



# Die vier Phasen der spirituellen Entwicklung

[Tatjana Magda](#) | [Allgemein](#) | 27. Juni 2018

Wenn du in deiner spirituellen Entwicklung neue Pfade suchst, möchten wir dir hier einen interessanten Aspekt bieten.

Spiritualität kann Vieles für verschiedene Menschen bedeuten. **Es gibt nicht die EINE Methode, die zeigt, wie genau du dich deinem spirituellem Wachstum nähern sollst.**

Michael Backwith hat ein sehr interessantes Modell der spirituellen Entwicklung geschaffen.

**Es macht deutlich, in welcher Phase wir gerade stehen und warum.**

Vor allem zeigt es aber auch, was wir brauchen, um auf die nächste Stufe zu gelangen. In welcher Phase bist du?

## 1. Phase: „Mit mir“

Die erste Stufe der spirituellen Entwicklung nennt Beckwith die ‚Mit mir‘- Stufe. Sie wird auch als die Opfer-Phase bezeichnet.

Wir fühlen uns wie ein Kind, das die Verantwortung für sein Leben noch nicht voll übernommen hat. „Mit mir“ bedeutet, die Welt macht etwas mit mir. Die Welt ist dafür verantwortlich, dass es mir gut geht oder eben nicht.

**Der Partner, die Umstände, der Chef hat Schuld, wenn etwas daneben geht.**



Wir fühlen uns ausgeliefert und im schlimmsten Fall als Opfer der Umstände. Ich bin sicher, diese Phase kennen wir alle. Wenn etwas Negatives passiert, fragen wir uns: **Warum ich? Wer hat Schuld?**

Beckwith sagt: Um auf die nächste Stufe kommen zu wollen, müssen wir etwas immer loszulassen.

In dieser Phase geht es um Schuldzuweisung.

Auch wenn es gerechtfertigt scheint, den anderen die Schuld für unsere gegenwärtige Situation zu geben. Es kommt eine Zeit, wo wir erkennen müssen, dass wir unsere Macht weggeben, wenn wir andere für unsere Lebensumstände verantwortlich machen. Wenn wir andere beschuldigen, wo wir stehen und wie wir sind.

Wenn wir bereit sind, diese Schuldzuweisungen loszulassen, öffnen wir uns für die nächste Stufe unserer spirituellen Entwicklung. [Wir werden zu Schöpfern unserer Realität.](#)

## **2. Phase: „Wegen mir“**

In dieser Phase entdecken wir unsere eigene Kraft. Wir nehmen unser Leben in die Hand und legen los. Unsere Umstände manifestieren und kreieren wir selbst und stellen fest: Es funktioniert. **Wir entdecken, dass wir mächtiger sind, als wir denken.**

**Wir sind nicht Opfer der Umstände, sondern deren Schöpfer.**



Das ‚Wegen mir‘-Stadium der Entwicklung ist oft eine Umbau-Phase. Wir erschaffen Neues durch Entschlossenheit und Kraft. Wir fühlen uns wie Könige.

“Ich kann es erreichen! Ich schaffe das.” – Wir kreieren Dinge, gestalten und beeinflussen: **Karrieren, Beziehungen, [Geld](#)**. Dies ist ein machtvoller Schritt auf dem Weg.

Das macht Spaß. Eine ganze Weile... bis wir erkennen, dass es noch mehr gibt... Vielleicht können wir das „Mehr“ noch nicht benennen, aber es ruft uns...

**Was wir in dieser Phase loslassen lernen sollen: den Wunsch, alles zu kontrollieren.**  
**Unser Gewinn: Vertrauen in etwas, das größer ist, als wir selbst.**

### 3. Phase: „Durch mich“

In Phase 2 haben wir mit nacktem Willen gearbeitet. Es geht auch anders.



Musiker, Schriftsteller, Kreative kennen es vielleicht: **Es gibt einen Moment, wenn es durch einen fließt.** Die Töne, die fließen, als wenn man selber das Instrument ist. Die Worte, die scheinbar aus dem Nichts kommen.

Der kreative Einfall, der plötzlich da ist und man fragt sich: Wo kommt jetzt die Idee her?

**In dieser Phase geht es nicht um ein ICH, sondern um ein „Durch-Mich.“** Wir fühlen uns verbunden mit dem Universum, das viel größer ist als das kleine Ich.

Wir fühlen uns demütig und dankbar.

**Was wir in dieser Phase der spirituellen Entwicklung loslassen lernen sollen: Trennung.  
Unser Gewinn: EINS SEIN**

## **4. Phase: „Als mich“**

In der dritten Stufe unserer Entwicklung erleben wir das Gefühl, wie der größere Fluss sich ‚durch mich‘ bewegt. Dann in der vierten und letzten Phase gelangen wir zur Erkenntnis: **Was immer es ist, das sich durch mich bewegt, ist auch in mir.**



**„In Mir“ bedeutet, diese größere energetische Kraft und ich bestehen tatsächlich aus dem gleichen Material.**

Wir sind kein getrenntes kleines Ich, sondern eins mit dem unendlichen Universum.

So wie der Regentropfen den ganzen Ozean enthält.

Alles, was wir tun, ist Ausdruck einer größeren Kraft, die sich jetzt in der Welt bewegt, atmet und handelt. Alles hat eine Auswirkung auf das Ganze. **Wenn wir bereit sind, das Gefühl der Trennung loszulassen, öffnen wir uns für die Einheit allen Lebens.**

**Das ist der wahre Flow – Fließen im höchsten Sinn.**

## **Zusammenfassung:**

Wir alle haben Erfahrungen dieser Entwicklungsstadien. Zu unterschiedlichen Zeiten und zu unterschiedlichen Bereichen. Vielleicht bist [du in Beziehungen](#) in Phase 1 und bei deiner Karriere in Phase 2 oder 3.

### **Stufe eins: ‚Mit mir‘**

- Das Leben passiert mir und ich bin Opfer der Umstände.
- Um mich über die Stufe eins hinaus zu bewegen, muss ich bereit sein, loszulassen: Schuldzuweisung.
- Dabei erfahre ich: Verantwortung und persönliche Ermächtigung.

### **Stufe zwei: ‚Wegen mir‘**

- Ich bin ein Schöpfer und beanspruche meine Fähigkeit, meine Lebensumstände zu erschaffen und zu beeinflussen.
- Um mich über die Stufe zwei hinaus zu bewegen, muss ich bereit sein, loszulassen: Kontrolle.
- Dabei erfahre ich: Vertrauen und Verbindung mit energetischen Kräften jenseits meines individuellen Selbst.

### **Stufe drei: ‚Durch mich‘**

- Ich bin ein Kanal für das Leben, damit es sich durch mich ausdrücken kann.
- Um mich über die Stufe drei hinaus zu bewegen, muss ich bereit sein, loszulassen: Gefühl des Getrenntseins.
- Dabei erfahre ich: Einheit / Eins-Sein

### **Stufe vier: ‚Als mich‘**

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

## **Fragen zum Nachdenken**

Gibt es einen Bereich in deinem Leben, indem du eine Veränderung in deinen Erfahrungen bewirken möchtest?

In welcher Stufe der Entwicklung siehst du dich im entsprechenden Bereich?

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

Ich bin gespannt auf deine Erfahrung.



Liebe Grüße,

Tatjana

[www.tatjanamagda.de](http://www.tatjanamagda.de)

Hier findest du alle Beiträge von unserer Expertin für Mindfulness, Tatjana Magda:

<https://compassioner.com/author/mailtajanamagda-de/>