

## **Hindernisse, die der Mensch durch beschränkte trügerische Alternativen aufbaut**

Grüße, meine liebsten Freunde. Gott segne euch alle. Gesegnet sei diese Lesung. Gesegnet sei euer Verständnis, damit ihr den Inhalt richtig verarbeiten könnt.

Ich möchte die heutige Lesung mit einer kurzen Beschreibung der spirituellen Realität beginnen und im Gegensatz dazu von diesem Standpunkt aus des Bildes, das die Menschheit darstellt. Das steht in Verbindung zu dem Thema, über das wir sprechen werden.

Tatsächlich ist das Universum weit offen, und der Mensch könnte sich frei darin bewegen. Das bedeutet, das Universum steht dem Menschen wirklich zur Verfügung, mit all seinen unendlich reichen Variationen an Erfüllung, Kräften, Energie und Erfahrung, an Versorgung - auf jede mögliche Art, die der Mensch sich vorstellen kann, und mehr als er in seinem jetzigen Entwicklungsstadium erfassen kann. Er könnte all das nutzen. Er könnte die segensreichen Möglichkeiten, die ihm offen stehen, wirklich ausloten. Er könnte wirklich Herr dieser wunderbaren Welt sein, in der er sich ständig zu immer mehr glückseliger Erfahrung, zu größerer Weisheit und Kraft, zu immer mehr Freiheit und Intensität des Seins entwickeln kann. Doch wegen etlichen Umständen - wovon wir viele im Laufe dieser Lesungen besprochen haben - erkennt der Mensch diese Tatsache einfach nicht. Er nimmt an, in einer begrenzten Welt gebunden und eingesperrt zu sein, wo ihn Grenzen umgeben, die er nicht durchdringen oder kontrollieren kann. Er nimmt an, hilfloses Opfer von Umständen außerhalb seiner Kontrolle zu sein. In dieser Annahme eines begrenzten Universums - zumindest, soweit es ihn angeht - nutzt er nicht die Kräfte in sich, die universellen Kräfte, die zu seiner Freude und Entwicklung, zu seinem Wachstum und seiner Erfahrung bestimmt sind. Indem er diese Kräfte nicht nutzt, macht er sich selbst inaktiv und erzeugt dadurch eingebildete Hindernisse, die es gar nicht geben müsste.

Stellt euch weite, offene Räume vor, die alle Schönheiten der Welt in sich haben, alles, was der Mensch zu seiner Freude nur brauchen könnte. Die Menschen aber sehen diese weiten, offenen Räume nicht. Sie sehen nicht die Energien, Kräfte, Reichtümer, die Schönheit, die sie umgeben. Sie machen aus Angst die Augen zu und glauben, sie würden wirklich hinter Mauern leben. Wenn der Mensch glaubt und so tut, als käme er dort, wo er ist, nicht vom

Fleck, obwohl es tatsächlich kein Gefängnis und keine Hindernisse gibt, wird die Wirkung dieselbe sein. Er mag lange darauf warten, aus dieser hilflosen, passiven Lage entlassen zu werden, aber solange er nicht entdeckt, dass er bloß seine Freiheit, seine Energien und Kräfte anerkennen muss, wird er begrenzt bleiben, gerade so als wären diese Hindernisse echt. Die Wirkung auf ihn wird dieselbe sein. Das ist die Beziehung zwischen Realität und Illusion. Illusion nimmt Aspekte an, deren Wirkungen echt erscheinen, aber nur solange die Illusion für echt gehalten wird.

Die Hindernisse könnte man sofort beseitigen, mit einer Geste. Aber da der Mensch diese Geste ignoriert, muss er seinen eigenen Weg finden, die Substanzlosigkeit der Hindernisse zu entdecken. Eine andere Möglichkeit gibt es nicht. Andere können ihm sagen, dass es so ist. Oft glaubt der Mensch sogar, was er hört - dass es tatsächlich keine Hindernisse gibt, wenn er nur seine Augen öffnen und sich aufmachen würde, seine eigenen Fähigkeiten zu nutzen. Doch hat er Angst davor. Er mag zuhören, traut sich aber nicht, das nötige zu tun, um sich in die große sichere Freiheit zu begeben. Ihn ängstigt diese Freiheit und er wählt stattdessen unnötiges Leid. Aber eines Tages entdeckt er zu seiner Überraschung die Leichtigkeit der Realität, ihre Großzügigkeit, ihren Überfluss, ihren anregenden Frieden und wundert sich, warum er sie fürchtete, warum er sich für selbstaufgelegte Verbote entschieden hatte.

Diese Hindernisse sind selten simple Mauern. Es sind Verwirrungen und komplexe Irrgärten - das Werk umständlicher falscher Annahmen und widersprüchlicher Einstellungen des Menschen, die er ihretwegen anhäuft. Seine Aufgabe auf der Erde ist, den Weg aus diesen labyrinthischen Abwegen zu finden. Das ist die Freiheit, die Befreiung, die dieser Pfad verspricht, in die jüngst einige meiner Freunde ein paar Einblicke bekommen haben.

Welche Bedeutung hat diese Beschreibung spiritueller Formen für eure persönlichen Probleme, eure jetzigen Einstellungen und Blockaden? Die unmittelbarste Freiheit, die für den Menschen auf einem Pfad wie diesem zu entdecken ist, ist das Erkennen seines weitreichenden Einflusses. Erkennt man schließlich die Bedeutung von Ursache und Wirkung in seinem Leben, ist die Folge eine enorm veränderte Einstellung zu allem im Leben. Für gewöhnlich ist viel Vorbereitung nötig, ehe die Pfadarbeit den Menschen zu dieser Einsicht führt. Er mag oft manches Bild entdeckt, viele innere Probleme und Konflikte verstanden haben, und doch hat er keine Ahnung von der unmittelbaren Ursache und Wirkung, also der selbständigen Rolle, die er in seinem Schicksal hat, wo es Umstände zu geben scheint, die er nicht ändern kann. Ich rede jetzt nicht von mystischen Verbindungen von einer mehr weitreichenden Natur, karmische Bedingungen, Ursachen und Wirkungen

ersten, zweiten oder zehnten Grades, sondern von direkten, sichtbaren Verbindungen von Ursache und Wirkung. Sichtbar heißt, wenn man es sehen und verstehen will. Wie oft fühlt und denkt und fürchtet und wünscht ihr alle, das erwünschte Ergebnis habe auf eure Einstellung und euer Verhalten keinen Einfluss. Ihr fürchtet, ihr würdet nicht gemocht, und hofft hilflos, ihr würdet es. Dabei entgeht euch, dass ihr es so leicht feststellen könntet, wenn es das ist, was ihr wollt und ihr entsprechend handelt. Wie oft befürchtet ihr, ihr würdet bei einem Unternehmen erfolglos bleiben, und wartet passiv und hilflos, dass das Schicksal das erwünschte Ergebnis beschließt. Aber ihr kommt nicht darauf, dass es viele Möglichkeiten gibt, wie ihr, ihr allein, zuwege bringt, was ihr wollt. Stets sind alle Energien darauf gerichtet, so zu erscheinen, als ob das, was ihr wollt, in eurem Leben existiere. Tief drinnen seid ihr überzeugt, ihr könnt es nicht wirklich haben, aber schämt euch, es zuzugeben. So gebt ihr vor, es zu haben, was ihr leicht könntet, wenn ihr nur glauben wolltet, ihr könntet es, und wenn ihr eure Energien nicht für den Anschein einsetzen würdet, sondern um es wirklich zu erlangen. Das kann ein Erfolg sein, eine glückliche Beziehung, auf allen Ebenen eures Wesens geliebt und erfüllt zu sein. Oder eine bestimmte Art von Mensch zu sein.

Kein Wunder, dass der Mensch hilflos ist. Denn das erste Hindernis ist sein Glaube, nicht bekommen zu können, was leicht zu haben wäre. Die zweite Verwirrung, aus dem ersten Hindernis entstanden, ist seine Scham über die nichtexistente und unnötige Entbehrung. Der dritte verdrehte Gedanke in seinem geistigen Labyrinth ist die Vortäuschung, er habe oder könne haben, wenn er nur wollte, obwohl er das Gegenteil glaubt. Und obwohl er das glaubt, hofft er doch, dass das Schicksal ihn von seiner Entbehrung erlöst. So fürchtet und hofft er, alles gestützt auf falsche Voraussetzungen.

Der Mensch fürchtet sogar sich selbst, sein eigenes Unbewusstes, als trüge es ein Monster in sich, über das er keine Kontrolle hat und das seinem Willen entzogen ist. Darüber hinaus scheint er törichterweise anzunehmen, es bliebe zahm, wenn er vorgibt, es existiere nicht, schaute er es aber an, würde es demgemäß agieren und ihn zu Handlungen zwingen, die er nicht verhindern kann. Er vergisst völlig, dass sein unbewusster Geist er selbst ist, dass er nicht sein Sklave, sondern sein Herr ist, sobald er bewusst ist. Nur ist dann sein Geist nicht länger unbewusst. Er hält stur daran fest, dem Wirken seines geheimen Geistes hilflos ausgeliefert zu sein. Ihn plagen überflüssige Ängste, ob es ihm gelingt zu wachsen, einen unwillkommenen Zug loszuwerden, positiv zu handeln oder nicht - als ob dies alles nichts mit seiner Entscheidung zu tun habe, sondern das schicksalhafte Ergebnis einer Macht wäre, auf die er keinen Einfluss hat.

Selbst meine Freunde, die auf diesem Pfad schon eine Menge Einsicht gewonnen haben, erkennen noch immer nicht, wie oft sie so empfinden. Das geht unbeachtet an ihnen vorbei. Wenn ihr solche Reaktionen nur untersuchen und dieses falsche Denken sofort korrigieren würdet, das auf eure gesamte Entwicklung, eure ganze Existenz so weitreichende Wirkungen hat. Alles, was ihr nach einer solchen Entdeckung tun müsst, ist wirksam zu erklären, dass ihr, und ihr allein, über die Wahl eurer Handlungen, eures Verhaltens, eurer Entscheidungen bestimmt. Wenn ihr das erklärt, beginnt innerlich etwas zu geschehen und bisher ungenutzte Fertigkeiten werden sich zeigen. Indem sie euch zunächst noch mehr Einsicht geben und euch dann stärken, verhelfen sie euch zu einem anderen Handeln, auf neue, positivere Weise, darauf eingestellt, das Ziel zu erreichen, das ihr wollt. Mit anderen Worten, ihr setzt neue Ursachen in Gang, wenn ihr euch weigert, Opfer eurer eigenen destruktiven Züge zu sein. Dazu braucht es eine einfache Entscheidung mit einer klaren Erklärung in dieser Hinsicht.

Es ist ein Hauptübergang, wenn ihr schließlich zu eurem Recht kommt und entdeckt, dass die Lösung, zu leben und glücklich zu sein, so einfach ist. Diese Schlichtheit beruht auf eurer Bereitschaft, auf die subtilsten Vortäuschungen zu verzichten, die eine unnötige Beschränkung verdecken sollen. Wenn ihr dann auf die Beschränkung verzichtet, könnt ihr hinausgehen und kriegen, was ihr wollt. Anstatt zurückzuweichen und euch von den Menschen zurückzuziehen, werdet ihr auf sie zugehen. So werdet ihr euch niemals sorgen müssen, nicht gemocht zu werden. Statt eine Lahmlegung eurer besten Fähigkeiten zu bewirken, werdet ihr sie entdecken und nutzen. Statt einem Nein zum Leben, zu den Menschen, zum Erfolg, zur Erfüllung, zu verschiedensten Erfahrungen, werdet ihr Ja dazu sagen. Statt hilflos von anderen oder vom Schicksal oder dem Leben zu erwarten, euch zu einem annehmbaren Menschen zu machen, während ihr euch aus Angst vor euch selbst versteckt, werdet ihr herausfinden, was ihr wollt, wie ihr es bekommt, was ihr mit Zügen macht, die ihr nicht mögt. Die Veränderung besteht darin, dass ihr euer Bestes tut (egal, in welchem Lebensbereich), statt den besten Eindruck zu vermitteln. Wenn ihr all eure früheren Funde in diesem Licht betrachtet, könnt ihr den enormen Unterschied feststellen, einerseits einen guten Eindruck zu machen, damit man von euch das Beste denkt, und tatsächlich euer Bestes zu tun, um ein ersohntes Ziel zu erreichen. Das genau ist der Schlüssel, der den von euch gewollten, wirklichen Erfolg bestimmt - im Beruf, in einer lohnenden Beziehung, im Wachstum und in der Selbstentfaltung.

Ungeachtet, wie sehr viele meiner Freunde sich fortentwickelt haben, noch immer existiert diese eingebildete Hilflosigkeit gegenüber zu leben und zu wachsen, bezüglich euch selbst, und was ihr vom Leben erwartet. Achtet darauf und stellt das haargenau fest. Es zu finden ist

immer der halbe Kampf. Ihr könnt diesen entscheidenden Übergang nicht vollziehen, es sei denn, ihr erkennt zuerst klar den Zustand, den ihr hinter euch lassen müsst. Wenn ihr nicht erkennt, dass ihr von einem Hindernis umgeben seid, könnt ihr nicht entdecken, dass dieses Hindernis eingebildet und unnötig ist. Ihr könnt furchtlos in die große Freiheit nur hinausgehen, wenn ihr entdeckt, dass ihr es bisher nicht gewagt habt.

Wichtig in diesem Zusammenhang ist, dass ihr entdeckt: (a.) Das Gefühl von Hilflosigkeit, die vage Hoffnung und Angst, etwas müsse oder dürfe nicht passieren, wobei ihr nicht seht, wie ihr das beeinflussen könnt, (b.) die genaue Ursache eurer Unzufriedenheit. Wie ihr infolge eurer falschen Vorstellungen und Bilder handelt, wie eure negativen Emotionen euch reagieren lassen, was sie euch ausstrahlen lassen, und wie das auf andere wirkt, (c.) wie ihr vorgebt, zu haben oder zu sein, wovon ihr glaubt, es nicht wirklich kriegen oder euch dahin entwickeln zu können. Genaue Vorstellungen, die für bestimmte eurer inneren und äußeren Lebensbereiche gelten, werden es euch ermöglichen, eure Gedanken und Absichten in eine positive, gesunde Richtung zu senden. Das ist der Übergang, bei dem ihr die ersten, unmittelbaren Hindernisse beseitigt. Das ist die direkte Ursache und Wirkung, die ohne mystischen Glauben an Okkultes zu beobachten ist.

Wie oft nehmen meine Freunde die Einstellung ein, „Ich habe einen Widerstand“, und belassen es dabei, als ob sie darauf keinen Zugriff hätten und passiv abwarten müssten, dass der Widerstand von selbst verschwindet. Selten fällt ihnen ein zu sagen: „Hier ist mein Widerstand. Jetzt, da ich ihn kenne und sehe, lehne ich ihn ab. Ich gebe ihm nicht nach. Ungeachtet dessen, was ich unwissentlich und irrtümlich befürchte, ich will hinter den Widerstand kommen. Ich bin an der Macht, nicht mein Widerstand. Mein Wille nach Wahrheit und Wachstum ist an der Macht, mein wahres Ich, das das alles will, nicht die vagen, kindischen Ängste, die den Widerstand verursachen.“ Oder ihre ganze Einstellung drückt aus: „Ich habe Angst, abgelehnt zu werden. Ich hoffe nur das Beste, aber habe Angst davor, denn ich fühle mich machtlos, auf andere einzuwirken, mich zu mögen oder nicht.“ Wenn ihr solch eine Einstellung feststellt, wird es vergleichsweise einfach sein, euch selbst zu versichern: „Warum sollte man mich nicht mögen? Es ist wichtig für mich. Meine innere Quelle wird mich mit allen nötigen Qualitäten ausstatten. Ich werde aus mir herausgehen und mich wirklich für den anderen Menschen interessieren, anstatt es nur vorzutäuschen. Bin ich also bereit, ihn so zu mögen, wie ich selbst gemocht werden möchte, werde ich mich mehr lieben, weil weder ein unfairer Austausch oder eine unfaire Forderung vorliegt, noch eine Vortäuschung. Deshalb werde ich an die Möglichkeit glauben, geliebt zu

werden. Was mir auch fehlt, ich will aufrichtig dafür bewusst werden, um es zu ändern. Da ich zu bestimmen habe, muss dieser Wunsch entsprechend seiner Stärke wahr werden.“

Eine solche innere Handlung bedeutet, dass ihr die Zügel eures Lebens in die Hand nehmt. Ihr alle befindet euch in bestimmter Hinsicht noch innerhalb dieser ersten Umzäunung, wo ihr die unmittelbare Ursache und Wirkung nicht seht und deshalb hilflos seid - oder es zu sein glaubt, während euch nicht mal die Tatsache bewusst ist, dass das der Weg ist, euch selbst zu erfahren. Aber wenn ihr das alles erkennt und dann bewusst eure Absicht ausdrückt, den Prozess zu ändern, indem ihr klare, deutliche Gedanken und Willensströme formuliert, müsst ihr diese entscheidende Schwelle überschreiten.

Gestochen scharfe Gedanken zu formulieren und die Absicht zur Veränderung auszudrücken, die ihr innen und außen vollziehen wollt, bedeutet keineswegs, die negative, destruktive Hilflosigkeit zu verdrängen oder zu unterdrücken. Verdrängung ist bloß ein anderes Wort für Täuschung. Aber wenn ihr erkennt, euch für hilflos zu halten, glaubt ihr, euer Wunsch sei aussichtslos, deshalb täuscht ihr und lebt eine Verstellung; wenn ihr das deutlich erkennt, könnt ihr anfangen, ernsthaft zu leben, indem ihr nach den richtigen Zielen strebt und darauf verzichtet, euch dafür zu interessieren, was andere denken.

Oft denkt man, auf einer negativen Entscheidung zu bestehen, hieße, dabei zu bleiben oder darauf zu warten, dass ein Wunder geschieht, ehe man aus seinem negativen inneren Zustand heraus kann. Während andererseits angenommen wird, die Absicht zu äußern, nicht länger dieser negativen Empfindung gemäß zu fühlen oder zu reagieren, hieße, sie zu verdrängen oder ihr etwas Konstruktives überzustülpen, was dennoch nicht natürlich ist. Tatsächlich mag es oft so sein, muss es aber nicht. Erklärt euren Willen, aus diesen destruktiven Mustern herauszuwachsen, und übernehmt aktiv die Führung eures Lebens und eurer Entwicklung in die eigenen Hände. Begreift, dass ihr das letzte Wort habt, dass das letzte Wort von euch kommen muss, ob oder ob nicht und wann ihr euch verändern werdet. Das hat nichts mit Überstülperung oder Wunschdenken zu tun. Erklärt, dass ihr zum Beispiel diese Art von Beziehung wollt, statt jener. Erklärt, dass ihr eine besondere Art von Selbstaussdruck, Bestimmung, Beruf mit dem Maß an Erfolg haben wollt, nach dem ihr euch wirklich seht. Dann könnt ihr euch fragen, was ihr dafür zu tun gedenkt. Ebenso könnt ihr euch fragen, ob ihr überhaupt an die Möglichkeit glaubt, diese Ziele zu erreichen. Wenn nicht, warum zweifelt ihr? Das ist die direkte Verbindung von Ursache und Wirkung, die klar hergestellt, erkannt und verändert werden muss, bevor die entfernteren Verbindungen errichtet werden können.

Können Ursache und Wirkung dort, wo sie um einen oder mehrere Grade versetzt sind, nicht sofort verbunden werden, muss man das Ergebnis vorübergehend akzeptieren, aber nur solange die Verbindungen nicht hergestellt sind, solange Ursache und Wirkung im Dunkel bleiben. Gelangen sie an die Oberfläche, wird die direkte Ursache und Wirkung offenbar, die negativen Folgen lösen sich sofort auf, was neue Auswirkungen hat. Aber wie gelangt ihr zu dieser weiter entfernten Stufe - zu karmischen Ergebnissen - wenn ihr die offensichtlichen, direkten Verbindungen nicht seht, wie jeder Mensch mit gesundem Verstand es kann, der seinen Widerstand aufgegeben hat. Wisst ihr nicht, wie ihr das, was euch immer nur Unannehmlichkeiten bereitet, in euch verändern könnt, wie solltet ihr dann Einsicht in Ursache und Wirkung gewinnen, die darüber hinausgeht und oft einem unfassbaren Schicksal zugeschrieben wird? Die erste Phase in dieser Hinsicht, die Phase, wo Ursache und Wirkung offenkundig sind, wenn man bereit ist, sie zu sehen, hat nichts mit spirituellem Glauben, mit metaphysischen Faktoren zu tun. Alles, was zu sehen nötig ist, ist das, was man sehen kann, und was selbst eure Liebsten und Nächsten kennen, aber nicht wagen, euch zu sagen, weil sie zu Recht spüren, ihr könntet verletzt sein und würdet nicht akzeptieren, was sie beobachten. Wegen dieser selbstzugefügten, angstvollen Blindheit seid ihr gelähmt, ihr bewegt euch nicht, wo ihr es solltet. Und wo ihr gelassen und ruhig sein könntet, kämpft und bewegt ihr euch zur Kompensation zuviel. Ich rede von inneren Seelenbewegungen. In richtigem Gleichgewicht herrscht Ruhe, wo ihr das Ergebnis eurer Mühe zu euch kommen lässt, ohne Anstrengung eurerseits.

Ein Hauptunterscheidungsmerkmal für die Entwicklung des Menschen ist seine Einstellung zur Mühe. Freie, willentliche und freudige Mühe ist die Folge spirituellen Erwachens. Gegen seinen Willen müht sich der Mensch, weil das Leben es von ihm zu verlangen scheint, was daher rührt, dass ihn seine begrenzte Kenntnis der spirituellen Realität noch umgibt und umgarnt. Ja, Mühe geben muss man sich auch, denn wer es nicht tut, hört auf zu leben. Aber diese Mühe ist immer schwerfällig, gegen den Strom. Innerlich würden sie sich lieber nicht die Mühe machen. Ihre Vorstellung von Glückseligkeit, das Endziel ihrer Erfüllung ist Nicht-Mühe in einem stagnativen Sinne. Ihre Ansicht läuft darauf hinaus zu glauben, dass es einen Endzustand gibt, in dem man absolut nichts tut. Sie fürchten sich sogar, diese Worte zu hören, weil sie sich die Wahrheit als mühsam und mit der erzwungenen, angestregten Mühe befrachtet vorstellen, die sie brauchen - die einzige Art, die sie kennen. Sie sehnen sich nach einem Zustand völligen Stillstands, der Nicht-Bewegung sozusagen. Das wäre in der Tat der Tod. Aus diesem Grunde haben die Menschen auf dieser Stufe insbesondere Angst vor dem Tod. Wer bereits zu der Erkenntnis gelangt ist, dass Mühe Glückseligkeit ist, dass Bewegung keine unangenehme Aufgabe, sondern Glück an sich ist, fürchtet den Tod nicht, weil er ihn

nicht will. Auf dieser Stufe wird Mühe mühelos. Sie ist freudige Bewegung in einem wunderschönen Rhythmus. Sie verbreitet mehr Freude, Erfüllung, Frieden, Vollkommenheit, Ruhe. Ganz am Anfang mag das bedeuten, einen bestimmten Widerstand davor zu überwinden, aber das tut man freiwillig, aus freien Stücken, weil das erwünschte Ergebnis die Mühe wert ist. Deshalb führt das Überwinden rasch zu einem Zustand, wo die Energie selbsterzeugend wird. Ein Impuls entsteht, bei dem die Mühe freifließend wird. Bald hört sie auf, sich wie Mühe anzufühlen. Sie wird zu einer perfekten Bewegung, die sich immer weiter zu positiver Entfaltung und Selbstausdruck aufschwingt.

Mühe gegen den eigenen Willen - um sich anzupassen, um Bestätigung zu bekommen oder sich vor dem Missfallen anderer zu schützen, oder weil es zum Überleben einfach nötig ist, man sich aber an dieser Notwendigkeit stößt - bewirkt Ermüdung und macht daher jeden weiteren Schritt noch mühsamer und erzeugt größeren Unmut. Freie und willentliche Mühe infolge der Wahl und der Erkenntnis ihrer Fairness ermüdet niemanden.

Wenn ihr euch euren persönlichen Pfad aus diesem Blickwinkel anschaut und eure Seelenbewegungen prüft, könnt ihr dabei manch wichtige Antwort finden. Was fühlt ihr bei der Mühe, die eure tägliche Arbeit, diese Pfadarbeit, das Leben an sich erfordert? Braucht ihr ständig einen Schubs, vielleicht durch euch selbst wie auch durch das Leben, während sich ein noch anderer Teil von euch wehrt? Wenn es so ist, muss die Entrüstung über das Leben selbst viel heftiger sein, als ihr denkt. Das herauszufinden, ist wichtig. Oder seid ihr, zumindest in bestimmten Bereichen, schon da, wo eure Mühe frei fließt, wo ihr bereits den Impuls in euch gezündet habt, wo die sich von selbst ergebende Mühe euch trägt und Disziplin unnötig geworden ist? In dem Fall erlebt ihr sie nicht mehr als Mühe, sondern als Bewegung - und die bereitet euch Freude. Dann habt ihr wirklich eine wichtige Schwelle genommen. Aber erst müsst ihr euch freiwillig bemühen, und das ohne Groll, um genug Impulse zu setzen, damit sie sich von selbst in Gang setzen können. Geschieht das, so kann man alle Blockaden, alle Probleme, alle Hindernisse ganz leicht beseitigen. Sich genügend Mühe geben zu wollen und das auszudrücken, ohne Ärger und Anstrengung, kann man nur, wenn man verstanden hat, dass diese Mühe nicht zu Härten, Sklaverei, zu Leid führt, sondern zu einer glücklichen Erfahrung, Freiheit und Freude.

Im Laufe der Jahre haben wir ausführlich darüber gesprochen, dass falsche Vorstellungen für all das Leid verantwortlich sind. Das schließt die illusorischen Hindernisse mit ein, die angestrengte, übelgenommene, erschöpfende Mühe. Der Mensch bringt sich selbst in die paradoxe Lage, sich in einem nicht-existenten Gefängnis aufzureiben. Er kämpft, schuftet,



rackert und müht sich ab, an Gitterstäben zu rütteln, die es gar nicht gibt, während er sich weigert, dieses Gefängnis zu verlassen und frei weiter zu expandieren, freudig Herr seiner selbst zu werden und zu universeller Glückseligkeit zu finden.

Bei der Suche nach Bildern, bei der Selbsterforschung habt ihr manch allgemeine und persönliche falsche Vorstellung gefunden und werdet es weiterhin. Nun, meine lieben Freunde, wenn ihr alle diese falschen Vorstellungen nehmt, sie zusammenpackt und nach einem gemeinsamen Nenner sucht, müsst ihr unvermeidlich feststellen, dass jede falsche Schlussfolgerung auf eine beschränkte Vorstellung vom Leben, von der Schöpfung, dem Universum, dem Selbst hinausläuft. Ihr leidet, weil ihr glaubt, Leid sei notwendig und unvermeidlich. Glaubte der Mensch, er müsse bluten, wird er sich natürlich schneiden und dieses eingebaute Gesetz einlösen. Damit sieht er es bestätigt. Das ist das Wesen aller Bilder. Die Einschränkung, für die der Mensch das Leben und seine Beziehung zu ihm verantwortlich macht, läuft immer auf dieselbe beliebige Entweder/Oder-Haltung hinaus. Darüber sprachen wir schon. Diese Einstellung, die die spirituelle Realität, die kosmischen Kräfte, die der Mensch zu seiner Verfügung hat, so schwer und fälschlich einschränkt, läuft auf folgendes hinaus: Neben der generell falschen Vorstellung, Leid sei eine Notwendigkeit, und die deshalb dem Leid huldigt, setzt sich diese Entweder/Oder-Haltung aus drei wichtigen Unterteilungen zusammen, die in allen persönlichen und kollektiven Bildern stecken:

(1.) Dies ist gut, oder es ist schlecht; es ist entweder schwarz oder weiß, richtig oder falsch.

(2.) Es gibt nur zwei ebenso unerwünschte Alternativen. Kein anderer Weg scheint offen.

(3.) Die falsche Vorstellung, dass man nur eine erwünschte oder eine begrenzte Anzahl wünschenswerter Formen von Selbstaussdruck und Erfüllung wählen kann, während andere aufgegeben werden müssen. Es ist entweder diese oder jene Erfüllung, nicht beide, nicht zwei sich anscheinend gegenseitig ausschließende Lebensweisen.

Alle diese Entweder/Oder-Haltungen haben wir besprochen, aber wichtig ist, sie in diesem Kontext zu verstehen. Lasst uns nun noch einmal sehen, warum diese Beschränkungen so falsch und schädlich sind.

Sucht ihr in einem Problem nach Klarheit und betrachtet es lediglich aus dem Blickwinkel von richtig oder falsch, gut oder schlecht, so ist das eine oberflächliche und unzureichende

Einschätzung, die viele wichtige Aspekte, viele Realitätsbetrachtungen auslöst, die auf dem schmalen Grat von Entweder/Oder nicht zu finden sind. Die Realität reicht viel weiter und tiefer. Das kommt nur vor, weil ihr das Problem nicht in dem Sinne hinterfragt, wirklich sehen zu wollen, ob es im Gegensatz zu seinem Gegenteil positiv, produktiv, selbstbehauptend und lebensbejahend ist oder nicht, ob es für alle Beteiligten wachstumsfördernd - was schließlich die zentrale Frage bei allen Dingen im Leben ist - oder für alle, die darin verwickelt sind, einschränkend und zerstörerisch ist. Und warum ist es konstruktiv und warum zerstörerisch, und was ist konstruktiv, und wo geht es nicht um das Gute und das Schlechte, das Richtige und das Falsche. Mit diesem Entweder/Oder greift ihr gewohntermaßen rasch zu einer fertigen Regel, ohne sie zu bezweifeln. Ihr plappert blindlings etwas nach, ohne recht zu wissen, warum. Und seid ihr herausgefordert, fühlt ihr euch in die Enge getrieben und verlasst euch auf Autorität und Anpassung, ohne je eure eigenen Quellen und euren Verstand zu benutzen, um herauszufinden, warum ihr annehmt oder ablehnt, warum ihr verzeiht und warum ihr missbilligt. Es fällt euch nicht ein, dass es bei einem Problem andere Erwägungen als richtig oder falsch geben könne. Das Fehlen, das echte Problem zu hinterfragen, lässt euch die wirkliche Reichweite übersehen, die euch weit über die Einschränkung hinaustragen würde. Das Hindernis unhinterfragter Normen von richtig und falsch scheint ein Schutz gegen Missbilligung oder Ablehnung zu sein. Also beschränkt ihr euch selbst, mit der Folge, euch ständig mit falschen Möglichkeiten befassen zu müssen, Möglichkeiten, die es in der Realität nicht gibt, sondern nur weil ihr Sichtweisen angenommen habt, die nicht eure sind. Solche Sichtweisen und Normen anzunehmen, ohne sie zu hinterfragen und zu prüfen, ohne an die echten Probleme zu gelangen, ohne auch nur den Willen zu sehen, was wirklich wichtig und wahr ist, entspringt dem Interesse, sich anzupassen und Bestätigung zu bekommen, beziehungsweise Missfallen abzuwehren, statt einem ehrlichen Interesse für das Problem selbst. Hier finden wir wieder, was ich zuerst erwähnte: Ein aufrichtiges Leben zu führen gegenüber dem Leben um des Anscheins willen. Fertige Meinungen anzunehmen, ist immer mit Vorwänden verbunden, dem Bedürfnis, sich mit dem, was andere denken, zu befassen.

Das nächste ist die Wahl zwischen zwei gleichermaßen unangenehmen Alternativen. Eine solche eingeschränkte und negative Wahl muss natürlich die Folge einer gleichfalls eingeschränkten und negativen falschen Schlussfolgerung sein. Unwahrheit kann nur mehr Fehler hervorbringen. Aus ihr kann keine Wahrheit entstehen. Falsche Schlussfolgerungen sind immer das Ergebnis von verbrauchten, stagnierenden, schalen, überholten Vorstellungen, die unhinterfragt bleiben. Wenn ihr nicht wagt, eure eigenen Tabus in Zweifel zu ziehen, könnt ihr den Horizont eures Lebens nicht erweitern und so viele schöne

Möglichkeiten entdecken. Ihr seid ständig dazu verdammt, zwischen gleichermaßen unangenehmen und schmerzhaften Alternativen zu wählen.

Das dritte Entweder/Oder ist die Annahme, der falsche Glaube, dass nur ein beschränktes Maß an Erfüllung und Glück existiert. Ihr habt zwischen entweder diesem oder jenem Ziel, Sehnsucht, Wunsch zu wählen. Verbunden damit besteht die Vorstellung, dass euer Glück oder eure Erfüllung einem anderen das Glück oder die Erfüllung nimmt, also traut ihr euch nicht, euch etwas zu wünschen aus Angst, egoistisch zu sein. Hinter dieser Mauer ist das Universum so begrenzt, dass es nicht genug Raum für ein volles Leben jedes erschaffenen Wesens gibt, und auch ein Bereich der Erfüllung scheint einem anderen diese spezielle Erfüllung zu nehmen. Aber jenseits dieses Hindernisses, wo es keinen Neid und keine Eifersucht gibt, existiert auch keine solche Beschränkung. Dort wird das Universum als das gesehen, was es wirklich ist - unbegrenzt. In dieser Beschränkung glaubt ihr, wählen zu müssen. Diese Wahl braucht jenseits davon nicht getroffen zu werden.

Ihr kommt aus dieser Begrenzung nicht heraus, es sei denn, ihr entdeckt, dass ihr ein freies Geschöpf mit Selbstverantwortung seid. Ein Teil davon ist die Bereitschaft und das heftige Verlangen, alle Doktrinen, Regeln, Vorschriften, Meinungen, die euch hinterlassen wurden, zu hinterfragen. Solches Hinterfragen muss sorgfältig, gründlich und unabhängig geschehen, indem man den wirklich wichtigen Fragen von Leben und Wachstum auf den Grund geht. Ihr dürft keine Anschauung akzeptieren, wenn ihr ihre Stichhaltigkeit nicht selber gefunden habt. Ihr müsst lernen, selbst zu bestimmen, was ihr wollt, was ihr denkt, wieviel ihr zu investieren bereit seid, um das zu erhalten, was ihr möchtet, ob es reicht und es ein fairer Austausch ist. Ihr müsst lernen, euch in euch selbst zu versenken, um die notwendigen Quellen und die Kraft von innen aufzubieten, um zu bekommen, was ihr möchtet. Wenn ihr erklärt, dass ihr es möchtet und die notwendigen Voraussetzungen in euch selbst verwirklichen wollt, muss die Lösung aus eurem höheren Selbst kommen. Ihr werdet die Fertigkeiten finden, die ihr braucht. Gestochen scharfe, präzise Formulierung dessen, was ihr euch wünscht, auf welche Weise ihr es nötig habt zu wachsen, wo ihr Hilfe braucht, wird Lösungen aus der tiefsten Quelle der Wahrheit und Weisheit in euch, von den kosmischen Kräften in euch hervorbringen.

Wenn ihr die Unmittelbarkeit von Ursache und Wirkung voll versteht, was die ersten Hindernisse, die nahesten Teile eurer eigenen Verwirrungen umfasst, werdet ihr die Hindernisse beseitigen können, die die Folge weiterer Verbindungen sind. Wie könnt ihr anders, als eine karmische Bedingung nur theoretisch zu verstehen, wenn ihr nicht zuerst die

volle Wahrheit der unmittelbaren Ursache und Wirkung versteht? Zum Beispiel: Eine Beziehung ist nicht harmonisch, doch ihr erkennt nicht, wie ihr durch Taten, Gedanken, Gefühle, die ihr ausstrahlt, ständig dazu beiträgt. Merkt ihr es, könnt ihr euch sofort daran machen, die Beziehung zu ändern. Aber bleibt der Mensch immer weiter blind, wird er schließlich feststellen, dass er allein ist, dass er keine Beziehung hat, dass er unter Bedingungen lebt, die es fast unmöglich scheinen lassen, eine neue Beziehung aufzubauen. Das ist dann eine weiter entfernte Ursache und Wirkung, die nicht so leicht festzustellen ist. Hat er aber die unmittelbareren Phasen durchgearbeitet, wird er die Ursache und Wirkung verstehen, verbinden und erfahren können, selbst wenn sie weit auseinander liegen.

Um mit ferneren Ursache-und-Wirkung-Situationen fertigzuwerden, ist es wichtig, dass ihr einen scheinbaren Widerspruch versteht. Einerseits hört ihr und durch ein tieferes Verständnis für euch selbst beginnt ihr, euch davon zu überzeugen, dass Leid unnötig ist. Andererseits ist es für innere Harmonie notwendig, euren Eigensinn zu akzeptieren und loszulassen. Das sieht tatsächlich wie ein Widerspruch aus, was Verwirrung und Kopfzerbrechen bereiten kann. Nun, wenn ich von Akzeptanz spreche, meine ich damit Akzeptanz des Leides? Natürlich nicht. Aber in einem indirekten Sinne mag es zeitweilig so scheinen, aber die Betonung ist eine völlig andere. Die Betonung ist, dass ihr lernen müsst, eure eigenen Grenzen und ihre Folgen zu akzeptieren. Wenn ihr gegen eure vergangene Ignoranz rebelliert, weil sie jetzt Härten zur Folge hat, steht eine solche Rebellion der Beseitigung von dem im Wege, was von Anfang an die Härte verursacht hat.

Eure eigenen Beschränkungen zu akzeptieren, bedeutet nicht Resignation und in diesem beschränkten Zustand bleiben zu wollen. Es bedeutet vielmehr echte Selbstverantwortung. Es bedeutet das Bewusstsein, dass ihr ein freies Wesen seid, das damit nicht in Konflikt gerät, bevor es seine Kraft und seine Freiheit entdeckt hat. Dass es so ist, ist wirklich wunderbar. Wenn der Mensch seine Grenzen nicht akzeptieren kann, akzeptiert er seine Selbstverantwortung nicht, daher kann er aus der Begrenzung nicht heraus. Die Folgen eurer vergangenen Ignoranz müssen akzeptiert werden, aber nur solange wie ihr hartnäckig darauf besteht, die besondere Ignoranz oder falsche Auffassung, die euer Leid erzeugt hat, beizubehalten. Aber wenn ihr aufsteht und euch wirklich entschließt, euch ändern zu wollen, was den Mut rücksichtsloser Ehrlichkeit mit sich selbst zu erfordern scheint, was vielen so schwer fällt, löst sich die vergangene negative Ursache auf, und ihr werdet die innere Freiheit fühlen, die glückliche Wahl zu äußern und euch voll das Glück zu wünschen, ohne Anspannung, ohne Druck, ohne Schuld, ohne Angst vor Unglück, was ein negativer Wunsch nach Glück wäre. Ruhig und mit Gewissheit werdet ihr wissen, dass ihr alles Glück haben

könnt, das ihr euch wünscht, dass es weder in Konflikt mit irgendetwas Konstruktivem in der Welt gerät, noch irgendjemandem etwas wegnimmt. Nichts steht ihm im Wege. Das wird die Seelenbedingung sein, wenn ihr wirklich bereit seid, die Ursache zu verändern, die als Wirkung Unglück hervorgebracht hat. Hat man sich vollauf dafür entschieden, so werden die ferneren Ursache-und-Wirkung-Verbindungen sofort zugänglich.

Je mehr ihr die unmittelbaren Verbindungen von Ursache und Wirkung herstellt und erfahrt, umso sicherer müsst ihr werden und umso mehr der Natur des Universums und seinem gutartigen Charakter vertrauen. Wenn ihr Hindernis um Hindernis beseitigt, ist ein Vertrauen hergestellt, das ihr durch die Ströme verbreiten könnt, die ihr ausstrahlt, wenn ihr euch mit ferneren Wirkungen beschäftigt. Mit anderen Worten, befindet ihr euch in einer Lage, die offenbar das Ergebnis einer langen Kettenreaktion negativer Glaubensanschauungen und falscher Auffassungen ist, wird die scheinbar äußere Aussichtslosigkeit, die Bedingung zu ändern, weichen, weil ihr, wenn euer inneres Bewusstsein sich verändert, vertrauensvoll den Wunsch nach Erfüllung verbreitet und in der Einsicht äußert, dass dies entsprechend eurer inneren Veränderung im Einklang mit der spirituellen Realität steht. So baut ihr die neue Bedingung auf. Eine solche Vertrauensäußerung ist möglich, wenn ihr im Gegensatz zu Selbstentfremdung und Gefangenschaft und deren Folgen immer und immer wieder das eigentliche Selbst und seine Folgen erfahrt. Diese Weisheit des Gesetzes, das sich selbst erfüllen muss, wird den Beweis erbringen. Das Vertrauen, das ihr verbreitet, muss auf euch zurückfallen. Ihr werdet tief, ohne jeden Zweifel, wissen, dass, wie eure beschränkten Vorstellungen ihre Folgen zeitigen, euer Verständnis für den Überfluss der Schöpfung entsprechende Resultate hervorbringen muss. Diese Weisheit ist wie ein Strahl, der herausgeht und in Fülle zurückkommen muss.

Ich sehe ein, dass das keine einfache Lesung war. Sie wird ein sehr intensives inneres Forschen erfordern. Und vor allem Anwendung auf euch selbst, damit es nicht nur ein allgemein theoretisches Verständnis ist. Ihr müsst herausfinden, wo in euch ihr euch selbst in einer Entweder/Oder-Haltung beschränkt in der Vorstellung, dass Leid unvermeidlich ist, in der Unkenntnis der Kraft, die in eurem Wissen steckt, und in der genauen Formulierung davon. Deshalb ist euer Universum für euch verschlossen und errichtet euch Hindernisse. Setzt euren eigenen Impuls der Mühe, so dass ihr euch in eine anstrengungslose Mühe einpendelt, was eure Entwicklung, die Beseitigung eurer Hindernisse, eure Selbstentfaltung und euren Selbstausdruck betrifft. Anstrengungslose Mühe wird die Bewegung dieses Pfades selbst.

**FRAGE:** Meine Tochter braucht etwas Führung und weitere Hilfe. Letzten Sommer hast du mit zuverlässigem Rat ihr bei einigen ihrer Schuldgefühle geholfen. Sie war sich darüber bewusst, konnte es aber emotional nicht zusammenbringen. Sie hat es versucht und gab sich große Mühe, was aber nicht ohne Anstrengung ging - ich kann das sehen. Sie versuchte es wie wild. Ob das sie blockiert hat oder nicht, weiß ich nicht. Sie konnte es nicht in einem Ja-Strom verwandeln. Was ist der nächste Schritt?

**ANTWORT:** Manchmal ist es nicht möglich, einen konkreten nächsten Schritt anzugeben, denn es hängt davon ab, wo sie reagiert. Es könnten mehrere Aspekte sein, die zum selben Kern des Problems führen. Es könnte dort sein, wo eine innere Reaktion auftritt. So muss man suchen, bis man einen Aspekt findet, wo es Klick macht. Es macht keinen Unterschied, von welchem Blickwinkel aus sie sich dem nähert. Es geht darum, nach der Haltung zu fahnden, wo sie gerade jetzt am wenigsten Widerstand leistet, wo sie am wenigsten Angst hat.

Einer ihrer größten Stolpersteine ist eine ungeheuer starke Entweder/Oder-Haltung. Sie ist in ihrem Fall ungewöhnlich stark. Sie sagt, „Entweder bin ich glücklich oder ich bin unglücklich. Wenn ich glücklich bin, muss in jeder Hinsicht Perfektion herrschen. Dann werde ich leben. Wenn ich unglücklich bin, muss ich sterben.“ Zwischen vollkommener Glückseligkeit und absoluter Vernichtung gibt es nichts. Das ist es, was sie so rasend macht.

Dieser Ratschlag mag ihr über das gegenwärtige Durcheinander hinweghelfen. Der Rat ist, sie solle versuchen, mit der unbegrenzten kosmischen Intelligenz in ihr und um sie herum Kontakt zu machen, um ihr dabei zu helfen zu erkennen, dass diese Entweder/Oder-Haltung falsch, illusionär ist. Solange der Mensch positive Erfahrungen haben möchte aus Angst vor dem negativen Gegenteil, treibt er einen Handel mit Verwirrung und Irrtum - daher sind seine Gedanken und Gefühle von Trümmern überhäuft und sind eher ein Hindernis als eine Hilfe, das Gute zu erreichen. Das ist es, was ich über den scheinbaren Widerspruch zwischen Akzeptanz und dem Wissen, dass Leid nicht nötig ist, sagen wollte. Es scheint schwer, den Zustand zu erreichen, einen Ja-Strom für das Glück ohne Angst vor seinem Gegenteil auszudrücken.

Es macht keinen Unterschied, über welchen Weg ihr die Wahrheit erlangt. Die Wahrheit ist, es gibt nichts zu fürchten, es gibt kein Leid. Ihr mögt zu diesem Schluss kommen, wenn ihr es unnötig findet, Leid zu akzeptieren, und ihr mögt erfolgreich die Angst loswerden. Oder ihr gelangt zum selben Schluss, indem ihr durch die Angst geht, um festzustellen, dass sie eine Illusion war. Hinter der Mauer des scheinbaren Leidens, der Vernichtung und der Angst

steht die spirituelle Realität der ewigen, unveränderlichen Glückseligkeit. In ihrer Meditation sollte sie an diesem Faktor arbeiten, indem sie den Wunsch ausdrückt, zu einer wahrhaftigen Vorstellung ihrer heftigen Angst zu gelangen. Dann werden die Blockaden verschwinden, der Weg wird offen sein. Wenn sie wirklich die eingebildete Bedrohung beseitigen möchte, präzise formulieren möchte, wovor sie Angst hat, und sich auch die Erkenntnis ihrer Unwirklichkeit wünscht, muss die Antwort kommen. Immer wenn man in einer solchen Weise meditiert, in gutem Glauben und aller Ehrlichkeit, und es ganz und gar will, kommt die Antwort.

Bitte, bereitet euch auf Fragen vor. Lasst die Gelegenheit nicht vorübergehen. Je persönlicher sie sind, umso besser für euch alle.

Wenn ihr, was ich euch heute Abend gesagt habe, nur halbwegs nutzen und auf euch anwenden könnt, beginnen sich die Hindernisse tatsächlich in Luft aufzulösen, was sie in der Tat auch sind. Sie haben keine reale Substanz. Wenn ihr die Freiheit entdeckt, und wenn ihr feststellt, dass es keine Ketten gibt, keine Hindernisse, keine Gefängnismauern, dass ihr nicht hilflos seid, dass ihr euer Schicksal, euer unmittelbares Leben ständig beeinflussen und gestalten könnt, dann ist Glück etwas, das ihr euch nicht vorstellen könnt. Die Furchtlosigkeit des Lebens, die Mühelosigkeit des Wachstums, die Schönheit der Erfahrung, die reiche Vielfalt an Erfahrung ohne Beunruhigung und die Glückseligkeit steten Wachsens. Dieses Glück ist nicht zu beschreiben. Alles das erwartet euch. Genau hier, wo ihr jetzt seid.

Ich segne euch noch einmal, meine Freunde, mit all der Liebe, die es gibt im Universum, mit all der Kraft. Macht sie zu der euren, denn diese Kraft ist eine mühelose Kraft. Indem ihr die Wahrheit kennt, müsst ihr entdecken, dass ihr in der Tat frei seid, die Reichtümer, die Gott für euch hat, zu nutzen. Lebt in Frieden, lebt in Gott!

Übersetzung: Paul Czempin 2002  
Überarbeitet, neue Rechtschreibung: Wolfgang Steeger 2023

Für Informationen, wie Sie Pathwork-Aktivitäten weltweit finden und daran teilnehmen können, schreiben Sie bitte an:

Die Pathwork-Stiftung  
Postfach 6010  
Charlottesville, Virginia 22906-6010, USA  
Rufen Sie an: 1-800-PATHWORK, oder  
Besuchen Sie: [www.pathwork.org](http://www.pathwork.org)

Die folgenden Hinweise dienen als Orientierungshilfe bei der Verwendung des Namens Pathwork® und dieses Vorlesungsmaterials.

#### Warenzeichen/Dienstleistungszeichen

Pathwork® ist eine eingetragene Dienstleistungsmarke im Besitz der Pathwork Foundation und darf nicht ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung der Foundation verwendet werden. Die Foundation kann nach eigenem Ermessen die Verwendung der Marke Pathwork® durch andere Organisationen oder Personen, wie z. B. angeschlossene Organisationen und Ortsvereine, genehmigen.

#### Urheberrechte ©

Das Urheberrecht des Pathwork Guide-Materials ist das alleinige Eigentum der Pathwork Foundation. Dieser Vortrag darf in Übereinstimmung mit der Marken-, Dienstleistungsmarken- und Urheberrechtsrichtlinie der Foundation reproduziert werden, aber der Text darf in keiner Weise geändert oder gekürzt werden, noch dürfen Urheberrechts-, Marken-, Dienstleistungsmarken oder andere Hinweise entfernt werden. Den Empfängern können nur die Kosten für die Vervielfältigung und Verbreitung in Rechnung gestellt werden.

Jede Person oder Organisation, die die Dienstleistungsmarke oder urheberrechtlich geschütztes Material der Pathwork Foundation verwendet, stimmt damit zu, die Marken-, Dienstleistungsmarken- und Urheberrechtsrichtlinie der Foundation einzuhalten. Um Informationen oder eine Kopie dieser Richtlinie zu erhalten, wenden Sie sich bitte an die Stiftung.