

## **Echte und falsche Bedürfnisse und ihre Beziehung zum menschlichen Bewusstsein**

Ich grüße euch, meine Freunde. Euch wird ständig Segen und Kraft geschenkt, öffnet ihr Herz und Geist dafür. Diese Lesung, letzte dieser Jahreszeit, will ich damit beginnen, noch einmal zu sagen, dass sich die Menschen bisher noch nicht der enormen spirituellen Möglichkeiten und Kräfte bewusst sind, die sie besitzen. Was heißt das, „spirituelle“ Möglichkeiten und Kräfte? Das heißt, dass diese Kräfte alles übertreffen, was auf irdischer Ebene allgemein als „normal“ verstanden wird.

Jedoch bleiben sie unerreichbar, können sogar gefährlich sein, wenn der Mensch nicht einigermaßen geläutert ist und das Bewusstsein noch im Halbschlaf liegt, was immer mit destruktiven Mustern wie Eigensinn, Stolz, Angst, Habgier, Neid, Bosheit, Grausamkeit, Gehässigkeit, Selbstsucht verbunden ist. 90% der Menschen schlafen noch und sind sich nur zu 10% bewusst, was in ihrem Umfeld und ihnen selbst ist. Der Prozess, das Selbst wiederzuerwecken, fordert großen Aufwand an Mühe, Verbindlichkeit, Arbeit und Bereitschaft, destruktive Muster und ihre kurzlebigen, teuren Befriedigungen aufzugeben. Dann wächst stufenweise das Bewusstsein, die Wahrnehmung schärft sich und ein neues inneres Wissen als Erscheinung des erwachenden, wahren Selbst wird verfügbar.

Diese wachsende intuitive Wahrnehmung, dieses innere Wissen, erst über sich selbst, dann über das Wesen anderer und wahrscheinlich auch über die kosmische Wahrheit und die Schöpfung, all das weitet sich zur Erfahrung ewigen Lebens aus, und zur Gewissheit darüber. Die erwachenden spirituellen Möglichkeiten bedeuten auch Zugang zu immerwährenden Lebenskräften, die in und um euch existieren. Diese Kräfte könnt ihr für euch und andere zum Heilen, Helfen, vermehrter Erfüllung und Bewusstheit nutzen. Selbstverständlich, wo das „kleine Selbst“ noch über das spirituelle, wahre herrscht, ist Missbrauch unvermeidlich. Erst muss die Liebe in der Seele des Menschen geweckt werden, damit diese Kraft sicher ist. Wenn das Energiefeld eines Menschen aufgrund seines unentwickelten Seelenzustandes auf niedere Frequenzen ausgerichtet ist, können die höheren der spirituellen Kräfte Gesundheit und Leben zerstören und unwahrscheinliche Gefahren erzeugen. Daher ist es so wichtig, dass sich die Entwicklung in bestimmten Rhythmen vollzieht. Am sichersten ist immer, das Gewicht vor allem auf Läuterung zu legen. Geht sie der Entwicklung spiritueller und psychischer Talente und Kräfte voraus, wächst die Wonne. Furchtlosigkeit nimmt zu. Für alle Probleme Lösungen werden greifbarer. Sie zeigen sich, weil ihr euch den Problemen

stellt und um sie kümmert. Und wie gesagt, Heilung für alles kranke, an Körper, Geist und Seele, wird möglich.

Das klingt utopisch, meine Freunde, und das wäre es wirklich, wenn ihr mit Hoffnung auf Flucht diesen Zustand aus Angst vor dem Gegenteil suchtet. Anders gesagt, wollt ihr Wonne, weil ihr Schmerz fürchtet, Glück aus Angst vor Unglück, Fülle, um nicht ins Leere zu fallen, müssen euch all diese Möglichkeiten entgehen und unerreichbar bleiben. Daher rührt eine Illusion des Menschen, dass es keine dieser Möglichkeiten gäbe, sondern sie Produkte seines Wunschdenkens seien. Was er nicht sieht, ist, dass das Verlangen Ausdruck davon ist, dass man diese Möglichkeit spürt. Die gewählte Richtung ist aber in den meisten Fällen genau dem entgegengesetzt, was nötig wäre. Wie gesagt: Ihr müsst hinein und durch das, was ihr fürchtet und vermeiden wollt, durch, wenn ihr es überwinden und einen Zustand erreichen wollt, wo es den, den ihr zuvor gefürchtet habt, wirklich nicht mehr gibt. Nur wenn ihr den Mangel an Vision und die dadurch entstandene Angst ganz annehmt und durchsteht, könnt ihr den höheren Bewusstseinszustand erreichen, der dann keine Illusion sondern Realität ist, kein Wunschdenken, keine Flucht, sondern vollständige Realität des Seins, des Lebens, wie es wirklich ist.

Das kommt nicht von selbst. Jeder, der sich auf diesen Weg begibt, muss sich auf alles einlassen, was eine solche Suche wirklich bedeutet. Die meisten, die sich auf diese Arbeit der Selbstentwicklung eingelassen haben, fangen auf die übliche Weise an: Sie sind unglücklich und suchen eine Lösung für ein bestimmtes Problem, oder sind sich eines inneren Problems oder einer Blockade nicht bewusst, sondern mögen einfach nur das vage Gefühl haben, dem Leben gegenüber befangen zu sein. Und ihr wollt diese unliebsamen Zustände berichtigen, üblicherweise in der unbewussten Hoffnung, die hoch problematischen Einstellungen, die euch unglücklich machen, könnten unberührt bleiben oder gar gestärkt werden. Fordert der Pfad das Gegenteil, ist die Reaktion oft Panik, Ärger, Kampf, Widerstand und manchmal sogar die Beendigung aller weiteren Bemühungen in die richtige innere Richtung. Mit anderen Worten, die meisten von euch beginnen mit einem negativen Ziel, das heißt, ihr wollt einen negativen Umstand beseitigen. Nur hier und da gibt es Ausnahmen und jemand beginnt von vornherein mit einem positiven Ziel. Vollkommener Läuterung und spirituellem Wachsen leisten viele Lippenbekenntnisse, aber wenn es darauf ankommt, den Willen aufzubringen, die Schwierigkeiten und Überwindung anzunehmen, langjährige zerstörerische Lebenseinstellungen aufzugeben, verschwindet plötzlich das bewusste Bekenntnis zum positiven Ziel. Die meisten von euch folgen und stärken ein echt positives Ziel nur, wenn ihr tiefer in euch selbst eindringt.

Verlangen gibt es immer. Etwas in eurem Innersten weiß, dass es eine andere Realität, einen anderen Bewusstseinszustand gibt als den, den ihr in eurem gegenwärtigen

Entwicklungsstand erfährt. Und ihr sucht danach. Das Bedürfnis nach diesem höheren, erfüllenderen Zustand ist berechtigt und gesund. Wird es bewusst, kann ein positives Ziel gesetzt werden. Solange es unbewusst und unter negativen Zielen verborgen bleibt und von ihnen durchsetzt wird, „Entlasst mich aus diesem Unglück“, muss über den Pfad selbst Verwirrung bestehen. Mangel an umfassendem Bekennen fördert spärliche, falsche, begrenzte Folgen zutage, so dass der Zweifel einen Teufelskreis schließt: Zweifel stärkt die Zurückhaltung des Bekenntnisses, was wiederum Befreiung unmöglich macht, wodurch der Zweifel gerechtfertigt scheint.

Wie immer folgt die Lesung organisch den vorherigen. Das macht es absolut notwendig, aus einer zu wiederholen, die ich vor vielen, vielen Jahren gegeben habe. Doch selbst, wer sie gelesen hat, wird wahrscheinlich das meiste vergessen haben. Viele von euch, die später dazugestoßen und nicht vertraut sind mit dem Material, sind sich der Prinzipien nicht bewusst, die ich heute Abend ansprechen werde. Wer sich jedoch erinnert, wird sehen, dass diese Wiederholung neues, tieferes Material ans Licht bringt, was nicht ging, als die Gruppe sich noch auf einem niedrigeren Bewusstseinsstand befand. Deshalb sind die gelegentlichen Wiederholungen nicht nur notwendig, es sind eigentlich keine. Sie folgen der immerwährenden Spiralbewegung des Pfades und jeder vollständige Kreislauf fängt wieder von vorn an, nur jetzt auf tieferer und höherer Ebene des Bewusstseins, wo höhere Wahrnehmung tieferes Verstehen möglich macht.

Also ist diese Lesung gleichzeitig eine organische Folge, eine Wiederholung wie die Vervollständigung eines Zyklus, in dem man neues Material aufnehmen kann. Diese zyklische Spiralbewegung macht es möglich, an jedem beliebigen Punkt einzusteigen und von dort den Kreis zu schließen, egal, von wo aus angefangen wurde. Das erklärt, warum nahezu jeder (auf einer bestimmten Bewusstseinsstufe) etwas Nützliches in diesen Lesungen finden kann, egal, wann er angefangen hat. So will diese Lesung noch einmal vielen von euch Antwort geben und genau den Punkt beleuchten, wo ihr im Augenblick steckengeblieben seid.

Die Lesung, die ich vor Jahren gab und auf die ich mich beziehe, drehte sich um echte und falsche Bedürfnisse. Seither sind viele von euch tief in Angst, Schmerz, Schuld und Ärger gegangen, Empfindungen, die ihr von Kindesbeinen an kennt und die wieder zu erfahren ihr nicht den Mut aufbrachtet. Im Zuge dieses Pfades stoßt ihr auf Bedürfnisse, die ihr als Kind hattet, die unbefriedigt blieben und deshalb Verursacher meist schmerzhafter, daher verdrängter Gefühle sind. Wie gesagt, die Entität, die ihre unbewussten Gefühlserfahrungen nicht bewusst macht, muss sie mitnehmen und mit demselben Material wiedergeboren werden. Dieses Restmaterial ist wesentlich für das Hervortreten der Energie und ihre entsprechenden Auslässe verantwortlich. Anders ausgedrückt, dieses Material sucht sich

Umstände und Menschen für die nächste Inkarnation, die es ermöglichen, das schlafende, unangepasste Material wieder ans Licht zu befördern. Daher scheinen Eltern, eine bestimmte Umgebung, besondere Umstände für die schmerzhafteste Erfahrung eurer Kindheit verantwortlich. Tatsächlich aber war der unentwickelte Zustand eurer Eltern das Mittel, hervorzubringen, was sonst unzugänglich bliebe, schlummernd und völlige Läuterung verhindernd. Natürlich ist immer möglich, der schmerzhaften Erfahrung auf hergebrachte Weise zu begegnen, was Erfahrung vermeidet und damit die Kette verlängert. Aber für jede Entität kommt der Tag, wo ihr unmöglich ist, die Konfrontation zu vermeiden und sich abzuwenden.

Ihr könnt dieser Ereigniskette sogar in einer Lebensspanne folgen. In dem Maße wie ihr eure Vergangenheit als Kind noch nicht voll erfahren habt, müsst ihr später, wenigstens dem Wesen nach, ähnliche Erfahrungen anziehen. In dem Maße, wie ihr ersteres vermieden habt und euch nicht bewusst seid, was wirklich in euch vorging, neigt ihr dazu, was ihr jetzt in der Wiederholung fühlt und erfährt, nicht zu erkennen. Umgekehrt, im selben Maße, wie euch eure vergangenen Gefühle bewusst werden, werdet ihr euch auch ihrer Wiederholung bewusst. Ihr erfährt und versteht sie ganz und macht weitere Wiederholungen dadurch überflüssig. Der taube Zustand vergangenen Gefühlen gegenüber stumpfte euch auch für ähnliche Erfahrungen heute ab, es sei denn, ihr gebt sie zu und bemüht euch wirklich aufzuwachen, egal, wie schmerzlich das zuerst auch scheinen mag.

Für das, was euch heute passiert, könnt ihr nur dann wach und voll bewusst sein, wenn die ähnliche Erfahrung von damals ans Licht gekommen ist und ihr euch um sie gekümmert habt. Dann ist nicht nur das restliche Seelenmaterial dieses Lebens aufgelöst, sondern zugleich auch das früherer Inkarnationen. In der jetzigen Phase eures Pfades, wo ihr immer mehr davon erfährt, begegnet ihr der Tatsache, dass die Unerfülltheit eurer berechtigten Bedürfnisse als Kind das schmerzhafteste Element ist. In der Lesung damals sprach ich über die Beziehung echter und falscher Bedürfnisse, darüber, dass die Leugnung der ersteren letztere erschuf. Das ist ein äußerst wichtiger Aspekt, den es an dem Punkt, wo ihr jetzt steht, zu beachten gilt.

Was sind echte und falsche Bedürfnisse? Zunächst einmal, was echt ist in einer Lebensphase einer Entität, kann in einer späteren völlig falsch und unecht sein. Was ein echtes Bedürfnis für ein Kind ist, ist es keineswegs für den Erwachsenen. Nun, wenn die heranwachsende Entität den Schmerz eines unerfüllten echten Bedürfnisses leugnet, verschwindet vor allem nicht das Bedürfnis. Ganz im Gegenteil: Die Leugnung seines Schmerzes verfestigt es und projiziert es in die Zeit und auf andere Menschen, so dass es zu einem falschen Bedürfnis wird. Um es deutlich zu sagen: Ein Kind braucht Sorge. Es braucht, alleiniger Empfänger von Sorge, Pflege, guter Gefühle, Aufmerksamkeit und Würdigung seiner Einzigartigkeit zu

sein. Bleibt das unerfüllt, muss das Kind leiden. Stellt man sich diesem Leid bewusst, bleibt keine Verkrüppelung zurück, wie viele glauben wollen. Was einen verkrüppelten Zustand schafft, ist der Glaube, dieser Schmerz könne nur beseitigt werden, wird der Persönlichkeit endlich gegeben, was ihr fehlte, selbst wenn es Jahre später ist. Nun, das ist natürlich unmöglich. Denn selbst wäre es dem Erwachsenen möglich, Ersatzeltern zu bekommen, die den Vorstellungen des Kindes entsprechend ideal und vollkommen wären, könnte dem Erwachsenen alles, was er von außen bekäme, nicht die erhoffte Erfüllung bringen.

Die so schmerzlich ersehnte Erfüllung ist nur zu erreichen, wenn man weiter in sich sucht, wonach man noch außerhalb Ausschau hält. Das beginnt mit der Frage der Verantwortung. Bleibt man im Vorwurf stecken (indem man die Eltern oder das Leben verantwortlich macht), beraubt man sich des vitalen Kerns allen Guten in sich. Nur wenn man seine eigene Einstellung zu ändern sucht und entdeckt, dass das Leid jetzt tatsächlich durch die eigene Einstellung herbeigeführt wurde, kann man anfangen, Sicherheit zu finden, eine, die man glaubte, im Genährt werden durch andere zu finden. Angst wird in genau dem Maße verschwinden, wie der Mensch in sich nach dem Grund für sein gegenwärtiges Leid sucht. Und das ist, ich muss es wiederholen, die Leugnung des ursprünglichen Schmerzes und der dadurch erzeugten negativen, destruktiven Einstellungen im Fühlen und Denken.

Fängt der Mensch an, echte Selbstverantwortung anzunehmen, wird er auch allmählich damit aufhören, von außen die guten Gefühle zu erwarten. Er wird weniger abhängig davon, gelobt und geliebt zu werden, weil er sich selbst die Achtung geben kann, die er sich als forderndes, grollendes Kind nicht geben konnte. Es ist noch ein anderer Schritt, im Selbst zentriert zu sein, als an einem anderen „zu hängen“. Das wiederum steigert die Fähigkeit, einen starken Fluss guter, warmer Gefühle zu haben: Den Wunsch, sie zu geben, statt sie boshaft zu verweigern, die Fähigkeit, aus Körper und Seele Lust zu erfahren und zu schenken, statt begierig darauf zu beharren, sie zu bekommen. All das wird die frühere Leere füllen.

Je mehr der Schmerz des berechtigten, unerfüllten Bedürfnisses unerfahren oder nur halb erfahren bleibt, füllen irrealer, falscher Bedürfnisse die Persönlichkeit, die dann Forderungen an andere stellt. Werden sie nicht erfüllt, verstärken Groll, oft sogar die Bosheit, mit der gegen das Leben und gegen andere argumentiert wird, ein Gefühl der Entbehrung, so dass ein ständiger Teufelskreis den Menschen in Hoffnungslosigkeit gefangen zu halten scheint. Es ist nicht schwer, Argumente herbeizurationalisieren, eine Anklage zu entwickeln und zu beschuldigen. Man kann immer vorhandene wie eingebildete oder übertriebene, verzerrte „Gründe“ finden, um das Gewicht nach außen zu verlagern. Da das alles subtil und verborgen vor sich geht, benötigt es besondere Aufmerksamkeit an Selbstbeobachtung und Ehrlichkeit zu sich selbst, um die Funktionsweise dieses Prozesses zu sehen. Nur wenn ihr fähig seid, die irrationalen Forderungen zuzugeben, und seht, wie ihr die Strafe denjenigen

zuschieben wollt, die ihr beschuldigt, euch nicht zu befriedigen, könnt ihr die Verbindungen, die ich hier mache, wirklich verstehen.

Was sind echte Bedürfnisse eines Erwachsenen? Selbsta Ausdruck, Wachstum, Entwicklung und Inbesitznahme eigener spiritueller Möglichkeiten und alles, was daraus rührt: Freude, Liebe, Erfüllung, gute Beziehungen und sinnvolle Mitwirkung am Schema der Dinge, dem Großen Plan, in dem jeder seine Aufgabe hat. Hat ein gewisses Maß an Wachstum stattgefunden, spürt und erfährt man sie innerlich, bis sie verwirklicht ist. Sie zu erkennen, ist ein echtes Bedürfnis, und fehlt diese Erkenntnis, bleibt man unglücklich. Die Entität muss dann weiter in der eigenen Seele die Hindernisse suchen und beseitigen. Sie sind immer auf die eine oder andere Weise mit einer Verfestigung ehemals berechtigter Bedürfnisse verknüpft, die heute falsch geworden sind.

Die Verfestigung falscher Bedürfnisse schafft viele zerstörerische Bedingungen in der Seele des Menschen. Da diese Bedürfnisse nie erfüllt werden können, tilgt die dauernde Enttäuschung und Leere die Hoffnung, verdunkelt die Sicht und fördert Bosheit, Hass und Vorwürfe zutage, oft Groll; boshafter, passiver Widerstand und Selbstbestrafung werden als Mittel benutzt, jene zu bestrafen, die anscheinend den negativen Zustand bewirkt haben. Je schlimmer diese inneren Züge sind, desto heftiger die Schuld, desto größer der Wunsch, sich auszuweichen, was es unmöglich macht, zu den Wurzeln vorzudringen und Aufmerksamkeit und Richtung zu ändern. Nur wenn der Widerstand nachdrücklich überwunden wird, kann alles umgekehrt werden.

Echte Bedürfnisse fordern von anderen nie einzuwilligen, „euch zu geben“. Nur dem kleinen Selbst scheint das nötig. Das echte Bedürfnis nach Liebe, Kameradschaft, Anteilnahme ist nur erfüllbar, wenn die Seele zu lieben und zu geben bereit ist, was nie mit dem neurotischen Wunsch nach Liebe verwechselt werden sollte. Aber diese Verwechslung kommt oft vor. Solange ihr glaubt, wirklich lieben zu wollen, nur das Schicksal würde euch vernachlässigen und euch den Menschen vorenthalten, der euch liebt und den ihr lieben könnt, seid ihr tatsächlich noch emsig bemüht, die eigenen Kindheitsbedürfnisse mit einem Ersatzelternanteil zu erfüllen. In Wirklichkeit seid ihr im Tiefsten eures Herzens ärgerlich, vorwurfsvoll, strafend, selbstquälerisch, weil euer eingebildetes echtes Bedürfnis nach Liebe unbeachtet bleibt. Sobald ihr wirklich bereit seid, den alten Zustand aufzugeben, und anfangt, jetzt zu leben, indem ihr in euch schaut, wird die wahre Liebe zu euch kommen und euer jetziges echtes Bedürfnis sich erfüllen.

Berechtigte Bedürfnisse können sich nur in dem Maße erfüllen, wie ihr eure ursprünglichen Gefühle und deren Reste aus der Vergangenheit erfährt und die falschen Bedürfnisse erkennt und aufgibt, die aus der Leugnung des Schmerzes ursprünglicher Unerfülltheit entstanden

sind. Wenn ihr euch auf den kindischen Zustand einlasst und den irrationalen, zerstörerischen Reaktionen des Kindes in euch erlaubt, sich jetzt auszudrücken, wenn ihr euch diesen Teil wirklich zu eigen macht, erzeugt ihr bereits ein neues inneres Klima. Das ist zuerst nicht leicht. Geschätzte Selbstbilder und Masken hindern fast jeden daran, das mit Leichtigkeit zu tun. Auch erscheint dieses zerstörerische, fordernde, strafende, gehässige Kind für gewöhnlich auf recht unauffällige Weise. Es kann leicht verborgen, rationalisiert, geleugnet, wegerklärt und das Gewicht auf Umstände außerhalb von euch verschoben werden. Wenn ihr dieser irrationalen Seite Stimme gebt, werdet ihr herausfinden, dass sie mehr oder weniger ständig und auf unterschiedliche Weise sagt: „Ich brauche es, immer geliebt und von jedem bestätigt zu werden. Wenn nicht, ist es eine Katastrophe.“ Das Selbst redet sich das dann ein, fast wie eine Begründung dafür, andere zur Einwilligung zu zwingen. Die Überreaktion wird dann so schmerzhaft, dass es eine Tatsache des Lebens scheint, dass Nichterfüllung dieser unersättlichen Forderungen nach totaler, bedingungsloser Erfüllung des Eigensinns und Stolzes tatsächlich katastrophal ist. Egal, wie reif ihr in vielerlei Hinsicht seid, schaut nach diesen verborgenen Reaktionen in euch, wann immer ihr euch durchweg ängstlich und unbehaglich fühlt, tauchen bestimmte Umstände in eurem Umfeld auf.

Selten fasst man diesen Katastrophenglauben gedanklich in so klar gefasste Begriffe. Sobald ihr allerdings klar denkt, wird es euch schon unmöglich, länger derart daran zu glauben. Die Schwierigkeit besteht darin, dass eure Reaktion, die die Nichterfüllung eurer Forderung nach Liebe und Bestätigung mit einer Katastrophe gleichsetzt, undeutlich ist. Sie ist begrifflich nicht gefasst, sondern wegrationalisiert, ohne ihr im Denken und Fühlen je zu folgen und beide somit in Beziehung zueinander zu bringen. Es ist also nötig, die falsche Vorstellung zu entdecken, die in der starken Reaktion auf Nichterfüllung, Verletzung, Kritik, Enttäuschung gefangen ist, dann ist es möglich, das unechte Bedürfnis und die Rache zu erkennen, mit der es verewigt, weitergeführt und gerechtfertigt wird. Unechte Bedürfnisse sind Forderungen, die an andere gestellt werden. Sie können nie erfüllt werden.

Es ist ein unechtes Bedürfnis, so nehmt ihr an, es würde euch schaden, man würde euch wehtun. Das tut es nur, wenn ihr die versteckte Vorstellung habt, das müsse es, und darauf beharrt, einfach weil ihr das Leben und euch nicht so nehmen wollt, wie es ist.

Einige von euch haben wirklich angefangen zu erkennen und zu erfahren, dass eure Freude, euer Frieden, eure Erfüllung nie von anderen abhängt, sondern nur von euch. Aber manchmal vergesst ihr das, wenn ihr euch einem bisher unbekanntem inneren Gebiet nähert, wo falsche Bedürfnisse und unerwartete Restgefühle einen zerstörerischen Brennpunkt bilden.

Das dualistische Missverständnis, entweder selbständig und dann oft allein zu sein, oder in einer erfüllenden Beziehung zu leben und damit völlig vom anderen abzuhängen, hindert euch oft, Selbstverantwortung auch nur annehmen zu wollen. Das scheint zu fordern, alle Hoffnung auf einen liebenden Partner aufzugeben. Das genaue Gegenteil ist wahr: Nur wenn ihr alte Gefühle auf euch selbst zurückführt, die Hilfsmittel in euch erschließt und die Quellen eurer gebenden und liebenden Gefühle öffnet, wird Erfüllung zur unvermeidbaren Realität. Umgekehrt, in dem Maße, wie ihr daran festhaltet und beharrt, durch andere erfüllt zu werden, müsst ihr einsam und in euren jetzigen echten Bedürfnissen unerfüllt bleiben und damit eure alten Wunden eurer Kindheit verewigen. Daher kann euer jetziger Zustand als Maß genommen werden, das zuverlässiger als alles andere ist, denn das Leben kann man nicht betrügen. Seine Gesetze und Regeln sagen euch die Wahrheit darüber, wo ihr jetzt seid, auch wenn euer unmittelbares Bewusstsein noch getrübt ist. In dem Maße, wie Erfüllung fehlt, müsst ihr wirklich in euch prüfen, wo und wie ihr auf andere das projiziert, was zuerst aus euch kommen muss.

Wenn das echte Bedürfnis, die Blockaden des Bewusstseins und der Selbsterfüllung (daher Intimität und Nähe zu anderen) und falschen Bedürfnisse zu beseitigen, sich im spirituellen Selbst ausdrückt, ist eine wundervolle Kraft erwacht. Es ist eine Bitte, die nie unbeantwortet bleibt. Solltet ihr euch auch noch zu schwach fühlen, das umfassende Bekenntnis, das dafür nötig ist, abzulegen, könnt ihr um Hilfe bitten, dazu fähig zu werden. Die Hilfe wird kommen.

Das ist das allerwichtigste Ziel, aus dem alles andere folgt. Wenn ihr jetzt den lang vergessenen Schmerz der Vergangenheit wachruft, der, wie ihr merken werdet, noch immer in euch schwärt, werdet ihr auch entdecken, wie ihr an Vorwürfen hängen geblieben seid. Denn egal, wie sehr eure Eltern auch versagt haben, sind sie doch selbst fehlende Menschen, können sie nicht für euer jetziges Leid verantwortlich gemacht werden, wie viel weniger andere, von denen ihr erwartet, euch für all die erlittenen Verletzungen zu entschädigen. Euer heutiges Leid ist Folge eben dieser Verzerrung, falschen Bedürfnissen nachzugehen und auf ihrer Befriedigung zu bestehen. Dieser Mechanismus scheint zunächst äußerst fein, habt ihr euch aber erst einmal darauf eingestellt, ihn zu beobachten, wird er nur allzu offensichtlich. Solange ihr euch dafür entscheidet, unbewusst zu bleiben, mögt ihr sehr geschickt sein, euren Standpunkt zu rationalisieren, das aber macht es nur schlimmer und nicht besser. Ihr mögt anderen tatsächlich vormachen, wie berechtigt er sei. Und ihr mögt sogar euer äußeres bewusstes Selbst betrügen. Aber ihr könnt weder euer wahres, inneres Selbst, noch das Leben hinters Licht führen. Das Leben spielt seine Gesetze und Regeln sehr ehrlich, fair und unvoreingenommen. Es wartet, bis ihr die Wahrheit findet, wo eure unerkannten, berechtigten Bedürfnisse als Kind Angst und Schmerz schufen, die voll zu erfahren ihr nicht fähig und nicht willens wart, bis der Kelch geleert werden musste. Diese

Unwilligkeit wiederum erzeugte ihrerseits falsche Bedürfnisse, die ebenfalls hinsichtlich ihres Wesens und Bedeutung verborgen wurden. Kommt all dies ans Licht, könnt ihr damit umgehen.

Alles Verdrängen, alles Verstecken erzeugt Teufelskreise und negative Kettenreaktionen: Falsche Bedürfnisse rufen Böses hervor, Grausamkeit, Rachsucht und ähnliches. Die Schuld und der Selbsthass dafür lassen den ursprünglichen Schmerz in eurer geheimen Selbsteinschätzung berechtigt erscheinen, aber ihr wollt das nicht zugeben und projiziert daher immer weiter die Schuld auf andere. Die Energien, die im Unterdrücken dieser Kräfte gebunden sind (und sie steigern sich und werden immer mächtiger, Krisen über Krisen hervorrufend), können nur freigesetzt und zum Guten genutzt werden, lasst ihr alles heraus und bewertet es in Wahrheit: Habt ihr den Mut, das Böse anzunehmen, ohne euch damit völlig zu identifizieren. Das wird sofort den Kurs auf die Befriedigung eurer jetzigen echten Bedürfnisse ausrichten.

Geht ihr einem falschen Bedürfnis nach, muss euch das unerträglich schmerzen. Dieser Schmerz ist dann angespannt, gehemmt, bitter, mit Anzeichen von Hoffnungslosigkeit. Es ist ein ganz anderer als der eines echten Unbefriedigtseins, einer Verletzung oder Entbehrung. In dem Moment, wo er nicht in unechte Bedürfnisse gelenkt wird, kann er aufgelöst werden und sich in seinen ursprünglichen, fließenden, lebensspendenden Energiestrom zurückverwandeln. Harter Schmerz ist Folge des Kampfes gegen das, was ist, sanft ist der Schmerz der Akzeptanz. Sobald die Kruste äußerer Taubheit durch eure Bemühungen auf diesem Pfad beseitigt ist, die Verteidigungsschichten, die euch von diesen inneren Bedingungen abschotten, gelüftet sind, müsst ihr all eure verschiedenen Gefühle erfahren: Echte und falsche Bedürfnisse und den daraus folgenden harten und sanften Schmerz. Um weiter den Weg durch das Labyrinth dieser Wirrnisse zu finden, ist es für euch alle wesentlich, den Unterschied zwischen ersterem und letzterem zu kennen. Erfahrt ihr Restgefühle, seid euch aber nicht bewusst, in den Ausdruck eurer falschen Bedürfnisse, eurer unersättlichen Forderungen eingetaucht zu sein, so könnt ihr euch im harten Schmerz verlieren. Denn dieser Schmerz, der falschen Bedürfnissen entspringt, beinhaltet Rache. Das Leid selbst ist eine häufige Waffe, Eltern zu strafen, projizierte Eltern und das Leben. Tatsächlich sagt es: „Siehst du, wie schlecht du bist, was du mir angetan hast! Dass du auf meine Forderungen nicht eingehst, verdient die Strafe meiner Vernichtung.“ Und der blinde Mensch, der in diesen Prozess verstrickt ist, ohne sich dessen völlig bewusst zu sein, mag, gezogen von dieser Neigung, in der Tat zulassen, dass er dabei selbst über Bord geht.

Daher ist es sicherer, den Schmerz zu prüfen, den man erfährt. Führt er zu schierer Hoffnungslosigkeit, zu angenommenen Abgründen, wohin kein Licht zu fallen scheint? Dann kann man als sicher annehmen, dass die „Ebene der Bosheit“ die echte Erfahrung

übriggebliebenen, ursprünglichen Schmerzes verhindert. Denn wenn man echten Schmerz erfährt, leitet eine innere organische Weisheit den Rhythmus und die Dauer jeder Erfahrung. Jedes Mal gibt es tiefe Einsichten und Verbindungsglieder bringen mehr Licht und Hoffnung. Fehlt das aber, sollte der Mensch in diesen harten Schmerz nicht tiefer hineingehen, weil er sich (ohne sich selbst zu kennen und sehr unbewusst) selber damit strafft. Vielmehr sollte sich die Arbeit daran orientieren, diesen Faktor zu erkennen. Dann kann er sicher die Resterfahrung annehmen und sich so befreien. Seine Einstellung wird dann eine ganz andere sein, voller Hoffnung und mit einem Ziel, statt ein hilfloses Opfer zu sein, das zur Schlachtbank geführt wird.

Wenn ihr Angst habt, Freunde, den Weg in euch zu gehen, dann weniger wegen echtem Schmerz. Denn der sanfte aus unbefriedigten echten Bedürfnissen kann sich für den Moment machtvoll ausdrücken, indem man weint und schreit, sich windet und schlägt, aber immer auf einer sicheren Grundlage, weil es ihm an Bosheit, an einer Sprengkraft, die eine Botschaft in die Welt sendet, fehlt. Die sanfte Traurigkeit von echtem Schmerz und echten Bedürfnissen braucht die Auflösung in den eigenen Strömungen. Die unerträgliche, harte und gefährliche Erfahrung von Schmerz rührt aus dem falschen Bedürfnis, das sagt, „Du musst mir geben, was ich brauche und worauf ich bestehe. Wenn nicht, werde ich mich rächen, indem ich sterbe.“ Diese Stimme, meine Freunde, müsst ihr entdecken. Sie existiert bis zu einem gewissen Grade ausnahmslos in jedem. Je verdeckter sie ist, desto weiter seid ihr von ihrer Auflösung und Umwandlung in ihren ursprünglichen Energiestrom entfernt. Wenn ihr könnt, lasst euch diese Stimme erfahren und erkennen, was sie ist, statt euch mit ihr zu identifizieren. Solange ihr das seid, könnt ihr euch ihr nicht stellen und sie prüfen. Aber sobald ihr sie nur als Teil von euch beobachtet, werdet ihr sofort wissen, dass dies, soweit es euch betrifft, nicht alles ist, denn das, was beobachtet, ist sicherlich mehr als das, was beobachtet wird. Und das, was es hinterfragt und im Dialog damit steht, überprüft die Wahrheit seiner inneren Botschaften und ist stärker und wird es immer mehr, bis es letztlich die Oberhand gewinnt. Das beseitigt das Bedürfnis nach völliger Selbstablehnung, was Folge vollkommener Identifikation damit ist.

„Stimmt es wirklich, dass ich sterben muss, weil ich Schmerz erdulde oder erduldet habe?“ Stellt ihr euch zum Beispiel diese Frage, werdet ihr unvermeidlich erst die verschiedenen Möglichkeiten abwägen, wie etwa dass dies nicht unbedingt die einzige ist. Wann ist sie es, wann nicht? Wovon hängt das ab? Stellt ihr euch ernstlich diese Fragen, werdet ihr sehen, dass es nicht wahr ist, dass ihr sterben oder für den Rest eurer Tage auch nur ein unglückliches Leben führen müsst, nur weil ihr Schmerz erduldet habt. Kein Schmerz kann euch je sterben lassen. Es ist nur eure Einstellung zu ihm, die euch dazu bringt. Wehrt ihr euch gegen ihn und macht euch hart, so wird er stärker und zermalmt euch buchstäblich. Nur wenn euch das widerfahren ist, nie durch Schmerz, den ihr durch andere erlitten habt,

sondern durch den, den ihr euch selbst zugefügt habt, könnt ihr euch dieser eurer inneren Einstellung stellen. Haltet Zwiesprache mit ihr, wie gesagt.

Inbesondere wenn ihr nacheinander unersättliche Forderungen, unechte Bedürfnisse loslasst, werdet ihr herausfinden, dass sie tatsächlich unecht sind. Ihr habt unter der Voraussetzung angefangen, dass ihr ohne Bestätigung, bedingungslose Annahme und Liebe, unkritische Wertschätzung eurer Person, immerwährendem Verständnis oder was auch immer, nicht leben zu können. Wenn ihr in Erwägung zieht, Befriedigung und Zufriedenheit, Freude und Glück sogar ohne diese Forderungen gewinnen zu können, zuerst eine ungewöhnliche Vorstellung, da ihr doch so sehr auf eurem Standpunkt beharrt habt, werdet ihr zu eurer Überraschung sehen, dass es sehr wohl möglich ist. Neue Wege werden sich auftun, neue Möglichkeiten, die ihr zuvor nicht einmal spüren konntet, da ihr so darauf erpicht wart, wie es zu sein hätte.

Wo in eurem Leben Behinderungen, Unerfülltheit, eine unnachgiebige Mauer bestehen, müsst ihr nach unechten Bedürfnissen Ausschau halten. Ihr müsst eure Hartnäckigkeit finden, die sagt, „So muss es sein, nicht anders. Das Leben muss es mir geben, ich muss es haben.“ Wenn ihr diese Stimme findet, sie zum Ausdruck bringt und ihren Trugschluss erkennt, wird sich sofort etwas lösen. Gerade die Tatsache, dass ihr den Wert dieses Bedürfnisses hinterfragt, das ihr bisher selbstverständlich für echt gehalten habt, wird schöpferische Energien freisetzen. Aus eurem tiefsten Innern, eurem Solar Plexus wird euch die Stimme der Weisheit führen. Sie führte euch schon dorthin, wo ihr nicht blockiert wart. Aber wo ihr innere und äußere Führung noch am nötigsten habt, konnte sie es nicht. Daher ist es möglich, diese Energien zu nutzen, den Weg dorthin zu bahnen, wo dicke Wolken vertrieben werden müssen. Sie können dann an die Arbeit gehen, die noch durch vorgefasste, ungeprüfte, sogar unausgesprochene Überzeugungen, durch Beharrung, Eigensinn, durch Leugnung und Verdrängung der Gefühle und Gedanken verhärteten Seelensubstanzen aufzulösen.

Stures Beharren sollte nicht mit der Bestimmtheit, dem entspannten Willen zum Bekenntnis, der haargenauen Konzentration der Energie verwechselt werden, was unersetzliche Voraussetzung dieser Pfadarbeit ist. Starrer Eigensinn vervielfacht den ursprünglichen Restschmerz. Er erzeugt schmerzhaft Spannung im System, wofür ihr dann anderen vorwerft, wie sie früher an euch gefehlt haben und wie heute. So gebt ihr für die Zukunft auf.

Die Energien, die freigesetzt werden, indem ihr diesen Prozess durchlauft, sind nicht nur körperlich, die Wohlbefinden, Fluss und Freude bringen. Sie setzen die Stimme der Wahrheit und Weisheit eures innersten spirituellen Selbst frei, das euch den Weg zeigt, den ihr erkennen und ihm vertrauen lernt, wenn ihr aus dem Dunkel hervortretet und euch den Weg bahnt

zwischen blindem Wunschdenken, das nur hört, was es hören will, und euch für die echte Wahrheit in euch taub macht, und zynischem Misstrauen für all die tiefere Wahrheit eures spirituellen Selbst, was euch ebenso taub macht für seine Stimme. Zwischen diesen beiden müsst ihr euren Weg suchen.

Wenn ihr tief in eure innersten Gefühle eindringt, meine Freunde, besteht keine Gefahr, euch in unerträglichem Schmerz zu verlieren. Denn wie schwer eure Kindheit auch war, was für negative Erfahrungen ihr hattet, wie grausam ein Elternteil auch gewesen sein mag, der wahre Grund für Schmerz sind sie nicht. Der ist euer Beharren und Festhalten an Bedürfnissen, die jetzt falsch sind und immerzu fordern, die Bedingungen sollten andere sein und das Leben sollte euch nun dafür entschädigen und unaufgefordert geben, euch Empfänger sein lassen und euch das „Spiel des Lebens“ ersparen (Spiel ist hier positiv gemeint). Das ist es, was euch jetzt wirklich verletzt und schmerzt. Ihr müsst bei euch selbst anfangen, überall. Wenn ihr damit weitermacht, werdet ihr imstande sein, positive Gefühle eine genauso tiefe und echte Erfahrung werden zu lassen, „in die man gehen kann“ wie in die negativen, schmerzhaften Empfindungen.

Übersetzung: Paul Czempin 1989, 1991

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.