

## **Automatische Reflexe, Bewusstsein, Verstehen, Erkennen**

Grüße, liebe Freunde. Segen für jeden von euch. Gesegnet sei diese Stunde. Diese erste Lesung des Jahres wird euch zeigen, in welche Phase euer Pfad in der kommenden Arbeitsperiode eintreten wird: Die Arbeit allgemein und der Teil, worauf das Hauptgewicht liegt.

Am besten sprechen wir erst über bestimmte allgemeine Entwicklungsphasen des menschlichen Bewusstseins. Es gibt vier davon. Sie beeinflussen und überlappen einander, wobei natürlich jede viele Unterteilungen und Abstufungen, Intensitätsgrade und Abweichungen hat. Diese Details müssen uns an diesem Punkt nicht beschäftigen, denn wir haben sie ausführlich behandelt, als wir uns mit jeder Phase einzeln befassten. Und auf der nächsten Entwicklungsstufe werden wir es wieder. Jetzt geht es um einen generellen Überblick.

Die niedrigste Stufe menschlichen Bewusstseins ist der Automatismus. Der Mensch reagiert mit automatischen Reflexen - gefühlsmäßige Reaktionen, die sich auf tiefverwurzelte Fehlschlüsse und Verallgemeinerungen stützen. Mit anderen Worten, alles, was wir bezüglich der Bilder besprochen und durchgearbeitet haben, zeigt, wie der Mensch auf blinde, automatische Weise reagiert.

Je freier er in einigen Persönlichkeitsbereichen ist, desto mehr versucht er, solche blinden Reaktionen zu rationalisieren und zu erklären, um sich selbst glauben zu machen, sie entsprängen einer freien Wahl, statt aus Zwang, der Vernunft, statt Gefühlsduselei. Wenn die Gesamtentwicklung geringer ist, ist solcher Selbstbetrug weniger nötig.

Blinder Automatismus resultiert immer aus Material, das der Mensch nicht ansehen will. Das gilt für alle Menschen, für manche mehr als für andere, und die brauchen mehr Zeit, um sich so weit zu entwickeln, dass sie innerlich bereit sind, sich solchem Material zu stellen und dadurch in ein höheres Bewusstsein zu wechseln. Doch auch relativ entwickelte Menschen und solche, die sich bemühen, sich weiterzuentwickeln, haben Bereiche, in denen sie getrübt sind, wo sie unfrei sind, wo sie unbewusst reagieren, ohne zu wissen, warum sie handeln, reagieren, denken, fühlen, Meinungen haben, wie sie es tun. Das hat die verschiedensten Verästelungen, die wir im Laufe dieser Lesungen und diesem Pfad schon besprochen haben. Dadurch entsteht Selbstentfremdung. Das legt die Kreativität lahm, verbietet die Liebe und verhindert, Lust und Freude geben oder empfangen zu können. Es beschränkt das unfassliche Potential menschlichen Geistes und Lebens. Und das alles entsprechend dem Mangel an Bewusstsein, warum man so reagiert und nicht anders. In dem Maße nehmen blinde Reflexe und der Automatismus den Platz des Bewusstseins ein.

Auf jedem echten Pfad der Entwicklung, gleich, welchem Herangehen man nachgeht, muss der Mensch die Bereiche, in denen er unfrei ist und automatisch reagiert, aufdecken und sich vertraut machen. Dieser Automatismus ist die niedrigste Stufe, die bis zu einem gewissen Grade jeder hat.

Die nächste Stufe auf dieser Skala ist Bewusstsein. Die Entwicklungskurve geht von Automatismus zu Bewusstsein. Aber Bewusstsein ist keineswegs die höchste Stufe. Es gibt zwei, die fortgeschrittener sind. Aber betrachten wir zunächst Sinn und Bedeutung von Bewusstsein. Bewusstsein muss sich in diesem Kontext damit befassen, die Bereiche blinder Automatismen, blinder Reflexe aufzudecken. Alle Vorwände, Rationalisierungen, Erklärungen, Rechtfertigungen, Selbsttäuschungen, die der Leugnung des Automatismus' dienen, müssen rückhaltlos aufgedeckt, untersucht und aufgegeben werden, bis der Mensch dem blinden Reflexmechanismus gegenübersteht. Wenn das passiert, ist ihm der Automatismus bewusst - daher existiert er nicht mehr. Selbstverständlich hat der Mensch anfangs nur in bestimmten Bereichen damit Erfolg. In anderen hält sich der Automatismus, bis es so weit ist. Ihr werdet nie hören, dass ein Mensch vollkommen, mit seinem ganzen Sein, von einem Zustand in den nächsten übergeht.

Der Übergang von Automatismus zu Bewusstsein ist mit das schwerste, was der Mensch durchmacht. Es fällt ihm schwer zuzugeben, dass ihn unvernünftige Ängste, Aberglaube, Verallgemeinerungen treiben, überholtes Zeug, das mit dem Heute nichts zu tun hat. In seiner Eitelkeit möchte er sich entwickelter, freier sehen, als er ist. Je länger er leugnet, was ist, desto mehr leidet er. Oft ist es dieses unnütze Leid, was ihn letztlich dazu führt, ehrlich zu sich selbst zu sein. Das wäre vermeidbar, wäre seine Eitelkeit nicht so stark.

Bewusstsein bedeutet das Eingeständnis eigener Grenzen, indem man sich den eigenen falschen Schlüssen, destruktiven Gefühlen, Manövern der Selbstsabotage, dem Mangel an Integrität im weitesten Sinne stellt. Das ist nur schwer, weil der Mensch seine Widerstände und Ängste pflegt und nicht aufhören will, mehr zu erscheinen, als er zu sein glaubt.

Die Stufe des Bewusstseins heißt im Wesentlichen, sich seiner Fehler, seiner Abweichungen von der Wahrheit bewusstzuwerden. Weiß der Mensch, dass er von falschen Vorstellungen getrieben ist, bewegt er sich nicht länger in blindem Automatismus. Das erfordert Mut und die Entwicklung des inneren Willen.

Wenn ein gewisses Maß an Bewusstsein erreicht ist und proportional dazu die blinden Reflexe verschwunden sind, ist die nächste Stufe Verstehen. Ihr mögt auf Anhieb überlegen, was der Unterschied sein mag. Aber es gibt viele Unterschiede. Nehmen wir beispielsweise Feindseligkeit. Zuerst, im Zustand blinden Automatismus', wütet sie in der Seele des Menschen. Je nach Charakter, Art seiner Bilder und verschiedenen anderen Faktoren drückt er sie entweder impulsiv aus und lässt sie an anderen aus - oft ohne zu wissen, dass er das tut, oder indem er 'gute Gründe'

dafür findet. Oder er verdrängt und unterdrückt sie und wendet sie mit unterschiedlichen Folgen gegen sich selbst. In beiden Alternativen ist er sich seiner Feindseligkeit nicht bewusst, weil er sie sich nicht eingestehen will. Deshalb treibt sie ihn in einen blinden Automatismus, den er wegerklären will. Stellt er sich dieser Feindseligkeit aber voll, ist sie ihm bewusst. Also muss der Automatismus aufhören. Aber diese Stufe bedeutet noch nicht, dass er ihn versteht. Er weiß jetzt, dass er ihn hat. Er erkennt sogar, was dieser Automatismus ihn tun lässt, wie er seinetwegen reagiert.

Feindseligkeit verstehen, heißt verstehen, warum es sie gibt, was sie im Leben eines Menschen zuerst hervorrief, welche Umstände sie erzeugten und welche es jetzt sind, wenn sie wieder aufflackert. Was ist die scheinbare und echte Ähnlichkeit zwischen der ursprünglichen Situation und der heutigen? Wie sind sie in der Seele des Menschen miteinander verbunden? Wenn überhaupt, wie sieht diese Beziehung dann in der Realität aus? Warum stützt sich Feindseligkeit auf falsche Annahmen? In welcher Hinsicht? Etwas verstehen, was einem gerade bewusst geworden ist, bedeutet, dass man die Antwort auf all diese Fragen tief in sich erfährt. Diese Antwort darf aber nicht intellektuell, wie auswendiggelernt erfolgen. Sie muss tief empfundene Realität sein. Dann ist die Stufe des Verstehens erreicht, und das Individuum ist bereit für die nächste Stufe.

Viele meiner Freunde auf dem Pfad werden erkennen, dass unsere Arbeit in der Vergangenheit uns zur Stufe des Verstehens geführt hat. Je nach Fall und in jedem einzelnen Fall muss sich die Arbeit unterscheiden, denn in einigen Bereichen mögt ihr die Stufe des Verstehens erreicht haben - oder sogar die nächste Stufe dunkel erahnen - während ihr in anderen Bereichen noch mit Widerständen kämpft, euch dem zu stellen, was hinter den blinden Reflexen liegt. Hier fehlt das Bewusstsein, dass euch da und dort noch blinde Reflexe beherrschen. Es lässt sich nie sagen, jemand habe alles in allem eine der vier erwähnten Stufen erreicht oder befinde sich noch ganz auf der niedersten. Für meine Freunde hier auf dem Pfad ist es immer eine Mischung, eine Verbindung.

Es ist äußerst wichtig, dass ihr alle einen Blick dafür gewinnt, in welcher Hinsicht ihr auf welcher der hier besprochenen Stufen seid. Ist euch bewusst, wo ihr noch von Automatismen beherrscht seid, trotzdem ihr das Bild entdeckt habt, das sie verursachte? Denn das zu tun und weiterhin blind zu reagieren, ohne es zu wissen, ist durchaus möglich. Von der flüchtigen Einsicht, als ihr das Bild fandet, blieb nur eine Erinnerung. Mit anderen Worten, sie wurde zu theoretischem Wissen. Sie ist nicht mehr lebendig. Sie wird nur wieder aufleben, wenn gesehen, erkannt und zugegeben wird, dass es noch Automatismen gibt.

Hat man Bewusstsein erlangt, muss es dabei nicht bleiben. Ist das Verständnis dafür entwickelt, worüber man sich bewusst geworden ist? Je mehr es so ist, umso weniger besteht der Zwang, blind zu reagieren, und umso unwahrscheinlicher sind Rückschläge.

Die höchste Stufe auf dieser Skala ist das Erkennen. Der Unterschied zwischen Verstehen und Erkennen ist groß. Verstehen heißt Bestimmen von Ursache und Wirkung negativer Muster, destruktiver Gefühle, falscher Vorstellungen. Das heißt verstehen, dass diese Elemente schädlich sind, weil man in irgendwelchen Illusionen und Missverständnissen festhängt. Aber das ist noch kein Erkennen. Und ich rede bewusst von Erkennen, statt von Wissen. Denn Wissen ist viel unklarer, allgemeiner, trockener. Es ist nicht Wissen, wovon ich rede. Ich rede vom Erkennen der Wahrheit. Wenn ihr die Wahrheit erkennt, versteht ihr mehr als Ursache und Wirkung von Bildern und falschen Vorstellungen. Ihr erkennt die richtigen Schlüsse hinter den falschen. Und es sind immer und ausschließlich die falschen, die Verheerung, Missklang und Unglück erzeugen. Nichts sonst könnte so etwas tun.

Wenn ihr die richtige Vorstellung habt, die besondere Wahrheit hinter einem bestimmten Fehler, beginnt ihr zu verstehen; in der Sphäre eures Wesens und um sie herum passiert etwas. Erkennen ist kein theoretisches Verstehen. Es ist das Erfahren der Wahrheit. Erkennen der Wahrheit hinter der Unwahrheit verbindet den Erkennenden mit einem größeren spirituellen Prinzip oder mit verschiedenen solcher Gesetze und Prinzipien. Sie zu erkennen, eröffnet einem die Welt.

Der einzige Weg, wie das Erkennen Göttlicher Prinzipien möglich wird, ist durch eine ganz persönliche Erfahrung der Unwahrheit, die den Zugang zu dieser besonderen Wahrheit bisher trübt. Durch das Studium von Theorien oder auch der großen Weltliteratur - sogar der spirituellen - kann man die Wahrheit unmöglich erkennen. Sie erkennen heißt, die Entwicklungsschritte, die ich gerade beschrieben habe, zu durchlaufen.

Es bedeutet, sich der blinden Reflexe bewusst zu werden, zu verstehen, warum es sie gibt und was sie bewirken; es bedeutet, die Wahrheit hinter dem Automatismus zu erkennen, der durch falsche Vorstellungen ausgelöst ist. Wenn man den persönlichen Pfad, der tief nach innen führt, auf eine solche Weise geht, offenbart das innere, persönliche Universum die Prinzipien und spirituellen Gesetze der Schöpfung - das Universum als Ganzes.

In der Weise die Wahrheit zu erkennen, hat auf euch und euer Umfeld heilende Wirkung. Wenn ihr wirklich die Wahrheit erkennt, gehört euch das ganze Universum. Wenn man eine Wahrheit kennt, kennt man die ganze.

Zu Beginn dieser Phase erkennt der Mensch die Wahrheit nur im Einzelfall, und nur um sie wieder zu verlieren, bis man sie für länger wiedererlangt und sie immer seltener verliert. Es ist dieselbe Spiralbewegung, wie ihr sie von anderen Phasen des Pfades kennt. Verstehen verringert die Spannung, Angst, Verklemmtheit und lässt hoffen. Kein Wunschdenken, keine Flucht oder Tagträumen, sondern realistische, berechtigte Hoffnung, weil sich deutlich ein Weg abzeichnet, der Erlösung nicht nur als vage Hoffnung auf ein Wunder, sondern als konkrete Möglichkeit bietet, die

man ergreifen kann, wenn man immer freier werden will. Aber in Kenntnis der Wahrheit hat man schon den Schlüssel. Das ist Meisterschaft. In der Entwicklung kommt ein Punkt, wo die Erkenntnis einen einfachen, kurzen Moment lang allwissend ist. Denn alle Schöpfung läuft in einem Punkt zusammen. Wo ihr anfangt, spielt keine Rolle. Die Vielfalt endet in Einheit, die all die vielen Teile umfasst und gleich gewichtet. Daher bedeutet die reale, umfassende Erkenntnis einer Wahrheit das Erkennen der ganzen, wenn auch nur für einen kurzen Moment.

Die kommende Phase wird sich mit dem Erkennen befassen. Wenigstens für einige meiner Freunde, die ihre ersten Schritte zu dieser Schwelle gemacht haben, damit sie sie überschreiten können. Andere werden folgen. Das macht nichts. Es ist unwichtig, wer der ist. Man kann sich nie mit anderen vergleichen. Ihr müsst damit aufhören und euren eigenen inneren Maßstab finden.

Die Wahrheit zu kennen bedeutet Herrschaft über das Universum. Das ist heilsam und schafft Ordnung. Mit Erkennen der Wahrheit beginnt in den kosmischen Kräften, die euch umgeben und umwandeln, etwas vorzugehen. Wenn ihr die Unwahrheit erkennt, wenn ihr an falschen Vorstellungen festhaltet und an sie glaubt, entsteht Unordnung in eurer Welt. Das kennt ihr aus unserem generellen Bemühen, die Unwahrheit aufzudecken, die diese Unordnung und Zerstörung bewirkte. Das Gleichgewicht ist gestört, Konflikte und Verwirrung sind weitere Glieder der Kettenreaktion. Unwahrheit, Illusion oder falsche Vorstellung erzeugen eine Dualität - das heißt, eine Spaltung der Vorstellungen, die für weitere Verwirrung, Konflikte, destruktive Gefühle, Gedanken und Handlungen sorgt. All das ist bekannt - wenigstens theoretisch, wenn bisher auch nicht immer als innere Erfahrung. Wenn ihr die Wahrheit hinter der Illusion erkennt, beginnen die gespaltenen Vorstellungen zu verschmelzen, das Ungleichgewicht der psychischen Kräfte sich auszugleichen, und Ordnung und Einheit treten an die Stelle von Verwirrung, Unordnung und Konflikt. Dadurch entstehen positive, realistische, wohltuende, konstruktive Gefühle, Ideen, Vorstellungen, Gedanken, Meinungen und demgemässes Handeln. Es hat ein Wandel stattgefunden, ohne weiteren Widerstand, willkommen geheißen, statt gefürchtet.

Die Wahrheit zu verstehen bedeutet viel, aber ist noch keine Veränderung zum Positiven. Sie zu erkennen macht die Veränderung organisch, unvermeidlich, so natürlich, als könne es gar nicht anders sein. Wirklich die Wahrheit zu erkennen, zerteilt die Nebel, eint, wo scheinbare Widersprüche herrschen, beweist, dass es nichts zu fürchten gibt, macht ganz, wo Uneinigkeit ist, heilt, wo Krankheit existiert, geht voran, wo Stillstand das Wachstum verhindert, beruhigt, wo heftige Unruhe zu überzogener Bewegung führt.

Ich will euch nun ein ganz alltägliches Beispiel für das Heilsame im Erkennen der Wahrheit geben, was meine Worte praktikabler und greifbarer macht, anstatt sie so metaphysisch und fern erscheinen zu lassen, dass man sie sich nur als weit entfernte Ziele vorstellen kann. Wenn euch im Kontakt mit einem Mitmenschen sein Tun und seine Motive verwirrt, entsteht Missklang. Auch

wenn ihr nicht damit hadert, erzeugt eure Unkenntnis, was ihn treibt, eine Wolke der Unrast, Dunkelheit, des Missklangs, die auch der Unsensibelste klar spüren kann. Doch wenn ihr seine Motive wirklich kennt, kann ein gelassenes Wissen von euch ausgehen, das auf ihn wirken muss, egal, ob ihr darüber redet oder nicht, ob ihr ihn auf das, was ihr wisst, aufmerksam macht oder nicht. Eure Erkenntnis der Wahrheit hinter seinen verwirrenden Aktionen wird euch intuitiv und spontan beurteilen lassen, wann zu sprechen und wie und wann still zu sein und wie. Seine Motive - seine Wahrheit - nur zu verstehen, kann euch diese Fähigkeit nie geben. Sie lediglich zu verstehen, ist sicher besser, als es nicht zu tun, das hindert euch aber nicht daran, ungeschickt zu sein, die feinen, sensiblen Verhaltensregeln unbeachtet zu lassen, nach denen man sich richten muss, um sein Wissen zur rechten Zeit und auf die richtige Weise beizusteuern.

Ich habe oft erklärt, dass, wer sich selbst nicht versteht, andere unmöglich verstehen kann. Wer sich selbst nicht liebt und achtet, kann unmöglich andere lieben und achten. Dasselbe gilt für das Erkennen. Wer die Wahrheit hinter der eigenen Unwahrheit nicht erkennt, erkennt sie bei anderen schon gar nicht. Echter Kontakt beseitigt aufgrund solcher Erkenntnisse alles, was brachliegt.

Ich bin sicher, dass die meisten meiner Freunde solche Augenblicke, wie das Beispiel sie beschreibt, erfahren haben, aber gewiss nicht oft. Möglicherweise seid ihr mal jemandem begegnet, der eine solche Klugheit besitzt, oder habt ihn beobachtet. Vielleicht habt ihr nur vage die Bedeutung davon gespürt, mögt euch aber jetzt dieses Phänomens sehr viel bewusster sein, wenn ihr ihm begegnet. Und wenn ihr euch erinnert, ihm bei einem anderen Menschen schon mal begegnet zu sein, erkennt ihr, dass euch seine Klugheit nicht ängstigte. Ganz im Gegenteil. Euch war warm und wohl dabei. Vielleicht konntet ihr damals den Finger nicht drauf legen und es wortreich analysieren, aber wenn ihr euch auf die Erfahrung und eure Reaktionen auf solche Momente zurückbesinnt, wisst ihr, es ist so.

Solche Klugheit kann auf keine andere Weise kommen als von euch, durch euch und in euch selbst. Das ist der Kampf, der aus blinden Reflexen, von denen jeder Mensch beherrscht ist - auch die Freunde, die schon auf dem Pfad sind - zu einem abgestuften Bewusstsein, abgestuftem Verstehen und zu Klugheit führt - anfangs nur in einzelnen Fällen. Klugheit ist Heilung, ist Harmonie und volle Meisterschaft über das Universum.

Hier, meine Freunde, kommen wir nun zu einer der größten scheinbaren Verwechslungen oder Widersprüche, die nur zu lösen sind, wenn ihr in dieser Hinsicht klug werdet. Es ist die Verwechslung von Kontrolle und Loslassen. Einige Freunde hatten ihre ersten mühsamen Versuche auf diesem Pfad, um dieses Prinzip oder diese Seelenbewegung zu begreifen, die Kontrolle und ihr Loslassen verbindet. Wo die Wahrheit erkannt ist, gibt es weder Konflikt, noch Widerspruch. Wo aber Illusion und falsche Begriffe gespaltene Vorstellungen erzeugen, folgt

daraus ein Ungleichgewicht und Kontrolle besteht dort, wo man sie loslassen sollte und umgekehrt.

Missverständene und falsch angewendete Kontrolle sind: Ein Zwangsstrom, kindische Gier, das Unvermögen, Frustration auszuhalten, ängstlicher, angespannter Rückzug, das zwingende Bedürfnis zu manipulieren, Eigensinn und die Unfähigkeit zu verlieren. Alles das ist natürlich nicht die Kontrolle, die ich meine, wenn ich vom wahren Selbst spreche, das das Universum meistert. Bei letzterem muss die falsche Kontrolle des kleinen Selbst völlig verschwunden sein. Sie muss losgelassen sein, ehe die echte Kontrolle im höheren und weiteren Sinne kommen kann. Echte Kontrolle kommt durch Loslassen der Kontrolle, durch das scheinbare Risiko zu fließen, ohne jede Manipulation. Natürlich klingt das wie ein Widerspruch, meine Freunde. Aber alle spirituellen Prinzipien erscheinen in menschliche Sprache gekleidet widersprüchlich. Denn jedes Göttliche Gesetz umfasst zwei sich ergänzende Prinzipien, das männliche und das weibliche, im weitest möglichen Sinne. Sie schließen einander nicht aus, sondern existieren zusammen in jeder Bewegung des Lebens.

Aber nicht nur die beschränkte menschliche Sprache lässt die Prinzipien der Einheit widersprüchlich erscheinen. Noch mehr ist es der ängstliche Rückzug des Menschen vom Leben, der einen Mangel an Verständnis und Erkenntnis verursacht. Solange er sich aus Angst zurückzieht und es nicht riskieren will, Kontrolle loszulassen, sind solche Worte leicht falsch zu verstehen. Wenn ich von Herrschaft über das Universum rede, dem Aufgeben der Kontrolle, um sie in einem höheren Sinne zu erlangen, so ist das einer der wichtigsten Schritte zum Schicksal aller Geschöpfe.

Nur auf einem Pfad, der von blinden Reflexen zur Klugheit führt, kann man wirklich verstehen, dass erst die Kontrolle aufgegeben sein muss, um eine entspannte innere Kontrolle zu erlangen, die von tief innen kommt - wieder vom Solar Plexus, statt oben vom Verstand. Und Kontrolle muss ausgeübt werden, wo der Mensch verloren ist, wo er blind tastet und greift, weil er von blinden Bedürfnissen, unverständenen Zwängen getrieben ist - getrieben zu Gedanken, Annahmen, Reaktionen, Handlungen, die er lernen muss, unter Kontrolle zu bringen, indem er die Wahrheit erkennt.

Eine ähnliche Verwechslung und Unausgewogenheit besteht hinsichtlich der Ichbezogenheit gegenüber dem Bezug auf andere. Auch hier herrscht Verwechslung und Ungleichgewicht. Ichbezogenheit kann kindische Wichtigtuerei sein, bei der der Mensch erwartet, dass ihm die ganze Welt zu Willen ist und sich alles nur um ihn dreht, eine Art Selbstsucht. Er erlebt sich als grundverschieden (höher oder geringer) zu anderen, indem er sich in unrealistischer Selbsteinschätzung von ihnen absondert.

Diese Art der Verzerrung ruft automatisch eine verzerrte Form des Bezugs auf andere hervor. Der Mensch macht all seine Ansichten, Meinungen, Ziele, Vorstellungen und Vorbilder, selbst seine Gefühle davon abhängig, was andere meinen - oder was die Welt von ihm erwartet, wie er glaubt. Diese Fremdbezogenheit bedeutet, sich selbst zu verlieren. Das ist Selbstentfremdung.

Die richtige Art der Ichbezogenheit ist das Gegenteil von Selbstentfremdung. Ihr Schwerpunkt liegt tief im eigenen Selbst, indem es seine Werte, Ziele, Vorstellungen und Handlungen von innen bezieht und die Verantwortung dafür übernimmt - und dadurch seine Integrität und Selbstachtung steigert. Aber das kostet die Mühe, die Wahl seiner Ansichten unter Kontrolle zu halten und zu riskieren, sie loszulassen und scheinbar alleine dazustehen, zum Missfallen anderer. Wenn man seine eigenen Gefühle nicht mehr manipuliert, um andere zu kontrollieren und zu manipulieren, ist man ichbezogen in dem Sinne, dass man sein wahres Selbst lebt. Dadurch entsteht auf organische Weise das richtige Gleichgewicht zwischen Selbst und Fremdbezogenheit. Andere Menschen verdienen dieselbe Rücksichtnahme wie man selbst. Man kann sie mögen, lieben und achten wie sich selbst - aber nie auf Kosten der Untreue zu sich selbst.

Gesunde Ichbezogenheit ist die eine Seite der Medaille, gesunde Fremdbezogenheit die andere. Kehrt man zur kindischen, ungesunden Verzerrung zurück, muss die andere folgen. Es ist derselbe Vorgang wie bei Kontrolle und Loslassen.

Wenn der Mensch, allgemein gesprochen, die Schwelle von Verstehen zu Erkennen überschreitet, findet er die tiefe Erfahrung und intuitive Erkenntnis richtiger, gesunder Selbst- und Fremdbezogenheit und richtiger, gesunder Kontrolle und das Loslassen von Kontrolle. Ist beides begriffen, erfahren und innerlich erlebt, ist eure Expansion, eure Freiheit und Erfahrung des Wunders des Lebens grenzenlos. Wenn ihr über diese Schwelle geht, werden alle Widersprüche ein sich ergänzendes Ganzes, das ihr nicht nur versteht, sondern erkennt und lebt. Zum Beispiel müsst ihr fähig werden, auf eine weniger vollkommene Weise zu leben, bis das Glück vollkommen sein kann. Wenn ihr das Höchste an Selbstaussdruck sucht, zum größeren Glück eurer Selbst und anderer, muss das in einem völlig freien Geiste geschehen. Nicht als Muss, um zu vermeiden, was ihr fürchtet, und um eure Schwäche zu hätscheln. Wenn ihr nicht länger Glück sucht, um Unglück zu vermeiden, habt ihr genau den feinen Punkt einer richtig ausgewogenen Kontrolle gefunden, um immer mehr Macht über euer Leben als integralem Bestandteil der Schöpfung zu gewinnen.

Gibt es irgendwelche Fragen?

**FRAGE:** Ich glaube, eine gewisse Ahnung davon bekommen zu haben, was es heißt, sich der Schwelle zwischen Verstehen und Erkennen zu nähern. Vielleicht kannst du etwas über die Angst und den Rückzug und die Abneigung sagen, die man hat, obwohl man weiß, dass es ein Wissen jenseits davon gibt, und dass es großartig ist, man aber trotzdem davor zurückschreckt.

**ANTWORT:** Ganz abgesehen von den vielen psychologischen Faktoren, auf die wir bei dieser Arbeit immer wieder stoßen - und ich muss sie hier nicht wieder aufzählen - ist dahinter eine viel wichtigere, umfassendere Angst und Abneigung, die wieder für jeden Menschen gilt. Ich habe diesen Faktor früher schon erwähnt, aber vielleicht kann er jetzt auf eine andere und bessere Weise verstanden werden. Es ist die Angst zu sein. Diese Angst ist die Angst vor dem Leben, dem Tod, der Liebe, der Lust, dem Risiko, vor Veränderung, Verlust, dem Unbekannten, dem Schmerz, dem Vertrauen, dem Loslassen von Kontrolle, dem Selbst, den sich widersprechenden und scheinbar widersprechenden, richtigen, falschen, scheinbar richtigen und falschen Empfindungen, Gefühlen, Reaktionen, Trieben, Bedürfnissen, Äußerungen. Alles das umfasst sie. Und solange der Mensch nicht die Bedeutung dieser Angst versteht, kann er nicht wissen, was dahinter ist. Deshalb kann er sie nicht überwinden. Denn in der Überwindung dieser Angst liegt die größte Schwelle der Evolution, wohin dieser oder jede echte Pfad den Menschen bringen muss, und das ist: Mit den universellen Kräften zu fließen, ohne sich gegen sie zu stemmen, und sie so zu meistern. Das Auffassungsvermögen des Menschen sieht hier eine Dualität, ein Entweder/Oder. Er fühlt, dass er entweder die Kontrolle hat, dass er das Leben manipulieren muss, seine Umwelt, seine eigenen vitalsten, schöpferischsten Kräfte, oder er fühlt sich verloren und gefährdet. Daher kann er nicht ins Sein treten. Er wird nicht zu dem Verständnis gelangen, dass Sein und Meisterschaft - oder anders gesagt, Aktivität und Passivität - nicht nur einander nicht ausschließen, sondern verbundene und voneinander abhängige Faktoren sind.

Die Angst des Menschen vor sich selbst wird umso schwerer zu überwinden sein, weil er oft nicht seine echte dunkle Seite fürchtet, sondern das, was er dafür hält. Nur zu oft ist ihm das Beste, was er zu geben hat, nicht akzeptabel, während ihn das Destruktivste, das ihm unbekannt ist, beherrscht. Aus Angst vor der dunklen Seite in sich wagt er nicht, sie anzusehen. Er hält sich ganz zurück. Er weigert sich loszulassen, seine Chancen zu wahren. Und solange er Angst vor sich selbst hat, muss er Angst vor dem Leben, dem Tod, der Liebe haben - und alles andere. Er muss Angst haben zu sein, weil er sein Wesen fürchtet.

Hebt euch all eure Fragen nun für die dieser Lesung vorbehaltenen Diskussion auf. Sie ist sehr wichtig. Je mehr ihr euch daran beteiligt und eure eigene Verwirrung zum Vorschein bringt, desto sanfter wird euer Weg sein, diese vier Stufen zu durchlaufen. Versucht inzwischen herauszufinden, wo und in welcher Hinsicht ihr noch in Automatismen steckt, was euch bewusst ist, was ihr versteht, und in welchem Maße ihr euch der Schwelle zur vierten Stufe nähert - dem Erkennen. Wann es so weit ist, sagt euch euer Gefühl. Der Automatismus lässt euch leer, hoffnungslos, niedergedrückt, besorgt, ängstlich, leblos, gelangweilt, verärgert über euch selbst oder andere sein, zwingt euch, Dinge zu tun, zu sagen, zu denken, zu fühlen, die euch missfallen. Bewusstsein beseitigt diese Symptome und bringt, wenn es bleibt, Erleichterung und setzt dadurch bestimmte Energien frei. Aber noch geht es nicht um Veränderung. Auch lässt sich bisher nicht einmal feststellen, wo und wie Veränderung möglich ist. Das Verstehen bringt die Einsicht. Erkenntnis

hat es erreicht und das immer weiter, denn das wahre Leben ist niemals das Endergebnis. Es ist ständiges Wachsen an Erfahrung und Selbstausdruck. Ständiges Erkennen bewirkt daher stetes Wachsen.

Wenn ihr bewertet, wo ihr in spezieller Hinsicht eures Seins steht, seid ihr weder vom äußeren Wissen, noch durch blinde Reflexe beherrscht, die euch entweder aus Angst zu bescheiden sein lassen oder euch zu Selbstverherrlichung verleiten. Hört tief in euch hinein, prüft euch bezüglich der verschiedenen Aspekte eures Lebens und eurer Person, ihr werdet es dann wissen. Und hütet euch davor, euch insgesamt nur nach bestimmten inneren Reaktionen zu bewerten. Viele Aspekte eurer Persönlichkeit haben andere Stufen erreicht.

Möge euch alle dieses Arbeitsjahr dem Erkennen näherbringen. Mögen manche von euch die ersten Schritte über diese Schwelle machen. Ihr habt alle Hilfe und Führung, die ihr braucht. Die daran beteiligten spirituellen Kräfte sind unendlich viel realer und mächtiger, als ihr erkennt. Aber sie müssen und können eure eigenen Bemühungen nur unterstützen. Der Antrieb zu wachsen muss immer von euch selbst kommen, auf jeder Stufe aufwärts. Es gibt viele Möglichkeiten, auf dieses Ziel zuzuarbeiten - und alle sollte man nutzen. Eine der besten Methoden auf diesem Pfad, die keiner von euch vernachlässigen darf, ist die, andere Menschen als Spiegel zu nutzen und sich auf sie einzulassen, um dadurch das Leben und innere Situationen zu doppeln. Man kann gar nicht genug betonen, wie effektiv eine solche Methode für die Arbeit mit anderen ist. Noch keiner von euch hat sie voll erforscht. Und sie hat noch viele ungemachte wertvolle Erfahrungen in sich. Nutzt andere Menschen als Spiegel, denn ganz gleich, wie sehr sie in ihre eigenen blinden Reflexe verstrickt sind, oft sind sie gerade deshalb gut für euch. Scheut solche Kontakte nicht.

Das kommende Jahr muss entscheidend sein für all die von euch, die beharrlich ihrer Selbstfindung nachgehen. Seid gesegnet. Empfangt die warme Kraft, die euch zufließt, euch umfängt und miteinbezieht. Seid in Frieden. Seid in Gott!

Übersetzung © Paul Czempin 1990, 1991, 1995, 1999, 2002  
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.