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

WAS IST INTEGRAL?

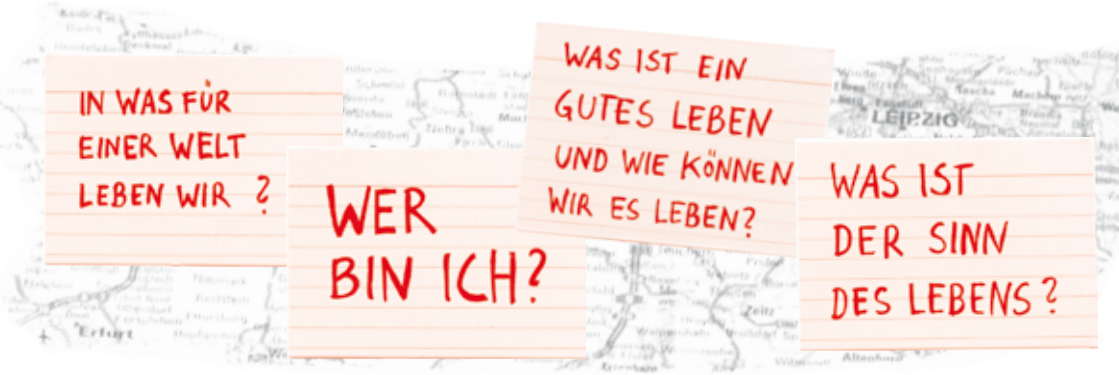
EIN GLOSSAR

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

INTEGRALES FORUM

MICHAEL HABECKER
DENNIS WITTROCK
INES SEIDEL

INTEGRALE LANDKARTE



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.

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.

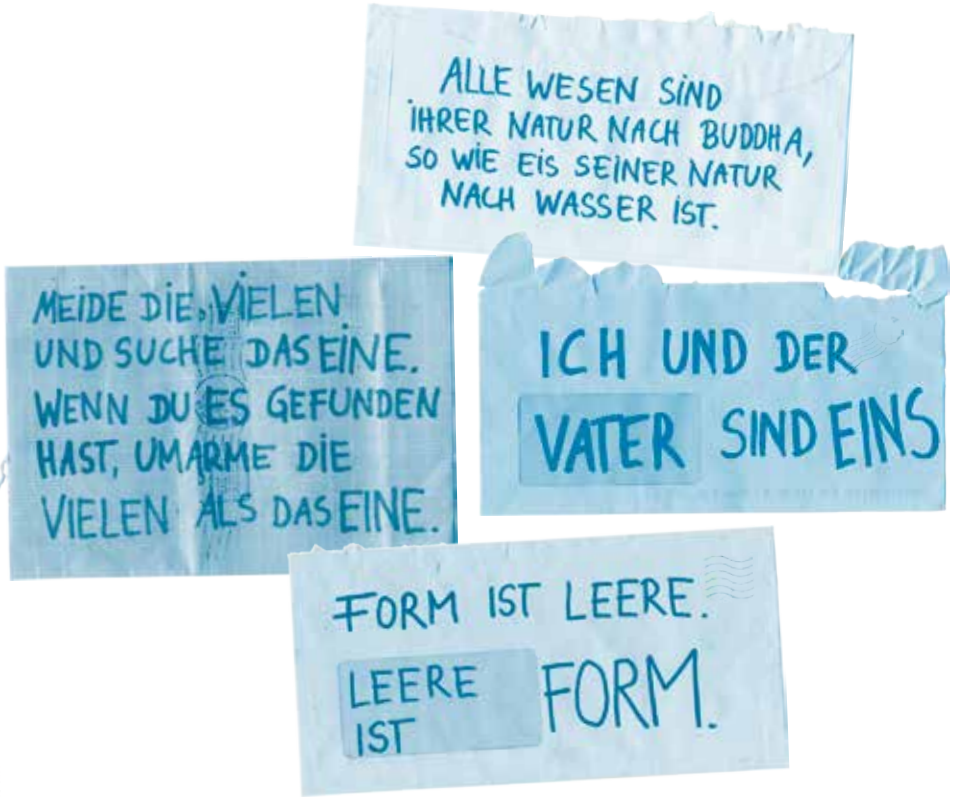
Als Bestandteil (und Beschreibung) der Wirklichkeit ist AQAL nicht endgültig, sondern entwickelt sich weiter.

Die INTEGRALE LANDKARTE bietet ein Orientierungssystem – kein Glaubenssystem.

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.



SEIN

ABSOLUT

ZEIT-LOS

UNGEBOREN

LEERE

WERDEN

RELATIV

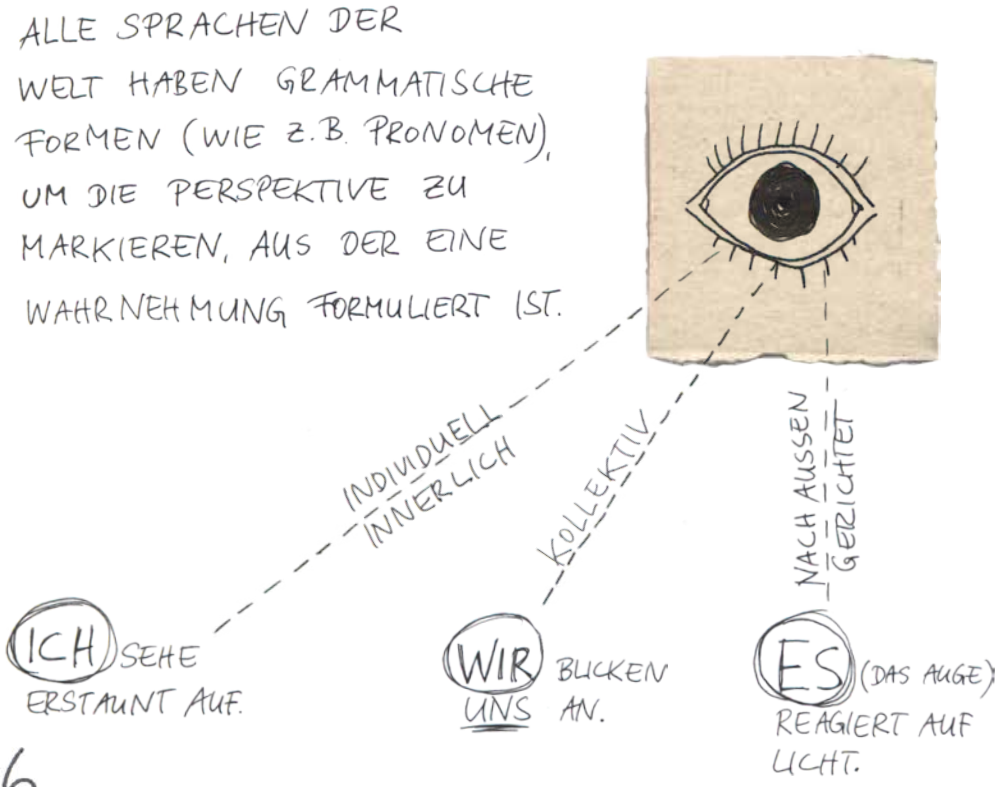
ZEIT-LICH

VERGÄNGLICH

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 (verhaltens-mässig), und unten rechts (sozial) – oder „Ich“, „Wir“, „Es“ und „Es“ (Plural).



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

INDIVIDUELL / KOLLEKTIV

INNERLICH | ÄUSSERLICH

OBEN LINKS

INNERLICH
INDIVIDUEL
SUBJEKTIV
OL

ÄUSSERLICH
INDIVIDUELL
OBJEKTIV
OR

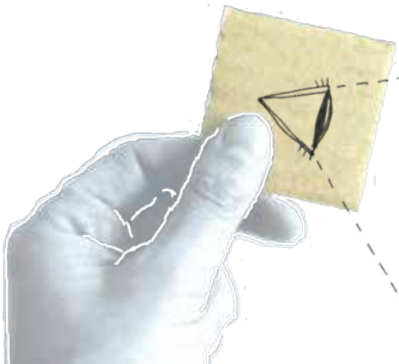
OBEN RECHTS

UNTEN LINKS

UL
INNERLICH
KOLLEKTIV
INTER-
SUBJEKTIV

UR
ÄUSSERLICH
KOLLEKTIV
INTER-
OBJEKTIV

UNTEN RECHTS



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

ENTWICKLUNG

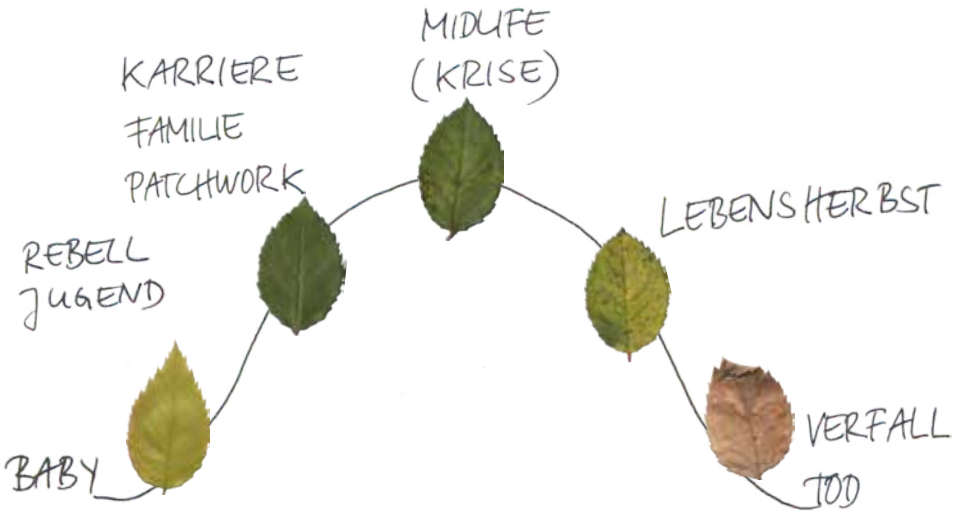
ZYKLUS:
ALLES IST EIN KREISLAUF VON ENTSTEHEN UND VERGEHEN.

EVOLUTION
ALLES WIRD IMMER BESSER.

DEVOLUTION
ALLES WIRD IMMER SCHLECHTER.

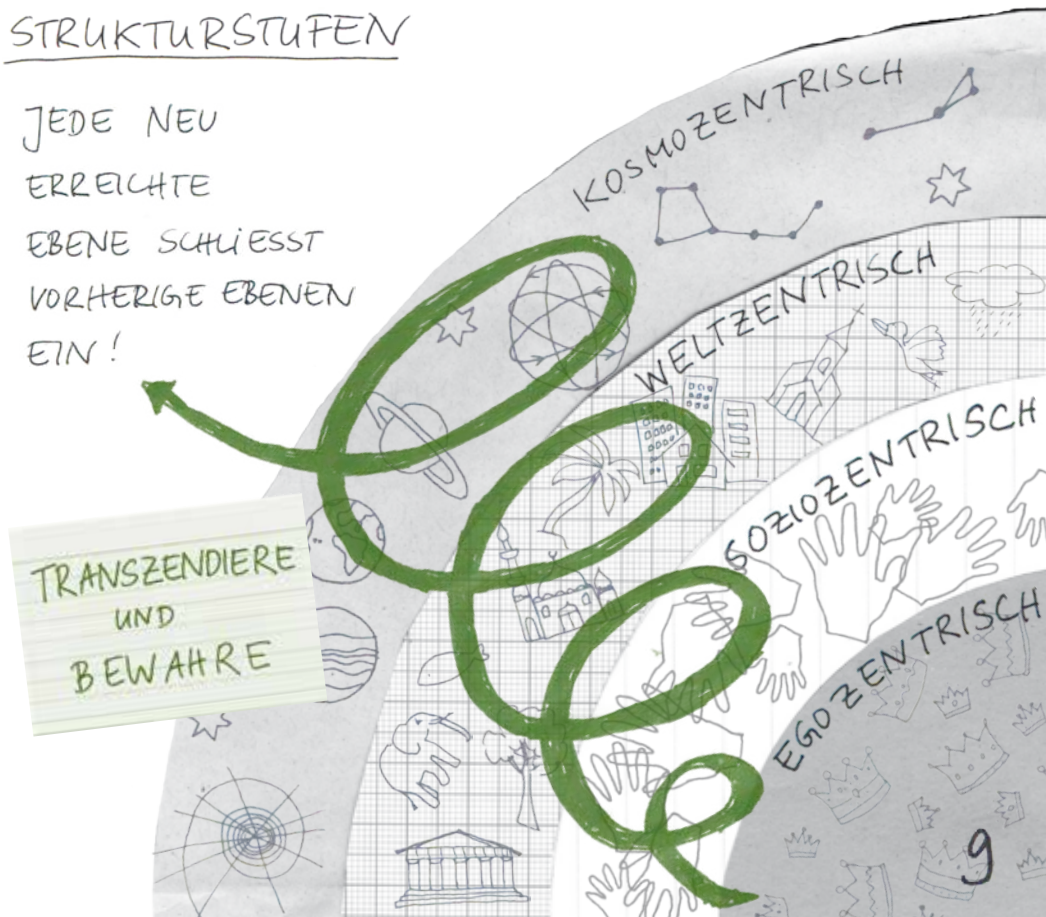
DAS ERLEBEN VON VERÄNDERUNG FÜHRT ZUM KONZEPT VON ENTWICKLUNG. WIR KENNEN VERSCHIEDENE FORMEN VON ENTWICKLUNG.

PHASEN UND ZYKLEN



EBENEN

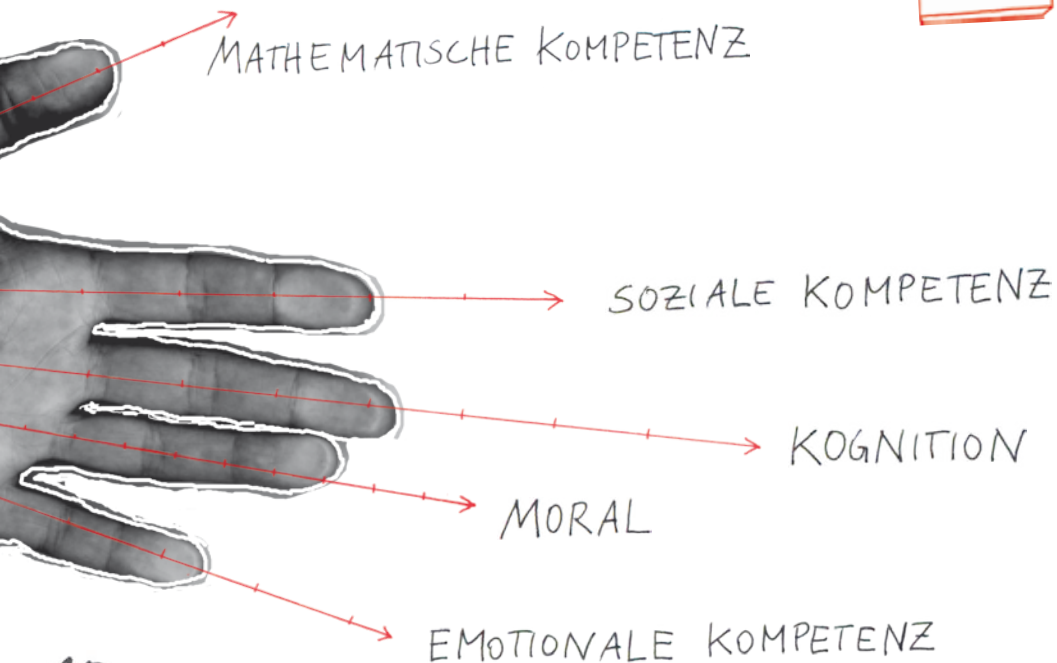
EBENEN (auch: STRUKTURSTUFEN) bezeichnen Meilensteine der Entwicklung des Seins. Als abstrakte Maßeinheiten helfen sie, ineinander fließende und doch qualitativ unterschiedliche Muster innerhalb einer Entwicklungslinie zu unterscheiden. Beispiele sind die Ebenen prärational – rational – transrational;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



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.

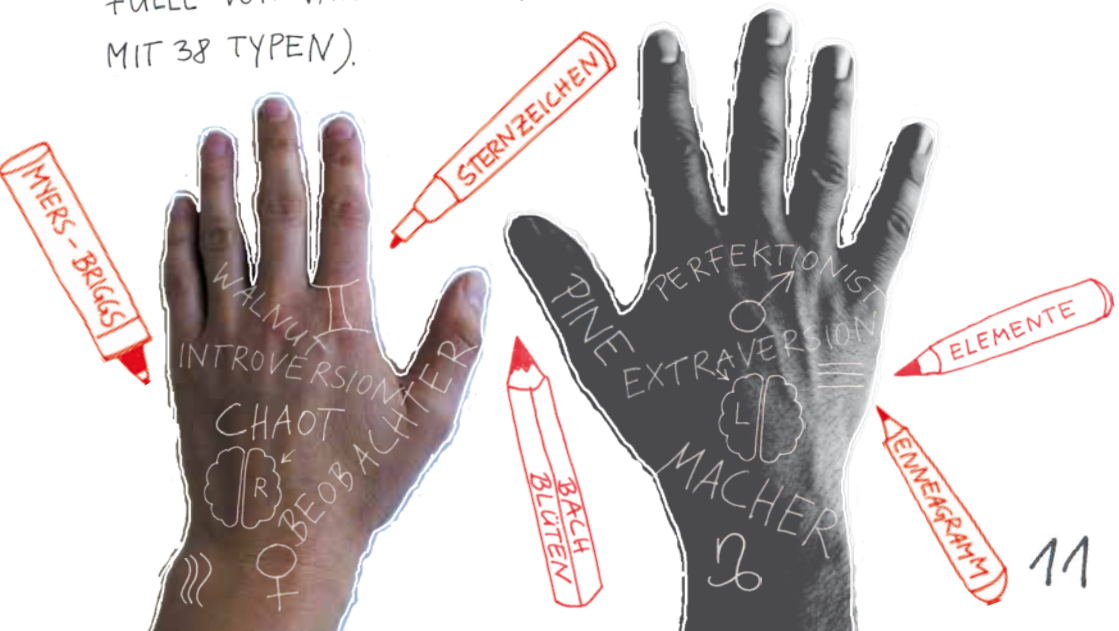


TYPEN

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?

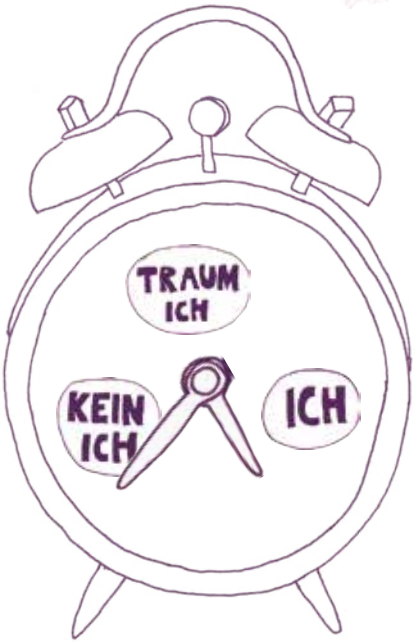
MANCHE TYPOLOGIEN UNTERSCHEIDEN NUR ZWEI GRUNDTYPEN (WIE YIN UND YANG, MASKULIN UND FEMININ), ANDERE HABEN EINE FÜLLE VON VARIANTEN (WIE DAS BACHBLÜTENSYSTEM MIT 38 TYPEN).



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.

GEDANKEN
GEFÜHLE
KÖRPER-
EMPFINDUNGEN

KÖRPERZUSTAND
MESSBAR

GEMEINSCHAFTS-
ERLEBEN
GRUPPENZUSTAND

SYSTEMZUSTAND

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

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 HOLONS ERGEBEN SICH INEINANDER GESCHACHTELTE WACHSTUMSHIERARCHIEN - SOGENANNTE 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 BEWUSSTSEINS ZENTRUM 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

INTEGRALES FORUM

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