

## Die Ebenen des Bewusstseins

Dr. **David R. Hawkins**, ein amerikanischer Psychiater, Arzt und Autor, berichtet in seinem sehr interessanten Buch „**Die Ebenen des Bewusstseins**“ über seine mehr als 30-jährige Forschungsarbeit als Psychiater.

Er hat mithilfe einer von ihm weiterentwickelten Methode der Kinesiologie die menschlichen Bewusstseinsstufen skizziert und eine Messwertskala zwischen 0 und 1.000 aufgestellt, mit welcher man die verschiedenen Bewusstseinsstufen kinesiologisch messen kann.

Hier das **Schaubild** der verschiedenen „Ebenen des Bewusstseins“ nach Dr. Hawkins, wobei der Mittelteil als „Schwelle“ nach oben bzw. unten hin zu betrachten ist.

### Skala des Bewusstseins (Übersicht) nach D. Hawkins

#### Ebene 1000 – Höchster Bewusstseinswert, der irdisch zu erreichen ist

- ↑ Ebene 700-1000 – **Erleuchtung**, reines Bewusstsein, unbeschreibbar
- ↑ Ebene 600 – **Frieden**, Glückseligkeit, Durchlichtung

#### Um Ebene 600 – Schwelle zu Stille und Frieden

Auflösung des persönlichen Egos / Karmas – Nichtdualität  
Beginn der Verantwortungsübernahme für das kollektive Ego/Karma

- ↑ Ebene 540 – **Freude**, bedingungslose Liebe, Vergebung
- ↑ Ebene 500 – **Liebe**, Verehrung, Schönheit, Dankbarkeit, Offenbarung

#### Um Ebene 500 – Schwelle zur Liebe

Nichtlinearität – Gewahrsein – Sowohl-als-Auch-Denkmodell

- ↑ Ebene 400 – **Vernunft**, Verständnis, Abstraktion, Wissenschaft
- ↑ Ebene 350 – **Akzeptanz**, Enthusiasmus, Produktivität, Verzeihen, weltlicher Erfolg
- ↑ Ebene 310 – **Bereitwilligkeit**, Optimismus, Intention
- ↑ Ebene 250 – **Neutralität**, Zuversicht, Loslassen
- ↑ Ebene 200 – **Mut**, Zivilcourage, Bejahung, Lauterkeit

#### Um Ebene 200 – Schwelle zur Integrität

Homo sapiens versus Homo spiritus  
Selbstregulierende Individuation – Eigenverantwortung  
Linearität – Wahrnehmung – Entweder-oder-Denkmodell

- ↓ Ebene 175 – **Stolz**, Verachtung, Angeberei
- ↓ Ebene 150 – **Ärger**, Wut, Hass, Aggression
- ↓ Ebene 125 – **Verlangen**, Begierde, Selbstverklagung
- ↓ Ebene 100 – **Angst**, Ängstlichkeit, Rückzug
- ↓ Ebene 75 – **Trauer**, Scheitern, Kummer, Verzweiflung
- ↓ Ebene 50 – **Apathie**, Hoffnungslosigkeit, Aufgabe
- ↓ Ebene 30 – **Schuld**, Bosheit, Zerstörung
- ↓ Ebene 20 – **Scham**, Schande, Erniedrigung, Ausmerzung

#### Ebene 0 – Physischer Tod

Dualität – Irrtum – Mangelbewusstsein – Reaktives Sinnenbewusstsein – Kriminalität

Die Ebene Null ist die tiefste Ebene, auf die ein Mensch überhaupt sinken kann. 1.000 sieht Dr. Hawkins als den absoluten Zustand der Erleuchtung, den die wenigsten Menschen (im Moment) erreichen.

Auf der unteren Ebene finden wir neben der Angst auch den Ärger und den Stolz. Auf dieser Ebene – zwischen Angst und Stolz - kann man auch die „Herrschenden“ ansiedeln, jene, welche die Menschen *verachten* und menschenunwürdige Programme jeglicher Art durchziehen.

Wenn das Volk anfängt zu rebellieren, schlagen die Herrscher in *Wut und Hass* über und verordnen noch *aggressivere* Maßnahmen (Polizeibrutalität, Bußgelder, Sanktionen usw.). Damit die Herrscher stets *Macht* über uns haben, tun sie alles, um uns auf der Ebene der *Angst* zu halten.

Wenn diese Elite nun selbst anfängt, *Angst* vor uns zu bekommen (weil wir aufwachen und ihr Spiel nicht mehr mitspielen wollen) tut sie alles, um uns auf der Skala noch weiter nach unten zu bringen, insbesondere auf die Ebenen der *Apathie* (Gleichgültigkeit), des *Schuldbewusstseins* und der *Scham* – also auf die untersten Ebenen, wo wir uns ohnmächtig (ohne Macht) und hoffnungslos fühlen.

In diesem niedrigen Zustand neigen viele Menschen neigen dann dazu, über ihre Mitmenschen selbst Macht und Kontrolle ausüben zu wollen und sie gar zu verleumden, anzuzeigen oder zu erniedrigen. Oft passiert dies sogar völlig unbewusst und automatisch.

Derart abgelenkt und mit niederen Emotionen beschäftigt, sind die Menschen dann auch nicht in der Lage, über den Tellerrand hinaus zu schauen und größere Zusammenhänge zu erkennen.

**Angst ist das Gegenteil von Liebe!** Die Herrscher sind sich der Macht der Angst bestens bewusst und wenden alle möglichen Mittel an, um uns ständig in Angst zu halten. Da die Herrschenden selbst keinen Zustand von Liebe und Frieden erreichen, können sie mit den höheren Bewusstseins Ebenen auch überhaupt nichts anfangen, sind kaltherzig und gleichgültig, kontrollieren und knechten. Und vor lauter Angst können die Menschen nicht mehr „**Nein**“ und „**Stopp!**“ sagen, wenn es notwendig und angebracht wäre, die Regierung in ihre Schranken zu weisen. Sie haben schlichtweg Angst, den Mund aufzumachen und sich zu wehren.

Angst frisst die Seele auf... Gedanken und Emotionen sind nichts anderes als eine Form von Energie. **Streifen wir daher unsere Ängste wie ein altes Kleid ab und nehmen unser Leben wieder selbstbewusst und selbstbestimmt in die Hand!** Denn nur durch unsere Ängste haben „die“ erst Macht über uns erlangt. Füttern wir sie daher nicht weiter!

*Die „Ebenen des Bewusstseins“ werden auch in unseres PranaVita-Seminars „Pfad der Liebe“ unterrichtet - dieser Text hier ist teilweise einem Bericht von Daniel Prinz entnommen.*