

## Die vier Stadien des spirituellen Wachstums

Von [Chip Richards auf sociedelic.com](#); übersetzt von Taygeta

### Ein Leitfaden für die Reise von der Opferrolle zu wahrer Selbstermächtigung

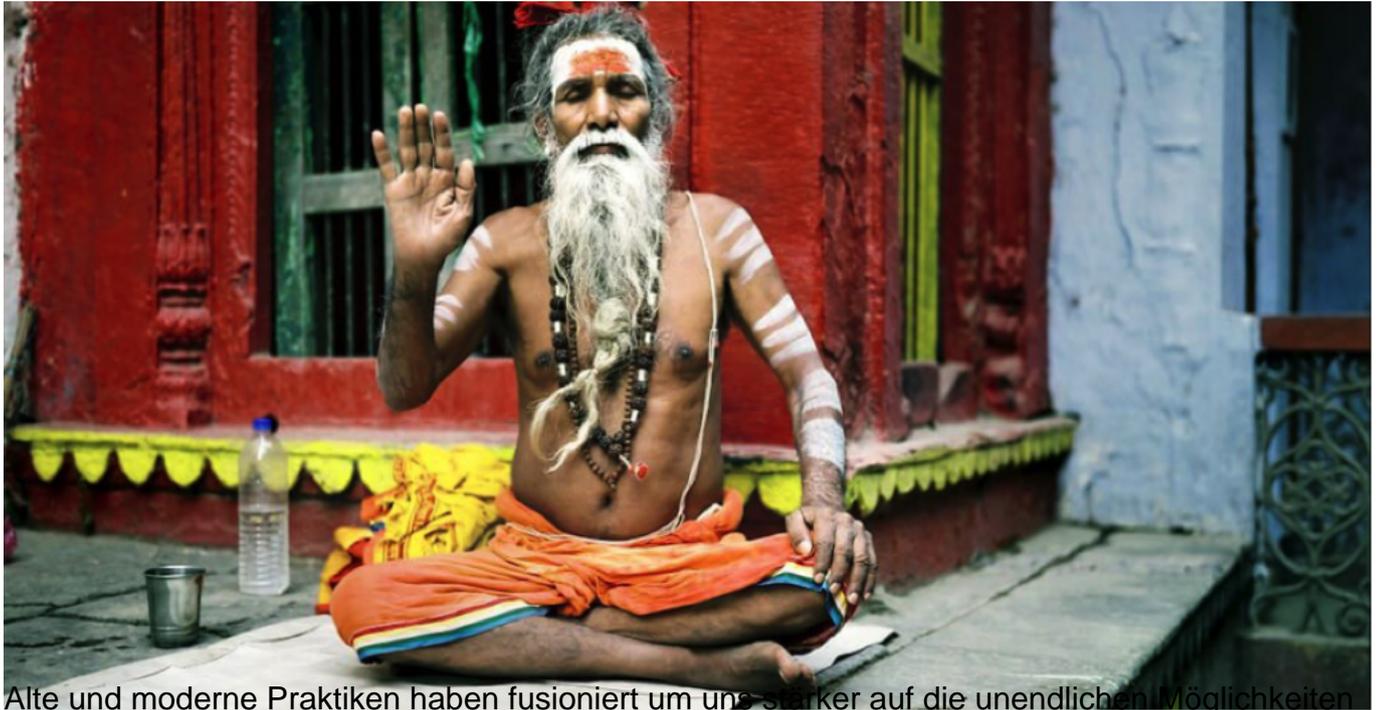
Eine in unserer modernen Zeit oft zitierte Aussage von Einstein lautet: „Probleme kann man niemals mit demselben Bewusstsein lösen, das sie geschaffen hat.“ Dies ist eine kraftvolle Erkenntnis, die die Menschheit akzeptieren sollte, um die Wege zur Wiederherstellung der Vitalität unseres lebenden Planeten zu erkunden und um Lebensweisen aufzubauen, die uns auch in der Zukunft harmonisch tragen werden. Aber wenn eine Veränderung des Bewusstseins gefordert ist ... was tun wir tatsächlich dazu (oder wie sollten wir dann leben)? Wie schaffen wir eine Veränderung in dem, wie wir gegenwärtig sind, so dass unsere Visionen und unser Handeln die Welt positiv beeinflussen werden? Und wie können wir unsere Fortschritte auf diesem Weg einschätzen?



In der letzten Zeit ist unser Weg der persönlichen und der planetaren Entwicklung durch eine Vielzahl von verschiedenen Sichtweisen in der Wissenschaft, der Spiritualität, den indigenen Weisheiten und durch mehrere Schulen der Selbsterkenntnis, der Selbstentfaltung, der Bewegung und des Denken beeinflusst worden. Alte und moderne Praktiken haben sich verbunden mit der Intention uns helfen, begrenzende Muster und Erfahrungen aus der Vergangenheit aufzulösen, damit wir uns stärker auf die unendlichen Möglichkeiten des Lebens auszurichten vermögen.

In der Mitte der 1980er Jahre, hat Michael Beckwith, Autor und Gründer des [Agape International Spiritual Center](#), ein einfaches Modell zum Verständnis der vier Stadien der Entwicklung und des spirituellen Wachstums eingeführt. Dieses ist zwar nicht der einzige Führer, um die Stufen des menschlichen Bewusstseins zu verstehen, doch gibt uns das

Beckwith-Modell eine praktische und uns stärkende Perspektive auf unserer Reise von der Opferrolle zur Selbstermächtigung, und um uns mit den grösseren Kräften des Lebens und der Einheit in Verbindung zu bringen. Lass uns einen Blick darauf werfen.



Alte und moderne Praktiken haben fusioniert um uns stärker auf die unendlichen Möglichkeiten des Lebens auszurichten zu können.

### **Stufe eins: 'MIT MIR'**

Die erste Stufe der spirituellen Entwicklung ist das, was Beckwith die 'Mit mir'- Stufe nennt. Sie wird auch als die Opfer-Phase bezeichnet, da sie eine frühe Bewusstseinsstufe darstellt, wo unsere primäre Wahrnehmung die ist, dass das Leben etwas 'mit mir' macht. Wie ein Kind, das neu in dieser Welt ist, oder jemand, der/die noch nicht die volle Verantwortung für sein/ihr Leben übernommen hat, erfahren wir uns in der "Mit mir"-Phase als das Produkt der Menschen und der Umstände in unserem Leben. Im Leben von uns allen gibt es Zeiten, in denen wir das Gefühl haben, dass wir (nur) auf der Abnehmerseite von Herausforderungen, Chancen, Beziehungen, Arbeitsaufträgen, usw. sind, und in denen wir uns andere Umstände wünschen, in denen wir nicht das Gefühl bekommen müssen, dass das 'Leben mir passiert'.

Beckwith sagt uns, dass bei jeder der vier Stufen, um uns zur nächsten Stufe zu bewegen, wir bereit sein müssen, irgend etwas auf dem Weg zurückzulassen, damit wir einen neuen Aspekt von dem beanspruchen können, wer wir wirklich sind. Um uns vom 'Mit mir'-Stadium unserer Entwicklung in die zweite Stufe bewegen zu können, müssen wir bereit sein, etwas loszulassen ... Schuldzuweisung. Nachdem wir immer zurückgewiesen, Widerstand geleistet und anderen (oder dem Leben selbst) die Schuld für unsere Lebensumstände zugewiesen haben, kommen wir schliesslich an eine Stelle, wo wir bereit sind, etwas mehr persönliche Verantwortung zu übernehmen und eine gedeihlichere Kraft in unserem Leben zu spielen. Aus freien Stücken oder aus Notwendigkeit vollziehen wir die Verschiebung und beginnen zu erleben, wie wir die Angelegenheiten unseres Lebens in unsere eigenen Hände nehmen.



Wie ein Kind, das neu in dieser Welt ist, fühlt es sich in der Stufe 1 an wie wenn das Leben etwas 'mit mir' macht.

## **Stufe zwei: 'WEGEN MIR'**

Auch wenn es voll und ganz gerechtfertigt ist, dass wir anderen die Schuld für unsere gegenwärtige Situation geben, so kommt doch eine Zeit, wo wir erkennen müssen, dass wenn wir andere für unsere Lebensumstände verantwortlich machen, wir unsere Macht weg geben und unsere Fähigkeit, die notwendigen Änderungen vorzunehmen, begrenzen. Wenn wir die Notwendigkeit loslassen, jemanden dafür zu beschuldigen (einschliesslich uns selbst!), wo und wie wir sind, öffnen wir uns für die nächste Stufe unserer Entwicklung, und wir werden zu aktiven Manifestoren des Weges, auf dem wir wirklich gehen wollen / müssen.

In der zweiten Stufe der 'Wegen mir'-Phase unserer Reise können wir uns durch die Umstände zunächst gestresst oder herausgefordert fühlen, aber diese Herausforderung ist oft das, was notwendig ist für uns, um tiefer zu graben und uns zu einem eine Veränderung bewirkender Akteur unserer Erfahrungen werden lässt. Dies ist die Etappe der Reise, in der wir entdecken, dass wir viel mächtiger sind als wir bisher realisiert haben. Wir sind nicht Opfer der Umstände, sondern deren Schöpfer.

Das 'Wegen mir'-Stadium der Entwicklung ist oft eine Bau-(oder Umbau)-Phase, in der unser Handeln geerdet sein muss, real, konzentriert und selbstgesteuert. Durchbrüche in dieser Arena erfordern oftmals fokussierte Entschlossenheit (und manchmal Schweiß!). Und sie geben uns das Gefühl eine persönliche Leistung erbracht zu haben: „Ich habe es geschafft! Ich kann es erreichen!“. In der 'Wegen mir'-Phase entledigen wir uns der Opfer-Haube und lassen ein Gefühl entstehen, dass wir von unserem Leben persönlich Besitz ergreifen können, in dem wir etwas erschaffen, erwerben, verursachen und erreichen können. Dies ist ein machtvoller Schritt auf dem Weg.



In der 'Wegen mir'- Phase nehmen wir die Verantwortung als aktiver Schöpfer unserer Realität wahr.

### Stufe drei: **'DURCH MICH'**

Wenn wir hart an der Entwicklung bestimmter Fähigkeiten in irgendeiner Aktivität oder Bemühung gearbeitet haben (von der Musik zum Sport oder zur Mathematik), gibt es einen Moment, in dem wir den Schritt machen werden von einem reinen, konzentrierten Bemühen zu einem Gefühl der Gnade und des Fließens in dem, was wir tun. Wir haben uns Fähigkeiten angeeignet und vielleicht für längere Zeit die gleiche Sache immer und immer wieder versucht, bis wir plötzlich das Gefühl haben, dass nicht wir es sind, die die Musik machen, sondern dass die Musik tatsächlich durch uns spielt. Wir sind nicht mehr der Surfer, der seine Fähigkeiten ausspielt, um die Welle zu surfen, sondern wir spüren, dass es die Energie des Ozeans ist, die uns leitet, um auf ihr zu gleiten. Wir sind nicht mehr der Verfasser einer Geschichte, sondern es fühlt sich an, als ob die kreative Essenz der Geschichte sich durch unseren Stift zum Ausdruck bringt.

Wenn wir in das 'Durch mich'-Bewusstsein eintreten, gehen wir von einem Gefühl einer persönlichen Wichtigkeit, basierend auf unseren Leistungen, in ein Gefühl der Demut über, indem wir wahrnehmen, dass wir Teil sind – von etwas Grösserem als wir es in unserem Alltagsbewusstsein sind. Um uns von der 'Wegen mir'-Stufe in die Stufe drei zu bewegen, müssen wir bereit sein, unser Bedürfnis nach Kontrolle loszulassen. Wenn wir nicht mehr meinen, die Seele des Erzeugten und der Kontrolleur jedes Ergebnisses sein zu müssen, öffnen wir uns einem neuen Gefühl des Vertrauens und der Verbundenheit mit einer grösseren Sache und erleben die Bereitschaft, die Geschichte / den Fluss / das Lied durch uns fließen zu lassen.

Manchmal erfahren wir das 'Durch mich' als segensreiche Erweiterung der persönlichen Anstrengung, und manchmal kommt es abrupt, wenn wir die Grenzen unserer eigenen persönlichen Fertigkeiten oder Fähigkeiten erreichen und keine andere Wahl haben, als uns zu ergeben, uns zu öffnen, um Kanal oder Instrument zu sein für höhere energetische Kräfte.



#### Stufe vier: **'ALS MICH'**

Wenn wir alle Schuldzuweisung loslassen und unsere Wahrnehmung vom Leben nicht mehr als etwas betrachten, das 'mit mir' etwas macht, beginnen wir mit dem 'Wegen mir' unsere wahre Macht im Leben zu entdecken. Wenn wir das Bedürfnis zu kontrollieren gehen lassen, bewegen wir uns von unserer 'Wegen mir' Erfahrung des Lebens weg und entdecken unsere Verbindung zu den grösseren Kräften des Lebens, die sich 'durch mich' ausdrücken. Wenn wir unserem individuellen Ausdruck erlauben, sich mit der Energie, die wir erleben und mit der wir in der Welt etwas kreieren, vollständig zu verschmelzen, dann erkennen wir, dass wir tatsächlich ein Teil der unendlichen kreativen Kraft des Universums sind, die sich selbst erlebt und individualisiert zum Ausdruck bringt 'als mich'. So bin ich Gott / Geist / Universum / Natur / Bewusstsein.

Während wir durch die dritte Stufe unserer Entwicklung reisen und das Gefühl erleben, wie der grössere Fluss sich 'durch mich' bewegt und sich beständig im Leben und Streben zum Ausdruck bringt, erreichen wir diesen vierten Absprung-Punkt und gelangen zur einfachen, aber tiefen Erkenntnis, dass was immer es ist, das sich 'durch mich' bewegt auch in mir ist. Dass diese grössere energetische Kraft und ich tatsächlich aus dem gleichen Ausgangsmaterial bestehen. Wie ein Strahl der Sonne oder einer Welle im Ozean bin ich eigentlich ein individualisierter Ausdruck dieser grösseren Kraft, die sich jetzt in der Welt bewegt, atmet und handelt.

*Ein Bild muss eine wirkliche Macht besitzen, um Licht zu erzeugen, und während einer langen Zeit bin ich mir bewusst gewesen, dass ich mich durch Licht ausdrücke, oder vielmehr im Licht.*  
– Henri Matisse

Um über die Erfahrung hinauszugehen, dass das Leben 'durch mich' geschieht und in die geistige Entwicklungs-Stufe des 'als mich' zu gelangen, müssen wir bereit sein, unser Gefühl der Trennung loszulassen. Indem wir dies tun (oder eher 'sind'), öffnen wir uns, um die

Erfahrung des echten Eins Seins oder der Einheit alles Lebens und Strebens zu entdecken. Es offenbart sich unserer Wahrnehmung die unendliche Natur des Universums, als ursächliche Energie, die ausserhalb von uns existiert, und wir öffnen uns, um diese unendliche Natur in uns und 'als' unser wahres Sein, 'als mich' zu erfahren. Die Musik, das Meer, die Geschichte drücken sich nicht nur 'durch mich' aus, sie sind der lebendige Ausdruck von dem, was ich bin. Dies ist das Fliesen (ist 'Flow') im höchsten Sinn, und viele würden sagen, dass dies der letztendliche Grund unseres Hier-Seins ist: Um durch unsere Handlungen, Erfahrungen, Beziehungen und unser Sein sich zu erinnern und uns zu erleben als einzigartigen Ausdruck des Absoluten.



Die Musik, das Meer, die Geschichte bewegen sich nicht nur 'durch mich' ... sie sind der lebendige Ausdruck von dem, was ich bin.

## **Zum Mitnehmen und zur Reflexion**

Wir alle haben Erfahrungen dieser Entwicklungsstadien zu verschiedenen Zeiten in verschiedenen Bereichen unseres Lebens. Unabhängig davon, ob wir uns in jedem Aspekt unserer Existenz in einem permanenten Zustand des 'als mich' befinden, ist es wirkungsvoll sich zu überlegen, welche Veränderungen wir in uns selbst vornehmen können, um unsere Schritte auf *dem* Weg zu unterstützen.

### **Stufe eins: 'Mit mir'**

Das Leben ist eine Reihe von Ereignissen, Beziehungen und Umständen, die mir passieren.

Um mich über die Stufe eins hinaus zu bewegen, muss ich bereit sein, folgendes loszulassen: Schuldzuweisung.

Indem ich das tue, entwickle / entdecke ich: Verantwortung und persönliche Ermächtigung.

### **Stufe zwei: 'Wegen mir'**

Ich bewege mich in meiner Rolle als Manifestor / Erschaffer und beanspruche meine Fähigkeit, meine Lebensumstände zu schaffen und zu beeinflussen.

Um mich über die Stufe zwei hinaus zu bewegen, muss ich bereit sein, folgendes loszulassen: Kontrolle.

Dabei entdecke ich: Vertrauen und Verbindung mit energetischen Kräften jenseits meines individuellen Selbst.

### **Stufe drei: 'Durch mich'**

Ich bin ein Instrument und Kanal für das Leben, dass es sich durch mich bewegen und ausdrücken kann.

Um mich über die Stufe drei hinaus zu bewegen, muss ich bereit sein, folgendes loszulassen: Gefühl des Getrenntseins.

Dabei entdecke ich: Einheit / Eins-Sein

### **Stufe vier: 'Als mich'**

Ich und die unendlichen Kräfte des Universums sind eins. Ich bin Gott / Geist / Leben, ich bin Ich. Gleichzeitig einzigartig und wesenhafter Teil des grösseren Ganzen. Ich bin eins mit allem Leben.



Wir alle haben Erfahrungen dieser Entwicklungsstadien zu verschiedenen Zeiten in verschiedenen Bereichen unseres Lebens.

Gibt es einen Bereich in deinem Lebens, in dem du zur Zeit eine Veränderung in deinen Erfahrungen bewirken möchtest?

Wenn ja, in welcher Stufe der Entwicklung würdest du dich im entsprechenden Bereich gerade selbst sehen?

Was müsstest du dazu loslassen oder was einfordern, um eine Veränderung in deinem eigenen Bewusstsein herbeizuführen und dir so den Weg für die nächste Stufe der Erfahrung zu öffnen?

*Jeder einzelne von uns ist personifiziertes Leben. Wir alle sind Leben in Person; also enthält jeder von uns in sich die ganze Intelligenz, die Macht, die Fähigkeiten und die Instrumente, um eine Ausdrucksform für das Leben zu sein... Um zu wissen, dass das Leben zu diesem Zweck Du geworden ist, und dass du einen Platz einnimmst, den niemand sonst in der Welt besetzt. –  
Dan Custer (The Miracle of Mind Power)*