

Spannung als Hindernis für die Selbstverwirklichung

Grüße, meine liebsten Freunde. Der Göttliche Segen, der die Lufthülle durchzieht und in und um euch herum ist, stellt, wenn ihr offen und empfänglich für ihn seid, eine für euch verfügbare machtvolle Kraft dar.

Selbstverwirklichung bedeutet, dass der Mensch sich dieser universellen, kosmischen Kraft bewusst ist und jederzeit auf sie zurückgreifen kann. Es ist die Tragödie des Menschen, dass er von eben dieser kosmischen Kraft abgeschnitten ist, er hat sie vergessen oder nimmt sie nicht zur Kenntnis. Denn zu wissen, dass es sie gibt, ist eine Voraussetzung, um über sie verfügen zu können. Betritt der Mensch nun Bereiche, wo er das könnte, steht er vor dem Dilemma, dass er etwas, was er selbst nicht erfahren hat, auch nicht verstehen kann. Um also zwischen der ersten Erfahrung und dieser Kraft eine Brücke zu schlagen, muss man diese neue Möglichkeit in Betracht ziehen. Ob man nun die Wahrheit in der Wissenschaft sucht oder irgendwo anders, es ist immer vernünftig, den eigenen Horizont zu erweitern. Doch der Mensch ist in der Regel nicht dazu bereit, da er fälschlich glaubt, er müsse bestimmte Meinungen haben. Er schwankt permanent zwischen einem deutlichen Ja und einem klaren Nein hin und her. Mit solch einer Einstellung sind Entdeckungen unmöglich. Eigentlich sollte eure Einstellung sein: „Ist das möglich? Könnte es so sein? Ich schaue hin und denke über diese Möglichkeit ernsthaft nach, das ist mein Wille, und ich gebe mir Mühe, ganz gleich, worum es dabei geht.“

Das scheint eine einfache Aufgabe, meine Freunde. Ganz gleich, ob sie das auch ist, es gehört zu den Eigentümlichkeiten des Menschen, dass es ihm schwer fällt, sich auf diese Einstellung einzulassen. Um über diese universelle Kraft zu verfügen, ist daher sein Unwille, sich ernsthaft und offen zu prüfen und einer neuen Wahrheit zu öffnen, wie revolutionär sie auch ist, und eine neue Sichtweise anzunehmen, die den Überzeugungen und Erfahrungen davor zu widersprechen scheint, ein Hindernis.

Dieses Hindernis, das Ignorieren einer offenkundigen Tatsache, ihr also nicht ohne Vorbehalt zu begegnen, kann niemals allein daher rühren, einfach „nicht daran gedacht zu haben“. Sollte es einmal dazu kommen, wird der Mensch sofort diese Offenheit annehmen, wenn sich ihm die Möglichkeit bietet - und auch das geschieht immer wieder. Die hartnäckige Weigerung, sich das anzusehen und darüber nachzudenken, dem Bestehen auf Meinungen, die oft nicht mal der eigenen Erfahrung entspringen, sondern dem bloßen Hörensagen, entstehen immer aus der Angst, das eigene Selbst anzuschauen.

Der Selbstverwirklichung steht noch ein weiteres schwerwiegendes Hindernis im Wege, nämlich dass der Mensch Einstellungen, Meinungen, Gedanken und Gefühle hat, die ihm völlig unbekannt sind und seinen bewussten Einstellungen, Meinungen, Gedanken und Gefühlen total zuwiderlaufen. Dieser Widerspruch ist eine Hauptblockade, denn das unbewusst zurückgehaltene Material überdeckt die kosmische Kraft und verstellt ihr den Weg.

Der Verstand sagt, es sei sinnvoll, dieses Material festzuhalten, doch so kann er sich nicht entspannen und die freie, unbeschwerte Einstellung einnehmen, die er braucht, um sich auf die kosmische Kraft einzustimmen zu können. Deshalb muss er in das eigene Unterbewusstsein hinabsteigen, um so die Kraft, die er in sich trägt, erkennen zu können. Jede falsche Vorstellung, jede falsche Folgerung, jede irrige Meinung, jedes destruktive Verhalten, jedes negative Gefühl steht der Verwirklichung dieser Kraft unmittelbar im Wege.

Ihr wisst das, und wir auf unserem Pfad sind sorgfältig. Doch ist es trotz all der Mühe oft nur allzu leicht, den Blick für das Ziel und für die Bedeutung von Selbstverwirklichung zu verlieren. Selbstverwirklichung bedeutet, wie gesagt, alles an Kraft einzusetzen, was ihr habt. Und diese Kraft, meine Freunde, ist ungeheuer.

Diese Kraft hat zwei Seiten. Zum einen ist sie kosmische Energie und Stärke, so belebend, so unendlich und unsterblich, so unerschöpflich in ihrer Dynamik, ihrer Lebendigkeit, dass ihr euch die Wirkung, die sie auf den Menschen haben kann, nicht einmal erträumen könnt. Hat er sich aber diese Energie erschlossen, muss sich sein ganzes Leben drastisch verändern - nicht nur ab und zu während einer kurzen Öffnung, sondern in einer sich immer weiter verändernden Persönlichkeit, die jeder Einstellung entbehrt, die diese Kraft verhindert. Diese Energie hat ihre eigenen Gesetze. Sie ist, wie ihr wisst, völlig unpersönlich. Ihr Strom fließt ungehindert, wenn Bedingungen herrschen, die ihr zuträglich sind. Sind sie es nicht, ist die Energie blockiert. Entsprechend dem, wie die Behinderung beseitigt wird, wird sie wieder fließen, jedoch oft anders, als man erwartet. Das geschieht nach unveränderlichen, unpersönlichen, angeborenen Gesetzen.

Der zweite Aspekt dieser Kraft ist ihre autonome Intelligenz. Wenn ihr sie verstanden habt und sie integrieren könnt, weil ihr nichts mehr in euch habt, vor dem ihr Angst habt und dem ihr ausweicht, seid ihr wirklich unabhängig - von Autorität und Hilfe von außen. Diese schreckliche Bedürftigkeit nach einer solchen Autorität legt euch lahm, denn alles, was ihr je braucht, habt ihr. Macht davon Gebrauch, dann gibt es nichts in eurem Leben, wovor ihr euch noch fürchten müsstet.

Hauptthema der heutigen Lesung ist ein für diese Kraft besonderes Hindernis. Ich habe vorher nie darüber gesprochen, wenn doch, so mehr nebenbei. Es geht mir darum, eine bestimmte seelische Regung, ein Gefühlsklima zu beschreiben. Um sich mit dieser universellen Kraft zu integrieren,

muss die Persönlichkeit innerlich und äußerlich völlig entspannt sein. Was nicht bedeutet, bewegungs- oder energielos zu sein. Es geht nicht um eine Entspannung, die weder atmet, noch sich bewegt oder reagiert. Ganz im Gegenteil. Diese dehnt sich und zieht sich zusammen wie der Atem, rhythmisch, entspannt, mühelos und doch pulsierend vor Kraft, ausgeglichen und ruhig, friedvoll und doch dynamisch. Dieser Zustand, wenn man ihn beschreiben wollte, könnte leicht mit Gleichgültigkeit, Widerstandslosigkeit oder Schläffheit verwechselt werden. Nichts dergleichen ist er. Aber von Spannungen, wie sie Angst, Stolz und Eigensinn hervorrufen, ist er völlig frei.

In der Regel ist der Mensch eher verspannt, was dieser universellen Kraft fremd und unverträglich ist. Gerade diese Verspannung kann in letzter Konsequenz eine äußerliche Unbeweglichkeit, Lähmung oder übermäßige Teilnahmslosigkeit verursachen. Diese Extreme aber rühren immer aus Spannungen aufgrund bestimmter seelischer Regungen, die es aufzulösen gilt.

Hier herrschen reichlich Missverständnisse, was typisch für die dualistische Sicht des Lebens ist. Ohne es je so wortreich auszudrücken, herrscht die Vorstellung, dass, je spannungsgeladener der Mensch ist, er umso ernsthafter, verantwortungsbewusster und konzentrierter sein müsse - und umgekehrt, je geringer seine Spannung, um so verantwortungsloser, leichtsinniger und dreister müsse er sein. Das stimmt nicht, meine Freunde. Tatsächlich ist es genau andersherum. Wahr ist, dass nur, wenn die Psyche des Menschen im Fluss ist, nicht angespannt ist, er ganz in dem aufgehen kann, was er tut, denkt, fühlt und erlebt. Das ist es, was Ganzheit, Integrität, ungeteilte Motive und Aufmerksamkeit bedeuten. Dieser Zustand ist nur erreichbar, wenn es keine Gegenkräfte mehr gibt, die den Menschen in seinem Innern spalten, und keine verborgenen Ängste mehr. Je freier die psychische Materie fließt, desto mehr Energie steht ihm für das eigene Leben zur Verfügung, und umso seltener verlässt ihn die Kraft, wenn er sich dynamisch ausbreitet. Diese unnatürliche Spannung und Empfindlichkeit seiner Geistes- und Gefühlsverfassung ist dem Menschen so zur zweiten Natur geworden, dass er sie nicht nur natürlich, sondern auch wünschenswert empfindet, alle spirituellen Qualitäten, die ich beschrieben habe, miteinbegriffen, und die wirklich nur zu erkennen sind, wenn die Psyche „nicht verspannt“ ist.

Jedes neurotische Verhalten ist Wirkung wie Ursache einer künstlichen Spannung, die halbbewusst vorsätzlich entwickelt und gefördert ist. Damit schneidet ihr euch vom Lebensstrom ab. Der Grund für dieses destruktive Verhalten liegt zum Teil in der zuvor erwähnten falschen dualistischen Einstellung, zum Teil auch in der kindischen Selbstüberschätzung, sich abzugrenzen und die Aufmerksamkeit auf sich zu lenken, indem man dafür sorgt, dass alles ein ungeheures Gewicht bekommt. Das ist es, was ich mit Selbstdramatisierung meinte. Das kann sich innerlich abspielen und sich anderen gar nicht vermitteln. Eigentlich sind alle Geisteskrankheiten, alle emotionalen Unausgeglichheiten Folge einer absichtlichen Steigerung seelischer Regungen.

Das ist ein sehr subtiler Prozess und lässt sich nur beobachten, wenn ihr ihm eure ganze Aufmerksamkeit schenkt. Der Mensch ist so an eine innere Spannung gewöhnt, dass er nur durch eine wiederholte Konzentration auf die eigene, fein abgestimmte Wahrnehmung den Nachweis für diese Spannung erbringen kann, die er dann als etwas Fremdes und Unnatürliches empfinden wird. Das ist der erste Schritt, sie loslassen zu können. Es wird euch vorkommen, als legt ihr eine fest verschnürte Zwangsjacke ab. Ihr werdet in eine neue Freiheit hinaustreten, die zuerst vielleicht den Eindruck erweckt, voller Gefahren zu sein. Ihr werdet euch ohne sie nackt und bloß fühlen, nur um zu lernen, dass es nur der belebende Lebensstrom des Kosmos ist, dem ihr euch aussetzt. Dann werdet ihr erkennen, wie hinderlich diese innere Anspannung für euch ist. Ihre Künstlichkeit macht eure innere Persönlichkeit und die universelle Kraft füreinander unverträglich. Dadurch entsteht eine tiefe Verformung in der Seelensubstanz, die sie im gesunden Zustand nicht aufweisen darf. Ihr werdet die Verformung sogar spüren können, die mit zu fest eingefahrenen Überzeugungen, übersteigerten Gefühlen, Überreaktionen und muskulären Verspannungen in Verbindung steht. Alles das verhindert das Fließen der Kraft. Die universelle Kraft muss in alle Ebenen der Persönlichkeit vordringen, wenn sie gut funktionieren soll. Ist der Geist durch seine festgefahrenen Ansichten zu dicht, ist der frische Fluss der Lebenskraft unterbunden. Ist das Gefühlsleben durch seine künstliche Spannung dicht, kommt sie nicht hinein, und sind die Muskeln in der Physis fest und verspannt, gelangt sie nicht ins System. So kann stufenweise Krankheit, Verfall und physischer Tod eintreten.

Ihr erinnert vielleicht, vor Jahren gab ich eine Lesung zum Thema „Expansion, Kontraktion und das ruhende Prinzip“ als den kosmischen Bewegungen, dem rhythmischen Atem alles Lebendigen. Dieser kosmische Atem existiert nur, wenn im System keine künstliche Spannung herrscht. Die durch Spannung erzeugte Verformung der Seelensubstanz verursacht Lähmungen auf allen Ebenen. Und alle Ebenen brauchen Spannung, wenn sie für die universelle Kraft offen sein sollen, was nicht möglich ist, wenn die Fließbewegungen durch zu feste Meinungen, Empfindungen und äußere und innere Körpermuskulatur zu stramm geworden sind. Es ist nicht wichtig, wo ihr anfangt, eure Spannung zu betrachten und ihrer bewusstzuwerden. Geht ihr dem nach, löst ihr den Krampf, den solche Spannung auf allen Ebenen verursacht.

Das Missverständnis, dass Spannung förderlich und wünschenswert sei, bezieht sich auch auf die Lust. Es herrscht, halb bewusst, halb unbewusst, der Glaube, dass, je mehr man unter Spannung steht, man umso mehr Lust empfinden müsse. Mit anderen Worten, von der Spannung wird angenommen, sie würde nicht nur Ernsthaftigkeit und Konzentration, sondern auch Lust mit einschließen. Das stimmt nun überhaupt nicht. Je einfacher und leichter der Fluss in der Persönlichkeit ist - zuerst mag es fast „belanglos“ scheinen - desto größer ist der Zustrom kosmischer Kraft, und daher erhöht sich auch ihre Lust. Spannung ist eine Ich-Einstellung und verbietet das Loslassen des Ich. Daher kann man Lust nicht in dem Maße erfahren, wie das Ich die unwillkürlichen Prozesse festhält und sie unterbindet. Ein Mensch, der sich und das Leben „zu

ernst“ nimmt, kann am kosmischen Strom nicht teilhaben. Deswegen ist Selbstverwirklichung oft irreführend, wenn man versucht, sie in der menschlichen Sprache zu vermitteln. Ihre Eigenheiten sind leicht mit wirklich unerwünschten und falschen Einstellungen zu verwechseln. Leichtigkeit und Mangel an Ernsthaftigkeit sind nicht das, wonach die bloßen Worte klingen.

Fassen wir zusammen: Eine entspannte, unbeschwerte, natürliche, undramatische und unangestrengte Persönlichkeit ist Voraussetzung, um das Selbst in aller Ehrlichkeit zu betrachten und ihm ungeteilte Aufmerksamkeit zu schenken, ganz gleich, was es macht; um es mit Energie zu versehen, damit man mehr investieren kann; um was Motiv und Erfahrung angeht gesund zu sein. Das darf man nicht mit der Taubheit verwechseln, die die Folge einer verborgenen Angst und Resignation ist. Letztere ist tot, erstere jedoch pulsierend lebendig. Auch Spannung und überstarke Verformung der Seelensubstanz werden mit Lebendigkeit verwechselt, während der natürliche Zustand, wenn man sich auf ihn einlässt, einem zuerst wie ein „unbefriedigendes Leben“ erscheint.

Das gilt für ganz subtile Ebenen, meine Freunde, und es mag euch nicht leicht fallen zu verstehen, wovon ich spreche. Es mag euch seltsam erscheinen. Ihr müsst daher mit mehr als nur dem intellektuellen Selbst zuhören. Ferner müsst ihr euch selber beobachten, bis euch die Spannung eurer Gefühle, Gedanken wie eures Körpers bewusst wird und ihr ihre Unnatürlichkeit zu spüren beginnt und fühlt, dass sie eurer allerinnersten Natur fremd ist. Vollkommene Selbstverwirklichung ruft daher Lachen und Humor und, wie es scheint, einen Mangel an Ernsthaftigkeit oder Schwere hervor. Aber das bedeutet in Bezug auf die Lebenseinstellungen nicht im mindesten eine Beeinträchtigung der Integrität, auch keine Halbherzigkeit, Spaltung oder Konflikt im Herangehen an das eigene Leben. Ganz im Gegenteil. Die Spannung, auf die ich mich beziehe, ist immer mit einer Beeinträchtigung der Integrität verbunden, auf einigen Ebenen mit Unehrlichkeit und einer Spaltung von Motiv und Aufmerksamkeit wie mit der Weigerung, von ganzem Herzen aus sich herauszugehen. Das alles bewirkt sozusagen das Bedürfnis nach innerer Spannung. Das zu verstehen ist sehr wichtig, meine Freunde.

Integrität und Ehrlichkeit, ohne sich etwas vorzumachen, und die Art, wie ihr in allem, was ihr tut, vollkommen aus euch heraus geht, verbunden mit einer gewissen Unbeschwertheit, sind die Eigenschaften, die die Verhältnisse setzen, die mit der universellen Kraft vereinbar sind. Dann kann sie sich in ihren beiden Hauptaspekten manifestieren. Sie kann euer ganzes Wesen durchziehen und durchströmen und dabei alle inneren und äußeren Organe, alle Seiten eurer Persönlichkeit neu beleben. Und die autonome Intelligenz eures Kerns kann sich offenbaren, indem sie euch führt, inspiriert und anleitet, bis sie euer abgetrenntes Ich in sich integriert und ihr ungeteilt und ganz werdet. So lebt das Göttliche in euch und ihr in ihm.

Der entgegengesetzte Zustand auf der dualistischen Ebene besteht darin, dass der Mensch einerseits zu ernst, angespannt und schwer und andererseits unkonzentriert, in Motiven und

Wünschen gespalten ist und sich selbst betrügt. Dieses Ungleichgewicht muss auf beiden Seiten seinem Gegenstück weichen. Wo eine Spaltung in der Orientierung bestand, muss sie wieder eins werden; wo widersprüchliche Wünsche herrschten, müssen sich diese Wünsche wieder in einem Strom vereinen; wo es Beeinträchtigung der Integrität und Unehrlichkeit gab, vielleicht auf den tiefsten verborgenen Ebenen, muss die Ehrlichkeit wieder vollständig hergestellt werden; wo sich Unwille ausbreitet, sich dem Leben ganz hinzugeben, muss die Bereitwilligkeit, sich selbst einzubringen, wiederhergestellt werden. Zugleich mit dieser Neuausrichtung des Charakters und der Persönlichkeit bietet sich die Möglichkeit, die Spannung loszulassen und leicht zu werden, wo man vorher schwer war. Man muss das Leben und sich selbst nicht auf eine so negative, verzweifelte, schwere Weise ernstnehmen, wenn man es durch die Ehrlichkeit macht, mit der man beiden begegnet, und durch die Ernsthaftigkeit, so viel zu geben, wie man bekommen möchte. Nichts ist so endgültig, und gegen nichts und für nichts muss man so kämpfen. Und diese richtige Art an mangelnder Spannung macht die universelle Kraft verfügbar, während die Spannung, die ich hier besprochen habe, eine Verkrampfung darstellt, die die universelle Kraft blockiert. Dann verwechselt man sie oft mit Ernst, Konzentration, Einheit von Sein und Wille wie auch mit leidenschaftlicher Lust. Sie wird wirklich als Ersatz für echte Ehrlichkeit mit sich und dem Leben benutzt, für die ungeteilte Aufmerksamkeit, die man allen Seiten des Lebens widmet. Das bietet nur ein entspannter Zustand, der einfach wohltut und sich ständig selbst erneuert.

Meine Freunde, für euer Wachstum ist ein ganz entscheidender Schritt, dass ihr dahin gelangt, es selbst merkt und euch dessen bewusst werdet. Lange, bevor ihr diese ungesunde Spannung überhaupt loslassen könnt, zeugt schon das bloße Wissen um ihre Existenz und das Begreifen ihrer Bedeutung von eurem Fortschritt. Wenn sich solch ein Bewusstsein entwickelt, lockern sich die Beschränkungen und neue Lebensenergie fließt euch zu.

Die Beengung durch Überspannung veranlasst euch zum Rückzug, ihr verspannt euch und werdet unbeweglich, wie ungestüm die künstlichen Bewegungen auch sein mögen, die aus der Überspannung der Seelensubstanz entstanden sind. Äußerlich ist es Kampf, während den inneren Kräften der Lebenskraft buchstäblich verboten ist, euch in Bewegung zu bringen, einfach nur aufgrund der Intensität der äußeren Spannung, wie sie sich auch zeigt, ob ruckartig oder als Lähmung.

Selbstverwirklichung und Vereinigung mit der kraftvollen Strömung des kosmischen Stromes bedeutet aus sich herauszugehen, sich ins Leben hinein zu begeben und auf andere zuzugehen. Es ist diese Bewegung nach außen, vor der der Mensch Angst hat. Er hält sich zurück, schrumpft innerlich - und glaubt, damit sicher zu sein. Er ist sich dessen oft gar nicht bewusst, vielleicht hat er gewisse Verschrobenheiten angenommen, die in ihm die Vorstellung stärken, er habe keine Angst, sich dieser Kraft anzuvertrauen, die ihn bewegt und mit dem Leben und anderen vereint. Oberflächliche Manöver lassen ihn vergessen, dass er sich, wie er ist, anderen gar nicht wirklich

zeigen will, sondern nur seine Masken und Verkleidungen. Das ist kein ehrlicher Kontakt zu anderen Menschen. Diese Isolation verursacht Elend, denn es ist dieselbe Isolation wie die zwischen dem inneren und dem äußeren Selbst, dem Selbst und anderen Menschen, dem Selbst und einer vertrauensvollen, echten Einstellung zum Leben wie zwischen dem Selbst und den Lebensprozessen.

Die universelle Kraft ist absolut vertrauenswürdig. Ihr nicht zu trauen, meine Freunde, ist reine Torheit. Eurer Angst vor euch selbst habt ihr allen Grund zu misstrauen, denn sie existiert nur, weil es noch ein paar Bereiche geben mag, über die ihr euch noch etwas vormachen könnt. In dem Maße, wie ihr euch entscheidet, damit aufzuhören, lässt sich die Angst überwinden. Eure Erlösung liegt in der Verwirklichung eurer eigenen kosmischen Kräfte.

Ein weiteres Hindernis ist falsche Güte, was wir auch als Sentimentalität bezeichnen könnten. Auch sie übersieht man leicht. Sie rührt aus der Kombination zweier Neigungen. Eine ist die dem Menschen eigene ursprüngliche Sehnsucht, aus sich herauszugehen, zu lieben, den Tiefen seines Wesens gegenüber ehrlich und offen zu sein und den universellen Kräften zu vertrauen. Die andere ist seine Angst und die Unehrlichkeiten, die ihr zufolge auftreten, aufgrund der er sich, fest im Griff seines Ich, zurückhält. Der innere Drang, das äußere Selbst loszulassen und sich den kosmischen, inneren Prozessen anzuvertrauen, ist immer da. Er bedeutet, ehrlich zu lieben. Wo Angst, Stolz und Eigensinn diese Neigung versperren, ist Liebe unmöglich und das Aus-sich-herausgehen richtet sich nach innen. Die Neigung, vertrauensvoll und mit Liebe aus sich herauszugehen, lässt sich nicht tilgen, denn sie ist integraler Bestandteil der Natur der Schöpfung, es ist das Leben selbst. Ihr seid ein Teil des Lebens, und es muss euch daher auch dahin ziehen. Der Konflikt, dem Leben zu folgen, und die Angst davor verursacht eine falsche Güte, falsche Sentimentalität. Falsche Güte ergibt sich, wenn die echten Gefühle blockiert sind. Das muss so sein. Die Persönlichkeit hat Schuldgefühle dafür, ihre wahren Gefühle zurückgehalten und betäubt zu haben. Die Schwingung echter Gefühle macht eine Überspannung unnötig; sie kennt auch nicht das Gefühl, irgendwie verpflichtet zu sein (falsche Güte, Sentimentalität). Sie ist frei und spontan, denn Liebe hat mit Pflicht nichts zu tun. Würden die vagen Gefühle ehrlich in Worte gefasst, würden sie lauten: „So soll ich eigentlich empfinden, aber leider kann ich es nicht.“

Mehr, als einzugestehen, keine Gefühle, keine Liebe zu empfinden, wo man es gern möchte, steht der Verwirklichung der kosmischen Kraft die falsche Güte im Wege. Sobald diese Eingeständnisse erfolgt sind, ist es möglich, den Wunsch zu äußern, fühlen und lieben zu können, derweil man mit Sentimentalität sich vorstellt, man habe diesen Zustand bereits erreicht. Mit diesem Eingeständnis ist es euch möglich, zu dem Teil in euch vorzustoßen, wo ihr sagt: „Aber ich will gar nicht fühlen, ich will nicht lieben“. Solange ihr nicht mit diesem Teil Verbindung habt, könnt ihr nicht mit den Lebensprozessen, der Wirklichkeit, der universellen Kraft verbunden sein, denn euer Widerstand

zu fühlen und zu lieben ist eure jetzige Realität. Diese Realität zu leugnen macht es unmöglich, eine größere zu erfahren.

Wenn ihr euch in dieser Phase eurer Pfadarbeit fragen könnt: „Wo hänge ich noch in einer obligatorischen Güte fest, nur weil ich mir meine Weigerung nicht anschauen will, keine echten Gefühle haben zu wollen?“ Dann könnt ihr weitergehen und euer innerstes Selbst prüfen, wie ihr euch dagegen wehrt. Was ist diese Angst und dieses Widerstreben? Und ihr könnt eure Anspannung und eine Spannung beobachten, die weit über die entspannte und natürliche Aufmerksamkeit, Konzentration und Erfahrungsfülle hinausgeht und sich überhaupt nicht positiv anfühlt, sondern problematisch ist und zu noch größeren Problemen mit euch und eurer Umgebung führt. Tiefe, volle Gefühle müssen nicht intensiv in diesem negativen Sinne sein. Macht euch diesen Unterschied bewusst. Richtet eure Aufmerksamkeit auf diese subtilen Unterschiede, wo Gedanken, Gefühle und Körper überspannt sind, wo es Reaktionen gibt, die keineswegs so stark sein müssen, wie ihr sie im Moment empfindet. Sind eure Gefühle wirklich so intensiv? Zieht ihr die Möglichkeit in Betracht, dass ihr, wenn sie ihrem natürlichen Ablauf überlassen bleiben, das eine oder andere überhaupt nicht als so unangenehm stark empfinden würdet? Ist diese oder jene Überzeugung wirklich so stark? Habt ihr einen Grund, so überzeugt zu sein? Lasst die Intensität dieser Überzeugung los und versucht, euch auf ihr mögliches Gegenteil einzulassen. Und als nächstes werden euch die vielen kleinen Bereiche im Körper bewusst, wo Spannung herrscht, im Muskelgewebe, in eurem gesamten körperlichen Wesen. Und wenn ihr eure Aufmerksamkeit auf diese Bereiche konzentriert, entdeckt ihr möglicherweise einen Widerstand, den es loszulassen gilt. Worin besteht er? Um locker sein zu können, müsst ihr ein gewisses Maß an Vertrauen in euer Leben, zu euch selbst haben, was im Moment nicht so ist. Dieses Vertrauen entsteht nur, wenn euer Selbstvertrauen ganz und gar berechtigt ist. Aber bevor das der Fall ist, ist es ganz wertvoll, den Widerstand, euch zu entspannen, zu beobachten und dabei zu wissen, dass Spannkraft und Spannung die unmittelbaren Blockaden der Selbstverwirklichung sind. Dann erkennt ihr auch, dass euer Widerstand mit einem anderen verbunden ist, nämlich in euch selbst etwas zu entdecken. Das wiederum ist unmittelbar für das Misstrauen gegenüber euch selbst, daher gegenüber den schöpferischen Kräften verantwortlich.

Beobachtet ihr diese Bereiche, dann habt ihr die Schwelle zur Selbstverwirklichung tatsächlich erreicht. Selbstverwirklichung wird so zu einem schrittweisen Prozess, in dem ihr euch mit dem Universum in Harmonie fließen fühlt, in dem ihr mit dieser tiefen Intelligenz in euch Kontakt aufnehmt, ohne die nichts wirklich Erfolg haben kann. Wenn sie fehlt, dann entscheidet oder macht, was ihr wollt, wahrscheinlich wird nichts befriedigend sein.

Ist der Kontakt zu dieser Intelligenz erst einmal hergestellt und hat sich offenbart, fangt ihr an, ihre tiefe Weisheit und vollkommene Richtigkeit, ihr unteilbares, einheitliches Prinzip zu erkennen, das keine dualistischen Konflikte zwischen Gut und Böse kennt. Es ist, als ob ihr in euch mit einer

fremden Macht in Berührung geraten seid. Geschieht das aber immer öfter, und überwindet ihr jedes Mal den immer geringer werdenden Zweifel, euch an etwas zu überantworten, dem ihr noch nicht recht trauen könnt, bekommt die Integration eures bewussten, willentlichen Selbst mit den unwillkürlichen Prozessen dieser unermesslichen Macht immer mehr Boden unter den Füßen. Jeder Schritt dieses Weges, jede neue Überwindung beweist, wie berechtigt euer Vertrauen darauf ist. Mit jedem dieser Schritte werdet ihr euch der Realität dieser Macht, und dass sie euch gehört, immer mehr bewusst. Wie kann der Mensch mit solch einem Schatz in Angst leben? Es gibt keine unlösbaren Probleme mehr. Und da diese Macht im ganzen Universum existiert, ist sie auch in euch, wie in jedem anderen. Wenn diese Erkenntnis wirklich euer ganzes Wesen durchdringt, ist Brüderlichkeit im besten Sinne gar nicht zu vermeiden. Das ist der Weg, meine Freunde. Jedes Mal, wenn ich zu euch sprechen und euch helfen darf, diesen Pfad aus einem anderen Blickwinkel, einer anderen Überlegung zu beleuchten, bringe ich euch Material mit, das ihr nutzen könnt, wie es euch beliebt. Gibt es im Zusammenhang mit dieser Lesung noch Fragen?

FRAGE: Das ist das erste Mal, dass mich eine Lesung so bestürzt. Ich frage mich, ob es so ist, weil ich dem Punkt nahe bin, über den du sprichst, und ihm widerstehe?

ANTWORT: Kannst du genau sagen, was dich an dieser Lesung so bestürzt?

FRAGE: Es hat mit der Hoffnung zu tun, die ein Mensch haben kann . . .

ANTWORT: Es bestürzt dich, weil du bisher noch nicht recht bereit bist zu vertrauen. Es ist in dem Sinne bestürzend, dass man weiß, dass es diese Möglichkeiten gibt, und sich dennoch nicht traut, diesen Weg zu gehen. Deswegen stimmt ein Großteil der Menschheit stark der Hoffnungslosigkeit, der Negativität und der Anschauung zu, dass die Welt chaotisch und sinnlos sei. Das ist ebenso sehr Wunschdenken wie die kindische Hoffnung, dass eine Gottheit euch erlösen werde, und dass euch geholfen werden könnte, wenn ihr nur dem Rat und der Autorität anderer folgen würdet, und dass sich dann in einem jenseitigen Leben die himmlische Glückseligkeit über euch senken würde. Das Festhalten an einem äußerlichen Glauben und einer Ergebenheit, ganz gleich, in welcher orthodoxen oder unorthodoxen Form sie sich auch zeigt, ist nicht weniger Wunschdenken wie die Hoffnungslosigkeit. Letztere sagt: „Ich brauche nichts tun oder mich etwas Unangenehmem stellen, mich ändern oder ein destruktives Muster aufgeben, das ich gar nicht loswerden will, da es doch keinen Sinn macht.“

Übersetzung: Paul Czempin 1986, 1994, 1999

Überarbeitet, neue Rechtschreibung: Wolfgang Steeger 2023

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

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

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

Warenzeichen/Dienstleistungszeichen

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

Urheberrechte ©

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

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