

1. Kapitel

Landkarte des Bewusstseins

Wir alle reden so viel von Bewusstsein, unbewusstem, Unterbewusstsein, kosmisches Bewusstsein, kollektives Bewusstsein und, und, und ... Sicherlich haben Sie sich auch schon einmal die Fragen gestellt: Was ist das eigentlich, das ganze Bewusstsein, von dem wir dauernd reden? Was bedeutet Bewusstseinsentwicklung, Bewusstseinswachstum und -erweiterung? Diese Schlagworte benutzen wir zwar alle immer wieder, aber es fällt uns oft schwer, das auch entsprechend einzuordnen. Wie baut sich Bewusstsein auf, und was bedeutet es, sein Bewusstsein wachsen zu lassen? Was passiert, da genau, wenn unser Bewusstsein wächst und wenn wir unser Bewusstsein transformieren, wenn es sich wandelt?

Bevor wir uns dem Hauptthema dieses Buches zuwenden, dem Transformationsprozess, ist es unumgänglich, mit der Klärung all dieser Fragen zu beginnen, die das menschliche Bewusstsein mit seiner Vielfalt an Strukturen betreffen.

Wir wollen einmal davon ausgehen, Bewusstsein als Energiefelder anzusehen, innerhalb denen Erfahrungen gemacht werden. Wir könnten es auch bezeichnen als einen „Kampfplatz“ des Erlebens und der Wandlung. Um dieses Erfahrungs-Feld besser kennen zu lernen und eine Orientierungshilfe an die Hand zu bekommen, werden wir im Folgenden eine Art Landkarte des Bewusstseins zeichnen. Verwechseln Sie dabei jedoch die Landkarte nicht mit der Wirklichkeit, es bleibt nur eine Landkarte. Wenn Sie ein fremdes Land bereisen wollen, so würden Sie sich auch erst einmal auf der Landkarte über dieses Land informieren. Sie würden studieren, wo sich welche Städte, Berge, Flüsse oder Sehenswürdigkeiten befinden und würden sich dieses Land in Ihrem Gedächtnis einprägen, sich Ihre Reiseziele aussuchen, doch Sie würden niemals wissen können, wie dieses Land in Wirklichkeit aussieht, bevor Sie es nicht selbst bereist haben.

Genauso verhält es sich mit der Landkarte des Bewusstseins. Sie kann uns aufzeigen, welche Qualitäten, Schönheiten, Gefahren, Hindernisse und Möglichkeiten dieses Bewusstseins-Feld für uns bieten kann. Erfahren können wir dieses Land aber erst durch das eigene Erleben. Die Selbstfindung ist ein Aufwachen auf allen Ebenen des Bewusstseins und im Aufwachen werden wir auf allen Ebenen mit dem konfrontiert, was sich im dunklen, im Unbewussten befindet.

Energien, Schwingungen und Frequenzen des Menschen

Die Betrachtung dieser Landkarte führt uns nun wieder zurück zur Frage, was dieses Bewusstsein ist und woraus es sich zusammensetzt. Hier werden wir etwas weiter ausholen und einen Blick in die Quantenphysik werfen.

Dort erfahren wir, dass alles Energie ist, dass es nichts anderes gibt als Energie. Alle sichtbaren und nicht wahrnehmbaren Formen bestehen aus Energie. Betrachten wir uns doch mal die zwei quantenphysikalischen Erkenntnisse:

1. Energie ist Masse in Bewegung und Masse ist Energie im Stillstand.

2. Licht ist sowohl eine Welle als auch Teilchen.

Die Teilchen sind Informationseinheiten, die von der Lichtwelle in Bewegung gesetzt werden. durch die Bewegung können die Informationseinheiten miteinander kommunizieren und sich zu atomaren oder molekularen Strukturen verbinden.

Wenn wir diesen Satz auf den Menschen übertragen, dann würde dies bedeuten, dass unser physischer Körper nichts anderes ist als die komprimierte Form von Energie und Information. durch die Bewegung entstehen unterschiedliche Schwingungsfelder, die sich zu einem System verbinden, in dem die Informationen sich gegenseitig informieren. Dieses energetische System ist das, was wir Bewusstsein nennen und der Körper ist der sichtbare Ausdruck des Bewusstseins oder Energie im Stillstand.

Das Bewusstsein ist ein Energiefeld mit unterschiedlichen Schwingungen und Ebenen, das angereichert ist mit Informationen oder Teilchen, das unsere physische Gestalt umhüllt wie ein Ei.

Wir können im gesamten Universum drei Grundenergien unterscheiden:

die Energie der Absicht (Willen)

die Energie der Liebe

die Energie der Schöpferkraft (Kreativität)

Obwohl in der Esoterik oft von vielen verschiedenen Energien gesprochen wird, können wir davon ausgehen, dass das gesamte Universum sich nur auf diesen drei Grundenergien aufbaut, die sich jedoch in unterschiedlichen Schwingungen zeigen können. Das, was wir als Energien spüren oder wahrnehmen, sind die unterschiedlichen Schwingungen dieser Grundenergien und Ihre Informationen.

Wir können einer Energie erst einmal keine Eigenschaften zuordnen, weder warm noch kalt, weder gut noch schlecht, weder hell noch dunkel. Erst wenn Energie in Bewegung versetzt wird, entstehen unterschiedliche Schwingungen (Muster, Formen) mit verschiedenen Frequenzen oder Informationen (Geschwindigkeiten, Qualitäten). Erst dann können wir einer Energie durch das Erleben Qualitäten zuordnen oder Bezeichnungen geben, wie Freude, Angst, Liebe, Ekstase, Wut, Gedanken u.a. Die Erschaffung aller sichtbaren Formen geschieht letztendlich durch die Bewegung der drei Grundenergien, was die unterschiedlichsten Schwingungsebenen hervorbringt und eine Kommunikation der Informationen zulässt. Den Begriff Kommunikation verwenden wir im Sinne von Verbindung herstellen.

Wenn wir in einen See, der völlig klar, still und ohne Bewegung vor uns liegt, einen Stein werfen von bestimmter Größe, so entsteht eine entsprechende wellenförmige Form im Wasser. Die Welle ist die Schwingung, und die Frequenz, mit der sich die Welle ausbreitet, bestimmt, wie die Teilchen miteinander korrelieren. Würden wir einen weiteren Stein ins Wasser werfen, der kleiner ist, so würden wir eine andere wellenförmige Schwingung wahrnehmen können.

Die Aussage von Einstein „Energie ist Masse Bewegung, Masse ist Energie im Stillstand“ bedeutet nichts anderes, als dass es keine feste Materie gibt, sondern nur Energie mit verschiedenen Schwingungen und Informationen. Dies impliziert ebenfalls, dass es Formen geben muss, die wir sinnlich nicht mehr wahrnehmen können, weil zum Beispiel unsere Augen nur auf eine bestimmte Schwingung eingestellt sind. Nehmen wir den physischen Körper: Wir glauben, er hätte eine feste Struktur. Wir können ihn berühren, sehen, riechen, und manchmal bereitet er uns auch Schmerzen, aber auch Lust. In Wirklichkeit ist er zusammengesetzt aus molekularen Strukturen mit unzähligen Atomen, den Informationen, die sich alle mit unterschiedlicher Geschwindigkeit bewegen und korrelieren. Das bedeutet, dass der menschliche Körper nicht starr ist, sondern sich in Bewegung befindet. Je schneller sich diese bewegen, um so feinstofflicher sind die daraus entstehenden Formen; je langsamer sie sich bewegen, um so grobstofflicher oder sichtbarer werden die Formen wahrnehmbar. So können wir neben dem sichtbaren physischen Körper noch einige feinstoffliche Körper identifizieren, wie zum Beispiel, der emotionale, mentale und spirituelle Körper. Doch hierauf werden wir später noch genauer eingehen.

Setzen wir uns dann mit der Frage auseinander, wer nun diese drei Grundenergien in Bewegung setzt, so gelangen wir schließlich zu einer Instanz, die wir GOTT nennen könnten. Die esoterische und mystische Lehre spricht an dieser Stelle auch vom „HOHEN SELBST“ und dem inneren Beobachter. Das Hohe Selbst beobachtet einen stillen, klaren Energie- See und wirft dadurch, dass es beobachtet einen Stein, das heißt eine Idee oder eine Projektion von sich selbst in diesen See. Mit den daraus entstehenden Schwingungen und koalierenden Informationen identifiziert sich dann der (Stein)Beobachter. Wir selbst sind der Beobachter und aus dieser Identifikation heraus wird das „ICH-Bewusstsein“ geboren. So kann das Hohe Selbst seine selbst geschaffenen Objekte erleben und mit ihnen Erfahrungen sammeln.

An dieser Stelle treffen wir auf einen weiteren quantenphysikalischen Satz, der von Niels Bohr in seiner These der Unschärferelation geprägt wurde:

*Der Beobachter erschafft das Objekt seiner Beobachtung,
indem er beginnt zu beobachten.*

Kommen wir zurück zu unseren drei Grundenergien. Diese drei Energien stellen in ihrem Zusammenspiel auf allen kosmischen, planetarischen und menschlichen Ebenen ein Energiefeld dar. Auf kosmischer Ebene ist es der universelle Raum, auf der planetarischen Ebene die Atmosphäre eines Planeten und auf der menschlichen Ebene das Bewusstsein. In verschiedenen esoterischen Traditionen wird auch von der Aura des Menschen gesprochen.

Das Energiefeld der Absicht drückt sich aus über die Schwingungen der Macht, der Kraft und der Zielgerichtetheit. Es ist die Antriebskraft für alle Bewegungen und die Geburtsstätte der Ideen.

Das Energiefeld der Liebe drückt sich aus über die magnetischen Schwingungen, die alles miteinander verbindet, der Gravitation, der Anziehungskraft. Liebe ist nichts anderes als der „Klebstoff des Universums“. durch diese Energie werden Atome zu molekularen Strukturen miteinander verbunden, sodass Formen entstehen können, während die Energie der Absicht die Bewegung in diesen schöpferischen Entstehungsprozess hineinbringt. Die Liebe sorgt dafür, dass die Formen existent bleiben, die Absicht sorgt dafür, dass die Formen immer wieder zerstört werden und von neuem entstehen können. Das Energiefeld der schöpferischen Kraft sorgt für die Belebung der Formen, die durch das Zusammenspiel der beiden ersten Energiefelder hervortreten. Sie vermittelt allen Formen die Lebenskraft, den Atem Gottes.

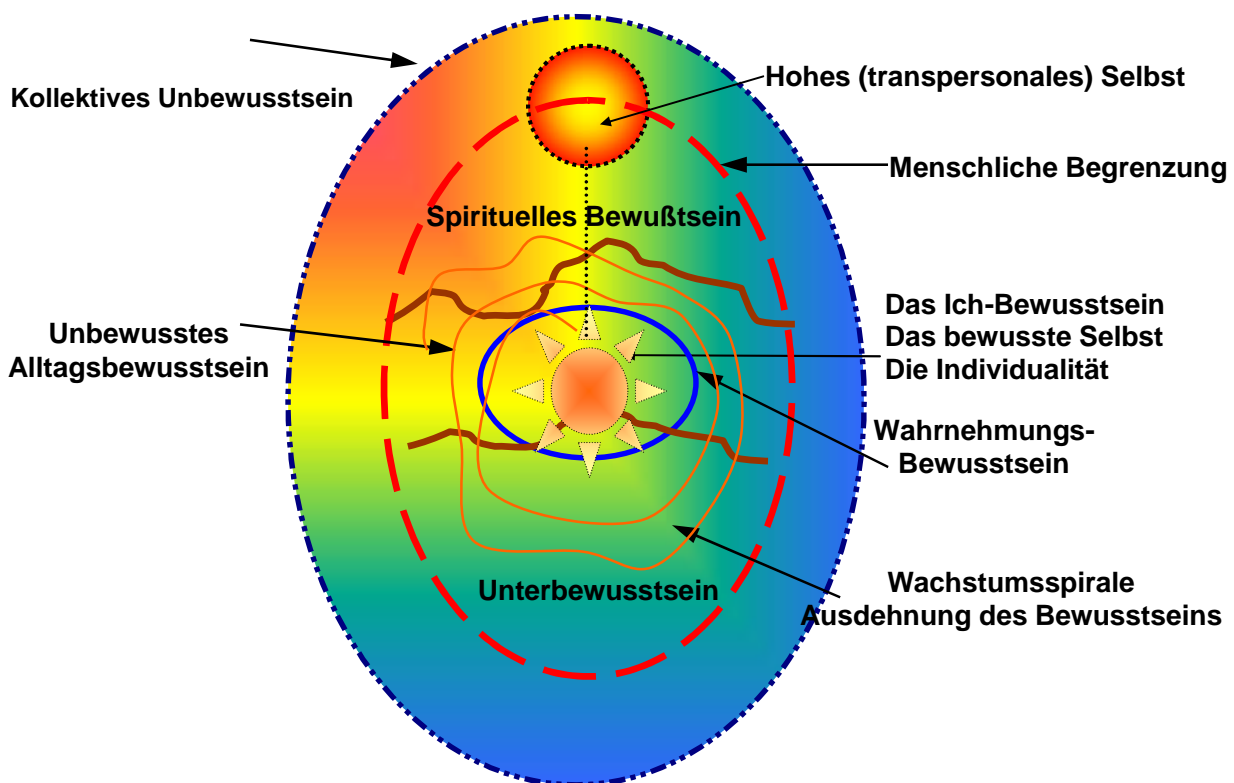
Wir dürfen uns diese drei Energiefelder nicht als getrennt voneinander vorstellen, sondern eher als sich gegenseitig durchdringend. Wie eine mehrdimensionale Leinwand, auf der sich das abspielt, was wir das dreidimensionale Leben nennen Aus dem Zusammenspiel dieser unterschiedlichen Energiefelder entsteht eine Unzahl an Schwingungen und Informationen, die über die einzelnen Energiefelder hinaus miteinander kommunizieren und die allen Lebensformen zugrunde liegen. Jede Schwingung ist Träger von In-Formation, genauer gesagt von biophysikalischen, elektro- magnetischen, emotionalen und mentalen Informationen.

Am deutlichsten wird das an folgender Metapher:

Stellen Sie sich vor, das Universum ist wie eine große Firma, die von drei direktoren (unsere Energien) geleitet wird. Der eine direktor hat die Aufgabe übernommen, die Absicht, die diese Firma verfolgt, zu hüten, zu bewahren und dafür zu sorgen, dass Bewegung durch die Ausführung dieser Absicht in die Firma kommt. Der zweite direktor sorgt für den organisatorischen Zusammenhalt der Firma. Der dritte im Bunde kümmert sich um die Umsetzung. Die Schwingungen in dieser Firma sind die Manager. Sie sind die Informationsträger und sorgen dafür, dass die Informationen an die ausführenden Organe innerhalb der Firma weitergeleitet werden.

Beziehen wir jetzt diese Metapher auf die Wirklichkeit, so können wir sagen, dass das Bewusstsein die direktoren darstellt und der Mensch Empfänger und gleichzeitig ausführendes Organ für die Informationen ist. Dies ist unsere Rolle als Mensch und die unseres Bewusstseins.

Das Bewusstseins-Ei.



Es gibt mehrere Modelle für Bewusstsein, die verschieden aussehen und die gleiche Sache von anderen Blickwinkeln betrachten, letztendlich bedeuten sie jedoch immer das Gleiche. Von dem italienischen Psychiater Roberto Assagioli, dem Vater der Psychosynthese, wurde uns eine Landkarte des Bewusstseinsfeldes übermittelt, die er das „Bewusstseins-Ei“ genannt hat. Weil dieses Modell für uns die beste Landkarte des Bewusstseins darstellt, die wir kennen, möchten wir uns gerade darauf beziehen und auch noch einige Erweiterungen hinzufügen:

Assagioli stellte das Bewusstsein als ein Ei dar. Es ist ein Energie-Raum, der unseren physischen Körper umschließt und ihn 2 - 3 m überragt (je nach Entwicklung des Bewusstseins bis zu 9 m), der getragen wird von den Energien der Absicht, der Liebe und der schöpferischen Kraft. Die Verbindung der drei verschiedenen Energiefelder bildet ein Arsenal an mannigfaltigen Schwingungen und somit unendlichen Informationen. In diesem Energie-Raum, oder Bewusstseinsfeld wirken wir als Mensch und machen unsere Erfahrungen mit diesen Informationen, die sich als Gedanken, Emotionen und Verhaltensweisen zeigen. Wir können diese Landkarte von der Ebene des menschlichen Bewusstseins ebenfalls auf die planetarischen und kosmischen Ebenen übertragen. Jedes Objekt im Universum, sei es ein Planet, eine Sonne, eine Galaxie oder eine Ameise ist von einem solchen Energiefeld umgeben und besitzt damit Bewusstsein.

Das Ei ist ein kosmisches Symbol: der Archetypus für die Neuentstehung von Leben. Innerhalb des Eies vollzieht sich ein mystischer, lebendiger Prozess, aus dem heraus ein neues Wesen wächst, das früher oder später diese Schale des Eies durchbricht und eingeht in ein größeres Bewusstseinsfeld, zum Beispiel das kollektive Bewusstsein. durch die Wahl dieses Symbolen erfahren wir etwas über den Zweck des Bewusstseinsfeldes, und zwar neues Leben aus sich heraus zu erschaffen und die Entwicklungsmöglichkeit für eine menschliche Individualität zu bieten. Das heißt: Das ICH (die Identifikation des Beobachters) wächst in diesem Bewusstseinsfeld heran und macht solange seine Erfahrungen mit den unterschiedlichsten Informationen, bis es zu einer Individualität herangereift ist (Individualität bedeutet hier Getrenntsein von dem Hohen Selbst) um dann wieder in dieser Individualität zu sterben, um sich wieder mit dem Hohen Selbst zu vereinigen.

Doch leider ist dies alles nicht so einfach, denn auch dieser Raum, das Bewusstseins-Ei, hat seine Abgrenzungen. Es ist so, als wenn wir ein einziges Land in verschiedene Länder einteilen würden und diese so entstandenen einzelnen Länder nicht von einem Beobachter wahrgenommen werden und so auch nichts voneinander wissen können. Genauso können wir unser Bewusstseins-Ei sehen, das in vier Teile oder Felder aufgegliedert ist:

Transpersonales Bewusstsein

Bewusste Wahrnehmung

Unbewusstes

Unterbewusstsein

Sie sind die vier Dimensionen des Bewusstseins, die den Raum (die Leinwand) darstellen, der von einem ICH bewohnt und von einem Beobachter wahrgenommen wird. Der Raum ist die Bühne, auf der sich unser Leben abspielt und mit der wir gleichzeitig in einer systemischen Verbindung stehen zu anderen menschlichen "Bühnen".

Das Hohe Selbst

Der gesamte Bewusstseinsraum wird überschattet (oder „durchdrungen“) vom Hohen Selbst. Das Hohe Selbst ist Träger aller Informationen und Schwingungen, es ist der göttliche Funke. Das Hohe Selbst zu beschreiben bedeutet, dass wir an die Grenzen der Beschreibungsfähigkeit stoßen. Wir können dies nur umschreiben, uns ein Bild machen, und aus diesem Grunde finden wir in religiösen und esoterischen Bereichen auch eine so große Anzahl von Begriffen, wie zum Beispiel:

Kosmisches Bewusstsein, Bewusstsein ohne Individualität, die Leere ohne Bewegung, das seit Ewigkeiten Existierende oder die ursachlose Ursache von allen Ursachen.

Andere Traditionen bezeichnen das Hohe Selbst als Atman, Geist, Engelswesen, Einheit, göttliches Bewusstsein u.a..

Das Hohe Selbst ist unser wahres Wesen, besser gesagt, wir sind von seinem Wesen, jenseits und frei von irgendwelchen Masken oder Konditionierungen.

Da das Hohe Selbst sich individualisieren und selbst erfahren will, projiziert es einen Funken von sich selbst in das Bewusstseins-Ei hinein, damit es auch jemanden gibt, der diese Erfahrungen machen kann. Der abgespaltene Teil ist der Beobachter mit seinem Anhang, das Ich. Der Beobachter involviert sich in die energetischen Bewegungsabläufe der Leinwand, und verliert sich in den Ebenen des Bewusstseins-Ei. Daraus entsteht ein virtuelles Ich, mit dem sich der Beobachter vollends identifiziert und seinen Ursprung vergisst. Der Fall aus dem Paradies.

Das, was „Ich“ sagt, ist schlussendlich ein Teil des Hohen Selbst, welcher innerhalb dieses Bewusstseinsfeldes Erfahrungen sammelt, damit der Beobachter wieder aufwacht aus dem virtuellen Traum und sich wieder auf seinen Ursprung besinnt. Dadurch gewinnt das Ich seine eigentliche Funktion, Werkzeug und ausführendes Organ für den Beobachter zu sein.

Anders ausgedrückt: Die Mitarbeiter unserer Firma haben zu lernen, wie sie die Informationen der Direktoren zu deren Befriedigung ausführen können. Dies ist ein sehr langer Prozess von Entfaltung, Rückschlägen, Erfahrungen, Traumata und Bewusstseinsweiterungen. Damit das Ich lernen kann, wie die Umsetzungen zu geschehen haben, besteht die Notwendigkeit, dass der gesamte Erfahrungs-Raum des Bewusstseins nicht sofort vollständig zugänglich ist, sondern Schritt für Schritt, und deshalb werden die verschiedenen Abgrenzungen benötigt.

Das Bewusstseins-Ei ist also gleichzusetzen mit einem Acker, auf dem der Samen „ICH“ wachsen kann. Dieser Samen wird nun mit Emotionen bewässert, mit Licht, Gedanken und Erfahrungen gedüngt, damit er wachsen und zu einer eigenständigen Individualität werden kann.

Kommen wir nun zu den verschiedenen Abgrenzungen des Bewusstseinsfeldes. Verkürzt ausgedrückt können wir sagen, dass die drei horizontalen Unterteilungen des Bewusstseins-Eies unsere Vergangenheit (Unterbewusstsein), unsere Gegenwart (Unbewusstes und bewusste Wahrnehmung) und unsere Zukunft (spirituelles Bewusstsein) darstellen. Diese drei Ebenen wirken auf ganz unterschiedliche Weise in uns.

Das Unterbewusstsein

Befassen wir uns mit dem Unterbewusstsein, so bedeutet dies die Begegnung mit dem dunklen Unbekannten. Es umschließt den Bereich des Bewusstseinsfeldes, den wir als tiefe, dunkle Abgründe bezeichnen, in die wir nicht oder nur schwer hineinschauen können und von denen wir am liebsten gar nichts wissen wollen.

Es entspricht dem Prinzip des Weiblichen und der Dunkelheit und enthält all die Informationen verborgen, mit denen wir uns noch nicht befasst haben oder denen wir am liebsten aus dem Weg gehen wollen. Es ist das, was wir auch als den Schattenbereich oder das Negative bezeichnen - negativ nicht im Sinne von böse, denn nur durch unsere Bewertungen machen wir es dazu -, sondern weil kein Licht vorhanden ist, während das spirituelle Bewusstsein für uns das Positive ausdrückt, weil es vom Licht erhellt ist. Es ist das Feld, in dem zum Beispiel unter anderem folgende Informationen vorzufinden sind:

- Die psychischen Aktivitäten für die intelligente Koordination aller körperlichen Funktionen, wie zum Beispiel das vegetative Nervensystem
- Die grundlegenden Triebe und Instinkte
- Komplexe, die mit heftigen Emotionen behaftet sind, wie zum Beispiel Minderwertigkeitskomplexe
- Verschiedene pathologische Anzeichen, wie Phobien, Zwangsvorstellungen u.a.

Das Unterbewusstsein ist aber auch gleichzeitig so etwas wie ein Aufbewahrungsort für all die verdrängten Erinnerungen und Erfahrungen unseres Lebens, die von unangenehmen oder lebensbedrohlichen Komponenten besetzt sind und die wir ausgrenzen wollen. Immer wieder machen wir in unserem Leben Erfahrungen, die schmerzhaft sind oder die wir als negativ bewerten. Diese Erfahrungen trennen wir dann vom bewussten Erleben ab und verdrängen sie ins Unterbewusstsein, in die Dunkelheit. Beispielsweise können wir Verletzungen durch Abgelehnt-Werden oder Nicht-Geliebt-Werden erfahren, und diese

Schmerzen spalten wir von uns ab, weil sie unser Leben bedrohen. Hierfür haben wir eine Reihe von Verdrängungsmechanismen (Neurosen) entwickelt.

Wir können uns also das Unterbewusstsein vorstellen wie einen „Topf“, in den wir all diese schmerzvollen, unangenehmen Informationen hineinstopfen. Das Problem besteht darin, dass wir dann mit ganzer Kraft die Kontrolle über den Deckel dieses Topfes behalten müssen, was allerdings sehr viel Lebensenergie erfordert.

Im Unterbewusstsein werden wir all die Verletzungen unseres inneren Kindes wiederfinden, die wir einst an diesen Ort verbannt haben, sodass wir sie nicht mehr sehen können und wir den Eindruck gewinnen, sie würden nicht mehr existieren.

Das beste Beispiel hierfür ist die fröhliche Lebendigkeit unserer Kindheit. Wenn diese laufend kritisiert wurde, weil die Erwachsenen mit dieser Lebendigkeit nicht umgehen konnten, so werden wir diese fröhliche Lebendigkeit allmählich verdrängen und aufhören, fröhlich zu sein.

Denn als Kinder lernen wir zuerst, uns mit der Außenwelt zu vergleichen. Wir beobachten ganz genau, wie sich die Menschen in unserem Umfeld verhalten und wie diese auf uns als Kind reagieren. Und das tun wir, weil wir uns anpassen müssen an unser Umfeld, denn nur durch die Anpassung können wir überleben. Jedes Tier muss sich seinem Umfeld anpassen, um sein Überleben zu sichern. Und uns Menschen geht es nicht viel anders. So vergleichen Kinder immer, was ihnen äußerlich präsentiert wird, mit dem, was sie innerlich erfahren.

Wenn das Äußere mit dem Inneren des Kindes nicht übereinstimmt, dann wird es für das Kind notwendig, sich von den inneren Impulsen abzuschneiden, sie zu verdrängen. Es passt sich an, um Erfahrungen von Ärger, Schmerz und Frust zu vermeiden. Auf diesem Wege erhält es eher die Anerkennung und Liebe, die es für sein Wachstum dringend braucht, jedoch geschieht das auf Kosten von wesenseigenen Anteilen.

Im Unterbewusstsein können wir also all unsere verdrängten Anteile wiederfinden, all die ungelösten Konflikte, nicht geweinten Tränen und aufgestaute Wut. So erhalten wir das Gefühl, dass die Verletzungen und Traumata der Vergangenheit gar nicht mehr vorhanden oder sogar überwunden sind.

Beim Erwachsenen ist dieser Vorgang etwas anders. Als Erwachsener tragen wir schon unser angepasstes Selbstbild in uns. Wir haben eine Vorstellung davon, wer und was wir sind, vor allem, wie wir den gesellschaftlichen Konventionen oder der Familienstruktur zu entsprechen haben. Und wir haben uns ein eigenes, spezifisches Bild vom Leben erschaffen, das wir nicht mehr gerne loslassen.

Wenn uns jetzt in unserem Leben etwas begegnet, das nicht in unser Lebenskonzept hineinpasst, wird es nicht von uns zugelassen. Jemand, der sich ein atheistisches Weltbild geschaffen hat, wird sich schwer tun, ein spirituelles Weltbild zu akzeptieren oder sich gar mit diesem zu beschäftigen. All das, was spirituell ist, also nicht atheistisch, bedroht seine Sicht der Welt, ist also gefährlich. Das bedeutet, die Vorstellungen von unserer Wirklichkeit werden immer wieder bedroht von Fremdem, Unbekanntem, das nicht in unser Weltbild hineinpasst. Was nicht hineinpasst, das hat keine Daseins-Berechtigung!

Ähnliche Mechanismen erschaffen Fremdenhass. Ausländer haben Traditionen und Gewohnheiten, die uns fremd sind, also eine Bedrohung für unsere eigenen Wertvorstellungen darstellen. Eine Akzeptanz dieser fremden Gewohnheiten könnte unser gesamtes Weltbild ins Wanken bringen. Das bedeutet, dass unsere festen Vorstellungen von Lebenswerten und Qualitäten bedroht sind. Wenn etwas nicht so ist, wie es unserer Meinung nach sein sollte, glauben wir es bekämpfen zu müssen.

So kann ein erwachsener Mensch unbewusste Aggressionen verdrängt haben, weil seine festgefahrene Ichvorstellung von sich selbst, Informationen von Fügsamkeit und Unterwerfung umfasst. Er darf und kann den Aggressionen nicht nachgeben, sie werden stattdessen in den „Topf“ des Unterbewusstseins gedrückt. Auf diesem Topf ist ein großer Deckel, so etwas wie ein Dampfdrucktopfdeckel, der ständig kontrolliert werden muß. Das Resultat davon kann ein Mensch sein, der sich fügt, der keine eigene Meinung zum Ausdruck bringt. Er hat kein durchsetzungsvermögen und wird vielleicht eines Tages Magengeschwüre oder im schlimmsten Fall Krebs bekommen. Aber im „Topf“ des Unterbewusstseins kochen die Aggressionen weiter. Der „Dampf“ drückt sich dann in Form von irrationalem, neurotischem Verhalten aus.

Es gibt ein Sprichwort: „Aus den Augen, aus dem Sinn“. Es stimmt zwar, dass wir etwas vergessen, wenn wir es nicht mehr sehen - wenn wir unsere Aggressionen nicht mehr sehen, denken wir nicht mehr an sie, sie sind uns nicht mehr bewusst, wir haben keinen Kontakt mehr - aber sie sind deshalb nicht weg. Sie tauchen überall dort auf, wo wir sie nicht vermuten würden, und sie verfolgen uns wie ein Schatten in unserem Ausdruck, Verhalten, in unseren Gemütsverfassungen und in äußeren Ereignissen, solange bis uns die Kraft der Kontrolle verläßt, dann erfolgt das Unvermeidliche

Im Universum geht nichts, absolut nichts verloren: weder Kräfte noch Informationen, weder Emotionen noch Gedanken. All diese Dinge bleiben uns erhalten, und die einzige Möglichkeit, sie loszuwerden, ist: alle unsere Gefühle ganz zu uns zu nehmen und sie in der Stille zu transformieren.

Um bei unserem Beispiel Aggression zu bleiben:

Aggression ist eine Schwingung mit bestimmter Information, es ist eine reale Kraft mit molekularen Strukturen, Atomen, Materie im feinstofflichen Sinne, eine emotionale Form die eine gesunde Aggression bedeutet und erst einmal nicht als negativ zu bewerten ist. Dieses Schwingungsmuster drückt sich in unserem Erleben als ein Impuls aus, zu mir selbst zu stehen, mich zum Ausdruck zu bringen, meinen Mund aufzumachen und meine Meinung zu sagen, vielleicht auch einmal auf den Tisch zu hauen, wenn es nötig ist.

Aggression wird erst dann schädlich und ungesund, wenn wir sie unterdrücken, aus dem Kontakt herausgehen oder kontrollieren, weil wir uns in dem Moment dieser Kraft willenlos überlassen. Werden Impulse unterdrückt (ein Impuls bedeutet für den Körper eine elektrische Ladung im neuronalen System), halten wir sie in unserem Körper fest, indem wir uns verkrampfen, aufhören zu atmen und unsere Ansichten oder Wahrnehmungen hinunterschlucken. Jeder Impuls hat jedoch die Tendenz, sich zu entladen - wie eine elektrische Ladung, die sich langsam aufbaut, immer stärker wird und sich dann mit einem Schlag entlädt. Erst wenn wir diese Impulse im Körper festhalten, werden sie zu dem, was wir als Aggression bezeichnen. Festgehaltene Impulse drücken sich aus in körperlichen Verspannungen und Blockaden, zum Beispiel in den Schultern, im Nackenbereich oder im Bauchraum.

So ist das Unterbewusstsein voll gestopft mit verdrängtem Material, das zusätzlich auch noch alte Traumata, Erfahrungen und karmische Muster aus früheren Leben einschließt.

Außerdem finden wir im Unterbewusstsein die Archetypen wieder. Archetypen sind Urbilder aller Menschen aus dem kollektiven Bewusstsein, die bestimmte individuelle oder kosmische Kräfte symbolisieren, die sich durch uns verwirklichen wollen und die Gestalt von Dämonen annehmen, wenn wir sie verneinen. Die Gestalt des Teufels oder Satans ist zum Beispiel ein Archetypus, der die Lust verkörpert, die jedoch oft verleugnet wird, vor allem von den Kirchen. So wird Lust zu Geilheit verteufelt. Sind wir davon überzeugt, dass GOTT alles ohne Ausnahmen erschaffen hat, können wir dann nicht davon ausgehen, dass dies auch für die Lust gilt?

Alles, was wir nicht haben wollen, wird zum Bösen. Wir verteufeln es und beginnen im Äußeren dagegen zu kämpfen. Was wir verdrängen, wird in unserer Außenwelt widergespiegelt. Wenn wir unsere Aggressionen nicht leben, sie massiv unterdrücken, und unsere Impulse, zu uns selbst zu stehen, verdrängen, dann werden uns in unserem Leben viele Menschen begegnen, die ein starkes durchsetzungsvermögen besitzen oder die uns sehr viel Aggressionen entgegenbringen. Wir können davon ausgehen, dass unser Umfeld nichts anderes ist als ein Spiegelbild von uns selbst, Spiegelbilder unseres Bewusstseinszustandes.

Ein klassisches Beispiel für ein solches Spiegelbild finden wir in der Hippiebewegung der 60er und 70er Jahre. Die „Blumenkinder“ wurden damals von vielen Menschen verachtet und kritisiert: „Die sollen doch lieber arbeiten gehen, sich waschen und sich die Haare schneiden“ usw. Sie wurden angegriffen, dabei haben sie nichts anderes getan, als das auszudrücken, was viele von den Angreifern selbst gerne getan hätten: das Bedürfnis nach Freiheit auszuleben. Weil aber viele dieses Bedürfnis sich nicht eingestehen können, schicken sie das Bedürfnis nach Freiheit in die Verbannung und verachten es. Die Hippies oder ähnliche Gruppen werden dann zu Repräsentanten für das nicht gelebte, verdrängte Bedürfnis und müssen angegriffen werden, weil sie eine Bedrohung für die herrschenden Lebensansichten darstellen.

Da alles Verdrängte Anteile unseres Wesens sind, kommt es immer mehr zu einer inneren Entfremdung. Wir werden uns selbst gegenüber fremd, indem wir nur das leben, was auch in unserem Umfeld akzeptiert ist, und wir werden alles aus unserer Wahrnehmung herausfiltern, was nicht in dieses Bild hineinpasst. Dadurch erleben wir eine innere Entfremdung, wir hören auf zu wissen, wer wir sind und dies ist eine schmerzliche Erfahrung, die verdrängt werden muss und die uns dann auf alles projizieren lässt, was im Außen fremd und bedrohlich geworden ist. Wir wollen das Fremde nicht mehr sehen, weil es uns zu sehr an die eigene Entfremdung erinnert. So wird all unser Hass und Schmerz auf die Ausländer übertragen. Sie bekommen das zu spüren, was wir nicht mehr fühlen wollen. So brauchen wir auch keine Verantwortung mehr für unsere eigene innere Entfremdung zu übernehmen und können sagen „es sind die Anderen“.

Wenn wir beobachten, wer die massivsten Angriffe auf die Ausländer durchführt, werden wir feststellen, dass es die Jugendlichen sind, die keine Grundlage für ihr Leben finden. Sie wissen nicht, wo ihr Platz ist und wer sie sind. Sie erleben eine verzweifelte Entfremdung von sich selbst. Wir können auch sagen, je mehr wir uns von unserem ursprünglichen Potenzial trennen, um so mehr Schmerz der Trennung und Sehnsüchte werden wir empfinden.

Wir projizieren immer das, was wir nicht leben wollen - was uns nicht bewusst ist - nach außen und kritisieren, verurteilen und greifen unsere nicht gelebten Eigenschaften oder unaufgearbeiteten Muster dort im Außen an.

Ein weiteres Beispiel hierfür ist die Zerstörung unserer Umwelt. Die Zerstörung der Erde bedeutet nichts anderes als ein Kampf gegen das Weibliche. Der Kampf gegen das Weibliche ist wiederum der Kampf gegen das Unterbewusstsein. Es ist der Versuch, uns immer mehr von unserem kollektiven Unterbewusstsein, vom Weiblichen oder vom dunklen, Unbekannten abzuschneiden, und das geschieht schon seit Jahrtausenden. Das dunkle, Unbekannte stellt eine Bedrohung dar für unsere Weltbilder, Traditionen, Konventionen und Gewohnheiten. Deshalb erzeugen wir immer mehr Leid und Zerstörung. Ein Weg wäre die Akzeptanz, das Einverständnis mit allem, was für uns unbekannt ist, über die Erforschung unseres eigenen Unterbewusstseins. Doch dies fällt uns schwer, denn wenn wir uns den dunklen Seiten unseres Wesens öffnen würden, so würde das Licht ins Unterbewusstsein bringen, und dann würden wir konfrontiert mit dem, was wir abgetrennt haben: Der Schmerz würde uns wieder begegnen.

So finden wir in unserem Unterbewusstsein ein sehr großes Potenzial von verdrängten Impulsen (Informationen), die alle nur darauf warten, erlöst zu werden. Solange dies aber nicht geschieht, werden sie immer wieder versuchen, einen Weg zu finden, auf sich aufmerksam zu machen. Dies kann zum Beispiel nachts in unseren Träumen geschehen und sich über Suchtverhalten, Krankheiten oder Schicksalsschläge ausdrücken. Anstatt uns in solchen Momenten zu fragen, warum uns das immer wieder passiert, sollten wir vielleicht einmal fragen:

„Was klopft da an meine Tür?“ So könnte das Unterbewusstsein zu einer Quelle mannigfaltigen Potenzials werden, das wir wieder entdecken und zurückerobern können.

Das transpersonale Bewusstsein

Das spirituelle Bewusstsein (wir können es auch als spirituelles Unterbewusstsein bezeichnen) ist ein Arsenal von Licht und Schönheit. Vom Prinzip her entspricht dieser Teil dem „Männlichen“. Vielleicht werden sich an dieser Stelle einige von Ihnen - besonders unter den weiblichen Lesern - fragen, ob das Weibliche, das dem dunklen entspricht, auch hier wieder einmal schlechter wegkommt. Jedoch hat dies nichts mit irgendeiner Form von Bewertung zu tun. Der Bereich des spirituellen Unterbewusstseins innerhalb unserer Landkarte stellt nur die andere Polarität des Unterbewusstseins dar: männlich - weiblich, yang - yin, hell - dunkel.

Es umfasst die potenziellen Informationen, die in unserer Zukunft angesiedelt sind und die wir erst zu entfalten haben. Im Gegensatz zum Unterbewusstsein, wo wir die vergangenen, verdrängten und von uns abgeschnittenen Informationen finden, die wir wieder zu gewinnen haben, geht es im spirituellen Unterbewusstsein darum, ein Potenzial, was bisher noch nicht erfahrbar war, zu entfalten.

Aus diesem Bereich erhalten wir Intuition, Kreativität, Mitgefühl, Altruismus, Empfindsamkeit usw., also all das, was wir als spirituell bezeichnen würden. Es ist die Quelle für alle künstlerischen, philosophischen, wissenschaftlichen und ethischen Bestrebungen und Handlungen.

Wir können auch sagen, dass das spirituelle Unterbewusstsein all das enthält, was wir im Laufe unseres Entwicklungsprozesses werden können. Und so kann die Erforschung und Entfaltung dieses Potenzials sowie die schrittweise Einbeziehung in unser Leben eine unserer schönsten und beglückendsten Aufgaben darstellen.

Jedoch ist es wichtig zu erkennen, dass wirkliches spirituelles Wachstum nur dann stattfindet, wenn wir sowohl die unerlösten, verdrängten Informationen aus dem Unterbewusstsein, also das Weibliche befreien, als auch eine Ausdehnung in das spirituelle Unterbewusstsein erfahren, um dessen unbeflecktes Potenzial zu entfalten.

Spirituelles Wachstum ist also die Auseinandersetzung und die Erfahrung mit den zwei Bereichen des Bewusstseins. Wir wachsen einerseits hinein in das Licht und andererseits auch in die Dunkelheit. Und das bedeutet letztendlich Bewusstseinsenerweiterung.

Das Unbewusste

Wenden wir uns jetzt dem mittleren Bereich unserer Bewusstseins-Landkarte zu, dem Unbewusste, den wir als den Bereich des Gedächtnisses bezeichnen können. Er umfasst all unsere Kenntnisse und Fähigkeiten, die wir willentlich in die Ebene der bewussten Wahrnehmung bringen können. Im Unbewusste sind alle Informationen und Sinneserfahrungen abgespeichert, die wir nicht ständig bewusst zur Verfügung haben müssen, die aber bei Bedarf jederzeit abrufbar sind, wie zum Beispiel bestimmte Erinnerungen aus der Kindheit, mathematische Formeln, Fremdsprachen oder ganz profan der Preis für ein Pfund Butter oder die Telefonnummer eines Freundes.

Es ist der Erinnerungsspeicher des Bewusstseins und gleichzeitig der Bereich, innerhalb dem sich unsere abgespeicherten mentalen Glaubenssätze wiederfinden, wie zum Beispiel: „Ich bin nichts wert“, „Ich kann das nicht“ oder „Ich muss Leistung bringen, bevor ich etwas verdient habe“.

Haben wir in der Kindheit Erfahrungen gemacht, durch die wir uns von unserem Potenzial abgetrennt haben, so werden wir diese Abtrennung durch einen mentalen Glaubenssatz rechtfertigen. Diese Glaubenssätze werden immer dann aktiviert, wenn wir mit einer ähnlichen Situation oder Ereignis in unserem Leben konfrontiert werden.

Die bewusste Wahrnehmung

Wir kommen nun zum mittleren Kreis, der das Ich umgibt. Dieser Kreis stellt die bewusste Wahrnehmung dar, die wir auch als unser Tagesbewusstsein bezeichnen können. Es ist der Bereich, innerhalb dem wir durch Informations-Impulse von innen und von außen denken, fühlen und Sinneserfahrungen machen.

Ein ständiger Strom von Impulsen, Empfindungen, Bildern, Gedanken und Wünschen fließt durch den Unbewusste Bereich hindurch. Durch die bewusste Wahrnehmung können wir analysieren und beurteilen, welchen Erscheinungen dieses Stromes wir uns zuwenden. Die Aufgabe der bewussten Wahrnehmung ist unter anderem die Funktion des Selektierens von dem, was annehmbar für uns ist und was nicht. Diese selektiven Maßnahmen werden entsprechend unseren vergangenen Erfahrungen und Erkenntnissen vollzogen. Die bewusste Wahrnehmung bestimmt also das, was wir sehen dürfen und das, was wir nicht erfassen können.

Die bewusste Wahrnehmung ist wie der Lichtkegel eines Scheinwerfers. Je nachdem wie intensiv die Strahlungskraft und Helligkeit dieses Lichtkegels ist, desto besser und klarer können wir wahrnehmen. Alles, was sich innerhalb dieses Lichtkegels befindet, können wir erkennen. Der Lichtkegel ist beweglich, das heißt, es besteht die Möglichkeit, dass wir den Lichtkegel von einem Gegenstand zu einem anderen führen. Mit Gegenstand sind hier Gedanken, Emotionen und Sinneserfahrungen gemeint, also alle Arten von Informationen, durch die wir Erfahrungen machen oder die uns Impulse zum Handeln verleihen.

Richten wir nun unsere Wahrnehmung auf einen Gegenstand, so nehmen wir diesen wahr, taucht aber in der Zwischenzeit ein weiterer Gegenstand auf, der unser Interesse mehr anzieht, so richten wir unsere Wahrnehmung vom ersten Gegenstand weg, hin zum Zweiten, sodass der erste Gegenstand völlig aus unserem Bewusstsein verschwindet.

Ein Beispiel: Sie lesen dieses Buch und das Buch ist sehr packend für Sie (so hoffen wir!), und im Hintergrund läuft Musik, die Sie in dem Moment nicht wahrnehmen, weil das Buch Sie fesselt. Der Lichtkegel Ihrer Wahrnehmung wird völlig auf das Buch konzentriert sein. Ist das Buch nun aber gänzlich uninteressant für Sie (was wir nicht hoffen!), dann werden Sie den Lichtkegel Ihrer Wahrnehmung auf die Musik richten, die Musik wahrnehmen, das Buch vielleicht weiterlesen und sich nachher wundern, dass Sie sich nicht mehr an den Inhalt des Buches erinnern können.

Unsere bewusste Wahrnehmung ist wie ein Scheinwerfer, der sich immer zu dem hinbewegt, was für uns faszinierend, spannend, interessant ist und unserer Neugierde erweckt. Alles andere, was außerhalb dieses Lichtkegels liegt, können wir nicht bewusst wahrnehmen, obwohl es existiert.

Der Lichtkegel in Verbindung mit unseren Glaubenssätzen und unserer Weltsicht bewegt sich nur in die Bereiche hinein, die für uns ungefährlich sind. Wenn Dinge in unserem Leben existieren, die für uns gefährlich sein könnten, zum Beispiel unsere Aggression, wird der Scheinwerfer eine Selektion vornehmen und die „Gefahr“ nicht in seinen Lichtkegel hineinnehmen. Wir werden dann versuchen, uns durch

Tätigkeiten wie Freizeitbeschäftigungen, Sammlerleidenschaften, Konsumzwänge, Süchte usw. davon abzulenken.

Das Mysterium des Menschen besteht darin, dass er durch Erfahrungen wächst. Mit jeder gemachten Erfahrung verstärkt sich die Strahlkraft unserer bewussten Wahrnehmung. Der Lichtkegel vergrößert sich, was zur Folge hat, dass wir immer mehr Dinge innerhalb dieses größeren Bewusstseinsumfeldes wahrnehmen können und in unser Leben mit einbeziehen. Das Bewusstsein hat sich erweitert und bietet uns neuere Möglichkeiten der Entfaltung.

Wir werden empfindsamer, offener, aufmerksamer für vieles, was wir vorher für unmöglich gehalten haben. Vielleicht haben Sie schon einmal erlebt, plötzlich Lust zu empfinden, sich mehr im Wald aufzuhalten, obwohl Sie vorher nie auf die Idee gekommen sind, Waldspaziergänge zu machen. Dies würde bedeuten, dass Sie begonnen haben, die Schönheit des Waldes in ihre bewusste Wahrnehmung (sprich Lichtkegel) miteinzubeziehen.

Mit jeder Erfahrung dehnt sich dieser Lichtkegel spiralförmig aus, und irgendwann tauchen in uns Fragen auf wie: Wer sind wir eigentlich? Warum sind wir hier? Wozu dieses Leben? Wir beginnen uns nach dem Sinn unseres Lebens zu fragen und ihn zu suchen. Das ist der Augenblick, in dem unsere bewusste Wahrnehmung anfängt, in spirituelle Bewusstseinsbereiche hineinzutauchen. Es gibt viele Menschen auf der Erde, die sich niemals in ihrem Leben diese Fragen stellen, weil sie sich allein schon durch diese Fragestellung bedroht fühlen.

Vielleicht haben Sie selbst schon die Erfahrung gemacht, wenn Sie über spirituelle Themen mit anderen Menschen sprechen wollten, dass Sie dann auf massive Widerstände und Ablehnung stießen oder als verrückt eingestuft wurden. Diese Reaktionen sind natürlich und verständlich, denn diese Menschen können Sie nicht verstehen, sie können nicht wahrnehmen, was Sie wahrnehmen, weil ihr Lichtkegel nicht in diese Bereiche hineinreicht. Wie schon gesagt, dort, wo das Licht der bewussten Wahrnehmung hinfällt, sind wir bewusst, wo kein Licht hinfällt, ist Dunkelheit, das macht uns Angst, sodass wir es ablehnen müssen.

Ab dem Augenblick, indem unsere bewusste Wahrnehmung in das spirituelle Bewusstsein hineintaucht, beginnen wir aufzuwachen. Ab dem Zeitpunkt beginnen wir, uns selbst bewusst zu werden. Wir fangen an uns Fragen zu stellen und uns auf die Suche zu machen, finden Wege, Techniken, wie zum Beispiel Meditationen, Yoga, therapeutische Modelle o.ä. und probieren diese aus.

Bewusstseinsenerweiterung und spirituelles Wachstum

Der spirituelle Weg verläuft nicht linear, sondern vollzieht sich durch eine spiralförmige Ausdehnung unserer bewussten Wahrnehmung. Jede Art von Entfaltung oder Entwicklung innerhalb des Universums erfolgt spiralförmig. Daraus folgt, dass wir uns nicht nur in das spirituelle Bewusstsein hineinbewegen, sondern auch in das Unterbewusstsein hinab. Zum spirituellen Weg gehören also nicht nur schöne, harmonische und göttliche Erfahrungen, sondern notgedrungen auch Konfrontation mit den verdrängten Anteilen unseres Wesens.

Dies kann auch zu einer Gefahr auf dem Weg werden, denn in der esoterischen Szene finden wir immer wieder die Überzeugung, dass spirituelle Entwicklung nichts anderes bedeutet als sich mit dem göttlichen Ursprung zu verbinden oder lichtvolle Erfahrungen zu machen. Diese Meinung impliziert die kontinuierliche Abtrennung von den dunklen Schattenseiten unseres Wesens. Viele Menschen beginnen diesen Weg zu gehen, weil ihr innerer Druck durch die Verdrängungen zu stark geworden ist und sie dadurch Gefühlen von Frustration und Unzufriedenheit ausgeliefert sind. Aus Angst vor noch mehr Schmerz fehlt ihnen die Bereitschaft, sich damit zu konfrontieren, und sie legen all ihre Hoffnung darauf, durch sogenannten spirituellen Frieden Ruhe zu finden.

Sicherlich ist Meditation ein Weg, spirituell zu wachsen. Menschen, die an einem Tiefpunkt ihres Lebens stehen, suchen eine Lösung, damit es ihnen wieder besser geht und finden dann vielleicht irgendeine Meditation als vermeintliche Lösung. Die Art der Meditation spielt hier keine Rolle, Hauptsache eine, die ihnen verspricht: „Wenn du diese Meditation jeden Tag machst, geht es dir besser.“ Sie meditieren viele Jahre jeden Tag, und es geht ihnen vielleicht auch besser, weil sie ihre bewusste Wahrnehmung in den spirituellen Bereich hinein konzentrieren. Oft vergessen sie jedoch, sich auch in den Bereich des Unterbewusstseins auszudehnen, wo sie vielleicht die Ursachen für ihr Unwohlsein finden würden. Wenn sie sich mit den Ursachen konfrontieren würden, zum Beispiel ihrer verdrängten Wut oder Angst, könnte dies eine schmerzvolle Erfahrung sein und eine Zerrüttung des Welt- oder Selbstbildes bedeuten. Aggressionen

könnten sichtbar werden, die dann nicht mehr in ihre spirituelle Auffassung von bedingungsloser Liebe hineinpassen, also werden sie weiterhin verdrängt, und die Lunte am Pulverfass schwelt weiter.

Der Bereich des Unterbewussten, das dunkle, der Schatten, wird von vielen Suchenden gerne und leicht ausgeschaltet, und Meditation kann dabei als Verdrängungsmechanismus eingesetzt werden. Meditation aber schafft keine Probleme aus der Welt, sondern sie lässt ebenfalls das „Unkraut“ in uns wachsen. Durch Meditation werden wir auch sensibler für unsere eigenen Schwierigkeiten und nicht angenommenen Persönlichkeitsanteile. Diese Sensibilisierung gibt uns die Chance, uns mit unseren Problemen auseinander zu setzen, wenn wir den Mut dazu haben. Und leider bringen viele Meditierende gerade diesen Mut nicht auf.

Aus diesem Grunde treten in unserer heutigen Zeit spirituelle Krisen immer häufiger auf. Menschen in spirituellen Krisen sind oft Suchende, die mit ihrem Leben nicht mehr klar kommen, die in tiefe Depressionen verfallen bis hin zu Psychosen, weil sie nicht bereit sind, sich mit dem auseinander zu setzen, was Dunkelheit heißt, sondern sich nur dem Licht zuwenden wollen. Die meisten spirituell Suchenden wollen wachsen, aber nicht nach unten in das dunkle hinab. Dies sind Eindrücke, die wir während unserer langjährigen Beratungsarbeit immer wieder gemacht haben.

Eine Ausdehnung der bewussten Wahrnehmung in nur eine Richtung ist jedoch nicht möglich. Bitte erinnern Sie sich an den Abschnitt über das Unterbewusstsein, in dem wir kurz aufgezeigt haben, dass die verdrängten Informationen genauso ein Potenzial umfassen wie die Informationen des spirituellen Bewusstseins. Beide Seiten gehören unvermeidlich zusammen, so wie die zwei Seiten einer Münze: das Helle und das dunkle. Das Helle haben wir zu entdecken und in unserem Leben umzusetzen, das dunkle haben wir wieder hervorzuholen in das Licht unserer Wahrnehmung, um es dann als Teil unserer selbst zu integrieren.

Es geht letztendlich darum, einerseits immer mehr Licht (Bewusstheit) in das gesamte Bewusstseinsfeld hineinzubringen, unsere spirituellen Qualitäten zu erfahren und sie in unser Leben zu integrieren. Andererseits ist es genauso wichtig, die Kräfte des Unterbewusstseins kennenzulernen, das Weibliche, die Macht der Durchsetzung und die Absicht. Oder anders ausgedrückt: Wir lernen all das kennen, was wir verdrängt haben, auch die Lebendigkeit, die Freude, die Fröhlichkeit, und holen uns das, was wir noch nicht entfaltet haben. Dies können wir als den Prozess der Transformation bezeichnen.

Je mehr wir uns wieder „zurückholen“, umso mehr verwandeln und transformieren wir uns. Wir werden zu einer autarken Person. Unfrei sind wir, weil wir verdrängen. Wenn wir Dinge nicht wollen, machen wir uns abhängig. Wenn wir beginnen, das, was wir von uns abgespalten haben, wieder zurückzuholen, und wenn wir lernen, weniger zu verdrängen, sondern damit umzugehen, werden wir immer unabhängiger, bis wir eines Tages frei davon sind.

Wachstum geschieht, wann immer wir Erfahrungen machen und die Bereitschaft haben, sich allem mit Akzeptanz zu öffnen: dem dunklen wie dem Lichtvollen. Dies bedeutet, wirklich auf dem spirituellen Weg zu sein. Wir sind nicht allein schon dadurch spirituell, wenn wir jeden Morgen um 5.00 Uhr aufstehen und meditieren.

Es ist so viel die Rede davon, das Weibliche in uns zu integrieren, doch die wenigsten sind sich dessen bewusst, dass das Weibliche in uns das Potenzial unseres Unterbewusstseins ist, also das dunkle, das wir zu integrieren haben. Erst wenn wir beide Polaritäten, das Helle und das dunkle, in unser Wachstum einbeziehen, können wir zu einer Ganzheitlichkeit kommen.

Wir erleben diese Auseinandersetzung mit den Polaritäten in einem Rhythmus, der zwischen dem spirituellen Unterbewusstsein und dem Unterbewusstsein hin- und herwechselt. Es gibt Zeiten, da erfahren wir einen spirituellen Höhepunkt und dann ganz plötzlich erleben wir eine Talfahrt. Alle schönen spirituellen Schwingungen und Informationen verschwinden, und wir tauchen ein in die „dunkle Nacht der Seele“. Sind wir dann nicht bereit, da hinabzutauchen und versuchen uns krampfhaft an dem vorhergehenden spirituellen Höhepunkt festzuhalten, dann bekommen wir Probleme.

Je mehr wir durch Wachstum unseren Lichtkegel ausdehnen, umso mehr können wir in unser Bewusstsein mit einbeziehen. Wir erleben eine Potenzierung der Erfahrungen. Das bedeutet, wir werden immer schneller und immer mehr Erfahrungen machen können, so dass wir letztendlich dahin kommen, unser gesamtes Bewusstseinsfeld wahrzunehmen, um letztendlich zu einer Bewusstheit zu gelangen, die die Informationen dieses Feldes im Einklang mit ihrer Quelle (Hohes Selbst) umsetzen kann.

Der Samen innerhalb des Eies, das vom Hohen Selbst abgetrennte Ich, erfährt ein Aufblühen. Dieses Aufblühen bedeutet wirkliche Individualität.

Mit Individualität ist hier ein autarkes Wesen gemeint, das sich nicht mehr mit den Emotionen, Gedankenstrukturen und Rollen, die es spielt, identifiziert, sondern im Beobachter erwacht ist, das die Möglichkeiten hat, alle Informationen zu nutzen, spielerisch mit ihnen umzugehen und das sich seiner Verantwortung als ausführendes Organ für das Hohe Selbst hier auf Erden bewusst ist.

Eine Individualität identifiziert sich nicht mehr mit Prägungen und Vorstellungen, kann aber innerhalb dieser existieren, ohne jedoch von ihnen manipuliert zu werden. Im Tarot finden wir dies wieder im Archetypus des Narren.

Die Wachstumsspirale macht nicht an den Grenzen unseres Bewusstseinsfeldes Halt, sondern sie wird sich irgendwann einmal über unser individuelles Bewusstseinsfeld hinaus ausdehnen und in Kontakt kommen mit dem kollektiven Bewusstseinsfeld.

Das kollektive Bewusstseinsfeld ist nichts anderes als ein Bewusstseins-Ei in größerem Maßstab, es umfasst nicht nur die Menschheit, sondern den gesamten Planeten. Es ist das Bewusstsein unsere Erde. Jedes einzelne menschliche Bewusstseinsfeld ist Teil oder Information davon. Wir können dies erfahren, indem wir plötzlich ein anderes Gefühl für die Erde bekommen und wir uns mehr als Teil der Menschheit sehen und nicht nur der einer Familie oder Nation. Wir beginnen uns bewusst zu machen, dass wir nicht nur für uns selbst leben, sondern Verantwortung gegenüber der gesamten Menschheit und der Erde zu haben.

Auf dieser Ebene des Wachstums werden wir mit dem kollektiven verdrängten Potenzial konfrontiert, zum Beispiel dem kollektiven Hass einer Nation (siehe Jugoslawien) oder den kollektiven Schuldgefühlen (siehe Deutschland). Außerdem kommen wir in Kontakt mit einem kollektiven Wissen, das in der sogenannten „Akasha-Chronik“ gespeichert ist.

Wir wollen es Ihrer Fantasie, liebe LeserInnen, überlassen, sich selbst auszumalen, welche Auswirkungen es hat, wenn diese Wachstumsspirale sich über das kollektive Bewusstsein hinaus ausdehnt und Zugang zum solaren Bewusstseins-Ei gewinnt, das nicht nur einen Planeten umfasst, sondern unser gesamtes Sonnensystem. Vielleicht erfahren wir dann galaktisches Bewusstsein und erleben, dass wir ein Teil des Universums sind, ein Kosmopolit. In anderen Worten: Menschen, Planeten und Sonnensysteme sind globale Wesenheiten, deren Bewusstseinsfelder sich gegenseitig durchdringen und die immer mehr zu einer Einheit zusammenwachsen. Ein Kosmopolit zu sein, bedeutet sich innerhalb all dieser Bewusstseinsfelder frei bewegen zu können.

Doch lassen Sie uns jetzt wieder zurück auf die Erde kommen.