

Über Bewusst Sein

1. Einleitung

Jean Gebser beleuchtet in seinem Hauptwerk „Ursprung und Gegenwart“ die verschiedenen Aspekte der menschlichen Bewusstseinsentwicklung. Er unterscheidet und beschreibt die fünf wesentlichen Wirklichkeitsstufen: Archaisches, magisches, mythisches, mentales und integrales Bewusstsein.¹

Bei vielen Diskussionen musste ich feststellen, dass praktisch Jedermann und Jedefrau den Begriff „Bewusstsein“ in sehr unterschiedlicher Weise anwenden. Vom einfachen Shakespeare'schen Sein oder Nichtsein, das auch nicht einfach zu interpretieren ist, bis hin zu den hochkomplexen Aktivitätsmustern des menschlichen Gehirns, die dank modernen Methoden sichtbar gemacht werden können, hat sich ein weites Feld für Interpretationen und Spekulationen geöffnet.

Häufig wird „Bewusstsein“ fast Synonym zu Verstand oder dem englischen „mind“ verwendet. „Mind“ müsste etwa mit „Denkapparat“, als für Intelligenz, Denken, Erinnerung, Ego etc. zuständiges Organ bezeichnet werden. Auch cogito ergo sum, ich denke also bin ich, beleuchtet nur einen Teilaspekt des menschlichen Bewusstseins. Erfahrungsgemäss beurteilt jeder Mensch

Bewusstsein“ so, wie er sein eigenes Bewusstsein wahrnimmt. Wie könnte er auch anders? „Abbildung 1 zeigt ein Mindmapping, das die wichtigsten Aspekte des Begriffs „Bewusstsein“ aufzeigt.

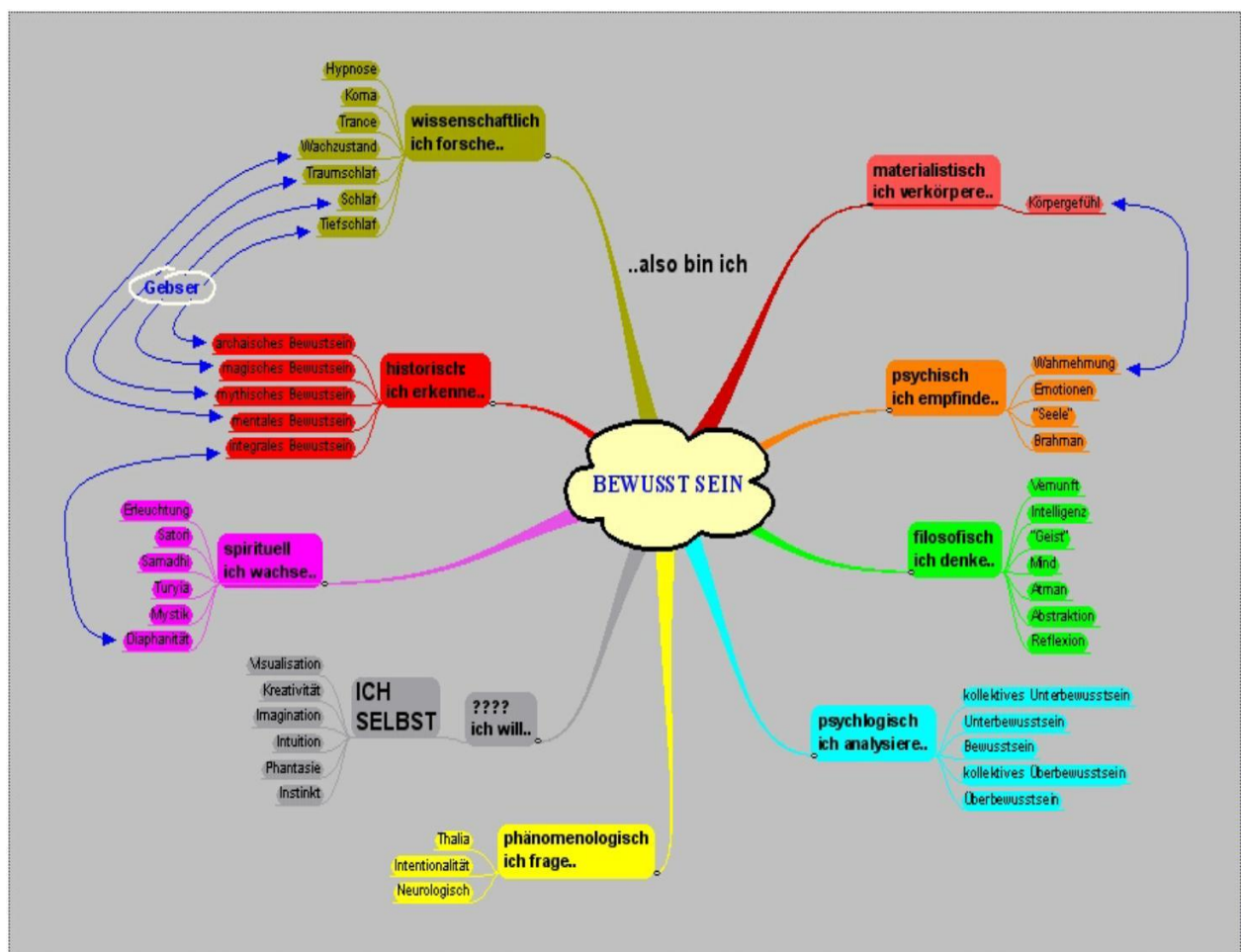


Abbildung 1: Bewusstseinsbegriffe

¹ Gebser, Jean: Ursprung und Gegenwart Novalis Schaffhausen, 1999

2. Bewusstseinsprofil

Im Bewusstseinsprofil versuche ich Aspekte, welche im Allgemeinen als Teil des Bewusstseins akzeptiert werden, sinnvoll zu gliedern und graphisch darzustellen. In der mir am geeignetsten scheinenden Form können auf sechs Hauptachsen die wichtigsten Bewusstseinsaspekte halbquantitativ aufgetragen werden. (vgl. Abb.2) Der Einfachheit werden den Achsen Oberbegriffe zugeordnet, die Erläuterungen notwendig erscheinen lassen aber durchaus auch für sich selbst sprechen. (vgl. Abb.3)

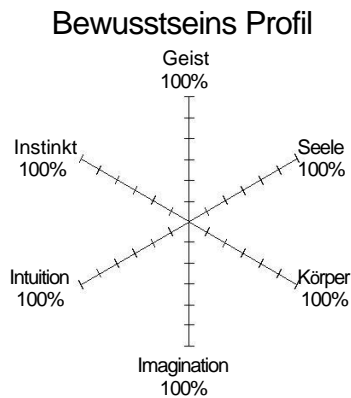


Abbildung 2: Bewusstseinsprofil

Bewusstseinsbegriffe

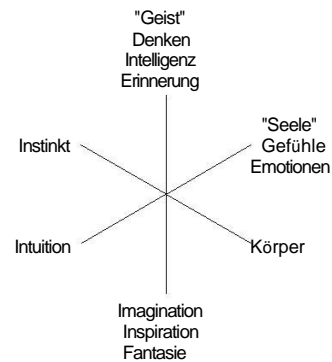


Abbildung 3: Begriffe

Im Bewusstseinsprofil werden auf den sechs Achsen, die verschiedenen Aspekte halbquantitativ und relativ zum maximal angenommenen Potential aufgetragen.

3. Bewusstseinsstrukturen

Gebser führt in einer Vielzahl von Tabellen die Eigenschaften seiner fünf Bewusstseinsstufen auf. In der frühesten, archaischen und in der höchsten integralen lebt der Mensch in der Einheit, Körper, Geist und Seele sind ganz und heil. Die anderen Bewusstseinszustände sind gekennzeichnet durch die Dualität, welche für das magische, mythische und mentale Bewusstsein in diesen Profilen gut in Erscheinung tritt (vgl. Abb. 4)

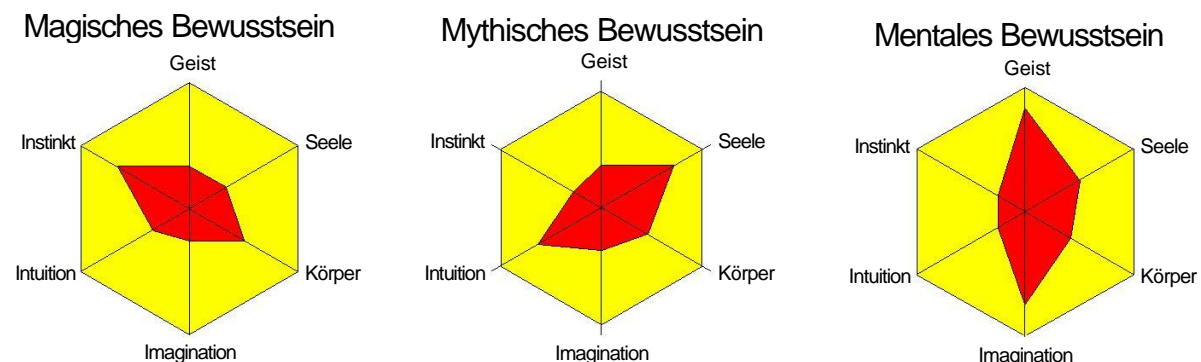


Abbildung 4: Bewusstseinsstrukturen nach Gebser

Das archaische Bewusstsein liegt weit in der menschlichen Geschichte zurück. Es muss sich um den gleichen Zustand handeln, in dem die Menschen gemäss Bibel noch im Paradies lebten und nach Lao Tsu das DAO auf Erden präsent war (Abb. 5, links). Das integrale Bewusstsein beschreibt offensichtlich den Zustand, den die Weisen und Mystiker mit Erleuchtung, Christusbe-

wusstsein oder ewiges Reich Gottes, Satori und Samadhi, Moksha, Turiya, Nirvana u.a.m. bezeichnet haben (vgl. Abb. 5, rechts).

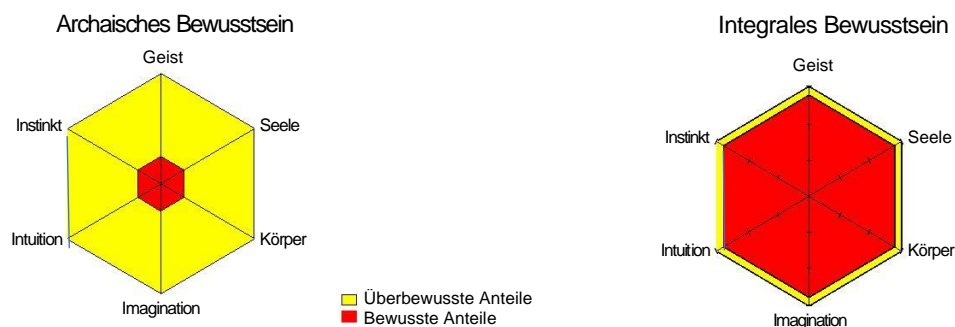


Abbildung 5: Frühestes und höchstes menschliches Bewusstsein

4. Individuelles Bewusstsein

Die beschriebenen Bewusstseinsprofile können in Eigen- oder Fremdbeurteilung auch Aufschluss über die individuelle Bewusstseinentwicklung geben. Dazu wird auf den sechs Achsen der Stand der jeweiligen Bewusstseinsaspekte im Verhältnis zwischen aktuellem und maximalem Bewusstseinspotential aufgetragen (rot in Abb. 6).

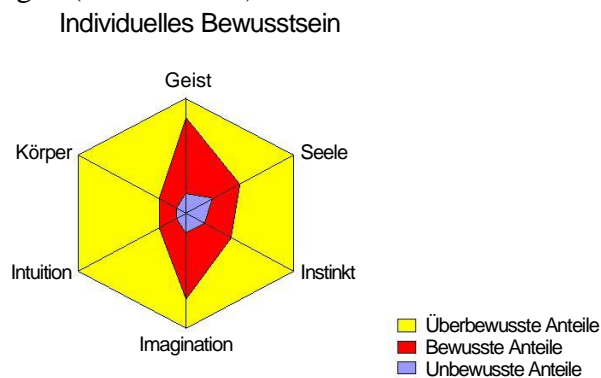


Abb. 6: Individualbewusstsein mit mentaler Ausprägung

Die gelb eingefärbte Fläche gibt das maximale individuelle Bewusstsein wieder. Dieses Entwicklungspotential ist von Individuum zu Individuum unterschiedlich. Mit etwas Selbsterfahrung und entsprechender Ehrlichkeit kann auch die Darstellung der jeweiligen Un- oder Unterbewusstseinsbereiche (blau-grau) gewagt werden.

In Abb. 7 ist eine Bewusstseinsentwicklung dargestellt. Sie kann mit einer spirituellen Suche einhergehen und bedeutet in der Grafik eine Ausdehnung des roten Bereiches nach aussen und innen:

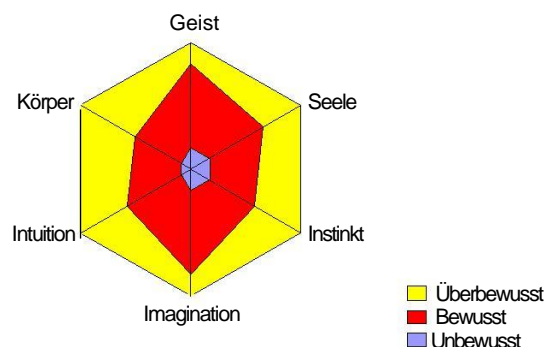


Abb. 7: Erweitertes Bewusstsein

Das Bewusstseinsprofil gibt einen bestimmten Zustand in der Entwicklung des individuellen Bewusstseins wieder und kann deshalb in einer therapeutischen und/oder spirituellen Standortbestimmung nützlich sein.

Die Bewusstseinsentwicklung über das Leben eines Individuums kann jedoch besser wie in Abb. 8 dargestellt werden:

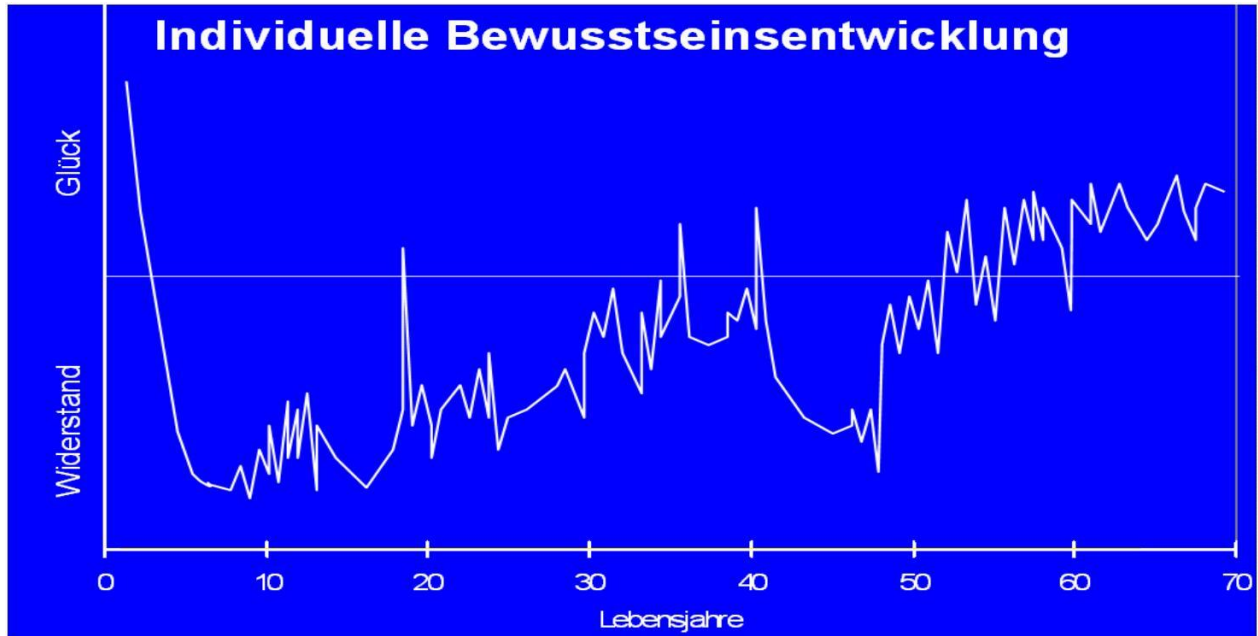
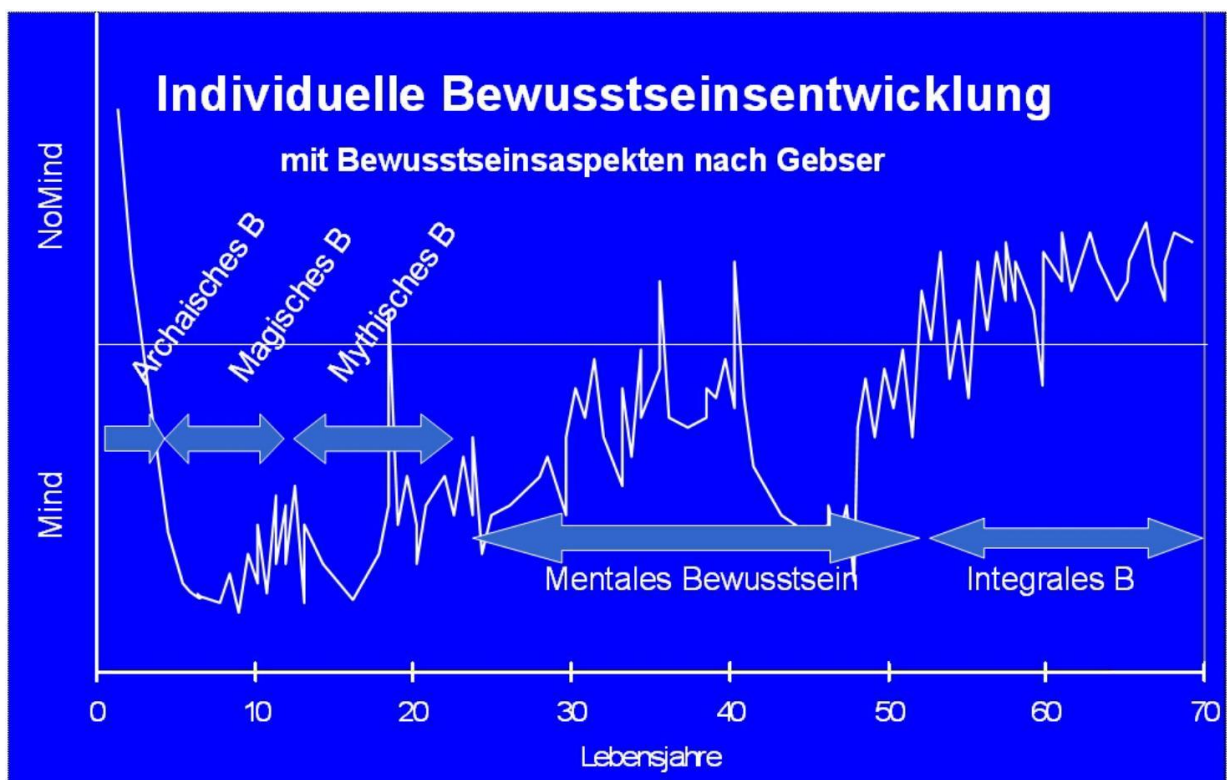


Abb. 8 Schematische menschliche Bewusstseinsentwicklung

Die Ordinate ist durch eine horizontale Linie unterteilt. Der untere Bereich hier etwas provokativ mit Widerstand bezeichnet, nimmt nach unten zu und könnte auch mit Identifikation, Mind, Wille u.a.m. bezeichnet werden. Der obere Bereich hiesse dann Freiheit, NoMind, integrales Bewusstsein, Nirvana etc.

Auch hier können zwanglos die fünf Entwicklungsstufen nach Gebser erkannt werden Abb. 9:



Die verschiedenen Lebensphasen sind durch unterschiedliche Bewusstseinsentwicklungen ausgezeichnet. Während die vom Verstand (mind) geprägten Bewusstseinsstrukturen in den heutigen Gesellschaften weit verbreitet sind, fehlt im Allgemeinen ein Zugang zum integralen Bewusstsein. Spirituelle Wege und religiöse Heilsversprechungen sollen dahin führen. Tun sie das wirklich? (vgl. Abb. 10)

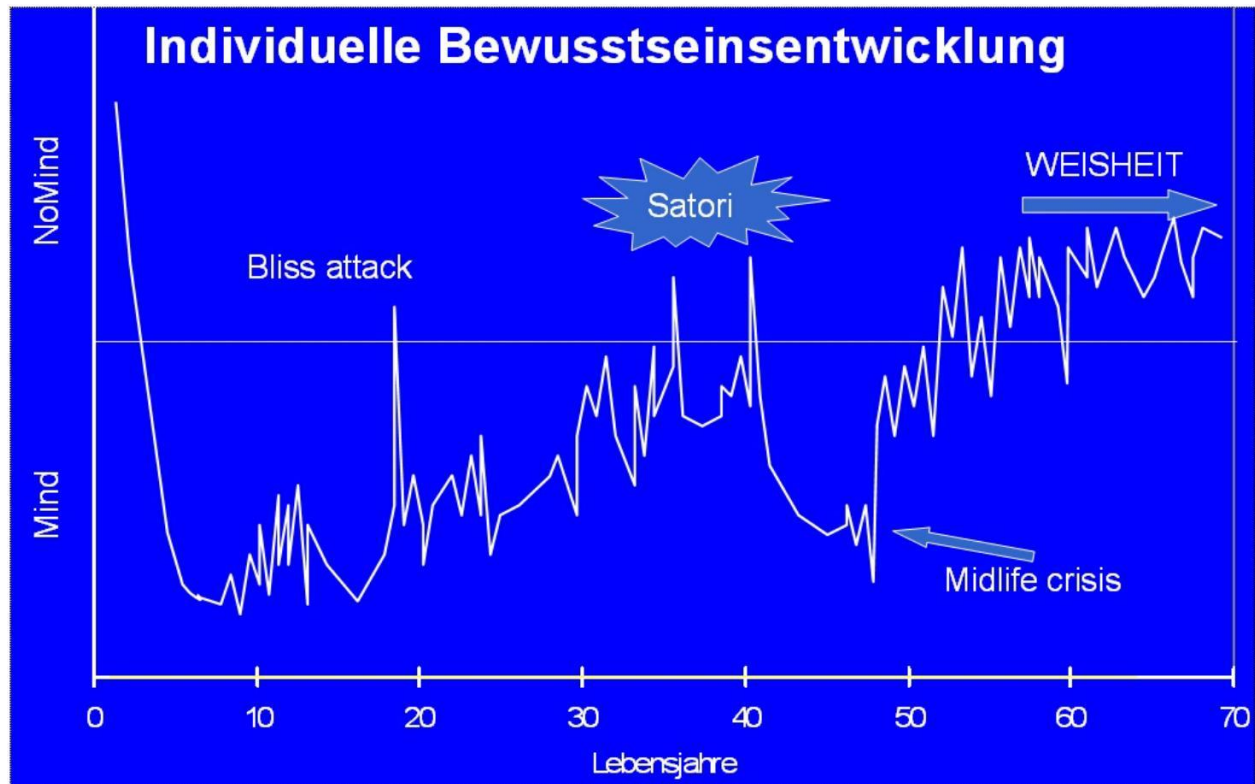


Abb. 10: Exemplarische menschliche Bewusstseinsentwicklung

Weisheit oder integrales Bewusstsein passiert im Zustand von NoMind, mehr oder weniger lang andauernde Satori, wie sie im Zen heißen, führen zu höchstem Glücksgefühl, zu mystischen Gotteserfahrung u.a.m. Sie sind immer verbunden mit einem völligen Verschwinden des stetigen Gedankenstroms, dem wir Menschen im normalen Alltag fast immer unterworfen sind.

Welche Methode wir verwenden, bewusst oder unbewusst, bleibt letztlich irrelevant: Meditation, die in diese Leere führt, Leistungssportler, die im Flow eintauchen, Hingabe, Gebet (auch Drogen: in vino veritas!) etc. Für viele Menschen sind dadurch kurzzeitige Flow-Erfahrungen Tatsache geworden!

Die Grenze zwischen Verstand und NichtVerstand müsste sich durch weiteres Wachstum allmählich auflösen, die Rückkehr ins Paradies wäre erreicht.....

Dem geneigten Beobachter kann nicht entgangen sein, dass die in spirituellen, religiösen und esoterischen Lehren angepriesenen Wege dahin, offensichtlich nicht (oder nicht effizient) zu diesem für die ganze Menschheit überlebenswichtigen Bewusstseinszustand führen.

Ist es tröstlich zu wissen, dass zwar Wege existieren, jedoch zu wenig bekannt sind und kaum genutzt werden?

Einige der Hilfreichsten für den Dokumentverfasser:

Krishnamurti, Jiddu: Einbruch in die Freiheit Lotos Random House München 2005

Adyashanti: Sein O. W. Barth München, 2014

Thích, Nhất Hạnh: Das Wunder der Achtsamkeit Theseus Zürich, 1992

Osho: The Book of Secrets St. Martin's Griffin New York, 1998

Van Grippe, Léonard: Mystik im Alltag, BoD – Books on Demand, Norderstedt, 2022