

Der Puls des Bewusstseins

Grüße, meine allerliebsten Freunde. Segen der gesamten kommenden Arbeitsphase, nicht nur für diese Stunde, sondern alle folgenden Bestrebungen, Mühen und Schritte auf eurem Pfad, die dazu führen müssen, dass ihr nach Hause findet - vorausgesetzt, diese Mühen sind aufrichtig und umfassend. Zuhause ist das reale, allerinnerste wahre Selbst. Wer sein wahres Selbst lebt, ist zuhause. Zuhause in der Welt, zuhause im Leben - sicher, geschützt, mit einem fest gegründeten Boden unter seinen Füßen. Zuhause bedeutet der innere Ort, wo alle Probleme ihre Lösung finden, wo es weder Angst, noch Hass gibt. Wenn Angst herrscht, muss es auch Hass geben, und umgekehrt. Sie sind wirklich ein und dasselbe. Zuhause ist der innere Ort, wo ewiges Wohlbefinden und ewiges Leben Realität sind - als erfahrene Tatsache.

Zuerst ist ewiges Leben relativ. Nach und nach wird es absolut. Relativ ewiges Leben mag wie ein Widerspruch, wie eine Absurdität erscheinen. Dennoch, ewiges Leben im Absoluten kann sich nicht in einer plötzlichen Manifestation enthüllen. Es enthüllt sich allmählich, wie das Bewusstsein sich erweitert und die Zeit sich erweitert, von einer Dimension zur anderen. In der dreidimensionalen Zeit selbst wächst das Gefühl für die Ewigkeit, erweitert sich das Leben selbst - nicht nur in dem Sinn, dass sich, je gesünder und mehr ganz ein Mensch wird, umso mehr die Dauer seines Lebens erweitert, sondern auch im inneren Fühlen und Erfahren dessen. Aber darüber werden wir ein andermal sprechen.

In jedem Herbst gibt bei Beginn einer neuem Arbeitsphase die erste Lesung sozusagen das Tempo und die Stufe an. Sie stellt unseren Interessenschwerpunkt als Gesamtbild vor, ungeachtet, nötiger Wiederholungen. Sie gibt einen Entwurf der künftigen Arbeit und muss gleichzeitig das organisch fortsetzen, wo wir aufhörten. Deshalb wird diese Lesung gleichzeitig die logische Folge von dem sein, was vorüber ist, und ein Hinweis, was kommen muss. Das heißt, wenn ihr euch sensibel darum bemüht. Das Thema ist davon ist der PULSSCHLAG DES BEWUSSTSEINS.

Jeder weiß, alle lebenden Organismen pulsieren, atmen und bewegen sich. Seltsamerweise aber werden diese Eigenarten primär den physischen Manifestationen des Lebens zugeschrieben und werden vernachlässigt, wenn es um das Bewusstsein geht. Trotzdem müssen dieselben Gesetze für beide gelten.

Lasst mich kurz bestimmte grundlegende Aspekte über das Pulsieren aufzählen. Alles, was lebt, muss pulsieren, wie es atmen und sich bewegen muss. Deshalb hängen Pulsieren und Atmen

miteinander zusammen. Die Bewegung des Lebens ist in beidem enthalten. Die Bewegung ist unwillkürlich und tritt in rhythmischen Intervallen auf, vorausgesetzt, der Organismus ist gesund, harmonisch, unbeeinträchtigt. Denkt an den Herzschlag eines gesunden Menschen zum Beispiel. Er ist sehr regelmäßig und rhythmisch. Ein krankes oder beunruhigtes und ängstliches Herz verliert automatisch diese rhythmische Qualität. Alles Gesunde pulsiert und bewegt sich rhythmisch.

Dieser Rhythmus tritt auf physischer Ebene entsprechend der Zeitdimension auf, die für alle physischen Erscheinungen gilt. Das ist die dreidimensionale Zeit. Denn die dreidimensional orientierte Wahrnehmung, die rhythmische Bewegung verläuft in regelmäßigen Intervallen. Die Schwingung kann der dreidimensionalen Zeit gemäß gemessen werden.

Die unwillkürlichen Bewegungen treten den vor eine Weile aufgezeigten drei Prinzipien gemäß auf, nämlich dem expansiven, dem beschränkenden und dem statischen Prinzip. Alles, was lebt, muss diesen dreien folgen. Atem und Puls stellen diese Wahrheit ganz deutlich dar.

Auf der physischen Ebene ist das alles sichtbar. Dieselben Gesetze gelten auf der Ebene des Bewusstseins, obwohl sie hier weniger deutlich sind. Es braucht ein gewisses Maß an Einstimmung auf die Seelenbewegungen und die innere Realität des Selbst, um diese Gesetze zu erkennen, sie zu erfahren; zuerst ist es ein Spüren und ein intuitives Wissen, bis es eine so eindeutige und tatsächliche Erfahrung wird, wie jede „äußere“ Lebensatsache.

Ist das Bewusstsein harmonisch und im Einklang mit den universellen Gesetzen, so ist sein Rhythmus regelmäßig. Die Dimension des Bewusstseins ist nicht dreidimensional wie die des physischen Organismus. Der emotionale, mentale oder spirituelle Organismus gehört zu einer anderen Dimension. Deshalb scheint seine rhythmische Natur nicht dieselbe Art von Regelmäßigkeit in seinen Intervallen zu haben, wie es die physischen Schwingungen tun. Für die dreidimensional ausgerichtete Wahrnehmung sind die Schwingungen oder Bewusstseinszyklen nicht rhythmisch. Sie scheinen unregelmäßig und zufällig. Der Expansionszyklus zum Beispiel kann länger oder kürzer sein als der beschränkende. Oder ein Expansionszyklus dauert länger als der nächste. Doch dieser anderen Dimension gemäß kann die Bewegung gesetzmäßig, regelmäßig, harmonisch sein. Innerhalb seines eigenen inneren Gesetzes ist es sinnvoll und nur im Sinne des individuellen Bewusstseins und der Bewusstseinsaspekte zu verstehen, die jede einzelne Bewegung ausdrückt und bedeutet.

Mit anderen Worten, der Puls des Bewusstseins gibt jeden Augenblick den Bewusstseinszustand, den Grad an Selbstverwirklichung und Wachstum oder deren Fehlen an. Er stellt die besondere Bedeutung dar, wo Wachstum am nötigsten ist, wo es um den Preis der Vernachlässigung anderer Bereiche zu stark betont ist. Die Erfahrung jedes Einzelnen, wie ihr bereits wisst, ist ein Resultat

seiner innersten Anschauungen, Vorstellungen, Einstellungen, Gefühle und Handlungen. Wie man jeder Erfahrung begegnet, das bestimmt auch den Rhythmus der Schwingung. Menschen merken oft Phasen oder Zyklen in ihrem Leben. Sie fühlen, dass sie „gute“ oder „schlechte Zeiten“ haben. Gelegentlich spüren sie sogar, dass bestimmte Phasen mehr in eine Richtung tendieren und sich mehr auf bestimmte Aspekte des Lebens konzentrieren, während in anderen Phasen ganz andere Schwerpunkte hervorstechen mögen. Diese Manifestationen sind natürlich Aspekte der Schwingung des Bewusstseins. Aber sie erscheinen nicht in regelmäßig eingeteilten Intervallen, wie es der physische Puls des Organismus tut. Ist jemand jedoch als Folge reichlicher Selbsterkenntnis und Entwicklung sehr aufnahmefähig, sehr intuitiv und sehr fein eingestimmt auf die innere Realität, spürt er deutlich, dass diese unregelmäßigen Phasen nicht chaotisch oder willkürlich sind. Auch sie folgen einer gewissen Ordnung, obwohl deren Natur noch unverständlich sein mag.

Lasst uns nun versuchen zu verstehen, was das expansive, das beschränkende und das statische Prinzip im Sinne der pulsierenden Bewegung des Bewusstseins bedeuten. Die Bewegung der Expansion drückt das Aus-sich-Herausgehen aus, die beschränkende Bewegung bedeutet das Einbringen oder Sammeln im Organismus, die statische Bewegung die Einverleibung von beidem und den Übergang von einem zum anderen. Vor einigen Jahren sprach ich darüber mehr im Detail. Die Bedeutung dieses dreifachen Prinzips in Bezug auf das lebende, atmende, pulsierende Universum in all seinen Aspekten ist sehr wichtig.

Wie erwähnt, ereignet sich der Wechsel von einer zur anderen dieser drei Bewegungen im gesunden Organismus regelmäßig und bedeutungsvoll. Die spirituelle Bedeutung ist immer Wachstum, Vervollständigung, Vollkommenheit, weitere Schöpfung und höchste Lust. Denn Wachstum und Lust sind eines. Das eine kann nicht ohne das andere existieren. Im organischen Wachstum stellt Expansion den unmittelbaren Ausdruck der Entwicklung dar, während die Beschränkung und das statische Prinzip sie indirekt fördern (durch Einverleibung, Verdauung, Anwendung des Erreichten, Ruhe).

Im gestörten, durch falsche Auffassungen verzerrten Organismus, scheint die expansive Bewegung gefährlich. Falsche Auffassungen müssen immer Widerstand gegen Wachstum zur Folge haben. Der gestörte Organismus muss voll Angst sein. Und Angst lässt Expansion schmerzhaft und bedrohlich erscheinen. Angst verengt sich zu Unlust. Daher zieht sich der Organismus unangenehm zusammen, wo er sich wohltuend ausdehnen sollte. Und wenn die natürliche Kontraktionsbewegung im rhythmischen Wechsel einsetzen soll, kann sie es nicht, da der Organismus bereits verkrampft, verhärtet und so übertrieben zusammengezogen ist, dass eine pulsierende Lebensbewegung unmöglich wird.

Alle äußere oder scheinbar äußere Erfahrung, die der Mensch macht, ist, wie wir wissen, tatsächlich selbstbewirkt. Sie ist eine Widerspiegelung dessen, was bereits in ihm existiert. Es

könnte ihm äußerlich nicht begegnen, wenn es nicht zuerst in seinem eigenen Bewusstsein wäre. Für den Menschen, der von seinem Unterbewusstsein abgetrennt ist, scheint dies bestenfalls theoretisch und allzu metaphysisch. Wer die Mechanismen und die Realität seines eigenen Unterbewusstens erforscht und entdeckt und sich dann damit identifizieren und verbinden kann, hat das, was ich hier sage, als unbestreitbare Tatsache erfahren.

Wenn jemand, der mit dem Teil seines innersten Selbst, der das bewirkt hat, nicht verbunden ist, eine negative äußere Erfahrung macht, weist er sie ab, zieht sich von ihr zurück, zuckt vor ihr zusammen. Der Organismus verkrampft sich in einer Bewegung der Angst, weg von dem, was ihm fremd erscheint, und als hätte es mit ihm nichts zu tun. Aber da die unbequeme äußere Erfahrung tatsächlich ein Aspekt eines bestehenden inneren Zustandes ist, läuft der Kampf dagegen auf den Kampf gegen das eigene Selbst hinaus. Daher ist es völlig wider das Gesetz des Wachstums, die Schwingung des Bewusstseins zu beschränken, indem man sich verhärtet und die Erfahrung verweigert. Ich werde die sinnvolle und angemessene Reaktion gleich erklären.

Diese scheinbar theoretische Diskussion ist nicht halb so theoretisch, wie sie äußerlich erscheinen mag, meine Freunde. Ich will euch zeigen, wie ihr dies sofort und ganz praktisch dort anwenden könnt, wo ihr auf eurem Pfad gerade seid, vorausgesetzt, ihr richtet eure Aufmerksamkeit, euer Bewusstsein auf eure Gefühle und Seelenbewegungen. In den vorangegangenen Arbeitsjahren muss euch wenigstens einigermaßen bewusst geworden sein, was ihr in jedem Moment fühlt. Zum Beispiel registriert ihr, wenn ihr euch aus Angst verkrampft. Ich sprach über die Sache mit den Seelenbewegungen immer und immer wieder. Leider merken die meisten Menschen nicht einmal, dass so etwas existiert. Aber mit etwas Beobachtung und Wendung nach innen, um die einzelnen Bewegungen eurer Seele wahrzunehmen, werden euch ihre Existenz, ihre Bedeutung deutlich bewusst. Zum Beispiel werdet ihr den enormen Unterschied eurer Seelenbewegungen erkennen, wenn ihr mit euch selbst im Einklang seid. Wenn ihr spürt, dass zwischen euch und eurem Leben alles in Ordnung ist. Diese Seelenbewegungen erfüllen euch mit einer wunderbaren, feinen, aber ausgeprägten Bewegung, die vibrierend, lustvoll und harmonisch ist. Ihr könnt fühlen, wie ihr fröhlich auf die Welt außen zugeht, wie euer ganzer innerer Organismus angstfrei und froh aus sich herausgeht, auch wenn die äußere Erfahrung unklar und nicht unbedingt angenehm ist. Diese angstfreie Begegnung mit ihr befähigt euch, über die Erfahrung hinauszugehen, sie wirklich aufzunehmen. Auf diese Weise verschwindet die Bedrohung bald. Die beschränkende Bewegung verkrampft und überfüllt nicht. Sie bleibt organisch. Während der Bewegung nach innen korrigiert das Bewusstsein auf seinen tiefsten Ebenen die falschen Auffassungen, die die unwillkommene äußere Erfahrung hervorgebracht haben. Indem ihr vor dem ausgehenden Pulsschlag nicht zurückschreckt und dem begegnet, was zunächst als Schmerz erscheint, mag die einsammelnde Bewegung diesen Schmerz zunächst verstärken. Aber hat man sich ihr wirklich gestellt, nimmt sie bald ganz natürlich von selbst ab, und beim nächsten ausgehenden Pulsschlag ist der Müll (falsche Auffassungen, Angst) ausgeschieden - genauso wie der physische Organismus Schadstoffe durch

das pulsierende Blut und den Pulsschlag ausscheidet. Bald sind die folgenden Bewegungen voller Lust, wo sie zuerst voll Schmerz waren. Die Sicherheit und Lust kann man nicht erlangen, wenn der spirituelle Pulsschlag durch Verhärtung, durch Verweigerung der Erfahrung, durch unnatürliche Beschränkung aufgehalten ist.

Je besser ihr auf euren inneren Pfad eingestimmt seid, desto klarer werdet ihr erkennen, dass jede Phase eures Lebens im Sinne eurer Entwicklung etwas bedeutet. Jede Phase konzentriert sich auf bestimmte Aspekte eures Wesens. Und jede Schwierigkeit und Härte verlangt etwas von euch. Sie trägt eine eindeutige Botschaft in sich, die von eurem eigenen wahren Selbst kommt. Wie bald werdet ihr diese Botschaft verstehen und begreifen, was ihr zu lernen habt? Wann werdet ihr euch entscheiden, sie in der pulsierenden Offenheit eurer Seele durchzumachen, anstatt sie zu umgehen zu versuchen? Das letztere ist völlige Illusion. Denn die Begegnung mit der Schwierigkeit LÄSST SICH NICHT wirklich vermeiden. Sie muss wieder auftreten, in anderer Weise, bis ihr euren spirituellen Organismus von seinem Leid geheilt habt. Vor der Erfahrung, die schmerzhaft, unbequem, gefährlich scheint, zu fliehen, ist Flucht vor euch selbst. Genauso wie gegen sie zu kämpfen bedeutet, mit euch selbst zu kämpfen. Der Angst vor der Erfahrung nachzugeben, bringt euch dazu, die Erfahrung abzulehnen. Da die Erfahrung ein Ergebnis von euch selbst ist, läuft eure Weigerung darauf hinaus, euch selbst abzulehnen. Psychologisch manifestiert sich diese Weigerung in der Leugnung von Glück und Freude. Das ist der Grund, warum es wahr ist, dass nur der, der Schmerz ertragen kann, in eben demselben Maße Freude haben kann.

Ungeachtet, wieviel theoretisches Verständnis ihr schon über das Prinzip und die Wahrheit des äußeren Lebens besitzt, das nicht mehr oder weniger als eine Reflektion eures inneren Bewusstseinsstandes ist, bedeutet es wenig, wenn ihr die Erfahrung scheut. Jesus drückte dasselbe mit den Worten aus, „Widersetzt euch nicht dem Bösen“. Dieser Satz kann natürlich wie alles andere leicht missverstanden und verzerrt werden. Das Böse ist nichts weiter als tief eingemietete falsche Auffassungen und ihre unvermeidlichen Folgen: Angst, Schuld, Wut, Hass, Gier, Grausamkeit, Eigennutz, Destruktivität vom Selbst und anderen - vom Leben. Alles Negative in der Welt rührt von etwas, was ihr glaubt und nicht der Realität entspricht. Egal, was der negative Vorfall im eigenen Privatleben sein mag, er muss innerlich verursacht worden sein, von einer falschen inneren Vorstellung, nach der man funktioniert, vorgeht, lebt, auf die man eingeht und reagiert. Die Illusion der Trennung zwischen eurem äußeren und inneren Leben könnte ich fast mit einer „optischen Illusion“ gleichsetzen. Nichts könnte also größerer Unsinn und ein größerer kriegerischer Akt euch selbst gegenüber sein, als der Erfahrung zu entfliehen, die ihr scheinbar losgelöst von euch macht.

Die einzige Art, damit umzugehen, ist, sich auf Erfahrung einzulassen. Was den Puls des Bewusstseins betrifft, ist folgendes angezeigt und allemal lohnend. Wenn etwas passiert, wovor ihr zurückweicht, ganz gleich, ob ihr leicht verärgert, völlig entsetzt oder etwas dazwischen seid, bleibt

innerlich entspannt. Achtet auf die automatische, reflexartige Reaktion eurer Seelenbewegung, wie sie sich von selbst verspannt. Wenn ihr der Erfahrung gegenüber offen und entspannt bleibt, lässt ihr sie euch erleben, wie schmerzhaft oder erschreckend sie auch scheinen mag. Damit gebt ihr zu, dass es sowieso eure ist, und macht euch daran, ihre Ursache in euch selbst zu finden. Ihr erklärt euch bereit, sie zu erforschen und zu verstehen, und lebt auch in eurem Gefühlsleben nach dieser „Erklärung“, indem ihr dem gesunden Puls eurer Seele weiter seinen natürlichen Lauf lasst. So bleibt eure Verfassung offen, wodurch ihr begreifen und unendlich viel besser reagieren könnt, als wenn ihr euch im Spannungsfeld zwischen Angriff und Verteidigung befindet.

Dazu scheint es viel Vertrauen ins Leben, ins Universum, zu anderen und in euer eigenes innerstes Selbst zu brauchen. Denn bleibt ihr in eurer Seelensubstanz entspannt und ungeschützt und lässt die geschmeidigen Bewegungen des natürlichen Pulses weiter zu, scheint ihr in Gefahr. Ist es denn nicht reine Illusion anzunehmen, diese unnatürliche und ausweichende Art der Selbstverteidigung sei ein viel zuverlässigerer Schutz als der, den ich vorschlage? Darüber ließe sich lange streiten, doch ihr ergreift besser die Chance und findet es heraus. Jedenfalls werdet ihr die Wahrheit dieser Worte erkennen. Ihr werdet sehen, wie das, was zuerst schrecklich bedrohlich oder unerträglich schmerzhaft schien, und was es um jeden Preis zu vermeiden galt, sich bald in tiefe Aufklärung, Sicherheit, Wohlbefinden verwandelt. Ihr werdet fühlen, wie euer ganzer innerer und äußerer Organismus vor Leben sprüht und wächst.

Hört die beschränkende, gespannte, angestaute Bewegung von selbst auf, wo sie eigentlich vor Leben sprühen und pulsieren sollte, lässt sich das etwa so in Worte fassen, „Ich will diese Erfahrung nicht.“ Das setzt voraus, ihre Ursache habe nichts mit euch zu tun und die Umstände, der Zufall, andere Menschen hätten sie euch eingebrockt. Entdeckt ihr also die Rückweichbewegung eurer Seelenströme, wisst ihr daher nun, dass ihr die Verbindung zwischen äußerer und innerer Realität auf einer Ebene ignoriert. Auch, dass ihr in einer Illusion lebt - und jede bereitet Schmerz. Die schmerzliche Erfahrung, die ihr vermeiden möchtet, indem ihr euren natürlichen spirituellen Puls unterbricht, beruht gerade auf so einer Illusion. Wenn ihr das Eure darin verweigert, ob gut oder schlecht, leugnet ihr mit eurer Einstellung die Verantwortung für die unwillkommene Erfahrung und stört mit euren Emotionen den natürlichen Rhythmus des Pulses eures gesamten Organismus'. Das läuft auf ein absichtliches Anhalten von Atem und Pulsschlag mit irgendwelchen falschen, ungeordneten Mitteln hinaus.

Wieder möchte ich hinweisen, wie ähnlich diese Gesetze für die spirituellen und physischen Ebenen des Menschen sind. Was ich über das Herangehen, zu dem ich rate, um eure aufgerührte Seele zu heilen, sagte, gilt ebenso für den physischen Körper. Dass die Seelenbewegungen, ungeachtet der Störungen, unangespannt, offen, locker bleiben müssen, um gerade diese wirklich zu beseitigen, das muss auch für den Körper gelten. Angenommen, jemand hat ein kaputtes Herz. Würde er dieses Leiden heilen, wenn er sich in Spannung, Entsetzen und Kontraktion vor dieser

Tatsache fürchtet? Gewiss nicht. Das würde es nicht nur verschlechtern. Mit dieser Regung oder Reaktion bringt er seine Ablehnung der Tatsache zum Ausdruck, dass sein Herz geschädigt ist. Die einzige Art, diesen Schaden zu korrigieren, ist, das zu lockern, was er übertrieben angespannt hat. Dafür ist es unumgänglich, dass er seine Verfassung voll akzeptiert. Auch rein chemische Arznei wird versuchen, den Krampf künstlich zu lösen und wieder einen natürlichen, ruhigen, vibrierenden und flexiblen Puls herzustellen. Dabei solch einen Vergleich zwischen den physischen und den psychischen Ebenen im Auge zu haben, wird sehr hilfreich sein. Er wird euch eine Vorstellung von der Einheit der Schöpfung geben und, was ich hier sage, brauchbarer machen.

Wenn ihr versucht, meinen Vorschlag in die Tat umzusetzen, wird es zuerst sehr riskant erscheinen, innerlich ungeschützt und locker zu bleiben, wenn euch etwas bedroht. Ich rede hier selbstverständlich von psychologischen Reaktionen, äußeren Erfahrungen, die negative, destruktive Emotionen und Reaktionen in euch verursachen. Ich meine nicht gelegentliche physische Bedrohungen von außen. Bei ihnen kommt die Spannung, sich zu wehren, blitzschnell, automatisch und gesund. Aber sie dauert nur sehr kurz und ist die Ausnahme. Tritt ein Umstand in eurem Leben regelmäßig wieder auf, ist das etwas völlig anderes. In diesen Fällen versucht, offen zu bleiben, sobald ihr in der beschränkenden Bewegung das Zurückweichen und eure Furcht davor merkt. Lasst die inneren Bewegungen, unbeeinflusst von eurer ängstlichen Bewusstseinssebene, ihren eigenen natürlichen Verlauf nehmen. Lasst euren eigenen Organismus ohne Einmischung seinen Puls von Expansion, Beschränkung und statischen Bewegungen fortsetzen. Die natürliche beschränkende Bewegung wird sich selbst zeigen. Sie wird euch ganz natürlich zur nächsten organischen Expansionsbewegung tragen. Ihr werdet unmissverständlich erfahren, wie das, was beim ersten Pulsschlag der Expansion schmerzte, sich mit jedem weiteren abschwächt. Jede Bewegungsfolge wird eure Selbstverwirklichung, euer Verständnis der eigenen inneren Wahrheit, soweit sie sich auf das fragliche Ereignis bezieht, erweitern. Sie wird euch mit Frieden, Wohlbefinden, Sicherheit und Freude füllen. Jede ausgreifende Bewegung wird diesen positiven Zustand steigern. Lasst sie aus euch heraus geschehen, genauso wie ihr den physischen Pulsschlag ohne die Einmischung eurer ängstlichen, misstrauischen Haltung geschehen lassen müsst. Kooperiert mit dieser inneren Gesetzmäßigkeit, indem ihr einfach die Wahrheit in euch erkennen wollt.

Ich wiederhole: Achtet auf eure Seelenbewegungen. Begreift ihren Sinn. Lasst sie ihrer Natur nach funktionieren, lässt den natürliche Puls nicht aus Angst verkrampfen. Lasst die unwillkürliche, selbstregulierende Gesetzmäßigkeit innere Harmonie herstellen, ohne euch mit Angst und Widerstand einzumischen. Gleichzeitig arbeitet mit eurem ganzen Wesen, mit all eurer Aufrichtigkeit und Integrität zusammen in eurer Bereitschaft, die Wahrheit in euch zu erkennen, indem ihr die Verbindungen zwischen euch selbst und den unwillkommenen Emotionen und den äußeren Bedingungen verstehen wollt, die diese Emotionen verursacht haben. Geht diese Ich-Kooperation auf eine feste, entspannte Weise an. Entspannung muss mit einem vollen Bekenntnis

einhergehen. Oft ersetzt Spannung das Fehlen solch eines vollen Bekenntnisses zur inneren Wahrheit.

Erlaubt euch zu vibrieren, ohne eure Seelensubstanz zu verteidigen, auch wenn es riskant scheinen mag. Es scheint, als wärt ihr deshalb zu verletzlich und bloßgestellt. Aber das ist nicht wahr. Es stellt nur den gesunden Herzschlag eurer Seele wieder her. Was nicht heißt, ihr würdet andere oder euch selbst zu schädlichem, destruktivem Handeln einladen. Ganz das Gegenteil ist richtig. Auf gesunde Weise euch behaupten könnt ihr nur, wenn ihr innerlich nicht verkrampft, wenn euer natürlicher Pulsschlag seinem eigenen organischen Gesetz gemäß funktioniert.

Meine Freunde, wie ich zuvor sagte, ist dieser Stoff weder für diejenigen, die ihr innerstes Selbst schon einigermaßen erforscht haben, noch für jene, die mit voller Aufmerksamkeit diese Worte in sich aufnehmen, schwer oder abstrakt. Wenn ihr gründlich über sie nachdenkt und sie dann auf euch selbst anwendet, werdet ihr erkennen, wie direkt anwendbar sie sind. Schaut, was ihr wirklich fühlt. Spürt, was Angst und Schuld und Wut euch innerlich tun lassen, dass ihr euch zusammenzieht. Achtet auf diese Seelenbewegungen. Von da ab wird ganz offensichtlich, dass alles so ist, wie ich es hier sage.

Indem ihr vor dem lästigen Zustand oder der Erfahrung zurückweicht, hofft die Entität, sie zu vermeiden und abzuweisen, womit sie sich sozusagen selbst abweist. Das verursacht einen bitteren, harten, verzerrten Schmerz, weil die Art, ihr zu begegnen, unorganisch und völlig nutzlos ist. Wenn ihr dem Umstand oder der Erfahrung offen begegnet, in der angesprochenen Weise, wird es anfangs auch Schmerz sein. Aber er wird einen völlig anderen Charakter haben. Er wird bald in eine Sanftheit übergehen, die sich viel leichter auflösen kann. Er wird sich in etwas Bedeutungsvolles und Sinnvolles verwandeln. Es ist Wachstumsschmerz, kein Todesschmerz. Es ist ein Schmerz, der mehr und ein besseres Leben erzeugt, und verwandelt sich so schließlich in Freude. Die Energie, die in diesem Gefühl steckte, kann zu ihrer ursprünglichen Substanz zurückfinden.

Bleibt ihr für Schmerz oder Angst oder jede andere destruktive Emotion ehrlich offen, werdet ihr es weder masochistisch überhöhen und übertreiben, noch werdet ihr sie leugnen - weder im Selbstbetrug, sie existiere nicht, noch in der Weigerung, ihr zu begegnen, indem es euch wegzieht von ihr. Ihr werdet sie einfach durchmachen und sie dadurch in ihre ursprüngliche Natur der Glückseligkeit umkehren.

Dazu scheint es immer enorm viel Mut zu brauchen. Aber auch das, meine Freunde, ist Illusion, weil es wirklich unendlich viel mehr „Mut“ kostet, in einem falschen und nutzlosen Sinne all den unnötigen Schmerz von Vermeidung und Flucht durchzumachen. Die Mühe, von euch selbst und

dem, was ihr an inneren und äußeren Bedingungen geschaffen habt, abzurücken, ist weit anstrengender als der Ablauf, den ich euch hier zeige.

Wenn ihr ihm folgt, muss der Schmerz zum Segen werden, weil ihr über ihn hinausgegangen seid, anstatt ihn zu fliehen, weil ihr seinen tiefen Sinn im Rahmen eures persönlichen Wachstums verstanden habt. Dadurch habt ihr ihm erlaubt, auch mit der durch Fehler, Illusion und Kränklichkeit bewirkte Erfahrung, seinen natürlichen, gesunden Rhythmus beizubehalten. Das ist der einzige Weg, wie Gesundheit, Sicherheit und Wohlbefinden wiederhergestellt werden kann.

Bis heute haben wir uns sehr auf die in die Suche nach eurem wahren Selbst, euren falschen Auffassungen und in die Beobachtung eurer geistigen und gefühlsmäßigen Prozesse eingebundene geistige Tätigkeit konzentriert. Auch das Beobachten der Emotionen geschah mit einem mehr geistigen Herangehen. In der Zeit, die kommt, wo einige von euch anfangen werden, mit verschiedenen neuen Herangehensweisen auf dem Pfad Erfahrungen zu machen (die sich kurz als Kombination des Metaphysischen und des Physischen zusammenfassen ließen), werdet ihr lernen, die Seelenbewegungen besser, denn je zuvor, zu fühlen und zu beachten. Diese Seelenbewegungen mit ihrem eigenen, eingebauten Rhythmus und ihrer Gesetzlichkeit bestimmen euer ganzes Leben. Sie bestimmen das Stadium eures Lebens, den Zustand eures Bewusstseins, Freiheit oder Abhängigkeit von euren Bildern und falschen Auffassungen. Sie bestimmen Tiefe, Spielraum und Wesen eurer Erfahrungen im Leben, den Grad an Lebendigkeit und Freude, eure Körperstruktur und eure Erfüllung und den Überfluss auf allen Ebenen eures Wesens. Die Seelenbewegungen sind der Herzschlag des Geistes.

Gibt es nun irgendwelche Fragen hinsichtlich dieses Themas?

FRAGE: Was für eine Art der Erfahrung meinst du? Was, wenn mir jemand einen LSD-Trip anbietet? Würdest du mir dazu raten, bloß um der Erfahrung willen?

ANTWORT: Nein, gewiss nicht. Nichts davon. Ich sage nicht, der Mensch müsse alles und jedes tun. Das wäre völlig destruktiv und ein grobes Missverständnis dessen, was ich sage. Ein Mensch muss seine Urteilskraft und Wahl bemühen. Er hat die Freiheit, sich bestimmte Erfahrungen auszusuchen oder abzulehnen. Ich rede über das Prinzip dieser Frage und nicht, ob LSD ratsam sei oder nicht. Darüber habe ich schon vor einiger Zeit gesprochen, und ich sehe keine Notwendigkeit, das jetzt zu wiederholen.

Was ich in dieser Lesung meine, ist die Erfahrung von Vorfällen, Umständen und Gefühlen, die man nicht aussuchen kann. Sie kommen. Ein wiederkehrender Umstand löst immer und immer wieder Probleme, Krisen, Missklänge, destruktive Gefühle aus. Es sind diese Erfahrungen, die der Mensch so oft ablehnt, leugnet und flieht, obwohl sie nichts anderes sind als ein Ausdruck von

etwas in ihm selber, das er übersieht. Solange er das vorzieht, muss es mit zuverlässiger Regelmäßigkeit wieder auftreten, dessen kannst du dir gewiss sein.

FRAGE: Es gibt zwei Erfahrungen, die mir in den Sinn kommen: Eine ist der Orgasmus, die andere der Tod. Ich war erstaunt, dass Pulsschlag und Schwingung einen an eine Stelle zu führen scheinen, wo diese Schwingungen und Pulsschläge aufhören. In beiden scheint es keine Schwingung und keinen Pulsschlag mehr zu geben.

ANTWORT: Dass sie aufhören, ist eine Illusion. Natürlich lässt sich beim Tod diese Illusion viel schwerer feststellen, weil eure dreidimensionale Ausrichtung und Wahrnehmung nicht darauf angelegt ist zu erkennen, dass es eine Illusion ist. Sie sieht bloß die physische Ebene, und die hat tatsächlich zu leben, zu pulsieren, zu vibrieren aufgehört. Sie ist nicht dazu angelegt, das Bewusstsein hinter dem physischen System festzustellen, wo Leben, Atmen, Pulsieren, Vibrieren und deshalb Denken, Fühlen, Sein immer weiter gehen.

Was den Orgasmus angeht, ist es sicherlich eine Illusion, dass Pulsschlag oder Schwingung aufhören. Das ist, was ich am Anfang der Lesung sagte: Wenn die rhythmische Manifestation des Pulsschlags für die dreidimensionale Wahrnehmung nicht festzustellen ist, richtet sich die Schwingung verschiedener Bewusstseins Ebenen nach anderen Gesetzen. Nur wenn ihr euch auf euer innerstes Selbst voll eingestimmt habt, werdet ihr diese Erscheinungen wahrnehmen. Es gibt nichts auf der dreidimensionalen Ebene, was ihr durch eine Bewusstseinsweiterung und andere Dimension nicht erfahren könnt und werdet - ob dies nun in einem Zustand physischen Todes auftritt, oder während ihr im Körper seid, oder nicht. Tatsächlich kann man mehr, nicht weniger, erfahren, nein, muss man erfahren, wenn das Wesen sich erweitert und in weitere Dimensionen hineinentwickelt.

Der Wahrheitsgehalt dieser Worte wird gleich in diesem Leben zugänglich, wenn ihr euch nicht gegen die angstmachende Erfahrung verkrampft, sondern eure innerste Seelenbewegung weiterhin in der Erfahrung, die ihr ablehnen wolltet, pulsieren lässt.

Wie ihr alle aus unserer gemeinsamen Arbeit wisst, besteht diese Angst nicht nur vor negativen, schmerzhaften Erfahrungen, sondern ebenso sehr, und oft mehr noch, vor den positivsten, angenehmsten und begehrtesten Erfahrungen im Universum. Höchstes Glück, äußerste Freude fürchtet man im selben Maße, wie man Schmerz ablehnt. Wer Schmerz annehmen kann, kann Freude aushalten. Die zwei Erfahrungen, von denen du sprichst, Tod und Orgasmus, sind die tiefsten Erfahrungen, die ein Geschöpf durchmachen kann. Das sind sie, weil das Ich seine Macht und der Einzelne sich selbst den kosmischen Kräften überlässt - in Liebe und Vertrauen. Ohne diese Einstellung ist ein echter Orgasmus nicht möglich. Und auch nur bei dieser inneren Einstellung werdet ihr einen gesunden Tod haben. Er wird dann eine freudige, wachsende

Erfahrung. Dass der Mensch umso weniger Angst vor dieser totalen, vertrauensvollen Übergabe hat, je gesünder er ist, ist leicht zu beobachten. Ein solcher Mensch erlebt das höchste Maß an Glück. Und solch ein Mensch fürchtet auch den Tod nicht.

Ich wiederhole: Freude, Lust, Begeisterung aushalten zu können, ist von der Fähigkeit abhängig, auf geeignete und ehrliche Weise Schmerz und Frustration anzunehmen in der Einsicht, dass sie Produkt des eigenen Selbst sind. Um dieselbe Vorstellung mit anderen Worten auszudrücken: Wenn ihr euch der eigenen Negativität, euren Ängsten, eurer Wut, eurem Zorn, den Zügen, die ihr an euch nicht mögt, auf vernünftige und nicht übertriebene Weise stellen könnt, ihnen wirklich von Angesicht zu Angesicht gegenübertrittet und sie versteht, dann stellt ihr den Zustand her, über den ich sprach. In diesem Maße werdet ihr fähig, Lust, Freude und Glück zu erfahren. Es besteht eine direkte Beziehung zwischen beidem. Ihr werdet unveränderlich sehen, wer auf gesunde, konstruktive und realistische Weise Schmerz nicht annehmen kann, auch Freude nicht annehmen kann.

Zu diesem Thema wie auch zu irgendwelchen Problemen, die ihr habt, werde ich euch bei unserem nächsten Treffen gerne mehr Fragen beantworten. Seid gesegnet, ihr alle. Möge jeder von euch diese neue Arbeitsphase mit einem neuen Herangehen an euren Pfad, an eure Blockaden beginnen, die euch am Leben hindern und euch von ihm trennen. Taucht tief in diese Realität des Göttlichen in euch ein, damit ihr euren Entschluss stärkt, zu wachsen, euch zu entfalten, zu vereinigen, die Bereiche zu korrigieren, die euch vom Leben abhalten, von allem, was gut ist. Lasst von innen Führung kommen, um euch diese Sinnlosigkeit, diese unnötige Vergeudung, sich gegen dieses Wachstum zu wehren, erkennen zu helfen. Und mögt ihr immer mehr auf diese inneren Seelenbewegungen eingestimmt sein, und damit dabei helfen, das wunderschöne kosmische Gleichgewicht wiederherzustellen. Das wird auch die Verfügbarkeit des Göttlichen in euch beeinflussen, mit dem ihr dann euer eigentliches, volles, unabhängiges Selbst integrieren und etablieren könnt. Seid gesegnet, ihr alle. Lebt in Frieden, seid mit Gott!

Übersetzung: Paul Czempin 2003

Überarbeitung, 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.