

Liebe, Macht, Gelassenheit als göttliche Eigenschaften und als Verzerrung

Grüße, liebe Freunde. Gott segne jeden von euch. Gesegnet sei diese Stunde.

Ich möchte drei göttliche Haupteigenschaften ansprechen: Liebe, Macht und Gelassenheit und deren Verzerrung. Beim gesunden Menschen arbeiten diese drei Prinzipien vollkommen harmonisch Hand in Hand, indem sie sich der jeweiligen Situation entsprechend abwechseln. Sie ergänzen und stärken einander. Sie sind beweglich, so dass keines dem anderen im Wege stehen oder mit ihm in Konflikt geraten kann.

In der verzerrten Persönlichkeit schließen sie sich jedoch gegenseitig aus, widersprechen einander und schaffen so Konflikte. Das kommt daher, weil unbewusst eine dieser Eigenschaften dazu ausersehen wurde, bei der Bewältigung des Lebens und seiner Probleme eine Hauptrolle zu spielen.

Ihr erinnert euch vielleicht, dass ich über Unterwürfigkeit, Aggressivität und Rückzug gesprochen habe. Sie sind die Verzerrungen von Liebe, Macht und Gelassenheit. Ich möchte nun im Einzelnen beschreiben, wie das in der Psyche wirkt, wie das als Lösung angesehen werden kann, und wie die dominierende Einstellung dogmatische, rigide Normen setzt, die dann ins idealisierte Selbstbild eingebaut werden.

Das Kind erfährt beides, eingebildete und wirkliche Enttäuschung, Hilflosigkeit und Ablehnung. Das schafft Unsicherheit und Mangel an Selbstvertrauen, was es überwinden möchte, doch unglücklicherweise oft auf falsche Weise. Um die Schwierigkeiten zu meistern, die wegen der falschen Lösungswege nicht nur in der Kindheit, sondern auch später aufkommen, verstrickt sich der Mensch immer mehr in einen Teufelskreis. Da er sich nicht bewusst ist, dass der gewählte "Lösungsweg" Probleme und Schwierigkeiten mit sich bringt, versucht er noch angestrongter, mit dem durchzukommen, was er als "Lösung" ansieht. Je weniger er dazu fähig ist, desto mehr zweifelt er an sich. Und je stärker, desto mehr verirrt er sich in die falsche.

Eine Pseudolösung ist Liebe. Das Gefühl besagt: "würde ich nur geliebt werden, wäre alles in Ordnung." Mit anderen Worten, Liebe wird als Lösung aller Probleme angesehen. Selbstverständlich stimmt das nicht, besonders wenn man die Art und Weise betrachtet, wie diese Liebe erfolgen soll, wenn derjenige in Wirklichkeit kaum imstande ist, Liebe zu empfangen. Um Liebe zu bekommen, bildet solch ein Mensch einige typische Züge und Muster inneren und äußeren Verhaltens und Reagierens und macht sich dadurch schwächer und hilfloser, als er wirklich ist. Er nimmt immer mehr selbstzerstörerische Eigenschaften an, die allein ihn vor Vernichtung zu retten scheinen. Er fügt sich den tatsächlichen oder

eingebildeten Forderungen anderer, kriecht und fleht bis zu dem Punkt, wo er seine Seele verkauft, um Bestätigung, Anteilnahme, Hilfe und Liebe zu bekommen. Unbewusst glaubt er, den einzigen Wert, den er im Leben sieht, zu verwirken, würde er sich, seine Wünsche und Bedürfnisse durchsetzen: Wie ein Kind umsorgt zu werden, nicht unbedingt finanziell, aber gefühlsmäßig. So beansprucht er künstlich und in letzter Konsequenz unehrlich eine Unzulänglichkeit, eine Hilflosigkeit, eine Unterwürfigkeit, die nicht echt ist. Er nutzt sie als Waffe und Mittel, um letztlich zu gewinnen und das Leben zu meistern.

Um diesen Fehler nicht bewusst werden zu lassen, werden diese Züge in sein Idealisiertes Selbstbild eingebaut. Er glaubt mit Erfolg, dass sie Zeichen seiner "Güte", seiner "Heiligkeit", seiner "Selbstlosigkeit" sind. Bringt er Opfer, um letztlich einen starken liebevollen Beschützer zu haben, ist er stolz auf seine Selbstlosigkeit. Er ist auf seine "Bescheidenheit" stolz, niemals Wissen, Vervollkommnung und Stärke zu beanspruchen. Er hofft, dadurch andere zu zwingen, ihm Liebe und Schutz zu gewähren. Diese Pseudolösung hat ganz viele Seiten. Sie müssen in der Arbeit sorgfältig aufgespürt werden. Es ist nicht leicht, sie zu entdecken, da sie tief verwurzelt sind. Sie scheinen Teil eures Wesens geworden zu sein. Überdies können sie oft durch scheinbar wirkliche Bedürfnisse rationalisiert werden. Nicht zuletzt werden sie immer von zuwiderlaufenden Aspekten anderer Pseudolösungen durchkreuzt, die auch immer vorhanden sind, wenn auch nicht ganz so beherrschend. Auf gleiche Weise werden die anderen Typen Aspekte dieser Unterwürfigkeit in ihrer Psyche finden. In welchem Ausmaß diese Pseudolösung vorherrscht, und in welchem ihr andere entgegenwirken, ist bei jedem einzelnen verschieden.

Bei wem die unterwürfige Haltung vorherrscht, der wird es etwas schwerer haben, den Stolz zu entdecken, der diesen Einstellungen eigen ist. Bei den anderen Typen liegt er ganz an der Oberfläche. Der Mensch mag stolz auf seinen Stolz, seine Aggressivität, seinen Zynismus sein. Aber sobald er es sieht, kann er sie nicht mehr mit "Liebe", "Bescheidenheit" oder anderen "heiligen" Einstellungen zudecken. Der unterwürfige Typ wird nicht umhin können, diese Züge scharf anzuschauen, um zu sehen, wie er sie idealisiert. Er mag eine Reaktion zurückhaltender Kritik und Verachtung für all jene entdecken, die sich selbst behaupten; nicht nur bei Aggressivität aus verzerrter Autorität, sondern sogar bei gesunder Selbstbehauptung. Gleichzeitig mag er auch das, was er noch verachtet und dem er sich in "spiritueller Entwicklung" oder "ethischen Normen" überlegen fühlt, bewundern und beneiden. Er mag sehnsüchtig denken oder sagen, "könnte ich doch nur so sein, dann würde ich im Leben viel weiter kommen". Aber indem er so denkt, betont er seine eigene "Güte", die ihn daran hindert, das zu haben, was "weniger gute" Menschen erreichen. So empfindet er Stolz auf sein aufopferndes Martyrium. Nur ehrliche Einsicht in die Natur dieser Motive wird den grundlegenden Egoismus und die Ich-Bezogenheit offenlegen, die in dieser wie in den anderen Haltungen steckt. Stolz, Heuchelei und Verstellung haben sie alle, wenn sie in das idealisierte Selbstbild eingebaut werden. Der unterwürfige Typ wird es schwer haben, den Stolz zu finden, während es dem aggressiven Typ schwer fallen wird, die Verstellung

zu finden. Denn er gibt vor, ehrlich zu sein, wenn er rücksichtslos und zynisch und auf seinen eigenen Vorteil bedacht ist.

Für das Kind hat das Bedürfnis nach beschützender Liebe einen gewissen Wert, wird aber diese Einstellung als Erwachsener beibehalten, verliert er sich. In dieser Suche nach Liebe steckt, neben dem Flehen nach höchstem Genuss, das Element, "ich muss geliebt werden, um an meinen eigenen Wert glauben zu können. Erst dann kann ich wiederlieben." Letzten Endes ist dieser Wunsch egoistisch und einseitig, und die Auswirkungen dieser Einstellung insgesamt wiegen schwer.

In erster Linie macht das Bedürfnis nach solcher Liebe und Abhängigkeit den Menschen wirklich hilflos. Er entwickelt nicht die Fähigkeit, auf eigenen Füßen zu stehen, sondern nutzt statt dessen seine gesamte psychische Kraft dazu, dieses sein Ideal zu leben, um so andere zu zwingen, sich seinen Bedürfnissen zu fügen. Mit anderen Worten, er fügt sich, damit andere sich ihm fügen; er unterwirft sich, um zu herrschen, obwohl sich das immer in sanfter und schwacher Hilflosigkeit manifestiert.

Kein Wunder, dass ein Mensch, der in diese Einstellung verstrickt ist, sich seinem wahren Selbst entfremdet. Es muss abgelehnt werden, denn sein Behaupten scheint unverschämt und aggressiv. Das muss um jeden Preis vermieden werden. Die Schmach aber, die solche Selbstverleugnung für den Einzelnen bedeutet, findet seine Wirkung in Verachtung und Missbilligung sich selber gegenüber. Da das schmerzhaft ist, abgesehen davon, dass es im Widerspruch zum ideellen Selbstbild steht, das als höchste Tugend die Selbstausslöschung empfiehlt, muss es auf andere projiziert werden. Solche Empfindungen, Verachtung und Groll, widersprechen wiederum den Normen des ideellen Selbstbildes, folglich müssen sie versteckt werden. Dieses doppelte Versteckspiel bewirkt eine Umkehrung und hat ernste Rückschläge für die Persönlichkeit zur Folge, auch in Form körperlicher Symptome. Ärger, Zorn, Scham, Enttäuschung, Selbstverachtung und Selbsthass entstehen aus zwei Gründen: Erstens, weil ein solcher Mensch sein wahres Selbst verleugnet und sich der Schmach für die Behinderung, er selbst zu sein, stellen muss. Er glaubt dann, die Welt hindere ihn daran, sie missbrauche ihn und ziehe Vorteil aus seiner "Güte". Das ist Projektion. Zweitens, weil er nicht fähig ist, den Vorschriften seines idealisierten Selbstbildes nachzukommen, nämlich nie abzulehnen, zu verachten, zu missbilligen oder zu beschuldigen, bei anderen Fehler zu finden, usw. also im Ergebnis nicht so "gut" zu sein, wie er sein sollte.

Das ist in groben Zügen das Bild eines Menschen, der sich die "Liebe" mit all ihren Unterteilungen von Mitgefühl, Verstehen, Vergeben, Einheit, Verständigung, Brüderlichkeit, Opfer als eine rigide, einseitige Lösung gewählt hat. Das ist eine Verzerrung der göttlichen Eigenschaft. Das idealisierte Selbstbild dieses Typs wird entsprechende Normen und Vorschriften haben. Ein solcher Mensch muss immer im Hintergrund bleiben, darf sich nie behaupten, muss immer nachgeben, nie Fehler bei anderen finden, jeden lieben, nie seinen eigenen Wert und seine Fähigkeiten anerkennen usw. Oberflächlich sieht es tatsächlich so

aus, als trüge er einen Heiligenschein; aber, meine Freunde, es ist nichts als eine Karikatur wahrer Liebe, des Verstehens, des Mitgefühls usw. Das Gift der Motive darunter verzerrt und zerstört, was wirklich echt sein könnte.

In der zweiten Kategorie finden wir den Machtsucher. Dieser Mensch glaubt, Macht und Unabhängigkeit werde all seine Probleme lösen. Dieser Typ kann wie der andere in vielen Variationen und Unterteilungen auftreten. Er kann einer oder beiden anderen Einstellungen über- oder untergeordnet sein. Das heranwachsende Kind glaubt hier, der einzige Weg, sicher zu sein, sei der, so stark, unverletzlich, unabhängig und gefühllos zu werden, dass nichts und niemand es berühren kann. So geht es dazu über, alle menschlichen Empfindungen zu verdrängen. Kommen sie trotzdem zum Vorschein, schämt es sich zutiefst darüber und betrachtet es als Schwäche, ungeachtet, ob es sich dabei um wirkliche oder eingebildete handelt. Liebe und Güte werden auch als Schwäche und Heuchelei angesehen, nicht nur in ihrer verzerrten Form wie beim unterwürfigen Typ, sondern auch in der realen und gesunden Form Wärme, Zuneigung, Verständigungsbereitschaft und Selbstlosigkeit: All das ist verächtlich, und immer, wenn ein derartiger Impuls im Innern vermutet wird, fühlt sich der Mensch, ebenso wie der unterwürfige Typ, über seine Verstimmung und selbstbestimmten Qualitäten, die darunter schwelen, zutiefst beschämt.

Es gibt viele Möglichkeiten und Bereiche im Leben und der Persönlichkeit, in denen sich dieser Hang zu Macht und Aggressivität offenbaren kann. Das mag sich hauptsächlich auf Fertigkeiten beziehen. Wem dieser Hang eigen ist, wird mit allen wetteifern und versuchen, besser zu sein. Jede Konkurrenz wird als Verletzung seiner herausragenden Position empfunden, die er bei seiner persönlichen Lösung braucht, oder es ist eine allgemeinere und weniger festgelegte Einstellung in seinen menschlichen Beziehungen. Er pflegt künstlich eine Zähigkeit, die genauso wenig real ist wie die sanfte Hilflosigkeit des unterwürfigen Typs. Darin ist er ebenso unehrlich und heuchlerisch, weil auch er menschliche Wärme und Zuneigung braucht. Und er leidet auch unter seiner Isolation. Indem er das nicht zugibt, ist er ebenso unehrlich wie die anderen Typen. Sein idealisiertes Selbstbild diktiert im Hinblick auf Unabhängigkeit und Macht Normen gottähnlicher Vollkommenheit. Er glaubt, er brauche niemanden und sei völlig autonom. Und im Gegensatz zu anderen Menschen brauche er keine Liebe, Freundschaft, Hilfe. Der Stolz in diesem Bild ist offensichtlich, aber die Unehrlichkeit wird weniger leicht zu entdecken sein, da solch ein Typ sich hinter der Rationalisierung versteckt, wie heuchlerisch der "ach so gute Typ" sei.

Weil dieses idealisierte Selbstbild gegenüber Gefühlen und menschlichen Empfindungen Macht und Unabhängigkeit verlangt, wie sie ein Mensch unmöglich haben kann, ist dies ständig ein Beweis dafür, dass er seinem idealisierten Selbst nicht gerecht werden kann. Dadurch verfällt er in Depressionen und Selbstverachtung, was er wieder auf andere projizieren muss, um sich des Schmerzes solcher Selbstkasteiung nicht bewusst werden zu müssen. Die Unfähigkeit, sein idealisiertes Selbst leben zu können, hat immer diese Wirkung. Wenn ihr jede Vorschrift des idealisierten Selbst von nahem besieht, werdet ihr in der einen

oder anderen Form immer Omnipotenz darin finden. Aber diese Gefühlsreaktionen sind so subtil und illusionär, so verborgen hinter rationalem Wissen, dass es einer sehr sorgfältigen Betrachtung bedarf, um ein Bewusstsein darüber zu erlangen. Nur die Arbeit, die ihr macht, kann euch zeigen, auf welche Weise irgendeine dieser Einstellungen in euch existiert. Natürlich ist es viel leichter, diese Einstellungen in einem Typ zu entdecken, bei dem eine Richtung dominiert. In den meisten Fällen aber sind die Einstellungen vermischt, versteckt und widersprechen einander, sind deshalb nur schwer zu orten.

Ein weiteres Symptom des aggressiven Typs, der glaubt, Macht sei die Lösung für ihn, ist die künstlich gepflegte Sicht: "Wie schlecht doch die Welt und die Menschen wirklich sind." Denn dafür wird er viel Bestätigung bekommen. Aber er brüstet sich seiner "Objektivität", seiner fehlenden Leichtgläubigkeit, als Grund dafür, niemand zu mögen. Es ist Bestandteil seiner Vorschriften, nicht lieben zu müssen. Wenn er es täte, oder wenn zu Zeiten seine wahre Natur zum Vorschein käme, wäre das eine schwere Verletzung seines idealisierten Selbstbildes, und er schämt sich dafür. Umgekehrt brüstet sich der unterwürfige Typ, jeden zu lieben, alle anderen Menschen als gut zu betrachten, denn das ist es, was er braucht, um seiner unterwürfigen Haltung zu entsprechen. In Wirklichkeit kümmert es ihn gar nicht, ob andere gut oder schlecht sind, so lange sie ihn nur lieben, schätzen, anerkennen und beschützen. Alle Einschätzung anderer dreht sich darum; dabei ist es nicht wichtig, wie gut das "erklärt" werden kann. Da jeder reale Tugenden und Fehler hat, kann ein jeder seiner vorherrschenden Einstellung gemäß von anderen ausgewählt werden.

Wer Macht will, darf niemals versagen. Im Gegensatz zum unterwürfigen Typ, der sich seines Versagens brüstet, somit seine Hilflosigkeit beweist und dadurch andere zwingt, ihn zu lieben und zu beschützen, brüstet sich der Machtsucher, nie zu versagen. (Es mag Bereiche im Menschen geben, wo Versagen erlaubt und zugelassen ist, weil dort Unterwürfigkeit die vorherrschende Haltung ist; genauso kann der unterwürfige Typ Bereiche haben, wo er die Lösung in der Macht sucht.) Beide sind gleich starr, unwirklich und nicht zu realisieren. Daher ist jede dieser "Lösungen", soweit es das Selbst betrifft, eine stete Quelle von Schmerz und Desillusionierung und bringt deshalb einen steigenden Mangel an Selbstrespekt mit sich.

Wie ich vorher andeutete, besteht immer eine Mischung aller dieser "Lösungen" im Menschen, wenn auch eine vorherrschen kann. Deshalb kann der Mensch seinen eigenen Vorschriften nicht gerecht werden. Selbst wenn es möglich wäre, nie zu versagen, jeden zu lieben oder völlig unabhängig zu sein, muss ihm das ganz und gar unmöglich werden, wenn ihm sein idealisiertes Selbstbild abverlangt, alle zu lieben, von ihnen geliebt zu werden und sie gleichzeitig zu erobern. Ein solches Ziel macht es nötig, dass er aggressiv und oft rücksichtslos ist. Ein idealisiertes Selbstbild kann von einem Menschen gleichzeitig fordern, immer selbstlos zu sein, um so Liebe zu gewinnen, und immer selbstsüchtig, um Macht zu erringen, sowie völlig gleichgültig und fern allen menschlichen Regungen zu sein, um nicht gestört zu werden. Könnt ihr euch vorstellen, was für ein Konflikt das in der Seele

bedeutet? Wie zerrissen muss sie sein! Was der Mensch auch immer tut, es ist falsch und erzeugt Schuld, Scham, Unzulänglichkeit, daher Enttäuschung und Selbstverachtung.

Schauen wir nun die dritte Eigenschaft an, Gelassenheit, die als Lösungsweg erwählt und dadurch verzerrt ist. Ein Mensch kann anfangs zwischen den ersten beiden Aspekten so zerrissen sein, dass er von seinen inneren Problemen und damit vom Leben als solchem den Ausweg im Rückzug oder falscher Gelassenheit sucht. Zwar ist er darunter noch immer zerrissen, nur ist er sich dessen nicht bewusst. Er hat eine solch starke Fassade falscher Gelassenheit aufgebaut, dass er sich, so lange es die Lebensumstände erlauben, wirklich für gelassen hält. Berühren ihn aber die Stürme des Lebens, kommen die Auswirkungen des tobenden Konfliktes darunter letztlich zum Ausbruch, wird sich zeigen, wie falsch diese Gelassenheit war, und es wird sich bestätigen, dass sie in der Tat auf Sand gebaut war.

Der Rückzugs- und der Machttyp scheinen etwas gemeinsam zu haben, und das ist die Ferne von Gefühlen und Regungen, die Unverbundenheit zu anderen, ein starker Hang zu Unabhängigkeit. Wie sehr die gefühlsmäßigen Motive darunter einander auch ähneln mögen, Angst, verletzt und enttäuscht zu werden, von anderen abhängig zu sein und sich dadurch unsicher zu fühlen, die Vorschriften des idealisierten Selbstbildes dieser beiden Typen sind sehr verschieden. Der Machtsucher ist stolz auf seine Feindseligkeit und seinen aggressiven Kampfgeist. Der Rückzugstyp ist sich solcher Gefühle völlig unbewusst, und immer wenn sie ans Licht kommen, ist er schockiert darüber, denn sie verletzen seine Vorschriften. Und die besagen: Er betrachtet alle menschlichen Wesen gütig und unvoreingenommen und kennt ihre schwachen und guten Seiten, ohne dadurch gestört oder berührt zu sein. In der Tat, träfe es zu, wäre das Gelassenheit. Kein Mensch aber kommt je so weit. Deshalb sind solche Vorschriften einfach unrealistisch und nicht zu verwirklichen. Auch sie beinhalten Stolz und Heuchelei; Stolz, weil der Mensch in seiner Unvoreingenommenheit, Gerechtigkeit und Sachlichkeit gar nicht so gottähnlich ist. In Wirklichkeit kann sein Blick genauso von dem, was andere über ihn denken, getrübt sein wie etwa beim unterwürfigen Typ. Aber er ist zu stolz zuzugeben, ihn könne solch menschliche Schwäche rühren. Er wähnt sich darüber erhaben. Aber da das keineswegs wahr ist, denn er ist ebenso abhängig von anderen wie die beiden anderen Typen, ist er genauso unehrlich. Und da es nicht wahr ist, nie wahr sein kann, solange er Mensch ist, kann er den Nonnen und Vorschriften seines idealisierten Selbstbildes nicht gerecht werden, was ihn genauso mit Verachtung gegen sich selbst erfüllt, ihn genauso schuldig und enttäuscht macht, wie die anderen beiden Typen, wenn sie hinter ihren Normen zurück bleiben.

Diese drei Haupttypen wurden hier kurz und sehr allgemein dargestellt. Selbstverständlich gibt es davon viele Variationen. Die Tyrannei des idealisierten Selbstbildes wird sich entsprechend der Stärke, Intensität und Verteilung dieser "Lösungen" zeigen. All das muss in der Einzelarbeit herausgefunden werden. Es sollte dabei nie vergessen werden, dass eine solche Einstellung im Menschen kaum je vollständig und allumfassend sein kann. Mit anderen Worten, bis zu einem gewissen Grade mag sie in bestimmten Gebieten oder Ausschnit-

ten des Lebens und der Persönlichkeit gegenwärtig sein, in anderen weniger, in wieder anderen überhaupt nicht. Der wichtigste Teil dieser Arbeit besteht darin, diese Empfindungen zu fühlen, sie wirklich zu erfahren. Es ist nicht möglich, das idealisierte Selbstbild, das ein Hemmnis für das Leben darstellt, durch bloßes Betrachten und intellektuell unvoreingenommenes Beobachten dessen, was in euch ist, loszuwerden. Ihr müsst euch all dieser oft widersprüchlichen Züge deutlich bewusst werden, und das wird schmerzhaft sein. Dieser Schmerz, der immer in euch, aber versteckt war, und gegen den ihr euch "geschätzt" habt, indem ihr ihn anderen, dem Leben oder dem Schicksal aufgeladen habt, diesen Schmerz werdet ihr bewusst erfahren, was für euch unbedingt notwendig ist, um damit zu arbeiten. Auf den ersten Blick wird das wie ein Rückfall aussehen. Ihr werdet glauben, schlechter zu sein als vor Beginn dieser Arbeit. Aber das stimmt nicht. Gerade dieser Fortschritt ermöglichte es den bisher verborgenen Empfindungen, bewusst zu werden, so dass ihr sie wirklich für die Analyse benutzen könnt. Ansonsten wäre es euch unmöglich, den Überbau eurer Tyrannei, eures idealisierten Selbstbildes mit all dem überflüssigen Schaden, den es euch zufügt, aufzulösen. Ihr seid durch eure Gefühlsreaktionen, die euch zur Gewohnheit geworden sind, und in die ihr so verstrickt seid, so sehr bestimmt, dass ihr das, was euch vor Augen liegt, nicht sehen könnt. Ihr schaut über die scheinbar unwichtigen Gefühlsreaktionen auf bestimmte Situationen hinweg, einfach weil sie Teil von euch geworden sind, während ihr nach neuen und verborgenen Erkenntnissen Ausschau haltet. Aber diese vorliegenden Gefühlsreaktionen werden euch den Schlüssel liefern, sobald eure Aufmerksamkeit auf sie gerichtet ist. Das wäre unmöglich, wenn ihr nicht gestört wärt. Deshalb muss die Störung offen werden, und das ist der Augenblick, wo ihr mit ihr ins Reine kommen könnt.

So, meine Freunde, fangt an, eure Empfindungen in diesem Lichte zu besehen. Ihr werdet dann erkennen, dass es euer ideelles Selbstbild ist, das unmögliche Forderungen an euch stellt und nicht Gott, das Leben oder gar andere Menschen. Darüber hinaus werdet ihr erkennen, dass ihr wegen der Forderungen, die ihr aus ihm herleitet, andere Menschen braucht, um euch zu helfen, diese Forderungen durchzusetzen. Unbewusst fordert ihr daher von anderen, was sie nicht geben können. Trotz eures Strebens nach Unabhängigkeit vom aggressiven oder dem zurückgezogenen Typ seid ihr viel abhängiger als nötig.

Ihr müsst auch Ursache und Wirkung dieser Bedingungen finden. Ihr werdet euer Leben, vergangene und jetzige Schwierigkeiten, mit neuen Augen betrachten und begreifen, dass viele, wenn nicht alle diese Schwierigkeiten eurer "Lösung" entspringen.

Intellektuell zu begreifen, dass ihr euer wahres Selbst umso weniger offenbaren könnt, je mehr ihr in eure Pseudolösungen verwickelt seid, reicht nicht. Es ist nötig, dass ihr es erfahrt. Das muss geschehen, wenn ihr euren Empfindungen erlaubt, zum Vorschein zu kommen, und mit ihnen arbeitet. Dann, und nur dann, werdet ihr anfangen, den echten Wert eures wahren Selbst zu spüren. Und nur dann wird es euch möglich, den falschen Wert eures idealisierten loszulassen. Es ist also ein wechselseitiger Prozess: Indem ihr euch

gestattet, die falschen Werte zu sehen, wie schmerzhaft das auch sein mag, werden eure wahren Werte allmählich hervortreten, so dass ihr die falschen nicht länger braucht. Da euch das idealisierte Selbst dem wirklichen entfremdet, seid ihr euch eurer wahren Werte ganz unbewusst. Ihr konzentriert euch (unbewusst) euer ganzes Leben lang auf diese falschen; entweder sind es Werte, die euch fehlen, aber von denen ihr glaubt, sie haben zu müssen, und die ihr euch und anderen gegenüber zu haben vorgebt. Oder ihr konzentriert euch auf solche, die möglicherweise da sind, aber bisher noch nicht entwickelt sind, so dass sie zu Recht Werte genannt werden können. Weil euer idealisiertes Selbstbild nicht zugibt, dass sie noch der Entwicklung bedürfen, entwickelt ihr sie nicht, sondern beansprucht sie, als ob sie schon ausgereift wären. Weil ihr all euer Bemühen auf diese falschen Werte verwendet, seht ihr die wahren nicht. Und deshalb habt ihr Angst, die falschen loszulassen, weil ihr dann nichts zu haben scheint. Von daher zählen eure wahren Werte nicht. Sie sind einfach nicht vorhanden, entweder weil sie den Forderungen eures idealisierten Selbstbildes widersprechen, oder weil alles, was natürlich und mühelos kommt, nicht als etwas reales erscheint.

Ihr seid so darauf aus, das Unmögliche zu wollen, dass es euch gar nicht in den Sinn kommt, dass das wirklich Wertvolle, was bereits da ist, keiner Mühe bedarf. Aber ihr nutzt diese Werte nicht, sie liegen häufig brach. Das ist jammerschade, Freunde, denn ihr errichtet dann euer idealisiertes Selbstbild, wie ich letzthin aufzeigte, da ihr an eure wirkliche Bedeutung, euren wahren Wert nicht glaubt. Und weil ihr es aufbaut und versucht, es zu leben, könnt ihr nicht sehen, was wirklich in euch wert ist, anerkannt zu werden und daran zu glauben. Diesen ganzen Prozess abzuwickeln, ist zuerst schmerzhaft, da die Empfindungen von Angst, Enttäuschung, Schuld, Scham usw. wirklich erfahren werden müssen. Aber wenn ihr mutig voranschreitet, werdet ihr alles mit ganz anderen Augen betrachten. Zu guter Letzt werdet ihr dann euer wahres Selbst das erste Mal sehen. Ihr werdet seine Beschränkungen erkennen. Anfangs wird es ein Schock sein, sie annehmen zu müssen, die vom ideellen Selbst so weit entfernt sind. Aber wenn ihr lernt, es zu tun, werdet ihr Werte zu sehen anfangen, die ihr nie wirklich gesehen habt, oder deren ihr euch nie bewusst wart. Ein Gefühl der Stärke und des Selbstvertrauens wird euch veranlassen, das Leben und euch selber ganz klar und ganz anders zu sehen.

Dieser Prozess vollzieht sich ganz allmählich. Er stärkt echte Unabhängigkeit, nicht die falsche; und für euer eigenes Wertgefühl wird es nicht wichtig sein, darin von anderen angenommen zu werden. Bisher ist euch die Wertschätzung anderer nur deshalb so wichtig, weil ihr euch selber nicht achtet, so dass sie zum Ersatz wird. Aber wenn ihr anfangt, euch zu vertrauen und zu mögen, wird das, was andere über euch denken, nur noch halb soviel interessieren. Ihr werdet sicher in euch ruhen und es nicht länger nötig haben, falsche Werte auf Stolz und Verstellung zu stützen. Ihr werdet euch nicht länger auf ein idealisiertes Selbst verlassen, auf das man sich wirklich nicht verlassen kann, und was euch deshalb schwächt. Die Freiheit, diese Last abzuwerfen, kann man mit Worten gar nicht beschreiben.

Aber, Freunde, der Prozess ist langsam und vollzieht sich nicht über Nacht. Er kommt durch ständige Selbstsuche und Analyse eurer Probleme, Einstellungen und Empfindungen. Geht ihr weiter diesen Weg, wird sich das wahre Selbst mit seinen echten Werten und Fähigkeiten in einem Prozess inneren, natürlichen Wachstums entfalten. Dann wird eure Individualität immer stärker werden. Euer intuitives Wesen wird sich ungehindert und mit aller natürlichen und verlässlichen Spontaneität offenbaren. Das wird euer Leben zum Besten wenden, nicht ohne Fehler, nicht frei von jeglichem Versagen, aber das wird auf völlig andere Weise als bisher passieren. Ihr werdet zunehmend die göttlichen Eigenschaften von Liebe, Macht und Gelassenheit im Gegensatz zur verzerrten Weise gesund miteinander mischen.

Liebe wird nicht Mittel zum Zweck sein. Sie wird kein Bedürfnis dafür sein, euch vor Vernichtung zu retten. Sie wird daher aufhören, egoistisch zu sein. Eure eigene Liebesfähigkeit kombiniert dann Macht und Gelassenheit. Oder anders ausgedrückt, ihr werdet euch mit Liebe, Verständnis und gesunder wechselseitiger Abhängigkeit miteinander austauschen, aber dabei wirklich unabhängig sein, weil Liebe, Macht und Gelassenheit nicht dafür erhalten müssen, euch die fehlende Selbstachtung zu ersetzen. Es wird die echte, nicht die egoistische Liebe sein, die auf gesunde Macht einwirkt; und es ist keine Macht aus Stolz und Trotz, oder um über andere zu triumphieren, sondern die, Herr über euch selbst und eure Schwierigkeiten zu sein, ohne jemandem etwas beweisen zu müssen. Wollt Ihr Meisterschaft durch Verfälschung der Macht erringen, so tut ihr das, um eure Überlegenheit zu beweisen. Wollt ihr sie aber durch gesunde Macht gewinnen, dann um zu wachsen. In dem einen oder anderen Bereich nicht Herr sein zu können, wird für euch dann nicht die Bedrohung darstellen, wie sie es euch scheint, wenn ihr euch in der Verzerrung befindet. Euer Wert wird in euren eigenen Augen nicht herabgesetzt sein und damit auch nicht in den anderer. Ihr werdet wirklich mit jeder Lebenserfahrung wachsen. Ihr werdet lernen und euch vervollständigen. Deshalb werdet ihr reale Macht haben, nicht jene falsche. Es wird keinen verzerrten Ehrgeiz, keinen Zwang, keine Eile geben.

Gesunde Gelassenheit wird euch nicht vor Empfindungen und Erfahrungen, dem Leben und euren eigenen Konflikten verstecken lassen; Liebe und Macht in ihren gesunden Formen wird euch eine gesunde Gelöstheit von euch selbst geben, so dass ihr im Ergebnis wirklich objektiver werdet. Wahre Gelassenheit vermeidet nicht Erfahrung und Empfindungen, was im Moment schmerzhaft sein kann, vielmehr könnt ihr einen wichtigen Schlüssel erringen, wenn ihr den Mut aufbringt, sie zu durchleben und herauszufinden, was dahinter liegt. Liebe, Macht, Gelassenheit können also Hand in Hand leben. In der Tat ergänzen sie sich, wenn sie gesund sind. Aber verzerrt können sie den größten Krieg in euch auslösen.

FRAGE: Wenn das Kind durch einen Wutanfall Liebe erzwingt, und der Erwachsene wiederholt später dieses Muster, nicht unbedingt äußerlich, aber wohl innerlich, wäre das auch ein Ergebnis dieser "Lösung" der Macht?

ANTWORT: So genau kann man das nicht bestimmen. Alle Verallgemeinerungen können gewöhnlich irreführen. Jeder Fall liegt anders. In dem einen mag es tatsächlich so sein. Der Machttrieb ist gehemmt, weil das idealisierte Selbst eines Menschen von ihm fordert, immer seinen Willen zu bekommen. Aber es kann auch im unterwürfigen Typ vorhanden sein, der die Liebe als Lösung all seiner Probleme braucht. Er ist so überzeugt, dass das die Lösung sei und ist so abhängig davon, dass er, gehorchen andere diesem Befehl nicht, empört ist. Wut und Selbstverachtung sind so stark, dass sie veräußert und auf andere projiziert werden müssen. Das wiederum erzeugt Schuld, weil es gegen die Vorschriften des idealisierten Selbst verstößt, nie auf jemand anderen böse sein zu dürfen.

Es kann sich auch um eine Kombination bei der Suche nach Macht und nach Liebe handeln. Diese beiden Einstellungen bekriegen einander ständig. Einerseits ist das Bedürfnis nach Liebe ganz stark, aber andererseits ist da die Überlegenheit des Machttyps, der sich durch diese Abhängigkeit besonders gedemütigt und bloßgestellt fühlt, der ebenso den Eindruck von Unverletzlichkeit machen möchte, wie er sich nach Liebe verzehrt.

Es kann also eine Mischung sein. Jeder Mensch muss das für sich individuell herausfinden. Es muss auf die eigene Person bezogen sein, nicht nur was die Kindheitssituation anbelangt, als diese "Lösungen" unbewusst errichtet wurden, sondern auch in der jetzigen Lebenslage und den jetzigen Problemen. Er muss herausfinden, wie in einer Situation ein Zug vorherrschender sein kann und unter anderen Umständen ein anderer.

FRAGE: Du hast uns gezeigt, wie sich die Verzerrung dieser Eigenschaften zeigt und auch, wie sie auf gesunde Weise Hand in Hand arbeiten. Darüber hinaus aber fühle ich, dass sie auf göttliche Weise nicht nur zusammen gehen, sondern tatsächlich Nebenprodukte voneinander sind. Liebe in Form von Stärke und Stärke, die durch Liebe kommt, und beides zusammen erzeugt Gelassenheit. Meine Frage also: Gibt es seinerseits eine Verzerrung dieser Vereinheitlichung, wo man glaubt, man könne sie kombinieren, macht das aber auf verzerrte Weise?

ANTWORT: Hier wiederum gibt es eine widersprüchliche Einstellung. Einerseits mag der Mensch manchmal glauben, dies könne kombiniert sein. Und bei dieser Arbeit werdet ihr finden, dass ein Mensch ohne weiteres sagt, "aber warum nicht? Warum kann ich nicht das und zugleich auch jenes haben?" Nur bei näherer Betrachtung wird sich zeigen, dass sich das gegenseitig ausschließt, einfach weil es verzerrt ist. Innerlich ist also der Mensch natürlich irgendwie überzeugt, es könne kombiniert werden. Und das würde auch stimmen, wenn es auf gesunde Weise wäre, aber auf ungesunde ist es unmöglich. Durch Erkennen von Ursache und Wirkung jedes dieser Züge werdet ihr in eurer Arbeit genau sehen, warum und wie zwei Züge einander entgegenstellen.

Es stimmt auch, dass der Mensch, da dies alles unbewusst ist, häufig zugleich überzeugt ist, es könne nicht kombiniert werden. Deshalb verachtet er sich, wenn er unterwürfig ist, da er

andererseits stolz, zurückhaltend und unabhängig sein sollte. Er sieht nicht, dass er nachgiebig sein und sich gleichzeitig eine gesunde Unabhängigkeit bewahren könnte. So funktioniert das in beiden Richtungen. Einerseits verachtet er sich, die beiden Eigenschaften nicht miteinander zu kombinieren, andererseits verzweifelt er, weil er unbewusst glaubt, er sollte sich für die eine oder andere Seite entscheiden und kann es doch nicht.

FRAGE: Ich überlege, könnte ein verfälschter Versuch der Vereinheitlichung sich im Glauben maskieren, man sei flexibel, und sein Urteil sei immer richtig?

ANTWORT: Ja, in der Tat, das geschieht oft.

FRAGE: Könntest du uns einen Einblick in die Gründe für zwanghaftes Handeln geben? Was insbesondere ist die allgemeine Gefühlsgrundlage für zwanghaftes Kaufen und Essen? Und wie kann man das bekämpfen?

ANTWORT: Der einzige Weg, das zu bekämpfen, ist der, in diese Arbeit einzusteigen und die Gründe darunter herauszufinden. Es muss einen ganz persönlichen, besonderen Grund dafür geben, den man herausfinden muss. Versucht man, das mit Disziplin zu unterbinden, ist das Beste, was man erreichen kann, die Beseitigung des Symptoms, währenddessen sich andere entwickeln und noch größere Angst heraufbeschwören.

Warum diese Zwänge existieren, lässt sich wieder nicht verallgemeinern. Aber so weit, wie das möglich ist, kann man sagen: Jeder Zwang kommt aus einer unbewussten Schlussfolgerung, dass man etwas haben, etwas erreichen oder bekommen muss. Mit der Zeit, wenn das in die äußere Persönlichkeit durchdringt, kann das eigentliche Ziel durch ein Ersatz verdrängt sein. Zum Beispiel schreibt das idealisierte Selbstbild vor, man müsse auf gewisse Weise leben oder etwas erreichen, aber der Mensch ist dazu nicht fähig. Dann ist er gezwungen, sich anders Erleichterung zu suchen. Er ist über seine eigene Unfähigkeit, so zu leben, wie er glaubt, dass er es müsse und erreichen könne, so enttäuscht, dass er das ersetzen muss. Ein Zwang, Dinge zu kaufen, wird er auf seinen symbolischen Gehalt hin analysiert, wird erweisen, dass er Gewinnstreben darstellt. Dies kann aus einer Verzerrung der Macht, haben und besitzen zu wollen, rühren. Es kann auch aus einer Verzerrung der Liebe kommen - "kann ich keine Liebe bekommen, will ich statt dessen andere Dinge haben." Der Essenszwang kann ähnliche Ursachen haben. Er kann auch ein Ersatz für die Enttäuschung sein, nicht genießen zu können, was man sich ersehnt. Dieser Wunsch nach Genuss ist Folge falscher Versuche, das Leben zu lösen. Wenn die Wirkungen dieser Versuche und verzerrten Einstellungen ausreichend analysiert sind, wird man herausfinden, dass sie genau die Dinge, die man sich gewünscht hat, verhindert haben. Sobald das eingesehen ist, wird sich der Ersatz mit seinem zwanghaftem Wesen in dem Maße abschwächen, wie man die innere Ursache und Wirkung versteht.

Selbst wenn die allgemeine Erklärung und die Beispiele, die ich hier aufzeige, auf jemanden zutreffen sollten, wird das keine große Hilfe sein. Er muss es selber herausfinden und diese Erkenntnisse vielleicht zuerst erfahren, als ob sie sich völlig von der hier aufgeführten Erklärung unterscheiden. Nur dann wird sich das als wohltätig erweisen.

FRAGE: Was ist die psychologische Erklärung für Drogenabhängigkeit?

ANTWORT: Wieder kann ich nicht über eine allgemeine Erklärung hinausgehen. Jeder Fall liegt anders. Alles, was ich sagen kann, ist, dass es recht schwer ist, das Leben zu meistern, nicht weil das Leben so schwierig ist, sondern weil die inneren Probleme den Menschen zerreißen, wodurch die Selbstentfremdung ständig wächst und die Realität daher nicht nur immer hässlicher, sondern auch immer unähnlicher wird. Der Schmerz der Illusion wird unerträglich. All das schafft Schritte weiterer wohlerwogener Flucht wie Drogenabhängigkeit, Alkoholismus, Psychosen oder andere Mittel. Sucht ist oft auch durch ein starkes Verlangen nach Liebe, nach Genuss und Ekstase motiviert. Es gibt also noch einen anderen dieser Teufelskreise: Je mehr man sich dem wahren Selbst entfremdet, desto weniger Genuss ist möglich, und deshalb wird das Verlangen danach umso größer. Dann sucht man sich als Ersatz in der Sucht eine Abkürzung.

FRAGE: Wir sind von Gedankenformen unterschiedlicher Qualität und Stärke umgeben. Welche Wechselwirkung haben sie mit verschiedenen Selbsten?

ANTWORT: Negative, verfälschte Denk- oder Gefühlsformen, die andere ausstrahlen, werden die entsprechenden Ebenen, die ebenfalls Verzerrungen bergen, beeinflussen. Solche vom wahren Selbst ausgestrahlten Formen berühren das Selbst anderer. Ihr seid unter keinen Umständen die Beute verzerrter Formen anderer, weil euch, wenn ihr ernsthaft in euch sucht, solche Auswirkungen dabei helfen werden, eure eigenen Verzerrungen ans Licht zu bringen, so dass ihr für sie bewusst werden könnt, um mit ihnen umgehen zu lernen, die Probleme darunter zu lösen.

Was die Auswirkungen eurer eigenen Gedanken- und Gefühlsformen auf euch selbst angeht, wäre es verfehlt zu sagen, sie würden euch die Härten bescheren. Sie sind Folge eurer eigenen Konflikte und falschen Lösungen, die ihr sucht. Dass diese Lösungen entsprechende Formen erzeugen, ist ein Abfallprodukt. Glaubt nicht, die Gedankenformen seien es, die stören. Sie sind einfach nur vorhanden. Die reale Störung rührt aus der falschen Einstellung. Eure verzerrten Gedankenformen oder die anderer können nur die Probleme darunter zum Vorschein bringen - und das ist gut so.

Ich segne euch alle. Mögen euch diese Worte wieder Nahrung sein, nicht allein für weitere Gedanken, sondern für Einsicht und Verstehen. Mögt ihr daher einen weiteren Schritt hin zum Licht und zur Freiheit machen: Zu Licht und Freiheit, die euer sein könnte, wenn Tyrannei und Stolz eures ideellen Selbstbildes durch diese Arbeit geschwächt würden. Geht

weiter auf eurem Weg des Glücks. Erlangt immer mehr Kraft und lässt Segen und Liebe euch helfen und stärken. Seid gesegnet, meine Lieben. Lebt in Frieden. Seid mit Gott!

Übersetzung: Paul Czempin 1987, 1991, 1998

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.