürlich treffen ... und beginnen, als ein harmonischer Prozess zu wirken.

Also, nachdem wir das Ziel gesetzt haben, erlauben wir uns einfach, ruhig, präsent und in Einklang mit der Harmonie zu sein.

**Und dann gehen wir zum dritten Schritt über.**

Wir arbeiten mit dem Ziel. Wir können das Ziel als eine Lichtkugel wahrnehmen, klar, vollständig und harmonisch. Wir platzieren es in unserer Wahrnehmung und beobachten es einfach. Wir bemerken, wo es klarer erscheint, wo es heller wirkt, und wir erlauben ihm, dort zu sein. Wir erzwingen nichts. Wir erlauben die Ausrichtung. Sieh es. Fühle es. Kennen es. Die bewusste Beobachtung verankert das Ziel in der Realität.

**Und jetzt bringen wir alles zusammen. Aufmerksamkeit... Licht... und das Ziel. Alles beginnt sich natürlich auszurichten.**

Richte deine Aufmerksamkeit auf deine Hand. Fühle einfach. Bewege nun deine Aufmerksamkeit auf deinen Atem. Jetzt auf den Raum um dich herum. Beobachte. Dahin, wo die Aufmerksamkeit geht, erscheint Klarheit. Die Aufmerksamkeit sammelt sich, das Licht beginnt sich zu sammeln. Jetzt führen wir einen einfachen Punkt ein. Stelle dir einen kleinen Lichtpunkt vor dir vor. Richte deine Aufmerksamkeit dorthin. Und jetzt führe ein Ziel ein, das

bereits harmonisch verwirklicht ist. Die Aufmerksamkeit bleibt. Licht sammelt sich. Der Punkt wird klarer. Du erzwingst nichts. Du erlaubst Konzentration, du lässt Konzentration zu. Jetzt geben wir dem Ziel eine Form. Sieh dein Ziel als eine Lichtkugel. Klar, vollständig, harmonisch. Platziere sie in deiner Wahrnehmung. Jetzt beobachte. Wo fühlt es sich heller an? Lass es sich langsam dorthin bewegen. Bewusstsein sammelt sich, Licht organisiert sich, die Realität richtet sich aus.

**Und jetzt etwas sehr Wichtiges. Jede Konzentration geschieht in Harmonie.** Für sich selbst. Für andere. Für die ganze Welt. Wenn sich etwas angespannt anfühlt, vereinfachen Sie es einfach. Richtige Konzentration fühlt sich ruhig, klar, mühelos und natürlich an. Kehren Sie zum Punkt zurück. Aufmerksamkeit. Licht. Ziel. Alles richtet sich auf natürliche Weise aus.

Danke.

Als wir die Konzentration übten, tauchten über euren Köpfen mehrere Fragezeichen auf. Mache ich es richtig? Ist es sicher, es zu tun?

Wenn wir über Konzentration sprechen, ist es sehr wichtig, eine Sache zu verstehen. Es geht nicht nur um Technik, um Technologie; es geht auch um Sicherheit und Richtigkeit.

Sicherheit, was bedeutet das? Sicherheit bedeutet, dass alles, was wir tun, im Einklang ist. Jede Konzentration wird ausgeübt: für dich selbst, für andere und für die ganze Welt. Es gibt keinen Schaden... keinen Druck... keinen Konflikt. Wenn sich etwas angespannt oder unangenehm anfühlt, entspannen wir uns einfach und kehren zur Ruhe zurück.

Richtigkeit, was bedeutet das? Richtigkeit bedeutet nicht, es perfekt zu machen. Es geht darum, im richtigen inneren Zustand zu sein. Übliche Anzeichen für korrekte Praxis sind Ruhe, Klarheit, natürliches Empfinden.

Wenn die Konzentration korrekt ist, fühlt sie sich einfach, fast offensichtlich an.

Deshalb ist der geistige Zustand so wichtig. Weil er Richtigkeit sicherstellt. Wenn du ruhig und im Einklang bist, wird deine Konzentration von selbst korrekt.

Wenn wir uns an das optische System erinnern, ist Sicherheit gegeben, wenn das System stabil ist. Richtigkeit ist gegeben, wenn das Objektiv klar ist. Dann fokussiert sich das Licht auf natürliche Weise, ohne Verzerrung.

Wenn du unsicher bist, überprüfe einfach innerlich: ‚Bin ich: ruhig? entspannt? klar?‘ Wenn ja... befindest du dich im richtigen Zustand.

Du musst nicht alles kontrollieren. Du musst es nicht ‚richtig machen‘. Du musst einfach in Harmonie bleiben und den Prozess zulassen.

Wenn Harmonie besteht und der innere Zustand klar ist, wird die Konzentration von selbst korrekt.

*„Ihre Konzentration sollte ein sofortiges Ergebnis liefern, wenn eine sofortige Rettung erforderlich ist. Der Zeitfaktor mag nicht so bedeutend sein, wenn das Ziel darin besteht, eine harmonische Entwicklung zu fördern. Der entscheidende Faktor in diesem Fall ist die Gewährleistung Ihrer ganzheitlichen harmonischen Entwicklung unter Berücksichtigung aller Umstände. Genau dies werden Sie durch Ihre Konzentrationen erreichen.“*

*„Jeder sollte unabhängig das System seiner Entwicklung wählen. Sie sollten Folgendes beachten.“*

*Es ist nicht möglich, sich allein mittels Logik für ein System der eigenen Entwicklung zu entscheiden. Sie stellen sicher, dass Sie Ihre Ziele festlegen, Sie streben danach, sie zu erreichen, und trotzdem hat Ihre Seele bereits die Aufgaben, die früher hineingelegt wurden. Daher können bei der Durchführung von Konzentrationen zunächst jene Aufgaben verwirklicht werden, die zuvor hineingelegt wurden. Dies sind die Aufgaben, die die Aufgaben der Seele sind, die nicht nur Aufgaben Ihrer Entwicklung, sondern auch der Entwicklung der gesamten Gesellschaft sind. Wenn Sie diese Aufgaben erfüllen, fühlen Sie, dass dies genau die Dinge sind, die Sie zunächst hätten tun sollen, Sie fühlen dies auf einer sehr tiefen inneren Ebene, auf der Ebene der Entwicklung der Seele, auf der Ebene des Schöpfers.*

*Deshalb, wenn wir über Konzentrationen sprechen, sprechen wir zunächst einmal über die universelle Harmonie. Gleichzeitig sollte man verstehen, dass Harmonie immer ein Element der Rettung als notwendiges Element impliziert, falls die Situation ein solches Eingreifen erfordert. Die Hauptaufgabe der Harmonie besteht jedoch darin, eine solche Entwicklung der Ereignisse zu gewährleisten, die das Auftreten jeglicher Bedrohungen vollständig ausschließt. Es ist klar, dass die harmonische Entwicklung ewig werden sollte.*

### **Heute haben wir mit etwas sehr Wesentlichem gearbeitet.**

Mit Konzentration, mit der Ansammlung von Bewusstsein und mit Licht. Sie verbindet die spirituelle Quelle, die Informationsstruktur und die Realität, die wir erfahren.

Und Schritt für Schritt verändert dies, wie wir wahrnehmen, wie wir handeln und wie die Realität reagiert.

Bevor wir heute abschließen, möchte ich ein paar Worte über die Konzentrationsmethoden sagen.

Was wir heute gelernt haben, ist eine Methode zur Entwicklung des Bewusstseins.

Die Konzentrationsmethoden sind in einer sehr präzisen Weise strukturiert. Jeder Tag trainiert einen anderen Aspekt der Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Stabilität, Fähigkeit, Licht zu strukturieren, Fähigkeit, innere und äußere Realität zu verbinden, und die Erkundung verschiedener Bereiche des Bewusstseins.

Und Schritt für Schritt wird das Bewusstsein organisierter, fokussierter, mächtiger.

Zu Beginn üben wir Konzentration. Aber mit der Zeit beginnt die Konzentration, uns zu üben.

Und dies ist der wichtigste Moment. Wenn Konzentration nicht mehr Anstrengung, sondern ein Zustand ist, beginnt die Kontrolle.

Kontrolle ist die Fähigkeit, Aufmerksamkeit zu halten, Klarheit zu bewahren, Licht zu strukturieren, ausgerichtet zu bleiben. Wenn sie stabil wird, beginnt Ihr Bewusstsein, die Realität auf natürliche Weise zu organisieren.

Und Sie werden zu einem Kontrolle-Spezialisten, jemandem, der so ausgerichtet ist, dass die Realität reagiert.

Deshalb haben wir heute an Aufmerksamkeit, geometrischen Punkten, dem optischen System, dem inneren Zustand gearbeitet,

denn dies sind die Grundlagen wirklicher Kontrolle.

Also, wenn du Tag für Tag einfach weiter übst, wirst du bemerken, dass das, was sich einst wie Übung anfühlte, zu deiner natürlichen Art zu sein wird.

Und es könnte zu einer völlig neuen Realität führen, wie von Grigori Grabovoi beschrieben. Ich werde das Zitat vorlesen, aber bitte versuche, es zu fühlen, zu sehen, zu wissen. Dies ist unsere neue Welt:

Zitat:

„Das Leben hat eine geistige Grundlage.

DIE KONZENTRATION DES MENSCHEN AUF SEIN EIGENES BEWUSSTSEIN KÖNNTE ZU EINEM RADIKALEN WANDEL DER WELTSTRUKTUR FÜHREN (3.2)

*Während eine Person an ihrer Selbstvervollkommnung arbeitet, sich entwickelt, sich geistig weiterentwickelt, wird eine immer größere Konzentration ihres Bewusstseins erreicht. Das ist die zweite Bedeutung des Wortes „Konzentration“, wie es in der Formulierung dieses Prinzips verwendet wird.“*

*Diese zweite Bedeutung des Wortes "Konzentration" ist von besonderer Bedeutung. Die Konzentration des Bewusstseins bedeutet hier tatsächlich eine Zunahme der Informationsdichte, eine Zunahme der Massendaten in einer Volumeneinheit. Eine solche Bewusstseinskonzentration kann weitreichende Konsequenzen haben. Wenn im Verlauf der Entwicklung eines Menschen seine Bewusstseinskonzentration in einem bestimmten Volumen einen bestimmten Wert erreicht, beginnt dieses Volumen, sich der Person zu unterwerfen, beginnt, sich ihrem Bewusstsein zu unterwerfen. In einer solchen Situation ändert sich die Struktur der Welt, und nun ist es nicht mehr die Welt, die die Struktur des Menschen bestimmt, sondern der Mensch selbst wird den Ton angeben.*

*Sobald die Konzentration des Bewusstseins größer wird als die Konzentration des Stoffes (Materie), ... wird der Mensch uneinnehmbar werden, er wird dann unzerstörbar sein. Die Gedanken, Worte und Handlungen des Menschen werden ein primäres Element, und Maschinen, Gebäude, Planeten, all diese und andere materielle Objekte werden ein sekundäres Element sein. Und es wird dann die nächste Ebene der Existenz sein. Und genau zu diesem Zweck vermittele ich Wissen, das neue Wissen, damit die Menschen, nachdem sie dieses neue Wissenssystem gemeistert haben, in der Lage sein sollten, Welten zu kontrollieren.*

*Es wird eine völlig andere Ebene der Existenz sein. Es wird keinen Platz für Verfall geben, völlig andere Prozesse werden dort stattfinden. Diese Prozesse werden die der Wiederaufnahme von Welten sein, das heißt, die Prozesse, wenn das Ewige das Ewige gebiert, wenn der Status der Ewigkeit in den Status der nächsten Ewigkeit übergeht.*

*In diesem Fall haben wir eine Überkonzentration des Bewusstseins, die die Rate des Informationsaustauschs immens erhöht, sodass infolgedessen völlig andere Strukturen erscheinen, die Strukturen des höchsten Bewusstseins, die Strukturen des höchsten Lebens. Auf dieser Ebene ist zum Beispiel ein Gedanke jetzt eine Handlung und eine Handlung ist ein Gedanke. Für diese Ebene, für diese Weltstruktur, für diese Welten sind ein Objekt und eine Handlung, physisch und geistig, dasselbe. Dies ist die radikale Veränderung in der Weltstruktur, von der dieses Prinzip spricht. Und ein Mensch kann sie durch die Konzentration seines eigenen Bewusstseins erreichen.“*

Die Konzentration des Bewusstseins übertrifft die Konzentration der Substanz, der Mensch wird unzerstörbar.

Es ist also klar, warum es so wichtig ist, das Bewusstsein zu entwickeln und die Konzentration des Bewusstseins zu fördern. Um schließlich ein volles, produktives, kreatives Leben, ein liebevolles, freudiges Leben in dieser schönen Welt zu führen, die von Grigori Grabovoi beschrieben wird und in die wir jetzt eintreten.

Das heutige Treffen schließe ich ab, mit dem Hinweis, dass diese Sitzung auf den hier aufgeführten Arbeiten von Grigori Grabovoi basiert.

*2001d\_DE Methoden der Konzentration.*

*2001b\_DE Methoden der Konzentration an den gruppierten Tagen des Monats.*

*06102004\_DE Die Lehre von Grigori Grabovoi über Gott. Kontrolle durch Licht.*

*27042005\_DE Die Lehre von Grigori Grabovoi über Gott. Kontrolle durch Bewusstsein*

*1999s\_DE Forschung und Analyse grundlegender Definitionen optischer Systeme*

*Zur Prävention von Katastrophen und vorausschauend orientierten Kontrolle von Mikroprozessen*

*18042002\_DE Strukturierung des Bewusstseins. Methoden zur Umsetzung der Kontrolle durch die Struktur des eigenen Bewusstseins. Identifikation der Wahrnehmung des kontrollierenden optischen Niveaus.*

Ich möchte Ihnen allen aufrichtig für Ihre Aufmerksamkeit und Teilnahme danken.

Ich wünsche Ihnen allen einen schönen, harmonischen Tag. Ein harmonisches Leben.

Und wir sehen uns morgen bei der Täglichen Konzentration und am nächsten Samstag, wenn wir die Konzentration auf Zahlenreihen weiter üben und studieren werden.

Vielen Dank. Danke.