

Selbsterhaltung und Fortpflanzung als einander widersprechende Triebe

Grüße, meine liebsten Freunde. Gott segne jeden von euch. Gesegnet sei diese Stunde.

In der letzten Lesung besprachen wir die Triebe der Selbsterhaltung und der Fortpflanzung, wie sie harmonisch und verzerrt erscheinen. Ich möchte nun mit diesem Thema gerne fortfahren und euch speziell zeigen, wie diese beiden Instinkte einander bekämpfen, und die besondere Verzerrung, die jeder der beiden bewirkt, wenn die Seele gestört ist.

Jede Verzerrung ist die Folge daraus, dass man eine bestimmte Einstellung annimmt und stur an ihr festhält. Das geschieht, wenn der Mensch eine solche Einstellung unbewusst für die Lösung seiner Probleme im Leben hält. Die verschiedenen Aspekte, die wir in Verbindung mit dem idealisierten Selbstbild diskutierten, sind unbewusste Versuche, das Leben zu meistern. Da es falsche Lösungen sind, müssen sie rigide sein. Je mehr man spürt, dass diese „Lösung“ nicht wirklich funktioniert, ist der Drang umso stärker, sie dazu zu bringen. Und das verursacht Rigidität. Wachstum, Entwicklung, Reife und Heilung verzerrter Seelenkräfte liegen in der Beseitigung der Pseudolösung und ihrer Ersetzung durch die Wahrheit, die immer flexibel ist und keine Regeln kennt. Allein das kann echte Sicherheit sein, auch wenn der Mensch, der diesen Prozess durchläuft, akute Unsicherheit und Angst empfindet, wenn er aufgerufen ist, die Pseudolösungen aufzugeben.

Die Funktion des Selbsterhaltungstriebes ist es, das Leben zu erhalten und zu schützen. Er befasst sich damit, Gefahren zu vermeiden und Sicherheit vor ihnen zu erlangen. In einem gesunden, reifen Zustand sind echte Gefahren abgewendet, nicht nur physische, sondern jede Bedrohung des gesunden Wachstums des Menschen. Aber in der Verzerrung sind sie eingebildet und unreal. Fühlt der Mensch sich dadurch bedroht, dass er nicht geliebt, bewundert, bestätigt wird, oder man nicht mit ihm übereinstimmt, stellt das eine irreal Gefahr dar.

Ich erwähnte drei Haupt-Pseudolösungen, 1.) die Suche nach Liebe, 2.) nach Macht und 3.) nach Gelassenheit. Bei jeder dieser Einstellungen hat der Mensch das Gefühl, es würde ihm das Leben meistern helfen, wenn er gemäß dem Diktat dieser „Lösungen“ lebt.

Soweit es eine Verallgemeinerung zulässt, kann man sagen, dass die Verzerrung des Selbsterhaltungstriebes die Seele dazu verführt, die Pseudolösung des Machtstrebens anzunehmen. Der verzerrte Fortpflanzungstrieb verleitet die Seele zum Streben nach Liebe. Jedoch können beide Triebe beiden Zielen dienen, da der Mensch Sicherheit wie auch Freude in seinem Leben

braucht. Sind die Triebe verzerrt, stehen sie im Konflikt miteinander, statt einander zu ergänzen. Deshalb muss auch bei Pseudolösungen ein Kompromiss gefunden werden. Darauf möchte ich nun etwas genauer eingehen.

Ist der Selbsterhaltungstrieb verzerrt, geschieht folgendes: Das kleine Kind erlebt Unsicherheit entweder aus Mangel an Liebe, aus mangelndem Verständnis für seine eigene Individualität, aus einer allgemeinen atmosphärischen Ungewissheit oder hinsichtlich der Persönlichkeit der Eltern. Das erzeugt bei ihm Angst. Das Kind spürt Gefahr in der Luft liegen. In dem Moment setzt der Selbsterhaltungstrieb ein. Er ist aufgerufen, sozusagen. Um Gefahr abzuwenden, nimmt die Persönlichkeit bestimmte innere und äußere Verhaltensmuster an über die charakterlichen Verzerrungen hinaus, die der verzerrte Selbsterhaltungstrieb normalerweise nach sich zieht. Darüber sprach ich in der vorigen Lesung. Diese Züge sind Aggressivität, Feindseligkeit, Machttrieb, das Bedürfnis, über andere zu triumphieren, Konkurrenzfähigkeit, übertriebene Forderungen und so weiter. Das idealisierte Selbstbild wird sich diesen Tendenzen entsprechend aufbauen. Ich betone wieder, dass das nicht unbedingt heißt, dass nicht auch dazu im Widerspruch stehende Aspekte existieren, wie das Streben nach Liebe etwa. Ich möchte auch wiederholen, dass das, was ich hier sage, nur ein grober allgemeiner Abriss ist. Jeder Mensch, der auf dem Pfad arbeitet, muss selbst herausfinden, wie es sich bei ihm in seiner besonderen und spezifischen Form zeigt, denn viele Variationen sind möglich. So ist es zum Beispiel möglich, dass als vorherrschender Aspekt das Machtstreben existiert, ohne jede offene Aggressivität oder Feindseligkeit. Die Möglichkeiten sind vielfältig. Integration und Selbstfindung können nur auftreten, wenn diese Aspekte individuell nachgewiesen und erfahren sind, wahrscheinlich in völlig anderen Begriffen, als die hier erwähnten.

Der verzerrte Selbsterhaltungstrieb wird zur Pseudolösung des Machtstrebens mit all seinen Forderungen, seiner Aggressivität und seinem Machttrieb verleiten. Die Psyche denkt: „Wenn ich mich und meine Macht durchsetze, meine Omnipotenz, meine Unverletzlichkeit, kann mir nichts passieren. Mir wird dadurch von einer feindseligen Welt, die mich nicht versteht, keine Gefahr drohen.“

Andererseits umfasst der verzerrte Fortpflanzungstrieb den Lusttrieb, das Verlangen nach größter Freude auf allen Ebenen. Wenn zum einen aufgrund der Lebensumstände und zum anderen aufgrund der persönlichen Beschränkungen und Persönlichkeitsstörungen sich diese Freude nicht in dem Maße zeigt, wie es unter normalen Umständen möglich wäre, setzt die Verzerrung des Fortpflanzungstriebes ein und fördert die Schaffung der Pseudolösung der Unterwürfigkeit, Willfährigkeit, Beschwichtigung, das Trachten nach Liebe, das alle Probleme lösen soll. Diese „Lösung“, Unbestimmtheit und Nachgiebigkeit, auch wenn sie sogar schädlich sein kann, indem sie euch Missbrauch und Nachteilen überlässt, ist ebenso zum Scheitern verurteilt. Wenn er so ist, glaubt der Mensch unbewusst, er würde dann geliebt und ihm damit Freude beschert.

Was nun die dritte Pseudolösung angeht, über die ich gesprochen habe, der Rückzug, das Streben nach Gelassenheit, ist dies nichts als eine sekundäre Pseudolösung. Sie ist das Ergebnis der beiden zuvor gezeigten „Lösungen“, die einander bekämpfen und den Menschen innerlich zerreißen. Wird der Druck dieses inneren Konfliktes zu groß, um ihn zu ertragen, greift man auf diese sekundäre, aufgesetzte „Lösung“ zurück. Die vorherigen zwei „Lösungen“ nimmt man an, um mit dem Leben fertigzuwerden. Die letztere, um den Konflikt zu bewältigen, der aus diesen zwei falschen Lösungen rührt. Auf der bewussten oder mehr oberflächlichen Persönlichkeits-ebene erscheint dieser dritte Versuch, sich das Leben zu erklären, in Form des Rückzugs aus der Gefühlsverstrickung, ein Gefühl, in Ruhe gelassen werden zu wollen, mit der Rationalisierung, das würde zu Gelassenheit führen. Tatsächlich kann der Mensch mit dem Problem, beide Instinkte zufriedenzustellen, was immer weniger möglich ist, wenn die Verzerrung zunimmt, überhaupt nicht mehr umgehen.

Diese zwei Haupt-Pseudolösungen, die es zu einem gewissen Grade in jedem Menschen gibt, muss jeder von euch, meine Freunde, der dieser Arbeit nachgeht, deutlich fühlen und erfahren. Dann werdet ihr den Konflikt kennen und ihn erfahren, nicht als Theorie, von der ihr hört, sondern ihr werdet den Kampf in euch beobachten und ein völlig neues Verständnis für euch und eure Probleme im Leben gewinnen.

Wenn das vorrangige Interesse eines Menschen seine innere Sicherheit ist, muss er den Selbsterhaltungstrieb überbetonen und deshalb verzerren. Deswegen muss er den Fortpflanzungstrieb wenigstens einigermaßen unterdrücken und in der Schwebelage halten. Die gesamte Persönlichkeit ist darauf ausgerichtet, die „Sicherheit“ aufrechtzuerhalten, und untergräbt damit ein anderes berechtigtes Bedürfnis. Dagegen rebelliert die Seele. Sie strebt weiter danach. Je weniger es wegen des größeren eingebildeten Bedürfnisses Beachtung findet, umso stärker wird das unbewusste Verlangen nach ihm. Unbewusst steht der Mensch vor der Alternative, Sicherheit oder Freude. Denn um Glück, Erfüllung, Glückseligkeit, Freude zu erhalten, ist ein gewisser Mut vorauszusetzen, ein Abenteuergeist, sozusagen. Es setzt Risikobereitschaft voraus. Aber ein solches Aus-sich-herausgehen und Riskieren ist gerade die Gefahr, die es um jeden Preis zu vermeiden gilt. So kämpft die unreife Seele, beides, Sicherheit und Freude, zu bekommen, ohne ein Risiko einzugehen, ohne aus ihrem Schneckenhaus herauszukommen, aber darauf hoffend und darum kämpfend, zu bekommen, was sie braucht, ohne die dazu nötigen Schritte zu tun. Wenn sie es nicht bekommt, setzt Rebellion und Selbstmitleid ein, ohne je die Ursache dafür zu erkennen. Dieser ganze Prozess ist unbewusst, vom Bewusstsein für diese beiden Grundbedürfnisse bis zum Verständnis dafür, warum sie unerfüllt bleiben, und dass sie unerfüllt sind. Alles das muss im Prozess dieser Arbeit bewusst werden.

Wurde ein erfolgloser, halbherziger Versuch zur Erfüllung gemacht, wird die ängstliche Seele jede geringfügige Zurückweisung, Kritik oder Missbilligung als eine solch drastische Gefahr betrachten, dass sie sich schnell wieder zurückzieht, entweder in eine falsche Gelassenheit oder in eine dominante, aggressive, abschreckende Haltung. Das macht die Erlangung von Liebe mehr oder

weniger unmöglich. Das scheint das Wagnis nicht wert. So ist das Streben nach freudiger Erfüllung erstickt, und ein wesentlicher Teil der Seele dürstet und liegt trocken. Ihr bleibt nicht nur Glück und Schönheit, sondern ein integraler Bestandteil der Lebenserfahrung versagt. Selbstverständlich nimmt eine solche Seele Schaden, wogegen das wahre Selbst rebelliert. Diese Rebellion kann, wenn sie die äußeren Ebenen des Seins erreicht, verschiedene Formen annehmen.

Herrscht das Lustprinzip vor, wird der Mensch ein Risiko nehmen, aber zu dem Preis, dass weitere Störungen einsetzen müssen. Der vereitelte Selbsterhaltungstrieb versucht, einen Kompromiss zu finden, indem der Mensch das „Wagnis“ eingeht, sich zu unterwerfen. Er wird aus sich herausgehen, um Glück zu erhalten durch

Selbstausslöschung und Masochismus in der Meinung, damit das Bedürfnis nach Freude und das Sicherheitsbedürfnis miteinander zu kombinieren. Wenn er nachgibt, glaubt der Mensch zu bekommen, wonach er sich sehnt, und gleichzeitig durch seine „Hilflosigkeit“ Schutz zu erhalten und so „sicher“ zu sein.

Wenn der verzerrte Selbsterhaltungstrieb und deshalb die Pseudolösung (im Streben nach Macht) vorherrscht, wird ein vitaler Teil der Seele hungern und stagnieren. Ist der verzerrte Fortpflanzungstrieb und deshalb die Pseudolösung (im Streben nach Liebe) vorherrschend, nimmt die Verletzlichkeit und Hilflosigkeit zu, bis die Seele tatsächlich gefährdet ist. Nicht in dem Sinne, wie die Psyche glaubt, sondern in einem völlig anderen: Durch ständige Selbstverleugnung und Entfremdung vom wahren Selbst. Das führt zu Hemmungen und zur Lähmung schöpferischer Kräfte, was wiederum Angst, Frustration und so weiter bewirkt.

Da beide Instinkte in gleicher Stärke in der menschlichen Seele existieren, und da die Verzerrung des einen beständig die Verzerrung des anderen bewirkt, muss jeder Mensch beide Pseudolösungen in sich haben. Bei einigen herrscht, wie ich zuvor gesagt habe, die eine vor, und die andere ist erst nach weiterer Suche zu finden. Man wird sie als den eigentlichen Kern des vorherrschenden Aspektes entdecken. Bei anderen existieren beide Aspekte Seite an Seite, sozusagen, und zerreißen den Menschen in einem ständigen Konflikt. Aber auch wenn der eine Aspekt stark ausgeprägt ist, heißt das nicht, dass der Konflikt nicht besteht. Nur weil etwas nicht an der Oberfläche liegt, bedeutet das nicht, dass es nicht ernste Auswirkungen geben kann. Oft sind sie gravierender, weil es schwerer ist, wenn ein Aspekt dem Blick entzogen ist, die Ursache dafür festzustellen.

Wegen dieses wütenden inneren Kampfes zwischen solchen sich gegenseitig ausschließenden Absichten und „Lösungen“ sucht die Seele nach Kompromissen. Ein solcher Kompromiss kann die verschiedensten Formen annehmen. Der Lusttrieb zum Beispiel wird nur auf bestimmten Ebenen der Existenz freigesetzt. So kann der Mensch zum Beispiel fühlen, dass spirituelles, intellektuelles oder geistiges Vergnügen nicht gefährlich ist. Er verstrickt sich emotional nicht darin

und ist nicht dem Risiko ausgesetzt, zurückgewiesen oder verletzt zu werden. Andererseits scheinen Gefühls- oder Sinnesfreuden äußerst gefährlich und werden je nach den Umständen (mehr oder weniger) ausgeschlossen, wofür sich selbstverständlich immer scheinbar triftige Gründe und Erklärungen finden lassen. Nicht immer müssen diese Freuden so grob sein, dass sich der Mensch bewusst zurückzieht. Sie können so subtil sein, dass er sie unbewusst sabotiert und dann sein Scheitern anderen zuschreibt. Ein Scheitern tritt ein, wenn man seine nach außen gerichteten Kräfte zurückhält und es nicht riskieren will, etwas von sich zu geben. Eine solche Einstellung bringt das innere Gefüge um einen vitalen Teil, was für die Psyche und die gesamte Struktur des Individuums sehr schädliche Folgen haben muss.

Eine weitere und ganz gebräuchliche Kompromiss-„Lösung“ ist der Versuch, beide Aspekte dazu zu bringen, beiden Zwecken zu dienen, was natürlich nicht funktionieren kann. Zum Beispiel strebt im Trachten nach Macht die Pseudolösung nach Liebe und Freude und glaubt unbewusst, mit Allmacht, Stärke und Unverletzlichkeit würde man Liebe und Zuneigung bekommen. Diese Einstellung lässt denjenigen glauben, er gewährleiste damit nicht nur seine Sicherheit und Unverletzlichkeit, sondern diese Maske würde ihm gleichzeitig so viel Bewunderung einbringen, dass sein Streben nach Liebe gestillt ist. Er erkennt nicht, dass das eine das andere unmöglich macht. Je mehr er versucht, seine Mitmenschen von seiner unverletzlichen Stärke zu überzeugen, desto mehr Angst haben sie vor ihm. Und Angst hat bisher noch nie Liebe hervorgebracht. Auch ruft seine Überlegenheit bei anderen keine Liebe hervor, denn sie nehmen es ihm übel, wenn er sie dazu bringt, sich ihm unterlegen zu fühlen, und werden gewiss nicht mit Liebe auf denjenigen reagieren, der sie klein macht, ungeachtet, wie raffiniert er es tut.

Derjenige, dessen vorherrschende Pseudolösung das Streben nach Liebe ist, wird, um Freude zu genießen, einen Kompromiss eingehen, indem er versucht, diesen Lusttrieb mit seinem Bedürfnis nach Sicherheit zu verbinden. Oft ist er sogar bewusst überzeugt, dass es keinen Konflikt gibt. Wenn er nur gehorcht und alles tut, was man von ihm erwartet, wird er nicht nur Liebe und Freude erlangen, sondern gleichzeitig auch Schutz vor Gefahr. Er erkennt nicht, dass solche Taktiken innere Reaktionen auslösen, die gerade seine Absicht zunichtemachen müssen. Je mehr er sich unterwirft, umso mehr wird der Machttrieb anderer tatsächlich daraus seinen Vorteil ziehen. Je mehr er ausgenutzt wird, umso mehr muss er rebellieren und sich daran stoßen. Seine Empörung mag nicht ins äußere Bewusstsein vordringen, aber ihre unterminierende Kraft muss den anderen Menschen abstoßen, der seinerseits mit Empörung reagiert.

Obiges sind nur einige allgemeine Beispiele für den Kompromiss, den man sucht, um die einander ausschließenden Pseudolösungen und deren Wirkung auf das Selbst und auf andere zu kombinieren. Viele andere Variationen sind möglich und müssen durch den Einzelnen aufgedeckt werden. Hütet euch vor der rigiden Bewertung, nur die eine Pseudolösung würde den einen verzerrten Trieb in sich tragen und die andere Pseudolösung den anderen. So einfach ist das nicht.

Findet heraus, wie auch ihr versucht, erfolglos beiden Herren zu dienen, was nicht mal bei dem Grundbedürfnis funktioniert.

Das alles ist sehr allgemein, meine Freunde, aber ihr könnt einen flüchtigen Blick von den vielen Möglichkeiten erhaschen, die in dem unbewussten und oft erfolglosen Streben der Seele nach einer Lösung existieren. Bei dieser Arbeit müsst ihr Schicht auf Schicht feststellen: Wie diese Pseudolösungen unmöglich die erwünschten Ergebnisse zeitigen können und warum, was ihre Wirkung auf das Selbst und auf andere ist, was ihre ursprüngliche Absicht war. Um das festzustellen, müssen die Emotionen, die ihr einst als Kind empfunden habt und die ihr auf andere Weise noch heute fühlt, bewusst werden. Dann werdet ihr die Widersprüche erkennen, die Willkür der heutigen Emotionen, und was ihr Ursprung und ihre Absicht euren unbewussten Vorstellungen und Ideen entsprechend ist. Alle solche Pseudolösungen bringen mehr und mehr Überlagerungen mit widersprüchlichen Emotionen darunter mit sich. Mehr werden wir später erwähnen und mehr werdet ihr in eurer individuellen Arbeit finden.

Ein übliches Phänomen ist folgendes: Der unterwürfige Mensch, immer bereit, zu besänftigen, übertrieben bescheiden zu sein, sich nie etwas als Verdienst oder zum eigenen Vorteil anzurechnen, muss sich über andere ärgern. Er sieht nicht, dass eine solche Entrüstung unberechtigt ist, weil er sich dieses Verhaltensmuster selbst gewählt hat. Er hat kein Recht, anderen vorzuwerfen, sie würden für bare Münze nehmen, was er anbietet - seine Selbstausslöschung. Sein Empfinden ist: „Wenn ich schon ein solches Opfer anbiete, sollten die anderen es achten und mich dafür lieben.“ Mit anderen Worten, sein Tauschgeschäft funktioniert nicht. Er glaubte, er böte seine Selbstausslöschung als Entgelt dafür, geliebt zu werden. Seine Selbstausslöschung tritt an die Stelle der Liebe zu anderen, und daher funktioniert der Tauschhandel nicht. Das ist es, was er ablehnt. Solange er sich den nur innerlich verlaufenden Prozess zwischen sich und den anderen nicht eingesteht, wird er sich nicht ändern.

Auch empfindet er Schuld für diese Verstimmungen, weil sie dem Diktat seines idealisierten Selbstbildes nicht entsprechen. Wenn ihr eine solche unterwürfige Einstellung in euch findet, schaut, was darunter liegt. Ihr werdet nicht nur die Verstimmungen und die Schuld, sondern tief verborgen auch die übermäßigen Forderungen finden, und das in keinem geringeren Maße, als ihr sie bei einem aggressiven, nach Macht strebenden Menschen findet. Ihr werdet sie finden, einfach weil es diese Forderungen gibt - Forderungen nach Liebe, Schutz, Fürsorge und so weiter - ihr habt die „Lösung“ der Unterwürfigkeit gewählt, weil ihr glaubt, sie würde andere dazu bringen, sich euren Forderungen zu fügen. Doch widerspricht es grob dem generellen Charakterbild dieses Menschen, solche Forderungen bewusst einzugestehen. Deshalb müssen die Forderungen unter der Decke gehalten werden und dadurch noch mehr Schuld erzeugen. Je mehr es diese Forderungen gibt, umso mehr meint der Mensch, sie verbergen zu müssen, weil er ihretwegen kritisiert und deshalb nicht geliebt wird. So entwickelt er eine zweifache Schuld: Die eine ist das Vorhandensein der Forderungen an sich, die andere die Unaufrichtigkeit seiner Bescheidenheit

und Forderungslosigkeit. Es ist sehr oft der Fall, dass der vorherrschende Aspekt das genaue Gegenteil darunter festhält. Wenn der vorherrschende Aspekt das Streben nach Macht mit all seiner Feindseligkeit, Rücksichtslosigkeit, seinem Stolz und Überlegenheit, der Vorspiegelung der Unverletzlichkeit ist, um sicher zu sein, kann der eigentliche Kern das hilflose Kind sein, das nach Liebe und Schutz sucht, nach Freude und Glück verlangt, verletzlich und unterwürfig ist und sich unsicher und abhängig fühlt. Ist der vorherrschende Aspekt das Streben nach Liebe mit all seiner Selbstausslöschung, Beschwichtigung, Selbstverleugnung und masochistischen Aufopferung, um Lust zu bekommen, kann der eigentliche Kern rücksichtsloser Egoismus, ichbezogener Stolz und Gefühle der Überlegenheit, übertriebene Forderungen und oft sogar grausame Impulse gegenüber anderen sein.

Der eigentliche Kern produziert immer Scham, die man verstecken muss, und die dann mit dem gegenteiligen Aspekt verdeckt wird. Abgesehen von der Tatsache, dass diese beiden bestehenden Aspekte sich gegenseitig ausschließen und deshalb einen Konflikt erzeugen, entsteht aus eben dieser Scham für den Aspekt darunter, der verheimlicht werden muss, ein zusätzlicher Konflikt. Auch wenn ihr euch für etwas Positives und Konstruktives schämt, erzeugt gerade die Tatsache, dass ihr euch dafür schämt und es deshalb verbergt, Spannung, Ängstlichkeit, Ausflüchte, Angst vor Bloßstellung und so weiter. Was diese Arbeit zeitweise so schmerzhaft macht, ist die Aufdeckung von dem, wofür man sich schämt. Nur wenn man den Mut aufbringt, es ans Licht zu bringen, wird der illusorische Charakter der Scham verschwinden. Und damit werdet ihr ein unbeschreibliches Gefühl der Befreiung gewinnen, ein Gefühl, eine Bürde loszuwerden, deren Gewicht ihr nie richtig erkannt habt.

Je mehr ihr mit dieser Arbeit vorankommt, umso wichtiger wird es für euch, alle eure Gefühle zu empfinden und zu erleben, ihre Bedeutung zu würdigen und ihnen ihren Sinn zu geben. Ohne das wird es unmöglich sein, euch selbst von Konflikten und Problemen zu befreien. Das ganze Gewicht muss vom Denken, dem intellektuellen Bewerten und Ableiten zum Fühlen und Erfahren all eurer positiven und negativen Gefühle verschoben werden.

Das kann ich gar nicht genug betonen. Wenn ihr das allmählich lernt, indem ihr euren Widerstand durch gewachsenes Verständnis und Einsicht diesbezüglich reduziert, werdet ihr wirklich Schicht um Schicht diese Pseudolösungen mit all ihren verschiedenen emotionalen Reaktionen enthüllen. Ihr werdet vergessen, die „verbotenen“ Gefühle zu verdrängen, und werdet die Zensur eingestehen. Nur dann könnt ihr ihre Bedeutung und ihre Herkunft verstehen.

Sich der herrschenden Emotionen bewusstzuwerden, ist ein allmählicher Vorgang und geschieht nur, wenn es wirklich gewollt und entwickelt wird. Bevor ein solches Bewusstsein entwickelt ist, erlebt der Durchschnittsmensch das Leben auf eine ganz andere Weise und mit einem ganz anderen Verständnis. Die akute Angst und Furcht, die er gelegentlich erlebt, wird er sämtlich äußeren Provokationen und Gründen zuschreiben, und ist damit zufrieden zu glauben, dass er

ansonsten ganz in Ordnung sei. (Das gilt nicht für grob gestörte Menschen, die jetzt nicht zur Diskussion stehen.) Er sieht nicht und scheitert, Ursache und Wirkung zwischen dem äußeren Geschehen, das ihn beunruhigt, und seinen eigenen inneren Konflikten und Pseudolösungen zu verbinden. Er erkennt nicht, dass jede Pseudolösung eine ungesunde Abhängigkeit von anderen erzeugt, ungeachtet, wie gezwungen er ist, „unabhängig“ zu sein. Auch erkennt er nicht, wenn in seinem äußeren Leben alles ruhig verläuft, dass er nur zu einem kleinen Prozentsatz sein Potential lebt, Erfahrungen zu machen, sich am Leben zu erfreuen und kreativ zu sein. Er ist blind für die Tatsache, dass er gehemmt ist, unfähig, sich so auszudrücken, wie er möchte. Er erkennt nicht, dass Anspannung, Müdigkeit und vage Angst das Ergebnis verdrängter Gefühle sind. Meistens weiß er nichts von den negativen Emotionen, die er versteckt hat und die nur zum Vorschein kommen, wenn er „einen Grund“ hat, sie anderen gegenüber zu äußern. So ist der erste wesentliche Schritt, um die Emotionen zu merken, die innere Erlaubnis, herauszufinden, was er wirklich fühlt. Das muss durch Gebet, Meditation und durch eine tägliche Absichtserklärung entwickelt werden. Auf diese Weise werden ihm Ärger, Schuld, Angst, Animosität und andere negative Emotionen zu Bewusstsein kommen. Diese sind verantwortlich für die Unterbindung von Spontaneität und ein gewisses Gefühl der Eintönigkeit, die ihr bezüglich des Lebens habt, eine gewisse Leblosigkeit. Ehe bei dieser Arbeit ein merklicher Fortschritt erzielt ist, wird diese allgemeine äußere Stimmung normalerweise für akzeptabel gehalten. Ihr seht sie als selbstverständlich, und es kommt euch nie in den Sinn, es könne anders sein. Wenn ihr diese äußere Pseudo-Ruhe durchdringt, die durch Umstände außerhalb eurer Kontrolle leicht zu stören ist, werdet ihr eine beträchtliche Anhäufung schwelender Emotionen feststellen, die, wie ihr oft meint, eurem Charakter völlig fremd und daher doppelt bestürzend sind. Mit diesem Durchdringen, ist es auch zunächst unangenehm, fangt ihr an, die Ursachen zu beseitigen, die euch nur halb lebendig werden lassen und nur ein kleines Maß eurer potentiellen Fähigkeiten auf allen Ebenen eures Wesens nutzen.

Die erste emotionale Bewusstseinsstufe wird für gewöhnlich ein Aufwallen von Verstimmungen sein, die euch nie bewusst waren, und die mit Schuld und Angst verbunden sind. Aber ihr werdet feststellen, dass nicht alle Verstimmungen ungerechtfertigt sind. Einige sind es, weil ihr die Voraussetzungen für sie geschaffen habt, aber andere sind es nicht. Ihr steht jedoch unter dem vagen allgemeinen Eindruck, ihr dürft nicht verstimmt sein und alles müsste automatisch euer Fehler sein. Ihr werdet lernen zu unterscheiden. Ihr werdet entdecken, dass einige Verstimmungen verständlich und gesund sind, vorausgesetzt, ihr würdet etwas damit anfangen, statt in einen Zustand zu verfallen, sie überhaupt zu gebrauchen. Ihr werdet lernen, euch zu behaupten, wenn ihr zugelassen habt, dass ihr ausgenutzt wurdet. Ihr werdet diesen Prozess zuerst behutsam stoppen. Ihr werdet erkennen, dass andere Verstimmungen völlig unbegründet sind. Eine Regel kann man dafür nicht aufstellen. Ihr werdet es ohne jeden Zweifel wissen, sobald ihr den Mut habt, eure Verdrängungen herauszulassen. Das wird euch die Fähigkeit verleihen, euch zu behaupten und, wenn nötig, eine gesunde Aggressivität anzunehmen, die ganz anders ist als die verzerrte. So wird sich ein richtiges inneres Gleichgewicht entwickeln. Ihr werdet aufhören,

innerlich oder äußerlich aggressiv zu sein, wo es nicht gerechtfertigt ist, und es dort sein, wo es gesund und positiv ist. Ein Ungleichgewicht zieht immer ein anderes nach sich. Daher produziert die Herstellung des Gleichgewichts aufgrund dessen, dass man sich der Wahrheit stellt und sich, wo und wann immer möglich, sozusagen von selbst automatisch ändert, ein neues Gleichgewicht, wie es mittels äußerer, bewusst versuchter Aktivitäten nicht zu erreichen war.

Durchlebt ihr diese Schicht aus Verstimmungen und findet heraus, was ihr wirklich fühlt (statt den Versuch zu unternehmen, so zu fühlen, wie ihr meint, empfinden zu müssen, um bei eurer privaten „Lösung“ zu bleiben), und habt ihr den Mut einzugestehen, was ihr fühlt, ob richtig oder falsch, so ebnet ihr den Weg, um für die nächste Schicht bewusstzuwerden, in der ihr wieder die vorherrschende Pseudolösung finden mögt. Ihr werdet auch andere Aspekte finden, die ihr ebenfalls als weitere Abwehrmechanismen angenommen habt. Ihr werdet die Hauptkomponenten eures idealisierten Selbstbildes finden, die vielleicht alle drei Aspekte umfassen. Und nur wenn das erforscht ist, wird sich der eigentliche, vernachlässigte und schamhaft versteckte Kern eures Problems dem emotionalen Bewusstsein entfalten. Dann werdet ihr diese Emotionen erfahren.

Dies ist ein schmerzhafter Prozess, meine Freunde. Ich möchte euch allen, die ihr diese Arbeit macht, sagen, scheut diesen Schmerz nicht, denn es ist gesunder Wachstumsschmerz, der unerlässlich ist, um diesen Schmerz ein für alle Mal zu beseitigen. Ohne ihn durchzumachen, wird er in eurer Seele bleiben und euch schädigen, ob ihr es wisst oder nicht. Die Freiheit und das Glück, die Sicherheit und der Schutz, das Wunder der Lebenserfahrung kann euch im vollen Umfang nur gehören, wenn ihr den Mut habt, ihn durchzumachen. Dann, und nur dann, werdet ihr voll erkennen, dass jedes bisschen es wert war! Ihr werdet dann wissen, dass die Scheu vor ihm die reine Vogel-Strauß-Politik war, die diesen tiefen inneren Schmerz niemals beseitigte. Zieht ihr ihn heraus, werdet ihr ihn los. Haltet ihr ihn unter Verschluss und verbergt ihn, werdet ihr weiter leiden. Der Mut, diesen Schmerz zu durchleben, dem ihr auf verschiedenen Ebenen wie auch im Kern begegnen könnt, muss erfahren werden. Das Leben und dieser Pfad werden euch helfen. Er wird euch nicht nur helfen, dass er euch die Kraft gibt, die nötig ist, um ihn zu erfahren (wenn ihr euch dafür entscheidet), sondern auch durch bestimmte äußere Ereignisse, die eure Aufmerksamkeit auf die entsprechenden inneren Faktoren lenken, die für diese Ereignisse verantwortlich sind. Aber euer innerer Wille, ihn zu durchleben, muss immer neu entwickelt werden. Den inneren Willen, sich unerbittlich eurer inneren Wahrheit zu stellen, ungeachtet, ob sie angenehm oder schmeichelhaft ist oder nicht, müsst ihr immer wieder neu beschließen. Dieser Wille wird euch die Kraft geben, erfolgreich zu sein. Er wird euch helfen, an den kritischsten Punkten weiterzumachen, wo die Versuchung, aufzugeben, immer am stärksten ist. Setzt es fort, bleibt dabei und gebt nicht nach! Das ist mein Rat, meine Freunde.

Außerdem schlage ich vor, dass ihr euch fragt, was eure Einstellung zu dieser Arbeit ist. Wenn bestimmte schmerzhafteste Punkte erreicht sind, was sind eure Reaktionen auf diese Arbeit, auf euch

selbst, auf die Menschen, die euch helfen, auf die ganze Idee als solche? Viele Arten zu reagieren sind möglich.

Nun, meine Freunde, gibt es irgendwelche Fragen?

FRAGE: Ich würde gern etwas zu allen drei Verzerrungen fragen, die ein Mensch gleichzeitig in sich hat. Wechseln sie sich mit der Zeit ab? Wie funktioniert das beim Menschen?

ANTWORT: Das war das Thema dieser Lesung. Das habe ich gerade erklärt. Gibt es einen bestimmten Aspekt, der dir nicht klar ist?

FRAGE: Ich verstehe, dass ein Mensch, der beispielsweise innerlich unterwürfig ist, darunter einen Machttrieb haben kann und umgekehrt. Kann er das nicht mehr ertragen, entwickelt er eine falsche Gelassenheit, indem er sich vom Leben zurückzieht. Aber was ich gern wissen möchte, ist, wie funktioniert das, wenn zwei oder alle drei Aspekte sich abwechseln? Wenn in einer Situation der Mensch unterwürfig ist, dominant in einer anderen und zurückgezogen in wieder einer anderen. Fluktuieren sie vielleicht sogar vorübergehend? Warum passiert das?

ANTWORT: Das geschieht, weil es Pseudolösungen sind, und deswegen funktionieren sie nicht. Ab und zu vielleicht einigermassen, wenn das Leben und andere darauf eingehen. Aber wenn das Leben Hindernisse aufbaut, die es nicht zulassen, dass eine dieser Pseudolösungen funktioniert, dann wird auf die anderen zurückgegriffen und sie werden sozusagen ausprobiert. Nehmen wir ein Beispiel. Angenommen, bei einem Menschen herrscht der Machttrieb vor. In seinem Leben hat er Umgang mit vielen unterwürfigen Personen, die, für ihn, günstig reagieren. Diese Lösung scheint also zu funktionieren. Daher ist der Machttrieb vorherrschend. Bestimmte Situationen treten in seinem Leben ein. Sagen wir, eine sehr wichtige Persönlichkeit, von der er abhängig ist, ist selbst vornehmlich machtgetrieben. Oder es ist eine relativ gesunde Person, die nicht unterwürfig reagiert. Oder, als dritte Möglichkeit, wird selbst der unterwertigste Mensch dahin kommen, dass auch er offen rebelliert. Er kann nur so weit und nicht weiter, da auch der unterwürfige Mensch aggressive Machtaspekte in sich hat. Dann funktioniert seine „Lösung“ von überlegener Macht nicht mehr. Um zu bekommen, was er will und glaubt zu brauchen, wird er sich seiner vorhandenen Unterwürfigkeit zuwenden. Genau dieselbe Person, die normalerweise über andere dominiert, wird dann ziemlich unterwürfig werden. Das ist die Art und Weise, wie er versucht, seine Bedürfnisse nach Sicherheit, Liebe, bedingungsloser Bestätigung und so weiter zu befriedigen. Ich wage zu behaupten, dass ihr das alle oft beobachtet habt. Ihr alle kennt den Menschen, der sich vor Überlegenen duckt, vor denen, die tatsächlich oder in eurer Einbildung die Stärkeren sind, der aber Schwächere rücksichtslos tyrannisiert. Dies ist eine typische Erscheinung, wie die „Lösungen“ sich abwechseln, je nach Bedürfnis und Situation. Ist das klar?

FRAGE: Ich glaube ja. Dann geht es darum, nach einem Strohalm zu greifen.

ANTWORT: Richtig. Seht ihr, jede Pseudolösung ist immer der „Griff nach einem Strohhalm“, weil das Kind auf der Suche nach Lösungen, um einer anscheinend grausamen und erschreckenden Welt gewachsen zu sein, nicht gerüstet ist, um die echte Lösung zu finden, die funktioniert. Besessen von Problemen, die es in diese Inkarnation mitgebracht hat, kann es den Unruheherd nicht erkennen und muss reagieren, indem es auf Pseudolösungen zurückgreift. Dies sollte euch von destruktiven Schuldgefühlen für die erste Pseudolösung, an die ihr euch geklammert habt, freisprechen. Aber jetzt werdet ihr die volle Verantwortung für euch selbst ohne irgendeine destruktive Schuld für das Aufrechterhalten von Vorwänden, die immer mit Pseudolösungen verbunden sind, übernehmen. Und das wiederum wird euch helfen, euch von ihnen zu befreien.

FRAGE: Wie zeigt sich das idealisierte Selbstbild in einem relativ gut integrierten Kind gegenüber dem wahren Selbst? Besteht im Wunschleben eine fortgesetzte Verschmelzung ohne den Aufbau einer starken Masken-Persönlichkeit?

ANTWORT: Natürlich, je gesünder der Mensch ist, umso schwächer ist das idealisierte Selbstbild. Es kann sich nur in gestörten Persönlichkeitsbereichen zeigen und nur in einem schwächeren Maße. Ihm wird immer durch eine starke Manifestation des wahren Selbst entgegengewirkt. Da es keinen Menschen gibt, der gänzlich frei von inneren Verzerrungen und seelischen Störungen ist, hat jeder ein idealisiertes Selbstbild. Die Stärke der problematischen Faktoren bestimmt die Stärke des idealisierten Selbstbildes, und in dem Maße ist das Kind - oder der Erwachsene - seinem wahren Selbst entfremdet und versucht, sein idealisiertes Selbst zu leben und zu sein. Je stärker die inneren Konflikte sind, desto stärker ist der Unterschied zwischen dem wahren und dem idealisierten Selbst. Bei einer relativ gesunden Person wird der Unterschied weder so auffallend noch so widerspruchsvoll sein. Und die Forderungen und Normen des idealisierten Selbst sind weniger streng.

Das Wunschleben oder die Tagträume sind immer ein guter Hinweis darauf, was das idealisierte Selbstbild ist, und für das Wesen der Pseudolösung. Dies entspringt den vorherrschenden Absichten und Bedürfnissen der Psyche. Da die meisten Erwachsenen in der einen oder anderen Weise auch in Tagträumen leben, mag dies als zusätzliches Material für die Suche in dieser Richtung dienen. Das idealisierte Selbstbild zeigt sich in mehr als nur dem Wunschleben. Es muss sich in den rigiden Befehlen, „Du sollst“ und „Du musst“, zeigen, worüber ich gesprochen habe. Es zeigt sich in der Angst und der Schuld, wenn man diesen Zwängen nicht gerecht wird. Es zeigt sich in gewissen Erwartungen gegenüber dem eigenen Selbst und anderen und nicht nur im Wunschleben. Aber das alles kann nur mit gründlicher Arbeit gefunden und überprüft werden. Wenn das idealisierte Selbstbild sich im Wunschleben zeigt, muss die Persönlichkeit es auch verinnerlicht haben, auch wenn der Mensch bisher nichts davon weiß. Wäre der Mensch völlig frei davon und bestünde keine Selbstentfremdung, würde überhaupt keine Notwendigkeit bestehen, die zum idealisierten Selbstbild gehörenden Tagträume zu leben. Wunschleben ist Ausdruck eines dringenden Bedürfnisses.

FRAGE: Ist nicht jedes Kind bei der Geburt ebenso gut angepasst wie das andere?

ANTWORT: Nein, absolut nicht. Ihr bringt die Probleme und Konflikte eures früheren Lebens, die nicht gelöst sind, mit. Eure Lebensumstände und die Umgebung, wie ihr am besten diese noch ungelösten Probleme lösen könnt, sind ausgewählt worden - vielleicht von euch selbst. Nicht nur die allgemeine spirituelle Entwicklung unterscheidet sich bei jedem Menschen, es gibt auch Unterschiede, was die Konflikte und ihre Intensität angeht.

FRAGE: Letztes Mal gab es zwei Fragen. Eine blieb unbeantwortet wegen der Zeit, und die zweite scheint noch nicht befriedigend beantwortet zu sein. Sie sind verwandt. Die eine hat mit der Möglichkeit zu tun, dass Verstimmungen und Empörungen auf einen Zustand der Apathie heruntergeschraubt würden. Die andere fragte nach der Stichhaltigkeit von „gerechtem Zorn“ oder einer berechtigten Verstimmung. Ich glaube, du hast heute Abend beide Fragen beantwortet. Würdest du uns noch etwas dazu sagen wollen?

ANTWORT: Sie sind mit der heutigen Lesung beantwortet. Insbesondere sagte ich zum Beispiel, ein unterwürfiger Mensch wie auch derjenige, der falsche Gelassenheit sucht, mag es sich nicht mal erlauben, seine Entrüstung zur Kenntnis zu nehmen, die ganz berechtigt ist, und nach der man sich richten sollte. Ungerechtigkeiten oder Provokationen werden offen zugegeben, wenn der Mensch in dieser Hinsicht innere Gesundheit erlangt. Bevor ein solcher Punkt erreicht ist, ist es äußerst schwer, zwischen gerechtem Zorn, der aufgrund einer realen Provokation besteht, und unberechtigtem Zorn aufgrund irrealer oder selbstverursachter Provokation zu unterscheiden. Nur umfassende Arbeit auf diesem Pfad wird euch schließlich in die Lage versetzen, es ohne den Schatten eines Zweifels zu wissen, ohne jedes Schwanken oder Schuld, ohne jedes Bedürfnis, Verbündete zu finden zur Bestätigung, dass ihr im Recht seid, wenn ihr euch behauptet und wenn nicht. Ihr werdet frei heraus handeln, weil ihr es so entscheidet, und ihr tut es ohne inneren Zwang in beiderlei Richtung.

Die nächste Lesung wird die letzte dieser Phase sein; habt ihr genügend Fragen, können wir mit einer Frage-und-Antwort-Sitzung aufhören. Wenn nicht, werde ich euch eine andere Lesung geben. Ich segne euch alle, meine liebsten Freunde, und ich bitte euch, öffnet eure innerstes Selbst, um die Kraft zu empfangen, durch die ihr weitere Einsicht in euch selbst in jeder möglichen Weise erlangen könnt. Mögen alle äußeren Reibungen ein hilfreiches Element sein, um bestehende innere Reibungen zu erkennen. Mit diesen Worten segne ich euch und stärke euch mit all unserer Liebe. Lebt in Frieden. Seid mit Gott!

Copyright © Eva Broch-Pierrakos 1961

Übersetzung © Paul Czempin 2000

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

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.