

# integral informiert

Online-Journal des Integralen Forums  
für die integrale Lerngemeinschaft

## Inhalt:

Einleitung der Redaktion	S. 3
A) Thesen zu den Möglichkeiten einer akademischen und integralen Forschung	
Dr. Marc Lucas	S. 5
B) Integral Research	
Michael Habecker	S. 8
C) Die Seele und das einzigartige Selbst – ein Workshopbericht	
Michael Habecker und Matthias Ruff	S. 10
D) Folter	
Jeff Salzman/Michael Habecker	S. 16
E) Die Erleuchtung der Fülle	
Marc Gafni/Michael Habecker	S. 20
F) <i>Advanced Integral</i> Besprechung (Teil 2)	
Michael Habecker	S. 35



## Intention:

Das Online Journal des *Integralen Forums* hat die Absicht, über Neuigkeiten und aktuelle Entwicklungen der Arbeit Ken Wilbers und des Integralen Institutes (I-I) deutschsprachig zu berichten. Die Kenntnis der aktuellen Entwicklungen ist die Grundvoraussetzung für ein Verständnis und - daraus folgend - für Anwendungen, Diskussionen und Kritik an dieser Arbeit. Ken Wilber und das I-I sind über unsere Aktivitäten informiert, wir weisen jedoch darauf hin, dass dieses Journal kein vom I-I „autorisiertes“ Journal ist. Wir weisen außerdem darauf hin, dass die Inhalte dieses Journals nur zum persönlichen Gebrauch bestimmt sind.

## Impressum:

**Herausgeber:** [www.integralesforum.org](http://www.integralesforum.org)

in Kooperation mit der Integralen Initiative Frankfurt e. V. (IIF)

**Verantwortlich:** INTEGRALES FORUM e.V., Spremberger Str. 1, 12047 Berlin

**ISBN :** 978-3-933052-20-9

**Erscheinen:** 6x jährlich (etwa 50 Seiten)

**Bezug:** über Online-Abo, Bestellungen über [www.integralesforum.org](http://www.integralesforum.org)

**Preis:** Das Abo des Online Journals kostet 40 € jährlich und geht einher mit einem Zugang für das Content-Portal „Integrales Leben“ auf [www.integralesforum.org](http://www.integralesforum.org).

Es wird per Email an die Empfänger verschickt.

Alte Ausgaben stehen online im Archiv zur Verfügung.

Mehr Informationen unter [www.integralesforum.org](http://www.integralesforum.org)

**Redaktion und Lektorat:** Michael Habecker, Sonja Student, Dennis Wittrock  
**Bereich Business, Coaching, Persönlichkeitsentwicklung:** Rolf Lutterbeck

**Bild-Quellen:** Icon Zones, Advanced Integral: Core Integral,  
 Jeff Salzman: Jeff Salzman, Fechner: Wikipedia, offene Lizenz  
 Sean Hargens: Dennis Wittrock

**Übersetzung:** Michael Habecker

**Layout:** Jürgen Schröter (Ausführung: Uwe Schramm)

**Email:** [oj@integralesforum.org](mailto:oj@integralesforum.org)

# Einführung



Integrales Leben

## Einleitung der Redaktion

Wir beginnen diese Ausgabe Nr. 30 des Online Journals mit zwei Beiträgen zum Thema einer integralen Forschung. Danach folgt ein Praxisbericht eines Workshops, der im Rahmen des Kongresses „Seelen-Heil-Kunst“ der Akademie Heiligenfeld im Mai dieses Jahres in Bad Kissingen stattfand. Zu den vielen interessanten Beiträgen der Webpage [integrallife.com](http://integrallife.com) gehört auch die Interview-Reihe *the daily evolver* mit Jeff Salzman, und aus dieser Reihe stellen wir einen Beitrag zum Thema „Folter“ vor. Ein Schwerpunkt der diesjährigen Tagung des Integralen Forums in Nürnberg waren zwei Vorträge von Marc Gafni, denen wir einen ausführlichen Beitrag widmen. Dabei stoßen wir auch auf einen „alten Bekannten“, dem Ken Wilber sein Buch *Integrale Psychologie* gewidmet hat. Wir beschließen diese Ausgabe mit dem zweiten Teil unserer Besprechung der Kursreihe *Advanced Integral* von Clint Fuhs und Ken Wilber.

Die Redaktion

### Ein Ausblick auf kommende Themen:

- Zyklen, Phasen und Strukturstufen
- Das Buch *Integral Relationships* von Martin Ucik

Aus aktuellem Anlass:

## Eine Erklärung des Integralen Forums zu Marc Gafni

Das Integrale Forum hat seit seiner Gründung neben dem Bemühen um die Entwicklung einer eigenständigen deutschsprachigen integralen Perspektive immer auch den Kontakt zu der amerikanischen integralen Szene um Ken Wilber gesucht. Im Laufe der Jahre hat sich dabei eine Reihe fruchtbarer Kontakte und eine Zusammenarbeit ergeben, u. a. auch zu Marc Gafni, der zusammen mit einer anderen Lehrerin, Diane Hamilton, auf der IF-Tagung 2010 in Berlin einen Beitrag einbrachte und auch auf der diesjährigen IF-Tagung in Nürnberg ein Hauptreferent war.

Einige Jahre vor dieser Zusammenarbeit gab es Hinweise auf ethisches Fehlverhalten von Marc im Zusammenhang mit Schülerinnen. Dies führte seinerzeit zu einem Bruch zwischen Marc und dem Integral Institute. Ken Wilber verfasste in diesem Kontext ein kritisches Schreiben, das wir im deutschsprachigen Raum auf der (inzwischen in das Integrale Forum integrierten) „Integralen Bibliothek“ veröffentlicht haben. Einige Jahre später wurde Marc von Integral Life (dem CEO Robb Smith) offiziell rehabilitiert. Auf dieser Basis entstand, nachdem wir die Gründe für die von vielen Lehrern und Lehrerinnen getragene Rehabilitation gründlich geprüft hatten, die oben erwähnte Zusammenarbeit des Integralen Forum mit Marc. Jetzt (September 2011) sind neue Vorwürfe von Fehlverhalten gegenüber Marc geäußert worden, die wir als Integrales Forum sehr ernst nehmen und die unser Vertrauen, das wir ihm nach seiner Rehabilitation entgegen gebracht haben, erschüttert hat. Wir sind in einen Informations- und Klärungsprozess eingetreten. Diesen Klärungsprozess werden wir von unserer Seite bis spätestens Mitte Oktober zu einem vorläufigen Abschluss bringen und uns dann auch äußern. In dieser Zeit werden wir unsere Zusammenarbeit mit Marc im Rahmen des Projekts Weltspiritualität und als spiritueller Lehrer ruhen lassen.

Das IF hat sich zum Ziel gesetzt, in vielen Bereichen z.B. in Wirtschaft, Bildung, Ökologie, Politik, etc. zu mehr integralem Verständnis beizutragen. Hierzu gehört auch der sehr sensible Bereich von Spiritualität, den wir mit vielen anderen spirituellen Lehrern unter einer integralen Perspektive voranbringen möchten. Themen wie eine Weltspiritualität, ein neues Selbst-Konzept und ein evolutionär-integrales Verständnis von Liebe, werden wir weiter verfolgen, auch unter Berücksichtigung von Beiträgen von Marc Gafni, wie wir sie auch in der neuen Ausgabe der IP und des Online Journals veröffentlichen. Diese öffentliche Diskussion über spirituelle Standards haben wir bereits im vergangenen Jahr mit unserem Positionspapier (u.a. in Bezug auf Anforderungen an spirituelle Lehrer) begonnen und werden sie mit Sicherheit in Zukunft weiter vertiefen.

*- Der IF-Vorstand und das DIA-Team:*

*Dennis Wittrock, Sonja Student, Hilde Weckmann, Michael Habecker, Rolf Lutterbeck*



# A) Thesen zu den Möglichkeiten einer akademischen und integralen Forschung

Dr. Marc Lucas

Abstract: Der Beitrag will eine systematische Übersicht über die konkreten Ausformungen und Möglichkeiten einer entstehenden integralen Forschung bieten. Zunächst wird der integrale Ansatz nach seiner Herkunft und seinem Geltungsanspruch beschrieben und dann für eine akademische Forschung zugänglich und praktikabel gemacht. Mit den 3 Domänen der integralen Forschung werden aktuelle Forschungsbemühungen systematisch dargestellt und ein einfaches Ordnungsmuster für weitere Forschung entworfen. Dabei werden ungelöste Forschungsfragen des Integralen aus Sicht einer akademischen Forschung aufgeworfen. Es wird bewusst nicht der Versuch unternommen einen weiteren Beitrag zu integraler (Meta-)Theorie zu leisten, sondern sich dem bislang wenig bearbeiteten Thema „Forschung“ praktisch gewidmet. Die Perspektive und Zielsetzung ist insbesondere durch den Versuch geprägt integrale Forschung „wissenschaftsfähig“ zu machen. Der Autor ist sich dessen bewusst, dass dabei für integrale Theoretiker durchaus neue Denkpfade beschritten werden und freut sich auf einen angeregten und inspirierenden Austausch.

Der integrale Ansatz weist eine für die Wissenschaften vergleichsweise relativ kurze Tradition auf. Auch hat sich noch keine einheitliche Definition des Begriffes „integral“ herausgebildet. Aus diesem Grunde scheinen einige Anmerkungen zu Perspektiven einer akademischen integralen Forschung angebracht. Der integrale Ansatz wurde namentlich erstmals in den wissenschaftlichen Diskurs durch den Kulturphilosophen Jean Gebser eingeführt. Ken Wilber aber auch Erwin Laszlo, Maik Hosang, Don Beck oder Michael Murphy haben den Begriff des Integralen früh verwendet und in unterschiedlicher Weise weiterentwickelt. In jüngster Zeit gibt es einige akademische Brutstätten für integrales Denken und Forschen, so die JFK University in den USA und die FernUniversität in Hagen mit ihrem Masterkurs „Integrale Führung“. Zudem befassen sich einige Journale (AQAL, Integral Leadership Review) mit integralen Ansätzen und es sind bislang verstreute Forschungsaktivitäten verschiedener Fachdisziplinen und vereinzelt Diplomarbeiten zumeist auf Betreiben der Diplomanden selbst anhängig oder abgeschlossen.

Aus akademischer Sicht ist der integrale Ansatz zunächst und am besten als eine Heuristik zu verstehen, die den Zugang zu komplexen Fragestellungen durch eine angemessene Systematik erleichtert. Diese im Grunde dem Gedanken des Konstruktivismus verpflichtete Haltung betont Wilber immer dann, wenn er betont, dass die Landkarte nicht mit der Wirklichkeit zu verwechseln sei. Auch wenn die Geltungsansprüche integraler Ansätze vorgenannter Gründungsvertreter umfassender sind, ist es aufgrund der konstruktivistischen Selbsteinordnung also durchaus gerechtfertigt, wenn man für eine wissenschaftliche Betrachtung wie üblich eine Ableitung aus den jeweiligen Gegenstandsbereichen der Forschung und Anwendungspraxis, auf die Bezug genommen werden soll, fordert. Mithin ist das Ziel einer wissenschaftlichen Zugangsweise zum integralen Forschen nicht der Erhalt des einmal postulierten integralen Ansatzes. Forschungsleitend ist eine mehrperspektivische und systematische integrative Orientierung, die die integralen Heuristiken in der vorliegenden Form nur zum Ausgangspunkt haben. Der Anspruch integraler akademischer Forschung ist folglich nicht als eine „Theorie für alles“ aufzustellen. Vielmehr wird eine ordnende aber auch entwickelbare Heuristik für

spezifische Fragestellungen aufgestellt, mit dem Ziel der aktuellen wissenschaftlichen und auch anwendungsbezogenen Zersplitterung in Teildisziplinen, Minimalaussagen und Insellösungen soweit wie möglich und sinnvoll zu begegnen.

In diesem Sinne gibt es nicht die „eine“ integrale Forschung, sondern in der derzeitigen Forschungspraxis sind mindestens drei Domänen der integralen Forschung mit jeweils eigener Berechtigung erkennbar. Diese sind beschreibbar als:

a) Die Untersuchung eigener Forschungsgegenstände mit zumeist traditionellen und weniger triangulierten Forschungsmethoden auf Basis einer integralen Heuristik oder auf Basis von Ausschnitten des als Heuristik verwendeten AQAL-Modells.

Diese Form der Anwendung findet man in den meisten Diplomarbeiten bis hinauf zu teilweise sehr umfangreichen und anspruchsvollen Buchpublikationen (vor allem bei SUNY). Ggf. könnten im Rückschluss auch daraus bereits Erkenntnisse für eine Modifikation des integralen Ansatzes insgesamt entstehen. Zumeist ergeben sich aber aufgrund der Mehrperspektivität frische und neue Einsichten zum konkreten Forschungsgegenstand.

Herausforderung bei einer solchen Forschung bleibt einerseits zunächst zu prüfen, ob und welche Aspekte einer integralen Heuristik für das eigene Forschungsfeld hilfreich, d.h. passend und nicht bereits anderweitig besser beschrieben wären. Zudem müsste geprüft werden, ob die je zu entwickelnde eigene angepasste Heuristik nicht nur das Forschungsfeld, sondern auch den integralen Gedanken noch hinreichend repräsentiert bzw. ob diese Heuristik überhaupt als integral wiedererkennbar bleibt (s. z.B. teilweise stark abweichende Ansätze bei u.a. Lessem und Schieffer).

b) Die Untersuchung der integralen Theorie oder von Aspekten davon mit eher herkömmlichen Mitteln.

Dies wird u.a. in der interdisziplinären Forschungsreihe an der Uni Köln versucht, die ich begleiten darf (eine erste von mehreren geplanten Veröffentlichungen ist einsehbar unter: [www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0018451](http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0018451)).

Ziel solcher Bemühungen ist neben der reinen Erkenntnis zugleich die Integration bzw. Akzeptanz des Integralen in der akademischen Forschung. Pointiert könnte man aus Sicht der akademischen Forschung und Lehre formulieren, erst damit wird aus einem „Belief System“ eine akzeptable „Metatheorie“. Um dieses Ziel zu erreichen, muss man zunächst den Versuch unternehmen aus dem integralen Ansatz eine vollwertige Theorie zu machen und beforschbare Hypothesen abzuleiten. Das gelingt am besten an den Stellen, an denen sich der Ansatz vorhandener und gut etablierter Theorien bedient und diese in seine Theorie inkorporiert. Lohnend wäre es besonders Zusammenhänge und Interspaces zwischen den im integralen Ansatz nur lose verbundenen Theorien und Forschungsfeldern zu untersuchen. So wäre m.E. ein derzeit wesentlicher Schritt die 4 Quadranten mit den Linien ins Verhältnis zu setzen.

Hier müsste man aber sicher am meisten offen bleiben für so manche überraschende Veränderung, die das Modell für so manchen zunächst und vielleicht für immer sehr verändern würde. Das hieße von Forschungs- und Theorieliebeleien und von auf spirituellen Traditionen fußenden Heilswünschen an eine einfach verstehbare letzte Wirklichkeit Abstand zu nehmen.

c) Im Grunde genommen kann m.E. erst auf Basis einiger erbrachter Leistungen aus den ersten beiden Domänen einer integralen Forschung der ernsthafte Versuch erfolgen eine integrale Forschung im Sinne einer multiperspektivischen, transaktionalen Prozessforschung für das gesamte Modell erwachsen zu lassen.

Hierbei müsste neben dem ungeklärten Verhältnis der Wechselwirkungen der AQAL-Aspekte und Zonen untereinander zudem das Problem der Methodentriangulation besser gelöst werden. Eher kontraproduktiv zu werten sind dabei aktuelle Bemühungen um eine „Wiederverzauberung“ der Wissenschaft, das bloße Einführen meditativer Techniken traditioneller zumeist Zen-Schulen unter Auslassung der europäischen phänomenologischen Denktradition oder bloße simplifizierende Schlagworte, die einen m.E. eher regressiven Charakter verdecken, wie „second simplicity“ oder „1-2-3“. An die akademische Wissenschaft anschlussfähiger wäre es bei den Zonen des IMP nicht bloß zwischen jeweils Innen- und Außenseite der vier Quadranten zu unterscheiden, sondern zwischen mehreren Herausforderungen zu differenzieren. Einige davon sind bereits in den Wissenschaften erkannt und daran könnte man anschließen. Als Beispiele wären zu nennen die Probleme und Herausforderungen der Triangulation von qualitativer und quantitativer Forschung unter Berücksichtigung einer grounded theory, zudem die Bedeutung von induktiven und deduktiven Schlüssen und damit zum Verhältnis von (Meta-)Theorie und Empirie sowie das Verhältnis nomothetischer und ideographischer Herangehensweisen und Aussagen. Auch auf das Menschenbild und Bewusstsein des teilnehmenden Forschers im Feld seiner Forschung ist sicher hinzuweisen. Jedoch ist auch dieser in der integralen Forschung zentrale Gedanke nicht neu und beispielsweise in der Methodendiskussion zur Feldforschung bereits seit Lewin bekannt. Fahrenberg bzw. Kirchner diskutieren u.a. aktuell das Thema Menschenbild als Ausgangsbedingung für die Psychologie bzw. Arbeitswissenschaften. Teilweise wird die Bedeutung dieses Wirkfaktors jedoch auch überbetont. Es bleibt zumindest darauf hinzuweisen, dass wir ja immer mit reduktionistischen Modellen arbeiten und diese im konstruktivistischen Sinne immer nur hinreichenden Erklärwert für ihren Forschungsgegenstand erreichen müssen. Die Frage der Forschungsökonomie als ein bedeutendes Gütekriterium scheint mir insbesondere bei den integralen Forschungsansätzen bislang viel zu wenig berücksichtigt.

Kurzum, bei dem Ziel eine integrale Forschung zu betreiben bleiben neben den forschungspraktischen Fragen nach Akzeptanz und Zugang zu Forschungsmitteln viele soeben ausgeführte und sicher weitere noch ungelöste Herausforderungen. Im Sinne einer integralen Haltung wäre es sinnvoll hier mehrere Perspektiven, Wege und Vorgehensweisen zuzulassen und die nächsten Schritte und zu lösenden Fragen ggf. auch auf Basis dieser Ausführungen systematisch anzugehen. Dabei darf und sollte jeder Forscher (egal welcher Zustands- oder Strukturstufe, vom Fach-Experten bis zum Magier oder Spiral Wizard) begrüßt und jedes Vorgehen im Sinne einer der beschriebenen Domänen integraler Forschung gefördert werden.



**Dr. Marc Lucas** ist Diplom-Psychologe, Master of Business Administration (USA), Traumatherapeut, Trainer, Berater und Coach. An der Universität zu Köln begleitet und betreut er mehrere integral-orientierte, interdisziplinäre Forschungsprojekte, die auch mit Doktorarbeiten verbunden sind und teilweise von der Helmholtz Gesellschaft gefördert werden. Zudem ist er mitverantwortlich für die Gestaltung des Masterkurses „Integrale Führung“ und die weitere Betreuung am BWL-Lehrstuhl für Personalführung und Organisation der FernUni Hagen.

## B) Integral Research

Michael Habecker    Integrale Forschung (oder Integral Research) ist von Anbeginn an ein wesentliches Anliegen von Ken Wilber und anderen, die sich mit dem integralen Ansatz beschäftigen. Ohne eine Rückbindung an das, was Ken Wilber mit „weiter Wissenschaft“ [broad science] bezeichnet, als eine Wissenschaft die nicht auf eine naturwissenschaftliche Perspektive reduziert ist, sondern alle Erkenntnisweisen der Menschheit umfasst, bleibt die integrale Theorie und Praxis „bloße Metaphysik“, und ist damit auch uninteressant für weite Teile des nicht nur akademischen Mainstreams.

### Was könnten Untersuchungsbereiche einer integralen Forschung sein?

Das für Wilber Interessierte Naheliegendste und auch Bekannteste ist die Anwendung der integralen Theorie in Form von AQAL (alle Quadranten, alle Entwicklungsebenen, alle Entwicklungslinien, alle Zustände und alle Typen) auf ein Interessen- oder Fachgebiet. Dies führte und führt zu einer Fülle von Veröffentlichungen unterschiedlichster Bereiche wie integrale Medizin, integrale Ökologie, integrale Politik, integrale Spiritualität und vielem mehr. Menschen, die Experten oder interessierte Laien eines oder mehrerer Fachgebiete sind, bedienen sich des integralen Ansatzes und wenden ihn auf ihr Gebiet an, um zu sehen, was dabei herauskommt.

Eine weitere Möglichkeit zu integraler Forschung besteht darin, den integralen Ansatz Wilbers „auf Herz und Nieren“ bezüglich seiner Aussagen zu prüfen, sowohl was die Grundannahmen („Orientierungsverallgemeinerungen“) betrifft, als auch hinsichtlich der Schlussfolgerungen, die Wilber und andere aus diesen Grundannahmen ziehen. Diese Diskussion wird praktisch parallel zu den Veröffentlichungen Wilbers geführt, mit einem Spektrum von sehr sachlich bis sehr polemisch. Die von Frank Visser eingerichtete Webpage [www.integralworld.net](http://www.integralworld.net) vereinigt eine große Anzahl von Wilber-Kritikern. Darüber hinaus findet jährlich eine Integral Theory Conference (ITC) statt, bei der über 500 Teilnehmer aus der ganzen Welt kritische und auch weiterführende Beiträge zur integralen Theorie und Praxis präsentieren und diskutieren (siehe hierzu den Bericht der Konferenz 2010 von Dennis Wittrock auf [www.integralesleben.org](http://www.integralesleben.org)).

Ebenso untersuchungswert ist der Anspruch der integralen Theorie, eine „Theorie von allem“ zu sein. Hierbei lassen sich Fragen stellen wie:

- Stimmt der Anspruch (oder gibt es etwas, was in dieser Theorie keinen Platz hat)?
- Ist die Landkarte (AQAL) optimal, oder gibt es bessere Möglichkeiten einer Definition von Strukturelementen zur Wirklichkeitsbeschreibung?
- Wie kann sichergestellt werden, dass die Landkarte sich mit dem Wissensfortschritt weiter entwickelt?

Interessant sind auch vergleichende Untersuchungen der von Wilber entwickelten AQAL Theorie und anderen Theorien mit integralem Anspruch. Wilber selbst betont immer wieder, dass die von ihm entwickelte integrale Landkarte nicht *die* integrale Landkarte ist, sondern lediglich diejenige, die er für am umfassendsten hält, was ihren Erklärungsrahmen angeht. Doch vielleicht gibt es andere Landkarten, die Wirklichkeit besser erklären und beschreiben. Um das herauszufinden helfen vergleichende Studien nach dem Motto: Wer ist am integralsten und welche Landkarte ist am umfassendsten?



Ein besonderes Untersuchungsobjekt ist der von Wilber entwickelte Methodenpluralismus, als eine Metatheorie mit dem Anspruch alle Seins- und Erkenntnisweisen der Menschheit in einen umfassenden Erklärungsrahmen zu stellen, mit der Möglichkeit der Ableitung von Aussagen wie:

- Worin liegt die Größe (der Untersuchungsbereich) einer Erkenntnisperspektive und Methode?
- Wo sind die Grenzen einer Erkenntnisperspektive und Methode (was kann diese nicht erklären und beschreiben)?
- Wie hängen alle Methoden miteinander zusammen?

Weitgehend unbemerkt von einer auch integral interessierten Öffentlichkeit ist bereits einiges zum Thema Integral Research veröffentlicht worden, und zwar in dem von sunypress<sup>1</sup> verlegten *Journal of Integral Theory and Practice (JITP)*<sup>2</sup>. Insgesamt drei Ausgaben dieses noch jungen Journals (5. Jahrgang) widmen sich vollständig dem Thema Integral Research, und zwar die Ausgaben Vol. 3, No. 1 (2008); Vol. 3, No. 2 (2008) und Vol. 5 No. 2 (2010).

Auch unter der Adresse [www.integralresearchcenter.org/source](http://www.integralresearchcenter.org/source) finden sich eine Reihe von akademisch orientierten Veröffentlichungen zur integralen Theorie und Praxis, von denen drei im Folgenden kurz vorgestellt werden.



Sean Esbjörn Hargens

Der Beitrag *A Multi-Method Approach to Investigating Phenomena*, veröffentlicht 2006 im dem akademischen *Journal Constructivism in the Human Sciences*, war der erste Beitrag zu integraler Forschung. Der Autor Sean Esbjörn-Hargens, der auch Herausgeber des JITP und Co-Autor des Buches *Integral Ecology* ist, widmet sich intensiv diesem Thema. Ein Beitrag, den Esbjörn-Hargens zusammen mit Ken Wilber unter dem Titel *Toward a Comprehensive Integration of Science and Religion: A Post-Metaphysical Approach* geschrieben hat wurde im *Oxford Handbook of Religion and Science 2006* veröffentlicht. Dieser Beitrag ist ein Beispiel, wie der Integrale Methodologische Pluralismus (IMP) die Forschung zu einer Integration von Wissenschaft und Religion unterstützen kann. Eine sehr gute Einführung zur Integralen Theorie stammt ebenfalls von Esbjörn-Hargens. Sie wurde unter dem Titel *An Overview of Integral Theory: An All-Inclusive Framework for the 21st Century* veröffentlicht. Eine deutschsprachige Übersetzung findet sich auf der Webseite: [www.integralesforum.org](http://www.integralesforum.org).

Im deutschsprachigen Raum ist das *Institut für Integrale Studien (IFIS)* <http://www.ifis-freiburg.de/> um die Förderungen integraler Studien mit Veranstaltungen und Publikationen bemüht. Eine Auflistung von Links zu Akteuren integraler Forschung findet sich auf der IFIS-Webseite unter <http://www.ifis-freiburg.de/node/151>.

Ebenfalls im deutschsprachigen Raum aktiv ist das *Deutsche Kollegium für Transpersonale Psychologie und Psychotherapie (DKTP)*, mit Kongressen, Symposien und Weiterbildungen. Aus der Homepage des DKTP: „Wir fördern die interdisziplinäre Zusammenarbeit von WissenschaftlerInnen und ForscherInnen und treten für die Belange der Transpersonalen Psychologie und Psychotherapie in Lehre, Forschung und Weiterbildung an Hochschulen und vergleichbaren wissenschaftlichen Einrichtungen ein.“ (Mehr auf der Webseite: <http://www.dktp.org>)

<sup>1</sup> <http://www.sunypress.edu/p-5108-journal-of-integral-theory-and-practice-quarterly.aspx>

<sup>2</sup> Früher erschien das JITP unter dem Titel *AQAL Journal*.

## C) Die Seele und das einzigartige Selbst – ein Workshopbericht

Michael Habecker  
und Matthias Ruff

Vom 19.05. bis 22.05.2011 fand in Bad Kissingen auf Einladung der Akademie Heiligenfeld der Kongress „Seelen-Heil-Kunst“ statt und erfreute sich wieder eines großen Publikumsinteresses. Wir (die Autoren dieses Beitrages) waren als Workshopreferenten eingeladen und möchten von unseren Erfahrungen berichten.

Es gibt wahrscheinlich nur wenige Institutionen, denen es derzeit gelingt zu dem Thema „Seele“ so viele Menschen zusammenzubringen. Auch wenn der Begriff eine lange, jahrhundertealte Tradition hat und sich in praktisch allen Hauptsprachen der Welt wiederfindet, ist die „Seele“ aus dem allgemeinen öffentlichen und auch akademischen Diskurs weitgehend ausgeschlossen. Ihr haftet etwas Überholtes und Unscharfes an, was zu unserer aufgeklärten, naturwissenschaftlich betonten Zeit nicht zu passen scheint.

Wie kann, so unsere Ausgangsfragestellung, in guter integraler Weise das kostbare vor-modernde Erbe, das sich mit dem Begriff Seele verbindet, mit einer enormen Fülle an Erkenntnissen, unserer heutigen postmodernen Zeit ohne allzu viel metaphysischen Ballast zur Verfügung gestellt werden? Anders gefragt: Wie könnte ein integrales Seelenverständnis aussehen?

Die Überschrift unseres Workshops lautete: *Das einzigartige Selbst - Ideen für ein integrales Seelen- und Selbstverständnis*. Nach einer Ankommensübung stimmten wir die etwa 25 TeilnehmerInnen darauf ein, die eigenen, persönlichen Assoziationen zum Begriff „Seele“ zu betrachten. Ein kurzer Austausch in Kleingruppen brachte die Menschen in einen lebhaften Dialog.

Es war uns klar, dass das Ausbreiten der AQAL Landkarte den auf drei Stunden angesetzten Workshop überfrachten würde, und daher begannen wir inhaltlich damit, Aspekte von Seele vorzustellen, die wir auf einem Flip Chart vorbereitet hatten.

## Aspekte von Seele

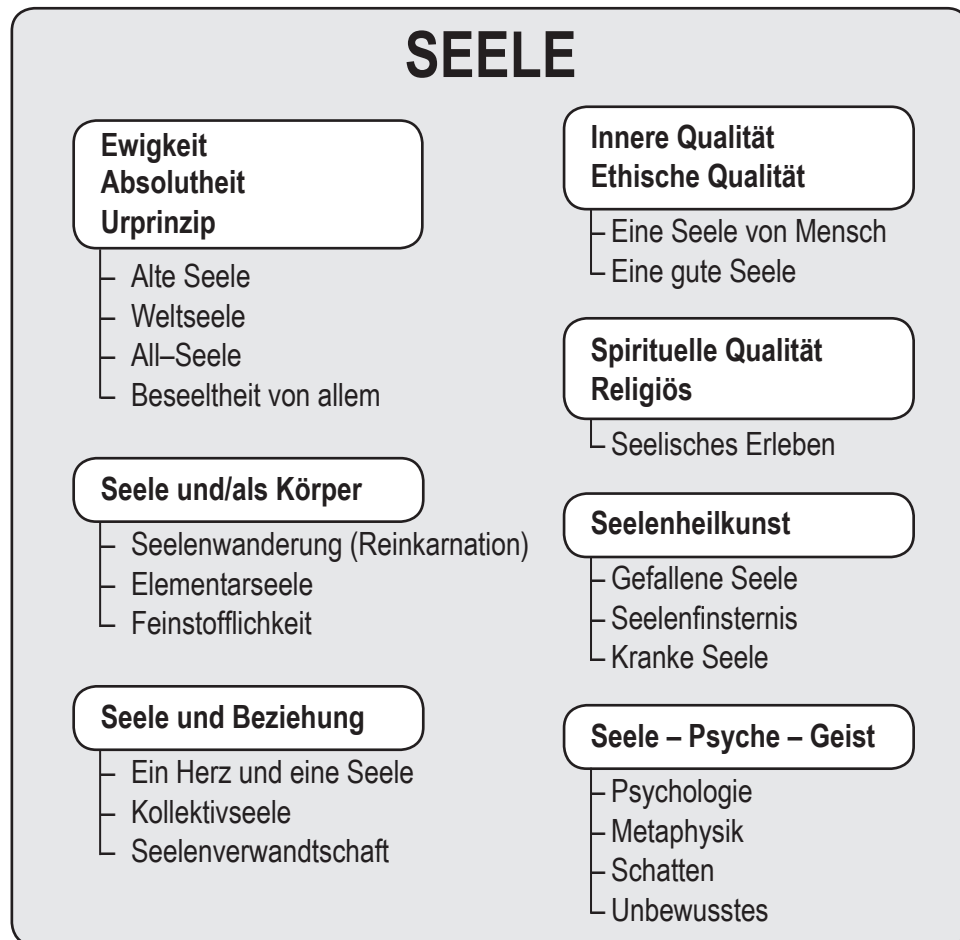


Abb.: Aspekte von Seele

Ein Aspekt von Seele hat mit Begriffen wie „Ewigkeit“, „Absolutheit“ und „Urprinzip“ zu tun, jedenfalls finden sich in der Literatur Hinweise in diese Richtung mit Formulierungen wie „alte Seele“ (die weit über ein irdisches Leben hinausreicht), „Weltseele“, „All-Seele“ und die „Beseeltheit von allem“. Menschen haben in unterschiedlichen Kulturen unterschiedliche Arten von Einheitserfahrungen auch mit dem Begriff „Seele“ oder in Form eines „seelischen Erlebens“ beschrieben.

Ein weiterer, sich daran anschließender Aspekt von Seele beschreibt körperliche Eigenschaften im Zusammenhang mit diesem Begriff. Hierzu gehören Worte wie „Seelenwanderung“ oder Reinkarnation<sup>3</sup>, Elementarseele und Feinstofflichkeit. Wenn etwas nach dem physischen Tod wandert, dann muss dies eine Art von Körperlichkeit oder Stofflichkeit haben, als eine Trägersubstanz, und diese wird oft auch als „Seele“ oder „Seelenkörper“ beschrieben. Doch auch zum konkreten physischen Körper lassen sich Bezüge zur Seele herstellen. Ruediger Dahlke, einer der bekanntesten Autoren zu diesem Thema im deutschsprachigen Raum, weist in Büchern wie „Krankheit als Sprache der Seele“ und „Der Körper als Spiegel der Seele“ darauf hin, dass seelische Krankheiten, was immer diese auch sind, sich symptomatisch durch und im physischen Körper ausdrücken können.

<sup>3</sup> zum Versuch einer theoretischen Begründung von Reinkarnation und Feinstofflichkeit (und subtiler Energie) siehe auch den Exzerpt G von Ken Wilber, und den Eintrag auf [IntegralesLeben.org](http://integralesleben.org): <http://integralesleben.org/il-home/il-integrales-leben/anwendungen/religion-spiritualitaet/reinkarnation/>

Ein weiterer Schwerpunkt der Wortbedeutung „Seele“ ist der von Innerlichkeit. Hierzu gehören positive Charaktereigenschaften wie die „einer guten Seele“ oder „eine Seele von einem Mensch“. In diesem Zusammenhang haben „seelische Erfahrungen“ oft eine spirituelle oder auch religiöse Dimension, vor allem in der mystischen Literatur.

Auf Beziehungsaspekte von Seele weisen Begriffe wie „Seelenverwandtschaft“, „Kollektivseele“ und „Ein Herz und eine Seele“ hin. Seele und damit im Zusammenhang stehende Erfahrungen erstrecken sich offenbar, um einen Wilber Terminus zu gebrauchen, nicht nur über die oberen (individuellen) Quadranten, sondern auch über die unteren (kollektiven) Quadranten.

Zum Wahrnehmungsbereich von Innerlichkeit passt auch das Begriffstrio Seele-Psyche-Geist. Alle drei werden teilweise synonym gebraucht, teilweise aber auch im Unterschied zueinander verwendet, und weisen auf innere Erfahrungsdimensionen hin. Daraus abgeleitet ergeben sich Themenbereiche wie Psychologie und Psychodynamik, Metaphysik (oder Postmetaphysik), das Unbewusste und der Schatten.

Daran anschließend kann man dunkle Aspekte im Zusammenhang mit dem Begriff Seele erwähnen, die sich in Worten wie „gefallene Seele“, „Seelenfinsternis“ und „kranke Seele“ ausdrücken. Allerdings gibt es auch Menschen, die sagen, dass eine Seele nicht krank werden kann, sondern immer schon heil ist, was auf die oben erwähnte Absolutheitsdimension von Seele verweist.

Ein weiteres Begriffstrio, und zwar das von Körper-Seele-GEIST, weist auf einen Entwicklungsaspekt hin, beim dem Seele eine wesentliche Rolle als ein Zustand oder eine Entwicklungsstufe spielt.

Diese Vorstellung unterschiedlicher Aspekte des Seelenverständnisses wurden vom Workshop-Publikum gut aufgenommen und boten, wie eine kurze Diskussion zeigte, allen genügend Raum für ihre persönliche Seelenvorstellung und Seelenerfahrung. Dabei wurde auch deutlich, ohne dass wir dies thematisierten, dass die Beschreibungen zum Komplex „Seele“ in gewisser Weise als eine frühe, wenn auch undifferenzierte AQAL Intuition verstanden werden können. Wir finden sowohl innerliche als auch äußerliche Aspekte, Individuelles wie auch Gemeinschaftliches, Hinweise auf Entwicklung und auch typologische Unterscheidungen sowie Zustandserleben.



## Seelenheilkunst

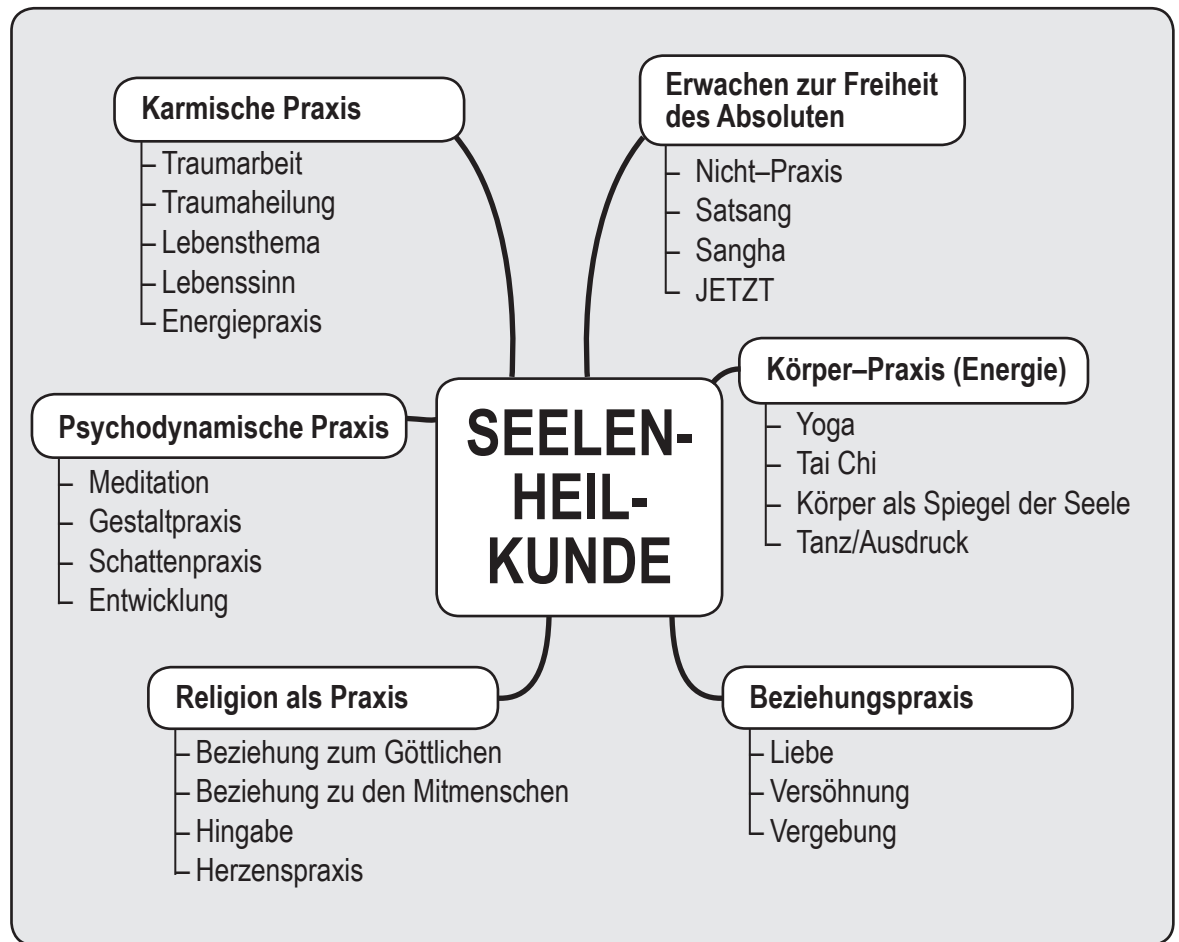


Abb.: Seelenheilkunde

Auf der Basis der oben angebotenen Einteilungen haben wir dann, wieder vorbereitet durch ein Flipchart, verschiedene Richtungen einer Seelenheilkunst – das Thema des Kongresses – abgeleitet.

Für den Absolutheitsaspekt von Seele (oder seiner Abwesenheit, als einer möglichen „dunklen Nacht der Seele“) bieten sich kontemplative Praktiken (oder nicht-Praktiken) der mystischen Traditionen an. Die „Heilung“ besteht darin, im Seinsgrund oder Seelengrund eine „religio“ oder Rückbindung zu erfahren, die das Leid und die Vergänglichkeit der manifesten Welt zwar nicht aufhebt, aber in einen Erfahrenskontext von Ewigkeit und Zeitlosigkeit setzt. Zum religio Aspekt gehört auch die Liebes- oder Hingabepaxis (einschließlich einer Vergebungs- und Versöhnungspraxis) sowohl zum Göttlichen als auch gegenüber den Mitmenschen, als einer Möglichkeit der Gesundheit im Herzen.

Auf der körperlichen Seite stehen uns eine Fülle von Möglichkeiten zu Verfügung, sowohl den grobstofflichen Körper als auch den Energie- oder feinstofflichen Körper heiler werden zu lassen, und damit auch die Seele zu heilen. Gleichzeitig ist unser Körper auch ein Gefährt und Ausdrucksmittel, um unser seelisches In-der-Welt-Sein zum Ausdruck zu bringen.

Ähnliches gilt für die Psyche, als die Gesamtheit unserer Innerlichkeit. Auch hier verfügen wir über ein breites psychodynamisches Instrumentarium, was uns sowohl die Inhalte unserer Psyche, deren Dynamiken und auch die Entwicklungsstrukturen erhel-

len, aus denen heraus wir die Welt und uns selbst betrachten. All dies führt letztlich auch zu einer seelischen Gesundheit im Sinne einer Bewusstwerdung und Schattenintegration. Die verwendeten Begrifflichkeiten – transpersonale Psychologie oder Seelsorge – spielen dabei nicht die entscheidende Rolle, entscheidend ist die therapeutische Wirkung. Hinzu kommt, dass die zum heilkundlichen Einsatz kommenden Methodiken sich heute auf eine wissenschaftliche Basis gründen lassen, was deren Akzeptanz und Wirkungsbereich be-gründet. Am Beispiel der Psyche steht „hinter“ der Erkenntnis der Bewusstseinsinhalte als eine Voraussetzung für deren Heilung die Erkenntnisdisziplin der Phänomenologie. Hinter der Erkenntnis und Heilung der Bewusstseindynamiken steht die Wissenschaft der Psychologie und hinter der Bewusstwerdung der Entwicklungsstrukturen der Entwicklungsstrukturalismus.

Schließlich lässt sich noch eine Art von karmischer Praxis oder Therapie als Aspekt von Seelenheilkunde beschreiben, der dem Aspekt der Reinkarnation Rechnung trägt – wenn man sich so etwas vorstellen möchte. Wenn die Seele wandert, dann hat sie schon viele Leben und Erfahrungen hinter sich. Die Summe dieser Erfahrungen verdichtet sich im aktuellen Leben und diejenigen Aspekte, die einer Lösung oder Heilung bedürfen, wären dann Gegenstand einer karmischen Praxis oder Heilung, wie sie z.B. in einer Reinkarnationstherapie angeboten wird. Weitere Hinweise auf mögliche karmische Themen geben die Traumarbeit und die Arbeit an Lebens- und existentiellen Themen.

Dieses angebotene Spektrum einer Seelen-Heilkunst wurde von den TeilnehmerInnen, von denen viele selbst aus therapeutischen oder seelsorgerischen Berufen kamen, lebhaft diskutiert und auch noch erweitert, z. B. um einen philosophischen Aspekt.



## Das Einzigartige Selbst

Nach einer kurzen Pause begannen wir den zweiten Teil unserer Darstellung mit einer gemeinsamen Yoga Praxis, als eine Möglichkeit die Inhalte und Erfahrungen des ersten Workshopteils zu verkörpern, und ihnen in der Bewegung Ausdruck zu geben. Die Energie im Raum war danach spürbar eine andere als vorher.

Wir stellten dann den TeilnehmerInnen in Kürze das Modell des Einzigartigen Selbst vor, wie es von Marc Gafni und Ken Wilber entwickelt wurde (siehe hierzu auch den Beitrag *Ken Wilber: Leere + Perspektive = Einzigartiges Selbst* in der Ausgabe Nr. 25 des Online Journals). Dieses Modell stellt den Absolutheitsaspekt (Leere) eines Menschen und seine Individualität (Perspektive) in einen gleichwertigen Zusammenhang. Als Erklärung, was die relativen Bedingtheiten eines Menschen ausmacht, greift es auf das AQAL Modell zurück (Quadranten als Perspektiven, Entwicklung, Zustände und Typen). Das Modell eines Einzigartigen Selbst, so unser Vorschlag an die Workshop-TeilnehmerInnen, kann auch als eine Möglichkeit und Brücke dienen, den kostbaren Erfahrungsschatz seelischen Erlebens und Theoriebildungen aus den Jahrtausenden für unsere aufgeklärte Zeit zu retten, ohne dabei die metaphysischen und im Lichte moderner natur- und geisteswissenschaftlicher Erkenntnisse teilweise überholten Modellvorstellungen übernehmen zu müssen. Das Einzigartige Selbst ist in diesem Sinne ein Angebot für ein postmetaphysisches Seelenverständnis. Dieses Angebot wurde im Workshop lebhaft diskutiert, und im Laufe der Diskussion zeigten sich unterschiedliche Wege auf, mit dem Begriff Seele umzugehen. Ein Weg besteht darin, den Begriff Seele in bestimmten Kontexten nicht zu verwenden wegen seiner Unschärfe oder weil mit erhebliche Aversionen zu rechnen ist (z. B. vor einem materialistischen Publikum), sondern nach geeigneten Alternativen zu suchen. Die Alternative dazu ist, den Seelenbegriff und das eigene Verständnis zu definieren, unter Bezugnahme auf die moderne Wissenschaft, so wie wir es im Rahmen des Workshops getan haben. In jedem Fall, darin bestand weitgehende Einigkeit unter den TeilnehmerInnen, trägt die unreflektierte und unkommentierte Verwendung des Seelenbegriffs eher zur Verwirrung bei, und daher begrüßten wir alle die Initiative der Kongressveranstalter, der Diskussion über eine „Seelen-Heil-Kunst“ breiten Raum zu geben.

In einer Abschlussrunde gab es dann noch Gelegenheit für Rückmeldungen zum Workshop, die überwiegend positiv ausfiel.

Rückblickend lässt sich sagen, dass das Experiment eines weitgehenden Verzichts auf die explizite Darstellung der integrale Theorie sich bewährt und den Workshop davor bewahrt hat, die TeilnehmerInnen zu überfordern. Stattdessen haben wir, nach einer persönlichen Einstimmung zum Thema, das Spektrum des Seelenverständnisses ausbreitet, in dem sich die meisten mit ihrem Verständnis wiederfinden konnten. Darauf aufbauend ergaben sich dann unterschiedliche Aspekte von Seelenheilkunde, die gut nachvollziehbar waren, und nach Aussage einer TeilnehmerInnen das eigene Verständnis darüber erweiterten. Schließlich brachte das Modell des Einzigartigen Selbst eine Möglichkeit der Zusammenfassung der enormen Komplexität eines Seelenverständnisses für unsere heutige Zeit.

## D) Folter

Jeff Salzman/  
Michael Habecker

*Die wissenschaftliche Erkenntnis des Besten in der ganzen Welt hängt aber mit der besten wissenschaftlichen Erkenntnis der ganzen Welt zusammen, welche die Natur der Menschen und Dinge bis in ihre ersten und letzten Gründe, Folgen und Verzweigungen zu umfassen hat. Und wir haben mit dem Prinzip keinen Zauberring erworben, der uns alle diese Erkenntnisschätze plötzlich schenkte, sondern nur Kompaß und Steuer für eine mühevollte Fahrt durch die Natur selbst.*

Gustav Theodor Fechner, *Über das höchste Gut*, 1846



Jeff Salzman

Der folgende Beitrag ist eine Wiedergabe eines Interviews, das David Riordan (DR) mit Jeff Salzman (JS) im Rahmen der Reihe *Daily Evolver* im Frühjahr 2011 geführt hat. Es wurde auf IntegralLife veröffentlicht: *Torture: Are We Culpable? Contributors: Jeff Salzman and David Riordan* (<http://integrallife.com/node/106810>). Die Farbangaben beziehen sich auf Spiral Dynamics.

Jeff beginnt mit der Aktualität des Themas und der Frage, wie Staaten wie die USA mit politischen Feinden umgehen. Danach erläutert er, als eine wichtige Voraussetzung zum Verständnis von Folter, wie sich das Foltern im Menschheitsverlauf durch die Entwicklungsstufen hindurch entwickelt hat.

**JS:** Im Tierreich gibt es so gut wie keine Folter im dem Sinn, was wir Menschen darunter verstehen, als das absichtliche Hinzufügen von Schmerz und als ein Quälen. Tiere fügen sich zwar Schmerzen zu, aber dabei geht es im Wesentlichen darum Nahrung zu bekommen, und dies ist keine Schmerzerzeugung um des Quälens willen. Das Spiel einer Katze mit einer Maus könnte noch am ehesten dem entsprechen, was wir unter Folter verstehen, doch sogar das dient der Katze als eine Übung ihrer Fähigkeit Beute zu jagen und nicht der absichtlichen Schmerzzufügung.

Die Menschheit erkennt sich auf der archaischen Entwicklungsstufe erstmals als getrennt von der Welt und anderen Wesen, und dieses archaische Bewusstsein kennt Brutalität, so wie es auch unter Kleinkindern das sich Schlagen oder an den Haaren ziehen gibt.

Die zweite große Stufe ist die des magischen Bewusstseins, wo Menschen zu einem Bewusstsein erwachen, bei dem sie erkennen, dass sie als eine Gruppe existieren, mit einem noch undifferenzierten Bewusstsein zwischen sich selbst und anderen. Was wir hier, aus einer heutigen Perspektive von Folter sehen, sind Dinge wie einem Feind das Herz herauschneiden und sein Blut trinken. Bei dieser Art von Schmerzerzeugung geht es um Macht und Kraft, wie auch beim Essen des Feindes. Das magische Denken ist überzeugt, dass sich so die Kraft des Feindes auf einen selbst überträgt.

Die darauf folgende rote Entwicklungsstufe, die Kriegerstufe, bringt den Menschen die Einsicht einer Unabhängigkeit von den Kräften der Natur, mit der Fähigkeit die Natur mittels der eigenen Macht zu beeinflussen. Diese Entwicklungsstufe ist durch brutale Gewalt gekennzeichnet, und hier beginnt das eigentliche Foltern, so wie wir es heute verstehen, wo das Quälen eines anderen Menschen einem selbst Befriedigung verschafft. Dies beginnt schon auf der vorherigen magischen Entwicklungsstufe, doch das grausame Spiel mit Energien von Tod und Leid durch Folter erreicht auf der roten



Entwicklungsstufe einen ersten Höhepunkt. Wir finden dies in unserer heutigen Kultur wieder in Horrorfilmen mit Szenen physischer, mentaler und emotionaler Folter, wo wir, bequem vom Fernsehsessel aus, mit diesen Bildern und Energien spielen. Das geht zurück bis zu Edgar Allen Poe und seinen Erzählungen und hat noch eine viel längere Tradition in der Menschheitsgeschichte. Wir wollen mit unserem Leiden und unserem Tod spielen, es ist eine Art von Praxis, so wie eine Katze mit einer Maus spielt. Auf der roten Entwicklungsstufe finden wir Mafia-Kulturen, wo das Quälen als ein Mittel der Unterdrückung und Einschüchterung verwendet wird, mit dem der Willen des Gegners gebrochen werden soll um eigene Machtgefühle zu erleben.

Auf der nächsthöheren Entwicklungsstufe vollzieht sich der Schritt vom Kriegerbewusstsein zum traditionellen Bewusstsein, wo Recht und Ordnung im Vordergrund stehen. Die Welt wird in Gut und Böse unterteilt, in Gott und Teufel, und das Drama des Lebens ist der Kampf zwischen Gut und Böse. Das Gute muss das Böse in einem moralischen Feldzug bekämpfen, so wie wir auch die Erreger in uns durch Medikamente bekämpfen, ohne uns um sie zu sorgen. Wir wollen sie vernichten. Hier finden wir die Inquisition und die mittelalterlichen Folterkammern. Dabei ging es um Bekehrungen und Geständnisse, es ging darum den Teufel zu bekämpfen. Die Kultur wird gegen das Dunkle und Böse verteidigt. Es ist schwer vorstellbar, dass dies einen evolutionären Fortschritt darstellt, aber auf der vorherigen Entwicklungsstufe diente das Foltern noch der Unterhaltung, mit öffentlichen Exekutionen und dem Füttern von Löwen mit Menschen. Bis in das 18. Jahrhundert wurden in höheren Gesellschaftskreisen noch Katzen zur Unterhaltung nach Tisch lebendig geröstet. Die Vorstellung einer Bekämpfung des Teufels ist in diesem Sinne ein Fortschritt, das Foltern geschieht nicht mehr öffentlich und zur Unterhaltung, sondern dient einem höheren Ziel und Zweck. Es ist eine Art von Gottesdienst, mit all den fürchterlichen Folterwerkzeugen, die dazugehören.

In der modernen, der orangen Bewusstseinsstufe, beginnt der Aufstieg der Rationalität, mit Menschenrechten und der Würde des Menschen, und dem Verlangen diese schreckliche Vergangenheit hinter sich zu lassen. Es geht immer noch darum Menschen zu bestrafen oder sie zum Reden zu bringen und ihre Geheimnisse zu verraten, doch man möchte nicht so genau wissen, wie das gemacht wird. Bei der orangen Art des Quälens geht es nicht mehr um Nahrung oder um Unterhaltung, jetzt geht es um Untersuchungen und den Erhalt von wichtigen Informationen. Beim Kampf mit dem Gegner geschieht es, dass Menschen gefangen genommen werden, die über Informationen verfügen, die von Bedeutung sind und die man haben möchte. Hierbei spielen Polizei und Militärgerichtsbarkeit eine Rolle. Dafür werden Möglichkeiten entwickelt, die weniger brutal sind, und das führt uns zur gegenwärtigen Diskussion über Folter. Die Foltermethoden der Bush Regierung nach dem 11. September, wie waterboarding, [eine Foltermethode des simulierten Ertränkens] Demütigung und Schlagen sind das, was ein roter Impuls in einer orangen Kultur ausführt. Doch die Menschen, die Derartiges anordnen, tun dies nicht zu ihrem Vergnügen, sondern um Informationen zu erhalten. Orange bringt diese Kühle mit sich, „es ist nichts Persönliches, ich muss dir 180 mal das Gefühl des Ertrinkens geben, damit du mir sagst, was du weißt.“

**DR:** Bush führte damit eine Politik fort, die Clinton begonnen hatte, wo Menschen, von denen man Informationen haben wollte, in Länder gebracht wurden, wo sie gefoltert wurden. „Ich möchte die Informationen, aber sagt mir nicht, wie ihr sie beschafft habt“, das ist eine typische „moderne“ Art damit umzugehen.

**JS:** Guantanamo ist dafür auch ein Beispiel. Es sind keine US Bürger, um die es geht, es findet auch nicht auf dem Territorium der USA statt, und es gibt eine Militärgerichts-

barkeit außerhalb der Verfassung. Doch es wird in unserem Namen gemacht, und als ein Unterauftrag weiter vergeben.

Mit der grünen Entwicklungsstufe treten die Menschenrechte und die Weiterentwicklung der Moral in den Vordergrund. Mit Grün sehen wir den Schmerz anderer Menschen und können uns in sie hineinfühlen, wir erkennen uns in ihnen wieder und es bricht uns das Herz. Folter und Quälerei werden gänzlich und vehement abgelehnt. Hier entsteht eine neue moralische Orientierung.

Man sucht nach neuen und besseren Wegen von Vernehmungsmethoden, um Informationen zu erhalten, mit denen man unschuldige Menschen schützen kann. Das ist ein Fortschritt. Es gibt ein Buch *How to break a terrorist* [von Matthew Alexander und John Bruning], und darin schreibt jemand, der selbst mutmaßliche Terroristen mit den beschriebenen Methoden verhört hat, dass es in den meisten Fällen bessere und erfolgversprechendere Methoden gibt um an Informationen zu gelangen als das waterboarding. Die meisten Menschen sprechen gut darauf an gesehen, gehört und respektiert zu werden. Das ist sehr interessant. Es ist für uns Menschen als homo empathicus offenbar sehr schwer, uns anderen nicht mitteilen zu können. Menschen können offenbar große Schmerzen ertragen, aber was wir nicht können, im besten Sinne des Wortes, ist uns gegenüber jemandem zu verschließen, der sich uns gegenüber öffnet. Die Verhörmethoden verfeinern sich dadurch immer mehr und werden humaner.

Hier kommen wir zu der Frage, was eine integrale Perspektive gegenüber Folter oder Untersuchungsmethoden ist. Wir kommen dabei zu Gedankenexperimenten der Form „was würdest du tun bei einer wirklichen Bedrohung?“. An dieser Stelle wird es ganz konkret. Wenn jemand kommt und deine Tochter entführt, und nehmen wir an, einer der Entführer wird dabei gefasst und er weiß wo die anderen die Tochter verstecken, – was würdest du tun?

**DR:** Der Zeitaspekt kommt noch dazu. Nehmen wir an du hast nur eine halbe Stunde Zeit, weil danach die Wahrscheinlichkeit sehr groß ist, dass die Tochter woanders hingebracht wird. Was tust du – sofort? Hier wird es sehr persönlich.

**JS:** Wenn du wüsstest, dass der einzige Weg, jemand davon abzuhalten durch einen Anschlag Millionen von Menschen zu töten, darin besteht, ihm die Haut bei lebendigem Leibe abzuziehen – würdest du das machen? Natürlich kann man das nie genau wissen, aber nehmen wir an, es gäbe eine Wahrscheinlichkeit von 60% für das von mir geschilderte Szenario. Was würdest du machen? Mit derartigen moralischen Dilemmas müssen wir umgehen. Auf den heutigen Schlachtfeldern befinden wir uns in einer „roten Blase“ [bubble], einem Bereich, in dem rotes Bewusstsein vorherrscht. Natürlich trainieren wir die Soldaten entsprechend, doch in einer Gefechtssituation befinden sie sich augenblicklich in derartigen moralischen Dilemmas. Was dient dem größeren Wahren, Guten und Schönen?

**DR:** Der persönliche Aspekt dabei ist wichtig: würde *ich* das tun, würde *ich* jemandem die Haut abziehen? Nicht würden wir das tun, oder jemand anders, sondern ich? Würde ich das an jemanden anderes delegieren?

**JS:** Mit den Worten von George Orwell: „wir schlafen gut in der Nacht, weil es raue Männer gibt, die uns beschützen.“ Wie kann man mit diesem Dilemma politisch umgehen? Ich denke, eines ist klar: Folter ist illegal, es gibt eine ganze Reihe von Weltkonventionen, die das sagen. Ich hoffe, dass wir in der Lage sind bessere Möglichkeiten der

Untersuchung und des Verhörs zu finden. Und ich hoffe, dass bei Situationen, wo die Zeitbombe tickt und viele Menschen gefährdet sind, dass dann Menschen bereit sind, den Preis zu zahlen für das Brechen des Gesetzes für etwas, was noch höherwertiger ist in dieser Situation. Das würde ich für die Zukunft nicht ausschließen. Doch Folter muss illegal bleiben, und ich denke, dass Menschen, wenn sie es tun, auch wenn sie damit Leid von vielen anderen abwenden, dass sie dann auch zu einer Art von Verantwortung gezogen werden, weil sie das Gesetz gebrochen haben.

**DR:** Eines der Argumente dabei ist, dass gesagt wird, dass Demokratien nicht foltern und dass wir nicht das gleiche tun dürfen wie Menschen wie Saddam Hussein beispielsweise. Wie können wir als Demokraten die gleichen Techniken einsetzen wie diese Leute? Ein Unterschied ist sicher, dass wir nicht wahllos Leute aufgreifen und foltern, sondern dass wir gezielt vorgehen, uns sicher sind, dass jemand Informationen hat, die anderen großen Schaden zufügen können, und dann ist die Frage, welche Verhörmethoden beispielsweise die gewünschten Ergebnisse bringen, das was du gerade angesprochen hast.

**JS:** Ja, das sind die Fragen, die uns bewegen. Keine Demokratie hat nach meiner Kenntnis Dinge getan, wie Saddam sie getan hat. Das ist vorbei, wenn auch nicht vom Planeten verschwunden. Es geschieht immer noch in Syrien, es wurde in Ägypten gemacht, auch in einigen Staaten Afrikas, wie Ohren oder die Zunge abschneiden – als eine offizielle Politik, und darum geht es. Das wurde in Saddams Welt von ganz oben angeordnet, und es geschieht immer noch in Syrien, doch ich kenne keine Demokratie, wo so etwas Regierungspolitik war. Hier gibt es also Fortschritte. Brutale Gewalt herrscht jedoch nach wie vor auf den aktuellen Schlachtfeldern, das steht außer Frage.

**DR:** Dabei brauchen wir uns bloß an den Krieg gegen die Eingeborenen in unserem Land (USA) zu erinnern, das war brutale Gewalt gegen alle, Frauen, Kinder ... Hier gibt es keine Regeln mehr, es geht ums brutale Überleben.

**JS:** Das sind die Gesetze des Krieges. Ich denke und hoffe, dass Derartiges immer weniger notwendig wird, und dass die Menschen bessere Möglichkeiten entdecken, wie man miteinander umgehen kann. Der Fortschritt der Menschheit ermutigt und inspiriert mich, und es geht gleichzeitig darum, mit den Gegebenheiten so umzugehen, wie sie sind. Auch hier in den Vereinigten Staaten gibt es Menschen, die treffen ihre Wahlentscheidungen aus Rache, ihr Bewusstseinschwerpunkt ist zwischen Rot und Blau – kriegerisch-traditionell. Es gibt Leute, die wollen einfach nur, dass andere Leute gefasst und beseitigt werden, und sie machen sich keine Gedanken über Kollateralschäden, und Präsidenten müssen auch mit diesen Leuten umgehen. Und bei all dem gibt es einen enormen Fortschritt, insbesondere im Umgang mit offiziell sanktionierter Gewalt.

**DR:** Dieses Thema wird uns weiter begleiten, und wir werden viele Gelegenheiten haben derartige Entscheidungen sowohl in unserem persönlichen Leben zu treffen, uns aber auch die Frage stellen, wie wir politisch repräsentiert sein wollen, und was die Vereinigten Staaten in unserem Fall tun.

**JS:** Es geht darum engagiert zu bleiben, geostrategisch, aber auch was unsere persönliche moralische Entwicklung betrifft.

**DR:** Unserer Zuhörerschaft können wir als ein Gedankenexperiment noch die Frage mit auf den Weg geben, „unter welchen Umständen – wenn überhaupt welche für sie vorstellbar sind – würden sie anderen Schmerzen zufügen, um ein bestimmtes Ergebnis zu erreichen?“

# E) Die Erleuchtung der Fülle

Marc Gafni/  
Michael Habecker

## Inhalt

Einleitung  
Zur Begriffsbestimmung von *pleasure*  
Gustav Theodor Fechners *Über das höchste Gut*  
Die Marc Gafni Vorträge  
15 Prinzipien von Freude (die sich auf 5 Ebenen von Freude ausdrücken)  
5 Ebenen der Freude  
Schlussbemerkung

## Einleitung

Erleuchtung wird in vielen der kontemplativen Wege als das Aufwachen aus dem Traum (oder Alptraum) der Formen und „Illusionen“ angesehen, als ein Erwachen zum Absoluten, zum Sein bzw. dem, was allen Formen und Erscheinungen vorausgeht und diesen zugrunde liegt. Die manifeste Welt wird dabei als vorübergehend und überwiegend leidvoll beschrieben, so z. B. im Buddhismus („Leben ist Leiden“) und auch im Christentum über den Leidensweg einer Nachfolge Christi, wo es für jeden darum geht „sein Kreuz zu tragen“. So wichtig und richtig beides auch ist, der Hinweis auf einen absoluten Seinsgrund wie auch der Hinweis auf die offensichtlich auch leidvolle Vergänglichkeit des irdischen Daseins, so stellt sich doch die – auch spirituelle – Frage, wo dabei die Freude und die Lust des Lebens bleiben, die ja unzweifelhaft auch existieren, und welchen Platz diese im Rahmen von Religion und Spiritualität haben.

Mit der Veröffentlichung des Buches *Integrale Spiritualität* hat Ken Wilber einen Rahmen aufgezeigt für eine traditionsübergreifende und wissenschaftsbasierte Spiritualität und Religion, die sowohl die zeitlose als auch die zeitliche Dimensionen des Menschseins und Lebens umfasst. Marc Gafni gehört zu denjenigen spirituellen Lehrern, die sich um eine konkrete Ausgestaltung dieser Vision bemühen. Dabei sind es mindestens drei Themen, die Marc derzeit vorantreibt:

- eine Weltspiritualität [worldspirituality]
- eine Theorie und Praxis eines Einzigartigen Selbst
- eine Theorie und Praxis zum Thema Erleuchtung der Fülle

Der Schwerpunkt des Vortrags von Marc (und Diane Hamilton) war auf der IF Tagung 2010 das Thema des Einzigartigen Selbst (die Frühjahrsausgabe des Journal of Integral Theory and Practice, JITP, widmet sich auf 180 Seiten ausschließlich diesem Thema, und im Oktober 2011 soll ein Buch von Marc dazu erscheinen). 2011 präsentierte Marc in zwei Beiträgen die Weiterentwicklung seiner Lehre zur einer kompletten Landkarte der *Erleuchtung der Fülle*. Diese Vorstellungen hat Marc bisher (Sommer 2011), wie er erwähnt, noch nirgendwo veröffentlicht. Der nun folgende Beitrag fasst die Grundgedanken seines Vortrages zusammen. Es ist empfehlenswert, sich dazu die bei AV Records erschienenen DVDs zu bestellen, um Marc im Original zu hören (mit Übersetzung)<sup>4</sup>.

4 Siehe hierzu <http://www.avrecord.de/AVRecord/katalog/kongresse.php?shorty=IFT11>

Die Beiträge von Marc Gafni haben die Titel „Eine Weltspiritualität auf der Grundlage evolutionärer Liebe leben“ und „Second Simplicity: Mache integrale Prinzipien sexy und lebendig“.



Bevor wir uns jedoch damit beschäftigen, möchte ich zu einem Zeitsprung um etwa 165 Jahre zurück einladen. Wir gehen zu einem Text von Gustav Theodor Fechner mit dem Titel *Über das höchste Gut*, veröffentlicht 1846. Dieser Text, so mein Eindruck, zeigt auf eine verblüffende Weise Parallelen zu dem oben angesprochenen Thema.

Demselben Gustav Theodor Fechner widmet Ken Wilber übrigens sein Buch *Integrale Psychologie*. Im Abschnitt *Vorbemerkung für den Leser* schreibt Wilber:

Alle Lehrbücher scheinen darin übereinzustimmen, dass Gustav Fechner eine der bahnbrechenden Gestalten bei der Gründung der modernen Psychologie war, und ein Text nach dem anderen sang ein Loblied auf diesen Mann, der eine Möglichkeit entdeckte, wie man quantitative Meßmethoden auf den Geist anwenden konnte, und die Psychologie damit „wissenschaftlich“ machte ... Dieser Dr. Fechner hatte, so nahm ich an, die Psychologie vor einer Kontamination mit etwas wie Seele oder GEIST bewahrt und den GEIST frohgemut auf messbare empirische Dinge reduziert und damit die Ära wahrhaft wissenschaftlicher Psychologie eingeführt. Das ist alles, was ich von Gustav Fechner gehört hatte, bis ich ein paar Jahre später in einem Laden voller wunderbarer alter Philosophiebücher stöberte. Da gab es, für mich ziemlich schockierend, ein Buch mit einem beeindruckenden Titel – *Leben nach dem Tod* –, geschrieben im Jahr 1835 und von niemand anderem als Gustav Fechner. Es begann mit dem äußerst faszinierenden Satz: „Der Mensch lebt auf der Erde nicht einmal, sondern dreimal. Seine erste Lebensstufe ist ein steter Schlaf, die zweite eine Abwechslung zwischen Schlaf und Wachen, die dritte ein ewiges Wachen.“ Und so ging es weiter in dieser Abhandlung über das immerwährende Erwachen. „Auf der ersten Stufe lebt der Mensch einsam im Dunkel; auf der zweiten lebt er gesellig, aber gesondert neben und zwischen anderen in einem Lichte, das ihm die Oberfläche abspiegelt, auf der dritten verflucht sich sein Leben mit dem von anderen Geistern zu einem höheren Leben in dem höchsten Geiste, und schaut er in das Wesen der endlichen Dinge ...“

Vom Körper zum Geist zum GEIST, die drei Stufen des Wachstums des Bewusstseins ... Fechners Ansatz der Psychologie war so also eine Art *integraler Ansatz*: er wollte empirisches und wissenschaftliches Messen benutzen, nicht um Seele und GEIST zu leugnen, sondern um zu helfen sie zu erhellen. Das ganze materielle Universum als innerlich lebendig und bewusst anzusehen heißt, das einzunehmen, was Fechner die Perspektive der *Tagesansicht* nannte. Es als träge Masse anzusehen, der jede theologische Bedeutung fehlt, ist die Perspektive, die Fechner *Nachtansicht* nannte.

Wilber schließt die Einleitung zu *Integrale Psychologie* mit den Worten:

Ich persönlich glaube, dass integrale Psychologie (und integrale Studien im Allgemeinen) in den kommenden Jahrzehnten zunehmend von Bedeutung sein wird, wenn die akademische Welt sich ihren Weg aus der Nachtansicht des Kosmos heraus ertastet, an der sie so hartnäckig festhält. Was folgt, ist nun eine Version der Tagesansicht. Und, lieber Gustav, diese sei Dir gewidmet.

## Zur Begriffsbestimmung von *pleasure*

Ein zentraler Begriff der Evolution der Fülle und Form bei Marc Gafni ist der englische Begriff *pleasure*. Dieser wurde während der Tagung diskutiert und mit „tiefer Freude“ übersetzt, ist jedoch, worauf Marc hinweist, nicht das gleiche wie *joy*, was im Deutschen auch mit „Freude“ übersetzt werden kann. Der nun folgende Text über einen Aufsatz von Theodor Fechner verwendet als einen zentralen Begriff das Wort *Lust*, als eine Lust, die nicht nur körperlich-emotional-sexuell auf den unteren Entwicklungsebenen zu Hause ist, wie wir den Begriff heute verstehen, sondern als eine Daseinslust begriffen wird, die sich durch alle Ebenen der Entwicklung und Daseinsbereiche zieht, von ganz unten bis nach ganz oben. Dieser von Fechner und anderen zu seiner Zeit verwendete Lustbegriff entspricht meiner Meinung nach ziemlich genau dem, was Marc Gafni in seinem Beitrag mit *pleasure* meint.

## Gustav Theodor Fechners *Über das höchste Gut*

Gleich zu Beginn verknüpft Fechner, ähnlich wie das Marc Gafni tut, eine Entwicklungsperspektive („Endzweck“), eine Ethik („Sittenlehre“) und das Lustprinzip miteinander, und zwar unter Berücksichtigung einer individuellen und einer kollektiven Dimension<sup>5</sup>:



*G. Th. Fechner*

Gustav Theodor Fechner:

Unter höchstem Gut verstehe ich den Endzweck, auf den alles Denken und Handeln, Dichten und Trachten des Menschen hinzielen soll, und zwar nicht nur des einzelnen, sondern in bezug auf welchen sich auch das aller Menschen vereinigen soll. Mit der Bestimmung desselben ist zugleich das höchste Sittenprinzip bestimmt. Man hat dieses höchste Gut wie das darauf gerichtete Handeln unter verschiedenen Ausdrücken zu fassen gesucht, als: Gott zu Willen handeln, Gott ähnlich werden, Gott erkennen, Gott lieben, vernünftig handeln, naturgemäß handeln, sich als Glied des (organischen) Ganzen fühlen, dem man angehört; im Sinne und zur Erhaltung desselben handeln; die wahre Bestimmung des Menschen erfüllen, die wahre Bestimmung der Dinge erfüllen, für seine eigene Lust handeln, für anderer Lust handeln, möglichste sinnliche Lust, möglichste geistige Lust, ruhige Lust, bewegte Lust suchen, und was dergleichen mehr ist.

In der sinnlichen, geistigen und ruhigen Lust, und zwar jeweils in ihrem „möglichsten“ Ausmaß, lassen sich ohne Mühe Ebenen von Lust erkennen, die alle – nach Fechner – ihre Bedeutung und Wert für den Menschen haben. Ruhige Lust und bewegte Lust weisen auf die Daseinsbereiche von Leerheit und Form. Warum fällt die Wahl von Fechner auf das Lustprinzip? Im Unterschied zu einer abstrakten Formel wie „Gott zu Willen handeln“ ist das Lusterleben unmittelbar für jeden Menschen erfahrbar und damit auch konkret handhabbar und nachvollziehbar.

Näher betrachtet zeigen sich nur die Prinzipie der Lust oder Glückseligkeit, wie man sie auch nennt, unmittelbar klar und verständlich; denn was Lust, Glück, was mehr, was weniger Lust, Glück ist, fühlt jeder unmittelbar ...

Fechner lässt sich bei seiner Betrachtungen auch von einer zu seiner Zeit schon bestehenden negativen Bewertung des Lustprinzips nicht von seinem Vorhaben abbringen und ist um eine Integration bemüht:

<sup>5</sup> Alle Zitate dieses Abschnittes stammen aus dem Text *Über das höchste Gut* von Gustav Theodor Fechner von 1846, siehe das Gutenberg – Projekt (<http://gutenberg.spiegel.de/buch/1093/1>).

Aber gerade die Prinzipie der Lust hat man mit vorzugsweiser Missachtung beiseite gelegt; das Wort Lust selbst hat einen bösen Klang in der Sittenlehre gewonnen. Dessen ungeachtet ist es wieder ein Prinzip der Lust oder Glückseligkeit, was ich im folgenden aufstelle, ein Prinzip, welches sich von den bisherigen bloß in dem Punkte unterscheidet, dass es ihre Einseitigkeit nicht teilt, indem es dieselben verknüpft. Die Lust dünkt mich nach allem der Stein zu sein, der von den Bauleuten verworfen ist, dass er einst zum Eckstein werde. Es gilt aber, ihn auf die breite Seite zu legen; und man hat immer bloß die Kanten oder die schmalen Seiten ins Auge gefasst; weil sie freilich stärker in den Blick einschneiden.

Moral und Regeln dienen bei Fechner dem Lustprinzip und nicht umgekehrt. Auch die Einschränkung („Verkürzung“) von Lust dient dabei lediglich ihrer Verfeinerung und ihrem Wachstum.

Geht alle moralischen Grundregeln einzeln durch, bei keiner wird sich ein anderes Prinzip der Lustverkürzung finden, als diese Absicht auf den Lustgewinn im Ganzen. Nur um den Taler Lust zu gewinnen, gebieten sie uns, den Pfennig Lust hinzuwerfen ... nur der Lust an Zerstörung der Lust treten sie selbst mit Drohung der Zerstörung gegenüber. Alles, was beiträgt, Lust im Ganzen zu erhalten und zu fördern, Unlust im Ganzen zu mindern, ist ihnen heilig, und wird uns heilig zu halten von ihnen geboten.

Die größte Lust werden alle dann haben, wenn alle einträchtig nach dem Größten der Lust arbeiten, jeder nach seinen Kräften und Werkzeugen, und dies Größte wird nicht wachsen wie die Summe derer, die dazu zusammenwirken, sondern wie das Vielfache dieser Summe durch sich selbst.

Der Mensch soll, so viel an ihm ist, die größte Lust, das größte Glück in die Welt überhaupt zu bringen suchen; ins Ganze der Zeit und des Raumes zu bringen suchen.

Doch diese Lust kommt nicht von alleine, sondern es geht auch um die Erlangung von Fertigkeiten und Kenntnissen (Marc Gafnis erstes Prinzip, siehe unten).

... der Mensch soll sich und andere so erziehen, dass er die größtmögliche Lust an —solchem Trachten und Handeln, die größtmögliche Fertigkeit darin und die größtmögliche Kenntnis von dem gewinnt, was das Glück, den Lustzustand der Welt fördert, womit er zugleich der möglichst beste Mensch wird.

Ist nicht allen Wesen allenthalben das Trachten nach Lust eingepflanzt!

Den Entwicklungsaspekt betont Fechner wie folgt, als eine Entwicklung, die die Lust der Menschen und Geschöpfe zur Lust Gottes macht:

...es sei nicht sowohl die augenblickliche und gegenwärtige Einzellust seiner Wesen, die Gott selbst als gleiche Lust teilt, dann wäre er nicht mehr als die Summe seiner Wesen und hätte ihre Unlust wie ihre Lust zu teilen; sondern, was ihm Lust macht sei die Fortführung des Ganzen und jedes Einzelnem in diesem Ganzen zu einem lustvollen Endziele, oder, sofern es kein Ende gibt in der Welt, zu immer größerer Annäherung an eine reine, der seinen gleiche, Seligkeit und immer größerer Erweiterung des Gebiets dieser Seligkeit.

Dabei anerkennt Fechner in einer frühen Integralität alle Formen (oder Ebenen) der Lust.

In der Tat, darin eben liegt der wesentliche Unterschied unseres Lustprinzips von allen früheren, dass es von vornherein keine besondere Art oder Seite der Lust vor der

anderen anzustreben gebietet, und dadurch allen gerecht zu werden vermag. Nicht die eigene Lust, nicht die fremde Lust, nicht die sinnliche, nicht die geistige Lust, nicht die jetzige, nicht die künftige Lust, nicht die Lust des Guten, nicht die Lust des Bösen, nicht die ruhige, nicht die bewegte, nicht die extensiv andauernde, nicht die intensiv starke Lust hat im Prinzip von vornherein einen Vorzug. Sondern sein Wesen liegt darin, dass es das Maximum der Lust schlechthin als das Anzustrebende setzt, gleich viel zunächst, wie, wo, wann, durch was für Mittel. Welche Lust in jedem Falle den Vorzug haben soll, muss ihn durch ihre Größe und die ihrer Folgen verdienen.

Dieses „Maximumprinzip“ ist, wie wir heute sagen würden, von einer höchstmöglichen Bewusstseinsstufe („weiteste Umsicht“) aus zu leben, um, wie Wilber es in seiner moralischen Grundintuition formuliert hat, „die größte Tiefe für die größte Spanne“ zu erreichen, d. h. soviel Bewusstheit wie möglich für so viele Wesen wie möglich zu fördern.

Die richtige Entwicklung dieses Maximumprinzips mit Bezug auf die Natur der Menschen und Dinge und die allgemeinen und besonderen Umstände, unter denen zu handeln ist, verteilt, ordnet, misst, wählt die Lust und Unlust überhaupt so, dass alle Forderungen der reinsten Moral, der natürlichsten Gerechtigkeit, der höchsten Zweckmäßigkeit, der weitesten Umsicht dadurch befriedigt werden.

Das Lusterleben ist dabei, wegen seiner unmittelbaren Zugänglichkeit, auf eine besondere Weise als ein Maßstab geeignet.

Niemand kann sie [die Lust] erklären; aber indem sie überall in jedem Bewusstsein aufzeigbar ist, ist in letzter Instanz kein Missverständnis darüber möglich. So gewiss jemand seine Existenz fühlt, so gewiss wird er auch Lust und Unlust im Gefühle dieser Existenz unterscheiden, und so gewiss wird er sie richtig unterscheiden, weil die Wahrheit einer Gefühlsunterscheidung und Messung eben mit ihrer Existenz selbst zusammenfällt.

Ein Diamant für den Verstand ist sie [die Lust] ein pulsierendes Herz für alles Leben der Welt, nach dem alle Adern zusammenlaufen, und von dem alle wieder auslaufen. Alles in Himmel und Erde, in Leib und Seele des Menschen und anderer Geschöpfe hat in nächster oder letzter Instanz Beziehung auf deren Lustzustand, und die größte Lust oder Bedingungen der größten Lust zu schaffen, heißt daher zugleich, die ganze Welt auf eine gewisse Weise organisieren.

In einem wichtigen Schritt erläutert Fechner, dass Lust auf allen Ebenen des Daseins zu Hause ist, auch und gerade im Bereich der intellektuellen Sphäre, und nicht auf das biologische Erleben reduziert werden darf.

Zwar wird man sagen: ist nicht dem Willen oder vernünftigen Triebe gerade das wesentlich, sich unabhängig von der Bestimmung durch Lust- und Unlustgefühle machen zu können; dem Instinkt gegenüber, der es nicht kann. – Aber sehen wir nur genauer hin, so finden wir den Unterschied beider in etwas ganz anderem liegend, darin liegend, dass im Willen die Triebkraft zur Lust, die ihm wie dem Instinkt beiwohnt, sich an eine klare Vorstellung dessen, was wir um der Lust willen zu tun haben, knüpft ... Alle subjektiven wie objektiven Bestimmungsgründe des Menschen zum Handeln, welchen Namen sie immer führen, auf welchen Teil seiner Natur sie bezogen werden mögen, alle seine Motive und Zwecke, schließen offen oder versteckt, bewusst oder unbewusst, doch für den analysierenden Verstand immer erkennbar, den Bezug zur Lust ein; ja, es lässt sich in den so unsäglich mannigfaltigen Motiven und Zwecken des Menschen gar nichts anderes Gemeinsames finden als dieser Bezug zur Lust, den man



nur dann nicht sehen kann, wenn man ihn nicht sehen will, oder unter Lust nur die Lust am Essen und Trinken versteht.

Das Lustprinzip durchdringt das gesamte Dasein, und damit auch jegliches menschliche Handeln.

Freilich, der Geizige darbt sich andererseits jeden Genus ab; der Boshafte fügt dem anderen mit Fleiß Schaden, also Unlust zu; der Wahrhaftige erträgt Strafe, um nicht eine Unwahrheit zu sagen; der Märtyrer lässt sich auf dem glühenden Rost braten. Aber würde der Geizige darben, wenn ihm Geld haben nicht lustvoller wäre, als essen, der Boshafte Schaden tun, wenn es ihm nicht Freude machte, anderen zu schaden, der Wahrhaftige um der Wahrheit willen Strafe tragen, wenn die innere Strafe für die Unwahrheit ihm nicht noch schwerer dünkte; der Märtyrer sich braten lassen, wenn er nicht fürchtete, vom Roste absteigend in das höllische Feuer zu fallen und nicht hoffte, dass aus dem verbrannten Leibe die Seele in die Seligkeit des Himmels aufsteigen würde. Also immer nur Lust, Unlust als Zweck oder Motiv zum Handeln, je nachdem man es fassen will.

Nicht darin unterscheiden sich die besten Menschen von den schlechtesten, dass sie weniger als sie um Lust willen handelten; sondern dass sie Lust an etwas anderem haben; nämlich Lust an dem, was selbst lustbringend oder lustgründend für das Ganze ist; die Bösen aber an dem, was unlustbringend oder –gründend für das Ganze ist.

Dieser Gedanke der Differenzierung verschiedener Ebenen (niederer und höher) von Lust ist Fechner sehr wichtig.

So besteht freilich auch ein großer Unterschied zwischen der niederen gemeinen Lust des rohen, sinnlichen Menschen und der höheren geistigen Lust des Edlen, nur soll man nicht meinen, der Unterschied liege darin, dass bloß das eine Lust sei, das andere nicht, sondern darin liegt er, dass das eine Lust ist, die aufgeht im Essen, Trinken, Spielen, das andere aber Lust, die aufgeht im Erzeugen und dem Bewusstsein, Erzeuger der Lust zu sein; eine transzendente Lust, die der niederen nicht widersprechen kann, da sie solche voraussetzt.

Das „nicht widersprechen“ einer höheren Ebene gegenüber einer niederen ist eine wunderschöne Metapher für das „transzendiere und bewahre“ des Entwicklungsprozesses. Fechner betont sowohl die Bedeutung von Höhenunterschieden bei Entwicklung, als auch die Bedeutung der Entwicklungsspirale als Ganzes – ohne Niederes kein Höheres. Dies entspricht dem Prinzip 12 bei Marc, alle Ebenen der Freude sind legitim, doch sie sind nicht alle gleich, siehe unten. Dies zeigt sich auch darin, nicht bei der eigenen ich-bezogenen Lust stehen zu bleiben, auch wenn dies der entwicklungsgemäße Ausgangspunkt ist, sondern sie auf immer mehr Menschen und Wesen auszudehnen.

Die Menschen beginnen alle damit, ihre größte Lust vorzugsweise in der nächsten und eigenen Lust zu suchen; aber in der entwickelten Betrachtung der Menschen und Dinge zeigt sich, dass die größte Lust des Einzelnen eben nicht direkt durch Hinwirken bloß auf seine eigene nächste Lust, sondern nur auf die größte Lust im Ganzen überhaupt erreichbar ist; dass beides sich nicht trennen lässt.

Dabei betont Fechner immer wieder die Einbeziehung aller Arten (oder Ebenen) von Lust, ohne Ausgrenzungen. Dies entspricht dem Prinzip 8 bei Marc, wo das Auslassen einer Ebene oder eines Aspektes der Lust einen negativen Einfluss auf alle anderen Ebenen oder Aspekte hat.

Alle einseitigen Lustprinzipien lösen den Konflikt zwischen den Neigungen des Menschen nicht und treten dadurch von vornherein selbst in Konflikt mit seinem gesunden Gefühl. Dass es nur Lust ist, um was es sich bei allem Handeln des Menschen in letzter Instanz handelt und handeln kann, ist so wahr, dass selbst die Lehrer der Moral, welche die Lust so fern als möglich von ihrem System zu halten suchen, doch nicht umhin können, ihre Motive dennoch auch in Lust zu legen, nur dass sie von aller Lust bloß die höchsten Spitzen und Gipfel wollen gelten lassen, als wenn die höchsten Höhen verlören und nicht vielmehr beständen durch die bis in die Wurzeln der Erde sich verlierende Basis ... Die Moralisten ... trennen in Wahrheit den Kopf der Lust von ihrem Leibe, halten ihn uns hin und sagen: wie schön ist er! Ja er ist schön, aber zusammengewachsen mit allem andern, was schön ist.

Eine integrale Moralität umfasst folgerichtig alle Entwicklungsstufen und Daseinsbereiche, und nicht nur eine Auswahl davon.

Die gewöhnliche Moral sagt: Kümmere dich nicht um die Stufen, die zum Letzten und Höchsten gebaut sind, weil sie nicht das Letzte und Höchste sind, sondern nur um dieses selbst. Wir wollen die Stufen und den Gipfel, die Stufen, weil sie zum Gipfel führen, und den Gipfel, weil das Trachten nach ihm durch die Stufen führt.

Gleichzeitig soll sich der Mensch durch Achtsamkeit und, in heutigen Begriffen, eine Perspektiverweiterung entwickeln.

Wann haben die Menschen je anders gehandelt, als in Bezug auf die vorausgesetzten Folgen ihrer Handlungen und den Einfluss dieser Handlungen auf ihr Glück und Unglück, und wenn sie hierbei täglich irren, so ist immer die Antwort zu wiederholen, dass sie sich nur bestreben müssen, täglich weniger hierin zu irren, den Vorblick immer sicherer zu machen, statt ihn ganz aufzugeben, um mit blinden oder geschlossenen Augen ihres Wegs zu gehen. Unser Prinzip verlangt ja, indem es den Menschen auf diesen Vorblick anweist, nichts Neues von ihm, es verlangt nur, dass er das, was er ohnehin schon tut, noch mehr tue als bisher, dass er nicht bloß auf die nächsten, sondern so viel er immer nur kann, auch auf die fernsten Folgen und alles Umsichwirken seiner Handlungen Bedacht nehme; dass er nicht bloß klug, sondern dass er weise sei.

Dabei spielt der Erkenntnisfortschritt eine wichtige Rolle, z. B. in Form einer integralen Landkarte. Fechner bringt es wie folgt auf den Punkt:

Die wissenschaftliche Erkenntnis des Besten in der ganzen Welt hängt aber mit der besten wissenschaftlichen Erkenntnis der ganzen Welt zusammen, welche die Natur der Menschen und Dinge bis in ihre ersten und letzten Gründe, Folgen und Verzweigungen zu umfassen hat. Und wir haben mit dem Prinzip keinen Zauberring erworben, der uns alle diese Erkenntnisschätze plötzlich schenkte, sondern nur Kompass und Steuer für eine mühevollen Fahrt durch die Natur selbst.

Zum Schluss eröffnet Fechner eine Vision einer kommenden neuen Religion und Moral, welche die Lust „wieder zu rechten Ehren bringt“, und damit auch das lebendige Leben in seiner ganzen Fülle.

Eine Moral und Religion muss einst kommen, nicht als Zerstörerin der bisherigen, sondern als Blüte über der bisherigen, welche das Wort Lust wieder zu rechten Ehren bringt. Eine solche wird die Klöster schließen und das Leben öffnen und die Kunst heiligen, und doch heiliger als alles Schöne das Gute halten, was nicht bloß lustzeugend ist in der nahen Gegenwart, sondern für alle Zukunft und rings im Kreise; und als das

Heiligste von allem Guten Gott halten, der alles Gute in seiner Hand und alle Guten unter seiner Hut trägt und alle Bösen zuletzt unter diese Hut rettet.

Die Kirche ist zwar schon erbaut, die Gemeinde schon da, wo die Lehre vom Trachten nach der größten Lust gepredigt wird; denn Gott selbst hat sie gegründet am ersten Schöpfungstage, und die Stimme seiner Predigt ist von jeher stärker erklingen als alle menschliche Predigt; alles menschliche Trachten hat von jeher die Richtung auf die größte Lust genommen. Aber ein großer Nebel liegt um die große Kirche; die Gemeinde findet sich nicht zusammen; die Worte verhallen halb verstanden und missverstanden. Nun erhebt sich auf der höchsten Turmeshöhe das kleine runde Gesetz von der größten Lust wie ein leuchtender Knopf, und nachdem er lange still über den Nebeln geblänzt, kommt einst eine Sonne, die sie zerstreut, und glänzender und glänzender beginnt er allmählich zu leuchten. Und wenn das Glöcklein, was den Strahl, der es der eigenen Nacht entnommen, dankbar verkündet hat, längst verhallt sein wird, wird auch wohl einst eine mächtigere Glocke tönen, die mit gewaltigerer Zunge alle zum einträchtigen Eintritt in diese Kirche rufen wird, von deren Gipfel das Licht des Höchsten wiederstrahlt.

Und dies führt uns zu den Beiträgen von Marc Gafni<sup>6</sup>, als einer integralen Version einer neuen „Moral und Religion“, die das „Wort Lust [pleasure] wieder zu rechten Ehren bringt“.

## Die Marc Gafni Vorträge

*Was ist ein gutes teaching? Ein gutes teaching spendet Trost, denen die leiden, und rüttelt die Bequemen aus ihrer Bequemlichkeit [comfort the afflicted and afflict the comfortable]*

Marc Gafni

Während der Vorträge weist Marc immer wieder darauf hin, dass er aufgrund der Kürze der Zeit nur einen kurzen Einblick in ein Thema geben kann, das er schon sehr viel weiter ausgearbeitet hat, und auch in sich über mehrere Tage erstreckenden Seminaren praktisch mit Teilnehmern einübt.

Worum es ihm geht ist das Erstellen einer neuen, integralen Landkarte, als einer Karte vom Wahren, Schönen und Guten. In vielen Gesprächen mit Ken Wilber hat Marc seine Vorstellungen einer auftauchenden Weltspiritualität mit dem integralen Denken bereichert, und die hier vorgestellte Landkarte der Freude<sup>7</sup> entwickelt, als eine Kartografie der Fülle und Formen (im Unterschied zu den Landkarten der Erleuchtung der Leere in den kontemplativen Traditionen). Mit dieser Landkarte lässt sich die manifeste und sich entwickelnde Welt aus einer erleuchteten Perspektive heraus besser verstehen, leben und gestalten. Landkarten wie diese sind keine maskuline intellektuelle Gymnastik, sondern Mittel und Wege um mehr und tiefer lieben zu können.

<sup>6</sup> Gehalten auf der Tagung des Integralen Forums in Nürnberg am 18.6. und am 19.6.2011.

<sup>7</sup> Ich verwende in diesem Text als Übersetzung für *pleasure* das Wort Freude, wie es auch während des Vortrages übersetzt wurde, im Sinne des oben erläuterten Lustbegriffs, als eine Lebensfreude oder ein Eros, der das gesamte manifeste Universum von Anfang an durchdringt.

Die große Erzählung der Postmoderne ist, so Marc Gafni, dass es keine große Erzählungen (Landkarten) gibt. Eine Weltspiritualität führt demgegenüber wieder eine evolutionäre Erzählung (und Landkarte) ein. Das schafft einen Kontext von Bedeutung für Menschen, die sich nicht mehr ausschließlich in den großen Traditionen zu Hause fühlen. Es ist wahrscheinlich das Bedeutendste und Aufregendste, was wir heute im Hinblick auf eine Bewusstseinsentwicklung machen können. Und das entspringt dem Verlangen dem Kosmos Liebe zu geben.

Kern dieser Darstellung sind 15 Prinzipien und 5 Ebenen von Freude, wobei die Prinzipien auf oder zwischen allen Ebenen wirken, wenn auch mit unterschiedlichen Auswirkungen.

Marc beginnt mit einer unmittelbar nachvollziehbaren Betrachtung von 4 Hauptstimmen von Freude. Die erste Stimme ist die Stimme, die sagt, *ich verdiene tiefe Freude*. Die zweite Stimme ist die Stimme, die sich der *Freude schämt*. Die dritte Stimme ist die Stimme der *Freude des Egos*, wo Freude die Erfahrung der Kontraktion in das kleine Selbst hinein ist. Die vierte Stimme ist die Stimme der *erleuchteten Freude*, wo Freude sich ausdehnt in Big Mind, Big Heart und das SELBST.

Kannst du die Stimme in dir hören, die sagt, *ich verdiene Freude*? Freude wird dabei als ein natürliches Geburtsrecht direkt erfahren. Dies ist eine unmittelbare Intuition eines jeden Menschen. Die Umkehrerfahrung daraus ist: Wenn ich diese Freude nicht erfahre, stimmt etwas nicht in meinem Leben. Diese tiefe Intuition wird manchmal vom Ego entführt, so wie das Ego auch die Intuition von Unsterblichkeit entführt und von ihr Besitz ergreift. Unser Wesenskern, unsere Essenz jenseits des Ego, ist zeit- und raumlos. Das Ego meint jedoch, dass die Persönlichkeit unsterblich ist. Ebenso sagt das Ego: Ich als Ego verdiene Freude.

Eine zweite Stimme in uns sagt uns, dass es bei Freude etwas gibt, wofür wir uns schämen müssen. Kannst du die Stimme in dir hören, die sagt, *mir steht keine Freude zu*? Etwas in uns schämt sich unserer Freude. Das liegt daran, dass Freude etwas selbstzentrisches, egoistisches und narzisstisches anhaftet. Wer würde sich z. B. gerne von einer Kamera beobachtet sehen, wenn er sich befriedigt? Und wer hätte gerne eine Kamera dabei, wenn er eine Wohltätigkeit gegenüber einem anderen Menschen vollbringt?

Beide Stimmen, sowohl die erste als auch die zweite Stimmen zur Freude werden sowohl in der Philosophie als auch in der Spiritualität seit Langem beschrieben. Eine Stimme sagt: *Freude führt mich in die Irre*, und auf der Egoebene stimmt das auch. Auf einer tieferen Ebene jedoch, und das findet sich im Sufismus, in der Kabbala, in Teilen des Christentums und im Vajrajana Buddhismus, ist Freude das Tor zum GEIST. Sich der Freude übergeben bedeutet in den Big Mind einzutreten. Diese Freude öffnet einen und verschließt einen nicht.

Marc illustriert dies anhand eines aramäischen Textes aus dem dritten Jahrhundert nach Christus. Dieser Text stellt einem Menschen vier Fragen im Angesicht des Todes:

- Hast du deine Geschäfte ehrlich betrieben?
- Hast du für eine bessere Zukunft gearbeitet?
- Hast du dir Zeit genommen, um die Weisheit zu studieren?
- Hast du Freude von meiner Welt erfahren?



Die Freude erinnert uns daran, dass die Welt gut und gesund ist. Am Beispiel der Nahrung: Wenn Essen nur zum Überleben da wäre, könnte man eine Pille einnehmen anstatt z. B. eine Orange zu essen. (Marc lädt zu einer Sinneserfahrungsübung des Essens einer Orange ein). Dass einem Essen Genuss bereitet ist kein Zufall, sondern die ästhetische Absicht des Kosmos. Es ist die Entwicklungslinie, die das Schöne bezeichnet wird.

Die Evolution von Wirklichkeit hat drei Teile. Das eine ist die Evolution der physischen Welt zu immer mehr Komplexität, die Außenseite der Evolution. Das zweite ist die Evolution von Innerlichkeit, und das ist die Evolution des Bewusstseins – je mehr Komplexität, desto mehr Bewusstheit, und umgekehrt. Es gibt aber noch einen weiteren Aspekt von Evolution, und das ist die Evolution von Freude, als etwas, was Menschen innerlich dabei erleben. Je mehr Komplexität und je mehr Bewusstheit, desto höher ist unsere Fähigkeit Freude zu verstehen und zu erfahren. Wir können heute aus einer integralen Perspektive die Evolution der Freude skizzieren. Unsere Fähigkeiten Freude zu verstehen und zu erfahren wachsen mit der Evolution.

Was ist das Wesen von Freude? Es geht nicht um Unterhaltung oder Amusement, sondern darum die tiefe Freude, die wahre Natur der Wirklichkeit zu erfahren. Ein jeder Mensch kann dies als eine Intention für sich setzen: das Wesen von Wirklichkeit zu erkennen.

## 15 Prinzipien von Freude (die sich auf 5 Ebenen von Freude ausdrücken)<sup>8</sup>

### Prinzip 1: Freude ist eine Fertigkeit

Man bekommt Freude nicht geschenkt, jedenfalls nicht nachhaltig, sondern es braucht Fertigkeiten um Freude zu erleben. Marc erzählt von seinem 9 Monate alten Baby, das sehr glücklich ist, aber noch keine tiefe Freude erlebt, so wie ein weit entwickelter Mensch. Je entwickelter jemand ist, desto mehr Freude kann er oder sie von den einfachen Dingen des Lebens erfahren. Daraus ergibt sich auch eine neue Definition des Begriffs der Erleuchtung: Erleuchtung ist die Fähigkeit, anhaltende Freude durch einfache Dinge des gewöhnlichen Lebens zu erleben. Das Gegenteil von Erleuchtung ist demgegenüber Sucht. Sucht definiert Marc als die Unfähigkeit, Freude von einfachen Dingen des Lebens zu erlangen. Der Unterschied zwischen Sucht und Erleuchtung liegt danach in der Beziehung zur Freude. Jeder Mensch hat auch ein Suchtpotenzial, und die Erleuchtung der Fülle aus den einfachen Dingen des Lebens zu erlangen, ist nicht einfach. Das erste Prinzip der Freude lautet daher: Freude ist eine erleuchtete Fertigkeit.

### Prinzip 2: Freude und Leid gehören zusammen

Was ist der Gegensatz zu Freude? Es ist nicht Leid oder Schmerz (das glaubt das Ego), sondern Komfort/Bequemlichkeit [comfort]. Ein Mensch kann sein ganzes Leben damit zubringen Leid und Schmerz zu vermeiden, doch dadurch erlangt er oder sie niemals tiefe Freude, sondern Bequemlichkeit. (Marc erwähnt den Musiktitel *comfortably numb* der Gruppe Pink Floyd). Das Ego sucht Komfort, die Erleuchtung sucht Freude. Doch

<sup>8</sup> In den beiden Vorträgen hat Marc die Nummerierung etwas unterschiedlich gesetzt. Ich kombiniere beide Aufzählungen der Vorträge miteinander.

alle wahre Freude hat auch immer mit Schmerz und Leid zu tun. Man muss, um Freude erfahren zu können, auch den Schmerz und das Leid (aus)halten und umarmen können.

### Prinzip 3: Verzögerte Befriedigung/Belohnung [delayed gratification]

Verzögerte Befriedigung erhöht die Freude. Dies ist für Marc kein moralisches Prinzip, sondern ein Freudeprinzip. (Marc bringt als Beispiele ein fünf Sterne Menü mit vielen Gängen und einen Mann, der nach wenigen Sekunden Sex „kommt“. Diese Beispiele entstammen der Ebene eins, doch dieses Prinzip gilt, wie die anderen Prinzipien auch, für alle fünf Ebenen der Freude).

### Prinzip 4: Je tiefer die Freude, desto mehr Fertigkeiten sind notwendig um sie zu erlangen.

Marc erwähnt das Beispiel einer Weinverkostung (Ebene eins), wo es entsprechende Fertigkeiten braucht, um die Qualitätsunterschiede von Weinen zu schmecken.

### Prinzip 5: Jede Freude hat ihren eigenen Preis.

Jede Freude hat ihren eigenen Preis und damit auch ihre eigene Währung, die man braucht, um die entsprechende Freude zu bekommen. Eine falsche Währung gibt einem nicht die Freude, die man möchte.

### Prinzip 6: Es gibt keinen Wechselkurs zwischen den Freuden der Ebenen

Zwischen den unterschiedlichen Ebenen der Freude und den entsprechenden Währungen gibt es keinen Wechselkurs. Man kann daher, und dieses Prinzip erwähnt Marc immer wieder, mit der Währung einer Ebene nichts von der Freude einer anderen Ebene kaufen. Nichts von Ebene 1 kauft einem etwas von Ebene 2, nichts von Ebene 2 kauft einem etwas von Ebene 3, nichts von Ebene 3 kauft einem etwas von Ebene 4, und nichts von Ebene 4 kauft einem etwas von Ebene 5.

### Prinzip 7: Menschen opfern oft die Freude einer oder mehrerer Ebenen für die Freude einer anderen Ebene.

### Prinzip 8: Wenn man eine Ebene der Freude auslässt, hat das einen Einfluss auf alle anderen Ebenen. Diese werden verzerrt.

### Prinzip 9: Jede Ebene von Freude hat auch eine Pseudofreude.

Diese Pseudofreude bezeichnet Marc auch als Falschgeld.

### Prinzip 10: Je höher die Ebenen der Freude, desto schädlicher und verheerender ist der Schaden, den die Pseudofreude anrichtet.

### Prinzip 11: Je tiefer die Freude (und je höher die Ebene), desto schwieriger ist es, die wirkliche Freude von der Pseudofreude zu unterscheiden.

### Prinzip 12: Alle Ebenen der Freude sind legitim, doch sie sind nicht alle gleich.

Unterschiedliche Gedankensysteme (Kirche, Aufklärung) haben unterschiedliche Ebenen als legitim erklärt, und andere nicht. Eine integrale Perspektive erklärt alle als legitim.

### Prinzip 13: Meistens erscheinen unterschiedliche Freuden in unterschiedlichen Lebensbereichen und Momenten, doch es gibt Augenblicke wo man die Freude auf allen fünf Ebenen gleichzeitig erleben kann.

### Prinzip 14. Man kann Freude nicht festhalten.

Freude kann mit offenen Armen und mit einem offenen Herzen empfangen werden, aber sie lässt sich nicht festhalten. (Marc bringt ein Beispiel aus Goethes Faust, wo Mephisto sinngemäß zu Faust sagt: Du kannst alle Freuden der Welt haben, aber du darfst bei keiner der Freuden verweilen, sonst kommst du in die Hölle.)

### Prinzip 15: Die Authentizität einer Freude erkennt man nicht, wenn man in der Freude ist, sondern am Nachgeschmack.

Gutes Essen und heilige Sexualität hinterlassen einen guten Nachgeschmack. Der Nachgeschmack ist der Lackmuestest der Tiefe einer Erfahrung.

## 5 Ebenen der Freude

(In einer ausführlichen Darstellung würden nun die aufgezählten 15 Prinzipien für jede der Ebenen erläutert werden, doch aufgrund zeitlicher Beschränkungen führt Marc nur einige wenige Beispiele, vor allem für die ersten Ebenen, auf.)

### Ebene 1: Physische Freude durch die fünf Sinne

Üblicherweise verbindet man mit dem Wort Freude (oder Lust) die Ebene 1, und das sind die fünf Sinne. Das stellt jedoch eine große Verarmung des Freudebegriffs (bzw. des Lustbegriffs) dar. (Darauf weist auch schon Fechner hin, siehe oben). Dazu ein paar Prinzipien. Zum Prinzip 1: Man braucht Fertigkeiten zum Erleben der Freude dieser Ebene, und dies sind Schmecken, Sehen, Hören, Fühlen, Riechen. Je mehr Fertigkeiten jemand darin entwickelt, desto intensiver wird die Freude erlebt. Am Beispiel visueller Freude und Pornografie: Da man für das Schauen von Pornografie keine Fertigkeiten braucht, werden die visuelle Freuden der Erfahrung von geschauter Sexualität herabgewürdigt. Um weibliche Schönheit zu schätzen, und um Schönheit überhaupt zu schätzen, braucht es Fertigkeiten. Hat man die Fähigkeiten Freude zu erfahren nicht entwickelt, dann ändert oder wechselt man lediglich die Geschmacksrichtungen, in dem Irrglauben dadurch mehr Freude zu erleben (dies wäre ein Falschgeld dieser Ebene, Prinzip 9, das Ändern der Geschmacksrichtung, das „switchen“, die Suche nach Neuheiten, der Komfort). Ein neues Essen oder ein neuer Körper, denkt man, gibt einem dann Freude. Die westliche Konsumwelt basiert auf dem (irrtümlichen) Prinzip, dass etwas Neues Fertigkeiten ersetzt. Marc bringt als eine Analogie für die Freuden der Ebene 1 das Bild von der Welt als einem Computer. Man erhält zuerst (von der Welt bzw. dem Computer) ein freies Download. Dies steht einem für eine begrenzte Zeit zur Verfügung, doch dann muss man das Programm kaufen (bzw. die Fertigkeiten entwickeln), wenn die Freude an dem Programm anhalten soll. Die Freude der Ebene 1 ist wie ein freier Download des Universums. Sie hält eine gewisse Zeit, doch dann muss man den Preis zahlen (Prinzip 5) und die Fähigkeiten entwickeln, sonst verschwindet die Freude. Was ist die Praxis, bzw. was ist der Preis für die Freuden der Ebene 1? Achtsamkeit, Aufmerksamkeit, Intention und Dankbarkeit [attention, presence, intention, gratitude]. Die meisten Menschen haben die Fähigkeit verloren in alltäglichen Dingen und Situationen Freude zu erfahren. (Marc bringt das Beispiel von Essen, oder Sex bei lange verheirateten Paaren.) Eine Praxis für

mehr Aufmerksamkeit gegenüber dem Essen ist die japanische Teezeremonie oder das Innehalten und Segnen vor dem Essen. Auch eine zeitlich begrenzte Enthaltensamkeit (wie Fasten) kann zu einem neuen Erleben führen.

Beim Übergang zwischen den Ebenen gilt (Prinzip 6): Noch so viel Freude oder Währung von einer Ebene gibt einem nichts von einer anderen Ebene, d. h. noch so viel von Ebene 1 gibt (oder „kauft“) einem nichts von Ebene 2.

### Ebene 2: Persönliche Liebe, Zuneigung und Beziehung

Die Ebene 2 ist der Bereich von persönlicher Liebe, Zuneigung und Beziehung. Doch es gibt keinen Wechselkurs zwischen den Ebenen. Alle Freuden der Ebene 1 geben einem nichts von den Freuden der Ebene 2 (Marc bringt das Beispiel des Beatles Songs *can't buy me love*). Oft geben Menschen viel von der Freude der Ebene 1 auf, um Freude der Ebene 2 zu erlangen (Prinzip 7). Das Falschgeld der Ebene 2 ist Abhängigkeit, Sucht und Co-Abhängigkeit, die sich als Liebe tarnt. Eine weitere Form von Falschgeld ist die Besessenheit von einer Beziehung [infatuation] und die Ausübung von Ruhm und Macht um Liebe zu erhalten. Der Preis und die Praxis der Ebene 2 bestehen darin, die Natur der Liebe und die Prinzipien des Liebens zu kennen. Die größte Lüge ist eine Ebene 1 Freude für Ebene 2 auszugeben (z. B. materielle Sicherheit für Liebe), oder überhaupt die Freude einer Ebene für die Freude einer anderen Ebene auszugeben. (Marc lädt zu einer Übung ein, die darin besteht: a) eine Liste anzulegen der Menschen, die man liebt, und b) eine zweite Liste anzulegen der Menschen, die einem eine ich-bezogene Sicherheit geben. Oft sind, so Marc, die Listen gleich.) Die Praxis der Ebene 2 ist das Herz im Schmerz und durch den Schmerz hindurch offen zu halten, und sich zu weigern das Herz vor dem Schmerz zu verschließen. Die Praxis bewusst liebender Beziehungen ist die Praxis der Vergebung.

Marc weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass sich aus der Entwicklung der Freude eine Ethik ableiten lässt (so wie das auch Fechner tut, siehe oben), und dass für Aristoteles Freude die Quelle von Ethik war.

### Ebene 3: Ein Ideal, ein Prinzip oder eine sinnvolle Aufgabe

Auch für die Freude der Ebene 3 gilt: Alle Freude von Ebene 1 oder 2 gibt einem nichts von der Freude der Ebene 3. Die Freude der Ebene 3 besteht darin, sich mit einem Ideal, einem Prinzip oder einer sinnvollen Aufgabe [cause] in sinnvoller Arbeit zu verbinden. Beispielkonflikt: Länger im Büro für die Familie arbeiten versus Zeit zusammen mit der Familie verbringen. Dies sind andere Ebenen von Freude. Barack Obama ist nicht Präsident der USA, um seiner Frau und den Kindern noch mehr Freude zu geben, sondern Barack Obama bekommt Freude durch die Verbindung mit seinen Idealen und die damit verbundene und als sinnvoll erlebte Arbeit. Es gibt keinen Wechselkurs zwischen den Ebenen, und das führt zu einer Klärung von dem, was Erleuchtung ist. Menschen geben manchmal sehr viel von Ebene 2 auf und erbringen Opfer, um die Freuden von Ebene 3 zu erlangen. Doch das Aufgeben ist nicht gut (Prinzip 8), auch wenn Ebene 3 eine höhere Ebene der Freude ist – dies kann die Freuden der Ebene 2 (und Ebene 1) nicht ersetzen. Marc bringt ein Beispiel für die Verbindung der Ebenen von Freude: Macht Urlaub mehr Spaß, wenn man einen sinnvollen Job hat, oder nicht? Geht man lieber in Urlaub mit oder ohne jemanden? Es sich in einem Urlaub gutgehen lassen, dabei in Be-



ziehung zu sein, und eine Arbeit haben, die einen erfüllt, verbindet die Ebenen 1, 2 und 3 und deren Freuden. Ein anderes Beispiel: Wenn jemand eine tolle Beziehung hat (Ebene 2), aber keine Freude der Ebene 1 erfährt und auch keine Lebensaufgabe (Ebene 3) hat, dann wird die Freude der Ebene 2 nicht lange anhalten. Auch wenn es keinen Wechselkurs zwischen den Ebenen gibt, hat es dennoch negative Auswirkungen auf alle anderen Ebenen, wenn man eine Ebene der Freude herausnimmt (Prinzip 8).

Was ist das Falschgeld, die Pseudofreude der Ebene 3? Je höher die Ebenen, desto schwieriger ist die Unterscheidung wahrer und falscher Freude (Prinzip 11), und der Schaden wird immer größer, wenn die Unterscheidung nicht gelingt (Prinzip 10). (Marc bringt das Beispiel von Selbstmordattentätern). Was ist der Preis bzw. die spirituelle Praxis von Ebene 3? Bewusstheit und Integrität, [awareness and integrity] als die Kultivierung der Unterscheidungsfähigkeit. Hat man das gemacht, dann geht es um die Realisierung [go for it].

Der Kernsatz dazu von Marc: Sich eine Aufgabe zu suchen, für die man bereit wäre zu sterben, um dann für diese Aufgabe zu leben [identify a cause you are willing to die for, and then live for it]. Es geht um das Leben *für* etwas, und nicht um das Sterben, nicht aus einer moralischen Perspektive heraus, sondern aus einer Perspektive der Freude – und diese Freude führt zur Ethik. Von der Perspektive der Freude aus heißt das, dass wenn es nichts gibt, wofür jemand bereit wäre zu sterben, etwas Entscheidendes im Leben fehlt, was einen am Leben hält. Das ist auch ein gefährliches Prinzip, und es braucht großes Unterscheidungsvermögen um den Unterschied zwischen einem falschen Ideal/Aufgabe und einem guten Ideal/Aufgabe und Sinn zu erkennen (Prinzipien 10 und 11). Eine Verwirrung auf Ebene 3 ist schlimmer als auf Ebene 2 ist schlimmer als auf Ebene 1. Auf Ebene 1 kann man, als eine Verwirrung, sein Eis schnell runterschlingen, ohne es zu genießen. Das ist im Vergleich zu dem, was auf Ebene 3 passieren kann, gering, doch auch das hat eine Bedeutung und kann zu Sucht führen, als die Unfähigkeit einfache Freuden zu erlangen.

### Ebene 4: Die eigene wahre Wesensnatur, das absolute Sein

Auch für Ebene 4 gilt: alle Freuden der vorhergehenden Ebenen können einem keine Freude der Ebene 4 verschaffen („kaufen“). Die Freude der Ebene 4 ist die Freude die eigene wahre Wesensnatur zu kennen, es ist die Freude des Seins. Jemand verlässt seinen phantastischen Job und geht nach Indien, um sich selbst und seine wahre Natur erkennen wollen. Diese Freude der klassischen Erleuchtung kann einem keine noch so große sinnerfüllende Aufgabe der Ebene 3 geben. Auf Ebene 3 erfährt man das Leben immer noch als ein getrenntes Selbst, ein Ich, eine Persönlichkeit, und verbindet sich dort mit einem Lebenssinn. Ebene 4 ist Evolution über das Ich hinaus, als die Freude absoluten Seins. Die Praxis von Ebene 4 ist das Loslassen, Aufgeben oder Sterbenlassen einer separaten Identität, durch Hingabe, Liebe, Meditation oder etwas anderes. Es ist die klassische Form der Erleuchtung, wo man sich mit allem, was ist, identifizieren kann.

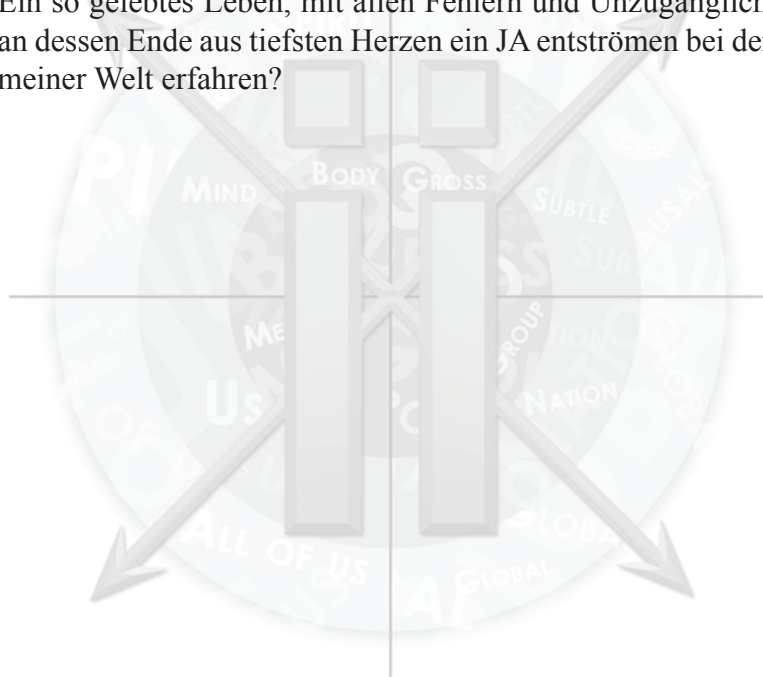
### Ebene 5: Das Einzigartige Selbst, die Kreativität des Werdens

Doch selbst die Freuden der Ebene 4 geben einem nichts von den Freuden der Ebene 5. Die Freude der Ebene 5 ist die Freude ein Einzigartiges Selbst zu sein, und mit leeren Händen auf den Marktplatz zurückzukehren (das zehnte Ochsenbild des Zen). Dies ist

die Freude an einer einzigartigen Kreativität, die in einem lebt und sich durch einen ausdrückt. Es ist nicht die Freude des Seins (Ebene 4), es ist die Freude des Werdens (Ebene 5). Es ist auch nicht die Freude der Ebene 3, weil diese aus der Sinnhaftigkeit eines sich selbst als ein getrennt erlebendes Selbst kommt. Auf der Ebene 5 kommt die Kreativität aus dem Seinsgrund.

## Schlussbemerkung

Eine integrale Philosophie (und Theorie und Praxis) der Lust oder Freude, wie hier am Beispiel der Vorträge von Marc Gafni und eines Textes von Theodor Fechner vorgestellt, kann eine große Lücke schließen, die bei der Betonung einer Spiritualität des Absoluten und des Leidens entsteht. Eine integrale Spiritualität der Nichtdualität anerkennt sowohl eine Spiritualität der Leerheit wie auch eine Spiritualität der Form, und nimmt als einen Ausgangspunkt in der Welt der Formen und Fülle das Prinzip der Lust/Freude bzw. des Eros und der Liebe, als die unbändige evolutionäre Kraft der Erschaffens und Manifestierens. Die Tiefe dieser leidenschaftlichen Kraft und Freude umfängt in sich selbst alles Leid und den Schmerz, beginnend beim ganz persönlichen Leid über das Leid des Mitmenschen bis zum Mitgefühl für alle leidende Wesen. Doch der Ausgangspunkt dieses Mitgefühls ist die Lust an der Freude des Daseins, wie sie sich von Augenblick zu Augenblick in uns, zwischen uns und in der Schöpfung als Ganzes zum Ausdruck bringt. Ein so gelebtes Leben, mit allen Fehlern und Unzugänglichkeiten, lässt uns dann auch an dessen Ende aus tiefsten Herzen ein JA entströmen bei der Frage: Hast du Freude von meiner Welt erfahren?



# F) Advanced Integral Besprechung (Teil 2)

## Lektion 3 Zonen

Michael Habecker

Durch die zusätzliche Unterscheidung von *innen* und *außen* (zusätzlich zu *innerlich/äußerliche* und *individuell/kollektiv*) gelangt man zu den Zonen. Macht man diese Unterscheidung in jedem der Quadranten, erhält man acht Zonen, als das Innen und das Außen eines individuellen Holons in jedem der Quadranten/Dimensionen.



Advanced Integral

Die früheste Erwähnung dieser Differenzierung bei Wilber findet sich in *Eros, Kosmos, Logos*, in der sich über sieben Seiten erstreckende Fußnote 28. Dabei verwendet Wilber nicht die Begrifflichkeit von Innen/Außen, sondern unterscheidet zwischen einer Oberflächen- und einer Tiefendimension, bzw. zwischen manifest und latent. Es ist faszinierend, vor diesem Hintergrund diese Fußnote neu zu lesen, als der Keimzelle, wenn man so will, von Wilbers aktuellem Werk. Hier einige Auszüge (*Eros Kosmos Logos*, S. 629):

„... wenn wir uns die Literatur zu jedem der vier Quadranten ansehen, fällt auf, dass sie alle eine Oberflächen- und eine Tiefen-Dimension aufweisen ... Fangen wir an mit der Grobteilung in rechte und linke Seite (um dann später noch die Unterteilung in oben und unten oder individuell und sozial vorzunehmen):

Hermeneutik (linke Seite) und Strukturalismus/Funktionalismus (rechte Seite) erkennen beide sowohl Oberfläche als auch Tiefe (oder Manifestes und Latentes), wobei erstere größtenteils bewusst und letztere größtenteils unbewusst ist (wenngleich das Unbewusste oder Verborgene oder Latente durch spezielle Mittel zu Bewusstsein gebracht werden kann).

Das Verhältnis von Oberflächen- und Tiefeninterpretation hat Heidegger (in Abschnitt I und II von *Sein und Zeit*) besonders sorgfältig herausgearbeitet. Eine Oberflächeninterpretation ist den Eingeborenen einer Kultur in ihrem Alltagsleben nicht unbedingt voll bewusst, doch weist man sie darauf hin, so erkennen und bestätigen sie solche Interpretationen in aller Regel. Die Aussagen solch einer „Hermeneutik des Alltags“ sind irgendwie (bewusst oder vorbewusst) bekannt, aber nicht unbedingt artikuliert, und in der Oberflächenschicht der Hermeneutik geht es darum, solche gemeinsamen Interpretationen zu artikulieren ... Tiefenhermeneutik dagegen versucht unter die Oberflächeninterpretationen der Alltagshermeneutik zu dringen, weil sie argwöhnt, dass unser Alltagsverständnis vielleicht gänzlich verzerrt oder einseitig oder irreführend ist ... Die „Hermeneutik des Argwohns“, wie Ricœur solche Ansätze nannte, will daher unter die Oberfläche dringen und die tieferen interpretativen Wahrheiten und Bedeutungen bloßlegen. Und da stieß man in der Tat auf alle möglichen Tiefenwahrheiten: die Freudsche Libido und der marxistische Klassenkampf, Heideggers Grundlosigkeit, Gadammers traditionsgetragenes Sein, Nietzsches Macht und so weiter. All das liegt nicht nur unter den Oberflächeninterpretationen, sondern wird mehr oder weniger gezielt von ihnen verdeckt und bleibt daher in der Regel tief verborgen und unbewusst – es besteht eine Art psychische Schmerzschranke oder Verdrängungsschranke, die beunruhigende Wahrheiten gegen das Bewusstsein abschirmt, und diese Schranke zu überschreiten ist schwierig und schmerzhaft ...

Doch auch dann bleibt die Tiefenhermeneutik noch eine heikle Angelegenheit, denn viele der „tieferen Wahrheiten“, die der Menschheit bisher ans Herz gelegt wurden, erwiesen sich als tiefe Ideologien und Voreingenommenheiten, einzig darauf angelegt, das Denken anderer so zu verbiegen, dass es den eigenen Machtgelüsten konform wird.“

Das auf diesen Ideen von Oberflächen- und Tiefenhermeneutik aufbauende Konzept der Zonen erschien dann erstmals in den Exzerpten des zweiten Bandes der Kosmos Triologie. (Siehe dazu <http://integrallife.com/learn/-deep-end/writings-ken-wilber-essays-forewords-and-works-progress>). Dabei wurden die acht Zonen bei ihrer ersten Präsentation jeweils zu Paaren zusammengefasst, zu den Zonen 1 – 4. Zone 1 war bei dieser ersten Präsentation das Innen des Innerlichen (individuell und kollektiv), Zone 2 das Außen des Innerlichen (individuell und kollektiv), Zone 3 das Innen der Äußerlichen (individuell und kollektiv), und Zone 4 das Außen der Äußerlichen (individuell und kollektiv). (Dieser Ansatz von vier Bereichen, die jeweils vom Inneren des Innerlichen bis zum Äußeren des Äußerlichen reichen, wird übrigens auch von Michael Habecker und Sonja Student in ihrem Buch „Wissen, Weisheit, Wirklichkeit“ im Vergleich von Geisteswissenschaft (Geist als Inhalt und Geist als Struktur – jeweils individuell und kollektiv) und Naturwissenschaften (Materie in Selbstorganisation und Materie als Materie – jeweils individuell und kollektiv) aufgegriffen und mit Wilbers aktuellem 8 Zonen-Modell zusammengeführt).

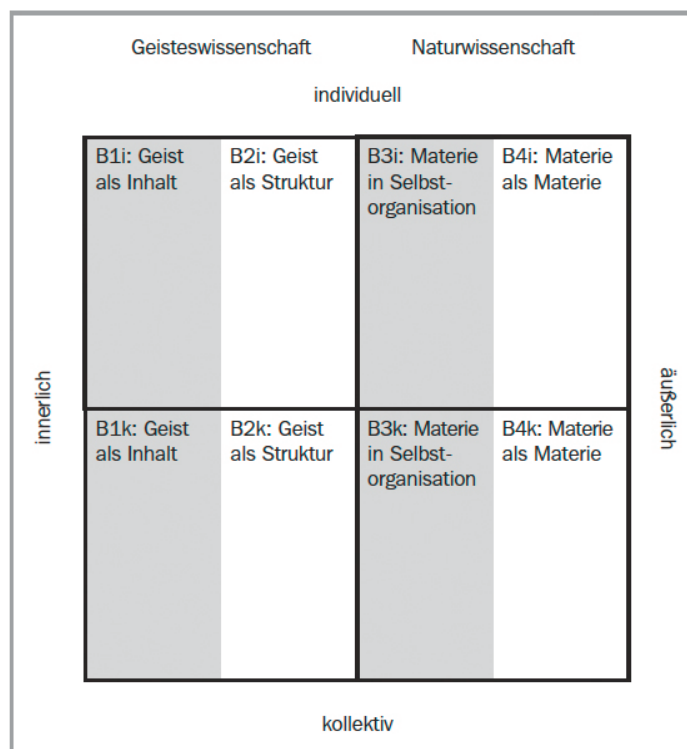


Diagramm 3: Vier Erkenntnisbereiche, jeweils individuell und kollektiv

(aus: Michael Habecker, Sonja Student, *Wissen, Weisheit, Wirklichkeit*)

Eine Ausdifferenzierung in acht Zonen veröffentlichte Wilber danach erstmals in dem Buch *Integrale Spiritualität*. Dieses System wird auch im Kurs *Advanced Integral* zugrunde gelegt. Es wird dann noch einmal darauf hingewiesen, dass die Zonen oder Quadranten Dimensionen eines Holons sind, und dass die Vorstellung, dass getrennte Holons in jedem der Quadranten existieren, falsch ist, auch wenn das der Einfachheit halber sprachlich manchmal so beschrieben wird, wie z. B. „Holons im oberen linken



Quadranten“. Dies ist nur dann in Ordnung, solange die Tetra-Natur eines jeden Holons dabei nicht vergessen wird. Der Kurs präsentiert eine neue Art der Darstellung eines Holons „in“ den Quadranten, die abweicht von der Darstellung in den Exzerpten, wo in jedem der Quadranten ein Kreis die Zoneneinteilung markiert. Das Wesen der Zonen, als Perspektiven wie auch als Methodologien und ihr Bezug zu den Quadranten, werden erläutert. Die Unterscheidung zwischen Innen/Außen eines jeden Holons wird als eine „selbst-regulierende Schnittstelle in allen vier Bereichen“ charakterisiert. Dies wird am Beispiel einer Zelle beschrieben. Danach wird auf die Zonen als die acht ursprünglichen Horizont-Perspektiven eines jeden Holons eingegangen. Spätestens an dieser Stelle wird der Kurs intellektuell sehr anspruchsvoll. Darauf wird ausdrücklich hingewiesen. „Wenn sie das Gefühl haben, dass dies schwer zu fassen ist, oder wenn sie das Gefühl haben, Sie haben es gerade verstanden und dann ist es wieder weg, dann machen sie sich bitte keine Sorgen – dies ist ein extrem schwieriges Thema.“ Das gleiche gilt auch für das Verständnis der Zonen als Ereignishorizonte. „Jede Zone ist ein Ereignishorizont, bzw. ein phänomenologischer Welt-Raum, der als ein Horizont von Ereignissen fungiert, tetra-hervorgebracht durch das Subjekt, das es wahrnimmt, berührt oder kennt.“ Dies wird beispielhaft erläutert. Danach werden die Zonen als unterschiedliche „Landschaften“, Welt-Räume und Horizonte beschrieben. Nach diesen generellen Erläuterungen zu den Zonen, die hier nur sehr verkürzt wiedergegeben werden können, und – jedenfalls für mich – ein intensives Studium erfordern, folgen detaillierte Einzelbeschreibungen.

Der Kurs wendet sich dann der genauen Definition verschiedener Begriffspaaren als AQAL Schlüsselbegriffen zu, und zwar: innen [inside], internal [internal], innerlich [interior], und außen [outside], external [external], äußerlich [exterior].

## Innerlich und Äußerlich

*Innerlich* bezieht sich auf jedes Ereignis oder Holon in den linksseitigen Quadranten.

*Äußerlich* bezieht sich auf jedes Ereignis in den rechtsseitigen Quadranten.

Dasjenige was eine erste Person sehen kann, was jedoch niemand anders sehen kann, ist sein oder ihr innerlicher Erfahrungsraum, ein Raum, der in Ich-Sprache beschrieben wird. Dieser Ich-Raum ist im Wesentlichen der obere linke Quadrant, als der innerliche phänomenologische Raum eines Individuums bzw. individuellen Holons. Tritt eine zweite Person, ein Du, in meinen Welt-Raum ein, z. B. über Kommunikation, dann begegnen sich eine erste Person (ich) und eine zweite Person (du) in einem „Wir“. Dieser Wir-Raum ist im Wesentlichen der untere linke Quadrant. *Innerlich* bedeutet also jegliches Phänomen in einem Ich-Raum oder einem Wir-Raum, oder jedes Holon in einem der linksseitigen Quadranten. Dies sind Wirklichkeiten einer ersten Person Singular und einer ersten Person Plural als Träger von Bewusstheit.

*Äußerlich* meint jedes Phänomen, wahrgenommen durch eine Perspektive einer dritten Person, oder jedes Phänomen oder Holon in den rechtsseitigen Quadranten – jedes Phänomen in einem Es-Raum [it-space]. Ein Mensch, *über* den man spricht, ist eine dritte Person, ein Mensch, *mit* dem man spricht, ist eine zweite Person. Die Definition einer dritten Person ist: „Die Person oder die Sache, über die gesprochen wird“. Eine erste und eine zweite Person sind per Definition empfindende [sentient] Wesen, doch eine dritte Person kann eine Person oder eine Sache sein, kann empfindend oder nicht-empfindend

sein. Personen können über Austauschbeziehungen zu einer zweiten Person, einem Du werden, Sachen und Dinge bleiben ein Es. Das bedeutet nicht, dass die Es-Dimensionen lediglich oberflächlich und geschmälert wären im Gegenteil, sie repräsentieren die objektiven und interobjektiven Dimensionen des In-der-Welt-Seins. Dies sind entscheidend wichtige Dimensionen, die Dinge enthalten wie Atome, Moleküle, Ökosysteme, morphische Felder, subtile Energien und die DNA. Was diese Dimensionen kennzeichnet, ist, dass sie in Es-Sprache bzw. Begriffen einer dritten Person beschrieben werden können, die Begriffe einer dritten Person bleiben (weil es sich um nicht-empfindende Dinge handelt). Sie sind die äußerliche Dimension von Ereignissen.

## Innen und Außen

*Innen* und *außen* beziehen sich auf das Innen und Außen eines jeglichen Ereignisses. Ein Holon in einem jeden der Dimensionen/Quadranten hat ein Innen und ein Außen. Dadurch erhalten wir acht ursprüngliche Perspektiven, die das Innen und das Außen der vier Quadranten aufzeigen.

Das Innen einer innerlichen Dimension bedeutet alles innerhalb der Innen-Grenze eines Ich- oder Wir-Raumes, (wie z. B. das unmittelbar gefühlte „Ich“ der eigenen unmittelbaren Wahrnehmung). Dabei spielt es keine Rolle, ob, wie es einige Theoretiker, die dabei einen Standpunkt einer dritten Person einnehmen, postulieren, dass diese unmittelbaren Phänomene durch andere Ereignisse – z. B. kulturell – vermittelt wurden. Entscheidend ist, dass sie im Augenblick des Wahrnehmens unmittelbar wahrgenommen werden. Einander Verstehen, gemeinschaftlich geteilte Werte oder ein intersubjektives Gefühl wären Beispiele für ein Ereignis innerhalb einer Wir-Grenze. Eine Wir-Grenze kann in der äußerlichen Welt nicht gesehen werden, aber die Beteiligten wissen ganz genau, wer z.B. zum Freundeskreis dazugehört und wer nicht. Neben diesen Beispielen für die linksseitigen Quadranten werden später auch noch Beispiele für das Innen von Äußerlichkeiten (für die rechtsseitigen Quadranten) gegeben.

Das Außen einer innerlichen Dimension bedeutet alles außerhalb der holonischen Außen-Grenze eines Ich- oder Wir-Raumes. Dazu gehört in Bezug auf die linksseitigen Quadranten alles das, was außerhalb eines „Ich“ oder „Wir“ erscheint, sich dabei aber immer noch in einem innerlichen Raum befindet. Was jemand innerlich sieht, sind innere Objekte, die außerhalb des proximalen Ich sind, weil man sagen kann „ich sehe diese Dinge in meinem Geist“. Dies sind innerliche dritte Person Objekte und Artefakte, hervorgebracht durch eine Außen- bzw. 3. Person Ansicht des eigenen oberen linken Quadranten. Gleichmaßen gibt es das Außen eines Wir, wie die Meinung eines „Außenseiters“ im Unterschied zu der gemeinschaftlich geteilten anderen Meinung eines Freundeskreises.

Was genau bedeutet „Grenze“, die ein Innen von einem Außen unterscheidet? Eine Grenze ist beweglich und fließend, keine Barriere, sondern eher eine Schnittstelle und ein Bereich, wo zwei Welten nicht nur unterschieden, sondern auch miteinander verbunden sind. Wie die postmodernen Theoretiker festgestellt haben, erhält ein Zeichen oder ein Ding, das für etwas anderes steht – wie z. B. ein Wort –, seine Bedeutung daher, weil es Teil eines Systems von Unterscheidungen ist. Die Umkehrung davon ist gleichermaßen richtig und von Bedeutung. Ein System von Unterscheidungen hat keine Bedeutung,

wenn nicht auch Teile des Systems miteinander verbunden sind. Dies ist die Bedeutung von „Grenze“ im AQAL System – als Schnittstellen und Verbindungen zwischen acht phänomenologischen Welten.

Nach diesen Definitionen und Begriffsklärungen bietet der Kurs zwei Lernwege an: den Lernweg

- a) Zonen als Perspektiven betrachtet durch die Blickrichtung der Theorie und
- b) Zonen als Perspektiven in Anwendung

Wir gehen sie in dieser Reihenfolge durch, doch vorher wird der Begriff „Perspektive“ noch erläutert, so wie er in diesem Kurs verwandt wird, was sich von der Verwendung des Begriffs im noch nicht veröffentlichten Kurs 03 unterscheidet. Im Kurs 03 wird „Perspektiveinnahme“ als etwas verstanden, wie erste, zweite und dritte Personen ein Verständnis der Quadrantendimensionen von anderen ersten, zweiten und dritten Personen erhalten, durch unterschiedliche Entwicklungsstufen der Komplexität, von einer ersten bis zu einer fünften Person-Perspektive.

Doch im Unterschied dazu wird in diesem Kurs 02 der Begriff „Perspektive“ im Zusammenhang mit Perspektiven und Zonen als Innensichten und Außensichten jeder der Quadranten-Dimensionen verwendet. Dazu werden die Quadranten mit ihren Zonen nacheinander betrachtet. Die Reihenfolge kann frei gewählt werden, doch für „Anfänger“ wird eine Reihenfolge OL (Zonen 1+2), OR (Zonen 5+6), UL (Zonen 3+4) und UR (Zonen 7+8) empfohlen. Diesem Lernweg folgt auch diese Darstellung.

Zu Beginn wird noch eine weitere Unterscheidung erläutert, und zwar die zwischen *intern* und *extern*. Intern und extern beziehen sich nicht auf Bereiche der Existenz und auch nicht auf Sichtweisen oder Möglichkeiten der Untersuchung dieser Bereiche. Dieses Begriffspaar bezieht sich auf die spezielle Beziehung eines Phänomens zu der dominanten Monade in individuellen Holons, bzw. der Nexus-Agenz in sozialen Holons. Beim Durchgang durch die oberen Quadranten wird das Begriffspaar intern/extern zuerst für individuelle Holons besprochen.

Intern bedeutet, dass etwas ein Teil von etwas anderem ist, und damit notwendig ist für dessen Identität. Dies entspricht bei der Entwicklung dem „Transzendieren und Bewahren“. Ein Holon ist einem anderen Holon gegenüber intern, wenn es ein grundlegender Bestandteil dieses Holons ist. Damit steht dieses Subholon unter dem Einfluss der Agenz des Superholons. Eine Definition dazu wäre: Ein Holon ist intern gegenüber einem anderen Holon, wenn es den Mustern oder der Agenz dieses anderen Holons folgt, und damit unter der Kontrolle der dominanten Monade des übergeordneten Holons steht. Ein Beispiel dafür sind die Moleküle einer Zelle, die unter dem Einfluss der Agenz der Zelle stehen. Ein Parasit hingegen verhält sich entsprechend seiner eigenen Agenz. Der Parasit ist in der Zelle, doch er ist gleichzeitig extern im Verhältnis zur Zelle. Intern und extern sind also nicht das gleich wie innen und außen. Die intern/extern Achse steht für die Beziehung von Lernen, Entwicklung und evolutionäre Entfaltung, wo etwas sich nicht mehr nur einfach innerhalb der Grenzen eines Holons befindet, sondern wesentlich für die Definition dieses Holons ist. Diese Definition ist die Identität, Agenz oder das Muster des Holons. Sie ermöglicht dem Holon über Raum und Zeit Stabilität zu bewahren und zu existieren.

## Lernweg Theorie

Zone 1: Ein naheliegendes Beispiel dafür sind eigenen, subjektiven Wirklichkeiten einer ersten Person, wie sie unmittelbar als ein „Ich“ erlebt werden, als ein Fühlen durch Vertrautheit. Was fühlen Sie jetzt in diesem Augenblick? Dieses Innen der eigenen Innerlichkeit kann erste Person subjektiv sein („ich bin ärgerlich“) oder auch erste Person objektiv („ich bin mir meiner selbst bewusst“). Kann man das Innerliche eines anderen Menschen kennen? Generell nicht, doch es werden drei mögliche Ausnahmen genannt:

- Telepathie
- Ein transzendentes Selbst, das das Innerliche aller Holons „bewohnt“

Harmonische Empathie, als eine nicht-reflektive Resonanz mit einem anderen Holon auf gleicher Erfahrungstiefe, analog einer musikalischen Resonanz

Doch generell ist das Innerliche eines anderen Menschen oder eines anderen „Ich“ außerhalb der eigenen Innerlichkeit, und das führt zur Perspektive der Zone 2.

Zone 2: Die Zone 2 gibt uns einen objektiven Blick auf das eigene Innerliche, als eine Betrachtung von einem selbst, wie andere einen sehen. Beispiele für „Dinge“, die sich im Rahmen des Zone 2 Horizontes zeigen sind:

- ich kann mich fröhlich erleben (Zone 1), doch andere erleben mich ängstlich (Zone 2).
- mentale Objekte wie Traumbilder, die außerhalb des proximalen Ichs sind – „ich kann sie sehen“
- eigene unbewusste Prozesse, Subpersönlichkeiten und Schattenelemente, die sich auch alle im Innerlichen befinden, jedoch außerhalb der Ich-Grenze.

Im oberen linken Quadranten kann die intern/extern Achse gesehen und gefühlt werden. In der phänomenologischen Wahrnehmung manifestiert sich diese Achse unter anderem als das innerliche Gefühl von Wille oder Intentionalität. Internalität und Intentionalität gehen dabei Hand in Hand.

Betrachtet man die Entwicklung der menschlichen Kognition, dann führt diese von Bildern zu Symbolen zu Konzepten zu Regeln zu Meta-Regeln. Jedes wird durch das nächsthöhere Holon transzendierte und bewahrt und ist damit ein Teil eines größeren Ganzen. Bilder sind damit Symbolen intern, usw. Doch wie unterscheidet sich etwas, was im Selbst ist, von etwas, was intern zum Selbst ist? Dem Ich (oder Selbst) intern ist seine Vergangenheit. Die Gesamtheit aller früheren Ich-Augenblicke sind aufgenommen im gegenwärtigen Ich-Augenblick. Ein weiterer Unterschied zwischen Internalität und Externalität in den Zonen 1 und 2 ist der Unterschied zwischen Psychose und Neurose. Bei der Neurose werden körperliche, internale Impulse unterdrückt. Diese unterdrückten Impulse erscheinen außerhalb des Ich, als innere Objekte einer zweiten oder dritten Person, doch sie sind intern und innerhalb der Psyche. (Psychose ist demgegenüber ein Zusammenbruch von Internalität.) Die verdrängten Impulse erscheinen lediglich außerhalb meines bewussten Selbst und können auch projiziert werden. Die Heilung einer Neurose besteht in der Integration dieser abgespaltenen Schattenaspekte, als die Anerkennung ihrer Internalität, als etwas, was zu einem gehört. In der Psychose ist die Agenz der Psyche beschädigt. Die Fähigkeit des Selbst zur Unterscheidung von Selbst und Nicht-



Selbst ist gestört oder zusammengebrochen. Die Therapie besteht darin, die Psyche bei der Bildung stabiler Internalitätsmuster zu unterstützen. Projektion und Introjektion sind auch in psychotischen Zuständen möglich, Dissoziation und Repression jedoch nicht, da diese eine starke Internalitätsabgrenzung erfordern, mit einer starken Selbstidentität.

Zur konkreten Illustration des Unterschieds zwischen Zone 1 und Zone 2 Perspektiven und Erfahrungen verwendet der Kurs einen Text von Wilber, den dieser vor Jahren an einen Kreis von Interessierten geschrieben hat: Es ist eine Pointing out instruction mit dem Titel *Von dir zur Unendlichkeit*. (Auf Deutsch unter <http://integralesleben.org/il-home/il-integrales-leben/meditation/meditation-interaktiv/>).

Nach der Übung, die im Lesen des Textes besteht, erfolgt eine Untersuchung dieser Erfahrung von innen und von außen. Die Innenuntersuchung ist das gefühlte Erleben dabei und seiner Veränderungen. Es ist die Erfahrung der eigenen innerlichen Dimension, eine Erfahrung der Zone 1 Perspektive. Die Reflektion dieser Erfahrung von außen ist eine Zone 2 Betrachtung, mit der Frage, welche Zustände dabei erfahren wurden, Zustände subtiler, kausaler und nicht-dualer Art. Im ersten Fall bin ich mit meiner Erfahrung einfach gegenwärtig, im zweiten Fall betrachte ich sie von außen und versuche sie zu beschreiben und zu klassifizieren.

Beides findet in der OL Dimension statt.

## Zone 5 und 6

Zone 5 ist das Innen eines Es, eines individuellen Organismus. Eine Sicht einer ersten Person auf eine Dimension einer dritten Person. Wir sehen dort alle Holons, aus denen wir zusammengesetzt sind, und die uns physisch ausmachen – Zellen, Moleküle, Organe usw. Doch es geht bei dieser Zone nicht nur um unsere Einzelteile, sondern um die inneren Entscheidungen die ein individueller Organismus trifft in seiner aktiven Interaktion mit seiner Umwelt und der Teilnahme an ihr. Dies ist eine autopoietische Perspektive. Es sind die Arten von Reaktionen, Verhalten und biologischer (im Unterschied zu psychologischer) „Kognitionen“, die ein Organismus tut oder wählt, in seiner Hervorbringung und Reaktion auf seine Welt.

Zone 6 ist demgegenüber die typische „naive“ empirische Außensicht. Bezogen auf ein Individuum sind das alle Dinge, die zur Umwelt eines Organismus gehören. Dazu gehören deren Größe, Form und physische Merkmale. Im Unterschied zu Zone 5, wo die hervorbringenden [enactive] biologisch-kognitiven Prozesse eines Organismus von innerhalb betrachtet werden, betrachtet die Zone 6 deren Manifestationen als messbaren Verhaltensoutput, sowie auch die äußerlichen Objekte auf welche die Kognition reagiert.

## Intern und extern im OR

Die intern/extern Unterscheidung im OR entspricht der im OL, kann jedoch hier in OR Begriffen anders formuliert werden, und zwar folgendermaßen: Die intern/extern Grenze markiert die Unterscheidung derjenigen Elemente innerhalb eines Organismus, die seiner autopoietischen Steuerung folgen (intern), von den Elementen, die das nicht tun (extern). Zwischen intern und innen bzw. extern und außen gibt es keine strikte Zuordnung. Die Leber ist sowohl innen als auch intern, ein Stein, den man verschluckt ist auch

innen im Organismus, er folgt jedoch nicht der eigenen Agenz, und daher ist er extern in Bezug auf den Organismus. Ein anderes Beispiel sind Parasiten, die sich in einem Organismus befinden, ohne jedoch dessen Agenz zu folgen, und daher extern sind. Es gibt aber auch Viren, die als ein externer Eindringling von außen in die Zelle eindringen, dort das Kommando übernehmen und dann gegenüber der Zelle intern werden. Die DNA des Virus bestimmt, was die Zelle macht, die Identität der Zelle wurde verändert, der Virus ist dann sowohl innen als auch intern. Dies ist ein weiteres Beispiel für die Bedeutung der innen/ausen und intern/extern Unterscheidung. Betrachtet man dann noch die Entwicklungsstufen, dann kann man beispielsweise sagen, dass ein Molekül intern gegenüber seiner Zelle ist, dass die Zelle jedoch extern gegenüber ihren Molekülen ist. Die Zelle geht über die Moleküle hinaus und transzendiert sie. Das Molekül folgt der Agenz der Zelle, aber nicht umgekehrt. Transzendiere und bewahre bedeutet daher auch eine extern-intern Verschiebung. Doch extern bedeutet nicht automatisch außen. Außerhalb des Moleküls ist nicht die Zelle, sondern sind andere Moleküle. Die Moleküle können die Zellen nicht in ihrer Ganzheit sehen, diese Perspektive ist ihnen entwicklungsmäßig „zu hoch“. Gleichermäßen gibt es im phänomenologischen Wahrnehmungsraum von Atomen weder Zellen noch Moleküle. Entsprechend oder analog dazu existieren im phänomenologischen Erleben des OL Quadranten auf der Bernstein Stufe keine orangen, grünen und darüber hinausgehenden Ereignisse.

Im Unterschied zu den individuellen Holons haben soziale Holons keine dominante Monade oder Zentralagenz, sondern wir haben es bei sozialen Holons mit Agenzen-in-gegenseitiger-Kommunion zu tun, und nicht mit Subholons in einem Über-Organismus (Leviathan). Ihre Mitglieder sind Partner und keine Teile („partners not parts“). Bei sozialen Holons wird von einer Nexus-Agenz gesprochen. Entsprechend lässt sich die Definition von intern/extern auf soziale Holons übertragen. Alles, was der Nexus-Agenz des sozialen Holons folgt, ist intern, und alles andere ist extern. Die Nexus-Agenz ist definiert durch die Austauschbeziehungen, die intern in Bezug auf den Nexus sind, und nicht durch die Individuen, die sich im Nexus befinden. D.h. Individuen sind nicht intern gegenüber einem Wir, d.h. sind nicht die „Teile“ eines Wirs.

Es folgt eine Erfahrungsübung zur Unterscheidung von Zone 5 und Zone 6 aus der Lerntheorie in Bezug zum Kurs. Dabei wird das eigene Lernverhalten (Zone 6) betrachtet als etwas, was sich in einem fortwährenden Prozess der Selbstorganisation innerhalb einer Lerngemeinschaft reflektiert (das Verhalten anderer Beteiligter, Zone 5). Der Unterschied in diesem Perspektivwechsel besteht darin, von einer einfachen Verhaltensbeobachtung (Zone 6) zu einem Erkennen zu gelangen, wie dieses Verhalten komplexe Manifestationen verschiedener miteinander verbundener und sich gegenseitig durchdringender Faktoren ist (Zone 5). Zone 6 betont das „Was“ und Zone 5 das „Warum“.

## Zone 3 und Zone 4

Zone 3 bedeutet, „was bedeutet es in einem Wir zu sein?“ Eine Wir-Grenze kann nicht gesehen, aber gefühlt werden. Beispiel Freundeskreis. Was Menschen zu einem Wir verbindet, sind gleiche oder ähnliche Werte, eine gemeinsame Sprache, eine gemeinsame Vergangenheit von Austauschbeziehungen. Zone 3 zeigt uns die unterschiedlichen Wirs, in denen wir Mitglieder sind. Dieses Wir reicht von einem Gespräch mit einem Fremden auf der Strasse, wo die gemeinsame Sprache verbindet, bis hin zu einer tiefen Liebesbeziehung. Es kommt dabei nicht auf Übereinstimmung z.B. der Meinungen an, sondern um ein Maß an geteilter Innerlichkeit. Dieses Wir kann von den Beteiligten nur gemeinsam gestaltet werden. Die Interaktion mit einem Menschen verwandelt ein Es oder Er oder Sie in ein Du.

Die Innenansicht eines Wir (Zone 3) zeigt uns das gefühlte Erleben eines Wir, wohingegen die Außenansicht (Zone 4) uns das Aussehen eines Wir zeigt, mit Mustern, Strukturen und Regeln der Interaktionen der Mitglieder eines Wir. Diese Strukturen definieren die Wahrscheinlichkeit der Mitglieder, sich auf eine bestimmte Weise zu verhalten, z.B. traditionell in einer traditionellen Struktur.

Intern und extern im UL: Intern gegenüber der Nexus-Agenz eines Wirs sind die Austauschbeziehungen ihrer Mitglieder, und *nicht* die Mitglieder selbst (das Wir ist kein Leviathan oder Überorganismus, der eine vollständige Kontrolle über seine Mitglieder hat).

- Was charakterisiert eine Nexus-Agenz?
- Die stattfindenden intersubjektiven Austauschbeziehungen oder Transaktionen ihrer Mitglieder
- Die Muster, Strukturen oder Gewohnheiten welche diese Austauschbeziehungen steuern
- Die Vergangenheit und Entwicklung dieser Austauschbeziehungen

Dieses Wir hat ein Eigenleben aber kein individuelles „Ich“. Es hat Muster und Gewohnheiten unseres Zusammenseins, aufbauend auf der Geschichte unserer Austauschbeziehungen. Mitgliedschaft bedeutet, dass die Austauschbeziehungen von Menschen intern in Bezug auf ein Wir sind. Austauschbeziehungen sind dementsprechend extern ein Bezug auf ein Wir, wenn diese nicht den Regeln der Nexus-Agenz dieses Wir folgen.

Dies wird am Beispiel eines Baseballspiels erläutert. Das Spiel hat ein Spielfeld und eine bestimmte Spieleranzahl. Die Baseballregeln sind die steuernden Muster oder Strukturen des Spiels, welche die Interaktionen der Spieler steuern. Nur wessen Austauschbeziehungen die Regeln des Spiels befolgen, ist *im* Spiel, (und nicht automatisch der, der auf dem Spielfeld steht). Als Individuen sind wir nicht im Spiel (lediglich unsere Austauschbeziehungen sind im Spiel, wenn sie der Nexus-Agenz des Spiels folgen), weil vieles von uns nicht den Spielregeln folgt (Verdauung, Gedanken, Gefühle und tausend andere Dinge). Die Spielregeln des Baseball haben eine Geschichte, die zu Regeln und Gewohnheit geworden ist. Die Regeln existieren nicht in der äußerlichen Welt und sind unsichtbar, aber können gefühlt werden, z.B. wenn jemand die Regeln überschreitet.

Eine Zone 3 Gewährseinsübung bei einem beliebigen Meeting verdeutlicht dies:

- Was fällt dir auf?
- Welche gemeinschaftlich geteilten Bedeutungen gibt es?
- Welche Art von Resonanz fühlst du?
- Woran glauben die TeilnehmerInnen?
- Gibt es eine gemeinschaftliche Vision und worin besteht diese?
- Welche Art von unsichtbarer Verbindung besteht zwischen den TeilnehmerInnen?

Der Perspektivwechsel zur Zone 4 geschieht durch die Außenperspektive auf das Innerliche der Gruppe (die Inhalte der Zone 3) und kann herausgefordert werden durch ein Verhalten, das einen zu einem Außenseiter macht (z. B. unvorbereitet zu einer Besprechung erscheinen, was nicht üblich ist, oder eine ungewöhnliche Meinung äußern).

Die Zone 4 Perspektive fängt oft bei der Beobachtung von Verhalten an:

- Wie verhält sich die Gruppe (z. B. nach der Störung)?
- Wie ändern sich die Austauschbeziehungen?
- Was haben sie gemeinsam?
- Wo gibt es Übereinstimmung und Resonanz und wo nicht?
- Wie sind die Machtdynamiken in der Gruppe?
- Auf wen wird gehört und auf wen nicht?
- Wessen Perspektiven werden mehr als die von anderen abgewiesen bzw. marginalisiert?

Verfolgt man Fragen und Perspektiven wie diese über eine längere Zeit, erhält man einen Einblick in die Strukturen und Internalitätscodes der Gruppe.

- Welche Strukturen und Muster bestimmen die Gruppe?
- Wie sehen diese Codes und Strukturen aus, und wie können sie beschrieben werden?
- Wie äußern sich diese Codes und wie werden sie sichtbar?
- Wie müsste ein Individuum denken oder sich verhalten, um ein Mitglied dieser Gruppe sein zu können?
- Welches Verhalten führt dazu, dass jemand aus dieser Gruppe herausfällt? Was wäre ein externes Verhalten gegenüber der Gruppe, das jemandem zu einem Außenseiter macht?
- Welche sind die unsichtbaren Regeln, welche die Gruppe steuern und sie zusammenhalten?

Sowohl die Perspektive der Zone 3 als auch die der Zone 4 sind Perspektiven des UL. Kannst du den Unterschied erkennen/fühlen?



## Zone 7 und Zone 8

Alle sozialen Holons bestehen aus den UL und UR Austauschbeziehungen ihrer Mitglieder. Die Zonen 7 und 8 zeigen uns die Innen- und die Außenansicht der gemeinschaftlichen äußerlichen Dimensionen, ohne die es die innerlichen Dimensionen nicht gäbe. Zone 7 zeigt das gemeinschaftliche Äußerliche der Mitglieder eines Wir, ihr gemeinschaftliches Verhalten. Im Unterschied zu Zone 3, wo gemeinschaftliche Werte und Intentionen ausgetauscht werden, werden hier materielle Artefakte über systemische Verbindungen ausgetauscht. Die Austauschbeziehungen der Mitglieder eines Wir, gesehen durch die Zone 7 Perspektive, sind die materiellen Signifikanten, d.h. Zeichen oder Kommunikationen. Die Zone 7 zeigt uns, was diese Kommunikationen ausmacht (der Inhalt spielt dabei weniger eine Rolle), und wie sie die Mitgliedschaft eines Mitglieds in der Gruppe definiert. Dieser Vorgang wird als „soziale Autopoiese“ bezeichnet, als etwas, was soziale Einheiten schafft und aufrechterhält.

Soziale Holons bestehen neben den Austauschbeziehungen ihrer Mitglieder auch aus dem Austausch materieller und kommunikativer Artefakte. Dieses Netzwerk der Austauschbeziehungen kann von außen und von innen betrachtet werden. Außerhalb eines Netzwerkes von Menschen sind andere Netzwerke und die Umwelt, und die Funktionen und Strukturen dieser Netzwerke werden durch die Perspektive der Zone 8 aufgedeckt. Dies ist die Sicht des Netz-des-Lebens. Es ist die Perspektive einer dritten Person auf Netzwerke einer dritten Person. In ihrer Verabsolutierung wird Innerlichkeit dabei geleugnet, und Menschen werden auf Systemteile und Zahnräder in einer großen Maschine reduziert.

Analog zu der Definition des UL Quadranten sind die Austauschbeziehungen hier das Verhalten der Mitglieder des Systems und die materiellen Komponenten und Artefakte, die den funktionalen Systemmustern folgen. Dies kann mit „Kommunikation“ bezeichnet werden. Soziale Systeme haben eine sichtbare Grenze. Was innerhalb dieser Grenze ist, ist im System, doch dies ist (wieder) nicht das gleiche wie intern gegenüber dem System. Intern gegenüber dem System ist das, was seiner Nexus-Agenz folgt. Alles andere ist dem System extern und (system-)„fremd“.

Als eine Injektion zum Erfahren der Zone 8 wird das Beispiel eines E-Mail Austauschs, den man hatte, aufgeführt. Denke an einem längeren E-Mail Austausch, der für dich Bedeutung hatte, und stelle dir dann die folgenden Fragen:

- Worum geht (ging) es bei diesem E-Mail Austausch?
- Geht es darum etwas zu erreichen oder zu entscheiden?
- In welcher Beziehung steht dieser Austausch zu anderen Systemen?
- Von welcher Art ist dieser Austausch?
- Wird das gelesen und wird sich darauf bezogen, was andere schreiben?
- Ist bei den Interaktionen ein „funktionales Passen“ zu erkennen?
- Lassen sich bestimmte „Codes“ dieses sozialen Holons erkennen?
- Welche Art von Druck übt dieser Code auf das Verhalten der Mitglieder des sozialen Holons aus?

Dann wird ein Zone 7 Perspektivwechsel auf den gleichen E-Mail Austausch angeboten, mit dem Augenmerk auf Kommunikation und absichtsvollem Austausch, mit folgenden Fragen:

- Welche Art von Bedeutung wolltest du vermitteln? Wurde dies aufgenommen?
- Wie hat dein Verhalten – was du geschrieben hast, wie du es geschrieben hast, wie du dich auf andere bezogen hast, wen du im Verteiler einbezogen hast – die Aufnahme deiner Mails unterstützt?
- War deine Kommunikation intern in Bezug auf die Nexus-Agenz dieses sozialen Holons?
- Wie ist das bei den anderen, war ihre Kommunikation intern?
- Wenn nicht, kannst du die Gründe dafür nennen?

Die Betrachtung eines E-Mail Austausches ist besonders interessant, weil viele UL Faktoren wie Gestik, Stimmlage usw. im E-Mail Austausch wegfallen und wir lediglich Worte haben um herauszufinden, was Menschen meinen. Erschwerend kommt oft eine große Lesegeschwindigkeit hinzu und die Tendenz, nicht genau zu lesen, was andere schreiben. Folgende Fragen können helfen diesen Aspekt zu untersuchen:

- Welche Inhalte wurden falsch oder nur teilweise in diesem E-Mailaustausch verstanden?
- Welche Auswirkungen hatte das darauf, ob eine Kommunikation intern oder extern war?
- Kannst du die Grenze dieses sozialen Holons feststellen, mit einer Angabe von Innen und Außen? (Das ist schwierig, weil diese Grenze sich laufend verändert, entsprechend den Interaktionen, die miteinander und gegeneinander laufen.)
- Bei Betrachtung dieser Schwierigkeiten, würdest du bei deiner nächsten Kommunikation etwas anders machen?
- Worum geht es dir eigentlich bei diesem Austausch? Möchtest du klar verstanden werden, mit Schnittstellen deiner Kommunikation zu allen anderen, so dass jeder ein Mitglied des sozialen Holons sein kann?
- Was kannst du tun, damit dies geschieht?

Die drei Unterscheidungen: Und noch einmal eine andere Perspektive auf die Unterscheidung der drei zentralen Begriffspaare:

*Bewusstsein*: innerlich/äußerlich (vereinigt Tiefen und Oberflächen)

*Raum*: innen/außen (Dies ist die Unterscheidung einer Innenperspektive auf ein Ereignis durch Vertrautheit und einer Außenperspektive auf das Ereignis durch Beschreibung)

*Zeit*: intern/extern (webt den Kosmos holarchisch zusammen, mit einer zunehmenden Entfaltung, Umarmung und Liebe, bis der GEIST sich enthüllt, alles transzendierend und alles enthaltend), ein GEIST, der von Anfang an gegenwärtig war.

## Lernweg Anwendung

Um die Inhalte des Lernwegs „Theorie“ anschaulich zu machen, werden die acht Zonen, als unterschiedliche, aber gleichermaßen wirkliche und reale phänomenologische Wirklichkeiten, hervorgebracht durch unterschiedliche ursprüngliche Perspektiven, ausführlich in 4 „Rundreisen“ durch die Zonen erläutert. Erneut wird viel Information in kurzer Zeit entfaltet, und die Pausentaste und die „rewind“ Funktion werden zu wichtigen Hilfsmitteln zur Steuerung der eigenen Lerngeschwindigkeit.

Erneut wird auf die Bedeutung der Anwendung hingewiesen, als einem wesentlichen Schritt zur Zusammenführung von theoretischem Wissen und eigener Erfahrung für einen Beitrag in der Welt und im eigenen Leben.

Vorgestellt wird dabei ein Vier-Schichtenmodell [4 Layers], bei dem schrittweise in vier Stufen komplexe Situationen analysiert werden können. Die vier Schichten oder Stufen können dabei auch einzeln oder für sich und modular zur Anwendung kommen.

Dabei geht es, bei aller Komplexität, immer wieder um die gleichen Grundunterscheidungen:

- Subjekt versus Objekt
- Individuelle und soziale Holons
- die vier Quadranten
- Innerlich versus äußerlich
- Intern versus extern
- Ebenen von Entwicklung

Zuerst wird die Anwendung des Modells anhand eines Beispiels eines der Autoren des Kurses, Clint Fuhs, exemplarisch erläutert, und danach folgt eine Einladung, anhand eines eigenen persönlich gewählten Themas eine Situationsanalyse zu machen.

Die vier Schichten in Kurzform sind:

Schicht 1: Das *Wer* und das *Was* identifizieren.

Wer schaut, bzw. nimmt die Hauptperspektiven ein (das *Wer*)? Und: welche individuellen und sozialen Holons sollen dabei untersucht werden (das *Was*)? Wenn die Subjekte und Objekte klar sind, dann folgt eine kurze Quadrivia Analyse für jedes Holon.

Schicht 2: Das *Wie*

Wie schaue ich auf die relevanten Quadranten-Dimensionen, die sich in Schicht 1 gezeigt haben? Das *Wie* steht für die Zonen-Grenzen, mit Augenmerk auf die Innen- bzw. die Außenansicht.

Schicht 3: Von *Wo*?

Diese Frage bezieht sich auf die dominante Monade oder Nexus-Agenz und führt zu der intern oder extern Unterscheidung. Interessant sind dabei Veränderungen über die Zeit im Verlauf eines Prozesses. So können beispielsweise Austauschbeziehungen intern beginnen und sich dann zu extern entwickeln, wo Menschen dann nicht mehr „die gleiche Sprache“ sprechen bzw. die gleiche Vision miteinander teilen.

### Schicht 4: Wie *tief*?

Diese Frage führt zur Betrachtung der Entwicklungsebenen. Im Beispielfall wird ein einfaches Modell von drei Ebenen und vier Quadranten für alle beteiligten Holons betrachtet.

Nach dem Beispielfall (Clint) und dem persönlichen Anwendungsbeispiel gibt der Kurs dann noch Gelegenheit zu einer Reflektionsübung zu dieser Anwendungspraxis.

Eine interaktive Zusammenfassung bildet den Abschluss der Lektion 3. Dieser Kursteil bildet die Grundlage für das Verständnis der Zonen als Perspektiven. Im nächsten Kursteil werden die einzelnen Zonen als Methoden vorgestellt und in ihren historischen Kontext gestellt, als die philosophische Grundlage, auf welcher der IMP ruht.

