

Selbstachtung

Grüße, meine liebsten Freunde. Gesegnet sei jeder von euch hier. Möge sich euer Herz öffnen, möge eure Aufmerksamkeit klar gerichtet sein, so dass ihr während dieser Stunde so viel wie möglich aufnehmen könnt.

In dieser letzten Lesung des Jahres will ich ein Problem ansprechen, das besonders für diejenigen überaus wichtig ist, die durch ihre Pfadarbeit mit bisher unentdeckten Reaktionen im eigenen Selbst in Kontakt kamen und so für sie bewusst wurden. Diese Reaktionen weisen auf Kampf und Verwirrung hin. Es geht um die gesamte Frage der Selbstachtung, die von grundlegender Bedeutung ist. Jeder Mensch, der Ungewissheit, Angst, Unsicherheit, Schuld, Schwäche, Zweifel, Negativität, Unzulänglichkeit und Unterlegenheit erfährt, vermisst schmerzlich Selbstachtung, Selbstliebe oder Selbstwert, wie ihr es auch nennt. In dem Maße, wie er solche Gefühle oder Einstellungen hat, herrscht unvermeidlich ein Mangel an Selbstachtung in ihm, nur ist ihm das als solches nicht direkt bewusst. Und das ist umso schädlicher für ihn, weil er dann um so weniger imstande ist, das Problem direkt anzugehen. Nur viel Einsicht in das Selbst als Ergebnis harter Arbeit bringt dieses direkte Bewusstsein: „Ich mag mich nicht, ich achte mich nicht.“

Der Mensch ist ständig mit einem inneren und selten bewussten Konflikt konfrontiert. Dieser erwächst aus der dualistischen Wahrnehmung, die für die Menschheit kennzeichnend ist. Ich habe anhand mehrerer Fälle in der Vergangenheit gezeigt, wie eine falsche Auffassung die Wahrheit in zwei gegensätzliche Hälften spaltet, die euch verwirren und unmöglich machen, eine befriedigende Wahl zu treffen. Ihr seid dann von innerer Zwietracht und schmerzhafter Verwirrung zerrissen. In diesem Fall heißt das Dilemma: Wie könnt ihr euch annehmen und mögen, ohne Gefahr zu laufen, den destruktiven Zügen in euch - die alle Menschen haben, auch wenn sie verborgen sind - nachzugeben und sie zu rechtfertigen? Oder, wie könnt ihr auf der anderen Seite dieses Konfliktes den negativen destruktiven Zügen, den Schwächen, die euch mies fühlen lassen, den kleinen Selbstsüchten, Grausamkeiten, Eitelkeiten, die euch oft nachtragend und lieblos machen, gegenüberstehen, sie akzeptieren und eingestehen, und trotzdem nicht eure Selbstachtung verlieren? Wie könnt ihr vermeiden, destruktiver Schuld, Selbstablehnung und Selbstverachtung zu verfallen? Es ist ein tiefverwurzelter Konflikt, und die meisten Menschen, ob sie es wissen oder nicht, ringen mit dieser schwerwiegenden Frage. Es ist ein tiefsitzendes Dilemma und eine typische dualistische Verwirrung, die aus dem Eingeständnis einer unbequemen Wahrheit und der Selbstakzeptanz zwei einander scheinbar ausschließende Gegensätze macht.

Dies ist eine extrem wichtige Frage. Ich will euch einige Antworten und Vorschläge zu geben versuchen, damit ihr euch geistig und emotional mit diesem Problem befassen könnt und vielleicht schließlich zu einer Lösung kommt. Aber bevor ich ins Detail gehe und euch einen Schlüssel anbiete, der das Vereinigen dieser Gegensätze ermöglicht, lasst mich noch etwas den Konflikt selbst betrachten. Diejenigen unter euch, die in letzter Zeit diesen wütenden Kampf in sich erfahren haben, werden genau wissen, wovon ich spreche. Anderen, die ihre Selbstablehnung bisher noch nicht wahrgenommen haben, muss sie allmählich in der Weise bewusst werden, wie sie es auf diesem Pfad lernen. Vielleicht ist der einzige Weg, eure Selbstabneigung und -unterschätzung erkennen zu können, indirekt. Wie ich zuvor sagte, sicher könnt ihr spüren, Schüchternheit, Ungewissheit, Unsicherheit, die Befürchtung, abgelehnt oder kritisiert zu werden, wie auch Unterlegenheits- und Unzulänglichkeitsgefühle zu haben. Vielleicht nehmt ihr hier und dort ein gewisses Schuldgefühl wahr, das rational für euch keinen Sinn ergibt. Obwohl diese Schuld sich gewöhnlich hinter anderem Verhalten versteckt hält, ist sie selten so fern, dass sie nicht bisweilen klar und deutlich wahrgenommen werden kann, sobald ihr euch auf die Suche danach macht. Vielleicht wisst ihr, dass ihr für die zahllosen Möglichkeiten zu glückseliger Erfüllung im Leben nicht offen seid und euch mit weniger zufrieden gebt, als ihr auf eine unnötig bescheidene und beschränkte Weise erfahren könntet. Vielleicht könnt ihr feststellen, dass ihr im Leben zurücksteht, euch irgendwie unwürdig fühlt und zumindest in gewissen Lebensbereichen eure Möglichkeiten als negativ wahrnehmt. Vielleicht ist das nur in bestimmten Lebensbereichen so, aber es reicht noch immer, um auf Selbstablehnung hinzuzeigen.

Alle diese Manifestationen weisen darauf hin, dass ihr euch nicht mögt und daher ablehnt. Es sollte nicht zu schwer sein, die Bewusstseins Lücke zwischen diesen Manifestationen und ihrer tieferen Ursache, dass ihr nämlich nicht viel von euch haltet, zu überbrücken. Vielleicht mögt ihr euch wegen einiger Merkmale und Verhaltensweisen nicht, doch ist eine solche Spezifizierung eurem Bewusstsein vielleicht noch verborgener. Gut möglich, dass ihr zuerst nur ein vages allgemeines Gefühl von Selbstmissachtung merkt, ohne es genau bestimmen zu können. Wenn ihr, vielleicht nur vage, fühlt, euch als Person nicht zu respektieren, wenig Achtung und Wertschätzung für euch selbst als Mensch zu empfinden, müsst ihr euch als nächstem Schritt vornehmen, diese Haltung zu euch selbst konkreter zu fassen. Wollt ihr sie wirklich finden, so werdet ihr es auch, obwohl das recht indirekt geschehen kann, als würde das Wissen dieses speziellen Grundes für eure Selbstablehnung über einen völlig anderen Weg kommen. So arbeitet der Pfad oft.

Andererseits mögt ihr in euch recht deutlich etwas sehen, das wirklich bedauerlich und unerwünscht ist. Dann könnt ihr fälschlich dazu übergehen, euch trotzig zu rechtfertigen, weil ihr glaubt, mit dem Eingeständnis eurer lästigen Züge müsstet ihr euch als Person insgesamt ablehnen. Ihr könnt, ich habe darauf in der Vergangenheit oft hingewiesen, zwischen der Ablehnung eines Zuges und der Ablehnung der Person als Ganzes (der eigenen oder der eines anderen) nicht

unterscheiden. Deshalb verfallt ihr dem Fehler, eine sehr lästige und destruktive Eigenschaft zu rechtfertigen, zu leugnen, zu verfälschen oder zu rationalisieren, oft sogar zu beschönigen.

Hier ist die Verwirrung vollkommen! Um den Schlüssel zu finden, der euch befähigt, euch den unerwünschten Einstellungen ehrlich zu stellen, ohne im mindesten den Respekt für euch oder das Gespür dafür zu verlieren, dass ihr ein wertvoller Mensch seid, sind folgende Betrachtungen nötig. Zuerst müsst ihr das Phänomen des Lebens auf neue Weise wahrnehmen und erfahren. Euer Leben - und ihr seid Leben, weil ihr lebendig seid - repräsentiert alles Leben, die Natur. Eines der Merkmale des Lebens ist sein unermessliches Potential zu Wandlung und Expansion. Um noch genauer zu sein: Nehmt irgendeinen Menschen, egal, wie destruktiv, egal, wie niedrig seine Entwicklung ist, sobald ihr das Leben wahrnehmt, wie es ist, werdet ihr spüren, dass selbst die niedrigste aller destruktiven Kreaturen jede Möglichkeit zu Veränderung und Gutsein, zu Größe und Wachstum besitzt. Jederzeit kann das Denken sich ändern und dann neue Einstellungen und Verhaltensformen erzeugen, neue Gefühle und Daseinsweisen. Und geschieht es nicht jetzt, ändert das auch nichts, denn eines Tages müssen sich die Dinge ändern, weil sich die wahre Natur des Menschen letztlich zeigen muss. Das Wissen, dass das wahre Wesen des Menschen oder des Lebens früher oder später hervortreten muss, ändert alles: Es verändert eure Verzweiflung über euch selbst. Es öffnet die Tür zum Wissen um euer Potential - das Potential zum Guten, ganz gleich, wie boshaft ihr jetzt seid; zur Großzügigkeit, ganz gleich, wie geizig ihr jetzt seid; zur Liebe, ganz gleich, wie egoistisch ihr jetzt seid; zur Stärke und Integrität, ungeachtet, wie schwach ihr jetzt seid und wie sehr ihr dazu neigt, euer bestes Selbst zu verraten; zur Größe, ungeachtet, wie unbedeutend ihr jetzt seid.

Schaut auf die Natur, auf jede Manifestation des Lebens; sie ist in ständiger Veränderung begriffen, fortwährend stirbt sie und wird wiedergeboren, sie expandiert und kontrahiert und pulsiert dauernd. Sie ist immer in Bewegung und breitet sich aus. Das gilt besonders für das Leben, das bewusst ist, und mehr noch, wo es seiner Selbst bewusst ist. Die Kraft des Denkens, des Willens, der Gefühle ist unendlich viel größer als jede unbelebte Kraft. Und dennoch ist die unbelebte Kraft der Elektrizität etwa und mehr noch der Atomenergie so groß, dass ihr kaum begonnen habt, ihre Möglichkeiten im Guten und Konstruktiven wie im Bösen und Destruktiven auch nur zu ahnen. Wo es Leben und Bewusstsein gibt, existieren diese beide Möglichkeiten. Wenn also im kleinsten Atom, so klein, das ihr es nicht einmal mit bloßem Auge wahrnehmen könnt, eine Kraft existiert, die unvorstellbare Energien zum Aufbauen oder Zerstören freisetzen kann, wie unendlich viel mehr muss das bei der Geisteskraft der Fall sein, der Kraft des Denkens, Fühlens und Wollens. Denkt über diese bedeutsame Tatsache nach, meine Freunde, sie wird euch neue Perspektiven eröffnen. Warum nehmt ihr blindlings an, die Kraft unbelebter Dinge sei größer als die des Geistes?

Die Fähigkeiten des Denkens, Wollens, Fühlens, Ausdrückens, Handelns und Entscheidens sind die Charakteristika des Bewusstseins. Die Kraft all dieser Ausdrucksformen des Bewusstseins wird von den Menschen in hohem Maße unterschätzt. Lebendiges Bewusstsein verdient deshalb eine Achtung, die kaum in Worte zu fassen ist. Es macht nichts aus, wie es sich zeigt, ganz gleich, wie lästig und destruktiv die jetzigen Erscheinungen auch sind, das Leben, das jetzt destruktiv wirkt, enthält das Potential, dieselben Kräfte in konstruktive Kanäle zu lenken - und mehr noch. Denn die Quelle des Lebens ist wirklich unerschöpflich.

Da die Substanz des Lebens Bewegung ist und sich daher verändert, ist sie es, die berechtigte und realistische Hoffnung gibt, wie aussichtslos eine Situation oder Geistesverfassung auch scheinen mag. Wer in tiefer Depression und Hoffnungslosigkeit steckt, muss sich im Irrtum befinden, denn er leugnet eben diese Lebensessenz. Und wer über sich verzweifelt, weil er sich für so schlecht, gewisse Aspekte von sich für so unannehmbar, so destruktiv, so negativ hält, erliegt dem Fehler, das Leben auf eine festgelegte Weise wahrzunehmen und zu erfahren, als ob, was jetzt ist, immer so sein müsse. Das ist der Fehler der Abgestumpftheit und eines Bewusstseins, das in tiefer rigider Erstarrung versunken ist: „So ist es, und das ist alles.“ Es ignoriert und negiert den Fluss des wahren Lebens. Da ihr lebt, ist dieser Fluss der eure, in Wirklichkeit seid ihr fließend. Das einzige, was euch abhält, fließend zu sein und in einen Zustand realistischer Hoffnung und Licht überzuwechseln, dem Wesen des Lebens selbst, ist die Eingeschlossenheit, die Unkenntnis dieser Wahrheit - euer jetziger Bewusstseinszustand.

Dieser Zustand ist von der Überzeugung geprägt, dass das Leben statisch ist, sich nicht bewegt und so bleiben müsse, so auch eure Persönlichkeitsmerkmale. Euer Bewusstseinszustand bleibt in diesem dunklen Gefängnis kaltgestellt, solange ihr nichts anderes kennt. Durch die bloße Tatsache, dass ihr hier seid und diesen Worten zuhört, habt ihr die Möglichkeit, das Gesagte auf eure persönliche Situation anzuwenden. Wo fehlt euch die Hoffnung? Und warum? Fühlt ihr euch hoffnungslos wegen des Lebens an sich? Oder glaubt ihr, die Möglichkeiten zu Expansion und Glück seien zu beschränkt, um euch genug Spielraum zu geben? Und/oder weil ihr glaubt, dass ihr eine sinnvollere, erfülltere Lebenserfahrung nicht verdient und deshalb nicht haben könnt? Dieser letzte Gedanke glimmt vielleicht insgeheim unter eurer Wahrnehmung der Begrenztheit des Lebens.

Wenn ihr die flüchtigen Eindrücke deutlicher ins Bewusstsein heben könnt, könnt ihr das, was ich hier sagte, zur Geltung bringen und euch auf folgende Weise fragen: „Bin ich verzweifelt, des Glücks nicht würdig zu sein, weil ich, wahrscheinlich ganz zurecht, gewisse Züge an mir nicht mag?“ Doch seid ihr nicht auch davon überzeugt, dass diese Eigenschaften euch kennzeichnen und ausmachen? Das ist der große Kampf, meine Freunde: Ihr glaubt fälschlich, dass das, was euch am meisten verhasst ist, euch ausmacht. Dies ist zugleich die Ursache für den allen Menschen eigenen großen Widerstand, sich zu verändern. Denn da ihr nicht glaubt, im Wesentlichen

irgendetwas anderes sein zu können als das, was ihr nicht mögt, müsst ihr daran festhalten, komme, was wolle, weil ihr nicht aufhören möchtet zu existieren. Das ist das Problem bei dieser dualistischen Verwirrung. Deshalb haltet ihr so unerklärlicherweise an den destruktiven Zügen fest. Viele meiner Freunde haben das Bewusstsein erreicht, wo sie das erkennen können, und sie geben es sogar zu und sehen, wie sie an Eigenschaften festhalten, die sie bei sich absolut nicht mögen. Sie scheinen außerstande, etwas dagegen zu tun, und verzweifeln daher noch mehr. Sie können nicht einmal verstehen, welche Macht sie dazu treibt, fast bewusst an dem festzuhalten, was sie an sich hassen.

Das, meine Freunde, ist die Antwort. Ihr haltet daran fest, weil ihr wirklich überzeugt seid, dass ihr das seid. Euer Zustand ist festgelegt, ihr seid eine starre Einheit und jede Veränderung ist unmöglich, weil ihr nicht erkennt, dass alle Möglichkeiten in unendlich vielen Fassungen in euch existieren. Ihr seid bereits das, was ihr künstlich, mühevoll und durch Verzerrung eurer wahren Natur meint, erzeugen zu müssen. Aber da ihr das nicht glauben wollt, könnt ihr nicht aufhören, an den Seiten, die ihr nicht mögt, festzuhalten, denn sie scheinen euer inneres Wesen darzustellen.

Das ist in der Tat ein Teufelskreis, denn wahre Selbstachtung kann natürlich nur kommen, wenn ihr eure Fähigkeit zu lieben und aus eurem Innern zu geben, spürt. Jedoch könnt ihr diese Fähigkeit nicht kennen, wenn es für euch selbstverständlich ist, dass sie nicht existiert, und ihr glaubt, jeder andere Zustand als der, den ihr gerade ausdrückt, sei euch innerlich fremd und euer echtes, endgültiges, bleibendes Selbst sei das, was ihr nicht mögt. Solange das euer Standpunkt ist, bleibt ihr in dem aussichtslosen Teufelskreis gefangen.

Um aus ihm herauszukommen, muss das Wesen des Lebens verstanden werden. Ganz gleich, wie festgelegt euer Leben scheint, es ist doch nur ein winziger Teil der ganzen Geschichte, meine Freunde. Unter all diesen Persönlichkeitszügen, die ihr für unveränderlich und endgültig haltet, fließt das Leben. Es ist beständig; Gefühle breiten sich in alle Richtungen aus, spontan und auf wundervolle Weise ewig selbsterneuernd, ein Leben, das kraftvoll pulsiert, das Bewegung an sich. Vor allem ist es ein Leben, in dem ihr jeden Augenblick frei für neue und andere Gedanken seid, die einen neuen und anderen Lebensausdruck und eine neue Persönlichkeit schaffen.

Ihr seht, solange ihr den wahren Zustand des Lebens, also euren eigenen wahren Zustand, ignoriert, könnt ihr euch selbst die grundlegende Achtung nicht erweisen, die ihr als menschliches Geschöpf verdient. Solange ihr Leben mit Tod, mit unbelebter Materie verwechselt, müsst ihr verzweifeln. Und selbst unbelebte Materie besitzt, wie ihr aus der heutigen Wissenschaft wisst, innerlich Leben und unglaubliche Bewegung, sobald dieses Leben freigesetzt wird. Denkt darüber nach, meine Freunde. Selbst ein scheinbar totes Objekt ist nicht tot, es enthält Leben, Bewegung und regelrechte Veränderung. Stellt euch die Bewegung, das Leben, die Veränderung in jedem Atom in der Materie vor, das am leblosesten erscheint.

Es gibt also tatsächlich nichts im Kosmos, das leblos ist. Wieviel weniger dann das Bewusstsein! Euer Denken ist ständige Bewegung. Das einzige Problem ist, dass ihr euch abhängig gemacht habt, es über gewohnheitsmäßige Negativität, Selbstablehnung und nutzlose Beschränkung nachsinnen zu lassen. Aber sobald ihr euch entscheidet, euer Denken auf neue Weise zu benutzen, werdet ihr die Wahrheit der hoffnungsfrohen Veränderlichkeit des Lebens, seine grenzenlosen Möglichkeiten, sich neuen Richtungen zuzuwenden, erfahren. Ihr könnt euer Denken ständig ausweiten, neue Ideen aufnehmen, neue Erkenntnisse annehmen und dadurch neue Willensrichtungen, neue Erweiterungen, neue Ziele, neue Energien, neue Gefühle erschließen. Alles das ist Persönlichkeitsveränderung. Ohne dass es euch richtig bewusst ist, verändern diese neuen Gedanken und Gefühle die Einstellungen, die ihr jetzt so wenig mögt.

Wenn ich neu sage, will ich klar machen, dass das nicht heißt, sie würden nicht als schlummernde Essenz in euch existieren. Nur für euer Bewusstsein sind sie neu. Sie sind alle da und jederzeit nutzbar, so ihr es wollt. Aber solange ihr euch in euren begrenzten Vorstellungen und Wahrnehmungen von euch und eurem Leben einschließt, könnt ihr von dem, was stets da ist, keinen Gebrauch machen. Betrachtet euch wie fruchtbare Erde, ehe die Samen gesetzt sind. Fruchtbare Erde hat unglaubliche Kraft in sich, um neue Lebensformen hervorzubringen. Die Möglichkeiten brodeln in ihr, ob die Samen nun gesetzt sind oder nicht. Euer gesamtes Bewusstsein und eure Lebendigkeit sind die fruchtbarste Erde, die vorstellbar ist. Sie ist immer da mit außerordentlicher Kraft, neue Ausdrucksformen des Lebens hervorzubringen - und das ist, was ihr seid: euer Denken, Fühlen, Wollen, eure Energien und Kräfte, eure Möglichkeiten zu agieren und reagieren. Jede Situation, in der ihr seid, beinhaltet neue Reaktionsmöglichkeiten. Ihr habt jederzeit die Wahl. Ihr könnt in einer Situation sein und automatisch den alten bedingten Reflexen verfallen, dem negativen Herangehen, ohne darauf zu achten, was ihr tut. Vielleicht jammert ihr dann über das elende Leben, weil euch dies oder das zugestoßen ist, was ihr nicht mögt, und seht nicht die Verbindung zwischen eurer Unzufriedenheit und eurem Versagen einerseits und euren einseitigen, automatisch negativen Reaktionen andererseits. Solange ihr annimmt, dass dieses gewohnte Herangehen das einzig mögliche ist, werdet ihr nicht die Möglichkeiten und Kräfte eures Lebens begreifen, das ihr darstellt.

So fragt euch, wenn ihr euch in einem unglücklichen oder hoffnungslosen Zustand befindet: „Habe ich keine andere Möglichkeit, auf die Situation zu reagieren, die wie aus dem Nichts über mich zu kommen scheint? Und auf die ich mich negativ und zerstörerisch zu reagieren entschieden habe? Weswegen ich mich selbst in Verzweiflung stürze und jammere und darüber wütend bin?“ Es ist eure Wahl. Eure Wut, eure Klage über die Welt ist nutzlos: All diese Energie könnte so vieles tun, um euch ein neues Leben aufzubauen, wenn sie richtig genutzt würde. Ich sagte euch so oft und vor vielen Jahren: Ihr könnt andere nicht verändern, gewiss aber euer eigenes Verhalten und Denken. Dann bietet euch das Leben seine unbegrenzten Möglichkeiten.

Zuerst verändert sich euer Denken und eure Einstellungen, dann folgen eure Gefühle, und dann beginnen eure Handlungen und Reaktionen auf neue spontane Impulse zu antworten. Das wiederum bewirkt neue Lebenserfahrungen. Je mehr ihr die Kettenreaktion dieses Prozesses erfahrt, desto mehr begreift ihr auch, dass ihr eine lebendige, sich bewegende, ständig verändernde Einheit des Lebensausdrucks seid. Und keines eurer Merkmale verdient, dass ihr seinetwegen euer ganzes Selbst abwertet und ablehnt. Sobald ihr das einseht, könnt ihr euch den wundervollen, erleichternden Luxus leisten, wenn ich so sagen darf, ganz ruhig jeden unerwünschten, hässlichen Zug zuzugeben, ohne euch deswegen auch nur im mindesten dafür zu hassen, ohne im mindesten das Gespür dafür zu verlieren, ein Ausdruck des Göttlichen zu sein. Nur dann könnt ihr die unerwünschten Eigenschaften wirklich überwinden.

So paradox es scheinen mag, die völlige Selbstablehnung, die hier angesprochene destruktive Schuld, ist außerstande, irgendetwas zu überwinden. Ihr werdet nur verstehen, warum, meine Freunde, wenn ihr versteht, dass es unmöglich ist, etwas zu überwinden, solange ihr glaubt, ein festgelegtes, unveränderliches Etwas zu sein. Ihr wisst, dass ihr eurem Glauben entsprechend Erfahrungen machen müsst, solange ihr daran glaubt, weil eure Sicht nicht über das Glaubenssystem hinaussehen kann, dass ihr errichtet habt. Und euer Handeln ist von ihm bestimmt und muss daher den Beweis seiner Richtigkeit liefern, ganz gleich, wie fehlgeleitet es ist, und wie viele andere Alternativen es in Wirklichkeit gibt.

Wenn ihr also überzeugt seid, euch nicht ändern zu können, könnt ihr keinen sinnvollen Schritt in diese Richtung machen. Deshalb könnt ihr Veränderung nicht erleben und müsst überzeugt bleiben, dass sie unmöglich sei. Diese negative Überzeugung macht es auch unmöglich, die nötige Mühe zu Veränderung aufzubringen. Die Energie, die Disziplin, die Ausdauer, die Initiative, die alle wesentlich sind, um eine Veränderung zu bewirken, werden vergleichsweise leicht aufzubringen sein, wenn ihr wisst, dass Veränderung möglich ist, wenn ihr wisst, dass Veränderung lediglich bedeutet, eure schlafenden Qualitäten, die bereits in euch existieren, zum Vorschein zu bringen. Wenn ihr das wisst, wird es nichts ausmachen, wie hässlich eure Eigenschaften sind, und werdet ihr nicht verzweifeln, kein lebenswerter Mensch zu sein. Ihr werdet die Kräfte in euch anzapfen, um vorwärts zu drängen, ihr werdet in die Quellen eures innersten Wesens eintauchen können, das die Mittel zur Verfügung stellt, um jede hässliche, zerstörerische Eigenschaft zu überwinden.

Die Kraft, die den Kosmos schuf, mit allen Dingen, auch mit allem, das ihr seid, besitzt die Macht, alles zu verändern. Denn selbst die Dinge, die verändert werden sollten, sind von derselben Kraft erschaffen und müssen in ihrem Wesen anders sein, als sie jetzt erscheinen. Ihr seid auch diese Kraft, und sie zeigt sich, sobald ihr den bewussten Kontakt zu ihr aufnehmt. Dies ist nur möglich,

wenn ihr um die Quelle in euch wisst, die sich ewig verändert, bewegt und ausweitet mit unendlichen Möglichkeiten.

Ihr seht, meine Freunde, das Leben, das der Natur innewohnt, ist auch in euch. Nur das fühlende Leben, das natürliche, kann in der Tat euch die Erfüllung bringen, ohne die das Leben eine wirklich jämmerliche Angelegenheit ist. Ein Leben des bloßen Willens und Intellekts ist steril, wie ihr sehr wohl wisst. Darüber haben wir gesprochen und das ist unser Ziel auf diesem Pfad in all den Jahren, die wir zusammen sind. Warum hat die Menschheit den Kontakt zur Quelle ihres eigenen Lebens, zur Quelle ihrer Gefühle, ihrer Instinkte, ihres eigenen Wesens tief drinnen im Selbst verloren? Nur weil sich die Menschen vor ihrer Destruktivität fürchtete und nicht wusste, wie mit ihr umzugehen. Die Zivilisation hat Jahrtausende lang das Triebleben geleugnet, um sich vor seinen Gefahren zu schützen. Aber indem sie das tat, hat sie ihre Verbindung zur Essenz des Lebens selbst abgeschnitten. Sie hat nicht erkannt, dass es andere Möglichkeiten gibt, die verzerren, pervertieren, falschen natürlichen Kräfte zu beseitigen, Wege, die das Leben selbst nicht leugnen müssen. Das Triebleben wurde fälschlich immer mit Destruktivität gleichgesetzt. Nur mit zunehmender Reife ist die Menschheit imstande zu lernen, dass das Triebleben nicht verleugnet werden muss, um Böses zu vermeiden. In der Tat, es sollte nicht verleugnet werden, denn das würde das Leben genauso vernichten wie das gefürchtete Böse selbst. Nur tief im Kern der Triebe kann Gott gefunden werden, weil nur dort echte Lebendigkeit zu finden ist. Also muss die Menschheit andere Mittel finden, um mit ihren destruktiven Trieben fertigzuwerden, wenn sie sich nicht selbst auf eine Weise vernichten will, die anders, aber genauso tödlich ist, wie den negativen Instinkten freien Lauf zu lassen.

Was ich in dieser Lesung sagte, wird für euch ein weiteres Instrument sein, eurer negativen Seite zu begegnen. Ihr werdet lernen, die tiefen Instinkte, denen ihr immer misstraut habt, zu schätzen und zu nähren und die Wahrheit des lebendigen, schöpferischen Geistes in und durch sie zu finden. Ihr werdet dann euer Triebleben freudig fördern, entfalten und integrieren. Ihr werdet ihm glauben und vertrauen. Leugnet und fürchtet es nicht, weil ihr noch immer Probleme habt, die lästigen destruktiven Züge eures Charakters zu akzeptieren und euch ihnen zu stellen. Wenn ihr sie euch auf leidenschaftslose, objektive Weise anschaut, werdet ihr immer feststellen, dass diese Züge euer Triebleben wirklich bekämpfen. Die Instinkte sind an sich einfach und unschuldig; eure Destruktivität ist immer das Ergebnis von Stolz, Eigensinn, Angst, Eitelkeit, Gier, Trennung, Lieblosigkeit und Besserwisserei.

Auf diese Weise wird es euch immer leichter fallen, allem in euch, ganz gleich, wie hässlich es ist, zu begegnen, es anzuerkennen, zuzugeben und anzunehmen und dabei nicht eine Sekunde lang den Sinn für eure innere schöne Lebendigkeit oder das Wissen, dass ihr die eigene Achtung verdient, zu verlieren. Das wird das Sprungbrett, von dem aus Veränderung möglich wird. Sie ist

nicht nur eine abstrakte Möglichkeit, sondern wird zur wirkungsvollen Lebensweise, tagein, tagaus, eine ständig wachsende Bewegung.

Das ist ein so wichtiges Thema, und wer von euch es wirklich auf den Zustand, in dem er sich gerade befindet, anwenden kann, wird den nächsten Schritt auf dem Pfad vollziehen und eine wichtige Hürde überwinden. Es gibt viele unter euch, die gerade wegen dieser schmerzhaften inneren Verwirrung feststecken. Einige mögen es nicht einmal wissen, andere spüren es vage, wieder anderen ist dieser Kampf sehr bewusst. Die meisten Menschen haben einfach vergessen, dass eben dieser Kampf in ihrem Innern tobt, dass er die Triebeinschränkungen, die Ängste, die Selbstentfremdung, die Leere und Verarmung der Seele, die in einem Klima der Selbstablehnung nicht gedeihen kann, erzeugt hat. Sie ignorieren auch, dass all die religiösen Forderungen nach Liebe solange nicht erfüllt werden können, bis diese dualistische Spaltung geheilt und die Einheit gefunden ist, so dass Selbstliebe nicht mehr mit Nachsicht sich selbst gegenüber verwechselt wird und ehrliche Selbstkonfrontation keinen Selbstekel hervorruft. Frieden könnt ihr nur finden, wenn ihr das Hässlichste in euch wirklich akzeptiert und nie den Blick für eure innere Schönheit verliert.

Nun, gibt es noch Fragen?

FRAGE: In Bezug auf meine Selbstachtung: Eben jetzt spüre ich einen fürchterlichen Kampf in mir. Es fühlt sich wie eine Atomexplosion an, um ein Bild zu benutzen. Ich merke, dass ich festhänge, was meine eigenen Grenzen angeht, die zwei Seiten in mir. Und ich merke auch, dass ich Lust nicht ertragen kann. Von meinem gewohnten Zustand der Unlust erscheint Lust nahezu unnatürlich.

ANTWORT: Wenn du dich als Essenz des Lebens begreifen kannst, mit all ihren unglaublichen Kräften, Möglichkeiten und inneren Potentialen, als einen sich ständig verändernden Lebensausdruck, wirst du wissen, dass du deine Selbstachtung und -annahme verdienst. Du wirst deine verhassten Züge ansehen können und dennoch nicht den Blick dafür verlieren, wer du im Grunde bist. Ich schlage auch eine besondere Übung vor, die du vielleicht hilfreich finden wirst. Schreib alles auf, was du an dir nicht magst. Lege es schwarz auf weiß nieder. Schau dir diese Züge an, wenn du sie aufgeschrieben hast. Dann fühl in dich hinein und frage: „Glaube ich wirklich, dass das alles ist, was mich ausmacht? Glaube ich wirklich, dass ich das ganze Leben lang so sein muss? Glaube ich, dass ich die Möglichkeit habe zu lieben? Halte ich Kräfte in mir verschlossen, die alles vorstellbar Gute in sich bergen?“ Stellst du ernsthaft diese Fragen, wirst du auf einer tiefen Gefühlsebene Antwort bekommen, auf einer Ebene, wo die Antwort mehr als eine theoretische Vorstellung ist. Du wirst eine neue Kraft in dir erfahren, die du nicht zu fürchten brauchst, und eine Milde und Sanftheit, die keine Feindseligkeit oder andere Abwehrmechanismen braucht. Dann wirst du wissen, was alles in dir liebenswert und achtenswert ist.

Du bist kürzlich in deiner Pfadarbeit auf eine sehr eigene falsche Auffassung gestoßen, die das Lieben unmöglich macht, solange du sie beibehältst. Da du Liebe fälschlich mit der furchtbaren Gefahr gleichsetzt, völlig zu verarmen, sogar deines Lebens beraubt zu werden, wie kannst du dann lieben wollen? Wie kannst du es dir dann erlauben? Dieser Auffassung entsprechend bedeutet, etwas von dir zu geben, den Verlust dessen, was du gibst, ohne dass es je wieder aufgefüllt wird. Wäre das wahr, wäre Liebe tatsächlich unmöglich und Geben töricht. Kannst du jetzt einsehen, dass das nicht stimmt, dass die Wirklichkeit anders ist? Und wenn du sehen kannst, dass Liebe aus derselben unerschöpflichen Quelle stammt wie Weisheit, wie alles Leben, kannst du weiter wahrnehmen, dass du deinen natürlichen Instinkt nicht zu leugnen brauchst, der ausgreifen will, der die Freude will, Liebe, Wärme zu fühlen und sich zu geben? Und kannst du den nächsten natürlichen, organischen Schritt in der Kette noch voraussehen, dass du, wenn du lieben kannst, dich unvermeidlich selbst lieben wirst? Das ist der Grund, warum du Angst vor der Lust hast. Denn Lust scheint nicht nur gänzlich unverdient, sondern der Grund ist vor allem, dass Liebe und Lust austauschbar sind. Echte Lust ist Lieben, und ohne Lieben gibt es einfach keine Lust. Sie ist keine Belohnung von außen, nicht einmal vom eigenen Selbst, es ist so, dass Liebe Lust ist und Lust Liebe. Beide sind austauschbar. Wenn du Liebesgefühle verspürst, befindet sich dein ganzer Körper in einer wonnevollen Schwingung, mit Gewissheit, Sicherheit, Frieden, Stimulation, mit entspanntester und lustvollster Erregung. Das kann nicht durch etwas kommen, dass dir gegeben wird und du bloß der Empfänger bist. Es kommt, wenn dieses Gefühl dich ganz erfüllt. Das heißt aber nicht, dass du nicht auch Liebe empfängst. Geben und Empfangen wird so austauschbar, dass oft das eine nicht mehr vom anderen unterschieden werden kann. Beide werden in der Bewegung ununterscheidbar.

Aber ist dein Wesen bisher unfähig, Liebesgefühle zuzulassen, musst du Glückseligkeit fürchten, denn beides, Glückseligkeit und Liebe, sind dasselbe. Die falsche Auffassung, Geben bedeute Verlust, veranlasst dich, dich in allen Situationen, die die natürlichen Instinkte zum Vorschein bringen könnten, zusammenzuziehen und zu verschließen. Wenn du Liebe und Lust leugnest, musst du unvermeidlich auch deine Selbstachtung leugnen. Dein Schlüssel muss in der Tatsache liegen, dass deine Unfähigkeit zu Lieben kein angeborener Zug ist, den bloß du zu deinem Besten in dir trägst. Er ist eine vorübergehende Blockade, die auf falschen Voraussetzungen fußt, die auf einer tieferen Ebene deiner Gefühlserfahrung existieren. Du kannst die falsche Auffassung sofort ändern, sobald du sie ehrlich und vollständig anschaust.

Seid gesegnet, jeder von euch. Lebt in Frieden. Seid, was ihr seid, aufrichtig und wahrhaftig, so dass Gott sich mehr und mehr in euch offenbart.

Übersetzung: Paul Czempin 1984, 1992, 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

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.