

Inhalt

Einleitung	9
1 Aufwachen – Eine Einführung	26
Die Anzeichen des Aufwachens	31
Die fünf Hauptstadien des Aufwachens	33
Ewigkeit und Unendlichkeit	37
2 Weshalb ist das Aufwachsen notwendig?	47
Was heißt »aufwachsen«?	52
Ein vereinfachtes vierstufiges Modell des Aufwachsens	57
Die magische und die mythische Strukturstufe	68
3 Das Aufwachen wird vom Aufwachsen her gedeutet	70
4 Spirituelle Intelligenz und spirituelle Erfahrung	81
Spirituell, aber nicht religiös	85
Jesus und Gaia	90
Strukturen und Stadien/Zustände	100
5 Die frühen Stufen des Aufwachsens	106
Die archaische Stufe der Verschmelzung (karminrot) im integralen Sprachgebrauch und ihre Entsprechungen	111
Die Stufe der magischen Macht (rot)	118

Die Hauptformen mystischer Erfahrung	124
Die Wilber-Combs-Matrix	128
Die magische Naturmystik des Schamanismus	132
Zusammenfassung	134
6 Die mythisch-buchstabengläubige Stufe (bernsteinfarben)	137
Ursprungsmythen und ihre wortwörtliche Auslegung	139
Die mythisch-subtile Stufe	144
Ein Förderband	148
7 Die neuzeitliche rationale Stufe (orange)	154
Rationalität als Entmythologisierung oder Die Jefferson-Bibel	156
Das Wesen des Mythischen	160
Der rationale Atheist	168
Der kausale formlose Zustand	169
Der Ur-Buddhismus	173
Der Tod des mythischen Gottes	177
Das Was und Wozu der Evolution	179
8 Die postmodern-pluralistische Stufe (grün)	186
Freiheit und Gleichheit	188
Die progressive Linke und die konservative Rechte	194
Grün und seine Stärken	201
Wachstums- oder Dominanzhierarchie?	206
Grüne Religion	209
9 Die inklusiv-integrale Stufe (türkis)	214
Das Wesen der integralen Stufen	215
Inklusiv-integral und der Eine Geschmack	217
Der Dualismus in der Wissenschaft des neuen Paradigmas	225
Tantra und seine Bedeutung	227
Aufwachsen und Aufwachen, beide sind unverzichtbar	230

10 Aufräumen und den Schatten heilen	236
Eine unstete Ich-Grenze	242
Der 3-2-1-Prozess	253
Die Praxis des 3-2-1-Prozesses	255
Zusammenfassung	261
11 Auftauchen	263
Die vier Quadranten	263
Vier Quadranten oder die große Dreiteilung?	270
Das harte oder Geist-Körper-Problem	271
Was Materie eigentlich ist	275
Transgender-Identität – Wie man die Debatte entschärfen könnte	282
Die Quadranten im Alltag	284
Die Quadranten und die Große Ganzheit	295
12 Aufmachen	300
Unsere vielen Intelligenzen	300
Evolution und Intelligenzen	301
13 Dunkle Schatten	304
Das Gleichgewicht des Schreckens	304
Die wahren Sünden der Moderne	316
Eine auf Entwicklung angelegte Kultur	323
14 Der Albtraum der Moderne	334
Das große System der Natur	334
Messen statt wahrnehmen	339
Atomismus und Systemtheorie – ein neues Paradigma?	348
Die Welt von morgen – ein globaler Transhumanismus?	353

15 Aufwachen	356
Unser Vorhaben	356
Wie das Aufwachen in Vergessenheit geriet	360
Der Zeuge und der Eine Geschmack	363
Zwei Schritte	366
Hilfreiche Winke	368
Zum ICH BIN erwachen	373
16 Auf den Zeugen und den Einen Geschmack hinweisen	380
Der Zeuge, erster Durchgang	380
Der Eine Geschmack, erster Durchgang	385
Der Zeuge, zweiter Durchgang	389
Der Eine Geschmack, zweiter Durchgang	393
17 Wie sich Erleuchtung anfühlt	399
Große Glückseligkeit	399
Die Fülle der Liebe jenseits der Liebe	403
18 Das integrale sexuelle Tantra	409
Eine kurze Anmerkung zur Verwendung des Begriffs »Tantra«	415
Vom Stellenwert relativer Seligkeit und Liebe im Tantra	416
19 Die Praxis des integralen sexuellen Tantra	418
Das Erkennen im Tantra	418
Mit Sex zur Erkenntnis des Zeugen	421
Sexualität und der Eine Geschmack	429
Die Vereinigung von Glückseligkeit und Liebe	436
Zusammenfassung	439
Nachwort	443
Anmerkungen	448
Register	466
Über den Autor	480