



Sylvester Walch

Tiefungsebenen des Bewusstseins

Die vertikale Transzendenz führt in die "Reiche des Überbewussten" (Wilber, 1999). Nach Scharfettors (1994) Topologie ist das "Überbewusstsein" mit einem "anderen Ufer" zu vergleichen. Wer bereit ist, sich dorthin "aufzumachen", kann Befreiung, Geborgensein, Freude und Erleuchtung erlangen. Im Unterschied zu veränderten Bewusstseinszuständen ist dort der Wachbewusstseinszustand nicht nur voll erhalten, sondern hinsichtlich Aufmerksamkeit, Klarheit, Helligkeit, Wachheit, Konzentration, Zentrierung und Körperhaltung sogar gesteigert, denn: *"Das Wünschenswerte ist nicht ein Austritt aus dem Tageswachbewusstsein in das Überbewusstsein, sondern die allmähliche Ausdehnung des Bewusstseins mit der Integration immer weiterer Bewusstseinsbereiche."* (ebenda, S.39)

Der spirituelle Pfad bereitet das Bewusstsein durch Schulung auf dieses schrittweise Hinabgleiten in tiefere Seinsbezirke vor. Dabei gibt es qualitativ unterscheidbare Stufen, wobei diese nicht statisch oder abgeschlossen zu sehen sind, sondern mit fließenden Übergängen: *"Wir erkennen sie nur, wenn wir uns von unserem unreflektierten Erleben distanzieren, unsere Erlebnisse mit anderen vergleichen und erkennen, ob irgendwelche übereinstimmende Muster vorhanden sind. Wenn diese übereinstimmenden Muster mit zahllosen unterschiedlichen Begebenheiten verglichen werden, dann dürfen wir die berechnete Vermutung hegen, dass es sich um Stufen handelt. In allen Fällen jedoch sind diese Stufen das Ergebnis direkter Nachforschungen und Untersuchungen, kein abstraktes Philosophieren. Und was das spirituelle Erleben betrifft, kamen alle von mir zitierten großen mystisch Traditionen zum Ergebnis, dass einige sehr wichtige spirituelle Fähigkeiten einem Stufenmodell folgen, nicht aber einem strikt vorgegebenen Muster, sondern dass es sich als Wellen aus immer feineren und feineren Erfahrungen ausbreitet. Wenn man die Erfahrungen einer großen Anzahl von Menschen vergleicht, treten gewisse Übereinstimmungen bezüglich der Entwicklung auf. Anders gesagt, wir haben mit verschiedenen Stufen zu tun."* (Wilber, 2000, S. 44)

Daniel P. Brown hat eine umfangreiche Untersuchung vorgelegt, in der er den Mahayana Buddhismus, den Theravada Buddhismus und die Yoga Sutren des Hindu Yoga verglich und zu folgendem Ergebnis kam: *"Die Abfolge der Stadien dürfte universal sein, trotz der sehr unterschiedlichen Arten, wie sie innerhalb der verschiedenen Traditionen begrifflich gefasst und beschrieben werden. Wir nehmen an, dass diese Abfolge den natürlichen Entwicklungsprozess repräsentiert, der jedem Menschen zugänglich ist, der Meditation praktiziert."* (Brown, 1988, S. 232)

Von der Vorbereitung bis zum Erreichen eines dauerhaften Zustandes im Tiefenbewusstsein arbeitete er 3 Hauptstadien, die vorbereitenden Übungen, die Konzentrationsmeditation und die Einsichtsmeditation, heraus, die er später in insgesamt 18 Stufen differenzierte.

Andere Autoren beschreiben, leicht variierend, vier vertikal-transzendente Entwicklungsstufen des Bewusstseins: die meditative (psychische), die subtile, die kausale und die nichtduale.

Da die Tiefungsebenen ausschließlich direkt erfahrbar sind und die Sprache die Inhalte nicht zuverlässig fassen kann, wird hier ein gradueller Dreischritt vorgeschlagen: Der erste Grad der Transzendenz ist die Ebene des "Zeugenbewusstseins", der zweite Grad, das "kosmische Bewusstsein" und der dritte Grad das "Einheitsbewusstsein".

Die spirituelle Entwicklung baut zwar auf der personal-existenziellen auf, jedoch ist in den meisten Fällen die Persönlichkeitsentwicklung noch nicht abgeschlossen: *"Menschen, in denen der kosmische Sinn erwacht, sind deshalb nicht mit einem Schlag allwissend oder unfehlbar geworden. Die Größten unter ihnen sind zunächst, obwohl auf höherer Ebene, trotzdem etwa in der gleichen Lage wie Kinder, die sich soeben ihres Ichs bewusst geworden sind. Sie haben eine neue Bewusstseinsstufe erreicht, die zu erforschen oder zu meistern sie jedoch weder Zeit noch Gelegenheit hatten. Auch auf höherer Ebene kann man klug oder töricht sein. Und ebenso wie ein Mensch, der sich noch in der Sphäre des Ichbewusstseins bewegt, moralisch weit unter sein Niveau gehen kann, so wird sich auch der neue, kosmische Mensch in gewissen Situationen von den noch ichbeherrschten Menschen seiner Umgebung kaum unterscheiden."* (Bucke, 1988, S.37)

Auch der spirituelle Fortschritt ist erfahrungsgemäß nicht stabil, sondern kann leicht wieder auf einen niedrigeren Grad zurückfallen. Die höheren Grade implizieren die niederen Grade, sie sind zueinander offen und überschneiden sich. Das Überbewusstsein ist somit ein Stand der Entwicklung und kein fester Besitz, über den man jederzeit verfügen kann. Diese graduellen Erfahrungsqualitäten können in einem allmählichen und langdauernden spirituellen Pfad erreicht werden. Allerdings wird auch immer wieder von der Möglichkeit berichtet, dass es zu spontanen Durchbrüchen kommen kann. Sie können erfahrungsgemäß die Ebene aber nur halten, wenn kontinuierliche Übungen diesen Zustand festigen.

Das Zeugenbewusstsein

Für Wilber ist es die erste transpersonale Stufe, die er die "psychische" nennt und in Gottwalds Bewusstseinsstufenentwicklungskonzept ist es der "Zustand des transzendentalen reinen Bewusstseins" oder der "Meditationszustand". Das Bewusstsein löst sich allmählich von der ausschließlichen Identifikation mit dem individuellen Ich und mit seinen Objekten. Man lernt die Ereignisse im Bewusstseinsstrom zu beobachten, sie zu registrieren und sie in ihrem Kontext durch das Auflösen von rigiden Bewertungen zu verändern. Alles, was auftaucht ist in Ordnung. Durch die Lockerung der Identifikationen entsteht ein Freiraum, in dem sich das Höhere Selbst als neues tieferliegendes Zentrum meldet. In der Meditation werden die Bewusstheit, die Gelassenheit und das Loslassen geübt. Die auftauchenden Bilder, Vorstellungen und Empfindungen werden wahrgenommen und wieder in den Bewusstseinsstrom zurückgelassen. Unterstützt wird dieser Vorgang durch die Beruhigung des Atems, den allmählichen Abbau des aktiven Denkens und die Schulung der Körperbewusstheit. Dann wird das Ego brüchig und durch die Risse hindurch *"...erkennen wir die tiefe Verbundenheit von uns allen, eine Erkenntnis, aus der spontane Wärme und Mitempfinden aufsteigen"* (Kornfield, 1985, S. 176)

Daneben erkennt man die Vergänglichkeit der vordergründigen, äußerlichen und oberflächlichen Bezugspunkte, auf die die Identität aufgebaut ist. Die Selbstwertfindung über Ansehen, Geld, Bildung, Attraktivität und Besitz loszulassen, bedeutet auch Abschied nehmen von vertrauten, verlässlichen und sozial anerkannten Rollenfixierungen:

"»Mujo kan«, die existentielle Empfindung der Vergänglichkeit, kann so verstanden werden, dass die prinzipielle Gefährdung und Brüchigkeit der bisherigen Identität ins Bewusstsein dämmert. Sie ist gleichsam auf Sand gebaut, denn die Objekte der Identifikation sind alle von mujo, von Unbeständigkeit und Vergänglichkeit geprägt." (Frambach, 1993, S. 150). Erkennt man das, fallen die "vordergründigen Identitätsobjekte" weg und es wird die Sehnsucht nach einem tieferen Grund der Identität verstärkt. Die Meditation ist das Fahrzeug dorthin.

Die Meditation kann durch die Konzentration auf ein Objekt oder ein Mantra ("Konzentration mit Stütze") unterstützt werden, um sich nicht in den vielfältigen Fluktuationen des Geistes zu verlieren. Jeder Meditierende wird mit der Macht der Gedankenwellen konfrontiert, denn je mehr die Stille und die Leere erreicht werden soll, um so lauter und eindringlicher werden die Vorstellungsinhalte. In der Zen – Meditation zum Beispiel gibt es die Anweisung "Kehre einfach zu Deinem Atem zurück". Die gedankliche und mentale Aktivität verringert sich, es kehrt ein Gefühl der inneren Ruhe ein. Alles, was passiert, darf so sein wie es ist. Es ist auch nicht tragisch, wenn starke innere Hektik aufkommt. Der tibetische Buddhismus empfiehlt dann einfach die Dinge zu benennen und wieder loszulassen. In den yogischen Traditionen wird ein Mantra gegeben: Om Namah Shivaya, das Königsmantra des Siddha Yoga, das soviel besagt wie: Ich ehre (verneige mich vor...) mein inneres Selbst. Regelmäßige Wiederholung des Mantras zentriert den Geist. Es "... kann jedes Objekt des Gewahrseins benutzt werden, solange es greifbar ist und klar definierte Eigenschaften besitzt, die die Konzentration stützen können." (Brown, 1988, S. 244) Inmitten der vielschichtigen Vorstellungen (im wahrsten Sinne des Wortes) und Gedanken wird dann ein Zentrum, eine Mitte spürbar, die über die gewöhnliche Innenempfindung hinausgeht. Ein Selbst, in dessen Verankerung man sich mehr und mehr erlebt. Man ruht in sich selbst und erfährt das Bewusstsein aus sich selbst heraus. Der Atem wird ruhiger und fließender, die Bewegungen nehmen ab und wir können tiefer in die Versenkung gehen.

Das Zeugenbewusstsein vergegenwärtigt die Geschehnisse, nimmt die impliziten Botschaften auf und lässt sie wieder los.

Dieses Zeugenbewusstsein kann dann auch allmählich im Alltag aufgerufen werden. Man lernt dabei, widrige Ereignisse, Wünsche, Anhaftungen und Hindernisse nicht mehr als Gegenspieler des inneren Prozesses zu sehen, sondern sie werden als Aufgaben und Lernschritte begrüßt, nach dem Motto: Alles ist zum Besten! Keshab (In: Haich, 1958, S.41) lebt diese Einstellung: *"Ich bin ein geborener Schüler. Alles, was existiert, ist mein Meister. Ich lerne von allem."*

Das soll nicht bedeuten, dass die aktive Auseinandersetzung mit einem Problem vernachlässigt wird. Taucht zum Beispiel ein Konflikt in der Partnerschaft auf, dann können wir dies auf zwei Ebenen betrachten. Die Interaktionsebene, in der wir authentisch in die Auseinandersetzung gehen und mit den Gefühlen, so wie sie im Augenblick sind, nicht hinter dem Berg halten. In einem nächsten Schritt entidentifizieren wir uns mit dem Problem, rufen unseren inneren Zeugen auf und fragen: Was zeigt sich darin, was möchte mir das Problem sagen? Danach ist das Problem selbst nicht mehr starr und vielleicht auch nicht mehr so wichtig, sondern im Vordergrund steht die Aufgabe, die uns darin gestellt wird. Die Trennung zwischen Subjekt und Objekt und zwischen zwei Subjekten ist nicht mehr so absolut, denn beides sind Komponenten eines Prozesses. Wir können dies auch erleben, wenn wir in intensiver Weise der Schönheit der Natur begegnen. Wir schwimmen ins Meer hinaus und fühlen uns plötzlich eins mit der Tiefe, mit der Kraft und mit der Stille des Meeres. Die Versunkenheit in ein Gebet, die Öffnung für tiefes Mitgefühl, die volle Konzentration auf eine

Tätigkeit und intuitives Spüren werden allmählich intensiver, begleitet von einem Gefühl, dass ein umfassendes Kraftfeld den eigenen Lebensprozess weiterträgt.

Das Zeugenbewusstsein kann auch starke und zum Teil destruktive Gefühle transformieren. Wenn zum Beispiel aufwallende Leidenschaft erlebt wird, kann dies zu Hingabe werden, oder wenn man bebenden Zorn erlebt, kann dies zu Klarheit führen. Wichtig ist, dass wir diese Gefühle nicht verdrängen, sondern registrieren und dann im Zeugenbewusstsein betrachten und reflektieren lassen. Das nimmt dem Leben die Starrheit, die Humorlosigkeit und die übertriebene Ernsthaftigkeit. Im Zeugenbewusstsein findet ein kontinuierliches Wechselspiel von Annehmen und Loslassen statt. Der Spielraum für das Wesentliche im Leben wird größer.

Vermehrt werden auch kollektive Archetypen, Bilder und Symbole ins Bewusstsein kommen. Sie bergen kollektive Transformationskräfte. Im achtsamen Aufnehmen können daraus neue Handlungs- und Wahrnehmungsmuster erschlossen und die freiwerdende Seinsenergie bezogen werden.

Die Befreiung von vordergründigen Identitätsfixierungen führt zu einer Identitätsdifferenzierung: *"Wir differenzieren uns von der bisher fixierten Form der Vordergrund-Identität, lösen uns und gewinnen Abstand und zugleich differenziert sich unsere Identität, es treten neue, bislang ausgeschlossene Existenz-Aspekte in unser Selbst-Bewusstsein und fordern Auseinandersetzung und möglicherweise Integration."* (Frambach, 1993, S. 149)

In diesem Zustand erkennt der Mensch zum ersten Mal vage die Wirklichkeit des Geistes und ihm wird klar, dass in ihm etwas ist, was über ihn hinausgeht, eine Tiefe der Identität, die es auch ermöglicht, das individuelle Ich-Sein zu transzendieren und damit die eigenen Probleme, Neurosen und das persönliche Schicksal zu relativieren.

Das ist sehr heilsam, kann aber nur dann wirklich gelingen, wenn wir sie vorher therapeutisch bearbeitet und Frieden geschlossen haben. Das Zeugenbewusstsein baut auf einem gesunden Boden der personalen Entwicklung auf:

"Wie wir schon sagten, werden sie manchmal als überindividueller Zuschauer oder Zeuge erfahren - als das, was den Strom dessen, was ist, einfach beobachtet, ohne einzugreifen, ohne es zu kommentieren oder zu manipulieren. Und das gilt für alles innere Geschehen ebenso wie für alles äußere, denn der Zeuge ist mit keinem dieser beiden Ströme ausschließlich identifiziert. Wenn, anders gesagt, das Individuum erkennt, dass sein Geist und sein Körper objektiv wahrgenommen werden können, so erkennt es gleichzeitig, dass sie kein Ich-Subjekt bilden können. Erinnern wir noch einmal an Huang-pos Feststellung, dass das Wahrgenommene nicht wahrnehmen kann. Um dieses Zeuge sein geht es in der buddhistischen Praxis («Achtsamkeit»), in der Psychosynthese («Desidentifikation und das transpersonale Selbst») und im Jn^a na Yoga («neti, neti»). Es scheint auch verwandt zu sein mit der von Maslow so genannten «Plateau-Erfahrung», die nach seinen Worten «ein Bezeugen der Wirklichkeit ist. Sie ist ein Sehen des Symbolischen oder Mythischen, des Poetischen, des Transzendenten, des Wunderbaren . . . Sie ist das Transzendieren von Raum und Zeit, das etwas ganz Normales wird, so könnte man sagen.» Gerade durch diese Arten der Erfahrung wird man eingeführt in die Welt der Metamotivationen, B-Werte («B» von engl. being), transzendenten Werte, in die Welt des mythologischen und überindividuellen Gewahrseins - kurz, in die spirituelle Dimension der Transpersonalen Bänder. (Wilber, 1987, S.283f)

In diesem ersten Transzendenzgrad des Bewusstseins sind zwar die Pole Subjekt-Objekt schon offener und lockerer, allerdings sind sie nach wie vor feste Größen im Erkenntnisvollzug. Sie spiegeln sich als flexible Glieder eines Prozesses im Zeugenbewusstsein.

Kosmisches Bewusstseins (subtil und kausal)

Der Durchbruch zum kosmischen Bewusstsein kann sich allmählich vollziehen oder plötzlich ereignen. Es ist die Ebene, in der mystische Erlebnisse stattfinden, die feinstoffliche Welt mit ihren subtilen Schwingungen (subtiles Bewusstsein) aufleuchtet und der Ursprung der Erscheinungen und Ausformungen des Universums transparent wird, sodass die Schöpfung selbst, jenseits der Zeit- und Raumachse, in ihrer Potentialität von Entstehen und Vergehen (kausales Bewusstsein) geschaut werden kann.

Mit subtil werden Prozesse bezeichnet, die einfach feiner und subtiler sind als das grobe gewöhnliche Wachbewusstsein. Sie finden immer statt, doch nun hat der Schüler durch die Vertiefung seines spirituellen Weges dazu Zugang und kann sie bewusst erleben und handhaben:

Hierzu zählen innere Licht- und Klangerfahrungen, archetypische Formen und Muster, außerordentlich subtile Seligkeitsströmungen und Kognitionen (Shabd, N^a da), erweiterte affektive Zustände der Liebe und des Mitleids sowie subtilere pathologische Zustände, die man nur als kosmischen Schrecken, kosmisches Böses oder kosmisches Grauen bezeichnen kann. (Wilber, S. 273)

Das Bewusstsein bricht vollends auf und ist nun in der Lage, die feinstofflichen Energien in den Lebensvollzug einzubauen. Die sinnliche Wahrnehmung wird durch parapsychische Vorgänge erweitert. Spontan treten Hellsehen, Präkognition, Telepathie und Psychokinese auf. Die verschiedenen Ebenen der Realität, die grobstoffliche und die feinstoffliche können geschaut werden. Das führt zu sonderbaren Wahrnehmungen. Die atmosphärische Hülle von Gegenständen und Personen kann gesehen werden, auch Schicksalsentwicklungen, Charakterzüge und Eigenschaften einer anderen Person schließen sich auf.

Wenn wir im Normalbewusstseinszustand das Explizite, die feste Form und Beschaffenheit vor uns haben, so geht nun unser Erfassen tiefer, in das Implizite, die Welt der Schwingungen, Atmosphären und Energien. Nicht, dass das Andere verschwindet, sondern in ihm und um es herum tut sich diese andere Ebene der Wirklichkeit auf, sodass ein Hin- und Herpendeln, wie von einem Aggregatzustand zum anderen, möglich wird.

Nach Bucke weist das kosmische Bewusstsein folgende Merkmale auf: Erfahrung des inneren Lichtes, euphorischen Überschwang der Gefühle, Erleuchtung und Erkenntnis, Innewerden der eigenen Unsterblichkeit, Schwinden der Todesfurcht, Aufhebung der Sündenlast, Bereicherung der Persönlichkeit durch Anmut und Harmonie und physiognomische Verklärung.

Im inneren Licht offenbart sich das transpersonale Selbst. Es kann sich in unterschiedlichen Formen, Farben und Tönen zeigen und kann gleichzeitig frei davon sein. Muktananda (1986, S. 170) überbringt in seiner Autobiographie "Spiel des Bewusstsein" authentisch die

Erfahrung des inneren Lichts, das sich zur "Blauen Perle", dem Symbol des Höheren Selbst im Siddha Yoga, steigert und verdichtet:

"Ich sah die dochtlose Flamme stets vor mir und war ständig von Seligkeit erfüllt... Ich sah weiterhin die göttliche Flamme, und als ich mich in sie vertiefte, erschienen andere Formen in ihr, jede Form im Inneren der vorhergehenden: zuerst die rote Aura, dann die weiße Flamme, dann das schwarze Licht und schließlich die Blaue Perle. Als ich durch all diese verschiedenen Stufen ging und weiter fortschritt, steigerten sich meine Freude und Ekstase immer mehr. Ich war dabei, eine neue Art von Seligkeit zu erleben. Ich hatte häufig Visionen, die völlig echt waren. Als ich die Blaue Perle sah, änderten sich der Zustand meines Körpers und Geistes und mein Verständnis allmählich. Ich hatte immer größere Freude an mir und war voll reiner und edler Gefühle."

Die Form änderte sich dann: *"Manchmal fühlte ich eine neue Bewegung im Herzen, wo eine eiförmige Strahlenkugel sichtbar wurde. Das ist die Vision des strahlenden daumengroßen Wesens, das in der Shvetashvatara Upanishad wie folgt beschrieben wird: angustham^a trah puruso'ntar^a tm^a sada jan^a n^a m hrdaye sannivistah. Die innere Seele wohnt immer als daumengroßes Wesen im Herzen aller Menschen."* (ebenda, S. 177)

Das unvergängliche Licht des Selbst, das im Innersten jedes Menschen leuchtet, erscheint in vielfältiger Ausprägung; wir erleben es plötzlich nicht mehr nur als eigenen Kern, sondern auch in jedem Menschen, überall wo wir hinsehen. Alles wird in der Strahlkraft des göttlichen Funkens gewahr.

Die Öffnung der oberen feinstofflichen Zentren (Chakren) durch die aufsteigende spirituelle Energie (Kundalini) beschleunigt die Prozesse.

Die Lehre von den Chakren, die hauptsächlich in den yogischen Traditionen und im tibetischen Buddhismus entwickelt wurde, sieht in ihnen spirituelle Katalysatoren. Wenn sie ihre Bewusstseinspotentiale mit Hilfe der Kundalini aktivieren, korrespondieren sie mit bestimmten Bewusstseinssebenen. Hier sind es besonders das Herzchakra, das Kehlkopfchakra und das Brauenchakra (Chakra des dritten Auges). Das Herzchakra (Anahata) ist das Zentrum der Seele und der Ort der spirituell-universellen Liebe, die sich in der Herzensqualität und Hingabe zeigt. Ihr Verströmen öffnet die Herzen der anderen und wirkt tief heilsam. Chaudhuri (1978) schreibt über das Halschakra (Vishuddha): Es ist das Zentrum der reinen, klaren Bewusstheit, das der Kommunikation dient: *"Der Mensch, in dem dieses Bewusstseinspotential aktiviert worden ist, kann durch ein entsprechendes Wort oder Mantra Daseinsmacht vermitteln und anderen eine Quelle großer schöpferischer Inspirationen sein."* Dieses Chakra steht für die subtilen Bereiche des Seins und repräsentiert die Region der höheren Bewusstheit. Das Brauenchakra (Ajna) ist auch als Weisheitszentrum oder göttliches Herrschaftszentrum bekannt geworden. Kosmologisch symbolisiert es die synoptische Schau der Welt: *"Es ist erstens das Zentrum der spirituellen Erleuchtung, das die Machtbefugnis und Kraft seiner Selbstrealisierung in sich trägt. Zweitens erwirbt der Mensch mit dem Sich Öffnen dieses Zentrums Selbstbeherrschung, vollendete Kontrolle über die verschiedenen Antriebe, Impulse und Strebungen seiner Persönlichkeit. Drittens steht er hier unter dem bedingungslosen Gebot seines höheren Selbst, des reinen spirituellen Selbst."* Er besitzt nun die Fähigkeit des Sehens mit dem dritten Auge. Mit dem dritten Auge zu sehen, heißt die Wirklichkeit tiefendimensional wahrzunehmen und auf dieser Basis sich weiter zu verwirklichen. Das Aufbrechen außergewöhnlicher Sinnesfähigkeiten und intuitiver Kompetenzen ist ebenfalls auf dieser Stufe zu finden. Das Leben organisiert sich immer mehr um das spirituelle Gesetz.

Stace (1961) entwickelte einen Katalog, mit dem die universalen Phänomene der mystischen Erfahrung beschrieben werden können: Einheit, Transzendenz von Raum und Zeit, tief empfundene religiöse Stimmung, Gefühl der Heiligkeit, Objektivität und Realität, Unaussprechlichkeit, Flüchtigkeit und anhaltende positive Veränderung in Einstellung und Verhalten.

Die Begegnung mit den kosmischen und göttlichen Instanzen wird nah und authentisch vollzogen. Das Hervorgehen und wieder Eingehen von Phänomenen in die kosmischen Strukturen wird anschaulich nachvollziehbar, das heißt der Urgrund des Seins und der Schöpfung werden in seiner Wesensstruktur erkannt. Diese innere Schau geht hinter die Phänomene Leben und Tod zurück. Sie ist frei von den Beschränkungen von Raum, Zeit und diskreten Objekten:

"Dinge entstehen im Gewahrsein, bleiben eine Weile und verschwinden wieder, kommen und gehen. Sie entstehen im Raum und bewegen sich in der Zeit. Aber der reine Zeuge kommt und geht nicht. Er entsteht nicht im Raum und bewegt sich nicht in der Zeit. Er ist, wie er ist; er ist allgegenwärtig und unveränderlich. Er ist kein Objekt da draußen, weshalb er auch niemals in den Strom der Zeit, des Raums, von Geburt und Tod eintritt. All dies sind Erfahrungen, Objekte, die kommen und gehen. Aber das eigentliche Selbst kommt und geht nicht; es tritt nicht in diesen Strom ein. Man ist all dessen gewahr, weshalb man nicht darin verstrickt ist. Der Zeuge gewahrt den Raum, gewahrt die Zeit und ist deshalb frei von Raum, frei von Zeit. Er ist zeitlos und raumlos, die reinste Leere, in der Zeit und Raum ihren Auftritt haben. (Wilber, 1999, S. 287...)"

Dadurch entsteht eine Seinsgewissheit, Gelassenheit und innere Freiheit, wobei der Mensch selbst Mitspieler der kosmischen Energien wird. Die Handlungen sind spontan diesem Fließen eingepasst und sind selbstverständlich richtig. Während jeder Aktion besteht ein außergewöhnlicher Bezug zum transpersonalen Selbst, was eine geistige Klarheit und Helligkeit mit sich bringt, die es ermöglicht, sekundenschnell aus dem Schlaf herauszugehen und hellwach das Richtige zu tun (Yoga-Schlaf). Das Ich steht ganz im Dienste des höheren Selbst und ist durch Mitgefühl, Achtsamkeit und Konzentration ganz auf die evolutionäre Entwicklung ausgerichtet.

Die Repräsentation der archetypischen Welt wird im kosmischen Bewusstsein durchscheinender. Jetzt können diese kollektiven Strukturen, die uns normalerweise unbewusst beeinflussen, in ihrer Dynamik, Symbolik und Bedeutung bewusst erlebt und transformiert werden. Das Weibliche und das Männliche, der Schatten und die Welt der Dämonen werden als Abbilder von Projektionen und Wertvorstellungen in ihrem Ursprung erkannt und integriert.

An dieser Stelle ist es wichtig nochmals zu betonen, dass die kollektiven Archetypen von C.G. Jung vor allem die präpersonalen und personalen Entwicklungsprozesse widerspiegeln. Für die psychische Entwicklung ist es sehr wichtig, sie zu integrieren. Das Selbst als Archetypus von Jung transzendiert schon partiell die Person und begleitet in seinem kosmischen Aspekt die spirituelle Entwicklung. Die Archetypen der transpersonalen Ebene können als subtile Keim-Formen und potentielle Strukturen gesehen werden, von denen alle Manifestationen abhängen:

"Im Zustand eines tiefen kontemplativen Bewusstseins beginnt man zu verstehen, dass der ganze Kosmos direkt aus der Leerheit hervorgeht, aus der ursprünglichen Reinheit, aus dem Nirguna-Brahman, aus dem Dharmakaya, und dass die ersten Formen, die aus dieser

Leerheit hervorgehen, die Grundformen sind, die die Daseinsgrundlage aller geringeren Formen bilden... Diese Formen sind die wirklichen Archetypen - ein Begriff, der »ursprüngliches Muster« oder »Urform« bedeutet. Es gibt ein Licht, von dem alle geringeren Lichter nur ein blasser Abglanz sind, es gibt eine Seligkeit, von der alle geringeren Freuden nur ein blutleerer Abklatsch sind, es gibt ein Bewusstsein, von dem alle geringeren Kognitionen bloße Abpiegelungen sind, es gibt einen Urklang, von dem alle geringeren Klänge nur ein schwaches Echo sind. Dies sind die wirklichen Archetypen. (Wilber, 1999, S. 280)

Die dualistische Werteordnung fällt in sich zusammen und die verschiedenen Handlungsmuster werden in ihrer Gesamtbedeutung wohlwollend angenommen. Dies stellt besonders anschaulich Hermann Hesse im Siddharta dar: *"Die Welt, Freund Govinda, ist nicht unvollkommen, oder auf einem langsamen Wege zur Vollkommenheit begriffen: nein, sie ist in jedem Augenblick vollkommen, alle Sünde trägt schon die Gnade in sich, alle kleinen Kinder haben schon den Greis in sich, alle Säuglinge den Tod, alle Sterbenden das ewige Leben. Es ist keinem Menschen möglich, vom anderen zu sehen, wie weit er auf seinem Weg sei, im Räuber und Würfelspieler wartet Buddha, im Brahmanen wartet der Räuber. Es gibt in der tiefen Meditation die Möglichkeit, die Zeit aufzuheben, alles gewesene, und seiende und sein werdende Leben als gleichzeitig zu sehen, und da ist alles gut, alles ist vollkommen, alles ist Brahman. Darum scheint mir das, was ist, gut, es scheint mir Tod wie Leben, Sünde wie Heiligkeit, Klugheit wie Torheit, alles muss so sein, alles bedarf nur meiner Zustimmung, nur meiner Willigkeit, meines liebenden Einverständnisses, so ist es für mich gut, kann mir nie schaden." (Hermann Hesse, S. 263)*

In diesen Ebenen gibt es natürlich auch Gefahren und Hindernisse. Leicht können die aufbrechenden übernatürlichen Fähigkeiten für egoistische Zwecke ausgenutzt werden, oder die ablaufenden Phänomene wie ein spannender Film verarbeitet werden. Aus einem erhebenden Gefühl kann Arroganz und Großartigkeit erwachsen. Die Yogis sprechen von einer Verliebtheit in die siddhis (paranormale Kräfte) und die Zen - Buddhisten sehen darin den "Fallstrick der Selbst- und Phänomenverliebtheit", die den weiteren Weg stark behindern kann.

Dahinter steht nach Wilber (1987, S. 287) *"...die Machtgier des verunsicherten Ego, das stets bereitwillig nach allem greift, womit es seine Umwelt noch besser manipulieren kann."* Durch Demut und Bescheidenheit kann der Umgang mit den geschenkten Gaben verantwortungsvoll und loyal dem spirituellen Gesetz gegenüber werden.

Dies fällt natürlich besonders schwer, wenn sich in unsere Übungen Ehrgeiz mischt und wenn wir allzu sehr mit den übernatürlichen Kräften identifiziert sind. Die Yoga- Sutren nach Pantanjali stellen fest, *"... dass diese übernatürlichen Erscheinungen und Wunderkräfte nur in einem veräußerlichten Zustand sensationell für Errungenschaften gehalten werden, für das eigentliche Ziel, die gegenstandslose Versenkung jedoch, nichts als Hindernisse sind, denen man mit Gleichgültigkeit begegnen muss. Nur dann entsteht die völlige Unabhängigkeit oder Freiheit (YS 3.50)."*

Williges Jäger fügt dem hinzu: *"Die außergewöhnlichen Erlebnisse auf dieser Stufe loszulassen, sie förmlich "gleich-gültig" werden lassen, ist eine große Herausforderung, die nur jener bewältigen kann, der dafür reif ist. Und das ist die Vorbedingung für den nächsten Schritt: "Wer reifen will, darf nicht festhalten. Alles, was wir festhalten, wird zu Gift. Wenn wir die Luft festhalten, ersticken wir. Wenn wir die Nahrung festhalten, vergiften sie uns."*

Aufnehmen und Ausscheiden gehören zum Strukturprinzip dieser Welt. Sterben ist genauso der Vollzug des Wachsens und Reifens wie Geborenwerden." (Jäger, 1991, S.50)

Das nichtduale Tiefenbewusstsein – ein Bewusstsein der Einheit

Die spirituelle Literatur tut sich grundsätzlich schwer in der Beschreibung und Begriffsbildung der höheren Bewusstseinszustände, weil Syntax und Semantik der sprachlichen Kommunikation aus dem empirischen Alltagsbewusstsein entstanden sind. So kommt es, dass für den höchsten Grad der menschlichen Selbstverwirklichung verschiedene Begriffe stehen. Kosmisches Bewusstsein, mystische Erfahrung, Erleuchtung, Samadhi, Satori, Einheitserfahrung und Unio Mystica. Andererseits sind die Grenzen fließend und ähnliche Erfahrungen können in verschiedenen Bewusstseinsentwicklungsstufen auftreten. Die Erfahrungen des kosmischen Bewusstseins kommen auch im Tiefenbewusstsein vor. Wenn hier mit dem nichtdualen Tiefenbewusstsein trotzdem eine neue Ebene eingeführt wird, dann beinhaltet die neue Kategorie nicht ganz andere Erfahrungen, sondern sie hebt einen Aspekt besonders hervor und zwar die vollkommene Überwindung der Dualität. Im kosmischen Bewusstsein gibt es einen Erlebenden, der tief in die Unendlichkeit eintaucht. Jetzt gibt es auch keinen Erlebenden mehr. Bildhaftes Material, Gottesvorstellungen und Visionen lösen sich auf. Es wird nach Wilber die Naturmystik und die Gottheitsmystik transzendiert. Das nichtduale Tiefenbewusstsein umschließt das ganze Spektrum des Bewusstseins – transzendiert alles, schließt alles ein. Es ist, wie wenn man in ein tiefes Meer eintaucht. Je tiefer man kommt, desto ruhiger, gelassener und friedvoller wird der Zustand, auch wenn an der Oberfläche hohe Wellen schlagen. Der Träger der Erfahrung ist das Universum und ich bin das Universum. Während im kosmischen Bewusstsein der Mensch noch existiert, ist das nichtduale Bewusstsein ein Zustand jenseits jeder Form, Gestalt, Substanz, Kultur und Zeit. Es ist vor dem Ursprung und hinter dem Endzustand des Seins. Es ist dort, wo es alles und nichts gibt und die Zeit sich verläuft.

Die getrennte Selbstwahrnehmung hört auf, man ist nicht mehr drinnen und blickt nach draußen – drinnen und draußen sind eins, ein Strom des Geschehens.

Im nichtdualen Bewusstseinszustand gibt es keine Person mehr (vollkommene Auslöschung der Individualität). Izutsu, ein Vertreter der japanischen Phänomenologie, geht von zwei Bewusstseins Ebenen aus: Dem empirischen Alltagsbewusstsein und dem metaphysischen Tiefenbewusstsein. Um die Leerheit (Annihilation) der Dinge im Tiefenbewusstsein zu erkennen, *"...muss gleichzeitig die Entsubjektivierung des Subjekts durchgeführt werden. Die Annihilation der Objekte muss von der Annihilation des Ego geleitet sein."* Und das führt zu einer Erkenntnis, die keinen Erkennenden mehr hat: *"Alle Dinge sind, da sie wesenlos sind, vollständig frei. Sie sind füreinander offen, unendlich durchscheinend."* (Izutsu, S. 39) Das ist die symbolische Bedeutung des Ego-Todes, der Ich-Losigkeit und der Identitätsauflösung. Das empirische Bewusstsein ist nicht an sich die falsche Sicht der Welt, sondern verzerrt nur dann die Wirklichkeit, wenn das Tiefenbewusstsein ausgeblendet wird. So ist Maya (Täuschung, Illusion) nicht die Ablehnung des empirischen Bewusstseins, sondern bezieht sich auf ihren ausschließlichen Charakter. Es ist ein Verhältnis von einer relativen zu einer absoluten Wahrheit. *"...diese Dualitäten entstehen fortwährend, aber es sind relative Wahrheiten, nicht die absolute Wahrheit oder Urwahrheit selbst.... Sie haben eine gewisse Realität, aber sie sind nicht, wie Eckart sagen würde, das endgültige Wort."* (Wilber, 1999, S. 297)

Das darf auch nicht als Argument gegen das gewöhnliche Denken an sich verstanden werden; es ist für das praktische Existieren unverzichtbar, *"...vorausgesetzt wir verwechseln die Ergebnisse nicht mit der Wirklichkeit und wissen zwischen Karte und Territorium zu unterscheiden"* (Wilber 1987, S. 321).

Die Begriffe Nichts oder Leere (shunyata) sind im Zen-Buddhismus von großer Bedeutung und stehen für die Erfahrung mit dem Göttlichen. Sie werden im westlichen Seinsverständnis oft falsch, im Sinne eines Nihilismus, interpretiert.

Die Leere ist keine Auslöschung, keine Negation, sondern eine offene und transparente Seinsweise, in der Kreativität und Fülle zum Ausdruck kommen.

Shizuteru Ueda erklärt dazu:

"Dieses Nichts besagt also nicht, dass es überhaupt nichts gäbe. Es soll vielmehr uns von substanzialisierenden, die Wahrheit verstellenden Denken befreien, das alles vergegenständlichend denkt, es als Gegenstand festhaltend, an ihm haften bleibend. Vom Buddhismus her gesehen liegt diesem substanzialisierenden Denken die Selbstsubstanzialisierung des Menschen zugrunde, sein substanzielles Sichselbstergreifen, das seine verborgene Wurzel in der Ich-Verhaftetheit hat. Diesem begegnet der Buddhismus mit der völligen Auflösung der Substantialität, nicht jedoch um das Seiende zu eliminieren, sondern um den Menschen und die Welt gemäß der über den Gegensätzen liegenden Wahrheit neu zu stiften. Dies ist der Grund der Radikalität des Vollzugs der Negation im Buddhismus." (Ueda 1974, 145 f.)

Es ist der Versuch, das Unfassbare zu fassen und dessen Absolutheit, Größe und Herrlichkeit nicht durch den menschlichen Verstand zu verkürzen. Das Sein des Seienden (Heidegger) ist ungeschieden, es ist der Wahrnehmung vorauslaufend, sie umgreifend und ihr nachfolgend bis der Wahrnehmende und das Wahrgenommene identisch werden. Das ist dann die Absolutheit, oder Unbegrenztheit, oder Substanzlosigkeit oder Leere als feinstes Medium eines beständigen Fließgleichgewichts.

Wilber (ebenda) führt diesen Gedanken weiter: *"Und was wird in diesem Augenblick reinen, nicht-objektiven Gewährseins aus dem sogenannten objektiven Universum? Viele stellen sich unter « Leere» ein reines Nichts, ein Vakuum vor, worin alle Dinge einfach verschwinden, aber in Wirklichkeit hören sie nur auf, Objekte zu sein. Der Wahrnehmende ist eins mit dem Universum, das er wahrnimmt: Das objektive Universum und mein subjektives Ich gehen gleichermaßen in den Akt reinen nicht-dualen Sehens auf. Das Gesuchte ist der Suchende, Das Beobachtete ist dessen Beobachter, Das Gehörte ist der, der es hört, Der Geruch ist der, der ihn riecht, Der Geschmeckte ist der, der genießt, was er schmeckt, Was berührt wird, ist der, der es fühlt, Das Gedachte ist der Denker des Gedankens, Kurzum, das sinnlich Wahrgenommene ist der, dessen Sinne wahrnehmen."* (Wilber, 1987, S. 337)

Izutsu weist diesen paradox klingenden Zustand in seinem Seinscharakter, in dem sich das Sein des Seienden spiegelt, aus: *"Denn es meint einfach die Verwirklichung eines ontologischen Zustands, in dem jedes Ding in der empirischen Welt aufhört, das und das Ding, als etwas streng durch sein Wesen Bestimmtes zu existieren. Und da es in dieser Dimension des Seins nichts gibt, das als das und das Ding subsistiert, findet das Bewusstsein nichts, woran es sich festhalten könnte. Wenn das Bewusstsein nichts findet, woran es sich halten könnte, hört es auf "Bewusstsein von" zu sein: das "von" ist eliminiert und damit ist jetzt Bewusstsein rein und einfach hin."* (Izutsu, 1984, S.23). Die Leere wird zu einem

grenzenlos offenen weiten Feld, "...dessen Umfang unbestimmbar und dessen Zentrum überall ist...und sie ist in der Lage, sich selbst in vollkommener Freiheit zu jedem Beliebigen zu determinieren." Das ist das "Spiel des Bewusstseins" (Muktananda, 1986). Shunyata annihiliert alles und erschafft zugleich alles. Es steht nicht im Widerspruch zur Schöpfung, sondern es ist die Schöpfung.

Die Überwindung der Dualismen "Subjekt – Objekt" "Raum - Zeit" führt auch Leben und Tod als *"sich ergänzende Aspekte der Ganzheit einer Polarität"* - der Einheit des Geistes zusammen. (Frambach, 1993, S.170). Die im Zeugenbewusstsein geführte Auseinandersetzung mit der Vergänglichkeit führt hier zum Kontakt mit der Unsterblichkeit des Geistes im ontologischen Sinn.

Um einem weiteren Missverständnis vorzubeugen: Im Zusammenhang mit dem Tiefenbewusstsein wird auch häufig von Loslassen und Nicht - Tun gesprochen. Darunter versteht man nicht ein passives Hängen – lassen, sondern ein absichtsloses Tun. Ganz aufzugehen in der Totalität des Jetzt löst aus den Handlungen die Bewertung, weil die Handlung aus sich heraus sinnvoll ist, ohne Zutaten.

Das nichtduale Tiefenbewusstsein ist ein Aspekt des kosmischen Bewusstseins, nur radikaler und dauerhafter. Es ist nur durch einen spirituellen Weg zu erreichen. Vermutlich sind es wenige Menschen, die dies verwirklicht haben. Dazu zählen Heilige, Zen- und Sufi Meister und indische Gurus.

Durch die totale Aufhebung der Dualität, aller Fixierungen und festen Strukturen kann das letzte Geheimnis uns so durchfiltern und nahe sein, dass wir es selbst sind. Hier ist der Mensch Gott, weil er alles ist und nichts zugleich.

Da hören auch die Visionen auf, denn dort wo noch Visionen sind, ist noch bildhaftes Material und findet noch Vollzug statt.

Dies ist für den Verstand nur ganz schwer zu begreifen. Auf dieser Ebene der Erkenntnis kommt es deshalb zu einer paradox klingenden Aussage. In diesem Zustand kommt der Mensch dort an, wo er eigentlich schon immer war. Die kosmische Identität ist schon gegeben, es geht nur darum, sie wahrzunehmen:

"Die endgültige Befreiung - wir würden sagen, die «Entdeckung» des GEISTES -, die einen Anfang in der Zeit hat, ist keine Befreiung. Sie ist keine Zukunftshoffnung, sondern gegenwärtiges Faktum. Da alle Dualität bloß eingebildet ist, gibt es im Grunde nichts, was uns fesselt, gibt es keine Ketten zu sprengen, keine Freiheit zu erringen". (Wilber, 1987, S. 309)

Alan Watts bringt diesen Gedanken auf den Punkt, wenn er sagt: *«Alles, was erfahren werden muss, um zum kosmischen Bewusstsein zu gelangen, ist schon da, und was darüber hinausgeht, ist nur störend und redundant.»* Jedes Wie, jeder Weg, wohin sie auch führen mögen, führen vom Jetzt weg. Das ist der Hintergrund für Nagarjunas: *« Es besteht keinerlei Unterschied zwischen Nirvana und Samsara; es besteht keinerlei Unterschied zwischen Samsara und Nirvana»*, oder für Dogens: *«Das Ziel und der Weg sind eins»*, und für viele ähnliche Aussagen der Meister aller Traditionen, die alle darauf hinauslaufen, dass Erleuchtung und Verblendung, Wirklichkeit und Illusion, Himmel und Hölle, Befreiung und Knechtschaft eine nicht-duale Einheit bilden und nicht zu trennen sind. Daher: *«Wo irgendetwas dich hinführen kann, da bist du schon.» (Wilber, 1987, S. 309)*

Die ganze Bewusstseinschulung hat zum Ziel, diesen Schleier zu lüften. Dann wird man gewahr, dass das alltägliche, gewöhnliche Bewusstsein der Weg ist, der schon am Ziel ist. Dies bedeutet nicht, dass spirituelle Wege zwecklos sind, sondern nur, dass der Weg dort seine Erfüllung findet, wo der Mensch schon ist. Hier und Jetzt, im Alltag das Tiefenbewusstsein zu leben, braucht Vorbereitung, Disziplin und Übung.

Wer im nichtdualen Tiefenbewusstsein lebt, wird im Buddhismus ein Buddhawesen (Bodhisattva) genannt:

"Gewiss, viele Mystiker haben das zurückgezogene, in sich gekehrte Leben des Eremiten geführt, aber das ist eine Sache persönlicher Wahl und keineswegs das Kennzeichen mystischer Bestrebungen. Das höchste Ideal aller Mystik ist vielmehr das, was im Mahayana - Buddhismus «Bodhisattva» genannt wird. Ein Bodhisattva ist, wer das Göttliche überall und jederzeit, in jedem Menschen, jedem Ort und jedem Ding sieht und sich daher gar nicht in Einsamkeit und Trance zurückziehen muss, um seinen «Gott» zu sehen. Die mystische Vision des Bodhisattva ist identisch mit dem, was er jeweils gerade tut, und ob er nun tanzt, arbeitet, lacht, weint oder leidet, für ihn gilt stets das Wort des großen Zen Meisters Ummon: «Tag für Tag (ist) guter Tag.»" (ebenda, S. 302)

In der Erfahrung Leere kommt es zur "...Auferstehung des Selbst aus dem Nichts zu einem selbst-losen Selbst." (Ueda, 1974, S. 58). Hinduistische und buddhistische Traditionen heben diesen Aspekt besonders hervor, wenn von atman, purusha oder shiva, dem allgegenwärtigen und umfassenden transpersonalen Selbst die Rede ist.

Es wird unterschiedlich übersetzt als Essenz, Natur und Selbst. In allen Fällen ist damit das letzte belebende Prinzip im Menschen gemeint, seine latente spirituelle Energie, die erwacht und transformiert und im letzten Schritt zum "großen Erwachen" nach dem großen Tod der Ego - fixierten Individualität führt. Da die Differenzierung des Selbst- und Ego-Begriffes an anderer Stelle ausführlich erfolgt, soll es hier nur aphoristisch Erwähnung finden.

Das Selbst leuchtet mit dem Licht des Allwissens und, wie die Sonne, leuchtet es selbst und beleuchtet andere Gegenstände; und die Heiligen, die in Gleichmut verharren, erfahren unvergleichbare große Wonne (1,33-35, 101, 116). In einem Moment gleich nach der Selbsterkenntnis erstrahlt plötzlich ein großes Licht (1,104). Die Besonderheit der Selbsterkenntnis ist, dass die ganze Welt in dem Atman gesehen wird (1,100). Das höchste Selbst wird im reinen Geist des Wissenden wie ein Schwan auf einem See gesehen (1,122). Das höchste Selbst leuchtet wie die Sonne in einem wolkenlosen Himmel (1,119). (Soni, Jayandra, 1998, S.25)"

Selbst - Verwirklichung ist die Auflösung in das Selbst und die Einheit mit dem Selbst. Die Verehrung des Selbst gipfelt im Königsmantra der Siddha – Yoga Tradition "Om Namah Shivaya" (Ich ehre mein innerstes Selbst), das durch Singen und Rezitation in die höchste Wahrheit führt. Es ist die Grundlage von allem, wie die Katha Upanishad (eine vedische Weisheitslehre) deutlich macht: *"Kleiner als das Kleinste, Größer als das Größte, wohnt dieses Selbst für immer in den Herzen aller Wesen. Ein Mensch, der von Begierde befreit, von reinem Geist und reinen Sinnen ist, erblickt den Glanz des Selbst und ist frei von Sorgen."* (In: Muktananda, 1987, S.41)

In der Einleitung zur Guru – Gita, ein überlieferter Sanskrit Gesang im Siddha Yoga, der täglich rezitiert wird, geht Muktananda auf den Guru – Zustand ein: Guru hat zweierlei Bedeutungen: erstens er ist derjenige, der den Weg von der Dunkelheit ins Licht gegangen ist

und zweitens: "Die Silbe gu ist das, was alle Eigenschaften transzendiert, und die Silbe ru ist das, was ohne Form ist. Es heißt, der Guru sei derjenige, der den Zustand jenseits von Eigenschaften (und Form) verleiht." (G.G., S. 19)

"Er, vor dem wir knien, indem wir Om Namah Shivaya aussprechen, ist der Guru, das Selbst von allem, die Verkörperung von Satchitananda - Sein, Bewusstsein und absolute Glückseligkeit. Sat ist das Eine, das in gleicher Weise alle Objekte durchdringt. Das Selbst durchdringt alle Formen und ist die Grundlage von allem. Alles, was wahrgenommen wird, ist auf den Sat Aspekt Gottes gegründet. Kein Objekt kann ohne einen Rückhalt existieren. So wie Gold die Grundlage für verschiedene Schmuckstücke bildet, und Baumwolle für Kleider aller Art, so ist Gott das Fundament dieses gesamten Universums. Dieses Selbst, Shiva, der Guru, ist verantwortlich für die Schöpfung, Erhaltung und Auflösung des Universums.

Der zweite Aspekt Gottes ist Bewusstsein, Chit, das alle Objekte zu allen Zeiten und an allen Orten erleuchtet. Dieses Bewusstsein ist auch das reine Licht, das dem Licht von Sonne, Mond, Feuer und allen anderen Lichtern des Universums zugrunde liegt.

Gott ist auch die Glückseligkeit, Ananda, die das Universum projiziert, aufrechterhält und schließlich wieder in sich aufnimmt. Wenn wir darüber nachsinnen, finden wir, dass alles Handeln in der Welt Glückseligkeit widerspiegelt. Alle Tätigkeiten sind der Glückseligkeit oder der Suche nach Glück entsprungen. Warum sucht der Mensch das Glück in allem? Weil Glückseligkeit die Natur Gottes, des inneren Selbst, ist. Somit verehren wir in Satchitananda den Herrn, das Wesen, dessen Natur Sein Bewusstsein Glückseligkeit ist. Er wohnt in allen Wesen, Er ist als Innerstes die Grundlage der Liebe, im höchsten Maße glücklich, frei von Beschäftigung und Unruhe (nisrapancaya gantaya), Er braucht keinen anderen Rückhalt (niralambaya), und dennoch erhält und stützt Er alles. Er ist der höchste Glanz (tejase), der in den Augen wohnt und ihnen Licht verleiht, der in der Zunge, den Ohren, der Nase und anderen Organen wohnt, und alle Sinnesobjekte wahrnimmt. Er ist Gott, der das ganze Universum erleuchtet." (Guru – Gita, Einführung)

In vielen Strophen beschreibt die Guru – Gita anschaulich den höchsten Zustand der Selbstverwirklichung. Ein Guru hat die Selbst – Verwirklichung erlangt, er ist im höchsten schöpferischen Prinzip aufgegangen. Um das zu verdeutlichen sollen einige Strophen in der Übersetzung dargestellt werden:

Ich verneige mich vor dem Sadguru, der die Glückseligkeit Brahman ist und höchste Freude schenkt. Er ist absolut. Er ist die verkörperte Erkenntnis. Er ist jenseits von Dualität, (alldurchdringend) wie der Himmel und ist das Objekt (der bedeutenden Aussage der Upanishaden) "Du bist Das". Er ist eins. Er ist ewig. Er ist rein. Er ist unerschütterlich. Er ist der Zeuge aller Gedanken. Er ist jenseits aller Veränderungen (von Geist und Körper)... (S. 31)

(Deshalb weiß der Guru): "Ich bin ungeboren; ich bin frei von Verfall des Alters. Mein Sein ist ohne Anfang und Ende. Ich bin unveränderlich. Ich bin Bewusstsein und Glückseligkeit, kleiner (als das Kleinste) und größer als das Größte. (S. 24)

Ich verneige mich immer vor dem Guru, der Satchitananda ist, jenseits aller Unterschiede, ewig, vollkommen, ohne Form und ohne Eigenschaften und der in seinem Selbst ruht. (S.38)

Die verschiedenen Stadien und der höchste Zustand kommen in folgendem Vers zum Ausdruck:

"O Schöne, diejenigen sind in Pinda befreit, (deren Kundalini erwacht ist). Diejenigen sind in Pada befreit, (die spontane Wiederholung von Hamsa hören). Diejenigen sind in Rupa befreit, (die die blaue Perle gesehen haben). Aber diejenigen sind ohne jeden Zweifel befreit, die in Rupatita befreit sind, (die den transzendentalen Zustand jenseits der Form erfahren). (S. 41)"

In seinem Buch "Die Natur Gottes" weist Muktananda nochmals darauf hin, dass im Zustand der Selbstverwirklichung die Kundalini (spirituelle Kraft) im Scheitel - Chakra zur Ruhe kommt. Im Scheitel - Chakra (sahasrara) ist der Sitz des tausendblättrigen Lotus: Das Sich Öffnen dieses Zentrums bedeutet, dass das spirituelle Potential des Menschen, vom durchdringenden Strahl der Sonne des reinen zeitlosen Seins berührt, voll erblüht. Es ist das Zentrum des wahren transzendentalen Bewusstseins oder der transzendenten Erkenntnis. Es ist die Verbindung mit Gott, die Vollendung der höchsten Erkenntnis durch direkte Schau, eine Vereinigung mit dem universellen Bewusstsein. Die Öffnung dieses Chakras ist Zeichen für den letzten Verwirklichungsschritt. Das Durchströmen der kosmischen Energien, das Verweilen im Zustand der Selbstverwirklichung und die Identität mit dem Göttlichen wird ausgestrahlt. Das ist Erfüllung und Gnade, in der die Einheit mit dem göttlichen Prinzip erfolgreich vollzogen ist:

"Wenn er völlig in den göttlichen Klang (nada) eingeht und einen Zustand frei von Gedanken erreicht, erfährt er grenzenlose Freude, Glückseligkeit und Frieden. Indem er seinen Geist dauerhaft mit dem göttlichen Laut verbindet, erreicht der Anwärter eine Stufe, auf der er frei ist von aller Empfindung menschlicher Unterschiede und Trennungen wie »mein« und »dein«, »eines« und »viele«." (Muktananda, 1979, S.36)

Der Zustand der Selbstverwirklichung gilt nicht nur für den Wachzustand, sondern wird auch im Tiefschlaf und beim Träumen aufrechterhalten. Das transpersonale Selbst - der Geist - ist im nichtdualen Tiefenbewusstsein als Gegenwart Gottes (*Gott wohnt in Dir als Du*) von ewiger Natur und immer schon vorhanden.

Die Identität mit atman und purusha als Namen für die letzte Wirklichkeit ist innere Verkörperung des Wesens Gottes. In der christlichen Mystik ist es die unio mystica, die Einheit in Gott. Ähnlich der hinduistischen und buddhistischen Tradition transzendiert dieser Zustand genauso die Dualität, auch wenn dies in dem Bild der "Vermählung mit Gott" missverstanden werden kann. Pater Williges Jäger (1991, S. 48), ein ausgezeichnete Kenner der christlichen und östlichen Spiritualität, schreibt dazu folgendes:

"Im Westen sind Gott und Mensch also wesenhaft getrennt, im Osten dagegen sind sie von gleicher Wesenheit. Diese letzte Wesenheit ist der Urgrund allen Seins. Gott ist sowohl die Form als auch das Formgebäude. Er ist nichts, was man getrennt sehen könnte. Diese letzte Wirklichkeit ist Ursprung von allem, aber nie getrennt von allem und nie essentiell anders als alles... Diese letzte Wirklichkeit, die wir Christen Gott nennen, ist gleichsam der Ozean, der vor der Welle ist, aber nicht getrennt von ihr. Sie ist der Stamm, aus dem der Rebzweig kommt, aber sie ist nie getrennt vom Rebzweig. Diese letzte Wirklichkeit ist also nicht ein Sein, das getrennt existiert von allem. Sie ist das Formlose, das in der Form erscheint. Der Mensch, wie auch alle anderen Erscheinungsformen dieser Welt, ist die Form dieser letzten Wirklichkeit, Form des Lebens, Form Gottes.... Wir sind nicht ein Teil, der aufgefropft ist, sondern ein Teil, in dem das Ganze sich verwirklicht. Das ist die Heimkehr zu Gott. Erlösung meint dann die Einordnung unseres personalen Ich, das uns ein Abgetrenntsein von Gott vorgaukelt, in das Ganze. Das wird in der Mystik mystische Union genannt, in anderen Religionen Erleuchtung, Befreiung, Satori, Samadhi usw."

Noch deutlicher kommt die Überwindung der Dualität bei Meister Eckhart zum Ausdruck, der von der Erfahrung des dunklen Lichts des Nichts spricht. Darin ist die Subjektivität ganz verschwunden zusammen mit dem Verschwinden der Objektivität: *"Beides ist zumal verschwunden zugunsten reiner Gegenwart, die nicht mehr den Unterschied enthält zwischen dem gegenwartenden und dem, dem es gegenwartet". Jeder Begriff, sogar der Name Gottes ist aufgehoben, denn "... alles Relative muss versagen und vergehen vor jener Erfahrung, die das Unbegrenzte und schlechthin Übertreffende als das Nichts berührt ... Hier wird nicht mehr "etwas" gedacht. Hier versinkt der Mensch, der ganz abgeschieden geworden ist und der in diesem Sinne nichts geworden ist, nichts denken, nichts wollen, nichts haben, der reine Stille und Leere und Offenheit ist: er versinkt in die Weite und Stille des Nichts, die von keinem Etwas mehr getrübt ist."* (Welte, 1992, S. 87 u. 89)

Wenn alles fallengelassen wird, kann man zu der sich ewig vollziehenden Gottesgeburt vordringen, die in der unio mystica seinen Gipfelpunkt findet.(vgl. Braun, 1998, S.111) Die mystische Gemeinschaft mit Gott ist in letzter Konsequenz nicht personal zu verstehen, sondern sie übersteigt alles Menschenmaß und Menschenvermögen.

"O Wunder über Wunder, wenn ich denke an die Vereinigung, die der Seele damit Gott zuteil wird! Er macht die Seele vor Freud' und Wonne aus sich selber fließen. Denn nichts was Namen hat, genügt ihr mehr. Da sie nun selber eine benannte Natur ist, so genügt auch sie selber sich nicht mehr: der göttliche Liebesquell strömt über sie und reißt sie aus sich selber los in das namenlose Wesen hinein, in ihren Urquell, in Gott." (Eckehart, S. 73)

Nach Eckehart ist jeder Mensch zur unio mystica fähig, wenn er sich reinigt und läutert, denn: *"Der Ort, an dem der Mensch der Heilstatt Gottes gewahr und gewiss wird, liegt in ihm selbst, in seinem Seelenfünkeln (scintilla animae)"* (Eckehart In: Wehr, 1988, S. 49)

"Die sechste Stufe ist es, wenn der Mensch entbildet ist und überbildet von Gottes Ewigkeit und gelangt ist zu gänzlich vollkommenem Vergessen vergänglichen und zeitlichen Lebens und gezogen und hinübeverwandelt in ein göttliches Bild, wenn er Gottes Kind geworden ist. Darüber hinaus noch höher gibt es keine Stufe, und dort ist ewige Ruhe und Seligkeit, denn das Endziel des inneren Menschen und des neuen Menschen ist: ewiges Leben" (Eckehart, Vom edlen Menschen, Quint 142 f. In Wehr, 1988, S. 66)

Die Grenzen zwischen kosmischem Bewusstsein und nichtdualem Tiefenbewusstsein sind in der christlichen Mystik kaum zu erkennen. Die Einheit mit Gott ist die höchste Verwirklichungsstufe, die man durch geistliche Übungen erreichen kann.

Das Beten und die Meditation führen den Christen in die Konzentration über geistige Dinge und weg von der Sinnenverhaftung, bis die Seele von Gott in der *"Vereinigung der Liebe"* durchdrungen wird. Johannes vom Kreuz berichtet dazu:

"Wir empfangen diese mystische Erkenntnis Gottes nicht in irgendeiner bildlichen Form, nicht in die sinnlichen Vorstellungen gekleidet, von denen unser Geist unter anderen Umständen Gebrauch macht. Entsprechend empfangen wir in dieser Erkenntnis, da die Sinne und die Vorstellung nicht beteiligt sind, weder Form noch Eindruck, noch können wir irgendeinen Bericht geben oder irgendein Gleichnis beibringen, obwohl die geheimnisvolle und süß schmeckende Weisheit klar und deutlich ins Innerste unserer Seele dringt.. Das ist die Eigenart der göttlichen Sprache: je tiefer sie eingedrungen ist, je intimer, spiritueller und übersinnlicher sie ist, desto mehr übersteigt sie die inneren wie die äußeren Sinne und legt ihnen Schweigen auf..." (James, 1997, S. 406)

Theresa von Avilas schriftliche Zeugnisse versuchen das Unsagbare anschaulich zu fassen:

"So enthebt Gott, wenn er eine Seele zur Einigung mit ihm erhebt, die natürliche Tätigkeit all ihrer Vermögen. Sie sieht weder noch hört sie, noch versteht sie etwas, solange sie mit Gott vereint ist... Gott richtet sich im Innern dieser Seele so ein, dass sie, wenn sie wieder zu sich selbst kommt, unmöglich daran zweifeln kann, dass sie in Gott war und Gott in ihr. Diese Wahrheit bleibt ihr so stark eingeprägt, dass sie, auch wenn viele Jahre vorübergehen, ohne dass dieser Zustand zurückkehrt, die empfangene Gnade weder vergessen noch ihre Wirklichkeit bezweifeln kann." (In: James, 1997, S. 407)

In einer nächsten Stufe beschreibt sie in wunderbarer Weise die Göttlichkeit, die in allen Dingen waltet. Dies kommt dem Selbst in der hinduistischen Tradition sehr nahe: *"Eines Tages wurde mir im Gebet plötzlich wahrzunehmen gewährt, wie alle Dinge in Gott gesehen und enthalten sind. Ich nahm sie nicht in ihrer eigentümlichen Form wahr, und dennoch war die Anschauung, die ich von ihnen hatte, von einer überragenden Klarheit und hat sich mir tief in die Seele geprägt. Sie ist eine der bemerkenswertesten Gnaden, die der Herr mir erwiesen hat... Die Schau war so fein und zart, dass der Verstand sie nicht fassen kann." (ebenda, S. 408)*

Wie ähnlich die Zustände der Heiligen erlebt werden, unterstreicht Dionysius Areopagita, wenn er sich weigert nur irgendetwas, das mit dieses oder jenes diesen Zustand beschreiben soll, zu sagen, denn: *"Wer das Absolute etwas Besonderes nennt, wer sagt, es sei dieses, scheint ihm implizit abzusprechen, jenes zu sein – es kommt einer Schmälerung gleich." (ebenda, S. 413)*

"Die Ursache aller Dinge ist weder Seele noch Verstand noch besitzt es Einbildungskraft oder Meinung oder Vernunft oder Einsicht, noch ist es Vernunft oder Einsicht; noch ist es Sprache oder Gedanke. Es ist weder Zahl, noch Ordnung, noch Größe, noch Kleinheit, noch Gleichheit, noch Ungleichheit, noch Ähnlichkeit, noch Unähnlichkeit. Es steht weder, noch bewegt es sich, noch ruht es Es ist weder Wesen, noch Ewigkeit, noch Zeit. Es kann vom Verstand nicht einmal berührt werden. Es ist weder Erkenntnis noch Wahrheit. Es ist auch nicht Herrschaft oder Weisheit, nicht Eines, nicht Einheit; nicht Göttlichkeit oder Güte; auch nicht Geist, wie wir ihn kennen ... usw." (ebenda, S. 413)

Das erinnert doch sehr an die Auslegung des Selbst in den Upanishaden: Er, das Selbst, das Atman könne nur durch Nein! Nein! Beschrieben werden. Der atman ist invariant und autonom, er ist die letztgültige Instanz, in deren Angesicht das Menschliche durch das Göttliche verwandelt wird und zum Göttlichen wird: *"Dasjenige Selbst, das vom Bösen befreit ist, alterslos, todlos, schmerzlos, hungerlos, durstlos, dessen Wünsche wahr werden, dessen Vorstellungen wahr sind, das soll man suchen, das soll man zu erkennen trachten. Alle Welten erlangt der und alle Wünsche, der dieses Selbst findet und dann erkennt." (In: Butzenberger, 1998, S. 31)*

Dogen (in: Frambach, 1993, S. 165) , ein Zen Meister, bringt in einem schönen Spruch den Kern des nichtdualen Tiefenbewusstseins, das im Selbst beheimatet ist, zum Vorschein: *"Den Weg des Erleuchteten erreichen heißt, sein wahres Selbst erlangen. Sein wahres Selbst erlangen heißt, sich selbst vergessen. Sich selbst vergessen heißt realisieren, dass man eins ist mit dem ganzen Universum."*

Auch im Islam wird bezeugt, dass man über die Entwerdung des Ichs zum Selbst des Mystikers (Sufi) gelangt, das für das Innerste und Göttliche steht (vgl. Bürgel, Scharfetter, S. 83 und 97).

Im nichtdualen Tiefenbewusstsein spielen somit die kulturellen Unterschiede keine große Rolle mehr. Sie fließen erst in der Beschreibung des Erlebten mit ein. James hebt dies nach dem Studium vieler mystischer Erfahrungen ausdrücklich hervor:

"In mystischen Zuständen werden wir eins mit dem Absoluten und uns zugleich dieser Einheit bewusst... Ob im Hinduismus, im Neuplatonismus, im Sufismus, in der christlichen Mystik oder im Whitmanismus: überall finden wir dasselbe wiederkehrende Motiv, so dass in mystischen Äußerungen aller Zeiten eine Einmütigkeit herrscht, die einen Kritiker innehalten lassen und nachdenklich machen sollte... »Das bist du! « sagen die Upanishaden, und der Vedantaschüler fügt hinzu: »Nicht ein Teil, nicht eine Weise von Diesem, sondern identisch mit Diesem, dem absoluten Geist der Welt.« »Wie reines Wasser, wenn es in reines Wasser gegossen wird, dasselbe bleibt, so, o Gautama, bleibt das Selbst eines Denkenden dasselbe, der zur Erkenntnis gelangt. Wasser in Wasser, Feuer in Feuer, Äther in Äther: niemand kann sie unterscheiden und genauso wenig einen Menschen, dessen Geist in das Selbst eingetreten ist." (ebenda, S. 415)"

Es ist die höchste Stufe der Selbstverwirklichung, die nach Aussagen großer Mystiker erreicht werden kann. Nichtduales Tiefenbewusstsein ist Einheitsbewusstsein, in der alle Erscheinungen, Formen und Dualitäten im Ozean des All-Eins-Seins aufgehoben sind:

"Die beiden Welten sind vollkommen in eins zusammengefallen oder genauer: Man sieht jetzt, dass sie nie getrennt waren. Im wahren mystischen Zustand dringt der Mensch bis zum Grund seines Seins vor und entdeckt, wer oder was sieht, und er findet da letztlich kein transpersonales Selbst, sondern nichts anderes als das Gesehene. Seine Erfahrung der Wirklichkeit ist, um es mit Blyth zu sagen, «eine Erfahrung des Universums durch das Universum» (Wilber, 1987, S.285)

Im Tiefenbewusstsein fallen alle individuellen Begrenzungen ab und jede Art von Spaltung hört auf. Ganz im Einklang mit dem Selbst, in Gelassenheit und Gleichmut, leben wir dann in innerer Einheit mit dem Kosmos.

Izutsu (1984) beschreibt dies als Erweckung des "metaphysischen Bewusstseins": *"Alle Dinge sind...vollständig frei. Sie sind füreinander offen, unendlich durchscheinend."* (S.32). Für Ken Wilber (1984 u. 1987) leuchten in diesem "intimen Erkennen" die innersten Zusammenhänge (das, was die Welt im Innersten zusammenhält) auf.

Dies kommt einer endgültigen Erlösung aus den Verstrickungen und Irrtümern der gemeinen Welt- und Realitätssicht gleich, die oft als Illusion beschrieben wird. Das nichtduale Tiefenbewusstsein in der vertikalen Bewusstseinsstranszendenz ist nicht mit dem Willen zu bewältigen, sondern man kann sich nur vorbereiten, denn der letzte Schritt ist der Gnade vorbehalten, so lehren uns die Mystiker. Das nichtduale Tiefenbewusstsein ist befreit von allen Bindungen und geht im Selbst auf. Das sind die Botschaften der Befreiungswege. Es ist ein Erwachen zu einer Existenz, die in der Tiefe begründet ist und an der Oberfläche danach handelt. So sind Tiefenbewusstsein und empirisches Alltagsbewusstsein Pole des Bewusstseinskontinuums.

Selbstverwirklichte haben die Fähigkeit zwischen empirischen Alltagsbewusstsein und nichtdualen Tiefenbewusstsein mühelos und situationsadäquat hin- und herzupendeln. Verankert im Tiefenbewusstsein, lebt der Weise im Alltagsbewusstsein freier und runder, denn, so sagt Herrigel (1992, S.39), es zeigt sich, *"dass der Erleuchtete die Dinge nicht nur anders auffasst, sondern auch anders anfasst."*

Wenn eine dauerhafte Transformation des Bewusstseins erreicht ist, dann können nach Brown die verschiedenen Ebenen nebeneinander existieren:

"Nach der Mahamudra wird der Meditierende zu den drei Buddha-Körpern, wovon einer auf der Ebene des Gewahrseins angesiedelt ist, einer in den verschiedenen potentiellen miteinander vernetzten kosmischen Bereichen und einer auf der Ebene gewöhnlicher Zeit/Raum – Existenz. Diese drei Umstände existieren nun miteinander als Teile des Bewusstseins des Meditierenden." (Brown, 1988, S. 273)

Die Auswirkungen der Selbstverwirklichung: a) Die Sicht auf die Realität wird dauerhaft verändert b) Das allgemein menschliche Leiden wird im Sinne der Entidentifikation losgelassen und damit existenziell gelindert c) Psychische Kräfte, die in den subtilen Bereich gehören, werden verfügbar d) Der Geist folgt dem spirituellen Gesetz und wirkt aus dieser Ordnung heraus e) Untersuchungen von Meditierenden haben gezeigt, dass sie die gewöhnliche Realität sowohl sehen als auch durchschauen (vgl. Brown).

Der Alltag ruht für den Erleuchteten auf dem Tiefenbewusstsein auf und jede Handlung wird aus dem Bewusstsein der Einheit vollzogen: mit Achtsamkeit, Liebe, Gelassenheit und Konzentration. Hier schließt sich der Kreis der Selbstverwirklichung und wir kommen dort an, wo wir schon waren, nur mit mehr Tiefe.

Der »Wahre Mensch« ist "der mit der Natur frei vibrierende Mensch" (Dumoulin, 1985, 184), lebendig, spontan und unabhängig. Er hat eine Natürlichkeit und Unschuld, wie sie einem Kind eigen ist. Und doch ist es nicht jene »erste Natürlichkeit« des Kindes, die im jap. Zen Rosho-no Memmoku (das Antlitz eines neugeborenen Mädchens) genannt wird, sondern eine »zweite Natürlichkeit«, die nach dem Durchgang durch den »Großen Zweifel« wiedergewonnen wurde. In ihr ist der Intellekt und das Bewusstsein des Todes und der Getrenntheit integriert. Mit ihr wird eine »völlige Gewissheit« (jap. Nyoze) der Existenz erlangt, die den »Menschen des Grundes, der keine Verwirrung kennt«, auszeichnet. (Dumoulin, 1976, 75) "Der »Wahre Mensch ohne Rang« lebt aus dem Ursprung, lat. Origo, dem Grund, darum ist er ursprünglich, ein Original, und nicht eine fremdbestimmte Kopie aus Konventionen und Klischees. Er ist bis in die spirituelle Sphäre hinein unabhängig..." (Frambach, 1993, S.161)

Ein wirklich zur Grund-Identität "erwachter" Mensch fühlt sich nicht als etwas Besonderes und *"stinkt nicht nach Erleuchtung"*. Der wahre Mensch ohne Rang lebt einfach bewusst im Hier und Jetzt, ohne sich äußerlich hervorzuheben.

Er dient von nun an subtil dem kosmischen Gesetz und hilft, begleitet und spendet Gnade, sodass viele Menschen die Reise nach innen antreten und sich verwirklichen. Dieser Zustand strahlt eine natürliche Autorität aus und lebt ganz selbstverständlich die Verpflichtung, das erlangte Geschenk weiterzugeben. Er wirkt aus der Tiefe heraus durch sein Sein und durch gnadenspendende Akte, die anderen zu Initiation und Erweckung der spirituellen Kräfte verhelfen:

"Denn jede tiefe Erkenntnis bringt auch eine Last mit sich: Wer die Wahrheit sehen darf, hat gleichzeitig die Verpflichtung, diese Vision anderen weiter zu vermitteln. Das ist die eigentliche Bedeutung des Gelübdes. Da ist für Furchtsamkeit kein Platz. Du musst, wenn du gesehen hast, einfach sprechen." Denn nur, "wenn du deine Vision mit Leidenschaft vermittelst, kann die Wahrheit die Abwehr der Welt durchdringen" (Kierkegaard). (In: Wilber, 1997, S. 62)"

Nicht im Sinne einer Mission, sondern durch Bereitsein für den, der die Wahrheit empfangen und den Weg gehen will: *"Die mystische Erfahrung durchbricht die Schranke des Ich und der Selbstgenügsamkeit. Die Erfahrung des gemeinsamen Lebens, das alles durchpulst, lässt Leid und Freude des anderen als eigenes Leid und eigene Freude erfahren. Die Schranken des Ich sind durchbrochen; der Egoismus, das Hauptlaster der Menschen, ist überwunden. (In: Jäger, 1991, S.52)*

So sagt Eckehart:

"Wenn du hundert Mark bei dir mehr liebst als bei einem anderen, so ist das unrecht . . . und hast du deinen Vater und deine Mutter und dich selbst lieber als einen anderen Menschen, so ist das unrecht. Und hast du die Seligkeit in dir lieber als in einem anderen, so ist das unrecht. Es gibt viele gelehrte Leute, die das nicht begreifen" (ebenda)

Der transformierte Mensch trägt soziale Verantwortung und wirkt durch die Persönlichkeitswandlung, die er durchgemacht hat. Die Geschichte des Regenmachers gibt dies eindrucksvoll wider:

"In einem Dorf hatte es lange nicht geregnet. Alle Gebete und Prozessionen hatten nichts genützt, der Himmel blieb verschlossen. In der größten Not wandte sich das Dorf an den Großen Regenmacher. Er kam und bat um eine Hütte am Dorfrand und um Brot und Wasser für fünf Tage. Dann schickte er die Leute zu ihrer täglichen Arbeit. Am vierten Tag regnete es. Die Menschen kamen jubelnd von ihren Feldern und Arbeitsplätzen und zogen vor die Hütte des Regenmachers, um ihn zu feiern und nach dem Geheimnis des Regenmachens zu fragen. Er antwortete ihnen: "Ich kann keinen Regen machen". "Aber es regnet doch", sagten die Leute. Der Regenmacher erklärte ihnen: "Als ich in euer Dorf kam, sah ich die äußere und innere Unordnung. Ich ging in die Hütte und brachte mich selber in Ordnung. Als ich in Ordnung war, kamt auch ihr in Ordnung, und als ihr in Ordnung wart, kam auch die Natur in Ordnung, und als die Natur in Ordnung war, hat es geregnet". (In: Jäger, 1991, S. 54)

Der Zustand des höchsten Bewusstseins ist das Endresultat und die Krönung aller spirituellen Anstrengungen, in dem eine revolutionäre Wandlung des ganzen Menschen nach innen und nach außen stattgefunden hat. Und letztlich passiert nichts anderes als die Verwirklichung des Lebens im unermesslichen Strom der Liebe:

"You should be able to arrive at the centre of love within you. The truth is that divine love is spread all around you. The moment you set over the notions of the world, separate individuals, duality, or illusions, what remains is the pure Lord, and the pure Lord is pure love. So once you overcome dualities and your sense of differentiation and begin to see your own Self, begin to see the supreme Lord all around, you will always dwell in divine love." (Muktananda in: Darshan, Nr. 48, 1991)

Literatur:

- Brown, Daniel P.: Die Stadien der Meditation in kulturübergreifender Perspektive. In: Wilber, Engler, Brown: Psychologie der Befreiung. 1988, S. 229-294.
- Bucke, Richard Maurice: Die Erfahrung des kosmischen Bewusstseins. Freiburg im Breisgau. 2. Aufl. 1988. Aurum Verlag.
- Bürgele, J.C.: Die Erfahrung von Mächtigkeit in der islamischen Mystik. In: Scharfetter, Christian; Rättsch, Christian (Hrg.): Welten des Bewusstseins. Bd.9; Religion, Mystik, Schamanismus. Berlin 1998. S. 79-105. VWB Verlag.
- Butzenberger, Klaus: Mystik und Theorie der Mystik im Hinduismus. In: Scharfetter, Christian; Rättsch, Christian (Hrg.): Welten des Bewusstseins. Bd.9; Religion, Mystik, Schamanismus. Berlin 1998. S. 29-44. VWB Verlag.
- Chauduri, Haridas: Yoga- Psychologie In: Tart, Charles (1978), S. 330 – 394
- Dogen (In: Frambach, 1993, S. 165)
- Eckehart: Von der Stille. Eine Auswahl. Freiburg im Breisgau. Hyperion Verlag.
- Frambach, Ludwig: Identität und Befreiung in Gestalttherapie, Zen und christlicher Spiritualität. Petersberg 1993. Verlag Via Nova.
- Gottwald, Franz-Theo: Theorie und Praxis der Erweiterung menschlicher Fähigkeiten nach den Yoga- Sutras des Pantanjali. In: Resch, Andreas (Hrg.): Psyche und Geist, S. 425-452. Innsbruck 1986. Resch Verlag.
- Guru Gita In: Der Nektar des Singens. Hrg.: Siddha Yoga Stiftung Schweiz 1988.
- Haich, Elisabeth: Der Tag mit Yoga. Stuttgart 1958. J. Fink Verlag.
- Herrigel, Eugen: Der Zen-Weg. München 1992. Otto Wilhelm Barth Verlag.
- Hesse Hermann: Siddgarta, Suhrkamp Taschenbuch
- Huang-Po: Der Geist des Zen. Bern 1983. O.W. Barth Verlag.
- Izutsu, Toshihiko: Die Entdinglichung und Wiederverdinglichung der "Dinge" im Zen-Buddhismus. In: Nitta Yoshihir (Hrg.): Japanische Beiträge zur Phänomenologie. Freiburg, München 1984. S. 13-40. Karl Alber Verlag.
- Jäger, Willigis: Suche nach dem Sinn des Lebens. Bewusstseinswandel durch den Weg nach innen. Petersberg 1991. Verlag Via Nova.
- James, William: Die Vielfalt religiöser Erfahrung. Frankfurt am Main 1997. Insel Verlag
- Jung, C.G.: Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewußten. Olten und Freiburg im Breisgau 1971. Walter Verlag.
- Jung, C.G.: Psychological Commentary on Kundalini Yoga. Spring 1975. In: Kripananda (1986)
- Jung, C.G: Briefe, Bd. 1, Olten und Freiburg i. Brg.,1972.
- Kornfield, Jack: Aspekte einer Theorie und Praxis der Meditation. In Capra, Grof, Maslow, Tart, Wilber (1985), S. 172-176
- Kripananda, Swami: Kundalini- die Energie der Transformation. In: Grof, Stanislav: Alte Weisheit und modernes Denken. Kösel Verlag. München 1986.
- Maslow, Abraham: Die umfassende Reichweite der menschlichen Natur. In: Integrative Therapie, Nr.3, 1994, S. 200-208, Paderborn. Junfermann Verlag.
- Maslow, Abraham: Psychologie des Seins. München 1973. Kindler Verlag.
- Muktananda, Paramahansa: Von der Natur Gottes. Freiburg im Breisgau 1979. Aurum Verlag.
- Muktananda, Swami: Der Weg und sein Ziel. München 1987. Knauer Verlag.
- Muktananda, Swami: I have become alive. South Fallsburg 1985. Syda Foundation.
- Muktananda, Swami: Let your vision become divine. In: Darshan, Nr. 48, S. 30-38. South Fallsburg 1991.
- Muktananda, Swami: Spiel des Bewusstseins. Freiburg im Breisgau 1986. Aurum Verlag.
- Muktananda: Kundalini. Aurum Verlag. Freiburg 1982.

Muktananda, Swami: The perfect relationship. South Fallsburg, new York 1980. Syda Foundation.

Patanjali: Yoga- Sutra : Der Yoga leitfaden des Pantanjali. Hamburg 1987. Papyrus Verlag.

Scharfetter, Christian: Der spirituelle Weg und seine Gefahren. Stuttgart 1994. Enke Verlag.

Scharfetter, Christian; Rätsch, Christian (Hrg.): Welten des Bewusstseins. Bd.9; Religion, Mystik, Schamanismus. Berlin 1998. VWB Verlag.

Soni Jayandra: Meditation und Mystik im Jainismus In: Scharfetter, Christian; Rätsch, Christian (Hrg.): Welten des Bewusstseins. Bd.9; Religion, Mystik, Schamanismus. Berlin 1998. S. 15-27. VWB Verlag.

Stace, W.T.: Mysticism and philosophy. London 1961. MacMillan.

Ueda, Shizuteru: Das Nichts und das Selbst im buddhistischen Denken. In: Studia Philosophica, XXXIV, 1974, S. 144-161.

Wehr, Gerhard: Die deutsche Mystik. 1988. O.W. Barth Verlag.

Wilber Ken: Wege zum Selbst. München 1984. Kösel Verlag

Wilber, Ken: Das Spektrum des Bewusstseins. Bern, München, Wien 1987. Scherz Verlag.

Wilber, Ken: Die Natur des Bewusstseins. In: Walsh, N. und Vaughan, Francis (Hrg.): Psychologie in der Wende. Bern, München, Wien 1985. Scherz Verlag.

Wilber, Ken: Eine Spiritualität, die transformiert. In: Zeitschrift für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie. 3.Jg./Heft 2/1997, S. 58-62.

Wilber, Ken: Spiritualität und Entwicklungslinien: Gibt es Stufen? In: Zeitschrift für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie. 6.Jg./Heft 1/2000, S. 37-48.

Wilber, Ken; Engler, Jack; Brown, Daniel P.: Psychologie der Befreiung. Bern-München-Wien 1988. Scherz/Otto Barth Verlag.

erschienen im ÖATP-Newsletter 2001

Dr. Sylvester Walch
 Bachstraße 3
 D- 87561 Oberstdorf
 E-Mail: sylvester@walchnet.de
www.walchnet.de