



Das Ich-Bewusstsein

*Nimm dein Selbst wahr, und wo du dich findest, da lass dich; das ist das Allerbeste.
Meister Eckehart*

Das personale Bewusstsein ist eines von unendlich vielen kollektiven Informationsfeldern oder Schöpfungsfeldern! Jeder Spezies liegt ein kollektives Informationsfeld zugrunde; ein Konglomerat von Informationen, die Voraussetzung für die Manifestation dieser Lebensform sind.

Das Ich-BS ist eine Errungenschaft der Evolution, es ist ein paradigmatischer Schritt in der Entwicklung des Geistes. Der Mensch erkennt sich selbst, er erlangt Selbstbewusstsein, mit allen damit verbundenen Konsequenzen. Dies ist der Entwicklungsschritt vom präpersonalen zum personalen Bewusstsein; es ist der Schritt, der uns zu Beziehungswesen macht.

Die Bewusstseinsstufen nach Ken Wilber - transpersonaler Psychologie sind: präpersonal (prärationale, archaisch, mythisch) – personal (rational) – transpersonal (transrational, spirituell). Mehr dazu unter Non-Dualität.

Das Ich-BS ist geprägt von den 3 Faktoren der Ratio und von der Funktionalität.

Die 3 Faktoren der Ratio sind:

1. Die Gegensätzlichkeit/Polarität. Die Polarität gibt es auf allen Ebenen!

- auf der materiellen, konkreten Ebene z. Bsp.: männlich-weiblich, hart-weich, weiß-schwarz, kalt-heiß, oben-unten, innen-außen, groß-klein, usw...
- auf geistiger Ebene unterscheiden wir zwischen richtig-falsch, entweder-oder, ja-nein...
- auf der psychischen Ebene unterscheiden wir gut-böse; angenehm-unangenehm...

Natürlich gibt es das Spektrum zwischen den Polen, und in der Mitte die neutralen oder ausgleichenden Möglichkeiten, aber immer gemessen an der Gegensätzlichkeit.

2. Das Getrenntsein/Dualität: Wir nehmen uns wahr als ein Individuum, das sich als getrennt/abgegrenzt erlebt von den anderen, vom Du, wir erleben die Innenwelt (ich) und die Außenwelt (nicht ich) als getrennt voneinander, unterscheiden zwischen inneren und äußeren Wahrnehmungen und Erfahrungen.

3. Die Begrenzung durch Raum, Zeit, Materie, Konditionierung, Unwissen. Wir erleben räumliche Begrenzung durch unser materielles Dasein, und durch begrenzte Raumwahrnehmung, zeitliche Begrenzung durch den Ablauf, das Aufeinanderfolgen von vorher-nachher, durch den natürlich Rhythmus und Kreislauf der Natur. Eine andere Art von Begrenzung ist die Materie, wir erleben uns als an unseren Körper gebunden, und dieser ist

der Vergänglichkeit (Zeit) unterworfen. Mental und psychisch sind wir von klein auf konditioniert darüber, wie wir die Welt sehen, wie wir denken, fühlen, erleben sollen, haben begrenzte Denkstrukturen, begrenzte mentale und psychische Kapazität. Begrenzte Erfahrungen aller Art bestimmen das funktionale Bewusstsein. (Matrix).

Die Funktionalität

Wir "funktionieren" in der psychisch-geistigen-materiellen Welt dadurch, dass unser Gehirn ständig diese 3 Faktoren der Ratio erzeugt und wir davon hypnotisiert sind. Wir sind funktional-alltags-hypnotisiert. Das Gedächtnis als Speicher des „Gelernten“ und seine Funktionen helfen uns, uns in der Welt zurechtzufinden, damit wir funktionieren können, und gleichzeitig gaukelt es uns eine solide und stabile Welt vor, die in Wirklichkeit so nicht existiert.

Der Autopilotismus als Teil der Funktionalität: Der Geist ist ein Gewohnheitstier – wir tun die Dinge automatisch, wir leben in einer Alltags-Trance und sind nur in Momenten wirklich wach, wo wir achtsam sind, oder das Leben uns abrupt aufweckt... durch eine Gefahrensituation oder eine besondere Anstrengung od. ä. Durch Gewöhnung stumpfen unsere Sinne ab, wir sehen, hören, riechen usw. nur mehr am Rande, weil der Verstand und das Funktionieren die meiste Zeit im Vordergrund stehen.

Dies erzeugt eine Art Schleier, der sich über die Wahrnehmung legt – den Schleier der Gewohnheit; er wirkt wie ein Filter, alles was wir schon „kennen“ ist nicht mehr interessant – dadurch wird auch unsere Empfänglichkeit und Berührbarkeit herabgesetzt, für die Schönheit, die Fülle und die Kostbarkeit des Lebens, bzw. der kleinen Dinge. Wir blenden unser Herz aus.

Ich-Identität: Das Individuum, von innen her "ich" genannt, kreiert aus verschiedenen Faktoren eine Identität: aus persönlicher Geschichte, Geschlecht, Zugehörigkeit zu verschiedenen Gruppen, Religion, Kultur, Rollen, Beruf, Besitz, Konditionierungen und Werten usw.; diese Identität bildet die psychische Struktur, bzw. Ich-Struktur. Im Idealfall ist die Ich-Struktur stabil, sprich „gesund“, sie kann aber auch mehr oder weniger gestört oder geschwächt sein, bzw. krank werden. Ich unterscheide darum Seele und Psyche, wobei sich diese während des irdischen Lebens vernetzen. Während das Seelen-BS Träger der Seelen-Qualitäten (SQ) ist, und meist einen Entwicklungsweg geht, löst sich die persönliche Identität Geist-Psyche-Körper, - das Ich-BS - mit dem Ableben auf.

Mit Geist meine ich den denkenden Geist, die Intelligenz, die Auffassungsgabe, die auch Teil der Identität sind. Die Elemente Psyche und Geist sind zu unterscheiden, da es Menschen gibt, die geistig sehr intelligent sind und folgerichtig und logisch denken, ja geradezu manchmal geniale geistige Kapazitäten haben, aber psychisch trotzdem sehr krank und gestört sein können. Solche Menschen können mitunter viel Unheil in die Welt bringen. Umgekehrt können psychisch stabile Menschen geistig sehr beschränkt sein. Solche Menschen sind in der Regel harmlos, bzw. verursachen mancherlei Schäden aufgrund geistiger Beschränkung oder Krankheit.

Das Ich-Bewusstsein ist die Ebene des personalen Willens, des Reflektierens, Erwägens und Handelns. Es empfängt Impulse aus der Ebene des Überbewusstseins, und setzt bewusste Aktionen, und empfängt Impulse aus der Ebene des Unterbewusstseins worauf im Allgemeinen Reaktionen folgen. (Grafik) Durch Bewusstseinsarbeit kann hier Entwicklung stattfinden.

Das Ich-BS gaukelt uns eine Eigenexistenz und eine Permanenz vor, die es in Wirklichkeit nicht hat; denn wo ist es in der Nacht, wenn wir schlafen? Oder wenn wir in einem komatösen Zustand sind? Und wo ist das Ich-BS, wenn ein Mensch unter einer Amnesie leidet und vergessen hat, „wer“ er ist? Oder bei fortgeschrittener Demenz? Oder was den meisten Menschen nicht bewusst ist: wo ist das Ich-BS während sie in ein „Tun“ versunken sind? Viele kennen den „flow“, wenn sie Eins mit einer Tätigkeit sind, aber realisieren den Bewusstseinszustand nicht. Die Versenkung geschieht nicht nur während der Meditation, sondern ständig kommt und geht das Ich-BS, ständig taucht es auf und taucht es unter. Wer das realisiert, erkennt – und anfängt, sich damit auseinanderzusetzen, stößt einen spirituellen Entwicklungsprozess an.

Wenn wir an diese scheinbare Instanz mit dem Namen „ich“ so sehr glauben, dass sie sich um die eigene Fiktion dreht, erscheint die 4. Wirklichkeit, das Ego-BS.

Dahinter steht das Naturgesetz von Ursache und Wirkung, welches das unbewusste Leben lenkt, und die zwei Tendenzen des menschlichen Bewusstseins, durch die das Ich zum Ego mutiert: **Fixierung (Festhalten) und Ablehnung**. Buddhistisch: die zwei Gifte Gier und Hass. Festhalten und Ablehnen spielen in der Funktionalität und im zwischenmenschlichen Miteinander ja auch eine wichtige Rolle, aber diese Tendenzen werden zu einer beherrschenden Gewohnheit, die dann alles in „mag ich“ oder „mag ich nicht“ klassifizieren, was diese Tendenzen zu großen Hindernissen auf dem spirituellen Weg macht. Sie sind somit der Zement des Ich-Bewusstseins, der Eigenwille. Buddhistisch gibt es auch noch „neutral“ was im Moment wirkungsfrei bleibt.

Ich und Ego sind psychologisch verstanden zwei verschiedene Wirklichkeiten.

Wie schon beschrieben sind es die 3. u. 4. Wirklichkeit! Richtiger wäre vielleicht: 3.1 und 3.2., da das EGO eine Eigendrehung des Ich-BS ist. Es ist aber doch ein großer Unterschied im Ursache-Wirkungsbereich, welcher Modus eingeschaltet ist, weshalb ich es zwei unterschiedliche Wirklichkeiten nenne.