

Der Zustandsweg des Aufwachens und David R. Hawkins

Einleitung

Schon sehr früh in seinem Werk hat Ken Wilber, den religiös-spirituellen Traditionen folgend, einen Zustandsweg des Aufwachens (der Erleuchtung) beschrieben und immer weiter verfeinert. Dabei kann sich die "Wachheit" des Menschen zunehmend erweitern, vom Grobstofflichen zum Subtilen zum Kausalen/Turiya bis zum nichtdualen Bewusstsein:

- Jeder Bereich ist durch bestimmte Phänomene charakterisiert.
- Es können, wie bei der Entwicklung der Strukturstufen auch, Fixierungen und Aversionen auftreten.
- Wilber unterscheidet, entsprechend den Zustandsbereichen, unterschiedliche "Selbste": Ego (grobstofflich), Seele (subtil), Selbst (Kausal/Turiya) und Soheit (Turiyatita).
- An den Übergängen, wo es darum geht eine Identifikation mit einem bestimmten Bereich loszulassen, gibt es "dunkle Nächte".
- Zu jedem der Bereiche gibt es eine eigene Mystik: Naturmystik, Gottheitsmystik, Mystik der Leere (Kausal und Turiya) und und nichtduale Mystik.

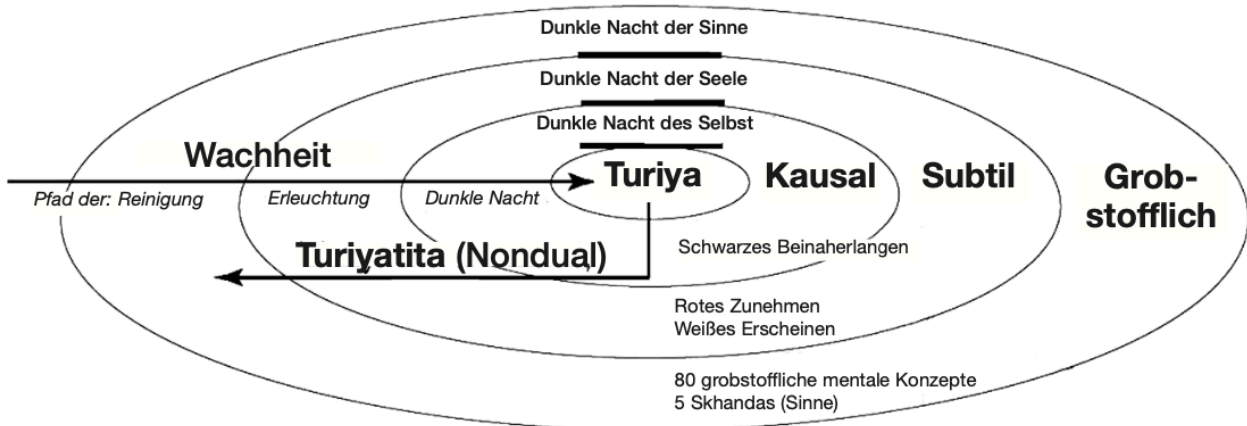


Abb.: Hauptstufen des Zustandsweges¹

Die zum Teil technischen Beschreibungen dieser Zustandsstufen illustriert Wilber in seinen Büchern durch Erfahrungsbeispiele, und zitiert auch aus der spirituellen Literatur.

¹ Aus: Ken Wilber, *Die integrale Zukunft der Religionen am Beispiel des Buddhismus*.

Ein sehr anschauliches Beispiel dieses Weges findet in den biografischen Beschreibungen von David R. Hawkins.²

Der Erfahrungsweg von David R. Hawkins

Unter der Überschrift *Vorausgehende Zustände* schreibt Hawkins:

Der Übergang vom Erfahrenden des Egos/Selbstes zur An-Wesenheit des SELBSTES³ ist ein gewaltiger Schritt. Aufgrund seiner früheren Erfahrung hegt der Geist die Erwartung, dass er selbst in diesem Zustand erweitert oder in eine Art von "Anderssein" versetzt würde, und er erwartet deshalb einen neuen und bisher nicht gekannten Zustand. Keine dieser Erwartungen ist korrekt.

Während man die Ebenen⁴ des Bewusstseins durch- und überschreitet, verändert sich die Qualität des Erfahrens.

Sowohl die Welt als auch das subjektive Selbst werden zunehmend gütiger, mitfühlender und liebender. Der Fluss der Kundalini-Energie hat begonnen, die Art der Beobachtung und der subjektiven Erfahrung hin zu den Ebenen der inneren Freude zu verwandeln, und die Welt erscheint einem immer schöner und unglaublicher. Die Vollkommenheit aller Dinge strahlt hervor. Das führt nicht nur einfach zu Freude, sondern schließlich zu einer unbeschreibbaren Ekstase, die weiteres Funktionieren in der Welt ausschließt.⁵ Wenn sogar dieser wundersame Zustand Gott übergeben wurde⁶, erscheint an seiner Stelle eine all-durchdringende Stille, ein Schweigen und ein unermesslicher Friede, die noch größere Wunder sind als die vorhergehende Ekstase.⁷

² Die nachfolgenden Zitate stammen aus seinem Buch *Hingabe an Gott*.

³ Wilber unterscheidet hier differenzierter Ego, Seele, Selbst und Soheit, siehe *Einleitung*.

⁴ Die "Ebenen" bei Hawkins entsprechen den Wilber'schen Zustandsstufen (*nicht* den Strukturstufen).

⁵ Dies ist der subtile Bereich, die "Gottheitsmystik".

⁶ Möglicherweise verbunden mit einer dunklen Nacht der Seele ...

⁷ Dies ist der Übergang zum kausalen Bereich.

In dieser Schönheit des inneren Wesens leuchtet die Heiligkeit aller Schöpfung sowohl von innen heraus als auch jenseits aller Form. Die formlose Essenz des Göttlichen strahlt über die Form selbst aus. Stets fortschreitend, wird das Lineare durch nicht-lineares Eins-Sein ersetzt.⁸ Das All-Sein des Göttlichen erhält seine starke Bestätigung durch die immense Kraft der LIEBE in der Schöpfung und im Göttlichen. Die An-Wesenheit der LIEBE durchdringt alles, und man nimmt sie als das Wesen des eigenen SELBSTES wahr. Sie schmilzt Linearität hinein ins Eins-Sein, das gleichermaßen von edelster, feinsten Sanftheit und, paradoxerweise, von unendlicher Kraft ist.

Wenn der Schüler dem Pfad der Negation⁹ gefolgt ist, kann als nächstes die große Illusion des Leeren als Zustand der ultimativen Wirklichkeit auftauchen.¹⁰ Der Pfad zeigt unendliches Eins-Sein und nicht-lineare Vollkommenheit. Er ist allumfassend, endlos und jenseits von Zeit und Ort. *Das Leere muss erkannt und zurückgewiesen werden, wenn es auch leer von Liebe ist.*¹¹ Von diesem Punkt an schreitet man nicht mehr durch Verneinung, sondern durch Bejahung weiter fort, die durch tiefes Gebet und die flehentliche Bitte an Gott um weitere Führung verstärkt wird.¹² Göttliche LIEBE darf hier nicht mit Emotionalität oder Anhaftung verwechselt werden, die man gewöhnlich als menschliche Liebe wahrnimmt.

⁸ Mit dem "linearen" bezeichnet Hawkins den grobstofflich-zeitlichen Bereich, das "nicht-lineare" beginnt beim Subtilen.

⁹ Hierzu Wilber in *Die integrale Zukunft der Religionen*: "Nagarjuna sagt (im Hinblick auf die letztendliche Wirklichkeit): 'Sie ist weder leer, noch nicht leer, noch beides, noch keines von beiden, aber um darauf hinzuweisen, wird sie die Leere genannt' – die Leere, *Shunyata*, oder Leerheit. Es ist ein radikales '*neti, neti*' – 'nicht dies, nicht das' – wobei '*neti, neti*' jegliche Eigenschaft verneint. Das bedeutet, dass die Leere oder die letztendliche Wirklichkeit nicht von allem, was entsteht, getrennt ist. Sie ist die Leere von allem, was erscheint. Frei von Konzeptualisierung oder Kategorisierung betrachtet, ist alles, was entsteht, Leere, oder Leere ist die Wirklichkeit von jedem einzelnen Ding in der manifesten und unmanifesten Welt – es ist die Soheit oder Istheit jedes einzelnen Dinges, welches unmittelbar *so betrachtet wird, wie es ist*, und nicht so, wie es benannt, beurteilt oder kategorisiert wird."

¹⁰ Der kausale Bereich.

¹¹ Hervorhebung von mir.

¹² Beim Übergang vom Kausalen zum Nichtdualen kann die Ent-Identifizierung von jeglicher Form zu einer existentiellen Dissoziation von jeglicher Manifestation führen (materiell und geistig), einer "kausalen Fixierung" (Wilber), verbunden mit einer "Aversion" gegenüber dem Manifesten (anstatt einer Integration/Uarmung). Der Schlüsselsatz im Zitat der Fußnote 9 ist dabei: "Das bedeutet, dass die Leere oder die letztendliche Wirklichkeit nicht von allem, was entsteht, getrennt ist. Sie ist die Leere von allem, was erscheint." Das "nicht getrennt" verhindert, wenn es erfahren wird, die Dissoziation, bei der die Liebe und LIEBE verlorengehen.

Sowie die Eigenschaften und der Kontext jeder Ebene Gott übergeben sind, steigt eine abschließende Konfrontation auf, die ebenfalls losgelassen werden muss. Diese ist eine große Herausforderung. Der Devotee muss darauf in passender Weise vorbereitet sein, denn wenn er das verpasst, was man die „allerletzte Tür“ nennen könnte, kann es zu sehr schwerer Niedergeschlagenheit kommen, die länger als eine Lebenszeit andauern könnte. Der ernsthafte Schüler muss deshalb schon reichlich vorher wissen, dass er an diesem letzten Durchgang mit der Frage konfrontiert werden wird, ob er bereit ist, sein Leben selbst hinzugeben oder doch wenigstens das, was seit Beginn der Evolution für das innerste Herzstück des Lebens angesehen wurde.

Dieses letzte Tor wird sehr selten durchschritten, und ein Grund dafür ist mangelnde Vorbereitung, mangelnde Sicherheit und am Ende ein gewaltiger Zweifel.

Unter der Überschrift *Der letzte Durchgang* schreibt Hawkins weiter:

Wenn man sich diesem nähert, ist der gesamte Kontext frisch, rein, formlos und non-linear. Es gibt da keine „anderen“, und man kann sich auch nirgends hinwenden. Man hat keine persönlichen Eigenschaften oder Denkpositionen mehr, und Denkvorgänge sind nicht mehr verfügbar, da der Geist schweigend und konzeptfrei ist.

Es gibt weder Bilder noch Erinnerungen. Allein Bewusstsein bleibt als Gewährsein selbst, ohne ein Objekt oder einen Inhalt dieses Bewusstseinsgewahrseins. Es ist einfach aus sich selbst, ohne Subjekt oder Objekt. Es ist das Gewährsein, das seiner selbst gewahr ist, und es ist keine „Wesenheit“ übrig geblieben, die Träger von Gewährsein wäre.

An diesem Punkt ist Gewährsein identisch mit der Qualität von Leben selbst. Das ist alles, was es noch gibt – einfach „Leben“. Dieses Gefühl des reinen Urgrunds des Lebens hat all seine früheren Eigenschaften, Adjektive, Verben oder Substantive verloren. Diese wurden lange vorher übergeben. Alles, was noch übrig ist, besteht einfach aus dem reinen Leben selbst als dem Urgrund von Existenz.

Dann taucht eine zunehmende Angst auf, die sich fast bis zum Terror steigert, dass auch dies am letzten Durchgang übergeben werden muss.¹³ Damit ist es die Angst vor dem absoluten Tod oder der "Ver- nicht- ung" hinein in Nichts-Sein und Nicht-Existenz für immer. Hier wird deutlich, dass das, was Gott übergeben werden muss, das Leben des kleinen Selbstes und seiner Motive, weiterhin als Erfahrender und scheinbare Quelle und Wesentlichkeit des Lebens (die letzte Illusion) zu existieren, ist. Das ist eine ungeheuer starke Illusion, und um ihr zu trotzen, braucht man Mut, Vertrauen, Überzeugung und die ganze Tiefe der Hingabe: „Dir, oh Herr, übergebe ich das Leben selbst.“ Da der Geist schweigt, kann man von ihm keinen Rat bekommen.

An seiner Stelle erhebt sich ein Wissend-Sein, es ist das Wissen, dass jede Angst Illusion ist. Das muss man mit absoluter Sicherheit wissen. Kümmere dich nicht um die schreckliche Angst, denn sie ist in Wirklichkeit nur der „Abschlusstest“, und übergib das Leben selbst. Dass man tatsächlich stirbt, wird bestätigt, weil das die innere Erfahrung darstellt. Das ist der eine und einzige Tod, der jemals erscheinen kann, und er tritt deshalb auf, weil er niemals zuvor übergeben wurde. Physischer Tod ist vergleichsweise nichts dagegen. Das ist ein schnelles Verlassen des Körpers, und das Leben geht weiter, indem es als eine andere Verkörperung wieder auftaucht. Somit ist dieses Sterben das erste und einzige Mal, dass man damit konfrontiert wird und es übergeben muss. Wenn man loslässt, folgen einige Momente des Schreckens, und dann öffnet sich die Tür zu einer unendlichen Pracht und Glorie, die jede Beschreibung übersteigt.

Nun erfolgt eine *Anpassung*:¹⁴

Dieser Übergang ist sehr viel größer, als man es sich vorstellen, beschreiben oder auch nur ausdenken kann. Dennoch kann diese gegebene Information zu einem erfolgreichen Durchgang durch diese ungeheure Schlussphase helfen. Am Anfang steht ein Paradigmen Schock, der manchmal als „Gottesschock“ bezeichnet wird. Man hat tiefe Ehrfurcht vor solch einer gewaltigen Dimension, so dass der Geist für immer still bleibt. Es gibt kein willentlich bestimmtes persönliches Selbst mehr und ebenso wenig dessen angebliche innere Qualität als antreibende Ursache. Das Gefühl von „ICH“ schließt jetzt

¹³ Die "dunkle Nacht des Selbst" möglicherweise auch noch mit Anteilen der "dunklen Nächte" der Sinne und der Seele.

¹⁴ In der Abbildung oben durch den geknickten Pfeil symbolisiert, der von der Mitte aus durch alle Bereiche hindurchgeht.

die gesamte Existenz jenseits von Zeit, Dimension und linearer Beschreibung ein. Es gibt kein Gefühl von „mein“ mehr, und man ist ohne den Eindruck von Besitz oder Kontrolle. Alles ist selbst-existent und selbst-erfüllend. Der Körper agiert autonom und als Folge seiner Beziehung zum alles umgreifenden Feld. Man wird Zeuge davon, dass der Körper, genau wie zuvor, vermeidet, auf der Straße überfahren zu werden, aber er tut das aus sich selbst heraus.

Obgleich es keinen Denkvorgang als solchen mehr gibt, sind Informationen immer noch verfügbar, weil die einzigartige Qualität des Bewusstseinsfeldes alle Ereignisse unpersönlich aufzeichnet, einerlei, wie scheinbar unwichtig diese auch sein mögen. Der Wissende und das Gewusste sind identische Realitäten als Folge von Bewusstsein/Gewahrsein. An seiner Stelle wird überwältigend offenbar, dass Bedeutung Essenz ist und dass die Wirklichkeit der Essenz ihre Bedeutung ist. Also, so offensichtlich oder absurd es auch klingen mag, ein Stuhl ist was er bedeutet.

Diese gewaltige Verwandlung zieht eine Periode von Neuorientierung bezüglich aller früheren Eigenschaften des Lebens nach sich. Man muss die Sinne für die Verhaltensweisen des Körpers und seine Beziehung zu anderen Objekten neu einstellen. Menschen sprechen den Körper als „Du“ an und denken, dass „Du“ der Körper bist. Das SELBST ist still, unsichtbar und hat als solches keinen wirklichen Namen.

Die Zeit der Reorientierung und Neueinstellung kann recht lange, manchmal sogar jahrelang, dauern. Während dieser Zeit ergibt sich eine eigenständige Handlungseigenschaft, die man als Person- oder Persönlichkeitswirkkraft bezeichnen könnte und die mit der Welt interagiert. Das Leben geht von selbst weiter, weil Existenz Leben ist. Potenziale wandeln sich in Tatsächlichkeit als Folge von Evolution. Aus dem Obigen ist ersichtlich, dass es keine „Person“ gibt, die erleuchtet werden könnte; im Gegenteil, die Person verschwindet und wird durch diese nicht-lineare Wirklichkeit ersetzt. Daher wird klar, dass es sich beim Zustand der Erleuchtung nicht um eine Vollbringung, einer Leistung, einen Erwerb und nicht einmal um eine Transformation handelt. Es ist in Wirklichkeit ein Ersetzen.

Abschliessend schreibt Hawkins noch über *Erfüllung: Die Aktualisierung von Potenzialen*.

Der Schüler fragt, wie realistisch oder praktisch es ist, sich die Realisierung des SELBSTES oder Erleuchtung, wie das auch genannt wird, als Ziel

vorzunehmen, wenn man die Seltenheit dieses Zustandes bedenkt. Tatsächlich ist er in der bisherigen Geschichte extrem selten vorgekommen. Dennoch hat sich jetzt die Wahrscheinlichkeit, dass ein ernsthafter Schüler Erleuchtung erreicht, durch die Anhebung der übergreifenden Bewusstseinsstufe erhöht. Jeder Fortschritt im Bewusstsein ist bereits ein Erleuchtungszustand im Vergleich zu dem, der ihm vorherging. Von einer Messwertebene unter 200¹⁵ auf eine solche darüber fortzuschreiten, stellt einen ganz wichtigen großen Schritt dar. Der nächste Sprung verlässt den Herrschaftsbereich von Emotionalität zugunsten der Fähigkeiten der Vernunft und des Intellektes, und diese werden dann bei der Ebene 499 überschritten. Danach erkennt man, dass die Wirklichkeit nicht linear oder deskriptiv, sondern subjektiv ist. Das Auftreten von Liebe bei 500 kündigt ein neues Paradigma an. Die Bewusstseinsstufe 540 bringt das Auftauchen von Bedingungsloser Liebe, welche durch Freude und Ekstase fortschreitet. Erleuchtung kalibriert klassischerweise bei der Ebene 600 und setzt sich dann fort bis 1.000, indem Linearität als vorgebliche Wirklichkeit verschwindet. Man identifiziert sich nicht länger mit Begrenzung, und der Prozess führt über die Überschreitung beschränkender Kontextbildungen, die mit dem Auftauchen der Qualitäten und Bewusstseinsstufen in Verbindung stehen, durch welche das Nicht-Manifeste manifest wird. Somit haben die am weitesten fortgeschrittenen Bewusstseinsstufen zu tun mit Ausdehnung und Herrschaft des nicht-linearen Kontextes und Paradigmas, welche über präzise lineare Beschreibung und Definition hinausgehen.

¹⁵ Die Zahlenangaben beziehen sich auf das Bewusstseinsmodell von Hawkins.