

UL UR OL OR
QUADRANTEN QUADRIVA
INDIVIDUELL SUBJEKTIV KOLLEKTIV
INTERSUBJEKTIV INNERLICH ÄUSSERLICH
PERSPEKTIVEN QUADRIVA OBJEKTIV ZUSTAND

WAS IST INTEGRAL



EIN GLOSSAR

EGOZENTRISCH
EBENEN STUFEN STRUKTUREN EGOZENTRISCH
LINIEN KOMPETENZEN ENTWICKLUNG
TYPEN TYPOLOGIEN NICHT-DUALITÄT
NONDUAL SEIN WERDEN AQAL
INTEGRALE LANDKARTE
HOLON EVOLUTION



INTEGRALESFORUM

MICHAEL HABECKER
DENNIS WITTRÖCK
INES SEIDEL

INTEGRALE LANDKARTE

IN WAS FÜR
EINER WELT
LEBEN WIR ?

WER
BIN ICH?

WAS IST EIN
GUTES LEBEN
UND WIE KÖNNEN
WIR ES LEBEN?

WAS IST
DER SINN
DES LEBENS?

Fragen wie diese begleiten die Menschheit und jeden einzelnen Menschen seit Beginn seiner Bewusstwerdung. Ihre Beantwortung hängt entscheidend von den Landkarten ab, die Menschen von der Wirklichkeit haben, aufgeschrieben oder „im Kopf“, bewusst oder unbewusst.

INTEGRALE LANDKARTE
alternative Bezeichnungen

- INTEGRALES MODELL
- INTEGRALER ANSATZ
- AQAL

Die von Ken Wilber entwickelte integrale Landkarte ist ein in unserer Zeit entstandener Versuch, Wirklichkeit so umfassend (integral) wie möglich zu beschreiben, auf dem jeweils aktuellen und sich weiter entwickelnden Erkenntnisstand der Menschheit.



KEN WILBER

Ausgehend von einer NICHT-DUALITÄT von Wirklichkeit, mit den Aspekten Leerheit (oder Absolutheit) und Form (oder Manifestation), unterscheidet Ken Wilber für die Welt der Formen fünf Hauptkategorien zum Verständnis der Vielzahl der Erscheinungen eines Augenblicks: QUADRANTEN, EBENEN, LINIEN, ZUSTÄNDE und TYPEN.



AQAL

Abkürzung für
"alle Quadranten, alle
Ebenen, alle Linien,
alle Zustände und
alle Typen"

QUADRANTEN weisen uns darauf hin, dass wir uns selbst und unsere Welt perspektivisch wahrnehmen, was in den Sprachen der Welt in den Pronomen einen Niederschlag gefunden hat:

1. Person: subjektiv (ich, mir, mein ...);
2. Person: intersubjektiv (du, wir, unser ...);
3. Person: objektiv und interobjektiv/systemisch (er, sie, es, sie-Plural ...).

EBENEN und LINIEN berücksichtigen, dass sich vieles im Universum in Entwicklung befindet.

ZUSTÄNDE sind jeweils vorübergehende Erfahrungsbereiche, von den wechselnden individuellen phänomenologischen Zuständen wie Freude, Trauer, Angst, Glück, Trägheit usw. bis zu den großen Zustandsbereichen des Wachens, Träumens und des traumlosen Tiefschlafes, die wir alle 24 Stunden durchlaufen.

TYPEN oder TYPOLOGIEN sind unterschiedliche Erscheinungs- oder Ausprägungsformen, so z. B. Maskulin und Feminin. Andere Beispiele wären Ying und Yang, die vier Elemente, Myers-Briggs, das Enneagramm usw.

Diese 5 Merkmale - als ein Abbild der Struktur des Universums in jedem Augenblick - stehen nicht nebeneinander, sondern wirken miteinander. Das Maskuline und das Feminine z. B. in jedem Menschen entwickelt sich, betrachtet sich selbst und die Welt perspektivisch, und durchläuft permanent unterschiedliche Zustände.

Die INTEGRALE
LANDKARTE bietet
ein Orientierungs-
system - kein
Glaubenssystem.

Als Bestandteil (und
Beschreibung) der
Wirklichkeit ist AQAL
nicht endgültig,
sondern entwickelt sich
weiter.



NONDUALITÄT

NONDUALITÄT (NICHT-DUALITÄT) bezeichnet die Einheit und Nicht-Zweiheit von Subjekt und Objekt, Form und Leere. Nondual bezieht sich auf die immer-gegenwärtige So-heit oder Ist-heit der Wirklichkeit hier und jetzt.

WIRKLICHKEIT IST NONDUAL.

DIESE BOTSCHAFT ERHALTEN WIR SEIT LANGEM.

ALLE WESEN SIND
IHRER NATUR NACH BUDDHA,
SO WIE EIS SEINER NATUR
NACH WASSER IST.

MEIDE DIE VIELEN
UND SUCHE DASEINE.
WENN DU ES GEFUNDEN
HAST, UMARME DIE
VIELEN ALS DASEINE.

ICH UND DER
VATER SIND EINS

FORM IST LEERE.

LEERE
IST FORM.

SEIN
ABSOLUT
ZEIT-LOS
UNGEBOREN
LEERE

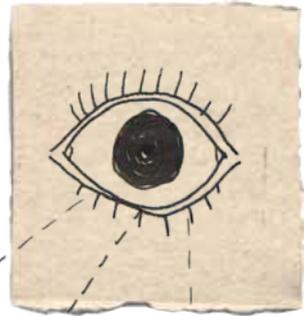
WERDEN
RELATIV
ZEIT-LICH
VERGÄ'NGLICH
FORM



QUADRANTEN

QUADRANTEN. Die "vier Quadranten" repräsentieren vier grundlegende Perspektiven, die man gegenüber jedem Ereignis oder Aspekt der Wirklichkeit einnehmen kann. Das Innere und das Äußere des Individuellen und des Kollektiven: oben links (intentional), unten links (kulturell), oben rechts (verhaltensmässig), und unten rechts (sozial) – oder „Ich“, „Wir“, „Es“ und „Es“ (Plural).

ALLE SPRACHEN DER WELT HABEN GRAMMATISCHE FORMEN (WIE Z.B. PRONOMEN), UM DIE PERSPEKTIVE ZU MARKIEREN, AUS DER EINE WAHRNEHMUNG FORMULIERT IST.



INDIVIDUELL
INNERLICH

KOLLEKTIV

NACH AUSSEN
GERICHTET

ICH SEHE
ERSTAUNT AUF.

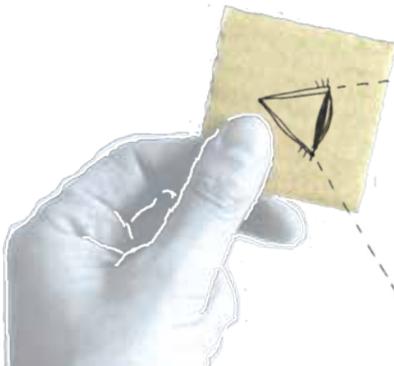
WIR BLICKEN
UNS AN.

ES (DAS AUGE)
REAGIERT AUF
LICHT.

DIE VIER QUADRANTEN ERGEBEN SICH
AUS ZWEI GRUNDUNTERSCHIEDUNGEN DES
KOSMOS (DER MANIFESTATION).

INDIVIDUELL
KOLLEKTIV

INNERLICH | ÄUSSERLICH



ALLES KANN AUS DIESEN VIER
PERSPEKTIVEN BETRACHTET WERDEN.
MAN SPRICHT DANN VON DEN VIER
QUADRIVIA, DEN SICHTWEISEN DES SEINS.

ENTWICKLUNG

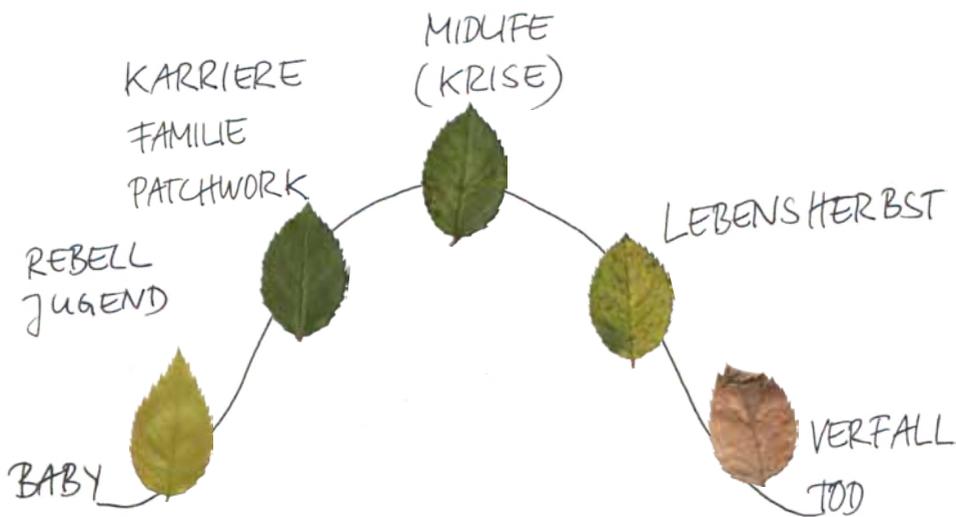
ZYKLUS:
ALLES IST EIN
KREISLAUF VON
ENTSTEHEN UND
VERGEHEN. ↻

EVOLUTION
ALLES WIRD
IMMER BESSER. ↗

DEVOLUTION
ALLES
WIRD IMMER
SCHLECHTER. ↘

DAS ERLEBEN VON VERÄNDERUNG FÜHRT ZUM KONZEPT VON ENTWICKLUNG. WIR KENNEN VERSCHIEDENE FORMEN VON ENTWICKLUNG.

PHASEN UND ZYKLEN



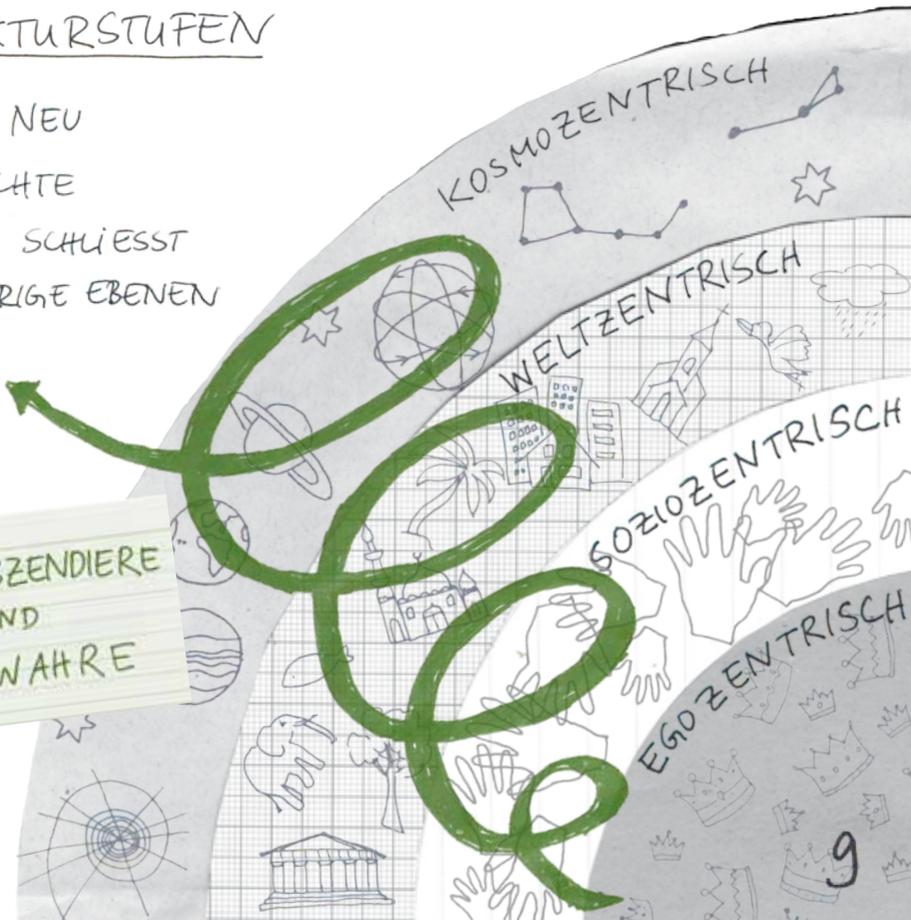
EBENEN

EBENEN (auch: STRUKTURSTUFEN) bezeichnen Meilensteine der Entwicklung des Seins. Als abstrakte Maßeinheiten helfen sie, ineinander fließende und doch qualitativ unterschiedliche Muster innerhalb einer Entwicklungslinie zu unterscheiden. Beispiele sind die Ebenen prärationale – rationale – transrational; egozentrisch – ethnozentrisch – weltzentrisch – kosmozentrisch.

STRUKTURSTUFEN

JEDE NEU
ERREICHTE
EBENE SCHLIESST
VORHERIGE EBENEN
EIN!

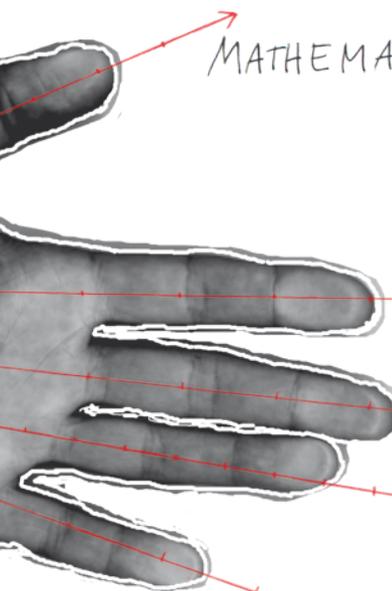
TRANSZENDIERE
UND
BEWAHRE



LINIEN

LINIEN bezeichnen voneinander mehr oder weniger unabhängige Kompetenzen, die sich durch Entwicklungsebenen fortschreitend entfalten. Beispiele für Entwicklungslinien sind Kognition, Moral, Psychosexualität, mathematische oder musische Fähigkeiten. In allen vier Quadranten gibt es verschiedene Entwicklungslinien.

WER SEIN INDIVIDUELLES ENTWICKLUNGSPROFIL (PSYCHOGRAMM) KENNT, KANN POTENZIALE BEWUSST NUTZEN UND ENTWICKELN.



MATHEMATISCHE KOMPETENZ

SOZIALE KOMPETENZ

KOGNITION

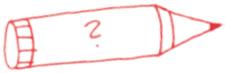
MORAL

EMOTIONALE KOMPETENZ



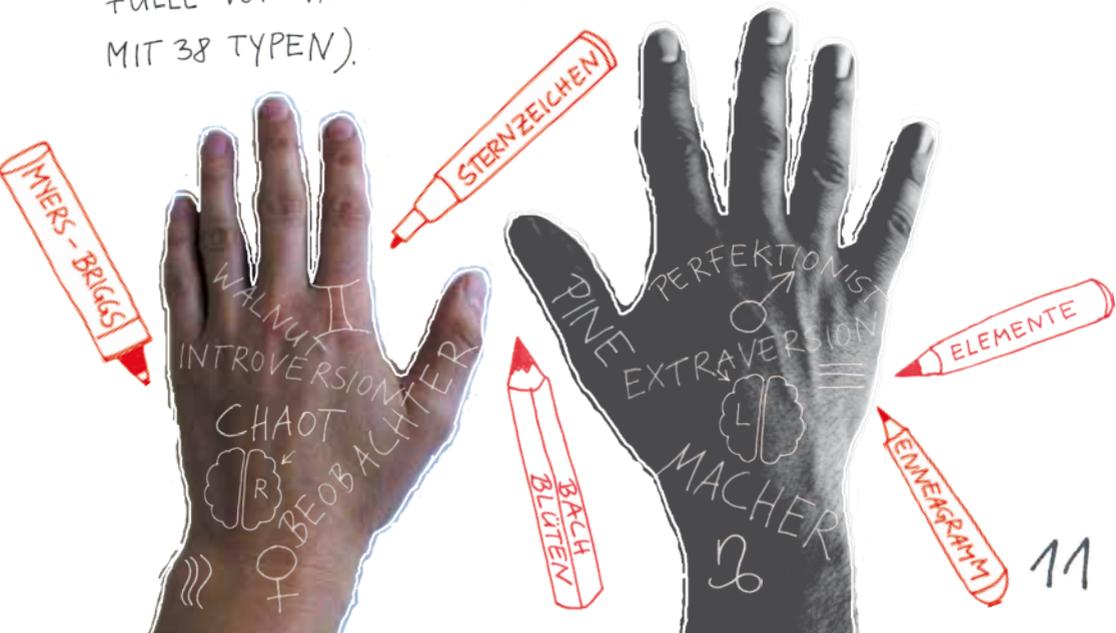
TYPEN

TYPEN (TYPOLOGIEN) beziehen sich auf verschiedene Arten, in denen sich das Selbst auf jeder Ebene des Bewusstseins manifestieren kann. Beispiele sind unterschiedliche Persönlichkeitstypen (z.B. nach Enneagramm; Myers-Briggs-Typen-Indikator) oder die Unterscheidung in Maskulin/Feminin.



WAS FÜR EIN TYP BIST DU?

MANCHE TYPOLOGIEN UNTERSCHIEDEN NUR ZWEI GRUNDTYPEN (WIE YIN UND YANG, MASKULIN UND FEMININ), ANDERE HABEN EINE FÜLLE VON VARIANTEN (WIE DAS BACHBLÜTENSYSTEM MIT 38 TYPEN).



ZUSTÄNDE

ZUSTÄNDE sind vorübergehende Erfahrungsphänomene wie Freude und Angst oder auch Wachen, Träumen und Tiefschlaf. Man hat Zugang zu ihnen auf praktisch jeder Entwicklungsstufe (Ebene). ZUSTÄNDE sind die Inhalte, über die wir in unmittelbarem Kontakt zum Leben stehen. QUADRANTEN, EBENEN, LINIEN und TYPEN helfen uns, diese Inhalte zu verstehen und einzuordnen.

IM LAUFE EINES TAGES
DURCHLAUFEN WIR
WACHZUSTAND,
TRAUMZUSTAND
UND DEN ZUSTAND
DES TRAUMLOSEN,
ICH-LOSEN
TIEFSCHLAFS.



ZUSTANDSÄNDERUNGEN BETREFFEN NICHT
 NUR DAS SUBJEKTIVE, INNERE ERLEBEN (OL),
 SONDERN ALLE QUADRANTEN DER
 WIRKLICHKEIT.

ICH / MIR / MEIN

GEDANKEN
 GEFÜHLE
 KÖRPER-
 EMPFINDUNGEN



OL

ES (SINGULAR)

KÖRPERZUSTAND
 MESSBAR



OR

GEMEINSCHAFTS-
 ERLEBEN
 GRUPPENZUSTAND

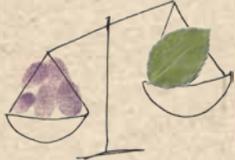
UL



WIR / UNSER

SYSTEMZUSTAND

UR



ES / SIE (PLURAL)

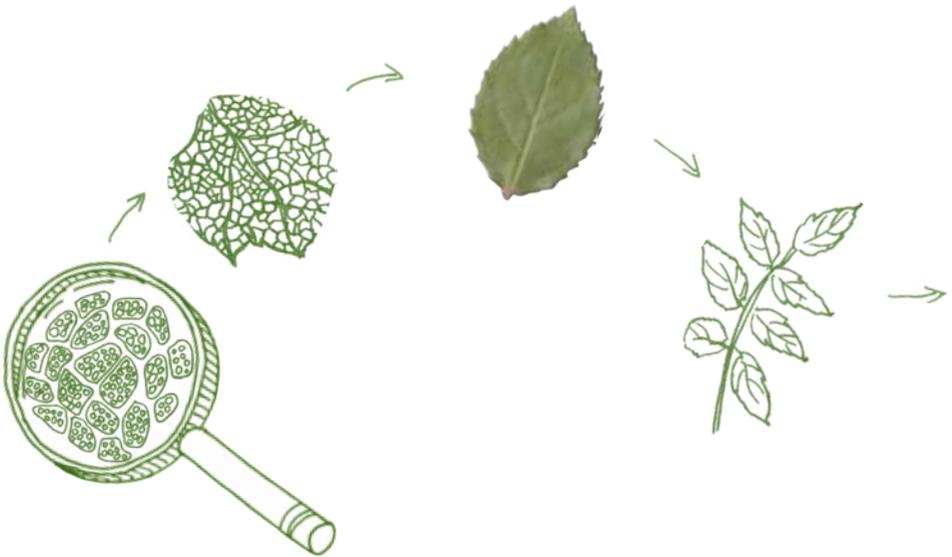
"ZUSTÄNDE GIBT ES UMSONST, STRUKTUREN*
 MUSS MAN SICH ERARBETTEN."

KEN WILBER

* s. EBENEN

HOLON

HOLON. Ein Holon ist ein Ganzes / Teil. Die doppelte Natur diese 'Wirklichkeitsbausteins' sowohl als Ganzes, als auch als Teil eines größeren Ganzen vermeidet die Extreme von Atom-ismus ("nur die Teile sind das Wahre") und Hol-ismus ("nur das Ganze ist das Wahre"). Das verbindende Muster von ineinander geschachtelten Holons finden wir in allen Quadranten.



AUS HOLONEN ERGEBEN SICH INEINANDER GESCHACHELTE WACHSTUMSHIERARCHIEN - SOGENANNT HOLARCHIEN, Z. B. ATOM - MOLEKÜL - ZELLE - ORGANISMUS usw.

KEN WILBER FAND 4 ARTEN
VON TEIL/GANZES BEZIEHUNGEN:

INDIVIDUELLE HOLONS

- z.B. MENSCH, TIER, PFLANZE, ATOM
- HABEN INNERLICHKEIT
- HABEN EIN BEWUSSTSEINSZENTRUM UND EINE AGENZ (ein "ICH")

beim Menschen
selbstreflexiv,
beim Atom
nicht.



- DURCH INDIVIDUELLE ODER SOZIALE HOLONS ERSCHAFFEN
- KEINE BEWUSSTHEIT
- BEWUSST/INTENTIONAL ERSCHAFFEN

ARTEFAKTE

SOZIALE/KOLLEKTIVE HOLONS

- z.B. VEREINE, RUDEL, ÖKO-SYSTEME, ...
- HABEN INTERSUBJEKTIVITÄT UND INTERSUBJEKTIVES BEWUSSTSEIN ("WIR")
- KEINE SINGULÄRE AGENZ, KEIN "ICH"

- ZUFÄLLIGE ANSAMMLUNGEN
- KEINE BEWUSSTHEIT
- NICHT INTENTIONAL ERSCHAFFEN

HAUFEN





HERAUSGEBER: Integrales Forum e.V.

TEXTE: Michael Habecker,
Dennis Wittrock, Ines Seidel

GRAFIK, LAYOUT, FOTOS:

Ines Seidel (außer Porträt Ken Wilber -
zur Verfügung gestellt von Ken Wilber)

INHALT

INTEGRALE LANDKARTE	S.2
NONDUALITÄT	S.4
QUADRANTEN	S.6
ENTWICKLUNG	S.8
EBENEN	S.9
LINIEN	S.10
TYPEN	S.11
ZUSTÄNDE	S.12
HOLON	S.14

www.integralesforum.org



INTEGRALESFORUM

