

## **Spirituelle Gesetze**

### **Das Gesetz der persönlichen Verantwortung**

Das ist das Hauptelement dieser Lehre. Es ist das Grundprinzip, das die Pfadarbeit leitet. Auf den ersten Blick ist es manchmal schwer zu akzeptieren. Sogar bei Niederlagen scheint es leichter, wenn man die Schuld nur auf Umstände oder Pech oder die Fehler anderer schieben kann. Das Gesetz der persönlichen Verantwortung zu akzeptieren löscht Selbstmitleid, Resignation, passives Ertragen, schwelende Abneigungen gegen die Ungerechtigkeiten des Lebens und das berühmte masochistische Spiel, auf „Ich gegen das Leben“ herumzureiten.

Doch ist dieses scheinbar so harte Gesetz die hoffnungsvollste, ermutigendste, befreiendste und stärkendste Wahrheit von allen. Sie eröffnet dem Menschen die Möglichkeit, jedes Problem, das er hat, zu lösen. Sie erschließt ihm das Leben, all seine reichen Möglichkeiten. Sie zwingt ihn, die Dinge im rechten Licht zu sehen und, so unbequem es anfangs auch scheinen mag, lässt sie ihm am Ende sehr viel mehr Selbstachtung, Integrität und Hoffnung, als wenn er sich hilflos den Umständen beugen würde, die das Leben angeblich ohne eigenes Zutun mit sich bringt. Sie macht Niederlagen unnötig, denn unter anderem beseitigt sie auch die kindische Illusion eigener Allmacht, die genauso unrealistisch ist wie, man sei das passive Opfer des Lebens. Eigene Beschränkungen und die anderer zu akzeptieren, stärkt die Kraft, ein sinnvolles Leben zu führen.

Das Gesetz der Selbstverantwortung ist das Leitprinzip bei der Suche nach der Ursache für die eigenen Hemmungen. Betrachtet man das eigene Leben, insbesondere die Erfüllung und ihr Fehlen, kann man es als Sofort-Entwurf ansehen, der die Bereiche umreißt, in denen es eine innere korrespondierende Einstellung für beides geben muss. Dieses Herangehen steht dem üblichen diametral entgegen, tatsächlich aber ist es ehrlich und zuverlässig und muss immer zu Resultaten führen, vorausgesetzt, man geht tief genug und ist wirklich ehrlich.

Kommt man auf dem Pfad an eine Kreuzung, von wo es keinen Ausweg zu geben scheint, oder wo man nicht erkennen kann, wie man sich ändern, das ganze Problem lösen soll, kann man ziemlich sicher sein, ein wichtiges Mittel zur Öffnung der Tür noch nicht gefunden zu haben, ganz gleich, wie wesentliche Einsichten und Veränderungen bisher auch gewesen sein mögen. Vollkommene Einsicht zeigt immer einen Ausweg. Daran kann man Erkenntnisse unterscheiden. Sind sie von der hier erwähnten Art? Oder führen sie nur dahin? Die erste Art bereitet immer ein Gefühl der Freude, Befreiung, Hoffnung, Stärke und Licht. Sie führt dem gesamten System neue

Energie zu. Die letztere kann den Menschen vorübergehend schwächen. Die erstere lässt ihn wenig schmeichelhafte Fakten über sich erfahren, ohne das Gefühl für sich, den eigenen Wert, die eigene Integrität zu mindern - im Gegenteil, sie wächst. Die letztere lädt der Einsicht Schuld auf.

Wenn man den Unterschied zwischen den beiden Erkenntnismöglichkeiten erfahren hat, kann man sich vor Hoffnungslosigkeit schützen oder wenigstens erkennen, dass sie selbst ein Hinweis darauf ist, dass noch kein Ausweg gefunden wurde. Das kann Anstoß sein, mit allem Nachdruck weiterzumachen, bis der richtige Weg offen ist, statt ein schwächender Faktor zu sein.

Hat man schließlich eine unerfüllte Sehnsucht, einen lang dauernden schmerzhaften Konflikt als Folge einer inneren Einstellung, begleitet von den entsprechenden Verhaltensmustern, erkannt, ist man kein hilfloses Werkzeug des Schicksals mehr. Hat man eine solche Einstellung vollständig erkannt, in Aktion erlebt und als das, was sie ist, akzeptiert, mag man noch immer nicht bereit sein, sie aufzugeben - egal, aus welchen Gründen und falschen Auffassungen - aber wenigstens erkennt man eine lebenswichtige Verbindung zwischen seinem Innenleben und dessen äußeren Entsprechungen. Dann ist es möglich, sich speziell auf die Suche nach dem Grund zu machen, warum man so störrisch an einer Negativität, einer destruktiven Einstellung festhält.

Viele der folgenden Gesetze behandeln dasselbe Hauptprinzip genauer.

### **Das Gesetz der Schaukel oder Kompensation**

Wo eine „falsche Auffassung“ herrscht, ist das Gleichgewicht gestört, und es muss eine entgegengesetzte „falsche Auffassung“ geben. Jede Einstellung hat ihr Gegenstück, das entweder eine gesunde Ergänzung oder eine Verzerrung ist. So erzeugt eine Verzerrung auch eine Verzerrung ihres Gegenteils. Ist der Mensch in der Pfadarbeit nur für eine Seite der „Schaukel“ bewusst geworden, dann ist sie unmöglich zu lösen, wie sehr man sich auch Mühe gibt.

#### **Beispiele:**

1.) Der Mensch hat die Neigung, zu viel Verantwortung für andere zu übernehmen. Er mag klar und detailliert verstehen, dass er das macht, warum, welche Verzweigungen dazu gehören, wo sie herkommen, welche seiner anderen inneren Einstellungen dazu beitragen, davon beeinflusst werden und so weiter. Dennoch sieht er sich außerstande, den anderen ihre Verantwortung zu lassen. Entweder ist er nicht fähig, eine solche Situation zu erkennen, wenn sie eintritt - denn dies trifft oft auf sehr subtile Sachen zu, die jedoch nicht weniger wichtig sind - oder er fühlt sich äußerst unwohl und stark unter Zwang, wenn er es unterlässt, diese falsche Verantwortung zu übernehmen. Solch eine erzwungene Handlung wäre unnatürlich, nicht in Übereinstimmung mit einer organischen Entwicklung. Daher könnten die Auswirkungen schlimmer sein, als wenn er dem Zwang nachgäbe.

Echtes Wachstum bringt mühelose, natürliche, spontane Veränderung, die so natürlich eintritt, dass man sie oft zuerst gar nicht merkt. Diese Leichtigkeit stellt sich ein, wenn er die ganze Schaukel sieht, in diesem Fall den Bereich, wo er keine Selbstverantwortung übernehmen will und andere als Ersatz für sein Gewissen oder seine Autorität benutzt. Das mag in einem ganz anderen Bereich geschehen und sich so subtil zeigen, dass es anfangs fast nicht wahrnehmbar ist. Es kann eine reine Gefühlserscheinung sein. Wegen eines Schuldgefühls mag der Betreffende zum Beispiel in bestimmten Momenten für andere die Last der Verantwortung übernehmen, obwohl ihm seine Vernunft sagt, dass er sich nicht schuldig zu fühlen braucht.

Zugleich mag er seine Integrität für die Anerkennung und Zuneigung anderer verkaufen. So macht er sie für etwas verantwortlich, was er sich zuerst selber geben muss. Das Leben für das eigene Unglück verantwortlich zu machen, ist, wie zuvor erwähnt, eine weitere Art, Selbstverantwortung abzulehnen. Das zieht immer eine entgegengesetzte, ausgleichende Einstellung nach sich, Lasten zu akzeptieren, die nicht die eigenen sind. Die Wechselbeziehung zwischen diesen beiden Einstellungen muss erkannt werden, um sie aufzulösen.

Die gesunde Fassung dieser Gegensätze ist ein harmonisches Gleichgewicht zwischen richtiger Selbstverantwortung und der Freiheit, nicht die Lasten anderer zu übernehmen. Das hat nichts mit der freien und liebevollen Tat, helfen zu wollen, zu tun.

2.) Der Mensch, der zu zurückhaltend ist und unfähig, das zu ändern, ohne in ein ebenso destruktives entgegengesetztes Extrem überzugehen (rebellischer, feindseliger Trotz), wird sich mühelos ändern können, wenn er feststellt, auf versteckte Weise vielleicht zu fordernd zu sein. Er mag diese stillen Forderungen nie offen ausdrücken, sich ihrer nicht einmal klar bewusst sein, auch nicht seines gärenden Ärgers, wenn sie nicht erfüllt werden. Gesunde Selbstbehauptung, die man offen ausdrücken kann, und ein flexibles Einlenken stellen ein Gleichgewicht her; dies ist durch unreife Ich-Bezogenheit gestört. Man erreicht es mühelos, wenn diese Schaukel gründlich erfahren wird.

3.) Wird zu viel Ich an der Oberfläche gezeigt, ist das oft ein Zeichen innerer Ich-Schwäche. Umgekehrt bedeutet ein äußerlich schwaches Ich immer, dass darunter das Ich zu starr festgehalten wird.

4.) vgl. Lesung Nr.169 - Männliches und weibliches Schöpfungsprinzip

## **Das Hebel-Gesetz**

Manchmal ist es auf eine Weise mit dem Schaukel-Gesetz verknüpft. Der Unterschied ist, dass letzteres mit gegensätzlichen Einstellungen ein und desselben Grundprinzips oder Grundeinstellung zu tun hat. Das Hebel-Gesetz kann den Menschen auf seinem Pfad an einen Punkt führen, wo er eine bestimmte Verzerrung nur aufgeben kann, wenn ein völlig anderes,

scheinbar ganz unterschiedliches Prinzip oder Einstellung gefunden und verändert ist. Das ist dann der „Hebel“, den er braucht, um die verschlossene Tür zu öffnen. Beispiel: Jemand leidet unter Einsamkeit und Lieblosigkeit. Es mag etliche Mühe gekostet haben, diese Gefühle aufzudecken, die unter der Maske äußerer Sicherheit, Zufriedenheit und Kontaktfreudigkeit verborgen und abgestritten gewesen sein mögen. Deshalb kann ihm eine solche Entdeckung leicht als eine wichtige Erkenntnis vorkommen, da sie erst auftritt, wenn er gegen einige Widerstände gekämpft hat, um die Maske schließlich abzulegen. Trotzdem ist sie nicht die benötigte Erkenntnis. Doch mag das Schaukel-Gesetz nicht anwendbar sein, da eine Bereitschaft zur Liebe vorhanden sein kann - wenigstens in dem Maße, wie es bei den vorhandenen Verzerrungen möglich ist, die die Lebensenergie binden. Der „Hebelarm“ könnte in einem anderen Bereich zu finden sein. Zum Beispiel kann eine x-beliebige Verletzung der Integrität vorliegen, die mit dem Einsamkeitsproblem wenig zu tun zu haben scheint. Aber diese Verletzung gibt dem Menschen das Gefühl, Glück und Liebe nicht zu verdienen. Über dieses vage Gefühl, das erst an die Oberfläche kommt, wenn man sich in dieser Hinsicht gründlich konfrontiert, sollte man nicht leichtfertig als irrational hinweggehen. Man sollte untersuchen, wo und in welcher Hinsicht tatsächlich eine solche Verletzung der Integrität existiert. Wieder nicht unbedingt als eine offene Handlung, sondern in emotionalen Einstellungen, zum Beispiel in der Erwartung, mehr zu bekommen, als man bereit ist zu geben und so weiter. Ist das voll erkannt, und er ist fähig, die Einstellung aufzugeben, die die Selbstachtung beseitigt, muss ein neues Gefühl für sich selbst, ein Gefühl, es verdient zu haben, schließlich auch den Mangel an Befriedigung beseitigen.

### **Falsche Auffassung - Konflikt - Spaltung - Teufelskreis**

Jede falsche Auffassung erzeugt Dualität, inneren Konflikt, scheinbar unlösbare Probleme und Schmerz. Zudem erzeugt sie einen Teufelskreis. Jedes innere Problem, jeder innere Konflikt muss diese Reihenfolge offenbaren, und die muss durchgearbeitet und integriert werden, sowohl intellektuell als auch gefühlsmäßig, ehe der Prozess umgekehrt werden kann: Wahre Vorstellung - Einheit - gutartiger Kreislauf - erzeugen Freude und Glück.

Beispiel: (Dies ist ein besonderer, kürzlich durchgearbeiteter Fall). Ein junger Mann entdeckt eine Unsicherheit, was seine eigene Männlichkeit angeht, worüber er sich zuvor nicht bewusst war. Es musste beträchtlichen Widerstand überwinden, um die Maske falscher Sicherheit zu durchdringen, die er angenommen hatte. Nun entdeckt er bei sich das verbreitete Missverständnis, Sex sei schmutzig (ihm keineswegs bewusst). Die sich daraus ergebende Spaltung war, dass er entweder seiner männlichen Sexualität nachgab und sich als richtiger Mann fühlte, wofür der Preis Schuld und das Gefühl war, sündig und unrein zu sein, oder er musste diesen unbewussten Normen entsprechend sauber und anständig sein, dann aber verzichten, ein Mann zu sein. Er versuchte dauernd, zwischen diesen beiden wenig erstrebenswerten Alternativen einen Kompromiss zu finden. In ihm wogte ein Kampf. Weder konnte er sich aus vollem Herzen dazu bekennen, ein

Mann zu sein, noch, ein guter, akzeptabler und anständiger Mensch zu sein. Diese unnötige Spaltung ergab sich aus einem einfachen Missverständnis, das im Unterbewusstsein steckte. Das Missverständnis, Sex sei schmutzig, führte zu dem oben erwähnten Konflikt. Der führte zu dem **Teufelskreis**: Je mehr er versucht, männlich zu sein, verbunden mit dem Schuldgefühl, falsch zu handeln, umso weniger Liebesgefühle kann er in seiner Sexualität entwickeln. Daher erzeugt sie teils echte Schuld, wie es viele lieblose Handlungen müssen, und teils falsche Schuld dafür, „schmutzig“ zu sein. Die abgeschnittene Sexualität wird daher immer mehr von Feindseligkeit, Ärger und Wut durchsetzt. Wird jemand von solchen Gefühlen unmerklich infiltriert und er kann sich ihnen nicht stellen, werden alle Gefühle davon beeinflusst. Die Frustration, die aus solchen Konflikten stammt, und seine Hoffnungslosigkeit steigern die Feindseligkeit, aus der sich die berechtigten Schuldgefühle zusammensetzen. Liebloser, feindseliger Sex lässt seine Tabuisierung berechtigt erscheinen, was der schlimmste Teil des Problems ist, denn dadurch dreht der Mensch sich im Kreis. Je tiefer er in diesen scheinbar unlösbaren Konflikt verstrickt ist, desto mehr muss er seine natürlichen, spontanen Gefühle zurückhalten. Je mehr er sich zurückhält, desto weniger kann er lieben. Je weniger er liebt, desto weniger wirkliche Männlichkeit hat er, umso weniger richtig und unsicherer und unterlegener fühlt er sich. Das wieder muss er vor sich und der Welt verbergen, was die Verdrängung und Maskierung verstärkt. Und immer so weiter . . .

### **Falsche Schuld produziert echte Schuld und umgekehrt**

Die Fallgeschichte, die das Gesetz von „falscher Auffassung-Spaltung-Teufelskreis“ veranschaulicht, tut es auch, was den engen Zusammenhang von falscher und echter Schuld angeht. Eine falsche kindische Auffassung erzeugt oft falsche Schuld. Das wiederum muss Einstellungen, Gefühle, Verteidigungen und Masken hervorrufen, die zu berechtigter Schuld führen, denn ein spirituelles Gesetz wurde verletzt - durch eben diese Einstellungen, Gefühle und so weiter. Da eine falsche Auffassung unreal ist, und weil sie nur negative Gefühle wie Groll, Schuld, Hass, Hoffnungslosigkeit und Misstrauen erzeugen kann, ist leicht zu erkennen, wie es kommt, dass falsche Schuld eine echte erzeugt. Außerdem muss eine falsche Auffassung zu Unzufriedenheit führen, daher zu Frustration und Enttäuschung, was wiederum Ärger, Bitterkeit und Wut hervorruft. Falsche Auffassungen, also Illusionen, hängen mit Unglück, mit Hilflosigkeit und ungesunder Passivität zusammen, die den Menschen daran hindern zu tun, was getan werden muss, um zu erreichen, was er braucht und was er wünscht. Diese Passivität kommt aus einem Gefühl der Nichtigkeit, das in jedem Konflikt steckt, der auf Missverständnissen beruht. Die Hilflosigkeit und das Gefühl, Opfer der Nichtigkeit zu sein, die solche Situationen erzeugt, sind an sich beides Missverständnisse. Die falsche Klage, die gegen die Welt erhoben wird, macht sie verantwortlich für den unglücklichen Zustand.

So schickt das wahre Selbst die Botschaft ans Bewusstsein, „Du tust Unrecht, wenn du aufgebracht bist“. Das Bewusstsein desjenigen ist für gewöhnlich unfähig, diese Botschaft richtig

zu deuten, und fühlt nun unbestimmt, dass irgendetwas an seinem Selbstmitleid, seinen Anklagen, seiner Bitterkeit und seiner Wut falsch ist.

Wenn bei einer Selbstkonfrontation falsche Schuld am Horizont auftaucht, sollte man das niemals auf sich beruhen lassen. Dahinter liegt irgendwo echte Schuld verborgen. Es ist, als ob der Mensch, wenn er nicht bereit ist, sich der echten Schuld zu stellen, ihn aber sein Gewissen bedrängt, unechte Schuld erzeugt. Auch das mag zuerst verborgen sein, wenn es aber entdeckt wird, mag er zu sich sagen: „Sieh an, ich habe es entdeckt. Ich brauche nicht weiter nach dem zu suchen, weswegen ich mich so schlecht fühle. Sieh doch, wie ehrlich und gewissenhaft ich bin, dass ich mich so schuldig fühle, auch über irrealer Probleme.“ Wenn Entdeckungen nicht zu ständiger Erleichterung, Veränderung und größerer innerer und äußerer Freiheit führen, können wir sicher annehmen, dass man sich einigen Schuldgefühlen noch nicht gestellt hat.

### **Kindheitstraumen sind nicht direkt für Neurosen verantwortlich**

Ein frühkindliches Trauma erzeugt nur indirekt Verlust, Unglück, Unzufriedenheit, Negativität, destruktive Gefühle und Verhaltensmuster, kurz, Neurosen. Es ist nicht von sich aus für all das verantwortlich. Die gesunde Seele erfährt frühes Unglück ebenso mit Schmerz und Pein, wehrt sich aber gegen die Wirkungen, ohne tiefe, mit negativen Mustern durchtränkte Eindrücke zu hinterlassen. Diese Muster sind für die unglückselige Erfahrung der Gegenwart direkt verantwortlich - das gilt es klar zu verstehen und durchzuarbeiten, um das, was einen vom Leben abhält, zu überwinden. Im Lichte dieser Wahrheit sind die Eltern für diese Missverständnisse schließlich nicht verantwortlich. Ihnen zu grollen, verletzt das Gesetz der Selbstverantwortung. Ähnlich ist man nicht verantwortlich für die neurotischen Muster des eigenen Kindes. Ausufernde Schuldgefühle deswegen beruhen auf einem Missverständnis. Doch für eigene Verzerrungen, die das Kind beeinflussen können, ist man verantwortlich.

Jedes Beispiel aus der eigenen Geschichte oder anderer, deren Innenleben man kennt, ist ein lebendiges Beispiel für diese Wahrheit. Darum kann das Schwelgen in Kindheitserfahrungen allein bestenfalls ein Teilverständnis bieten; es kann keinen lebendigen und sinnvollen Wandel bewirken. Letzterer ist nur möglich, wenn der Mensch seine destruktiven Muster ganz versteht und sie drastisch verändert. Dies bestätigt noch einmal die Wahrheit über die eigene, persönliche Verantwortung.

### **Trittstein oder Stolperstein**

Persönliche Freiheit ist zu ein und derselben Zeit relativ, begrenzt und umfassend. Da wir die Folgen unserer frühen Einstellungen und Handlungen erfahren müssen, kommen wir nicht umhin, Mühsal und Verletzung zu erleben, wenn sich diese Einstellungen und Handlungen auf Illusion

gestützt haben und destruktiv waren. Das bindet uns, solange wir sie unbeachtet lassen. Aber wir sind völlig frei, unsere Einstellungen zu einem selbstverschuldeten Schicksal, das als Folge der Vergangenheit entsteht, zu wählen. Entweder können wir in Selbstmitleid, in Ärger, Hilflosigkeit schwelgen und so Schwäche, Lähmung, Abhängigkeit und Zerstörungswut vergrößern. Oder wir können uns entscheiden, das Beste aus dieser Erfahrung machen, das äußerste daraus lernen und dadurch in Bewusstheit und Selbstwahrnehmung wachsen zu wollen. Mit einer solchen Einstellung gewinnt der scheinbare Stolperstein eine neue Bedeutung, die auf den Menschen entscheidend, stärkend und befreiend wirken kann. Wir beginnen dann zu sehen, dass der Stolperstein auf unserem Weg ein direkte Folge unserer Verzerrungen war. So vermeiden wir zukünftig ähnliche Erfahrungen - vielleicht sogar schlimmere, weil wir das Ergebnis der Vergangenheit in einen Stolperstein verwandelt haben.

### **Die äußere Situation offenbart die innere Realität**

Ganz gleich, was wir mit unserem bewussten Verstand zu wollen glauben, unsere Lebenslage offenbart eine unbewusste, widersprüchliche Sehnsucht. Das Leben lässt sich nicht betrügen und produziert, ob es uns gefällt oder nicht, genau das, was das Gesamt der bewussten und unbewussten Persönlichkeit hervorbringt. Wie unerwünscht das Ergebnis auch sein mag, es ist dennoch Ausdruck dessen, was wir kindisch, blind oder ängstlich im Leben ausdrücken. Das nicht zu wissen oder nicht wissen zu wollen, wird Bitterkeit erzeugen und ein Gefühl, vom Leben ungerechterweise gequält worden zu sein. Diese Einstellung kann die Blindheit nur vergrößern und bewirkt, dass wir die destruktive Einstellung beibehalten, die das zuerst hervorrief. Oder wir nehmen eine andere Einstellung ein, die anfangs schwerer ist. Auch wenn man nicht erkennt, wie man die unerwünschte Lebenslage selbst erzeugt hat - mag sie sogar tatsächlich absurd erscheinen - kann man in dieser Richtung trotzdem gründliche Untersuchungen anstellen im Geiste der Offenheit, Demut, Ehrlichkeit und in dem Wissen, dass die menschliche Seele kompliziert und vielschichtig ist. Letzteres wird erstaunlich neue Einsichten und Freiheit bringen.

Es ist deshalb eine enorme Abkürzung, wenn man die äußere Lebenslage als Maßstab benutzt, um festzustellen, was der Persönlichkeit fehlen könnte. Wenn man das offenkundige Unglück, die Probleme und Schwierigkeiten als Indiz für verborgene Ängste, Fehler und negative Wünsche benutzt, könnte man sogar entdecken, dass es weniger versteckte negative als offene gesunde Einstellungen gibt. Weil sie aber unbewusst sind, haben sie viel größere Macht als die bewussten, die vielleicht stärker, positiver sind.

Also ist es dringend notwendig, das Unbewusste bewusst zu machen. Unbestimmte Gefühlsreaktionen, flüchtige Gedanken, auf die man gewöhnlich nicht achtet, können mehr über die unbewusste Verfassung offenbaren, als zuerst möglich scheint. Die bewusst konzentrierte Aufmerksamkeit muss man in dieser Richtung erziehen. Dann werden die widersprüchlichen

Wünsche, die verborgenen Ängste und negativen Begierden auftauchen. Wenn man sie erkannt hat, kann man sie mit den bewussten Zielen in Übereinstimmung bringen, den realistischen Werten und Zielvorstellungen entsprechend.

### **Neuschöpfung der Seelensubstanz von negativen zu positiven Eindrücken**

Wenn man sich der falschen Auffassungen voll und ganz bewusst ist, nachdem man aktiv die negativen Gefühle erfährt - sie theoretisch zu kennen, reicht nicht, man muss sie voll als Folge, die innere Erfahrung zuzulassen, akzeptieren, ohne getrieben zu sein, die Negativität auszuleben - kann die Wiederherstellung beginnen. Mut und Ehrlichkeit, die nötig waren, um diese erste Stufe zu durchlaufen - und die infolge der neuen Selbstakzeptanz an Stärke zugenommen haben - müssen nun genutzt werden, um einen Wandel zu vollziehen.

Der Wunsch, die Absicht, sich zu ändern, muss in klare, präzise Gedanken gefasst werden. Es muss das Bild erzeugt werden, wie die gesunde, positive Persönlichkeit im Gegensatz zu früheren destruktiven Mustern funktioniert. Obwohl man die äußere Ich-Persönlichkeit mit ihrem Willen und ihrer Intelligenz braucht, um diese Schritte einzuleiten, muss dasselbe Ich auch seine begrenzte Macht erkennen, und es braucht das universelle Selbst, damit es bei jedem Schritt auf dem Weg führt, inspiriert und hilft. So ist die Funktion der bewussten Ich-Persönlichkeit eine doppelte:

- 1.) Sie muss den Anfang machen, ihren Willen stärken, Gedanken formulieren, die verzernte Seelensubstanz mit der Wahrheit prägen, mit dem Bild von gutartigen Kreisläufen im Vergleich zu den Teufelskreisen.
- 2.) Sie muss aktiv die größere innere Kraft anrufen und selbst passiver, empfänglicher werden und zuhören. Sie muss eine Zeitlang beiseitretreten, um die innere Kraft sich offenbaren zu lassen, was oft geschieht, wenn es am wenigsten erwartet wird, denn eine entspannte Haltung ist nötig. Diese Prinzipien sind in der Lesung Nr. 169 angemessen erklärt.

### **Suche nach dem Gleichgewicht zwischen den Ich-Funktionen und den unwillkürlichen Manifestationen der universellen Führung und Hilfe**

Es ist nicht immer leicht, das sich ständig ändernde Gleichgewicht zwischen innerer Aktivität und dem bewussten Ich zu finden. Man muss spüren, wann es nötig ist, neue Eindrücke gedanklich aktiv zu formulieren, und wann man beiseitretreten und das Selbst ruhig, offen und empfänglich halten muss. Das Gespür dafür wächst, wenn man die Realität des universellen Selbst öfter erlebt. Eines seiner bemerkenswerten Eigenschaften ist, dass es sich zu diesem Zweck sogar selbst aktivieren kann, um euch genauer fühlen zu lassen, wie es wahrzunehmen ist; für wirksamere Meditation - für die Intensität des Gefühls für die richtige Inspiration, um auf sinnvolle Weise zu meditieren. Jede Phase mag eine andere Meditation erfordern, mag es nötig machen,

unterschiedliche Aspekte der universellen Kraft zu aktivieren. All dies kann von innen kommen, wenn man danach fragt. Die Beschränkungen des Verstandes werden geringer, wenn man sie erkennt und das „größere Gehirn“ im Solar-Plexus befragt. Das Ich muss lernen, zwischen aktiv und passiv, zwischen in Gang setzen und Empfangen zu wechseln. Allmählich wird eine harmonische, selbstregulierende Integration eintreten.

### **Ihr müßt verlieren, was ihr gewinnen wollt**

Das sagte der Guide in einer der ersten Lesungen. Diese Aussage hat dieselbe Bedeutung wie die Aussage Jesu, man müsse bereit sein, das Leben zu verlieren, um es auf ewig zu gewinnen. Psychologisch heißt das, daß ohne die Bereitschaft loszulassen eine solche Spannung und Angst herrscht, daß innerlich alles dicht ist und das gute Leben nicht kommen oder empfangen werden kann. Nur wenn man ohne Schrecken verlieren kann, ist gewinnen möglich. Umgekehrt, wer Angst hat zu verlieren, ist niemals wirklich offen, zu gewinnen. Diese Prinzipien sind in Lesung Nr. 168 angemessen erklärt.

### **Das Gesetz der Einheit**

Es ist nicht wahr, daß von Gegensätzen eine Seite gut und die andere schlecht ist. Jede der beiden kann beides sein. Jede kann eine gesunde, schöpferische Alternative wie eine ungesunde und destruktive enthalten. Zur Veranschaulichung folgende Beispiele zur Hilfe:

Um ein reiches Leben zu führen, muß man in harmonischem Wechselspiel aktiv und passiv sein. Hält man eines davon für „richtig“ und das andere für „falsch“, entsteht Verzerrung und Unausgeglichenheit. Ein Ende des Spektrums dieses Prinzips wird übertrieben, was unvermeidlich auch die andere Seite beeinflusst.

Selbstfindung kann produktiv und wachstumsfördernd oder ichbezogen und isolierend sein. Ihr Gegenteil, die Beschäftigung mit anderen, kann ein Ausdruck echter Liebe und Anteilnahme sein. Oder sie kann ein Mittel sein, vor dem eigenen Selbst zu fliehen. Ist die Selbstfindung gesund, wird automatisch auch die Beschäftigung mit anderen gesund sein. Und umgekehrt, wenn eines von beiden verzerrt ist, muß es auch das Gegenstück sein.

Selbstbehauptung kann Ausdruck gesunder Selbständigkeit oder eine Erscheinungsform der Rebellion sein und eine feindselige Einstellung offenbaren. Genauso kann flexible Anpassungsfähigkeit die Erscheinung einer gesunden Psyche sein, oder sie kann Unterwürfigkeit und Maske masochistischer Selbstverleugnung sein. Wieder, ist ersteres gesund, wird es auch das zweite sein, und umgekehrt. Wie oft sagen doch die Menschen, „Es ist richtig, sich zu behaupten“, wenn sie einfach eine ungesunde Verzerrung verdecken. Wie oft beansprucht überdies jemand für

sich, sein ständiges Nachgeben sei gutwillig und liebevoll, wenn er einfach Angst hat, sich zu behaupten, weil er es ablehnt, auf eigenen Füßen zu stehen, und sich an einen anderen Menschen klammern will, der durch Unterwürfigkeit „eingekauft“ sein muß. Ein solcher Mensch versklavt sich mit dem geheimen Ziel, letztlich den anderen zum Sklaven zu machen.

Von sich aus zu geben, wenn es echt ist, ist spontan und Ausdruck eines warmen, liebenden Menschen, der sich mit anderen verbinden will, der fähig ist, zu anderen Beziehungen zu haben. Die negative, verzerrte Form ist Aufdringlichkeit, die Erscheinungsform der Unfähigkeit, bei sich zu sein. Umgekehrt ist Eigenständigkeit die Kehrseite der Medaille. In einem gesunden Menschen offenbart sie das Grundvertrauen in den eigenen Reichtum.

Das befähigt ihn, bei sich zu bleiben. Tatsächlich wird er Zeit für sich brauchen. Nur dann ist echte Beziehung zu und mit anderen möglich. In der Verzerrung werden diese beiden Aspekte zu einander ausschließenden Alternativen, wobei die eine als „gut“ und die andere als „schlecht“ akzeptiert werden, abhängig von den besonderen Verzerrungen und Fehlern der Beteiligten. Die ungesunde Verzerrung der selbstgenügsamen Person ist der Einsiedler, der mit Menschen nicht umgehen kann und so die Einsamkeit sucht. Das kann man rationalisieren, indem man vorgibt, es sei gesund. In solchen Fällen wird das Aus-sich-herausgehen oft als seicht und ohne innere Tiefe beklagt, gleich, ob es die gesunde oder verzerrte Form ist.

Diese und viele andere Beispiele veranschaulichen den trügerischen Begriff der Voreingenommenheit, bei der eine Seite, ein Aspekt einer Ganzheit als „richtig“ und der andere als „falsch“ beurteilt werden. Ist diese Verzerrung sehr stark, ist das relativ leicht zu erkennen. Aber oft kann sie verborgen sein, indem sie sich als scheinbar gesunde Form darbietet. Daher ist es auffällig, dass die stärkere auf diesen Pfad gehört, während die weniger starke dazu neigt, sich einen Gegensatz zu suchen und ihn gegen den anderen zu stellen. Man erkennt immer mehr, dass beide ein vollständiges Ganzes bilden. Das zeigt, wie Dualität während dieser Pfadarbeit in das Einheitsprinzip führen muss.

In einer Einzelsitzung vor vielen Jahren sagte der Guide folgendes, was hilfreich sein kann: Wenn du nicht mehr sein willst, als du bist, wirst du niemals Angst haben, weniger zu sein.

Übersetzung: Paul Czempin 1994, 1999  
Überarbeitet, neue Rechtschreibung: Wolfgang Steeger 2023

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

Die Pathwork-Stiftung  
Postfach 6010  
Charlottesville, Virginia 22906-6010, USA  
Rufen Sie an: 1-800-PATHWORK, oder  
Besuchen Sie: [www.pathwork.org](http://www.pathwork.org)

Die folgenden Hinweise dienen als Orientierungshilfe bei der Verwendung des Namens Pathwork® und dieses Vorlesungsmaterials.

#### Warenzeichen/Dienstleistungszeichen

Pathwork® ist eine eingetragene Dienstleistungsmarke im Besitz der Pathwork Foundation und darf nicht ohne die ausdrückliche schriftliche Genehmigung der Foundation verwendet werden. Die Foundation kann nach eigenem Ermessen die Verwendung der Marke Pathwork® durch andere Organisationen oder Personen, wie z. B. angeschlossene Organisationen und Ortsvereine, genehmigen.

#### Urheberrechte ©

Das Urheberrecht des Pathwork Guide-Materials ist das alleinige Eigentum der Pathwork Foundation. Dieser Vortrag darf in Übereinstimmung mit der Marken-, Dienstleistungsmarken- und Urheberrechtsrichtlinie der Foundation reproduziert werden, aber der Text darf in keiner Weise geändert oder gekürzt werden, noch dürfen Urheberrechts-, Marken-, Dienstleistungsmarken oder andere Hinweise entfernt werden. Den Empfängern können nur die Kosten für die Vervielfältigung und Verbreitung in Rechnung gestellt werden.

Jede Person oder Organisation, die die Dienstleistungsmarke oder urheberrechtlich geschütztes Material der Pathwork Foundation verwendet, stimmt damit zu, die Marken-, Dienstleistungsmarken- und Urheberrechtsrichtlinie der Foundation einzuhalten. Um Informationen oder eine Kopie dieser Richtlinie zu erhalten, wenden Sie sich bitte an die Stiftung.