

Realität und Illusion

Grüße, meine lieben Freunde. Gott segne euch alle und eure Lieben.

Alle spirituellen Lehren und Philosophien stimmen darin überein, dass die Welt der Erscheinung trügerisch ist. Die einzige Realität existiert jenseits eurer Erdsphäre. Es ist keine geographische Vorstellung, sondern eine Bewusstseinsfrage. Obwohl dem Menschen die absolute Realität wahrzunehmen unmöglich ist, kann er sie doch einigermaßen spüren, wenn er sein Bewusstsein erweitert und bei seiner Selbstprüfung, die dieser Pfad bietet, seine inneren Konflikte beseitigt. Im Zuge dessen werden euch eure Gefühle und ihre Bedeutung bewusst, und ihr werdet die unbewussten, falschen Vorstellungen finden, die ihr bisher hattet. Dann wird euch auch die Irrealität bewusst, in der ihr (emotional) gelebt habt, und ihr kommt dadurch der Realität näher. Das, allgemein ausgedrückt, ist der einzig mögliche Weg. Nur durch Studieren und Lesen könnt ihr die absolute Realität niemals spüren, und sei es die größte Weisheit aller Zeiten. Auf diese Art würdet ihr lediglich auf Theorie setzen, was für eure innere Welt keine echte Basis ist.

Wenn ihr euch die eigene innere Irrealität bewusst macht, erkennt ihr mit absoluter Klarheit, wie unrealistisch eure Vorstellungen gewesen sind - und das vielleicht noch immer - und könnt für einen Moment sehen, wie die Realität wirklich ist, ihre völlig andere Qualität und ihr unerschütterlicher Charakter.

Das Leben in der relativen Realität, wie sie euch als inkarniertem Menschen zugänglich ist, hängt von eurer mentalen und emotionalen Reife ab, und die von eurer Fähigkeit und Bereitschaft zu lieben. Je mehr der Mensch davor Angst hat, desto mehr lebt er in der Irrealität, in einer Illusion.

Das Gesagte wird euch nichts nützen, wenn ihr es nur äußerlich an euch heranlasst. Für den Anfang werdet ihr zumindest theoretisch verstehen müssen, was das heißt. Deshalb will ich es im Einzelnen erklären.

In früheren Gesprächen sprachen wir über den berechtigten Wunsch, geliebt zu werden. Wir erörterten auch, dass der unreife Teil in euch, das Kind, unbegrenzte Liebe fordert, versteckt unter diversen darübergelegten Wünschen wie zum Beispiel nach Bestätigung. Je unreifer der Mensch ist, desto mehr verzehrt er sich nach Liebe, ohne das scheinbare Risiko auf sich zu nehmen, selbst Liebe zu geben. Je mehr Angst er davor hat, desto größer wird sein Wunsch, geliebt zu werden. Je größer die Diskrepanz, um so zerrissener fühlt er sich in diesem Konflikt wie auch in vielen anderen, die ihm aus diesem Grundproblem erwachsen. Ich wiederhole, der erste und vielleicht

schwerste Schritt ist es, sich bewusst zu machen, dass es dieses ernste Problem gibt. Ist es festgestellt, ist bereits der schwierigste Teil des Kampfes vorbei. Denn dann ist es relativ einfach zu erkennen, wie unreal das Ungleichgewicht, wie unfair diese Forderung ist nach etwas, was man selber nicht geben will.

Der Wunsch, geliebt zu werden, ist nur legitim, wenn man darauf eingestellt ist, selbst so viel zu geben, wie man haben möchte. Das ist Realität. Weder ist es realistisch, will man mehr haben, als man selbst zu geben bereit ist, noch, wenn man behauptet, gar keine Liebe zu wollen. Manche Menschen haben sich so sehr zurückgezogen - und haben damit eine scheinbare, vorübergehende, oberflächliche Zufriedenheit gefunden - dass sie für ihr tiefes inneres Verlangen kein Bewusstsein haben. Dieser Mangel an Bewusstsein ist Selbstbetrug und deshalb auch Illusion.

Wenn ihr all das abwägt, werdet ihr vielleicht anfangen, eure Umgebung mit anderen Augen zu sehen. Ihr werdet erkennen, dass Menschen, deren Liebe wirklich fühlbar ist, echte Wärme ausstrahlen, aus sich herausgehen, weniger das Bedürfnis haben, Befriedigung zu kriegen, bestätigt zu werden, oder dass man mit ihnen übereinstimmt. Während der Wunsch desjenigen, der sich aus Angst vor der Liebe - und damit vor dem Leben - entzieht, verhältnismäßig groß sein muss. Es ist eine Gleichung, die aufgehen muss, anders kann es nicht sein. Das heißt aber nicht, dass diejenigen, die zu lieben fähig sind, nicht auch den Wunsch nach Liebe haben mögen. Ihr werdet ihn haben, doch wird er nicht so energisch, so dringlich sein. Deshalb werdet ihr im Verhältnis weniger Spannung und Angst in euch haben. Daneben ist ein anderes jener Missverständnisse oder Illusionen, die weitgehend für eure Angst vor der Liebe verantwortlich sind, die vielleicht unbewusste Vorstellung, dass wahre Liebe immer unerwidert bleiben wird, und dass ihr, wenn ihr eure wahre Liebe beweisen müsst, eure persönliche Integrität, eure berechtigten Bedürfnisse und Wünsche aufgeben müsst. Wir werden auf diesen speziellen Fall zu anderer Zeit ausführlicher eingehen und dann erörtern, wie ihr euch an ein falsches Extrem klammert in dem Glauben, das wäre die einzige Art, nicht ins andere zu fallen. All diese versteckten Gefühle müssen ans Licht gebracht werden, um diese Verwirrung aufzuhellen.

Euch muss die Existenz all dieser Irrealitäten klar bewusst werden, wenn ihr auch nur eine Chance haben wollt, der Realität näherzukommen. Deshalb richtet sich alles, was ich hier sage, auf die inneren Strömungen, die unbewussten Gefühle. Vielleicht zeigen nicht viele Menschen all diese verwirrten Gefühle, über die wir gerade sprechen. Vielleicht sind sie ihnen nicht mal bewusst. Deshalb fühlen sie, wenn sie diese Worte hören oder lesen, in sich kein Echo. Sollte wirklich auch nur das leiseste Gefahrenzeichen in Form einer unfreundlichen Reaktion zu merken sein, wenn sie über diese Worte stolpern, werden sie die Türen schnell noch fester verrammeln. Sie werden sich sagen: „Aus diesem oder jenem Grunde trifft das auf mich nicht zu.“ Und sie werden an so und so viele Leute denken, auf die es ganz offensichtlich zutrifft. Gebt acht, Freunde, das ist ein sicheres Zeichen, dass ihr nicht mal bereit seid, die Irrealität in euch anzusehen. Wie könnt ihr dann jemals hoffen, auch nur den leisesten Schimmer von der Realität zu kriegen? Die höhere, spirituelle,

absolute Realität ist nicht über eine Abkürzung zu finden. Man findet sie nur, wenn man seine innere Welt der Irrealität in die der Realität überführt. Und seid ihr nicht bereit, euch den Verwirrungen und falschen Bildern zu stellen, könnt ihr es nicht. Seid also wachsam für die innere Verteidigung, die Tür zu verschließen.

So sage ich euch, findet diese besonderen Gefühle, wie verborgen sie auch sein mögen. Lernt die Sprache vage empfundener Gefühle zu verstehen. Analysiert ihre Bedeutung. Nur so könnt ihr feststellen, dass das, was ich hier sage, der Wahrheit entspricht.

Realität ist Wahrheit, fern dem, was ins Auge sticht. Je mehr ihr in der Realität lebt, umso tiefer ist euer Auffassungsvermögen. Es mag sein, dass ihr in einem Bereich eures Innenlebens in relativer Realität lebt, während ihr in einem anderen Bereich euch in tiefer Irrealität befindet. In diesem Fall werdet ihr bloß oberflächliche Tatsachen erkennen und die tieferen Zusammenhänge übersehen. Also bleibt die tiefere Wahrheit für euch im Dunkel. Nehmen wir ein allgemeines und einfaches Beispiel. Wenn euch jemand verletzt, wird das, was er sagte und euch antat, wirklich eine Verletzung sein. Aber solange ihr nur die Tatsache an sich seht, ihre Ursache aber überseht, werdet ihr verletzt bleiben. Wenn ihr sie voll versteht, muss es euch unmöglich sein, euch weiter verletzt zu fühlen. Ich bin sicher, jeder von euch hat irgendwann einmal diese Erfahrung gemacht. Und doch tappt ihr bei nächster Gelegenheit in dieselbe Falle. Nun wisst ihr ganz genau, dass nur, wer sich selbst versteht, dazu kommen kann, andere zu verstehen. Dieses Verständnis wird die Verletzungen ausräumen, weil ihr der Wahrheit oder Realität verbunden seid. Daher heißt es, Wahrheit macht frei. Das ist es, warum der Widerstand des Kindes in euch, das wenig Neigung zeigt, sich selbst richtig anzuschauen, so unvernünftig und schädlich für euch ist.

Irrealität oder Illusion muss Unglück, Verwirrung, Spannung und Angst erzeugen, Realität oder Wahrheit dagegen Glück und Freiheit. Der Widerstand, eure Irrealität anzuschauen und zu verändern, ist an sich selbst unreal, weil es die Unwahrheit ist, es so zu betrachten, als wäre es zu eurem Nachteil. Glaubt ihr das nicht, würdet ihr euch nicht widersetzen. Außerdem benötigt euer Widerstand gegen die Wahrheit und die Veränderung energische Anstrengungen, um diese Illusion aufrechtzuerhalten. Illusion erzeugt immer Spannung und Druck, denn sie kann nicht aus sich allein heraus bestehen. Sie erzeugt einen Teufelskreis und viele Kettenreaktionen.

Wenn ihr eure Gefühle verstehen lernt, gelangt ihr zu einer anderen Bewertung des äußeren Geschehens. Es ist in seinem Ablauf real, aber bisher war das Gewicht, das ihr ihm (zumindest emotional) beigemessen habt, unreal. Denkt an das Beispiel von vorhin. So ist es mit allem.

Je größer euer Drang, geliebt zu werden, Bestätigung zu bekommen und so weiter, aufgrund der Angst zu lieben ist, desto rigider und verkrampfter versucht ihr, sozusagen illusionäre Formen aufzubauen in der Hoffnung, dass dann euer Wunsch erfüllt werden könne. Das kann vielerlei Formen annehmen und geschieht auf sehr subtile Weise.

Möchtet ihr zum Beispiel von einem bestimmten Menschen geliebt werden oder wollt jemanden beeindrucken, werdet ihr euch Situationen ausdenken, wo ihr den Wunsch erfüllt seht. Dann betrachtet ihr jedes positive Anzeichen nicht nach seinem Realitätsgehalt, sondern baut es in eure illusionäre Konstruktion ein. Auch wenn ihr bekommt, was ihr euch an Liebe und Bewunderung wünscht, nehmt ihr nicht wahr, wie sie euch wirklich begegnet, also nicht mit dem persönlichen Geschmack oder der Atmosphäre desjenigen, auf den sich euer Wunsch richtet. Damit könnt ihr auf Dauer nicht zufrieden sein, weil es eurer Vorstellung nicht entspricht. Letztlich muss das, was dabei herauskommt, wie eine Illusion zerplatzen. Unbewusst kämpft ihr so lange wie möglich dagegen und trachtet sogar noch stärker danach, die Illusion aufrechtzuerhalten, wo sie eigentlich nicht nötig wäre. Ständig habt ihr den Verdacht, das wirkliche Geschehen entspräche nicht euren Vorstellungen, und fühlt euch deshalb in Gefahr. Jedes kleine Anzeichen der Realität, das nicht zu eurer Illusion passt, enttäuscht euch, was seinerseits Feindseligkeit in euch erzeugt, die euch aber ebenso wenig bewusst ist wie der ganze Prozess, den ich hier beschreibe. Diese Feindseligkeit muss den anderen beeinflussen, so zu reagieren, dass eure Illusion nicht länger aufrechtzuerhalten ist. Das wird in euch ein insgesamt finsternes, subjektives Bild hervorrufen. Es wird jene Reaktion bewirken, über die wir kürzlich gesprochen haben. Es ist also euer Druck, der die illusionäre Konstruktion bewirkt, obwohl in den meisten Fällen eine derartige Konstruktion gar nicht nötig wäre. Tatsächlich ist sie nie nötig, weil, auch wenn der andere aus eigenen Gründen eurem Wunsch nicht nachkommen kann, ihr besser dran wärt, wenn ihr es erkennen und davon ablassen wolltet. Wenn ihr nur frei und ohne Druck wärt, ohne unrealistische, vorgefasste Konstruktionen über Situationen, Beziehungen und Reaktionen anderer, könntet ihr euch oft den Wunsch sogar erfüllen. Ihr wärt imstande, die eigene Art des anderen flexibel anzunehmen, und hättet es nicht nötig, ihn und die Situation nach euren Vorstellungen umzumodeln.

Ihr könnt sehen, dass in der Art, wie ihr vorgeht und was in euren Reaktionen während des ganzen Prozesses unverkennbar ist, eine manifeste Irrealität steckt. Die „günstigen“ Signale, die in eure Konstruktion passen, sind überbewertet. Sie rufen mehr Freude hervor, als die Realität verspricht, nicht weil der andere euch nicht mag, sondern weil seine Reaktion eben anders ist. Ihr seid in Irrealität, denn ihr könnt euch nur freuen, wenn das, was passiert, sich in eure Konstruktion fügt. Tut es das nicht, ist eure niederschmetternde Enttäuschung ebenso unrealistisch. Die vielen Rückschläge und Verästelungen dieses Zustandes sind zu zahlreich, um sie hier an diesem Punkt zur Sprache bringen zu können.

Um das alles zu erkennen, müsstet ihr damit anfangen, euch all der kleinen Enttäuschungen klarzuwerden, die ihr euch selbst nicht bewusst macht. Zum Teil, weil ihr dazu neigt, euch selbst zu betrügen - ihr wollt einfach nichts unerfreuliches sehen - und zum Teil, weil ihr es intellektuell besser wisst, als so kindisch über eine Banalität enttäuscht zu sein, und deshalb fühlt ihr euch schuldig, so kindische Reaktionen zu haben. Doch ist es für euch unbedingt notwendig, euer Bewusstsein in dieser Richtung zu schulen, ungeachtet, ob eure Reaktion nun richtig oder falsch ist. Ihr wisst es nun besser. Ihr wisst, dass das kindische Verhalten sich nicht dadurch auflöst, dass

ihr einfach darüber hinwegseht. Wenn euch all die kleinen Enttäuschungen bewusst werden, werdet ihr erkennen können, wie ihr reagiert - und innerlich noch immer, obwohl ihr jetzt darauf achtet - und wie ihr im Ergebnis nun das Negativste des anderen Menschen hernehmt, um euren Zorn zu rechtfertigen. Wenn ihr all dies erkennt, werdet ihr die persönlich gefärbte Subjektivität feststellen, die wir anderntags besprochen haben, und daher auch die besondere Art der Unwirklichkeit sehen, in der ihr lebt.

Objektivität und Subjektivität, die wir das letzte Mal besprochen, sind auch eine Ebene von Realität gegen Irrealität. Ihr müsst unbedingt begreifen, dass ihr eure Subjektivität durch das heftige, drängende Bedürfnis selber geschaffen habt, um eure Illusion zu nähren. Dieses drängende Bedürfnis nach Illusion rührt aus dem zwanghaften Strom des Kindes in euch, das alles auf seine Weise haben will. Das alles ist sehr subtil, meine Freunde, lasst euch deshalb nicht durch oberflächlich richtige Reaktionen täuschen. Denkt darüber nach, wo eure Probleme im Leben herrühren, entdeckt in Verbindung mit ihnen eure Gefühle - und versucht dann, diese Bedingung und diesen Teil in euch zu finden. Ihr müsst ihn finden, denn er muss in euch sein.

In dem Maße, wie ihr lernt, diesen zwanghaften Strom aufzugeben und euch von einer großen inneren Spannung zu befreien, seid ihr frei zu empfangen. Was ihr bekommt, wird sich vielleicht als nicht weniger wert erweisen, als ihr es euch vorgestellt hattet; vielleicht ist es, obwohl nicht unbedingt genauso schnell erlangt, wie es sich euer inneres Kind wünscht, sogar noch wertvoller. Tatsächlich wird der Wert dessen, was ihr bekommt, weitgehend davon abhängen, wie sehr euer Bewusstsein, eure Fähigkeit, in der Realität zu sein, in dieser Hinsicht zunimmt.

Macht ihr auf dem Pfad in dieser Richtung weiter, werdet ihr, wenn ihr nicht bekommt, was ihr wollt (und ihr könnt eben nicht immer alles bekommen, was ihr wollt), immer erleben, dass euch das nicht halb so viel Qual und Verzweiflung kostet wie vorher. Wie ich aber sagte, muss euch erst bewusst werden, dass ihr immer dann enttäuscht gewesen seid, wenn es nicht nach eurem Willen ging, ob nun in äußeren Belangen oder hinsichtlich der Reaktionen anderer auf euch. Und ihr müsst erkennen, was euch diese unbewusste Enttäuschung zu tun bewogen hat. Nur dann könnt ihr diesen zwanghaften Strom in euch aufgeben, die erfundenen Illusionen dabei loslassen und dadurch frei sein, echte Wertschätzung zu bekommen, oder wenn ihr sie nicht bekommt, zu entdecken, dass das nicht halb so schlimm ist, wie das Kind in euch denkt.

Das Problem hierbei liegt darin, dass ihr dem, was ich sage, intellektuell bereitwillig zustimmen werdet - und weil das so ist, übersieht ihr wahrscheinlich die Dringlichkeit eurer sehr widersprüchlichen Gefühle, wie sie sich innerlich und nicht unbedingt immer außen zeigen. Es reicht, dass sie es innerlich tun.

In dieser Lage ist das Bild, das ihr von anderen habt, unreal, da ihr versucht seid, sie mehr wertzuschätzen, wenn sie euch gefallen, und geringer, wenn nicht. Unreal ist das Bild, das ihr von

ihnen habt, nicht, weil das, was ihr in jeder einzelnen Laune betont, unbedingt falsch ist. Das Bild ist unreal wegen eurer wahren Motive, die gute oder schlechte Seite des anderen reichlich verstärkt zu sehen. Und das ist unreal, weil in jedem einzelnen Fall die Färbung, in der ihr den ganzen Menschen wahrnehmt, verdorben und einseitig ist. Wenn ihr aus teils subjektiven Gründen das Gute wahrnehmt, werdet ihr wahrscheinlich erkennen, was wirklich gut in ihm ist. Seht ihr andererseits das Schlechte, werdet ihr wahrscheinlich das wahrnehmen, was wirklich schlecht ist. Aber in beiden Fällen werdet ihr die andere Person als gut oder schlecht empfinden.

Auch habt ihr eine irrealer Vorstellung von dem Gewicht, das die Reaktionen oder das Auftreten anderer auf euch haben. Wieder mögt ihr es intellektuell besser wissen, aber emotional hat dieses Auftreten für euch im Moment ein unverhältnismäßiges Gewicht.

Also seht ihr die Realität weder hinsichtlich der Qualität der Menschen, noch was die Qualität der Ereignisse und Geschehnisse angeht. Und schließlich seid ihr in Irrealität, weil eure Vorstellung von Zeit/Qualität falsch ist, wenn eure kindischen Gefühle ohne Bewusstheit darin verstrickt sind.

Was in diesem Moment passiert, gewichtet das Kind in euch auf sehr übertriebene Weise. Es erlebt nicht seinen vorübergehenden Charakter. Es nimmt nicht seine ganze Qualität wahr, es kennt in diesem Moment nur Schmerz oder Freude und vergisst, dass die starken Gefühle des Augenblicks relativ bald schon ihr Gewicht verloren haben. Neben all eurem intellektuellen Wissen reagieren eure Gefühle in dieser Beziehung immer noch kindisch. Nun stößt euch irgendetwas Unangenehmes zu und ihr seid niedergedrückt, obwohl ihr ganz genau wisst, dass ihr in sehr kurzer Zeit an diese Missachtung oder Enttäuschung nicht einmal mehr denken werdet. Das ist das Kind in euch, das auf den Augenblick fast wie ein Tier reagiert. Es kennt keine Vergangenheit oder Zukunft, und deshalb fehlt ihm das Urteilsvermögen, das Ereignis in seiner wahren Bedeutung oder, um es differenzierter auszudrücken, in seinem Realitätsgehalt zu sehen.

Ich benutze oft den Ausdruck „im Jetzt leben“. Wie bei allem andern gibt es hier eine falsche und eine richtige Weise, um auch das anzugehen. Wenn ihr ein paar Monate zurückschaut, als euch das Leben noch völlig hoffnungslos schien, und dann euer jetziges nur wenige Monate später betrachtet, könnt ihr am besten beurteilen, wie unreal diese Stimmung war. Vielleicht seid ihr wieder niedergeschlagen und ohne Hoffnung, doch ist sehr gut möglich, dass es diesmal aus einem anderen Grund so ist. Auf jedem Fall ist das, was euch kürzlich so niederdrückte, nicht das gleiche wie jetzt. Das ist eine gute Demonstration dessen, was ich mit der unrealistischen Einschätzung der Zeit oder hinsichtlich der Dauer mit der Qualität von Geschehnissen meine, die nur ein Ausschnitt der Zeit sind.

Die falsche Art, im Jetzt zu leben, ist die des Kindes in euch, das das Gewicht des Augenblicks übertreibt. Auch die wirklichen Tragödien, die jeder Mensch im Laufe seines Lebens erlebt, werden, wenn man sie rückblickend betrachtet, ganz anders empfunden als zu der Zeit, da sie

stattfinden. Das Sprichwort „Zeit heilt alle Wunden“ stimmt, wenn klar wird, dass man mit etwas Distanz zur eigenen Verstrickung einen realistischeren oder wahrhaftigen Blick für die Qualität des Geschehens und seine Bedeutung gewinnt.

Daher wird derjenige, der sich der inneren Realität nähert und, wie es sich für eine reife Seele gehört, bereit ist, dem Leben zu begegnen, der keine Angst hat, zu lieben und den starken Strom des Eigensinns aufzugeben, die Erfahrung machen, dass auch Tragödien einen ganz anderen Einfluss haben als bei einer unreifen Seele. Das ist wahre Objektivität, die nur durch das Reifen der Gefühle gewonnen werden kann in dem Sinne, dass das Leben und die Liebe, wenn persönliche Kränkungen an Gewicht einbüßen, nicht länger gefährdet sind. Echte Objektivität bekommt man nicht, indem man gewaltsam richtige Vorstellungen den kindischen, illusionären Ängsten überstülpt, die in eurem Unterbewusstsein weiter gären. Natürlich wird eine reife Seele den augenblicklichen Einfluss einer Tragödie mit all ihrem Kummer, all ihrem Gewicht fühlen, gleichzeitig wird sie aber die vorübergehende Bedeutung wahrnehmen und das Geschehen auch nicht nur mit dem Intellekt, sondern in ihrer gesamten Bedeutung und relativen Wichtigkeit richtig einschätzen. Deshalb wird die persönliche Erfahrung nicht so hart sein.

Die Tatsache, dass das Kind in euch das Lebensgeschehen in illusionären Eindrücken von Übertreibung, von Schwarz-Weiß-Denken erfährt, zieht einen weiteren Konflikt nach sich. Das ist der universelle Hang zur Selbstdramatisierung, der bis zu einem gewissen Grad in jedem Menschen steckt. Es gibt dann natürlich jene, bei denen das offenkundig ist, aber auch solche, bei denen es keineswegs so offensichtlich ist. Bei letzteren ist diese Tendenz weitaus schwerer zu finden, da sie zu versteckt liegt, gut getarnt ist und immer mit richtigen oder scheinbar richtigen äußeren Gründen rationalisiert wird. Der einzige Weg, diese Tendenz zu finden, ist wieder, eure Stimmungen und Gefühle zu analysieren und darauf zu hören, was sie euch sagen und warum. Ihr merkt zum Beispiel vielleicht, wie etwas Ermutigung, ein kleines Kompliment eure Stimmung in ungerechtfertigte Höhen oder zu Befriedigung jenseits aller Proportion hochschraubt, und wie ein wenig echte, eingebildete oder angedeutete Kritik euch den Tag versauen kann. Dieses Schwarz-Weiß-Denken bringt euch dazu, euch selbst zu dramatisieren. Ihr dramatisiert nicht nur eure Umwelt, wie sie mit euch in Beziehung steht, sondern ermutigt sie vorsätzlich aus einem sehr guten Grund, auch wenn ihr euch dessen nicht bewusst seid. Da das Kind in euch fortwährend nach Aufmerksamkeit heischt, benutzt es die Dramatisierung entweder offen oder subtil, andere dazu zu zwingen, dem zu entsprechen. Ich wiederhole, das geschieht nicht unbedingt durch äußeres Handeln. Viel häufiger wirken die inneren Reaktionen in der Weise, und ihr fühlt euch umso frustrierter, weil ihr euch nicht traut, sie auszuleben. Von daher zwingt ihr eure Umwelt nur in der Phantasie. Ihr baut eine irrealen Form auf einer irrealen Voraussetzung auf.

Vielleicht denkt ihr, dass diese Übertreibung in ihrer positiven Erscheinung doch nichts ausmacht. Ihr sagt, „Was ist schlecht daran, wenn ich durch eine kleine Sache überglücklich bin?“ Ich sage Ja, denn die Enttäuschung wird sich als umso niederschmetternder erweisen, wenn die Freude

unrealistisch ist. Daher müsst ihr lernen, in dieser wie auch in jeder anderen Hinsicht zwischen echt und unecht zu unterscheiden. Das soll nicht heißen, ihr müsstet die Freude zwanghaft beiseiteschieben. Aber geht auf sie ein und schaut sie mit etwas Objektivität auf dieselbe Weise wie die niederdrückenden Stimmungen oder anderen negativen Aspekte an. Achtet einfach nur auf das Kind in euch, wie es reagiert. Ihr könnt es nicht beiseiteschieben, selbst wenn ihr seine Existenz vollkommen anerkannt habt.

Im Zusammenhang mit der negativen Seite - der Selbstdramatisierung - entwickelt ihr eine Situation, um viel schlimmer zu erscheinen, und versucht dabei, andere dazu zu zwingen, Mitleid mit euch zu haben, euch Aufmerksamkeit zu schenken, euch zu Willen zu sein oder euch gegen diejenigen, die es nicht tun, beizustehen. All das kann sehr subtil geschehen, und es bedarf wiederum der Ehrlichkeit zu sich selbst, um in dieser Hinsicht die eigenen Gefühle zu erkennen. Selbst wenn ihr es fertigbringt, es nicht zu zeigen, existiert tief in euch noch die Stimme, die sagt, „Sieh mich armes kleines Wesen an, wie ich leide, wie unfair ich behandelt werde, wie absolut elendig alles ist.“ Oder andersherum, „Schau, wie schlecht ich bin. Indem ich meine Schlechtigkeit einräume, zeige ich, wie ehrlich ich bin, damit du mir die Bewunderung gibst, die ich haben will.“ Diese Dramatisierung kann viele Formen annehmen, aber es bleibt immer eine Form der Übertreibung, um das eigene Gewicht entweder offen oder verdeckt zu erhöhen.

Es wird euch allen von großem Wert sein, meine Freunde, die ihr auf diesem Pfad arbeitet, diesen besonderen Aspekt eurer Welt der Illusion zu finden, wo, wie und auf welche Weise ihr euch selbst dramatisiert und was dahintersteckt. Dann fragt eure Gefühle weiter: „Was ist mein Ziel? Halte ich es wirklich für so schlecht?“, was die Grundlage dafür auch sein mag. Zu Anfang besteht das Problem, dass euch in neun von zehn Fällen nicht mal bewusst ist, niedergedrückt zu sein, geschweige denn, warum. So müsst ihr damit anfangen, euch jeden Tag zu fragen, was ihr wirklich fühlt. Und dann könnt ihr tiefer gehen, um das Warum und Woher zu entdecken. Wenn die Depression nicht zu verbergen ist, werdet ihr suchen und sicher einige annehmbare Gründe dafür finden, oder ihr sagt sogar, „Ich weiß nicht, warum ich niedergeschlagen bin“. Aber sucht ihr eifrig, werdet ihr immer eine persönliche Kränkung ausmachen, etwas, das nicht nach eurem Willen gegangen ist, was das Kind in euch als Enttäuschung betrachtet.

Wie kann das Fehlen dieses inneren Zwangsstromes euch in die Realität und dadurch in einen sicheren Zustand von Glück und Heiterkeit versetzen? Fehlt dieser Zwangsstrom, dann ist es an euch - vorausgesetzt, ihr seid euch euer selbst sicher - zu erfahren, dass das Missfallen, wenn es tatsächlich existiert, nichts als eine eingebildete Verletzung ist. Aber ihr könnt euch euer selbst nicht sicher sein, solange das Kind in euch mit all seinem Egoismus, seiner Ichbezogenheit, seiner Einseitigkeit und seinen unfairen Forderungen existiert. Daher steckt ihr in einem Teufelskreis. Missfallen lässt in euch eine Saite anklingen, denn etwas tief in euch weiß, wie unbegründet in diesem Fall die Kritik auch ist, dass ihr selbst euren Mangel an Mut kritisiert, dem Kind in euch reifen zu helfen. In dem Maße, wie ihr euch auf diesen Reifungsprozess konzentriert und dadurch

all die negativen Aspekte des Kindes verliert, gewinnt ihr durch messerscharfe Vorstellungen an Sicherheit und Format, worauf ihr euch tief innerlich verlassen könnt. Wenn ihr diesen Respekt für euch selbst erlangt, werdet ihr immer weniger von Bestätigung anderer abhängig. Wenn ihr dann irgendwann Ablehnung erfahrt, müsst ihr suchen, ob nicht doch etwas Wahres darin steckt, auch wenn der andere den eigentlichen Kern nicht trifft. In dem Moment, wo ihr das findet, bedeutet die berechtigte oder unberechtigte Ablehnung für euch keine Verletzung mehr. Mit dieser Einstellung werdet ihr dann keine Angst mehr vor Kritik und Ablehnung haben, euer Zwangsstrom wird sich auflösen.

Wenn die Niedergeschlagenheit nicht aus Ablehnung, sondern aus dem unverblühten Bedürfnis rührt, auf der Stelle geliebt zu werden, und diese Liebe kommt nicht, seid ihr vielleicht ein bisschen traurig, aber euer Leben hängt nicht davon ab. Ihr werdet dahinkommen zu erkennen, dass nicht geliebt zu werden oder nicht in dem Maße, wie ihr es euch ersehnt, nur die Konsequenz eurer eigenen Probleme, eurer eigenen Unfähigkeit zur Liebe und eurer Angst davor ist. Auch werdet ihr erkennen, dass noch lange Zeit das langsam heranwachsende Kind in euch Grausamkeit und Aggressivität hervorbringt und das ganz subtil und zwar, wenn es sich gekränkt fühlt. Mehr noch, ihr werdet erkennen, dass diese Wirkungen weitgehend von der negativen Reaktion der anderen Person ausgehen. Diese Einsichten werden euch befreien und euren Reifeprozess fördern.

Wenn der zwanghafte Strom beseitigt ist, werdet ihr all das erkennen. Deshalb wird, was ihr normalerweise als Verletzung erlebt, aufhören, eine zu sein. Was hin und wieder in der Tat eine Enttäuschung war, wird euch nicht halb so verzweifelt machen, wie es das bisher tat und immer noch tut. Von daher habt ihr wahrhaftige Einsicht und deshalb die Freiheit gewonnen, die allein die Annäherung an die Wirklichkeit bringen kann.

Ist eine Beziehung zwischen zwei Menschen unausgesprochen, kommt es oft vor, dass sie sich in Tagträumen Situationen erschaffen, wie sie es sich wünschen. Das passiert sogar in gestandenen Beziehungen. Ihr „träumt“ fortgesetzt, wie es sein sollte. Es heißt, dies sei eine Flucht aus der Realität. Die ist zu freudlos, um sie zu ertragen, so schafft ihr euch eine angenehmere Welt für euch allein. Das stimmt, doch ist dazu noch mehr zu sagen. Das ist an sich auch Teil eines Teufelskreises. Die Realität ist so freudlos wegen dieser illusionären Bedeutung, die dem Zwangsstrom aufgrund des übertriebenen Bedürfnisses, jedermann müsse euch bestätigen, zugemessen wird. Aus diesem Grunde wird die Realität unerträglich, so dass ihr in eine Illusion flüchten müsst. Das tut ihr durch Ausbrüten tagträumerischer Phantasien. Je mehr Tagträume ihr fabriziert, umso mehr dreht ihr euch in diesem endlosen Teufelskreis. Denn wie sollte es der Realität je möglich sein, in dieses Bild zu passen? Das geht nicht. Was also auch passiert, selbst unter günstigsten Vorzeichen muss es euch enttäuschen, da Teil der illusionären Kinderwelt der Wunsch nach sofortiger Befriedigung ist, der totale Mangel an Geduld. Herrscht keine Geduld, wird das kleinste Anzeichen dafür, dass sich die vorgefasste Situation nicht einstellen will, Enttäuschung und deshalb Grausamkeit hervorrufen. Wie ich schon sagte, diese Grausamkeit kann

nicht anders, als den anderen zu beeinflussen, auch wenn beide dessen nicht bewusst sind. Damit sabotiert, ruiniert ihr, ja, zerstört jeden günstigen Moment, der euch begegnen könnte.

Ohne diesen zwanghaften Strom habt ihr es nicht nötig, euch feste Situationen zu erträumen. Ihr werdet deshalb flexibel sein und dem gegenüber treten, was ist, und nicht enttäuscht sein, wenn es anders ist als das, was euch eure Tagträume vorgegaukelt haben. Deshalb werdet ihr keine Feindseligkeit mehr in euch haben. Und deshalb wird der andere in dieser Hinsicht eure Offenheit spüren, und allmählich kann eine spontane, freie und reale Situation wachsen.

Meine liebsten Freunde, es ist für euch von vorrangiger Bedeutung, alles das herauszufinden und zu verändern. Das gilt für alle menschlichen Beziehungen. Es gilt für euer ganzes Innenleben und deshalb letztlich auch für euer äußeres.

Wenn ihr die tiefere Bedeutung dieser Worte wirklich versteht, versteht ihr vielleicht auch und erfahrt irgendwie, was der Begriff Realität tatsächlich heißt. Er bedeutet Freiheit von Ängsten und steht deshalb für größeres Glück und Sicherheit. Das aber ist nur bei emotionaler Reife möglich. Emotionale Reife ihrerseits ist die Verfassung, in der ihr bereit und fähig seid zu lieben. Also sind Realität und Liebesfähigkeit direkt miteinander verknüpft. Wir wissen auch, dass die Existenz des Zwangsstromes eure Liebesfähigkeit vermindert. Das muss euch ganz klar sein, theoretisch und praktisch - wie es sich insbesondere in euch persönlich zeigt. Findet heraus, wie eure Angst vor der Liebe euch dazu bringt, euch zurückzuziehen, und wie schuldig ihr euch dafür in eurem innersten Selbst fühlt. Stellt auch fest, wie nötig ihr es habt, andere zu zwingen, euch zu lieben, um für dieses Schuldgefühl zu büßen, als ob es eine Versicherung wäre, dass die verborgene Stimme eurer Schuld falsch sei. Findet die vorhandene Leere in euch, die eurem Unwillen zu lieben entspringt, und die ihr dadurch auszugleichen sucht, dass ihr andere zwingt, euch zu lieben. Aus all diesen Gründen arbeitet der Zwangsstrom heftig, wenn auch auf abwegige und verborgene Weise. Wenn ihr während eurer weiteren Arbeit all diese Gefühle und Reaktionen erkannt habt, gewinnt ihr große Einsicht und werdet viel besser verstehen, wovon ich hier spreche. Wir werden dann das reife Konzept der Liebe besprechen, worüber so viel Verwirrung, so wenig Klarheit und nur allgemeine spirituelle Vorstellungen bestehen, wovon die meisten von euch nicht wissen, wie ihr sie auf euer persönliches Gefühls- und Innenleben anwenden könnt.

Ohne diesen Zwangsstrom lässt ihr andere euch gegenüber so frei empfinden, wie sie es wollen. Und das nähert sich reifer Liebe weitaus mehr an als alle eure anderen Schliche, eure eigene Bedeutung zu dramatisieren. Deshalb braucht ihr euch keine eingebildeten Situationen mehr fabrizieren. Ihr werdet daher in euren Erwartungen nicht mehr rigide und auch nicht enttäuscht sein, wenn sich die Dinge anders entwickeln, als ihr es erwartet habt. Ihr werdet keine versteckte Feindseligkeit und keinen Groll mehr hegen, da keine Enttäuschung besteht. Mit solch einer Geisteshaltung gebt ihr anderen mehr. Dieses Geben wird immer neue Formen annehmen. In einigen Fällen wird es sich einfach als ein berührt Sein zeigen, ungeachtet dessen, dass euer Wille

nicht erfüllt wurde. Ihr werdet dem anderen die Freiheit geben, was ihr so lange nicht konntet, wie die verdrehten Bedingungen herrschten. Mit der Freiheit gebt ihr grundlegenden menschlichen Respekt, ungeachtet, ob euer Wille erfüllt wurde oder nicht. Von da aus setzt sich der gutartige Kreislauf fort. Mit solch innerer Freiheit - die ihr habt und daher gebt - könnt ihr die Realität wahrnehmen. Darin erfahrt ihr die reale Situation im Gegensatz zur eingebildeten und zwanghaft erwünschten, und ihr erfahrt sie auf tiefere und bedeutsamere Weise.

Vorgefasste, eingebildete Situationen, wie ihr sie in Tagträumen fabriziert, sind das Ergebnis des Zwangsstromes und des Egoismus'. Nur wenn ihr davon frei seid, könnt ihr die Einsicht und das Verständnis für die Wahrheit haben, wie sie mit euch und eurer Umgebung jederzeit verbunden ist. Wegen mangelnder Einsicht in die Bedeutung bestimmter Gefühle von euch verwirren euch bestimmte Vorstellungen. Am meisten verbreitet ist die Verwirrung über die Bedeutung reifer Liebe. Obwohl wir einige ihrer Aspekte in diesem und früheren Gesprächen berührt haben, müssen wir tiefer auf sie eingehen, um eure unbegründete Angst vor ihr zu beseitigen.

Für jetzt will ich dazu nur folgendes sagen: Oft bedrückt euch die Vorstellung, wahre Liebe hieße, man müsse seine Selbstachtung und Würde aufgeben. Ihr glaubt, ihr müsstet euch gerade dem egoistischsten Teil im Wesen des anderen ergeben. Dagegen wehrt ihr euch natürlich. Aber ein weiteres eurer Missverständnisse besagt, das Heilmittel dafür bestünde darin, sich von der Liebe insgesamt zurückzuziehen. Ihr schwankt zwischen diesen beiden Extremen hin und her. Entweder seid ihr unterwürfig und spürt dabei, dass das jedenfalls für alle Betroffenen ungesund ist und schließlich ebenso wenig mit Liebe zu tun hat wie das andere Extrem, oder ihr zieht euch in euer Schneckenhaus zurück, worin ihr euch nicht nur allein und unerfüllt fühlt, sondern wo ihr auch ständig die nagende Stimme eures höheren Bewusstseins hört, das euch drängt, es nicht zu tun. Ihr könnt auf diese Stimme nicht achten, denn eure Vorstellung ist durcheinander, sogar in eurem Denken, ganz zu schweigen von euren Gefühlen. Wir werden auf dieses Thema ein andermal intensiver eingehen, nicht aus dem Blickwinkel von Idealen, die jetzt für euch nicht annehmbar sind, sondern von einem „praktischeren“ Gesichtspunkt aus. Wir werden sehen, warum und wie ihr wegen falscher Vorstellungen aus unbegründeter Angst vom Wege abweicht. Dann werden wir das richtige Bild mit dem vergleichen, das euren Abweichungen entspricht.

Damit ihr aus meinen Worten echten Nutzen ziehen könnt, müsst ihr eure Gefühle erfahren und ihre Sprache verstehen. Ich kann das nicht genug betonen. Wenn ihr das tut, werdet ihr gelassener sein und nicht mehr Schwankungen unterliegen, und folglich werden eure Gefühle stärker auf die Realität eingestimmt sein. Nur so, auf diese unbeschreibliche, mit Worten nicht zu vermittelnde Weise könnt ihr das Gefühl bekommen, was absolute Realität heißt und warum diese Welt, das Erdenschiff, eine Täuschung ist. Solange das nur Worte für euch sind und ihr nicht erkennt, wo ihr euch in Irrealität befindet, wird euch dieser Begriff nichts sagen. Nur durch Erkennen, wenn ihr also imstande seid, eure Irrealität zu beseitigen, könnt ihr euch langsam der Tür nähern, durch die

ihr manchmal vielleicht eine Spur von dem erhaschen könnt, was kosmische, spirituelle oder absolute Realität ist.

Was ist Intelligenz anderes als Realität? Einige Menschen haben eine Menge Intelligenz - und wo diese Intelligenz funktioniert, sind sie in einer Art Realität. Wo sie nicht funktioniert, sind sie in ihre Wirrungen abgetaucht und sind fern der Realität. Das Problem bei Menschen, die intelligent sind, besteht zu einem gewissen Grade darin, dass sie nicht erkennen, wo sie nicht intelligent sind. Aber wer weniger Intelligenz hat, ist sich auch seines Mangels an Realität nicht bewusst. Ferner ist Realität geistige und emotionale Gesundheit und Klarheit. In dem Maße, wie du nicht gesund bist, lebst du in Irrealität. Du siehst die Wahrheit nicht.

Wir besprachen den Begriff „Leben im Jetzt“. Ich sagte, dass das auf falsche, kindische, ungesunde wie auf reife, positive Weise möglich ist. Letzteres bringt Frieden, Harmonie und Sicherheit und eine so volle Lebenserfahrung, wie ihr sie euch unmöglich vorstellen könnt. Auf richtige Weise im Jetzt zu leben, bedeutet ein vollständiges und umfassendes Bewusstsein für den Augenblick, seine Bedeutung, seine Wahrheit. Das ist nur zu haben, wenn man sich auf das einlässt, was ist, statt sich zu wünschen, was sein müsste oder sollte. Mit anderen Worten, rigide aufgebaute, eingebildete Situationen verhindern nicht nur die Realität, sondern auch die volle Erfahrung dessen, was das Leben wirklich zu bieten hat, vom Leben im Jetzt. Wenn ihr im Jetzt lebt, gibt es keine derartigen Tagträume, keine vorgefassten Situationen. Also vibriert ihr flexibel und lebt im Augenblick, auch wenn er ab und zu schwierig oder langweilig ist. Ihr seid in dem Moment voll da! Hier! Jetzt!

Die Konzentrationsübungen, die ich vor einer Weile besprochen habe, sind eine wertvolle äußere Hilfe, zusätzlich zu der inneren Notwendigkeit, eure Gefühle zu analysieren, um jene Vorstellungen zu ändern, die nicht mit der Wahrheit oder der Realität übereinstimmen. Dieser zusätzliche Schritt ist eine große Hilfe, vorausgesetzt, er steht nicht anstelle der inneren Arbeit. Wenn ihr euch erinnert, was ich gesagt habe, werdet ihr sehr deutlich sehen, dass dies ein anderes Herangehen an das Leben im Jetzt ist. Ich sagte, ihr solltet euch auf einen Zustand des Nicht-Denkens (durch den Gebrauch einer Reihe verschiedener Methoden) konzentrieren, aber nicht indem ihr eure Gedanken in den Nebel eines vagen Hintergrundenkens wegfließen lässt oder in ihn flüchtet, sondern indem ihr einfach da seid. Nicht zu denken, während ihr richtig da seid, in euch, statt fern von euch, ist schwer zu lernen. Die Tatsache, dass es so schwer ist, zeigt euch, wie wenig ihr im Jetzt lebt, wie sehr ihr außerhalb der Realität des Augenblicks steht. In dem Maße, wie ihr in der Realität lebt, könnt ihr bei euch sein und euch beobachten, wie ihr nicht denkt. Natürlich ist es möglich, dass Menschen bei diesen Übungen mit purer Disziplin eine vergleichsweise hohe Effizienz erreichen, während sie es unterlassen, ihre inneren Beschädigungen zu finden. Dann hat solche Tüchtigkeit sicherlich den Vorteil, sie dort tauglicher zu machen, wo sie bereits frei sind, aber Disziplin an sich vermag die Fehler der Beschädigungen nicht zu beseitigen. In diesen Bereichen wird das Durcheinander und die Irrealität weiterbestehen und daher diese Menschen an reicher Lebenserfahrung hindern, daran, ihre Fähigkeiten und schöpferische Kraft voll zu

verwirklichen. Darum sind beide Herangehensweisen günstig. Während inneres Suchen und Verändern unerlässlich sind und euch ohne die äußere Hilfe solcher Übungen zum Ziel bringen können, werden letztere eine zusätzliche Hilfe sein. Das muss klar verstanden werden.

Die Schwierigkeiten, denen ihr in diesen Übungen begegnet, sollten euch nicht entmutigen oder abschrecken. Wenn ihr dabei bleibt und beharrlich seid, werdet ihr schließlich Erfolg haben, wenn auch nur für Momente. Das ist ein guter Anfang. Die Auswirkungen auf euch sind weitaus wertvoller, als ihr momentan erkennen könnt, vorausgesetzt, ihr macht es in Verbindung mit der anderen Arbeitsmethode, die wir benutzen.

Ich möchte euch für diese Konzentrationsübungen einige weitere Vorschläge machen. Leider muss ich beobachten, dass meine Freunde sie nicht so ausführen, wie sie sollten. Ihr alle wart ein bisschen lässig in dieser Hinsicht, und das ist schade.

So lässt mich euch also ein paar weitere Vorschläge machen, die einigen von euch den Erfolg erleichtern werden. Die Menschen müssen verschiedene Herangehensweisen ausprobieren, bevor sie die finden, die zu ihnen am besten passt. Wenn ihr euch einige Minuten für eine solche Übung hinsetzt, ist das erste, was ihr tun müsst, auf eure Stimmung zu achten. Schaut, ob ihr ungeduldig oder ungestüm seid. Dann fragt euch, „Wo treibt mich meine Eile hin? Was glaube ich zu vermissen, wenn ich einige Minuten für diese Übung aufwende?“ Erkennt die Irrealität dieser Eile. Ihr habt in euch das Gefühl, dies wäre Zeitverschwendung. Dann bedenkt, wie unverhältnismäßig viel Zeit ihr auf diese oder jene Tagträume oder auf belanglose schwebende Gedanken verschwendet, die euch nur halb bewusst sind. Aber geht es darum, sich mal für fünf Minuten oder so hinzusetzen, sagt zumindest euer Gefühl, „Das ist Zeitverschwendung“, denn sonst würdet ihr es nicht so eilig haben. Dann habt ihr alles Mögliche zu tun, was wichtiger ist. Erkennt die Absurdität dieses Gefühls.

Beobachtet ihr diese Einstellung und Stimmung und gewinnt etwas Distanz zu ihr, werdet ihr aufgrund der bloßen Tatsache, dass ihr dazu euren Verstand benutzt, allmählich Frieden und Entspannung finden.

Als nächstes solltet ihr, wenn Körper und Kopf völlig entspannt sind, die Augen schließen und versuchen, euch selbst, wie ihr gerade sitzt, zu sehen. Konzentriert euch darauf, als wärt ihr außerhalb von euch selbst, oder als ob euch jemand anderes sieht, wie ihr jetzt seid, was ihr anhabt, welche Haltung ihr habt, was für einen Gesichtsausdruck. Das ist weder egozentrisch, meine Freunde, noch verleitet es euch dazu. Es führt euch lediglich zu einer unbeeinflussten Selbstbeobachtung von einer anderen Warte, einem anderen Ansatz aus. Tut ihr dies, werdet ihr zweifellos merken, wie ihr ruhiger werdet. Beobachtet ihr euch dann selbst, werdet ihr möglicherweise bei euch eine bestimmte Mimik entdecken, die ihr sonst vermutlich nicht bemerkt hättet. Ihr spürt vielleicht, dass beispielsweise euer Mund aufgeht oder eure Schultern herabsinken

oder ihr sie zwanghaft auf eine angespannte, künstliche Weise haltet. Achtet auf all das, als ob ihr jemand anderen von nahem betrachtet. Es muss nicht lange sein. Dann versucht eine der Übungen, über die ich zuvor sprach, oder versucht diese, die schon etwas weiter entwickelt ist, aber einigen von euch leichter fallen wird als andere. Beobachtet euch selbst, während ihr nicht denkt. Passt auf, was für Gedanken kommen. Das ist eines der besten Mittel, um Hintergrunddenken zu vermeiden, das euch vom Hier und Jetzt ablenkt. Ihr könnt beinahe selbst fühlen, wie ihr da auf Beobachtungsposten an einer Art Türschwelle steht. Wenn ihr Erfolg habt, und sei es nur für eine halbe Minute, wird das eine wunderbare Wirkung auf euch haben.

Sollte die Kette nach einigen Sekunden wieder abreißen, macht euch nichts draus. Werdet nicht ungeduldig. Fangt wieder an, beobachtet euch erneut im Zustand, nicht zu denken. Achtet dabei auf die Leere. Je mehr Erfolg ihr habt, desto mehr werdet ihr erkennen, wie ihr gerade seid, des Augenblicks bewusst, in dieser bestimmten Realität, nicht im leichten Nebel vager schwebender Gedanken, die oft überhaupt keinem Zweck dienen, noch in einer selbstgeschaffenen Traumwelt. Wenn ihr durch eure unkontrollierten Gedankengänge in die Irrealität weggleitet, seid ihr für euch selbst und den Augenblick nicht voll bewusst und deshalb in der Irrealität. Das Hintergrunddenken, in dem ihr schwebt, ist euch immer fern, wie ihr sicher beobachten werdet.

Wenn ihr mit der Übung Erfolg hattet, und sei es nur für kurze Zeit, ist das ein wunderbarer Moment für ein Gebet oder eine Meditation, oder um euer Unterbewusstsein zu unterweisen. Denn dann ihr seid völlig offen, empfänglich und lebendig. Ihr werdet eure Gedanken besser formulieren können, wenn ihr daran denkt, was ihr bei eurem jetzigen Entwicklungsstand am meisten braucht. Immer wenn ihr euch in eurem Leben über etwas, was ihr kürzlich herausgefunden habt, verwirrt oder unsicher fühlt, wenn ihr euch über etwas, was euch stört, nicht im Klaren seid, ist es die beste Zeit, eure Frage, eure Verwirrung, eure mangelnde Klarheit deutlich hervorzubringen. Das ist immer der erste Schritt, die nötige Klärung zu erreichen. Zu diesem Zeitpunkt solltet ihr auch euren endgültigen Willen und die Absicht ausdrücken, alle Widerstände auszuräumen, euch selbst zu betrachten und zu verändern, wo nötig. Gebt ihr eurem Unterbewusstsein eine solche Anweisung oder bittet Gott um Hilfe, ist das die beste Zeit, um die Reaktionen des Unterbewusstens zu beobachten. Wie weit ist es zur Mitarbeit bereit? Das wird es, wenn ihr den uneingeschränkten Wunsch fühlt, euch allem, was ist, zu stellen. Fühlt ihr euch unwohl und ängstlich, wünscht ihr, eure Einsicht zu begrenzen, dann wisst ihr, dass das Kind in euch Widerstand leistet - und ihr werdet nun wissen, dass das schädlich und gegen euer bestes Interesse ist.

Ihr könnt dann solche Unterweisungen oder Gedanken jedes Mal in gestochen scharfem Vordergrunddenken äußern, wenn ihr spürt, nicht mehr auf „Wacht“ stehen zu können. Immer wenn eure Gedanken in diesen vagen Nebel abzugleiten drohen, ist das der Moment, euch selbst wieder einzukriegeln. Zu solchen Zeiten ist es einfacher, positiv mit bewussten und wertvollen Vordergrundgedanken zu denken, als wieder anzufangen, nicht denken zu wollen. Das könnt ihr

müheles dann wieder, wenn ihr zuvor einige dieser wohlüberlegten, positiven, knappen Vordergrundgedanken hervorgerufen habt.

Wenn ihr auf diesem Pfad in der Richtung, in die ich euch bisher führe, mit den zwei euch gezeigten Herangehensweisen weitermacht, gelangt ihr an einen Punkt, an dem ihr euch nicht nur frei von Spannungen und Ängsten, von vielen unnötigen Lasten fühlt, sondern wo ihr auch in jedem Augenblick viel lebendiger seid. Eure Reaktionen werden viel spontaner, viel gesünder, eure Intuition viel zuverlässiger.

Ich bin sicher, dass es im Zusammenhang mit diesem Thema viele Fragen gibt. Denkt darüber nach, so dass wir an ihnen gemeinsam arbeiten können. Ich weiß, dass dieses Thema nicht einfach ist. Und für diejenigen, die bei ihrer Arbeit noch nicht auf diese Gefühle gestoßen sind, ist es schwer fassbar; diese Worte sollen eine Richtung weisen, in der ihr von nun an weitersuchen solltet. Wenn ihr nicht blockiert seid, werdet ihr Erfolg haben und viele Aspekte finden, die ihr nun in einem anderen Licht begreifen werdet. Ich will es so sagen: Der natürliche Prozess eurer Arbeit wird gerade jene Aspekte ans Licht befördern, die ich hier beschrieben habe, und meine Worte werden zu ihrer Klärung beitragen. Aber ein solcher Arbeitsprozess lässt sich nicht zwanghaft bewältigen. Wenn sich eure Suche organisch weiterentwickelt, wird sie ein Licht darauf werfen, was in jeder Phase anzupacken ist. Versucht alles, was ich euch gesagt habe, als wertvolles Material für viele Monate Arbeit zu betrachten. Euch dem beharrlich zu nähern, wird euch Frieden geben.

Gottes Segen, meine Liebsten, für jeden von euch. Möge euch die jetzt gegebene Stärke und der Segen helfen, der Realität zu nähern. Seid in Frieden, seid mit Gott!

Copyright © Eva Broch-Pierrakos 1960

Übersetzung © Paul Czempin 1983, 1993, 1998, 2000, 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-Foundation
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.