

Gott entwickelt sich!

Einige Aspekte einer integralen Spiritualität

Wulf Mirko Weinreich 2011

In seiner Anfangszeit ging Ken Wilber davon aus, daß sich Bewußtsein in eine Richtung entwickelt, nämlich strukturell über hierarchisch aufeinander aufbauende Entwicklungsebenen. In einer späteren Phase wurde ihm klar, daß es noch eine zweite Entwicklungsrichtung gibt, nämlich die über die Bewußtseinszustände¹. Während die erste Entwicklungsrichtung durch die Auseinandersetzung mit der Außenwelt zu immer mehr Komplexität führt, wird in der Zweiten durch die Erforschung der Innenwelt immer mehr Wachheit entwickelt. Daraus leitete er die Wilber-Combs-Matrix ab, die vereinfacht ausgedrückt besagt, das spirituelle Einsichten nicht das Endprodukt einer Entwicklung über viele Ebenen sind, sondern auf jeder Ebene der Bewußtseinsentwicklung erfahren werden können. Das heißt, daß auch Erleuchtung auf jeder Ebene möglich ist, daß diese Erfahrung aber durch die jeweilige Bewußtseinsebene moduliert wird. Damit war plötzlich eine elegante Erklärung dafür gegeben, warum manche Menschen kognitiv sehr weit entwickelt sind, ohne die geringsten spirituellen Ambitionen zu haben, und andere tiefe mystische Einsichten haben, obwohl sie nicht mal ihren Namen schreiben können.

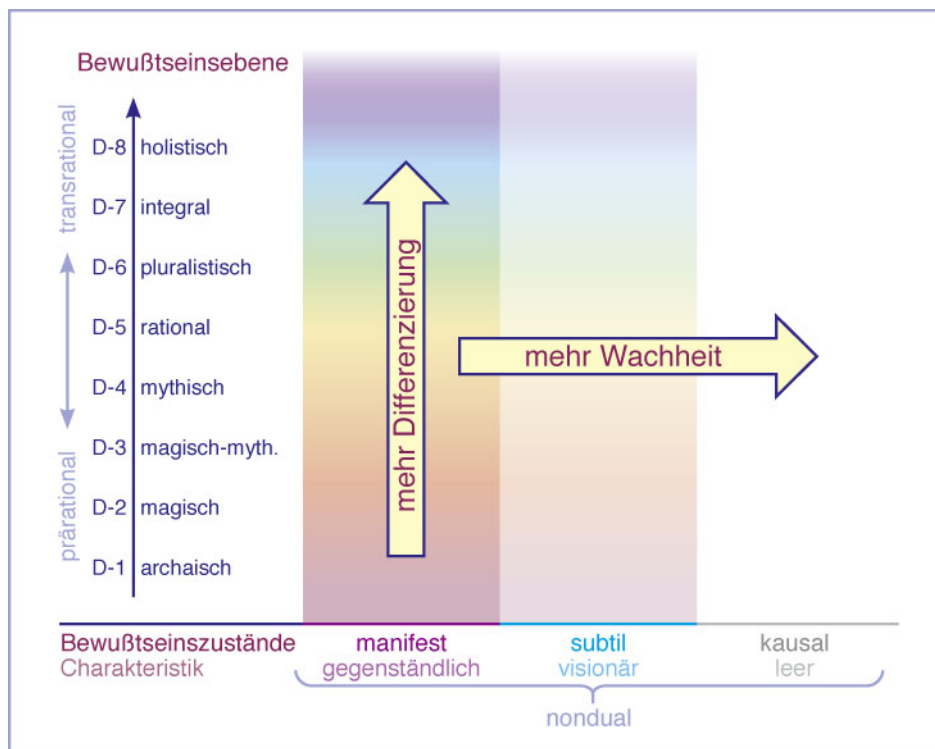


Abb. 1: Die Wilber-Combs-Matrix

Ich möchte mich in meinem Artikel mit einigen Aspekten der spirituellen Entwicklung auseinandersetzen – sozusagen einige Details aus meiner subjektiven Sicht heraus beleuchten, um dem „Skelett“ des Wilberschen Modells etwas „Fleisch“ zu geben. Manchmal werden sich meine Ansichten mit denen Wilbers decken oder werden sie ergänzen, an anderer Stelle können sie auch in eine völlig neue Richtung gehen. Aufgrund des

begrenzten Platzes in einer Zeitschrift werden meine Überlegungen nicht sehr detailliert sein können und sind daher eher als Denkanstöße zu verstehen. Neben eigenen Erfahrungen bilden Anregungen aus verschiedenen Quellen den Hintergrund dieses Artikels, die ich aus diesem recht begrenzten Anspruch heraus auch nicht in allen Einzelheiten anführen werde.

Als erstes möchte ich gerne auf ein Detail hinweisen, wie sich die Quadranten in den Zuständen ausdrücken. Wilber teilt die Zustände in manifest (grobstofflich), subtil (feinstofflich) und kausal (leer) ein, die wir Menschen in unseren 3 Hauptbetätigungen Wachen, Träumen und Tiefschlaf (unbewußt) erleben. Diese Einteilung ist etwas grob: viele mystische Schulen unterteilen den subtilen Zustand in mehrer Unterbereiche, was auch mit verschiedenen Traumplateaus korreliert, wie sie im EEG nachweisbar sind². Für die Beschreibung der meisten Phänomene reicht jedoch diese Dreiteilung, deren persönliche Anteile man auch als psychische Strukturen ICH³ (frontales Selbst), Seele (tiefer psychisches Selbst) und Zeuge (ursprüngliches Selbst) benennen kann. Hinzu kommt ein Meta-Zustand, den Wilber den spirituellen Traditionen folgend „nondual“ bzw. *GEIST* nennt und der in der unmittelbaren Einsicht besteht, daß manifest, subtil und kausal genau genommen 3 Erscheinungsformen des gleichen Wesens sind. Wir können diese 3 Zustände plus den einen Metazustand z.B. folgendermaßen darstellen⁴:

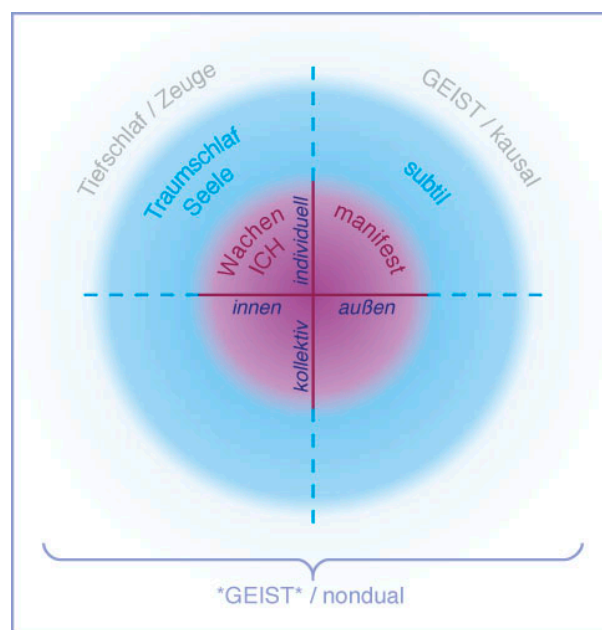


Abb. 2 Die Bewußtseinszustände in den Quadranten

Das Besondere an dieser Abbildung ist, daß sich die Quadranten von innen nach außen auflösen. Dies möchte ich etwas näher erklären: Wenn ich versuche, bestimmte Dinge in Worte zu fassen und Sie diese Worte lesen, geschieht dies immer im Wachzustand mit Hilfe von modaler (= getrennter) Wahrnehmung, Sprache und Verstand. Das Problem dabei ist, daß immer, wenn etwas benannt wird, automatisch etwas anderes ausgeschlossen wird, so daß durch Sprache notwendigerweise immer Dualitäten entstehen. Trennung ist daher ein Charakteristikum im normalen Wachbewußtseins - zumindest auf bestimmten (rationalen) Bewußtseins-

ebenen. Prof. W. Belschner hat vor einigen Jahren einmal die Kriterien der Wirklichkeitskonstruktion für den manifesten Wachzustand zusammengefaßt:

Geist-Materie-Trennung
 Ich-Du-Trennung
 Subjekt-Objekt-Trennung
 lineare Zeit
 konsistentes Ich-Gefühl
 Lokalität

Wir können in einigen Punkten unschwer Wilbers Quadranten durchscheinen sehen (Geist-Materie-Trennung, Ich-Du-Trennung) und die lineare Zeit bildet die Voraussetzung für Entwicklung über die Ebenen. Worauf ich Sie aufmerksam machen möchte ist, daß diese Kriterien NUR im Zustand des Wachbewußtseins gelten. Jeder, der den subtilen oder gar kausalen Zustand schon einmal intensiv bewußt erfahren hat – sei es durch kritische Lebensereignisse oder meditative Praxis – wird bezeugen können, daß in diesen Phasen andere Gesetze gelten und damit – zumindest in der unmittelbaren Wahrnehmung – auch die Quadranten transparent werden (gestrichelt) bzw. sich völlig auflösen, und zwar um so stärker, je mehr wir uns in Richtung kausal bewegen: In diesem Zustand gibt es keine Trennung mehr von Ich und Du, Geist und Materie; die Zeit bleibt stehen im ewigen Jetzt; das Ich-Gefühl weitet sich in die Unendlichkeit und schließt andere Wesen mit ein und nicht zuletzt sind auch andere Orte möglich. GEIST selbst als der Urgrund allen Seins (und deshalb hier vom weißen Blatt Papier verkörpert, auf dem ich schreibe und zeichne), hat natürlich keine Quadranten: GEIST ist GEIST ist GEIST. Und der Zeuge ist nichts anderes als GEIST, der durch Ihre und meine Augen auf sich selbst schaut – genau genommen lohnt es sich also nicht, dafür verschiedene Worte zu benutzen, weil im GEIST alles zusammenfällt: GEIST als das EINE, das das Viele gebiert und umfaßt und durchdringt. Die Quadranten sind aus der Sicht des Absoluten also nichts anderes als Strukturierungshilfen, die unser im Wachzustand funktionierender Verstand erschafft und benutzt, weil er das EINE in seiner Gesamtheit und Ungetrenntheit nicht erfassen, durchdenken und kommunizieren kann. Auch die „Drei Gesichter Gottes“ bei Wilber sind dann natürlich nur verschiedene Perspektiven, um das EINE aus unserem normalen Wachbewusstseinszustand heraus wahrzunehmen. Aus einer nichtdualen Perspektive jedoch, wo Form nichts anderes ist als Leerheit, aber Leerheit auch nicht anderes ist als Form, werden die Quadranten (und AQAL) als wertvolle Orientierungshilfen und Grundmuster der Manifestation gewürdigt.

Da wir gerade bei den Quadranten sind, möchte ich diese Strukturierungshilfe auch gleich auf die verschiedenen spirituellen Wege anwenden. Damit ist zuerst einmal eine grobe Einteilung möglich:

OL: Spiritualität als innere Erfahrung
 OR: Spiritualität als individuelle Praxis
 UL: Spiritualität als geteiltes Werte- und Glaubenssystem
 UR: Spiritualität als rituelles und soziales Handeln

Wenn man sich die verschiedenen Wege unter diesen Kriterien betrachtet, ist eine Zuordnung recht einfach. Natürlich wird äußeres Handeln zu innerer Erfahrung und umgekehrt (und dies sowohl individuell als auch kollektiv), doch gibt es Wege, die den Inhalt und andere, die die Form bevorzugen. Es wird deutlich, daß die meisten Religionen alle Quadranten berücksichtigen, aber doch in einem oder zweien ihren Schwerpunkt haben.

Dadurch werden die „Drei Gesichter Gottes“ exemplarisch sichtbar: Beispielsweise betont der Taoismus als naturmystisch geprägte Religion das „Es“, der Buddhismus in der Erkenntnis der eigenen Buddhanatur das „Ich“ und die mosaischen Religionen (Judentum, Christentum, Islam) in der Hinwendung an einen außenstehenden (anthropomorphen) Gott das „Du“. Im hochdifferenzierten indischen Hinduismus finden wir die Quadranten als die Vier Yogas wieder:



Abb. 3 Die spirituellen Wege in den Quadranten

Im Folgenden schauen wir uns die Entwicklung der Religionen über die Ebenen an. Dabei können wir, entsprechend der Erkenntnismöglichkeiten auf den verschiedenen Bewußtseisebenen, eine deutliche Wandlung des Gottesbildes erkennen. Der Ursprung von Religion überhaupt dürfte im Mysterium des Todes liegen. Demzufolge bildete sich überall auf der Welt in den Urhorden (archaisch, beige⁵) ein Totenkult zur Verehrung der Ahnen aus. Ein nächster Schritt war der Übergang zum Schamanismus in den Stammeskulturen (magisch, purpur). Er ist gekennzeichnet durch eine erste Trennung in Ober- und Unterwelt sowie eine Vielzahl von Naturgeistern, die den irdischen Zwischenbereich bevölkern. In diesen beiden Phasen, die in der Individualentwicklung den Stadien von Baby und Kleinkind entsprechen, fühlen sich die Menschen noch weitgehend als Teil ihrer Umwelt (es gibt also noch keine klare Differenzierung in Person und Umwelt), sind die Sinne noch nicht getrennt (= amodale Wahrnehmung), ist die Sprache noch nicht konkret und gibt es noch kein abstraktes Denken. Das heißt, daß die manifeste Welt zwar wahrgenommen wird, aber noch nicht wirklich beschreibbar und denkbar ist. Allerdings sind auch die kognitiven Filter und Verdrängungsschranken, die dem Menschen auf höheren Ebenen der ICH-Entwicklung zur Verfügung stehen, noch nicht vorhanden. Demzufolge haben die Vertreter dieser Stufen auch im Wachzustand noch (relativ) ungehinderten Zugang zu subtilen Bereichen der Realität – nicht von ungefähr spricht man z. B. davon, daß die Aborigines in der „Traumzeit“ leben. Das heißt, die Naturvölker bilden sich Ahnen und Naturgeister nicht ein, sondern nehmen unmittelbar subtile Realitäten wahr, die sie auf ihrer Bewußtseisebene als Ahnen und Naturgeister interpretieren (und die man auf höheren Ebenen vielleicht als Engel und auf noch höheren eventuell als Bewusstseinsfelder bezeichnen würde). Im Gegensatz zum Erleben eines Schizophrenen in unserer Gesellschaft (der ja gleichermaßen durch

fragile ICH-Grenzen gekennzeichnet ist) sind diese Wahrnehmungen nicht mit Angst besetzt, da es einen kollektiven Erklärungsrahmen dafür gibt, nämlich das schamanische Weltbild.

Die nächste Ebene der Entwicklung sind die frühen Hochkulturen (magisch-mythisch, rot). Diese sind durch ein polytheistisches Pantheon gekennzeichnet, dem die schamanische Herkunft teilweise noch anzusehen ist. So haben wir sowohl in der ägyptischen als auch in der hinduistischen Mythologie noch Götter in Tiergestalt (z. B. Horus mit Falkenkopf, Seth als hundeähnliches Tier, bzw. Hanuman der Affengott und Ganesha der Elefantengott), während sie in der griechischen Antike nur noch Nebenrollen spielen, z. B. als Faun oder Zentaur. Während Ober-, Mittel- und Unterwelt sich im Schamanismus noch weitgehend durchdrangen, liegen die Wohnungen der polytheistischen Machtgötter schon deutlich außerhalb der normalen Welt: Auf dem Olymp, auf dem Grunde von Vulkanen und Meeren etc. An dieser Stelle möchte ich einflechten, daß Ahnen, Naturgeister und Machtgötter subtile Phänomene sind, was diese Völkern auch berücksichtigten: Sie alle kennen in ihren Schöpfungsmythen auch einen kausalen Urgrund, der „noch dahinter“ liegt und sich jeder Beschreibbarkeit entzieht, sei es nun das „große Geheimnis“ der Indianer, das „Chaos“ der Griechen oder „Brahman“ im Hinduismus. Diesen kausalen Urgrund finden wir natürlich auch im Monotheismus der mythischen Bewußtseinswelle (blau): als „Tao“ im Taoismus, „Dharmakaya“ im Buddhismus, als „Jahwe“ (der unaussprechliche Name) im Alten Testament und als „Allah“, von dem man sich kein Bild machen soll (kann!) im Koran. Mit den Engeln, Heiligen, Bodhisattvas, Dämonen etc. sowie mit der Vermenschlichung Gottes finden jedoch auch subtile Phänomene ihren Ausdruck, und dies auf eine Weise, daß sie von Vertretern verschiedener Bewußtseinssebenen angenommen werden können. Besonders im klassischen Monotheismus der mosaischen Religionen residiert das Göttliche jetzt außerhalb (oberhalb) seiner Schöpfung und von der Unterwelt ist nur noch ein Rest übrig – in Form des Teufels und der Hölle. Im Judentum hat sich eine Besonderheit erhalten, nämlich daß man Kraft seiner Blutsverwandschaft automatisch zu dieser Religion gehört. Dies geht auf die göttliche Herkunft des Volkes zurück, wie sie auf der magischen Ebene in allen schamanischen Stammesreligionen tradiert wird. Sowohl Islam und Christentum, als auch Hinduismus, Taoismus und Buddhismus kennen den freiwilligen Beitritt unabhängig von der Volkszugehörigkeit.

Spätestens auf der nächsthöheren - der rationalen – Bewußtseinssebene (orange) hat sich die Ratio (und damit die kognitiven Filter und Verdrängungsmechanismen) bei den meisten Menschen so weit entwickelt und sind die ICH-Grenzen so stabil geworden, daß sie subtile und kausale Bereiche der Existenz nur noch im Schlaf wahrnehmen können. Auf dieser Ebene haben sich zwei wesentliche religiöse Strömungen herausgebildet. Da sind zum einen die Atheisten, die aufgrund der gerade beschriebenen Wahrnehmungseinschränkung alles Spirituelle negieren und davon ausgehen, daß dieses Universum zufällig aus sich selbst entstanden ist, sich zufällig bis zum heutigen Stand entwickelt hat und daß Bewußtsein nur ein zufälliges „Anhängsel“ der Materie ist (diese Zufallsannahme wird von den Vertretern des anthropischen Prinzips inzwischen etwas aufgeweicht: eine solche Menge von Zufällen ist statistisch einfach nicht erklärbar). Da die Existenz eines Bewußtseins hinter allen Dingen auch nach ihren eigenen Regeln weder beweisbar noch widerlegbar ist, ist die Negierung eines göttlichen Prinzips allerdings nur eine Behauptung. Damit sind auch die Materialisten letztendlich nichts anderes, als das, was sie kritisieren: eine Glaubensgemeinschaft.

Die andere große Richtung ist der Pantheismus, der sich schon in der griechischen Philosophie andeutete und im Zuge der Aufklärung auch in Nordeuropa verstärkt diskutiert wurde. Er geht davon aus, daß Gott die

sichtbare Natur IST, daß also der Materie selbst etwas Transzendentes immanent ist. Diese Ansicht wurde in der europäischen Aufklärung verstärkt von Menschen diskutiert, die die christlichen Vorstellungen nicht mit dem neuen Weltbild vereinbaren konnten, die aber ahnten, daß es trotzdem so etwas wie einen transzendenten Urgrund geben müsse. Der Pantheismus wird heute in Deutschland noch in einigen freireligiösen Gemeinden vertreten, hat aber eine wesentlich aktivere Anhängerschaft in den USA, z. B. bei den Unitariern. Aufgrund der individualistischen Tendenz der rationalen Ebene ist allerdings davon auszugehen, daß es auch jenseits der organisierten Religionen deutlich mehr Menschen gibt, die man ihrem Weltbild nach als Pantheisten bezeichnen müßte, als gemeinhin angenommen wird.

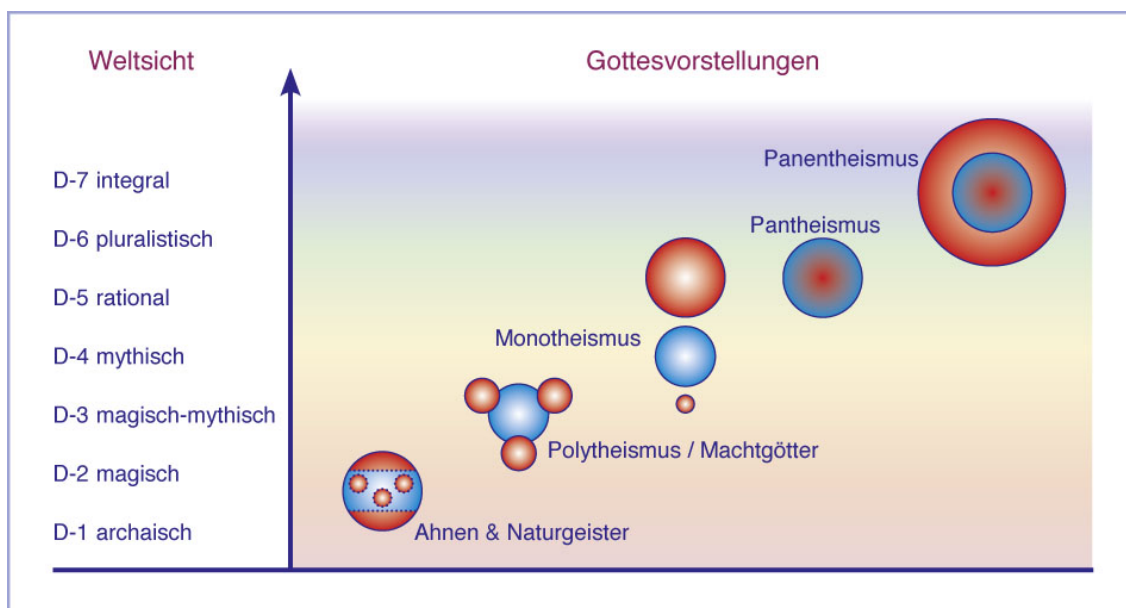


Abb. 4 Entwicklung der Gottesvorstellungen über die Ebenen (das Göttliche = rot, die manifeste Welt = blau)

Seit Ende der 60er Jahre des letzten Jahrhunderts hat sich die New-Age-Bewegung entwickelt. Ein wichtiger Impuls dafür dürften die den Verstand sprengenden Dorgenerfahrungen der 68er-Generation gewesen sein. Aus diesen Erfahrungen resultierte die unmittelbare Einsicht, daß es a) etwas Transzendentes gibt, welches b) aber doch deutlich anders ist als das Gottesbild der Bibel. Weil für diese Erfahrungen weder Materialismus noch traditionelles Christentum Erklärungsmodelle liefern konnten, sammelte diese Generation Techniken und Theorien aus allen Kulturen der Welt, mit denen sich jeder seine eigene Weltsicht entwarf. Diese friedliche Koexistenz verschiedener religiöser Versatzstücke ist der kongeniale Ausdruck der Spiritualität auf der pluralistischen Bewußtseinsebene (grün), weshalb ich sie in Anlehnung an den Begriff „Patchwork-Familie“ gerne Patchwork-Spiritualität nenne. Die große Leistung dieser Generation war es, daß sie sich von der Übernahme religiöser Dogmen befreite und daß die unmittelbare spirituelle Erfahrung, die bis dahin meist wenigen Menschen in Klöstern vorbehalten war, ein Massenphänomen wurde. Durch die Möglichkeit, sich spätestens auf dieser Bewußtseinsebene seine Religion selbst zu wählen bzw. aus den Versatzstücken verschiedener Religionen einen eigenen spirituellen Weg zusammenzustellen, relativiert sich der

Wahrheitsanspruch der einzelnen Religion (einschließlich des Atheismus): Die Erkenntnis, daß es verschiedene Wege zum Absoluten gibt, emanzipiert den einzelnen Menschen und unterbricht den Automatismus, die in seiner soziale Umwelt dominierende Religion unhinterfragt zu übernehmen.

Man könnte die gesamte Entwicklung bis hierher auch folgendermaßen zusammenfassen: Auf frühen sozialen Entwicklungsstufen ist die Psyche des Menschen kaum abgegrenzt von einem umfassenderen (subtilen) Bewußtseinsfeld, weil sich eine individuelle psychische Struktur noch nicht entwickelt hat. Vertreter dieser Ebenen haben demzufolge eine prärationale und präpersonale Spiritualität. Durch die Ausbildung der Ratio kommt es in der weiteren Entwicklung zu einer zunehmenden Individuation mit stabiler werdenden ICH-Grenzen bis hin zum reifen Ego auf der rationalen Ebene. Diese Grenzen sind gleichzeitig die Ursache dafür, daß außerhalb liegende Bewußtseinsbereiche nicht mehr direkt erfahren werden können. Die Erfahrung Einzelner, daß es diese Bewußtseinsbereiche gibt, führt zur Stiftung ebenentypischer Formen der Religion. Die Vielfalt der gangbaren spirituellen Wege ab der pluralistischen Ebene eröffnet zwei Möglichkeiten: die Regression in eine prärationale Spiritualität durch ICH-Auflösung (= Prä-Trans-Verwechslung) oder die ICH-Transzendenz. Bei letzterer beginnt ein Mensch, sich mit einem Bewußtseinsraum zu identifizieren, der über seine ICH-Grenzen hinausgeht, in dem das ICH aber als funktionale Einheit erhalten bleibt. Diese Art der unmittelbaren Weltwahrnehmung kann man als transrationale, transpersonale Spiritualität bezeichnen.

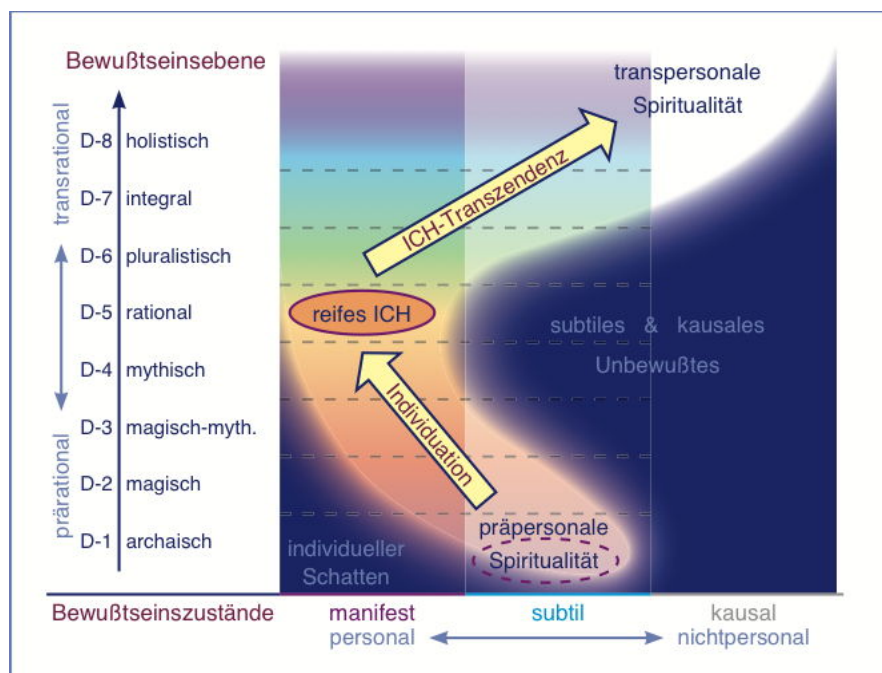


Abb. 5 Individuation und ICH-Transzendenz⁶

Wie geht es nun weiter? Wilber postuliert nach der Patchwork-Spiritualität eine neue Ebene, die er evolutionären Pantheismus nennt. Während im New Age oft wissenschaftliche Erkenntnisse negiert und durch „uralte Weisheiten“ ersetzt werden (und es dadurch zu einem prärationalen Aberglauben degeneriert), versucht Wilber, die Denktraditionen des Westens mit den meditativen Erfahrungswegen des Ostens zu verbinden. Mit

dem Wort „evolutionär“ will er darauf hinweisen, daß sich auch Spiritualität in einem ständigen Entwicklungsprozeß über qualitative Ebenen befindet – auch wenn das Absolute davon nicht berührt wird. Natürlich haben sich auch die klassischen Religionen entwickelt – aber nicht, weil es Teil ihres Konzeptes war, sondern eher gegen ihren Willen. Und während der westliche Pantheismus sich auf das sichtbare Universum als transzendente Entität beschränkt, inkludiert der PanENtheismus bei Ken Wilber die durch Meditation gewonnene Erfahrung, daß nicht die Natur allein in ihrem wahren Wesen transzendent ist, sondern daß sie in eine kausalen Urgrund eingebettet ist – daß, was Wilber als „GEIST“ bezeichnet. In Parallelität zur buddhistische Ansicht, die manifeste und subtile Erscheinungen als flüchtige Wellen auf dem Ozean des GEISTes betrachtet, könnte man unsere materielle Welt auch als „grafische Benutzeroberfläche“ des GEISTes bezeichnen. Wilber nennt GEIST manchmal auch „Bewußtsein an sich“ und charakterisiert es nach Hegel als leer, eigenschaftslos und jenseits jeder Beschreibung, aber unmittelbar erfahrbar. Dies hat deutliche Parallelen zu den mystischen Erfahrungen des kausalen Urgrundes auf allen Bewußtseinsebenen, wie ich sie oben benannt habe.

Wenn wir noch einmal auf Abbildung 1 zurückkommen, können wir sehen, daß das normale Wachbewußtsein – also unser ICH – in ein subtiles Bewußtsein eingebettet ist (dessen individuellen Anteil man „Seele“ nennen kann), welches wiederum in den allumfassenden und allesdurchdringenden GEIST eingebettet ist. Das heißt, daß das Erwachen des Bewußtseins letztendlich eine „Bewußtseinserweiterung“ ist – nicht unbedingt eine „Bewußtseinsverbesserung“: Wenn ein Mensch sein ICH transzendiert und sich mit einem größeren Bewußtsein identifiziert, verbessert es nicht automatisch das ICH. So ist es zu erklären, daß Erleuchtete nicht immer unbedingt neurosefreie Vorbilder sind. Auch wenn man Abstand hat von den Prägungen und Traumatas des ICH, sind diese doch immer noch da. Man erkennt lediglich, daß es ein Spiel des einen Bewußtseins ist und nimmt es daher etwas weniger tragisch – was schon sehr entlastend sein kann. Höchstwahrscheinlich wird jemand, der erkannt hat, daß seine wahre Natur GEIST ist und sich daher bewußt ist, daß alles, was existiert, IN ihm enthalten ist, auch etwas altruistischer sein. Folgerichtig legen alle Religionsstifter, die auf solche Erfahrungen zurückgreifen, ihren Nachfolgern praktiziertes Mitgefühl ans Herz, wobei der Radius dieses Altruismus von der Bewußtseinsebene bestimmt wird. So sehen Schamanen zwar Pflanzen und Tiere als ihre Ahnen an, haben jedoch kein Problem damit, Schamanen anderer Stämme magisch zu bekämpfen. Und auch die mythischen Hochreligionen gehen nicht immer gut mit Ungläubigen um. Es ist zudem sicher ein wesentlicher Unterschied, ob dieses Mitgefühl aus der erlebten All-Einheit kommt, wie sie der Religionsstifter selbst erfahren hat, oder eine Verstandesleistung ist, wie es für die meisten nachfolgenden Gläubigen charakteristisch ist. Vermutlich funktioniert auch der Umkehrschluß nicht, daß praktiziertes Mitgefühl genügt, um zur All-Einheit mit dem GEIST zu gelangen. So ist m. E. das Christentum immer irdischer geworden, weil es trotz der Betonung der Barmherzigkeit viele Erfahrungswege, die dem frühen Christentum zu eigen waren (Fasten, Eremitentum, Kontemplation usw.) zugunsten des Glaubens leider weitgehend in Vergessenheit geraten sind.

Abschließend noch eine Überlegung zu den Zuständen in Bezug auf spirituelle Aktivitäten. Zu allen Zeiten und in allen Kulturen haben sich Menschen in unterschiedlichem Maße mit Religion beschäftigt. So finden wir auf allen Ebenen die „Glaubenden“: Menschen, die in der manifesten Welt ihrem Tagewerk nachgehen, die religiöse Weltsicht ihrer Kultur übernommen haben und nur durch kritische Lebensereignisse oder religiöse Kulthandlungen direkt mit dem Numinosen konfrontiert werden. Die nächste Gruppe Menschen möchte ich als die „Praktizierenden“ bezeichnen: Menschen, die durch natürliche Öffnung oder durch spirituelle Praxis

authentische Erfahrungen subtiler Realitäten machen. Eine weitere Gruppe sind die „Mystiker“, bei denen die „states“ der Praktizierenden schon zu „traits“ geronnen sind und die oft auch Erfahrungen mit dem kausalen GEIST haben. Und als letztes sind noch die „Erwachten“ zu nennen, die das Spiel durchschaut haben und sich bewußt sind, daß es sie als Individuum eigentlich nicht gibt, sondern daß sie lediglich der einmalige Ausdruck (unique self) dieses umfassenden Bewußtseins sind.

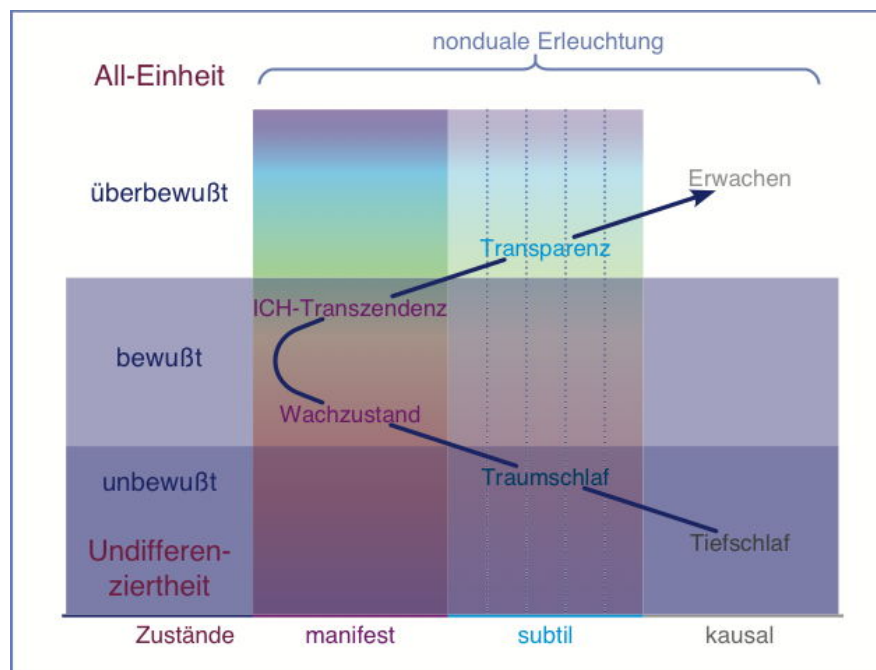


Abb. 6 Stadien der Wachheit: vom Unbewußten zum Überbewußten

Wenn wir uns die Evolution des Bewußtseins aus dieser Perspektive anschauen, könnte man auch sagen, daß sich „schlafender GEIST“ mit dem Urknall als tote Materie inkarniert, die dem Tiefschlaf entspricht; langsam zu einem Traumzustand erwacht, wie er bei Pflanzen und Tieren zu finden ist; im Wachzustand des Menschen beginnt, sich seiner selbst bewußt zu werden; mit der schicksalhaften Frage „Wer ist es, der mein Denken beobachtet?“ anfängt, die kognitiven Filter und Verdrängungsmechanismen zu transzendieren, um in den Zustand der Transparenz zu gleiten; im Erwachen die Erfahrung macht, daß seine eigentliche Natur reines Gewahrsein ist; um letztendlich zu erkennen, daß alles, was existiert, nur verschiedene Erscheinungsformen einer nondualen Einheit – der Einheit des erleuchteten * GEISTes * - sind. Dabei scheint ein paralleler Mechanismus zu funktionieren, wie bei der Differenzierung über die Ebenen: Bis zur rationalen Bewußtseinsebene ist das Erklimmen jeder neuen Stufe damit verbunden, daß die vorherige mehr oder weniger verdrängt wird, wogegen die Ebenen ab der pluralistischen davon gekennzeichnet sind, daß frühere Stufen bewußt integriert werden. Bei der Entwicklung zu mehr Wachheit scheint es ähnlich zu sein: Urhorden und Stammesgesellschaften, die sich in einem Wachraum befinden, scheinen keinen permanenten Zugang mehr zum kausalen GEIST zu haben – sonst würden sie nicht spirituelle Praktiken entwickeln, um eben diesen Zustand wieder herzustellen. Und ab den höheren Bewußtseinsebenen sind die meisten Menschen in ihrem Wachzustand

sowohl von subtilen als auch kausalen Realitäten abgeschnitten. Der Weg zur weiteren Bewußtwerdung scheint darin zu bestehen, daß man erst einmal die manifeste Realität unverstellt wahrnimmt (Hier + Jetzt, von vielen schon mit Erleuchtung verwechselt), im Zustand der Transparenz parallel Zugang zum subtilen bekommt und im Erwachen⁷ zusätzlich erkennt: Da ist niemand – außer dem Gewahrsein des reinen GEISTes.

Wenn es nur EIN Bewußtsein gibt, daß sich seiner selbst bewußt wird, ist es natürlich auch nur folgerichtig, daß dieses Erwachen keine individuelle Angelegenheit sein kann – insofern bekommt das Bodhisattva-Gelübde eine viel umfassendere Bedeutung: GEIST gelobt, nicht eher zu ruhen, als bis es in seiner Gesamtheit in der nondualen Erleuchtung angekommen ist. Wie das genau geschehen wird und ob noch etwas dahinter liegt, können wir von hier aus nicht wirklich beurteilen: Da GEIST uns auch in der Vergangenheit immer wieder mit seinen kreativen Sprüngen überrascht hat, wird dies wohl auch für die Zukunft gelten.

¹ Wilber, Ken: *Integrale Spiritualität* (2007). München: Kösel, bes. Kapitel 3 und 4

² Varela, Francisco: *Traum, Schlaf und Tod* (1998). München: Diederichs

³ Mit „ICH“ in dieser Schreibweise ist nicht das Personalpronomen gemeint, sondern eine Psychische Struktur, die alle Bereiche des Bewußtseins umfaßt, die sich im wachbewußten Zustand äußern.

⁴ Die Anregung zu dieser Darstellung verdanke ich Johann Munzer

⁵ Die Farbangaben in Klammern beziehen sich auf Spiral Dynamics

⁶ Die Grafik betont eine Tendenz. Natürlich hatten auch die Menschen auf der archaischen und magischen Entwicklungsstufe eine Orientierung im grobstofflich manifesten Bereich, sonst hätten sie nicht überleben können und wir wären heute nicht hier, aber sie lebten mehr im Subtilen, und natürlich hat auch eine Rationalität Zugang zum Subtilen, auch wenn die Orientierung tendenziell im Grobstofflichen ist.

⁷ Ich verwende hier nicht Wilbers Terminologie, sondern die von OWK, da sie mir in diesem Kontext passender erscheint: OWK: *Erleuchtung – Ausbruch aus der Matrix* (2003). Leipzig: Bohmeier

Autor: Wulf Mirko Weinreich, Jg. 1959, Dipl.-Psych., gründete 1985 ein Meditationszentrum in der DDR, studierte auch Ethnologie, Sinologie und Religionswissenschaft, lebte sieben Jahre in spirituellen Zentren, schrieb zwei Bücher (*Integrale Psychotherapie* 2005, *Das andere Totenbuch* 2009), arbeitet in eigener therapeutischer Praxis in Leipzig.

Praxis: www.psychotherapie-in-leipzig.de

Theorie: www.integrale-psychotherapie.de