

Die illusorische Angst vor dem Selbst

Grüße, meine allerliebsten Freunde. Segen für jeden von euch. Gesegnet sei jeder einzelne Schritt auf eurem Weg zu Befreiung und Erfüllung.

Die größte Freude und Freiheit des Menschen ist, wenn er seinem Potential entsprechend geben kann. Umgekehrt ist es der größte Schmerz als Ergebnis, dass er nicht seinem eigenen Potential gemäß gibt. Alle anderen Schmerzen und alle anderen Frustrationen leiten sich von diesem Schmerz ab, nicht das zu geben, was in ihm ist, genauso wie alle anderen Befriedigungen und Freuden darin enthalten sind, dem Leben uneingeschränkt das eigene Selbst zu geben. Tut der Mensch das nicht und verstrickt sich daher in einem Muster von zusammengesetztem Schmerz, geschieht das aus der Angst, sich selbst zu begegnen. Letztlich leiten sich alle Ängste aus dieser Angst, die er vor seinem innersten Wesen hat - dem Teil, den er noch nicht voll kennt und sich eingesteht.

Solange der Mensch einen Teil von sich verborgen und geheim hält, kann er unmöglich frei sein. Dann muss er ständig auf der Hut sein und sich maskieren. Deshalb lebt er dort, wo er seine Verzerrungen hat, eine Lüge - eine, die er nicht leben muss, es aber tut wegen seiner falschen Angst vor sich selbst.

Es gibt einige Menschen, die diesen Punkt, diesem privaten, versteckten Teil zu begegnen, vergleichsweise schnell erreichen, und trotz ihrer Angst überwinden sie ihn und entwickeln sich deshalb als freie Geschöpfe. Weit mehr Menschen umgehen das - selbst jene, die auf einem solchen Pfad leben und arbeiten und sich in bester äußerer Absicht darauf eingelassen haben, sich selbst zu finden, umgehen dieses Problem trotzdem. Vage hoffen sie, das Ziel erreichen zu können, ohne das letzte Stück von sich voll anpacken, ohne alles aufdecken und nichts verbergen zu müssen.

Diese Angst vor dem Selbst ist die grundsätzliche Angst hinter der vor dem Leben und sogar vor dem Tode. Auch könnte der Mensch unmöglich Angst vor anderen haben, wenn er frei von der Angst vor sich selbst wäre. Da eine Reihe meiner Freunde sich dem Punkt nach und nach nähern oder sich ihm bereits genähert haben, wo „die dicke Lüge“ aufgegeben werden muss und sich alles in ihnen dagegen wehrt, ist es an diesem Punkt überaus wichtig, über diese Angst vor dem Selbst zu sprechen, wo sie herkommt, was sie mit dem Menschen macht, ob sie gedämpft wird, anstatt überwunden zu werden.

Die Angst vor dem Selbst kann unmöglich in etwas anderem enden als in Selbstentfremdung. Es betrügt deshalb den Menschen um sein unveräußerliches Recht, ein glückliches, freies, ganz lebendiges und sich entwickelndes, gebendes und empfangendes Wesen zu sein. Daraus folgt, dass sich der Mensch immer mehr in perverse Prozesse verstrickt, derentwegen er nicht nur den Kontakt zu seinem innersten Wesen verliert, sondern auch den Zugang zu Ursache und Wirkung in sich - und den Kontakt zu dem Mechanismus in sich, der ihm entspannte Selbstherrschaft gewährt und daher eine Möglichkeit, sein Leben auf lohnende, realistische Weise aufzubauen. Wird der Mensch sich selbst fremd, weil er noch nicht bereit ist, zum Guten oder zum Schlechten, sich anzuschauen und sich zu offenbaren, kommt er zuallererst an eine Kreuzung, wo er mit einer guten und einer schlechten Alternative konfrontiert zu sein scheint. Ich habe das zuvor in anderen Zusammenhängen erörtert. Lasst uns das nun in diesem Kontext wieder anschauen.

Hat ein Mensch Angst vor sich selbst, läuft diese Angst auf die eine oder andere Weise darauf hinaus, dass er nicht sein kann, was er sein will. Was er sein will, ist ein Ideal, das er vorgibt zu sein oder zumindest zu werden. Aber dieses Ideal ist nicht zu verwirklichen und unrealistisch, weil es ein Ideal außerhalb von ihm, sozusagen ihm fern ist. Das scheint die „gute“ Alternative zu sein, während das, was er gerade jetzt ist, die „schlechte“ Alternative zu sein scheint. Aber auch das ist unrealistisch, weil die Art und Weise, wie er es sieht oder empfindet, so übertrieben und verzerrt ist wie das Ziel, das er glaubt erreichen zu müssen. Das Problem ist nicht mal, dass das Ziel unrealistisch ist, weil es besser ist als das, was er sein könnte, oder weil das, was er jetzt ist, schlimmer ist, als er ist, obwohl auch das gelegentlich zutreffen kann. Es ist jedoch häufiger das, was der Mensch einfach verzerrt: Was er in sich für unverzeihlich schlecht hält, wird nicht länger so erscheinen, wenn es offen zutage liegt und er Ursache und Wirkung versteht. Gleichzeitig wird er negative Züge entdecken und wie nie zuvor begreifen, wie unerwünscht sie sind, ohne sich durch diese Tatsache jedoch herabgesetzt zu fühlen. Wenn der Mensch sich durch das, was er ist oder zu sein fürchtet, niedergeschmettert fühlt, hat er keine realistische Wahrnehmung von sich. Außerdem ist die „gute“ Alternative nach näherer Untersuchung nicht immer so wünschenswert, wie sie scheint. Diese fade, unlebendige Eigenschaft beengt beide, die „gute“ und die „schlechte“ Alternative, während sie die Realität verringert, den Spielraum begrenzt und die reiche Lebenssubstanz abtötet.

Das erste Glied der negativen Kettenreaktion, das der Weigerung folgt, das ganze Selbst anzuschauen, „die innere Lüge“ aufzugeben, ist die beschränkte Wahl zwischen Gut oder Schlecht, angefangen mit dem Selbst natürlich, und dass man von da ausgehend viele andere Seiten des Lebens durch dieselbe enge Schablone beschränkt. Fast jedes andere Problem wandelt sich in ein Entweder/Oder. Es erfordert eine Entscheidung, die unmöglich zu treffen ist, weil selbst das „Gute“ problematisch ist. Da es immer unecht und unrealistisch war, wird es undurchführbar, unerreichbar, unmöglich oder in seiner Unerwünschtheit sogar lästig. Das ganze Leben,

angefangen mit dem Selbst, scheint zwischen einer starren, rigiden, unlebendigen „guten“ und einer faden „schlechten“ Alternative geteilt. Alles, was man unternimmt, folgt diesem Muster. Keine dieser beiden Alternativen kann je voll befriedigend sein, wo sich das Selbst behaglich und ruhig fühlt. Beide sind eine Belastung und fühlen sich deutlich unecht an.

Das nächste Glied in der negativen Kettenreaktion, das der Selbstentfremdung folgt, ist, dass diese scheinbar guten und schlechten Alternativen sich in zwei gleichermaßen unerwünschte Alternativen umwandeln. Wir haben auch das bei vielen anderen Gelegenheiten in der Vergangenheit besprochen. Doch ist wichtig, dass ihr es in dieser besonderen Abfolge seht. Wenn ihr euch zwei gleichermaßen unerwünschten Alternativen gegenüber seht, lebt ihr in einer Verzerrung der Wahrheit und Schönheit. Selbst angenehmste Aspekte des Lebens werden bitter oder enthalten Elemente, die ihr lästig findet, obwohl ihr spürt, dass ihr sie nicht so empfinden solltet. Das verwirrt euch immer mehr.

Ein typisches und wichtiges Beispiel dieses Zustandes ist eine Aufspaltung zwischen Wunsch und Erfüllung. In Gesundheit und Wahrheit werden diese beiden Aspekte eins; auch wenn der Mensch innerlich eine solche Einheit, dass Wunsch und Erfüllung eins sind, noch nicht erlangt hat, auch wenn beide noch getrennt sind, hat ein freier Mensch, der seinem wahren Selbst nicht entfremdet ist, mit ihnen kein Problem, keine Gewissensbisse, keinen Konflikt. Wer in einem Selbstentfremdungsprozess steckt und deshalb dieses weitere Glied in der negativen Kette erreicht hat, in der alle offenen Alternativen unerwünscht scheinen, muss sowohl den Wunsch als auch die Erfüllung als etwas negatives erfahren. Ein gesunder Wunsch ist eine entspannte Erweiterung, ein Greifen nach immer neuen Möglichkeiten, nach Expansion und Erfüllung. In der Verzerrung wird es Frustration. Wunsch und Frustration erscheinen der Seele als dasselbe und sind deshalb unwillkommen. Dasselbe Schicksal widerfährt Erfüllung. Sie wandelt sich zu Übersättigung, Stagnation - eine Sackgasse, aus der es keinen Ausweg gibt. Deshalb schwankt das Individuum zwischen diesen gleichermaßen unbequemen Zuständen von Frustration und Übersättigung hin und her.

Wenn man keine Angst mehr vor dem Selbst hat, braucht man weder Wunsch noch Erfüllung zu fürchten, denn man wird wissen, dass der Wunsch erfüllt und Erfüllung nicht das Ende sein wird, sondern ein Neubeginn. Verzerrt und dem wahren Selbst nicht verbunden muss die Lebensauffassung so negativ sein, dass es unvorstellbar ist, dass der Wunsch erfüllt werden kann. Daher kann man das gesunde Ausreichen, den Wunsch, nicht annehmen, sondern wird ihn zurückweisen. Ein Mensch in diesem Zustand zieht sich vom Wünschen zurück. Als Kompensation strengt sich die Seele in eigensinniger Gier an, was eine Folge der Überzeugung ist, dass es Erfüllung nicht gibt. Deshalb muss man darum kämpfen, grabschen, sich anstrengen. Wenn der Mensch überzeugt ist, dass Erfüllung unmöglich ist, kann er es nicht wagen zu

wünschen. Wenn er nicht frei und offen wünscht - so frei und offen, wie es nur möglich ist, wenn er sich selbst gleichermaßen frei und offen begegnet - ist Frustration unvermeidlich.

Wenn sich Reste von Erfüllung in diesem inneren Zustand finden, warum verwandeln sie sich unvermeidlich in Übersättigung? Erfüllung kann nur vital bleiben, wenn das innere Wesen offen und frei, nicht versteckt ist und ungeschützt. Dann pulsieren alle kosmischen Energien im ewigen Jetzt, wo die Glückseligkeit kein Ende hat, wo alle universellen Kräfte ständig wachsen und sich entfalten. Aber ist die Seele fest verschlossen, oder wenigstens teilweise, so verhärtet sie sich und wird starr, weshalb diese vitalen Energien die Geheimkammer nicht erreichen können. Daher hat jede Aktivität einen Anfang und ein Ende, da das Selbst als endlich empfunden wird, und nicht unendlich. In der Endlichkeit ist Erfüllung ein fades, voll ausgeführtes Ende und muss deshalb zur Last werden. Es erscheint auch verwirrend und sinnlos, es bei dem Gefühl „wofür“ zu belassen, dem Gefühl, dass nichts einen Sinn hat, denn auch wenn Wünsche erfüllt sind, werden sie fade und unattraktiv.

Wenn die Seele sich mit sich selbst und demzufolge mit dem Universum in Wahrheit befindet, ist Erfüllung ein lebenssprühendes, nichtendendes, zutiefst befriedigendes Kontinuum und niemals ein Ende. Also kann man vor dem Wunsch nach Erfüllung keine Angst haben. In der Verzerrung hat man vor diesem Wunsch Angst, ganz gleich, was geschieht: Ihr habt Angst, wenn er unerfüllt bleibt, weil die Frustration der Seele weh tut. Und ihr habt Angst, wenn er erfüllt wird, weil die Seele dann nichts damit anzufangen weiß. Deshalb hat man vor beidem, Wunsch und Erfüllung, Angst und lehnt sie ab immer im selben Umfang wie die Angst, die der Mensch vor seinem verborgenen Selbst hat.

Meine liebsten Freunde, ich denke, die meisten von euch sind imstande, das subtile Gefühl festzustellen, mit dem ihr genau bestimmen könnt und merkt, dass ihr Angst vor Erfüllung habt, weil Erfüllung zu Übersättigung verzerrt ist und deshalb ein Ende, eine Sackgasse ist. Ihr werdet auch merken können, wie ihr ständig zwischen den zwei gleichermaßen unerwünschten Alternativen, Frustration und Übersättigung, hin und her schwankt. Nur wenn ihr nicht euch selbst entfremdet seid, werdet ihr in dieser lebenssprühenden Erfahrung leben, dass Wünschen niemals schmerzhaft ist und deshalb Wunsch und Erfüllung eins werden, wie ihr mit euch selbst eins werdet.

Eine weitere Kettenreaktion der Selbstentfremdung aus der Angst, sich selbst zu begegnen, ist, sich in der Illusion zu verlieren, man könne nicht bestimmen, was im Selbst passiert. Es ist das häufige Phänomen zu glauben, man stecke hilflos im Griff eigener Gefühle, Emotionen, Einstellungen und sogar Gedanken oder Handlungen. Wenn ihr Angst habt, eure negativen Emotionen würden euch kontrollieren, verliert den Blick dafür, dass ihr dabei mitzureden habt. Eure Passivität und Vergesslichkeit der Tatsache gegenüber, dass es ohne eure Bereitschaft und

euren Willen dazu keine Tat oder kein Gedanke geben kann, ist die Illusion von mangelnder Autonomie. Wie oft schreit ihr auf, „Ich fühle aber so und so“, als ob dies alles wäre und euer vorherrschendes Gefühl jeden Ausweg unmöglich mache! Ihr übersieht die simple, sofort zugängliche Wahrheit, dass ihr eure Gedanken und euer Handeln selbst bestimmt wie auch die Art und Weise, wie ihr fühlen und reagieren wollt. Dies braucht keine Überstülpung oder Selbsttäuschung zu sein. Das kann es nicht, wenn man sich voll dem Selbst stellt. Da ihr dann wisst, was ihr wirklich fühlt, könnt ihr entscheiden, könnt ihr wünschen, anders zu fühlen.

Dieser Wunsch hat Wirkung. Wenn es um die Wahl eurer Handlung geht, zum Beispiel um eure Einstellung zu dem, was ihr in der Geheimkammer eurer Seele findet, braucht ihr nicht mal auf eine Wirkung warten. Ihr habt die Möglichkeit, sofort zu entscheiden, ob ihr dem Widerstand nachgibt oder nicht, ob ihr destruktiv agieren wollt oder nicht, ob ihr euch für eine positive Art zu leben, euch selbst zu begegnen, zu wünschen und zu entscheiden, welcher Kurs euch auch offensteht, entscheidet oder nicht. Dann werdet ihr feststellen, dass es eine Illusion ist zu glauben, dass ihr weiter destruktiv empfinden müsst, bis etwas anderes als ihr selbst euch davon befreit. Ihr könnt augenblicklich davon frei sein, indem ihr das wünscht, was in diesem Moment eures Lebens am positivsten ist. Aber dieser positive Wunsch ist nur möglich, wenn ihr wisst, was ihr seid. Solange ihr damit beschäftigt seid, einen Teil von euch abgetrennt und geheim zu halten, werdet ihr den entsprechenden positiven Wunsch nicht einmal kennen. So wie euer geheimer Teil verschwommen und vage ist, müssen es auch die entsprechenden Wünsche sein, zu jedem Zeitpunkt.

Angenommen, ihr findet und fürchtet Hass oder Feindseligkeit. Ihr Zwang auf euch und euer Handeln erschreckt euch. Erklärt einfach: „Ich werde mich diesen destruktiven Gefühlen voll stellen, die mich nicht zu Taten zwingen können, denn ich bin Herr all meiner Gefühle. Ich bestimme das Handeln. Ich entscheide, was ich tun, denken und fühlen will. Jetzt will ich sehen, was ist. Und ich wünsche und beabsichtige, diese Emotionen in aufrichtige und positive umzuwandeln. Ich wähle meine Einstellung, um diesen Emotionen zu begegnen, aus. Wenn ich auf einen inneren Widerwillen stoße, solche destruktiven Gefühle aufzugeben, werde ich diese innere Weigerung weder durch Verdrängung leugnen, noch ihr nachgeben. Ich werde auch ihr begegnen und nicht von ihr überwältigt werden. Ich bestimme die Wahrheit in mir und suche mir positive Möglichkeiten aus.“ Eine solche Entscheidung ist der erste Schritt zurück aus der Selbstentfremdung.

Dies sind die Mechanismen, durch die unmittelbare Autonomie verfügbar wird, entspannte, realistische, wahrhaftige Autonomie und nicht erzwungene Überstülpung, Leugnung, Selbsttäuschung, Illusion. Diese tiefe, innere Entscheidung jederzeit zu treffen, ist möglich. Aber ihr krankt an der Illusion, ihr könntet nicht anders empfinden oder nicht einmal anders denken und handeln, als ihr es tut. Wenn ich 'handeln' sage, schließt das Einstellungen mit ein wie etwa

die Entscheidung, passiv durch Widerstand, durch negative Emotionen kontrolliert zu bleiben. Ihr krankt an der Illusion, ihr wärt auf Gnade oder Ungnade dem ausgeliefert, was ihr fühlt, denkt und wollt, und sagt das mit fast genau diesen Worten. „Aber das ist, wie ich fühle,“ sagt ihr und setzt dann einen Punkt, als ob das alles wäre, was es dazu zu sagen gibt, und weiter nichts. Ihr erwartet, durch irgendein Wunder von außen anders zu fühlen. Es kommt euch nicht in den Sinn, dass ihr erst anders fühlen wollen müsst, ehe ihr der Falle entkommt. Und wollt ihr nicht anders fühlen, müsst ihr wissen, dass ihr es nicht wollt, anstatt euch mit dem Vorwand, es zu wollen, aber nicht zu können, selbst zu täuschen. Sobald ihr wisst, dass ihr nicht anders fühlen wollt, könnt ihr herausfinden, warum ihr in einem negativen, unerwünschten Zustand bleiben wollt.

Indem ihr die Wahrheit leugnet, dass ihr eure Einstellungen, Gedanken und Taten wählen könnt, dass ihr ihnen nicht auf Gnade oder Ungnade ausgeliefert seid, verliert ihr die größte, euch verfügbare Kraft, nämlich Autonomie. Ihr verwechselt dies, meine Freunde, mit einer falschen Kontrolle, die ihr ständig über eure Vorsichtsmaßnahmen ausübt, um den geheimen Teil verborgen zu halten. Jede Spur von Energie ist auf aktive Kontrolle eures Geheimnisses eingestellt. Dadurch verliert ihr die Kontrolle über den Teil, der sich für ein fruchtbares, konstruktives, expandierendes Leben entscheiden könnte.

Das eingebildete Bedürfnis, einen Teil von euch geheim zu halten, ist ein Ergebnis davon, dass ihr nicht an euer wahres Selbst mit all seinen Qualitäten glaubt. Solange ihr euch jedoch nicht aus ganzem Herzen dazu bekennt, das offenzulegen, was ihr fürchtet, könnt ihr euch nicht von dem Teil eures innersten Wesens überzeugen, der äußerst zuverlässig, vertrauenswürdig, weise und gut ist. Tut ihr es aber, müsst ihr feststellen, dass es nichts zu fürchten gibt.

Eure Angst ist zuallererst euer Zweifel und euer Verdacht, dass es keinen zuverlässigen, reichen Aspekt in eurem inneren Wesen gibt, von dem ihr genährt werden könnt, aus dem ihr schöpfen könnt. Deshalb befürchtet ihr, das Endgültige in euch sei das, was ihr hasst, und was destruktive Wünsche und Sehnsüchte hat. Ihr fangt an damit, es vor anderen zu verstecken, endet aber dabei, es auch vor euch selbst zu verbergen. Daher verliert ihr den Kontakt zu euch selbst.

Diesen Mechanismus müsst ihr alle gründlich begreifen und die Mittel, zu denen ihr greift, um euch glauben zu machen, ihr wärt die ganze Zeit ehrlich mit euch selbst, aufdecken, damit ihr die letzten Reste von Kontrolle über das Geheimnis in euch loslasst und euch als das begegnet, was ihr seid. Nur dann könnt ihr an euch selbst und euer Leben ernsthaft herangehen. Wenn ich von einer „ernsthaften Sache“ spreche, meine ich das in ganz positivem Sinne, nämlich, das Endgültige in euch selbst aufzudecken, das ihr nicht verbergen müsst, sobald ihr es kennt. Solange ein Teil von euch verborgen bleibt, lebt ihr sozusagen ein Stellvertreterleben. Es ist immer „als ob“, es ist nie ganz und real. Alle Ziele und Erfüllungen sind in einem gewissen Sinne Heuchelei.

Dies ist der große Kampf des Menschen. Es ist ein Kampf um Leben oder Tod, aber er ist so illusorisch wie der Tod selbst. Denn, ganz gleich, wie viele destruktive, unerwünschte Aspekte ihr in euch finden mögt, die Angst vor ihnen ist Illusion. Und diese Angst baut mehr Angst auf, mehr Schuld, mehr Verstellung, mehr Neurosen, mehr Verlust an gesunder Kontrolle über das, wodurch ihr euch kontrollieren könnt, nämlich die Entscheidung darüber, was ihr denken, fühlen, tun, sein möchtet, die Entscheidung über den inneren Kurs, die innere Richtung, die ihr nehmt. Und da ihr und euer Leben ein und dasselbe ist - anders kann es nicht sein - könnt ihr nur in dem Maße Angst vor dem Leben haben, wie ihr Angst vor euch selbst habt. Ihr könnt vor anderen nur in dem Maße Angst haben, wie ihr vor euch selbst Angst habt. Ihr könnt vor nichts Angst haben, wenn ihr nicht das in euch fürchtet, was ihr geheim haltet - und sogar vor euch selbst oder zumindest halb. Das vage Gefühl, etwas zu verbergen, kann man leicht bestimmen, wenn man sich aufmacht, es zu ermitteln. Eifersüchtig bewahrt ihr dieses Geheimnis, und in dieser Verteidigung entfremdet ihr euch immer mehr der vitalen lebendigen Energie und bedeutungsvollen Präsenz in euch, die allein euch inspirieren und zur Erfüllung führen kann. Indem ihr in diesem Prozess bereichert werdet, erweist ihr euch vergebens und unnötigerweise als unglücklich.

Ihr gelangt bald an den Punkt, wo ihr vorschützen müsst, nicht an die Existenz dieses Teils in euch zu glauben, dem zu trauen ihr allen Grund habt. Dies, meine Freunde, ist auf eine sehr subtile Weise ein Vorwand, denn es scheint irgendwie leichter, diese vitale Energie anzuzweifeln, als die Angst vor dem Geheimnis zuzugeben und eure Lebenslüge aufzugeben. Sitzt diese Lüge auch nur in einem kleinen Teil eures Wesens, hat sie doch die durchdringende Wirkung auf euch, dass irgendwie alles Lüge scheint - auch dort, wo ihr gerade aufrichtig seid. Aufrichtig nicht nur mit euch selbst und anderen, sondern aufrichtig an sich. Dass ihr eben lebendig seid, kann nur ein wahrhaftiges Phänomen sein, wenn es nichts zu verbergen gibt, wenn ihr die große Entscheidung trifft, nicht von eurer Negativität, von eurer Angst und Feigheit, von euren falschen Auffassungen und eurer Destruktivität beherrscht zu sein, ungeachtet, welche Emotionen, Gedanken und Wünsche ihr insgeheim hegt. Wenn ihr vor allem anderen den Wunsch, dieses innere Geheimnis aufzugeben, darlegt und wiederholt erklärt, lernt ihr euch als Ganzes kennen; wenn ihr das tagein, tagaus pflegt und es wirklich meint, könnt ihr euch nicht verloren, verwirrt, stagnativ, gestört oder disharmonisch mit euch selbst und anderen fühlen. Es wird keine Angst, keine Verwirrtheit, keinen bitteren Schmerz geben. Alles das kann nur durch den simplen, hier aufgezeigten Vorgang vermieden werden, euch als Ganzes, ohne weiteres Verstecken kennenzulernen. In dem Maße, wie ihr dazu in der Vergangenheit bereit wart, habt ihr dessen Wirkungen auf euch erfahren, aber ihr vergaßt sie. Ihr lasst zu, von unvernünftigen Verteidigungen gegen die Wahrheit in euch beherrscht zu sein.

Seid wach für eure Ausflüchte, stellt fest, wie sehr ihr euch mit anderen Dingen beschäftigt, die nichts mit diesem großen Problem zu tun haben, erkennt, dass ihr euch lieber mit unfreundlichen Problemen, sogar in euch selbst, befassen würdet. Ihr überseht verräterische Reaktionen und

Gelegenheiten zur Klärung und Befreiung. Deshalb macht ihr keinen Gebrauch von einem wichtigen Schlüssel, der euch den Weg zeigt.

Ich weiß, viele von euch hier sind sofort von dem berührt, was ich sagte. Einige mögen sogar fühlen, dass sich diese Lesung ausschließlich an sie richtete, weil sie gerade ihr unmittelbares Problem berührt. Aber ich spreche zu jedem von euch und auch zu jenen, die heute Abend nicht anwesend sind. Einige brauchen es in diesem Moment ganz besonders, während andere vielleicht ganz nachhaltig und vielversprechend in diesen Prozess einbezogen sind, den ich hier empfehle. Aber das mag immer schwanken und sich ändern. Daher ist es wichtig, sich der simplen Formel zu erinnern, Macht über sich zu haben, statt zuzulassen, von eurer Negativität und dadurch dazukommender Angst und Schuld und Hilflosigkeit kontrolliert zu sein. Denn dadurch entfernt ihr euch immer mehr von dem inneren Punkt, wo es ganz einfach an euch ist, sich zu ändern, ohne Anstrengung oder unnatürliche Kontrolle. Euer Leben könnte die dynamischste, reichste und wonnevollste Erfahrung sein, die vorstellbar ist, aber in diesem Sinne könnt ihr euer Leben nur bestimmen, wenn ihr es nicht zulässt, Opfer eurer eigenen Negativität und Destruktivität zu sein. Die simple Formel, nachdrücklich eure Absicht zu erklären, es nicht zuzulassen, euch nicht von Feigheit und Angst besiegen zu lassen, wird jene Kräfte in Gang setzen, die euch aus dieser Falle herausbringen. All eure Ängste müssen sich dann wie Nebel in der Sonne auflösen.

Meine liebsten Freunde, die Angst vor eurer Negativität und Destruktivität wiegt nur so schwer, weil ihr glaubt, sie sei das letzte, sie sei statisch wie ein hartes und unbewegliches Objekt, unauflösbar, kompakt. Sie scheint eine unveränderliche Substanz zu haben. Ihr seht, auf eine Weise ist diese Angst berechtigt, aber anders als ihr es wahrnehmt. Sie ist nur berechtigt, solange ihr an ihr festhaltet und euch von ihr kontrollieren lässt. Für diese Zeitdauer könnt ihr ihr nicht entkommen. Die Negativität und Destruktivität in euch, vor der ihr Angst habt, ist nur solange Substanz und unveränderlich, wie ihr das nicht ändern wollt, wie ihr vermeidet, sie von nahem im Detail anzuschauen, wie ihr beschließt (innerlich und oft nicht wirklich bewusst), einen geheimen Bereich zu behalten. Es ist immer eure Wahl. Solange ihr vorzieht, Nein dazu zu sagen, euch anzuschauen, was ist, und aufzugeben, was destruktiv ist, muss das wie jede Wahl, die ihr trifft, akzeptiert werden. Aber habt ihr euch für die positive Alternative entschieden, wird sich, was ihr an Negativem in euch habt, nicht länger mehr schrecklich anfühlen, weil ihr dann wisst, dass es nicht das letzte ist. Ganz gleich, wie schlecht es ist, es wird nicht so schlimm scheinen, weil ihr anfangt, Ursache und Wirkung zu verstehen. Das wird euer inneres Erleben und Klima drastisch ändern und den Kurs bestimmen, den ihr nehmt. Ihr wollt nicht loslassen, aufgeben, also ist das Schlimmste nicht ein Zehntel so schwer erträglich, wie eine winzige Unvollkommenheit es sein würde, wenn das Selbst sie geheim hält und nicht auf sie verzichten will. Also ist das Schlechte an dem geheimen, versteckten Selbst nicht das wirkliche Maß für seine Schlechtigkeit, wenn es denn so etwas gäbe, sondern der Grad an Verweigerung, es offenzulegen, anzuschauen und die Bereitschaft, es loszulassen.

Das Besinnen darauf, dass ihr vorhabt, euch ihm zu stellen und es aufzugeben, stellt den Teil von euch dar, über den ihr in eurer Selbstbestimmung genau jetzt verfügen könnt. Ab dann werdet ihr erleben, dass es nichts zu fürchten gibt, absolut nichts. Und endlich müsst ihr diesem reichen, ständig erneuerten und unveränderlich wunderbaren Teil in euch von Angesicht zu Angesicht gegenüberreten, durch den ihr in vollstem Vertrauen zu euch selber lebenssprühend lebt. Dabei müssen sich alle Beschränkungen des Lebens auflösen. Ihr werdet die Welt als einen solchen weiten Raum erfahren, mit so vielen Möglichkeiten zu schönen Erfahrungen, genau hier und gleich jetzt. In dieser neuen Expansion des Lebens gibt es diese beiden Alternativen, die scheinbar gute und die scheinbar schlechte oder zwei schlechte nicht, sondern viele schöne Alternativen.

Angenehme Folgen sind nicht entweder dies oder das, sie umfassen alles - alles Gute ist als Realität und in der Realität zu haben. Angst vor Erfüllung, weil sie angeblich stagniert, gibt es nicht, denn das passiert nur, wenn ihr euch selbst fest unter Kontrolle habt. Wenn ihr loslasst und in furchtloser Expansion ungehindert pulsiert, ist Erfüllung ein Seinszustand im Jetzt, den man nicht als ein Ende fürchten muss, man braucht auch keine Angst haben vor dem Verlangen nach allem Guten der Schöpfung als einen Anfang, der keine Zukunft hat, einen Anfang, von dem man bisher fürchtete, er würde entweder in Enttäuschung oder in einer fragwürdigen Erfüllung enden, auf die man nicht gefasst ist, und mit der man nichts anzufangen weiß und auch nicht, wie man sie am Leben erhält. Deshalb ist ein Einssein zwischen dem äußeren und dem inneren Ich hergestellt. Der Kampf zwischen dem äußeren und dem inneren Ich hört auf, wenn kein Geheimnis mehr zu schützen ist. Also ist eine schädliche Trennung aufgegeben und korrigiert. Folglich werden sich Züge des Lebens, wie ihr sie erfahrt, für euch nicht trennen. Ihr werdet weder die positive Folge noch länger als ein unerträgliches Ende, noch die negative als einen Anfang ohne jede Zukunft fürchten.

Nun ist es an euch, euch allen, diesen letzten Schritt zu tun. Einige von euch haben damit begonnen, und ihnen sage ich: Lasst nicht nach. Erneuert immer weiter die Absicht, euch euch selbst gegenüber ungeschützt zu offenbaren, wo nichts versteckt, gefürchtet, vermieden werden muss. Und jenen, die damit noch am Kämpfen sind, ungeachtet, vor wie langer Zeit sie mit dieser Pfadarbeit begonnen haben, sage ich, versucht es. Benutzt die Meditation, die ich vorgeschlagen habe. Seid entschlossen! Und entdeckt ihr die Angst, arbeitet an ihr. Enthüllt, was sie wirklich ist. Hört auf, sie zu leugnen. Denn nur dann werdet ihr entdecken, dass es nichts zu fürchten gibt, dass alle eure Verzerrungen und Verdrehungen vergeblich und nutzlos sind. Denn zu sein, was ihr wirklich seid, genau jetzt, sogar in dieser geheimsten Kammer, ist viel besser als das, was ihr eurer Seele aufbürdet.

Meine liebsten Freunde, diese Lesung kann in der Tat gerade jetzt ein Schlüssel sein, wenn ihr euch in einem Engpass befindet. Wenn ihr es nicht seid, wird sie helfen, die Phasen, denen zu folgen ist, viel leichter zu machen.

Gibt es irgendwelche Fragen?

FRAGE: Für lange Zeit hatte ich Schwierigkeiten mit dem Meditieren. Jetzt, da ich einige davon überwunden habe, sind die Folgen geradezu ein Wunder. Ich möchte gern wissen, was dieses Wunder ist?

ANTWORT: Das Wunder ist ein Lebensgesetz. Ein Gesetz, das du gerade entdeckt hast. Dieses Gesetz lautet, welche Vorstellung du auch hast, sie muss sich in deinem Leben manifestieren. Die Wahrheit des Lebens, die Realität des Lebens ist unendlich gut. In dem Maße, wie du dir diese Möglichkeit, auch fragend, ehrlich fragend, zu eigen machen kannst, muss sich dir diese Wahrheit enthüllen, in welchem Bereich du sie dir auch vorstellst. Das erscheint dann jemandem, der bisher nur negative Möglichkeiten ergriff und deshalb über diese negativen Möglichkeiten hinaus nichts erfahren oder sehen konnte, wie ein Wunder. Die Eingrenzungen sind genau da, wo die Möglichkeiten zur Erfahrung und Entfaltung in den eigenen Vorstellungen, Erwartungen und Lebensauffassungen enden. Werden mehr Möglichkeiten entdeckt, nehmen die Eingrenzungen entsprechend ab. Je mehr der Verstand glückseligen, frohen Erfahrungen Raum geben kann, umso mehr müssen sie entstehen, weil in Wirklichkeit alles da ist, verfügbar in unvorstellbarem Überfluss. Die engen Eingrenzungen sind immer Folge persönlicher Verzerrungen, neurotischer Verdrehungen, destruktiver Emotionen.

Der

Mensch kann nicht mehr erfahren, als seine Vorstellungen es ihm ermöglichen. Glaubt er, Glück sei unmöglich, wie kann er dann Glück erfahren? Das ist genauso logisch wie jedes Naturgesetz. Wenn ihr zum Beispiel euren Körper von da nach dort bewegt, kann euer Körper nur dort sein, wo ihr ihn hinbewegt habt, nirgendwo sonst. Dies ist nicht mehr oder weniger ein Wunder wie das Gesetz des Geistes. So weit, wie ihr mit ihm gehen könnt, ist dies, wo ihr euch mit ihm befindet. Wenn ihr euch in einem schäbigen, engen, kleinen Raum befindet, müsst ihr nicht darin bleiben. Aber davon könnt ihr euch nicht überzeugen, wenn ihr ihn nicht verlasst und entdeckt, dass es außerhalb von ihm viele schönere Orte gibt. Wenn ihr euch gegen jeden Versuch, euch aus ihm herauszuhelfen, mit der Begründung wehrt, es gäbe vielleicht keinen anderen Raum oder Ort für euch, könnt ihr nicht herauskommen, ganz gleich, wie lange ihr darüber debattiert. Ihr müsst die reale Bewegung machen. Das ist es, was ihr mit eurem Geist tun müsst. Wenn ihr den Raum außerhalb entdeckt, dass es ihn wirklich gibt, wird euch das wie ein Wunder erscheinen. Spirituell, mental, emotional bleibt ihr so oft in einem schäbigen, kleinen Loch, ohne Möglichkeit, sich zu strecken, sich zu entfalten, die Schönheit zu erfahren. Wenn ihr schließlich die wunderschöne Welt außerhalb dieses Raumes untersucht und entdeckt, wie sicher und befriedigend sie ist, muss sie euch wie ein Wunder vorkommen. Dann streckt und dehnt ihr euren Geist zu immer mehr Möglichkeiten aus, um Gutes zu erleben und zu entwickeln, um Gutes zu geben und zu

empfangen. Das ist das Wunder der Schöpfung, so natürlich wie eure Bewegung von einem Ort zum anderen. Solange eure Gliedmaßen gesund sind, habt ihr die Möglichkeit dazu. Und lässt ihr durch das unnötige Einsperren eure Gliedmaßen zu lange absterben, werden sie durch Übungen und Behandlung heilen. Das ist, was ihr mit eurer Seele tut, wenn sie zu lange in einem Klima der Negativität und Ausschließung gelebt hat, ihr beschränkt eure Sicht und eure Vorstellungen, und das ist die Folge davon, euch vor euch selbst zu verstecken, die Folge der falschen Angst vor euch selbst. Sobald man das aufgegeben hat, muss dieses „Wunder“ jedem und allen Geschöpfen im Universum widerfahren. Dieses Gesetz ist ebenso logisch wie eines, das euch nicht mehr übernatürlich vorkommt. Die Wahrheit, die Realität der Schöpfung ist, dass unbeschränkte Freiheit und Möglichkeit herrscht, das Gute zu erfahren. Diese Möglichkeit hat jeder. Die Heilung der „Gliedmaßen“ eurer Seele, damit sie sich genau das zunutze machen kann, ist eben diese Lesung, die ich gerade gab: Gebt den heftigen Kampf um die innere Geheimkammer, die ihr bewacht, auf. Solange, wie das der Fall ist, könnt ihr die weit offenen Möglichkeiten des Lebens und eures innersten Wesens nicht erfahren. Zu diesem Ziel ver helfe ich euch, und, bitte, seht nicht darüber hinweg. Schließt nicht eure Augen vor der Tatsache, dass ihr gegen die Enthüllung eures geheimen Teils von euch ankämpft. Berücksichtigt die Tatsache, dass dieser Kampf ein sinnloser Schmerz ist, den ihr euch selbst aufbürdet und den ihr heute loswerden könnt, wenn ihr es möchtet!

Mit diesen Worten segne ich euch alle, meine Freunde. Mit diesem Segen will ich euch größere Kraft geben, die euch helfen kann, die Hilfsmittel in euch zu aktivieren, die euch bei euren Bemühungen helfen werden. Geht weiter, hört mit diesem wunderschönen, zutiefst bedeutungsvollen und total lohnenden Unterfangen nicht auf. Tut alles, was in dieser Hinsicht möglich ist. Erkennt, dass ihr euch auf den Bereich, wo ihr am meisten Angst habt und nicht bereit seid, es euch anzuschauen, am meisten konzentrieren müsst und euch dort am stärksten belohnt und befreit fühlen werdet. Die Freiheit und die Sicherheit, die ihr erleben werdet, können Worte nicht vermitteln. Dies sind keine leeren Versprechungen. Wer von euch die Wahrheit dessen, was ich hier sage, einigermaßen erfahren hat, der helfe, bitte, denen, die sich vorübergehend in einem Zustand der Illusion befinden, wo die Angst jedes Verhältnis verloren zu haben scheint. Wer von euch sich in diesem letzteren Zustand befindet, bitte, trennt euch nicht von den Freunden, die euch helfen können, diese Hürde zu nehmen. Seid nicht zu stolz, ungeachtet, ob sie äußerlich noch nicht allzu lange bei dieser Arbeit sind oder weniger Erfahrung haben. Bitte, helft einander. Ihr werdet es nicht bereuen. Viele Hilfe kann so ausgetauscht werden.

Lebt in Frieden, erkennt, wie wunderbar der Frieden der Wahrheit ist, indem ihr vor dieser Wahrheit nicht zurückscheut. Lebt in Gott!

Übersetzung: Paul Czempin 2003

Überarbeitung, neue Rechtschreibung: Wolfgang Steeger 2023

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

Die Pathwork-Foundation
Postfach 6010
Charlottesville, Virginia 22906-6010, USA
Rufen Sie an: 1-800-PATHWORK, oder
Besuchen Sie: www.pathwork.org

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

Warenzeichen/Dienstleistungszeichen

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

Urheberrechte ©

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

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