

Liebe: Kein Gebot, sondern spontane Seelenbewegung des inneren Selbst

Grüße, meine liebsten Freunde. Segen für alle von euch, die jetzt hier sind und die diese Worte lesen.

Durch diese Arbeit der Selbstverwirklichung wurde deutlich, dass Unwirklichkeit Disharmonie erzeugt, und wo Disharmonie ist, gibt es keine Liebe. Der Kreis schließt sich. Wo keine Liebe ist, kann keine Erfüllung sein.

Alle Religionen, Philosophien und Psychologien stimmen darin überein, dass Liebe der Schlüssel zu Erfüllung, Sicherheit und kreativem Wachstum ist. Und doch kann Liebe nicht befohlen werden, noch kann sie ein Gebot sein. Es ist eine freie, spontane Seelenbewegung. Je mehr Menschen versuchen zu lieben, als wäre es eine Pflicht, die von Gewissen und Gehorsam verlangt wird, desto weniger manifestiert sie sich wirklich.

Wo Liebe existiert, muss Erfüllung sein. Mangelnde Erfüllung ist ein sicheres Zeichen dafür, dass die Seele noch nicht lieben gelernt hat. Obwohl diese Worte in einem allgemeinen Sinn verstanden werden können, wird diese einfache Gleichung oft übersehen.

Lasst uns uns jetzt tiefer in das Thema Liebe eintauchen. Auf diese Weise können wir dem Zugang zum größten aller Schlüssel zum wahren Leben einen Schritt näher kommen – nicht durch aufgezwungenes, künstliches, überlagertes Befolgen der Befehle des Intellekts, sondern die spontane innere Aktivität des Herzens.

Wenn Liebe existiert, muss auch körperliche Gesundheit vorhanden sein, eine der wichtigsten Voraussetzungen im menschlichen Leben. Liebe ist eine reinigende Kraft, und in dem Maße, in dem sie fehlt, werden alle möglichen negativen Emotionen zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen, insbesondere wenn die Störung ausreichend lange unerkannt bleibt.

Wo Liebe existiert, müssen erfolgreiche menschliche Beziehungen bestehen, denn in der Gegenwart der Liebe gibt es keine Angst, kein Misstrauen, keine Illusion. Liebe kann nur auf dem sicheren Boden der Realität und Furchtlosigkeit blühen. Wo man die Realität in Wahrheit wahrnimmt, vertraut oder misstraut man nicht, wo es unangemessen ist. Man akzeptiert den anderen so wie er oder sie ist und passt seine eigenen Gefühle an die Realität an. Dann besteht keine Notwendigkeit, im Dunkeln zu tappeln, ängstlich halb vertrauend, halb misstrauisch, zwischen seine Bedürfnisse und seine Ängste geworfen.

Liebe und Selbstvertrauen sind unweigerlich voneinander abhängig. Wo Liebe fehlt, muss die Psyche verwirrt sein, und umgekehrt, wo Verwirrung herrscht, muss Liebe fehlen.

Wenn Liebe existiert, müssen alle Konflikte beseitigt sein. Die Persönlichkeit findet die feine Grenze zwischen scheinbaren Extremen und erkennt den Unterschied zwischen der gesunden und der verzerrten Version einer Einstellung. Ein Beispiel wäre, eine gesunde Durchsetzungskraft zu demonstrieren, ohne in ungesunde Aggressivität oder Feindseligkeit zu verfallen. Ihr werdet auch nicht verwirrt werden durch die Alternativen von Unterwürfigkeit oder von Dominanz durch Eigenwillen. Ihr werdet wissen, wann ihr eure Rechte ohne Feindseligkeit gegenüber ungerechtfertigten Forderungen geltend machen könnt, deren Befolgung für alle Beteiligten destruktiv wäre. Ihr werdet nicht zum Gegenteil von Fügsamkeit getrieben, nämlich zu sturem Aufbegehren – denn ein Zugeständnis erscheint immer wie ein unterwürfiges, demütigendes Nachgeben. Nur durch Liebe wird dieses prekäre Gleichgewicht der gegensätzlichen Extreme erreicht. Diese feine Balance kommt automatisch durch die Fähigkeit des Herzens zu lieben, aber wenn hauptsächlich das intellektuelle Verständnis versucht, die goldene Mitte zu finden, bleibt sie schwer fassbar, egal wie mühsam sie gesucht wird.

Und doch, dieser universelle Schlüssel der Liebe ist für die Menschheit so schwer zu nutzen. Vor nichts scheut der Mensch mehr zurück und fürchtet sich mehr, als sich einfach zu erlauben zu lieben. Lieben scheint ein solches Risiko zu sein, so gefährlich, so bedrohlich, so unwiderruflich. Nichts könnte weiter von der Wahrheit entfernt sein. Aber ihr baut ausgeklügelte Verteidigungen und flieht. Ihr flieht nicht nur vor Einlassen und Kontakt mit anderen oder davor, Fehler und destruktive Einstellungen in euch selbst anzusehen, sondern in erster Linie flieht ihr davor, euch zu erlauben, zu lieben. Dieses Verbot verursacht alle anderen Übel.

Das Verbot zu lieben beruht auf zwei grundlegenden Missverständnissen. Die erste ist eine Fehlinterpretation der Realität, mit anderen Worten, Illusion. Illusion erzeugt Verwirrung, zusammen mit einem Bündel von negativen Emotionen wie Angst, Feindseligkeit, Getrenntheit, Selbstmitleid, Ambivalenz und Rachsucht. Diese Emotionen machen Liebe unmöglich. Wenn eure innersten Konzepte, Wahrnehmungen und Wertesysteme mit der Realität übereinstimmen, ist es undenkbar dass ihr Angst haben könntet, zu lieben. Das zweite Missverständnis ist die Selbstunterschätzung und die daraus resultierenden Minderwertigkeitsgefühle. Das mag fast paradox klingen. Oberflächlich betrachtet scheint es durchaus möglich, wenig von sich zu halten, ohne die Liebesfähigkeit zu beeinträchtigen. Und doch, meine Freunde, dem ist nicht so. Denn in dem Moment, in dem ihr euch selbst unterschätzt, könnt ihr die andere Person unmöglich als real wahrnehmen. Aufgrund eurer Gefühle von hilfloser Schwäche und Unzulänglichkeit übernehmen andere die Rolle von Riesen, gegen die ihr euch verteidigt. Dies kann die Form von Zurückweisung, Übelnehmen oder Verachtung annehmen, aber dann kommt es euch nicht in den Sinn, die Verletzlichkeit und die menschlichen Bedürfnisse des anderen zu spüren. Die Stärken und Schwächen des Anderen werden verzerrt und verfärbt. Beide erscheinen als Elemente, die euch persönlich feindlich gesinnt sind. Daher zwingt euch eure Selbstunterschätzung in eine feindselige Rolle, egal wie dies durch äußere Unterwürfigkeit getarnt wird, die an sich als Liebe erscheinen kann.

Wenn ihr so abwertend über euch selbst denkt, schätzt ihr die Bedeutung eurer Handlungen und Reaktionen nicht richtig ein.

Die beiden miteinander verbundenen Tendenzen der Unterschätzung des Selbst und der Fehlinterpretation der Realität schaffen Barrieren für die Liebe und ihre offensichtliche Gefahr. Diese beiden Tendenzen machen das menschliche Herz so schüchtern und so zurückhaltend. Wenn man so übervorsichtig mit Liebe umgeht, verstärkt das den eigenen Rückzug und Isolation. Viele Individuen sind halb willig, aber dieser halbe Wille leugnet die Liebe eher als sie zu bejahen. Man trifft allerlei Bedingungen und Vorkehrungen; immer wieder findet sich ein Wenn und Aber.

Der Mangel an Liebe, der aus Illusion und Verwirrung entsteht, verzerrt die Wahrnehmung und verhindert die Selbsteinschätzung. Daraus folgen gestörte Interaktion und Disharmonie. Die gestörten Emotionen und verzerrte Wahrnehmungen bilden einen Kern, fast wie einen fremden Körper, in der Seele.

Das ursprünglich geschaffene geistige Wesen weiß nichts von diesen Störungen. Seine Natur ist Liebe, ein furchtloser Zustand des Überflusses, der Positivität, der Produktivität und Expansion, des sinnvollen Wachstums sowohl im als auch mit dem Universum. Sein natürlicher Zustand ist die Weisheit, die aus der genauen Wahrnehmung der Realität kommt. Es ist der Kern verzerrter Wahrnehmungen, dieser Fremdkörper, der die Seele daran hindert, in ihrem natürlichen Zustand zu sein – dem Zustand, mit dem und den sie auszudrücken geboren wurde.

Die Menschen kämpfen und bekämpfen diesen Fremdkörper auf falsche Weise. Sie spüren seine Existenz und wollen sich davon befreien, aber die Art und Weise, wie sie dies versuchen, ist oft tragischer Weise das Gegenteil von dem, was zu seiner erfolgreichen Beseitigung führen könnte. Die Menschen kämpfen mit Verleugnung und Flucht, mit Verdrängung und Überlagerung, wie ihr alle wisst.

Aber für viele von euch hat sich, obwohl ihr diese Worte schon so oft gehört habt, die Tür zur Wahrheit, die euch befreit, immer noch nicht geöffnet. Einige, die diesem Pfad folgen, sehen nicht, dass sie sich dagegen wehren, diesen Fremdkörper wahrzunehmen. Sie befinden sich oft in einem Zwischenzustand zwischen dem Aufgeben der Panzerung, die diesen Fremdkörper bisher bedeckt hat, und der Tatsache, noch nicht ganz fähig zu sein den Mut aufzubringen, sich die volle Bedeutung einzugestehen, die seine Existenz zur Folge hat.

Dass dieser Fremdkörper geleugnet wird, verursacht mehr Elend als das Eingeständnis seiner Existenz. Die Menschen haben das Gefühl, dass sie es leugnen müssen, weil sie die Anwendung der Lehren von Wahrheit und Liebe missverstehen. Anstatt sich des Fremdkörpers zu entledigen, was nur getan werden kann, nachdem eine genaue Untersuchung seine Natur und den Grund seines Entstehens offenbart hat, tun die Menschen immer noch so, als ob dieser Fremdkörper nicht existierte. Sie fahren damit fort, die ursprüngliche Seelensubstanz mit immer mehr fremder Materie zu überlagern.

Warum fällt es euch so schwer, diesen Fremdkörper anzuerkennen? Nicht nur wegen eurer Angst, dass andere Fehler bei euch finden und euch ablehnen, sondern auch wegen der darunter liegenden Grundangst, dass der fremde Körper euer ultimatives Selbst sein könnte. In diesem Stadium glaubt ihr, dass nur die Fassade, die den fremden Körper überdeckt, euch das Gefühl gibt, dass ihr Liebe, Großzügigkeit, Selbstlosigkeit und Freundlichkeit besitzt. Nur diese dünne Schicht versichert euch, dass ihr fast so gut seid, wie ihr sein möchtet, dass ihr ein anständiger Mensch seid. Solch ein fehlerhaftes Bewusstsein eurer Güte gibt euch keinen Realitätssinn, weil ihr nicht wirklich das entdeckt habt, was wirklich gut und liebevoll in euch ist. Aber ihr wagt es nicht, das Gegenteil dieser scheinbaren Güte anzuerkennen, also kämpft ihr dagegen an, das zuzugeben, was eurer wahren Natur eigentlich fremd ist. Dies wisst ihr jedoch nicht. Ihr denkt, fürchtet und vermutet, dass die fremde Substanz euer ultimatives Ich ist. Deshalb kämpft ihr.

Wenn Menschen zu diesem lebenswichtigen Teil von sich selbst kommen, der nicht aus einem „sollte“, sondern aus einem natürlichen, unbestrittenen „ich will“ heraus antwortet, ist die Antwort frei, mit einer absoluten Richtigkeit, die schwer zu begreifen ist, bevor man sein inneres Zentrum erfahren hat. Die Fremdschicht überdeckt genau diese Erfahrung des wahren Selbst, das lebendige Zentrum, wo eine spontane, liebevolle Intelligenz und Erfüllung ohne Konflikte auf euch wartet.

Zusammenfassend habt ihr Angst, den lebenswichtigen Schritt zu unternehmen, um euch von der Substanz zu befreien, die mit eurer wahren Natur nicht vereinbar ist, weil ihr fürchtet, dass dieser Fremdkörper die endgültige Antwort darauf ist, wer ihr seid. Viele von euch sind in bestimmten Bereichen bereits fortgeschritten und haben es bis zu einem gewissen Grad geschafft, ihre überlagerten Schichten von Pseudo-Güte und Pseudo-Liebe abzustreifen. Allerdings ist es euch noch nicht ganz gelungen, diese Vorspiegelungen als solche zu erkennen, weil ihr befürchtet, dass hinter der Vorspiegelung nichts als das Gegenteil von Liebe steckt und dass darüber hinaus keine weitere Realität existiert. Ihr könnt also die Wahrheit eurer echten Liebe, eurer echten Großzügigkeit nicht erfahren, es sei denn, ihr geht das scheinbare Risiko ein, euch selbst zu erforschen, um herauszufinden, ob die fremde Substanz, die euch so viel Elend verursacht, wirklich euer ultimatives Ich ist und ob ihr tatsächlich das verheißene Land unter dieser Schicht finden könnt. Nur wenn ihr fleißig eine Bestandsaufnahme eurer Lieblosigkeit macht, könnt ihr eure Liebe spontan spüren. Nur wenn ihr euren Egoismus sorgfältig anerkennt, könnt ihr euch wirklich von eurer möglichen Selbstlosigkeit überzeugen.

Dies erfordert den Mut, der entsteht, wenn ihr danach greift, in dem Geist, die Wahrheit zu lieben, euch selbst so zu begegnen, wie ihr mehr als alles andere seid. Wenn ihr eure tägliche Rückschau durchführt, untersucht eure Reaktionen auf Disharmonie und meditiert in folgendem Sinne: „Wenn ich in Disharmonie bin, muss irgendwo in mir eine Fehlinterpretation vorliegen. Ich möchte die Wahrheit sehen. Ich erkläre, dass mein Wille, in Wahrheit zu sein stärker ist als mein Widerstand.“ Eine solche Meditation, meine Freunde, wird euch die gewünschten Ergebnisse bringen. Ihr werdet an den Punkt kommen, wo der fremde Körper aus falschen Vorstellungen klar als nichts anderes als nur

eben das fühlbar wird. Viele Siege über euren ängstlichen Widerstand sind der lebende Beweis dafür, wie es sich anfühlt, aus seinem vitalen, lebendigen Zentrum heraus zu funktionieren, das jetzt weniger behindert ist als je zuvor.

Aus eurem Solarplexus fließen neue Weisheit, Kraft, Gelassenheit und dynamische Vitalität. Eine furchtlose Liebe für die gesamte Schöpfung, eine Sicherheit, ein Verständnis für euch selbst und andere, eine Leichtigkeit, eure Seelenbewegungen im schönen Rhythmus des Kosmos vorwärts fließen zu lassen, durchdringt eure Seele. Anfangs werdet ihr diese Qualitäten gelegentlich und schwach erleben, um sie dann wieder zu verlieren und an der Realität eurer wenigen Glücksmomente zu zweifeln. Später werden sie häufiger kommen und länger dauern, entsprechend euren Siegen über euren Widerstand. Sie werden spüren, dass die gestörte Substanz in euch wirklich ein Fremdkörper ist. Am Anfang eines solchen Weges scheint dieser Fremdkörper alles zu sein, sozusagen euer natürlicher Zustand. Ihr seid so tief darin verstrickt, dass ihr euch nichts anderes vorstellen könnt. Aber es kommt eine Zeit, in der, nachdem man das wahre Selbst immer öfter erlebt hat, der noch vorhandene gestörte Kern klar als bösartige Wucherung definiert ist, und nicht als ein diffuses Gesamtklima, das euch vollständig durchdringt. Dieses Stadium ist bedeutsam und weist auf einen guten Fortschritt hin.

Der Kampf, sich von diesem störenden Kern aus fremder Materie abzuwenden, mit all seinen Verzerrungen, negativen Emotionen, Schmerzen, Verletzungen und Feindseligkeiten, nimmt viele Formen an, selbst wenn ihr euch tatsächlich auf einem solchen Weg befindet. Um der Gefahr des ständigen Ausweichens und damit des ständigen Elends entgegenzuwirken, hilft die folgende Aussage sehr: „Ich habe Angst, dass das, was ich finde, das ultimative Ich sein könnte. Ist es das oder nicht? Ich werde es wagen herauszufinden, denn nur eine solche Klarheit wird mir Frieden bringen. Mein Zweifel lässt die Möglichkeit zu, dass mehr in mir steckt als entweder die Verzerrung oder dieser Teil, der so schwer zu betrachten ist und den ich versuche zu ignorieren und auf so viele Arten zu projizieren.“

Das bedeutet, euren gegenwärtigen Zustand anzuerkennen, anstatt davor wegzulaufen. Durch diese Annäherung an euch selbst kommt ihr der nächsten Phase und der Befreiung viel näher, als wenn ihr versucht, euren gegenwärtigen Zustand zu verdrängen, durch Verleugnung und Überlagerung von Gefühlen, die niemals erzwungen werden können.

Die nächste Stufe führt euch allmählich in einen Zustand, in dem ihr die Grenzen dieses Fremdkörpers spüren könnt, auch wenn ihr gelegentlich noch in ihn eingetaucht seid. Jetzt werdet ihr wissen, dass es nicht eure letzte Realität ist, denn ihr werdet die Realität eures wahren inneren Wesens oft genug erlebt haben. Daher wird es einfacher sein, euer wahres Selbst wiederzuerlangen, und ihr werdet mehr Kraft und Ausdauer haben, um das momentane Eintauchen in eure Verzerrungen zu überwinden, die euch so verwirrt machen und eure Sicht verwischen. Diese Stärke wird nur durch wiederholte Siege über die Versuchung gesteigert, vor der fremden Substanz davonzulaufen, ihre Auswirkungen auf andere zu verlagern und zu verschieben, zu rationalisieren und euch auf das zu

konzentrieren, was für euren Sieg nicht entscheidend ist, egal ob es nun an sich wahr oder falsch ist. Die Anerkennung des unmittelbaren Jetzt ist immer noch nicht ausreichend verstanden und wird von der Mehrheit meiner Freunde oft übersehen. Wann immer ihr die Wahrheit jedes Augenblicks anerkennt, werden ihr in Frieden sein, unabhängig davon, wie viel Störung und Unwirklichkeit in euch noch vorhanden sind, die nach und nach beseitigt werden müssen. Die vollständige Anerkennung eures Zustands im Jetzt muss euch Frieden geben. Versteht also bitte und vergesst nicht: Es ist nicht das Problem selbst, noch der Konflikt, nicht einmal der Irrglaube, der in eurer Seele Aufruhr erzeugt, sondern es ist eure Flucht vor euch selbst. Nicht im unmittelbaren Jetzt zu sein, euer Kämpfen und Mühen dagegen auf nicht konstruktive Weise, verursacht euch so viel seelische Not.

Wenn Ihr euch an diese Worte erinnert, werdet ihr den Kampf immer konstruktiver, erfolgreicher und effektiver aufnehmen können. Ihr werdet dem Lieben näher sein, weil Realität und Liebe viel stärker miteinander verbunden sind als selbstgerechtes Bemühen und Lieben.

Nun, gibt es Fragen zu diesem Thema?

FRAGE: In letzter Zeit erlebe ich etwas Neues, das offensichtlich ein Ergebnis der Pfadarbeit ist. Ich bin nicht mehr so ängstlich und furchtsam, aber irgendetwas beschäftigt mich trotzdem. Tief im Inneren weiß ich, dass ich keine Angst habe, und doch scheine ich auf einer oberflächlicheren Ebene zu glauben, dass ich Angst habe. Ist es das, wovon du gesprochen hast?

ANTWORT: Ja, in der Tat. Exakt. Es ist ein Teil davon. Du scheinst sozusagen auf zwei Ebenen gleichzeitig zu funktionieren. Dies ist eine typische Erfahrung, die eine Person durchmacht, während sie den Fremdkörper transzendiert und beginnt, eine andere Reaktion zu spüren, die vom wirklichen Selbst kommt.

Die Tatsache, dass du deine Angst so oft und konsequent anerkannt hast, hat dich schließlich dazu gebracht, sie zu verlieren. Du hast es zuerst anerkannt, ohne überhaupt zu verstehen, warum du Angst hattest, und dann hast du gemerkt, dass du Angst hattest, von einer Ebene zur anderen zu gehen. Als du die wahre Natur dieser Angst verstanden hast, ließ sie nach. Das erlebst du jetzt.

FRAGE: Wie kann ich die Angst jetzt ganz loswerden, weil ich manchmal die Angst auf etwas anderes zu verschieben scheine?

ANTWORT: In dem Moment, in dem du es auf etwas anderes verschiebst, entfernst du dich wieder von der Realität des unmittelbaren Jetzt, und daher müssen neue Versuche unternommen werden, um zur Realität deiner Gefühle zurückzukehren. Außerdem ersetzt du Angst oft durch eine andere Emotion, so dass du dich nicht deiner wahren Emotion stellen musst, wenn du Angst hast.

FRAGE: Meine Feindseligkeit?

ANTWORT: Ja. Es ist Feindseligkeit, es ist Verletzung, und es ist manchmal eine Art Rachsucht, die umgedreht wird, sodass du andere mit deinem Zustand der Unzufriedenheit bestrafst. Wenn du das alles anerkennen kannst, wird deine Angst verschwinden. Und allmählich werden diese emotionalen Einstellungen selbst verschwinden, weil sie im Jetzt betrachtet werden. Wenn du zum Kern des Jetzt gelangst, gibt es keine Probleme mehr. Von diesem fremden Kern entfernt sich die Menschen ständig. Wenn sie sich umdrehen und beginnen, zum wahren Kern ihres innersten Selbst zu gehen, finden sie allmählich Frieden und Befreiung. Dieser Kurs ist jedoch die letzte Möglichkeit, die jemand verfolgen möchte. Menschen verwenden oder missbrauchen sogar unbewusst jede Wahrheitslehre und spirituelle Philosophie, um zu vermeiden, dorthin zu gehen, wo sie hin müssen – in sich selbst. Sie versuchen, Erlösung und Trost zu finden, indem sie Regeln, Theorien, Lehren und Wissen annehmen. Sie haben alles im Kopf, wo es nichts nützt, es sei denn, sie nutzen die so gewonnene intellektuelle Reife, um nach innen zu gehen, immer auf eine tiefere Ebene.

Die Erfüllung, die das Universum für euch bereithält, ist nicht getrennt und weit weg von euch, meine Freunde. Es liegt nicht in ferner Zukunft, nicht in einem Zustand jenseits eures physischen Lebens, nicht darin, etwas mit mühseligen Mitteln zu erreichen. Es liegt allein in der Anerkennung dessen, was ihr in diesem Moment wirklich fühlt und denkt. Es ist diese große Einfachheit, die so schwer begreifbar zu sein scheint. Ihr geht solch einen erbärmlich unnötigen Kampf durch, um in die falsche Richtung abzubiegen, an der unwirklichen Hoffnung festhaltend, Erlösung zu finden, ohne euch selbst im Jetzt zu begegnen.

Wie ich schon oft gesagt habe, gibt es selbst auf einem solchen Weg, dessen Ziel es ist, euer Selbst zu erlangen, viele Fallstricke, die euch von euch selbst wegführen. Ihr macht einen erfolgreichen Versuch, euer Inneres zu erreichen, aber wenn ihr etwas vermutet, das euch mit Angst und Schrecken erfüllt, seid ihr sofort bereit, euch abzuwenden und die alten Mittel erneut zu verwenden, diesmal in neuem Gewand. Ihr schreibt euer emotionales Unbehagen Faktoren außerhalb von euch selbst zu, was im Prinzip der gleiche Ausweg ist, den ihr benutzt habt, bevor ihr euch auf einen solchen Weg begeben habt. Aber solange ihr nicht aufgibt, kann euch immer geholfen werden, die Richtung zu ändern und immer wieder die innere Bewegung in euch zu finden, die natürlich fließt. Es ist eure Seelenbewegung der Liebe und Wahrheit, die zu aller Erfüllung führt.

FRAGE: Meine Schwester hat einen großen Drang, körperlich wegzulaufen. Und wenn sie dort ankommt, will sie umkehren und zurücklaufen. Es gibt etwas, wovor sie große Angst hat. Kannst du das finden und eingrenzen?

ANTWORT: Ja. Es ist ein äußeres Symbol der in diesem Vortrag erwähnten inneren Angst. Es gibt eine große Liebesbereitschaft und -willigkeit; das Potenzial ist groß, aber trotz dieses grundlegenden Potenzials gibt es betroffene Bereiche, denen sich die Seele nicht zu stellen wagt. Die bestehenden Missverständnisse und Verwirrungen stoppen wie immer den Fluss der Liebe. Gerade weil die Liebe für diese Person ein so angeborenes

Bedürfnis ist, verursacht der betroffene Bereich eine noch größere Selbstablehnung, was die Angst verstärkt, diese Bereiche zu finden, und somit die Flucht vor dem Selbst auslöst. Dies wird dann äußerlich durch Weglaufen symbolisiert.

FRAGE: Das heißt, sie muss sich nach innen wenden?

ANTWORT: Das ist natürlich immer zwingend erforderlich.

FRAGE: Lauf ich weg, weil ich nicht liebe oder weil ich Angst habe, zurückgewiesen zu werden?

ANTWORT: Es ist vermischt. Das unmittelbare Gefühl ist Angst vor Zurückweisung. Das fing schon sehr früh in deinem Leben an. Meine Freunde haben vielleicht bemerkt, dass ich die längste Zeit davor zurückgeschreckt bin, irgendetwas zu sagen, das so aussehen könnte, als würde ich mit dem Finger auf dich zeigen. Die Implikation von „du liebst nicht“ sollte hier vermieden werden. Dies zu sagen, wäre grob irreführend und würde die Einsicht behindern. Aber wenn man die Angst vor Zurückweisung analysiert, findet man immer diese kindliche Angst, die Liebe ausschließt, egal wie viel Liebe sonst in einem vorhanden sein mag. Bitte nimm das nicht auf selbstmoralisierend Weise auf und mach es damit schwieriger. Erkenne genau in diesem Moment und auf dieser Ebene an, wo du Angst hast.

Bevor man auf die Ebene des Nicht-Liebens kommt, müssen andere Faktoren erkannt werden. Letzten Endes läuft es darauf hinaus, nicht zu lieben, aber es ist kein allgemeiner Zustand; es gilt nur für die Krisenherde in eurer Psyche. Es variiert natürlich, je nachdem, wie groß das Krisengebiet ist. Es gibt Menschen, die in vielen Aspekten des Lebens, die Seelenbereichen entsprechen, die völlig frei von Missverständnissen, Selbstunterschätzung, Illusion, Angst und anderen destruktiven Zuständen sind, gesund, glücklich und konstruktiv funktionieren. Daher existieren in diesen Bereichen Liebe und Vertrauen. Nur an vereinzelten Stellen verwischt der fremde Körper das innere, wirkliche Wesen. Es gibt auch andere, bei denen fast die gesamte Liebesfähigkeit durch so schwere Beeinträchtigungen und Verzerrungen gehemmt ist, dass das gesamte Leben gestört, disharmonisch, unerfüllt und unglücklich ist. Je mehr dies der Fall ist, desto größer ist die Versuchung zu fliehen. Und je mehr man vor sich selbst davonläuft, desto mehr wächst dieser fremde Körper.

FRAGE: Wie ich es sehe, drückt sich diese Liebe, von der du sprichst, zu jeder Zeit in der einen oder anderen Form aus, nicht nur in der Beziehung zwischen Gefährten und Geliebten. Es ist auch in der Liebe zur Arbeit. Was wären einige der höchsten Bestrebungen für die Verwirklichung der Liebe im reinen Fluss? Würden sie normalerweise durch eine schöpferische Kraft oder eine schöpferische Verwirklichung ausgedrückt? Würde sich dieser Ausdruck normalerweise von einem Punkt, an dem man seine Umgebung und seine Erfahrung kannte, zu einem Punkt erweitern, der zuvor unbekannt war? Wäre das wahr?

ANTWORT: Ja, natürlich. Ganz entschieden ja. Weil es für die menschliche Natur unvorstellbar ist, den frei fließenden Strom der Liebeskraft zu verstehen und was die Fähigkeit, Vielseitigkeit, Reichweite und Vielfalt ihrer Ausdehnung und Kreativität sein kann. Stellen wir uns einen Menschen vor, der völlig frei ist. Das innere Wesen einer solchen Person würde sich ständig manifestieren, funktionieren und sich ausdrücken. Die ungeheure Macht der Lebenskraft würde in alle Richtungen strömen. Da dieses Wesen frei wäre, gäbe es keine Angst vor dem Unbekannten und somit auch keine Blockade des frei fließenden Energiestroms oder der enormen Möglichkeiten der Schöpfung und Erweiterung.

Die Menschen sind so daran gewöhnt, aus Angst vor dieser Ausdehnung ihre Kräfte zusammenzuhalten. Sie befürchten, dass es sie auseinanderzieht. In Wahrheit zieht dich die Erweiterung nicht auseinander, sie vereint dich. Die großen spirituellen Gesetze scheinen immer widersprüchlich zu sein. Das Loslassen des Selbst in den harmonischen Fluss vereint, während das angestrenzte und ängstliche Zusammenhalten des Selbst die Psyche spaltet und zersetzt. Je mehr die universellen Kräfte in die vielen Richtungen und Möglichkeiten einfließen, desto mehr werden sie am Ende eins.

Diese große Möglichkeit ist beängstigend für die Seele, die daran gewöhnt ist, sich ständig zusammenzuhalten. Das Zusammenhalten geschieht durch Willenskraft, durch Geisteskraft und durch Überlagerung von Güte. Das natürliche Loslassen ist kein zügelloser Mangel an Selbstdisziplin. Es ist vielmehr ein Zustand, in dem man nichts im Selbst fürchtet und daher auf alle Wächter verzichtet. Daher steht den kosmischen Bewegungen der Seelenkräfte nichts entgegen. Liebe kann nur in diesem natürlichen Zustand der Furchtlosigkeit erblühen, in dem Sie alle inneren Bewegungen in ihrem spontanen Rhythmus ausführen lassen, auch wenn diese Bewegungen zu Beginn ihres Herauswachsens aus der Not auf unerwünschte Aspekte im Selbst hinweisen. Dem natürlichen Fluss zu folgen bringt die Seele in die große Einheit.

FRAGE: Verstehe ich dich richtig, dass Aggression manchmal etwas Gutes ist?

ANTWORT: Ja, es gibt eine gesunde Aggression. Gesunde Wut existiert. Dies sind Nebenprodukte der Zwischenstufe der menschlichen Natur. Gesunde Wut muss gelegentlich in einem gut integrierten Leben ausgedrückt werden. Gesunde Wut erzeugt keine innere Disharmonie. Es ist ein großes Missverständnis, diese Tatsache zu ignorieren oder zu leugnen. Die Verleugnung kommt vom künstlichen Zusammenhalten der eigenen inneren Kräfte und vom Überlagern falscher Güte. Es ist ein falscher Glaube, der aus Angst und Gehorsam geboren wird, dass gelegentlicher Ärger in einer wirklich spirituell entwickelten Person niemals existiert.

Im menschlichen Bereich ist gesunder Zorn eine Notwendigkeit. Ohne Wut gäbe es keine Gerechtigkeit und keinen Fortschritt. Die destruktiven Kräfte würden übernehmen. Diese Übernahme zuzulassen, ist Schwäche, nicht Liebe; Angst, nicht Güte; Beschwichtigung

und Förderung von Missbrauch, kein konstruktives Leben. Es zerstört die Harmonie, anstatt sie zu fördern. Es zerstört gesundes Wachstum.

Wut kann eine ebenso gesunde und notwendige gelegentliche Reaktion sein wie Liebe. Sie bildet einen Teil der Liebe. Auch das kommt spontan. Auch das lässt sich nicht erzwingen. Der Versuch, Emotionen zu erzwingen oder zu leugnen, führt zu Selbsttäuschung, die dann die Form annehmen kann, dass man vorgibt, dass ungesunde Wut die gesunde Version ist.

Die Ursache kann nicht bestimmen, ob es sich bei der ausgelösten Emotion um gesunde oder ungesunde Wut handelt. Die Ursache kann echte, echte, gesunde Wut durchaus rechtfertigen, die in diesem Fall natürlich konstruktiv ist. Die erlebte Wut kann jedoch aufgrund der ungelösten Probleme, Unsicherheit, Schuldgefühle und Zweifel, Ungewissheiten und Widersprüche der Persönlichkeit ungesund sein. Das Problem selbst kann berechtigte Wut rechtfertigen, aber eine Person ist möglicherweise nicht in der Lage, diese Art auszudrücken.

In dem Maße, in dem ein Individuum in der Lage ist, echte Liebe zu erfahren und auszudrücken, ist er oder sie in der Lage, konstruktive, gesunde Wut zu manifestieren. Sowohl echte Liebe als auch echte Wut kommen aus dem Inneren. Absolut jedes echte Gefühl ist gesund und konstruktiv und fördert das Wachstum bei sich selbst und bei anderen. Echte Gefühle können nicht erzwungen, befohlen oder überlagert werden. Sie sind ein spontaner Ausdruck, der als organisches, natürliches Ergebnis der Selbstkonfrontation geschieht.

FRAGE: Würdest du in diesem Fall körperliche Gewalt zulassen?

ANTWORT: Nein. Gesunde Wut manifestiert sich nicht unbedingt in körperlicher Gewalt. Der Ausdruck negativer Emotionen, selbst wenn sie nicht gesund sind, muss nicht im geringsten zu destruktiven Handlungen führen, weder körperlich noch anderweitig.

Dies ist eines der häufigsten und hinderlichsten Missverständnisse in der Pfadarbeit. Deshalb habe ich es von Anfang an immer wieder erwähnt, denn egal wie oft ich es gesagt habe, es ist vergessen. Die innere Psyche befürchtet, dass die Anerkennung negativer Emotionen dazu führen muss, sie auszuleben. Das ist nicht so. Im Gegenteil, es steht euch frei, zu entscheiden, ob ihr handelt, wie und wann, oder ob ihr Emotionen nur dann ausdrückt, wenn ihr euch dessen voll bewusst seid. Wenn Ihr euch nicht bewusst seid, was ihr wirklich fühlt und warum, werden ihr ständig getrieben und leidet unter allen möglichen Zwängen, die ihr nicht verstehen könnt. Ein Zwang ist die direkte Folge von nicht eingestandenen, unbewussten Gefühlen und Zuständen. Je mehr ihr euch selbst kennt, desto mehr habt ihr die Kontrolle über euch selbst. Es ist nicht, wie ihr ängstlich sagt: „Ich kann mich nicht in Offenheit ansehen, weil ich dann möglicherweise diese unerwünschten Impulse ausagieren muss und anderen und damit letztendlich mir selbst

Schaden zufüge.“ Auch diese vage Reaktion muss an die Oberfläche gebracht werden, um sie aufzulösen und unwirksam zu machen.

Bitte wiederholt dies in eurer täglichen Meditation – ihr alle: „Das Bewusstsein dessen, was ich fühle, egal wie unerwünscht es auch sein mag, wird mich frei machen. Ich werde meine Handlungen nur so weit frei wählen können, wie meine Bewusstheit es zulässt. Wenn ich mich entschieße, diese Gefühle auszudrücken, wenn es eine gute Gelegenheit dazu gibt, wie beispielsweise mit meinem Helfer, werde ich das tun. Wenn ich das Gefühl habe, dass ein solcher Ausdruck eine Beziehung beeinträchtigen könnte, werde ich das nicht tun, aber ich werde mich bewusst zurückhalten und ohne Selbsttäuschung. Eine solche Meditation wird das Wissen stärken und schließlich die verborgeneren und widerständigeren Schichten eurer Psyche durchdringen.

Es ist völlig falsch anzunehmen, dass das Bewusstsein von Wut und sogar der verbale Ausdruck davon zu körperlicher Gewalt oder zu irgendeiner anderen Form der Zerstörung führt – egal, ob die Wut gesund oder ungesund ist. Da gesunde Wut aus dem wahren Selbst kommt, weiß sie genau, was zu tun ist und wann sie die notwendigen Anforderungen des Augenblicks erfüllen muss.

FRAGE: Was ist mit Menschen, die gewaltsam verfolgt werden? Wie sollte ihre Haltung sein?

ANTWORT: Der Instinkt der Selbsterhaltung wird sie mit Sicherheit dazu bringen, sich gegen solche Ereignisse zu wehren und zu verteidigen, sei es durch Gegenangriffe oder durch Flucht. Je gesünder die gesamte Persönlichkeit ist, desto sicherer funktioniert dieser Instinkt bei der Wahl der richtigen Verteidigung zur richtigen Zeit. Auch dies ist keine intellektuelle Überlegung, sondern wie immer eine spontane Manifestation des wahren Selbst. Wenn nötig, werden solche Gegenangriffe und Verteidigungen auch physisch sein.

FRAGE: Den Ausdruck von Wut finde ich unerträglich.

ANTWORT: Manchmal ist es nicht ratsam; manchmal ist es ratsam. Das ist, was ich meine: Wenn ihr euch dessen bewusst seid, habt ihr die Wahl, und wenn ihr euch dessen nicht bewusst seid, haben ihr keine Wahl. Je mehr ihr euch der Möglichkeit bewusst seid, eine Wahl zu treffen, desto mehr Freiheit gewinnt ihr und desto weniger werdet ihr fühlen oder denken, dass Zurückhaltung auf äußere Forderungen, äußere Autorität zurückzuführen ist. Mit dem Bewusstsein, eine freie Wahl zu treffen, wird Rebellion gegen Zurückhaltung überflüssig. Es ist ein großer Unterschied, ob Zurückhaltung aufgrund von Forderungen der Außenwelt ausgeübt wird oder weil ihr sie aus freien Stücken wählt. So paradox dies wiederum erscheinen mag, je mehr ihr bereitwillig Zurückhaltung wählt, mit wachem Verstand und konstruktiver Motivation, desto freier werdet ihr. Es ist nicht, wie man annehmen könnte, dass der Mensch umso freier ist, je weniger Selbstbeherrschung vorhanden ist.

Je direkter ihr euch dessen bewusst seid, was ihr wirklich fühlt und es ausdrückt, wenn ihr dies wünscht, desto weniger verstrickt ihr euch in Umwege und Ausweichmanöver. Den Kern der eigenen Gefühle oder Reaktionen direkt zu erreichen und dadurch ihre wahre Bedeutung zu verstehen, ist die Kunst und das Ziel dieser Pfadarbeit. Wenn euer Ziel die vollendete Perfektion ist, finden ihr euch immer noch im Perfektionismus wieder, der euren Fortschritt behindert. Aber wenn euer Ziel darin besteht, zu wissen, was ihr in diesem Moment wirklich fühlt, dann habt ihr ein realistisches Ziel, das zu sofortiger Befreiung, Wahrheit, Harmonie und dynamischem Fortschritt führt.

Wieder ein scheinbarer Widerspruch: Je mehr man an den Punkt dessen geht, was gerade jetzt wahr ist, desto mehr wächst man in wirkliche Perfektion hinein. Je mehr ihr euch abspaltet von dem, was ihr jetzt fühlt und denkt, um mehr zu sein, als ihr in diesem Moment seid, desto weniger wachst ihr eurem Ziel der langsamen Annäherung an Perfektion entgegen. Diese Worte sollten auch in der täglichen Meditation verwendet werden, weil sie ein Schlüssel für euch alle sind.

FRAGE: Was ist mit der Umkehrung dessen, was du gerade gesagt hast? Was ist mit der Person, die Angst hat oder zu unsicher ist, um gerechten Zorn zu zeigen? Was passiert in dieser Situation mit der Liebe?

ANTWORT: Das ist eine sehr gute Frage. Wo es Angst gibt, eine berechnete Wut auszudrücken, muss es in diesem Maße Angst geben, zu lieben. Hinter beiden Ängsten steckt Verwirrung, Missverständnis, Illusion. Es sind diese falsch interpretierten Verletzungen und Schmerzen, die für den fremden Kern verantwortlich sind, von dem ich gesprochen habe. Dieser Kern behindert die Manifestationen des wahren Selbst, den Ausfluss echter Liebe im Gegensatz zu überlagerter Liebe und die Fähigkeit, gesunde Wut auszudrücken, im Gegensatz zu verdrehter, gequälter Wut. Wenn die Unsicherheit eine Person zu ängstlich macht, um berechnete Wut auszudrücken, ist diese Person noch nicht in der Lage, gesunde Wut zu empfinden. Wenn das Problem Wut rechtfertigt, führt Unsicherheit zu widersprüchlichen Gefühlen.

Gesunde Wut macht dich stärker, verdrehte Wut schwächer. Gesunde Liebe ist allumfassend und bereichert dich, je mehr du von dir gibst. Krankhafte, verzerrte, falsche Liebe verarmt und führt zu Konflikten zwischen Eigeninteresse und den Interessen anderer. Es kommt von und erhöht die Dualität; es stellt immer das Gute dem Bösen gegenüber. Nicht authentische Liebe ist immer mit Selbstmitleid, Groll, Feindseligkeit und Konflikten verbunden. Da ist immer das Gefühl: „Ich sollte lieben, also glaube ich zu lieben, aber ich will nicht lieben, weil ich dann ausgenutzt werde. Da ich lieben soll und nicht will, fühle ich mich schuldig und bin schlecht.“ Wenn ihr euch so fühlt, könnt ihr keine gesunde Wut ausdrücken. Sie wird von Vorneherein zerstreut, denn ihr zweifelt an eurem Recht, Zorn zu empfinden, da ihr es nicht wagt zu lieben.

Wenn ihr weiter kämpft und den richtigen Ausdruck eurer Gefühle im Jetzt findet, müsst ihr die Schönheit des Universums erfahren, die Wahrheit des Seins, die keinen Konflikt

kennt. Diese Wahrheit verbindet das Lieben mit dem Empfangen des eigenen vollen Anteils am Glück, anstatt wechselseitig entweder Liebe oder Glück auszuschließen, was unvermeidlich zu sein scheint, wenn Liebe durch äußeren guten Willen angestrebt wird. Wenn ihr jedoch euren äußeren guten Willen einsetzt, um zu erkennen, dass hinter eurem Versuch zu lieben eine aus Angst, Schmerz und Illusion geborene Vermeidung der Liebe liegt, dann müsst ihr, während ihr auf dem Weg seid, herauszufinden, was diese Illusionen sind, endlich wahre Liebe finden, euer wahres Selbst, den echten Ausdruck von allem, was ihr fühlt und seid – was gut und richtig sein wird.

Meine lieben Freunde, seid gesegnet, ihr alle. Findet Schritt für Schritt den Weg zur Verwirklichung dieser Worte. Seid in Frieden, seid in Gott!

Herausgegeben von Judith und John Saly
Übersetzung Wolfgang Steeger 2022

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

Pathwork-Stiftung
Postfach 6010
Charlottesville, VA 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 Marke 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 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.