

## SUBTILE ZUSTAENDE

Der Begriff ‚subtile Zustände‘ ist sehr weit gespannt. Er findet sich bei Ken Wilber ....., und wird auch von ihm selbst nicht eindeutig definiert. Daher stellt der Wiener Lesekreis folgende Annäherung zur Diskussion.

### **BETRACHTUNGSWEISE unter AQAL UR STRUKTUREN und SYSTEME**

Subtile Zustände subtile Energien (Welle/Partikel)

Als natürliche Zustände sind sie prärationale, rationale und transrationale erfahrbar.

D.h. auch von Tieren oder Kleinkindern etwa als vorbewusste Gefühle von Schmerz, Freude, Angst. In prärationalen Bewusstseinsstrukturen bleiben sie ‚instinkthaft‘(?), unreflektiert.

Ihre Bewusstwerdung kann geschult werden, und dabei vertieft, oder gehalten (von Sekunden bis zu 24 Stunden), oder auch bewusst induziert. Dann nennen wir sie außergewöhnliche subtile Zustände.

Bewusstheit kann auf jeder Entwicklungsstufe gesteigert werden.

Zustände werden den Bewusstseinsstrukturen entsprechend interpretiert.

Beispiel: ein Lichtphänomen kann auf der magischen Entwicklungsstufe als Engel gedeutet werden.

### **OR** körperlich messbare Manifestationen

Alpha – Wellen, kontinuierliche Übung befähigt (Mönche): im entspannten Alpha/Theta Zustand eine hohe Konzentration im Frontalkortex zu halten, Delta Wellen

außer Gehirnwellen lassen sich Potenziale messen = Spannungsverhältnis zwischen verschiedenen Gehirnbereichen

Lenkung von Körperenergien ist messbar

**Methoden der Induktion** die OR von außen wahrnehmbar körperlich messbare Reaktionen erzeugen, können sein: Meditation, Kontemplation, Zentrierung im Körper, Bewegungsmeditation, Samadhitank, Musik, Tanz, T'ai Chi, Drogen, Sensorische Deprivation, Reizüberflutung (trommeln), Manipulation der Sinne, Hypnose, die. Äußere Reize treten in Resonanz mit innerem Erleben von Individuen oder Gruppen.

### **OL ICH INNENRAUM**

Verbindung der Seele mit Gott

Völlig entspanntes, wohlige Körpergefühl,

Glückseligkeit, Wahrnehmung (Erfassen, ergriffen Sein) des Schönen,

Wahren, Guten; alles ist gut, wie es ist;

Zeit steht still

Im Bild ‚verschwinden‘, alles hat Aura, Wahrheit visualisieren, einen

uralten Energiefluss, pure Lebensenergie in der Natur spüren,

Gleiten zwischen Traum und Wachheit,

Vision, Channeln, hell Sehen, Intuition

Reverie, Rückführung, perinatales Geschehen, Wiedergeburten,  
träumen,  
Ekstase, Euphorie, Trance, reisen  
Von Gedanken beflügelt, Gefühlen bewegt, gehandelt werden, open focus  
brain  
außerhalb des Körpers Sein, abheben, erden,  
Schmerz, Zerrissenheit, dunkle Nacht der Seele, Spannung,  
Energie im eigenen Körper lenken  
Selbsthypnose,  
mit tierischen Kräften identifizieren,  
wie halte ich den subtilen Zustand?

### **UL WIR**

Emotionale Verbundenheit, in Liebe schmelzen, tiefes Einfühlen, Mitfühlen,  
tiefe Empathie,  
Telepathie, Hypnose, Trance, Goa-Szene  
kooperative Energie  
Schamanismus, Heilphänomene, Placebo