

Dr. Thomas Kahl

Die 7 Phasen in der geistigen Entwicklung

(nach Prof. Dr. Roberto Assagioli: "Geistige Entwicklung und nervöse Störungen")

Unterpunkte:

1. Das normale Leben
2. Orientierungsverlust
3. Das Erlebnis des geistigen Erwachens
4. Rückschläge
5. Der Prozess der geistigen Umwandlung
6. Die Erfahrung der mystischen Kreuzigung
7. Die Auferstehung und Erlösung

1. Das normale Leben

Das Leben ist ausgerichtet auf die Erfüllung persönlicher Wünsche und Bedürfnisse: Befriedigung elementarer Bedürfnisse und der Sinne, Erlangung von Sicherheit, Wohlstand, sozialer Anerkennung, Entwicklung von Selbstbewusstsein.

Die Ausrichtung ist entweder rein egoistisch (=niedrige Entwicklungsstufe) oder eingebunden in eine weltlich-realistische Weltanschauung/Religion, die im Zuge der Sozialisation übernommen und nicht radikal hinterfragt wurde (=höhere Entwicklungsstufe).

Das irdische Leben ist Selbstzweck. Der Glaube an ein Leben nach dem Tod (im Paradies, Himmel) ist rein akademisch und ohne Attraktivität: Man möchte so spät wie möglich dorthin gelangen.

2. Orientierungsverlust

Quasi aus heiterem Himmel entsteht ein Gefühl der Unbefriedigtheit und der inneren Leere. Es kommt der Eindruck auf, dass etwas entschwindet, was nicht näher bezeichnet werden kann.

Plötzlich wirkt der Alltag unwirklich und eitel. Die bisherigen persönlichen Interessen und Ziele verblassen, verlieren ihre Wichtigkeit und ihren Wert. Es treten neue Fragen auf nach dem Sinn des Lebens und der vorgefundenen Gesellschaftsordnung, nach dem Warum eigenen und fremden Leidens, nach der Zulänglichkeit der bisherigen eigenen Weltsicht.

Der bisherige Lebensinhalt erscheint als leere Hülle, als Traum. Angst tritt auf, den Kopf zu verlieren, begleitet von quälender innerer Ruhelosigkeit und dem Gefühl, vernichtet zu sein. Hinzu kommen schwere ethische Schuldgefühle, Mutlosigkeit, Tendenzen zur Selbstverurteilung, Selbstmordgedanken.

Das bisher als real Angesehene verliert seine (unter)stützende Funktion; das Gefühl persönlicher Identität schwindet. Als körperliche Begleiterscheinungen können Erschöpfung, nervöse Spannungen, Schlaflosigkeit, Kreislauf- und Verdauungsstörungen auftreten. Oft wird reagiert mit blindem Aktionismus oder anderen Betäubungsmitteln.

3. Das Erlebnis des geistigen Erwachens

Plötzlich wird eine neue Verbindung zur Wirklichkeit und Welt erlebt, ein tiefes Gefühl des Getragenseins und der Geborgenheit, Ströme von Licht, Freude und Tatkraft. Alles scheint einem spielerisch-leicht zu gelingen, ja zuzufallen. Man fühlt sich in einem Zustand der Gnade und in einer Sicherheit, die im eigenen Inneren gründet. Es entsteht ein lebendiges Bewusstsein von der Einheit, Schönheit und Heiligkeit allen Lebens, verbunden mit dem Gefühl überströmender Liebe gegenüber allen Mitmenschen und Geschöpfen und mit der eigenen Bereitschaft, bereitwillig und vorbehaltlos zu geben und zu schenken.

Dieses Erlebnis kann verbunden sein mit medialen Erfahrungen. Es können auftreten Visionen von höheren Wesen, Stimmenhören, das Gefühl, Botschaften zu empfangen, aufschreiben und anderen dringend mitzuteilen zu müssen. Ferner auch: Selbstüberschätzung, Größenwahn, die Vorstellung, selbst Gott zu sein, die Rolle eines Propheten, Missionars, Reformers, Erlösers übernehmen oder eine eigene Gemeinschaft (Sekte) gründen zu sollen. Hier ist allerdings größte Vorsicht geboten, insbesondere wenn es um genaue Befehle geht oder wenn blinder Gehorsam geboten erscheint oder verlangt wird.

Dieses Erlebnis basiert, objektiv gesehen, auf der Berührung des individuellen Geistes mit dem Universalgeist, wobei die Gefahr besteht, sich selbst mit dem Universalgeist zu verwechseln, d.h. sich für diesen zu halten, statt zu sehen, dass nur eine temporäre Teilhabe an diesem eingetreten ist. Darum müssen auch alle eventuell unternommenen Bemühungen um völlige Angleichung an diesen misslingen, wobei der dabei erlebte Misserfolg Depressionen, Verzweiflung und selbstvernichtende Impulse auslösen kann. Die echte Angleichung erfordert nämlich die völlige Wiedergeburt der Persönlichkeit, die zu diesem Zeitpunkt noch in weiter Ferne liegt.

4. Rückschläge

Die bisherige Persönlichkeit wird durch das Erlebnis des geistigen Erwachens nur vorübergehend überwältigt, aber noch nicht völlig beseitigt oder umgewandelt. So wie auf Flut Ebbe folgt, kommt es notwendigerweise zu Rückschlägen.

Da angesichts des Erwachsenerlebnisses die Maßstäbe zur Selbstbeurteilung geschärft wurden, werden Rückfälle in die alte Persönlichkeit schmerzlich erfahren. Sie verursachen gravierende Störungen: Schonungslose Selbstverurteilung, das Gefühl, besonders tief gesunken zu sein, Selbstmordgedanken, schließlich möglicherweise die Tendenz, das "Erwachen" als reine Illusion zu sehen und zu verleugnen. Aber, es gelingt kein Zurück!

5. Der Prozess der geistigen Umwandlung

Zur völligen Umwandlung und Wiedergeburt der Persönlichkeit gehören Phasen

- der Reinigung: Beseitigung von Hindernissen, die sich dem Zustrom und der Wirksamkeit der geistigen Kräfte entgegenstellen
- der Entwicklung innerer Fähigkeiten
- der Ruhe und Besinnung, Zurückhaltung, wobei sich stetig Licht und Finsternis, Freude und Schmerz abwechseln.

Dieser Prozess kostet so viel Aufmerksamkeit und Kraft, dass die Erfüllung der normalen Alltagsaufgaben immer wieder darunter leidet. Somit verlieren die Alltagsaufgaben im eigenen Bewusstsein an Bedeutung. Dies kann mit negativen Beurteilungen durch andere (Leistungskritik etc.) einhergehen, was die Situation noch verschlimmert.

Die Hauptaufgaben in dieser Phase bestehen darin, die eigene persönliche Empfindlichkeit zu überwinden sowie Unabhängigkeit des eigenen Urteils und Festigkeit in der Lebensführung zu entwickeln: Sorglosigkeit, Relativierung bisheriger Wertvorstellungen, Erwerb einer neuen Einstellung gegenüber eigener Leistungsfähigkeit und den zur eigenen Leistungserbringung erforderlichen Bedingungen.

Hierzu wird man mit Schwierigkeiten konfrontiert, die vergleichbar einer Examensprüfung zu bestehen sind (vgl. oben). Dabei können auch körperliche Symptome auftreten wie Erschöpfung, Schlaflosigkeit, Depressionen, Reizbarkeit, innere Unruhe.

Störungen können zudem ausgelöst werden durch übertriebene eigene Anstrengungen zur Beschleunigung der geistigen Entwicklung - vergleichbar mit überehrgeizigen Examenskandidaten, die sich erforderliche Erholungspausen nicht gönnen. Erforderlich ist die innere Öffnung für die geistigen Einflüsse, wonach die eigentliche Arbeit durch diese erfolgt - man muss sie geduldig an sich geschehen und in sich wachsen lassen.

Somit besteht eine besonders wichtige Aufgabe darin, den Umgang mit den eigenen und den von außen empfangenen Energien über sorgfältige Selbstwahrnehmung zu kultivieren. Es ist zu lernen, auf die eigene innere Stimme zu hören. Durch Erfahrungen wird allmählich ein neues

Bewusstsein und eine neue Weltanschauung sowie Lebensführung erworben, die der Erfahrung des geistigen Erwachens adäquat ist.

6. Die Erfahrung der mystischen Kreuzigung

Der letzte Abschnitt der Umwandlung besteht in heftigem Leiden. Seine "Kennzeichen sind: Ein Gefühlszustand schwerer Niedergeschlagenheit, der bis zur Verzweiflung führen kann; ein ausgesprochenes Gefühl eigener Unwürde; starker Hang zur Selbstkritik und Selbstverurteilung, der in gewissen Fällen bis zur Überzeugung führen kann, man sei verloren und verdammt; ein bedrückendes Gefühl der Verstandeslähmung; ein Nachlassen der Willenskraft und Selbstbeherrschung; Widerwillen und Hemmungen bei allen Handlungen überhaupt."(S.14)

Hilfestellung fällt in dieser Phase "außerordentlich schwer, da der in diesem Zustand sich Befindende von einer so dicken Wolke umhüllt und so in sein Leiden vertieft ist, dass das Licht des Geistes sein Bewusstsein nicht erreicht. Das einzige Mittel, um Kraft und Halt zu verleihen, ist die unermüdliche Wiederholung und Versicherung, dass es sich um keinen Dauerzustand, sondern nur um ein vorübergehendes Erlebnis handelt, entgegen der Überzeugung des Leidenden, der gerade durch diese Annahme ein Opfer der tiefsten Verzweiflung wird. Es empfiehlt sich überdies, ihm eindringlich nahezu legen, dass seine Qual, so furchtbar sie auch sei, einen so hohen geistigen Wert hat und ihm so großes Glück zu bringen verspricht, dass er sie später einmal segnen wird; so wird ihm geholfen, die Qual zu ertragen, sie mit Ruhe, Ergebung und äußerster Geduld über sich ergehen zu lassen." (S.20)

7. Die Auferstehung und Erlösung

Auf diesen Zustand erfolgt die "Auferstehung, die allen Leiden und allen Störungen ein Ende bereitet, sie im Übermaß belohnt und die völlige Gesundung des Geistes verwirklicht."(S. 14f.)

Vgl. auch:

R. Assagioli: "Psychosynthese" Kapitel II: Selbstverwirklichung und psychologische Störungen (S. 48-73), Verlag Astrologisch-Psychologisches Institut Adliswil/Zürich 1988