

# Selbstsystem

Dr. Reinhard Lasser

Neben den [Entwicklungsebenen](#) (Präpersonal – personal – transpersonal - nondual), [Entwicklungslinien](#) (Denken, Moral, usw.) und [Bewusstseinszuständen](#) (wachen, träumen, schlafen), und [Körper-Energien](#) gibt es noch eine Instanz, die das alles koordiniert und zusammenhält, das **Selbstsystem**.

Ich halte eine gesonderte Betrachtung des Selbstsystems für wichtig und notwendig, da schon die Begriffe "Ich", "Ego", "Selbst", mit denen dieses System häufig bezeichnet wird, unklar und verschwommen sind, da sie von verschiedenen Autoren und in verschiedenen Sprachen sehr unterschiedliche Bedeutungen bekommen. Zusätzlich wird durch bestimmte Zweige der buddhistische Tradition die Existenz eines solchen Selbstes in Frage gestellt, ja sogar die Erlösung mit der Erkenntnis verknüpft, dass es so ein Selbst nicht gibt. (siehe dazu eine ausführliche Betrachtung in dem Artikel über [Buddhismus](#))

Die wesentlichste Eigenschaft des Selbstes ist die, dass es sich mit allen Entwicklungsebenen, Strömen und Zuständen identifizieren und desidentifizieren kann. Dadurch entsteht jeweils eine ganz spezifische Form der Identifikation mit einer Basisstruktur, die durch eine bestimmte Art, zu erleben, durch bestimmte Bedürfnissen, Wertvorstellungen, Haltungen und Einstellungen gekennzeichnet ist. Das Selbst (oder Teile von ihm) erfährt dabei ebenfalls eine Veränderung, während es sich mit verschiedenen Strukturen identifiziert und weiterentwickelt. Das Selbst, das aktuell mit einer Basisstruktur identifiziert ist, nennt Wilber das **proximale Selbst** („Ich“ – engl.: "I" ), weil es uns so nahe ist, dass wir es nicht einmal wahrnehmen können, wir diese Identifikation aber am intensivsten verteidigen und das Loslassen der Identifikation als Todeserfahrung erleben. Mit dem Übergang zu einer neuen Basisstruktur, und damit neuen Selbst-Identifikation wird das, was wir früher als „Ich“ bezeichnet haben, zu einem Objekt unserer Wahrnehmung. Es ist damit weiter von uns entfernt, Wilber nennt es daher **distales Selbst** ("ich", "mein" – engl.: "me", "mine"). Zum Gesamtselbst gehört aber auch das transzendente Selbst („Ich-Ich“, Atman, reine Leere, Seher, absoluter Zeuge), das Wilber das **anteriore Selbst** nennt, weil es allem anderen vorausgeht, selbst niemals gesehen werden kann und doch als Alles existiert, das gesehen wird. Es ist letzten Endes für die Integration aller anderen Formen von Selbst, Wellen und Strömen im Ganzen verantwortlich. Es ist das Selbst, das auf jeder Stufe durch das proximale Selbst und in jedem Bereich hindurchscheint, die Entwicklung des Transzendierens und Einschließens treibt und alle Bereiche zusammenhält, da es alle umschließt. (Wilber 2001, IP )

Das reine, transzendente Selbst, der reine Zeuge ist immer gleich, er tritt dabei nie in den korrumpierenden Strom der Zeit ein, er bleibt immer der reine und ungeborene Zeuge jeder Erfahrung. Erst in der Nondualen Stufe/Erfahrung erfährt das Selbst nichts mehr als verschieden von sich selbst, der Gegensatz von Veränderung und Gleichheit wird hier aufgehoben. Hier wird sich das Selbst seiner ganzen Identität bewusst, die sowohl das reine Selbst, die Leere, wie auch die Form umschließt. Es gibt nicht zwei Selbste: eines, das sich verändert, und eines, das gleich und unverändert bleibt, sondern beide sind auf paradoxe Weise identisch.

Von dieser Warte aus betrachtet lässt sich also das Selbst nicht auf eine Entwicklungslinie, die der "Selbst-Identität", reduzieren, denn das Selbst ist immer schon der Grund und Zeuge jeder Erfahrung **und** das Ich oder Ego, das sich auf einer konkreten Entwicklungsstufe mit konkreten Inhalten, Bedürfnissen, Haltungen und Weltanschauungen identifiziert.

Das Selbst in seiner Einheit aus anteriorem, proximalen und distalen hat zahlreiche Funktionen: Es ist

- der Ort der Identität und des Selbstgefühles
- der Sitz des Willens, das Selbst ist innerlich mit dem Guten beschäftigt
- ein Ort der Intersubjektivität, das Selbst ist innerlich ein soziales, dialektisches Selbst, das mit Gerechtigkeit und Zuwendung beschäftigt ist

- der Sitz ästhetischer Wahrnehmung, das Selbst ist mit dem Schönen beschäftigt
- der Sitz des Metabolismus, das Selbst setzt Erfahrung um, um Strukturen zu bilden
- ein Ort der Kognition, das Selbst hat eine Fähigkeit, sich zur objektiven Welt zu orientieren
- der Sitz der Integration, das Selbst ist für die Integration der Funktionen, Modi, Zustände, Wellen und Ströme verantwortlich (ebenda S 252)
- eine weitere Funktion des Selbst ist die Navigation. Das Selbst hat die Wahl zwischen Festhalten und Loslassen innerhalb einer Ebene, sowie zwischen Aufstieg (Transzendenz) und Abstieg (Regression) Wilber 1983, 3A

Da jeder Entwicklungsschritt mit transzendieren und integrieren der vorhergehenden Struktur einhergeht, umfasst das distale Selbst alle bis dahin bereits durchlebten Stadien und Wellen, das Gesamtselfst also alle Stadien bis einschließlich der höchsten Struktur, mit der sich das proximale Selbst identifiziert. Dem Selbst fällt dabei wie gesagt die Aufgabe der Koordination und Integration der verschiedenen Entwicklungslinien und Ströme zu, die ganz unterschiedlich weit entwickelt sein können. Dementsprechend können auch Reaktionen auf ein konkretes Ereignis ganz unterschiedlich ausfallen und müssen nicht der Stufe entsprechen, auf der sich der Schwerpunkt der Selbstentwicklung befindet.

Der von Wilber mit "Seele" (das psychisch/subtile Selbst, siehe auch [Körper-Energien](#)) bezeichnete Bereich des Selbstes kann bis zu einem gewissen Grad seiner eigenen Bahn folgen und sich in seiner eigenen holarchischen Struktur entfalten. Die Seele umfasst alle Selbst-Ströme, die Bewusstsein an die vielen Facetten der subtilen (ätherisch und astreal) Sphäre anpassen. Die Seele ist das Selbst, das von der subtilen Linie der Erkenntnis abhängt: Imagination, Tagträume, ätherische und hypnotische Zustände, kreative Vision, visionäre Offenbarungen, transzendente Erleuchtungen und zahlreiche Arten von Savikalpa-Samadhi und deshalb ist die Seele der Selbst-Strom, der Bewusstsein im subtilen Bereich orientiert und integriert. In der frühen Kindheit kann die Seele und ihre Erkenntnisformen sehr präsent sein („ziehende Wolken der Herrlichkeit“), um schließlich ab dem 3. Lebensjahr weitgehend von der frontalen, kognitiven Entwicklung abgelöst zu werden. Mit Beginn der psychischen und subtilen Entwicklung tritt sie wieder in den Vordergrund. (U- Entwicklung).

Die kausale Entwicklung ist eine Entwicklung der Intentionalität, Zielgerichtetheit und Willenskraft. Sie entwickelt sich nicht zuletzt in der Auseinandersetzung mit dem materiellen Körper und seiner Um- und Mitwelt. In der spirituellen Entwicklung kommt sie in der Erfahrung der gegenstandslose Meditation und der Erfahrung der Schwärze und Leere zum Ausdruck.

Der immer präsente Zeuge, das transzendente Subjekt jeder Erfahrung, das suprakausale Selbst unterliegt selbst keiner Entwicklung, es ist aber Träger und Grundlage der Entwicklung der anderen Ströme und Körper-Energien.

Die Stufenfolge der Selbstentwicklung wie oben beschrieben ist also eigentlich die Entwicklung dreier relativ unabhängiger Ströme, des frontalen, des subtilen und des kausalen Stromes, die zu verschiedenen Zeiten in den Vordergrund treten, aber zumindest als Bewusstseinszustände (Wachbewusstsein, Träumen und Tiefschlaf) immer vorhanden und auch zugänglich sind, sich deshalb auch als Gipfelerlebnisse oder temporäre Ereignisse zu jeder Zeit zeigen können. Die Umwandlung in bleibende Strukturen, die dem Individuum frei zugänglich und jederzeit verfügbar sind, erfolgt aber scheinbar in einer bestimmten Reihenfolge, einem regelhaften Ablauf, der auch durch die Tiefe und den Umfang des jeweiligen Stadiums vorgegeben und somit logisch geordnet ist. Die Logik in der Abfolge der Stadien ist die Logik des Transzendierens und Umfängens, sodass jedes Stadium zum Vorhergehenden eine neue Qualität hinzufügt, die die vorherigen Stadien transzendiert und sie gleichzeitig integrieren kann. Im transzendentalen (anterioren) Selbst oder Zeugen sind alle Entwicklungsstufen, Fähigkeiten und Erfahrungen aufgehoben, denn keine von ihnen ist ohne es möglich. Paradoxer Weise stimmt diese Aussage jedoch auch mit der buddhistischen Leere überein, dass es kein bleibendes, (proximales und distales) Selbst gibt, das aus sich selbst besteht.

#### **Weitere Elemente eines integralen Weltbildes:**

- [Die 4 Quadranten und 8 Zonen des Wirklichen](#)
- [Die Ebenen oder Wellen der Entwicklung](#) - die natürliche Reihenfolge der Entwicklung
- [Spirituelle Entwicklung](#) - Eine Annäherung
- [Die Körper-Energien](#) - unser physischer Körper ist nicht unser einziger Körper
- [Die Bewusstseinszustände](#) - natürliche, geschulte und außergewöhnliche Bewusstseinszustände
- [Das Selbstsystem](#) - wer macht eine Erfahrung?
- [Die Entwicklungslinien](#) - multiple Intelligenzen
- [Typen oder Typologien](#) - qualitative Unterschiede auf gleichen Ebenen