

## Bewusstsein

**Präpersonales Bewusstsein.** Wenn wir auf die Welt kommen, haben wir keine Gedanken, Vorstellungen, Erwartungen, Überzeugungen und Geisteshaltungen. Unser Geist ist leer. Es gibt noch kein Ich und damit auch keine Trennung zwischen Ich und Du. Wir sind eins mit unseren Bezugspersonen, die uns in den ersten Lebensmonaten betreuen und umsorgen.

**Personales Bewusstsein.** Unser Ich/Ego entwickelt sich im Lauf der ersten Lebensjahre. Wir nehmen uns immer mehr als eigenständige Person wahr und grenzen uns von der übrigen Welt ab. Es ist der Schritt vom präpersonalen zum personalen Bewusstsein. Die Entwicklung des Ichs und damit die Fähigkeit der Differenzierung, Unterscheidung und Objektivierung ist ein wichtiger Schritt der Persönlichkeitsentwicklung von der frühkindlichen Abhängigkeit zum autonomen Individuum. Er hilft uns dabei, uns in unserer komplexen Gesellschaft zurechtzufinden, uns als Individuum zu behaupten und uns als Teil der Gemeinschaft zu verstehen und einzufügen. Dieses Ich entsteht allerdings nicht aus sich selbst heraus. Es ist ein gespiegeltes Ich. Es ist die Gesellschaft, die dieses Ich formt - natürlich auf die Interessen und Bedürfnisse dieser Gesellschaft zugeschnitten. Das Ich wird der Gesellschaft angepasst, was die geistige Freiheit des Individuums mehr oder weniger stark einschränkt.

**Transpersonales Bewusstsein.** Die meisten Menschen identifizieren sich unreflektiert mit ihrem Ich. Sie sind der festen Überzeugung, dass sie dieses Ich sind. Das Ich ist nicht das Problem, sondern die Identifikation mit diesem Ich, wie jede Identifikation mit Vergänglichem, mit unseren flüchtigen Gedanken und Gefühlen, Beziehungen, Macht und Einfluss, Geld und Besitz, Job und Erfolg, Gesundheit und Leben. Das Ich kann uns zwar zu einem funktionierenden Teil der Gesellschaft, aber nicht glücklich machen, denn es ist voll von Anerkennungssucht und Machtansprüchen, Erwartungen und Wünschen, Ängsten, Gier, Hass und Neid – Geisteshaltungen, die uns und unsere Mitmenschen unglücklich machen und unseren Lebensraum zerstören. Die Lösung liegt nicht darin, unser Ich zu zerstören, denn wir brauchen es für die Bewältigung unseres Alltags. Die Lösung ist, uns von unserem Ich zu lösen, unser Ich zu überschreiten und unseren wahren inneren Kern zu entdecken, unser Selbst. Unser wahres innerstes Selbst ist eins mit dem Urgrund des Seins, mit der Leere, aus der alles hervorgeht, mit dem kosmischen, universellen, grenzen- und zeitlosen Bewusstsein, dem transpersonalen Bewusstseinsraum, mit Brahman, der Weltseele, mit dem Dao, mit dem Grossen Geist, dem Schöpfergeist, mit dem Göttlichen. Alles ist und war immer schon in uns. Wir waren lediglich getrennt durch unser Ich. Im transpersonalen Bewusstseinsraum gibt es keine Dualität. Das transpersonale Bewusstsein ist allgegenwärtig, zeit- und grenzenlos.

Das Erleben dieser Einheit im transpersonalen Bewusstseinsraum ist keine Regression in frühkindliche präpersonale Zustände des Einsseins, sondern eine Weiterentwicklung unserer Persönlichkeit, die das Ich überschreitet und eine höhere Bewusstseinsstufe erreicht, das transpersonale oder universelle Bewusstsein. Um diese höhere Bewusst-

seinsstufe zu integrieren und auch weiterhin die Anforderungen unseres Alltags zu bewältigen, ist ein stabiles Ich Voraussetzung. Aber nur wer nichts und nirgends mehr festhält und alle Verhaftungen an Begriffe, Vorstellungen, Glaubenssätze, Bilder und Philosophien aufgegeben hat, kann das gewöhnliche Bewusstsein überschreiten. Sobald wir Gedanken haben, verfallen wir wieder dem Dualismus, dem Vergleichen, dem Bewerten, dem Urteilen, Beurteilen und Verurteilen.

Durch das Überschreiten unseres personalen Alltagsbewusstseins erweitert sich unser geistiger Horizont. Unser Geist und somit unser Denken, unsere Wahrnehmung, unsere Gefühle und unser Handeln werden klar und offen. Unsere natürliche Autorität wächst. Wir erfahren intuitive Einsichten und Erkenntnisse. Wir gewinnen ein vertieftes Verständnis der Wirklichkeit und der Natur unseres Geistes. Dadurch sind wir in der Lage, die Wirklichkeit so zu sehen, wie sie wirklich ist und entsprechend zu handeln. Wir lösen uns von unseren alten Prägungen und Konditionierungen. Dadurch befreien wir uns von Täuschungen, Illusionen und Manipulationsversuchen. Wir erkennen die gegenseitige Vernetztheit und Bedingtheit der gesamten Schöpfung und erfahren das beglückende Gefühl des Einsseins mit allem was existiert. Wir leben im Einklang mit uns und der Welt. Durch das tiefe Gefühl der Verbundenheit und Einheit gestaltet sich das Zusammenleben mit unseren Mitmenschen ohne unnötige Konflikte, denn unsere Ichbezogenheit lässt nach und unser Verständnis, unsere Empathie, Hingabe und Liebe wachsen und werden allumfassend. Wir erfahren das beglückende Gefühl des Einsseins mit allem was existiert und leben im Einklang mit uns und der Welt.