

## Das Durchdringen des Göttlichen Funkens in die äußeren Regionen

Grüße und Segen euch allen, meine lieben Freunde. Zu Beginn eines neuen Arbeitsjahres wird ein besonderer Segen gewährt - ein besonders wichtiger, denn dieses Jahr erwartet das Erblühen einer spirituellen Form, die in irdischer Form erscheint. Ihr Aufbau ist in der Tat ein wunderbares Vorhaben, mit dem ihr euch selbst erfüllt, weil ihr eure Aufgabe im Universum erfüllt. Was für Schwierigkeiten auch zu überwinden sind, sie sind Ausdruck der Gesamtsumme des „Körpers“, den ihr alle zusammen bildet. Diese Gruppe hat, wie alle anderen Geschöpfe auch, ihren eigenen spirituellen Körper. Einen Körper, der aus vielen Aspekten besteht, genauso wie der jedes Menschen.

Jeder Mensch ist ein Aspekt des größeren Bewusstseins, das all-eins ist. Das sind für euch bloß Worte, doch sie zusammen mit dem Fortschritt, der für dieses Jahr vorgesehen ist, werden wahrscheinlich vielen von euch eine innere Erfahrung eröffnen, durch die ihr wirklich erkennt, dass ihr im Bewusstsein alle eins seid. Vielleicht könnt ihr schon jetzt eine Ahnung davon bekommen, da ihr nach Jahren der Arbeit die Vielzahl eurer Persönlichkeitsaspekte erkennen und mit ihnen umgehen könnt. Einige davon stehen eurem bewussten guten Willen entgegen, andere wieder sind im Einklang mit ihm. Auf allertiefster Ebene gibt es, wenn ihr so wollt, einen Bewusstseins-„Aspekt“, dessen Schönheit, Weisheit, Kraft und Liebe sogar eure besten Absichten überschreitet, sogar eure besten Fähigkeiten, um euren inneren, folglich später auch euren äußeren Uneinigkeiten die Einheit zu bringen.

All eure Aspekte zusammen seid ihr, und ihr lernt, euch in jedem von ihnen zu erkennen und einen nach dem anderen zu identifizieren. So bekommt ihr eine Ahnung von der Gesamtheit eures äußeren Wesens, was ihr als euer „ICH“ kennt. Ihr lernt, auch jene Seiten zu akzeptieren, die ihr nicht mögt, und dadurch ihre Energie umzuwandeln, statt euch von diesen Aspekten abzuwenden, so dass sie sich euch außen zeigen müssen.

Das gilt auch für die Schöpfung insgesamt. Ihr seid genauso eine Erscheinung des gesamten, umfassenden Bewusstseins, genauso wie ein besonderer Aspekt in euch ein Aspekt eurer Gesamtpersönlichkeit ist. Die eigentliche Angst des Menschen, die Kluft zu überbrücken, die zwischen dem kleinen abgetrennten Ich-Bewusstsein und dem All-Bewusstsein besteht, rührt aus der Vorstellung, mit Schließung dieser Kluft müsse er sich verlieren. Das steht natürlich in völligem Widerspruch zur Wahrheit. Denn je mehr ihr erkennt, dass ihr alles seid, umso

mehr seid ihr ihr selbst und umso vollständiger und umso mehr werdet ihr ganz sein und nicht weniger.

Es ist wirklich das Ziel der Schöpfung, diese Kluft zu überbrücken und das All-Bewusstsein zu etablieren. Immer wieder fragt sich der Mensch, warum es diese Kluft gibt. Für den sogenannten „Sündenfall“ wurden viele Erklärungen gefunden - der Fall aus der Gnade oder der Fall der Engel, oder wie ihn die Religion auch immer bezeichnet.

Als erste Lesung des Jahres will ich euch zu dieser Zeit eine neue Version oder ein neues Herangehen geben, um denselben Prozess darzustellen. Aber nicht, um euch einfach Informationen zu geben und euch Kosmologie zu lehren. Was ich über die Schöpfung auch sagen werde, muss für eure Entwicklung von direktem, praktischem Wert sein. Sein Zweck ist nicht nur der, euch weiter für die tiefsten kosmischen Wahrheiten außerhalb von euch zu öffnen. Sie alle existieren, und ihr könnt sie in euch finden - gleich jetzt, wenn ihr wollt. Schließlich werdet ihr auf tiefster Ebene verstehen, warum ihr dieses abgetrennte Ich-Bewusstsein seid, warum ihr solche Angst habt, euch mit dem größeren Bewusstsein zu verschmelzen. Ihr werdet die Illusion dieser Angst, die Realität der Natur des Leidens erkennen, das die Folge eures Widerstandes ist und deshalb unnötig. Und diese Worte werden euch helfen, das Tor zu diesem tieferen Wissen und dieser tieferen Erfahrung ewiger, unveränderlicher Wahrheit zu öffnen.

Noch einmal, ich muss wiederholen und euch daran erinnern, wie schwierig es ist, die Realität in der beschränkten menschlichen Sprache zu fassen. Denn die menschliche Sprache, ihre Begriffe und Vorstellungen, sind nach einer viel engeren Realitätsauffassung gebildet. So können meine Worte immer missverstanden und deshalb verzerrt werden oder schlicht sinnlos und unverständlich, wenn nicht sogar verwirrend und widersprüchlich erscheinen. Die dreidimensionalen Begriffe können schwerlich die Wirklichkeiten der Multidimensionalität fassen, die der menschliche Verstand nicht fassen kann. Trotzdem, wenn ihr der Intelligenz eurer Seele, des Herzens und der tiefsten Intuition bewusst erlaubt, euch zu erfüllen, werden euch meine Worte bis zu einem gewissen Grade erreichen. In euch wird ein Echo eines inneren Verstehens anklingen, das wieder kaum in Worten zu fassen ist.

Die Schöpfung begann - wenn sie denn begann, und natürlich tat sie es nie; sage ich also, sie begann, ist wieder eine Vorstellung in die menschliche Sprache gezwängt, die dafür kein anderes Wort hat. Versucht diese Wahrheit zu spüren! Die Schöpfung „began“ mit dem Göttlichen Funken. Dieser Funke mag winzig gewesen sein in einem unermesslichen Vakuum. Doch steckte in diesem winzigen Funken das äußerste an Göttlicher Realität, die alles Bewusstsein in sich trug, die machtvollste schöpferische Energie, die unglaublichste Weisheit und Liebe. Die unendliche Güte des Göttlichen Schöpfers machte sich zum Ziel,

allmählich dieses Vakuum, das pure Nichts mit dem Funken zu füllen, der Alles ist. Allmählich begann sich der Funken auszubreiten und langsam das Vakuum zu durchdringen: Das Vakuum in seiner Dunkelheit und Leere, der Funke in seinem unglaublichen Licht, seiner glühenden Lebendigkeit und Ganzheit, das Vakuum eine Unendlichkeit der äußeren Regionen, der Funke eine Unendlichkeit der inneren. Hier mag ein Widerspruch in den dualistischen Begriffen des Menschen auftauchen. Wie kann es „zwei“ Unendlichkeiten geben? Dem menschlichen Bewusstsein ist es ganz unmöglich zu fassen, wie es sein kann - eine Unendlichkeit, aber ein Vakuum und ein innerer Funke ewigen Lichtes, wobei der letztere das erstere füllt.

Der ewige Funke, seine inneren unendlichen Bereiche, breitet und dehnt sich unerbittlich aus. Vielleicht könnt ihr euch eine Form vorstellen, ein Bild: Eine dicke, goldene, funkelnde „Flüssigkeit“, strotzend vor Energie und wundervollen schöpferischen Potentialen, darin alle Quellen, brillant, übersprudelnd, lebendig, höchst bewusst, begabt mit jeder denkbaren und unvorstellbaren Macht, Welten und Wesen zu schaffen - sich langsam ausbreitend, mit dem Ziel, das scheinbar unendliche Nichts zu füllen. Gleichwohl ist dies das All in seiner Unendlichkeit und Ewigkeit, das das Vakuum unerbittlich füllt.

Da das All ein solch pulsierendes Bewusstsein und machtvolle Energie und Lebendigkeit ist, muss es das Letztendliche sein, das gar nicht anders kann, als das gesamte Vakuum zu durchdringen, bis es keines mehr gibt. Die äußere Region wird von der inneren Welt des Lichtes und des Lebens ganz gefüllt.

Im Laufe der Ausbreitung scheinen Partikel dieses Alls, des Göttlichen Funkens, verloren zu gehen und den Ursprung ihrer Ganzheit und ihrer Verbundenheit „zu vergessen“. Diese Partikel glauben von sich, sie seien isolierte, in die äußere Dunkelheit geworfene Punkte des Bewusstseins, und wehren sich, von ihr verschluckt zu werden. Dieser Kampf ist eine Illusion, die Angst ist eine Illusion. Der scheinbar isolierte Punkt ist nicht wirklich isoliert. Die Verbindung besteht immer, aber im Prozess der Durchdringung ist das sich ausbreitende und vordringende Leben und All-Einheit in seinen Manifestationen zum Teil abgeschwächt. In diesem Zustand gibt es „Zeiten“, wo die äußere Dunkelheit näher und realer scheint als das innere Leben des Funkens.

Das äußere Vakuum ist nicht böse, denn das Böse ist kein Nichts. Das Böse entsteht, wenn der Göttliche Funke seine Erinnerung verliert, noch nicht das Wissen um seine Verbundenheit zurückgewonnen hat und gegen das Vakuum kämpft. Der wilde Kampf dagegen, das Dasein, die Existenz, die Lebendigkeit aufzugeben, verzerrt die Göttliche Realität und Energie. Der kurzzeitige Übergang erzeugt einen Zustand, den man böse nennen mag. Aber er ist zeitlich begrenzt.

Dieser zeitlich und scheinbar getrennte Aspekt Göttlicher Realität muss unvermeidlich in das sich immer ausweitende All zurückgezogen werden. Das heißt, nicht wirklich „zurückgezogen“. Es ist eher so, dass die wachsende Fülle des sich ausbreitenden Funkens die Erscheinung, die in abgeschwächter Form vorangegangen ist, „wieder einholt“. Alles in der Natur mit all ihren Erscheinungen und verschiedenen Lebensformen ist Teil dieser großen und langsam voranschreitenden Woge, die die äußeren Regionen füllt. Eure eigene Lebenserscheinung, euer Kampf und eure Entwicklung sind in diesem Lichte zu sehen. Spürt euch, wenn ihr Wahrheit und Göttlichkeit in euer ganzes Wesen aufnehmt. Dies ist der Funke in euch, der darauf brennt, die äußeren Regionen zu durchdringen. Je mehr das Leben auf der Erde in Spiritualität, Gerechtigkeit, Liebe und Einheit fortschreitet, umso mehr erfüllt sich dieser schöpferische Prozess.

Der Widerstand des Menschen, seine Negativität, sein Böses aufzugeben, besteht genau wegen des hier Gesagten. Hat die isolierte Form ihren Blick und ihre Erinnerung an ihren logischen Zusammenhang und Zweck im Gesamtplan verloren, kann sie sich nicht mehr mit dem All-Bewusstsein identifizieren, dessen Teil sie ist. Daher kommt dem Menschen das Aufgeben seiner negativen Einstellungen, die Ausdruck des Kampfes gegen das dunkle Vakuum sind, wie die drohende Auslöschung vor. Das Böse aufgeben käme einem dann vor, als ginge man freiwillig in das dunkle Nichts - was mit dem physischen Tod verwechselt wird. Da die Göttliche Realität letztlich alles, was ist, füllen muss, müssen sich alle Partikel wiedervereinigen oder wenigstens entdecken, immer mit dem All vereint gewesen zu sein.

Ihr erlebt die Angst vor dem Vakuum, das den scheinbar getrennten Göttlichen Funken verschluckt, wenn ihr auf einen ganz tiefen Schrecken stoßt. Denn wie schon erwähnt, das, was ich hier sage, so philosophisch, metaphysisch und fern es klingen mag, passiert keineswegs in weiter Ferne, als hätte es mit dem Hier und Jetzt, eurem jetzigen Leben nichts zu tun. Geht ihr tief in euch, findet ihr heraus, dass dies ein dauernder, nie endender Prozess ist, der ständig in und außerhalb von euch stattfindet. Ihr werdet das Vakuum finden, den Schrecken davor, und schließlich das ewige Bewusstsein, das All-Bewusstsein, das ihr seid, das niemals sterben kann und langsam das Vakuum durchdringen muss.

Je eher ihr diesen Wirklichkeiten Raum schafft und offen auf sie reagiert, umso eher werdet ihr euer wahres Sein erfahren. Aber bleibt euer Bewusstsein in der Abgeschlossenheit als der einzigen „Realität“ stecken, nimmt es also den jetzigen Zustand als das Letztendliche, sperrt sich euer Verstand gegen diese Erfahrung.

Das ist der Plan der Schöpfung, das ist Evolution, das ist das Ziel. Könnt ihr erkennen, wie ihr, jeder einzelne von euch, Teil davon seid? Ihr habt eine Aufgabe, denn ihr seid Gott. Das höchste in euch, das All in euch, schickt euch voran, einen Aspekt seiner selbst, der sich dann

als scheinbar abgetrenntes Ich-Bewusstsein offenbart. Es ist die Aufgabe dieser abgetrennten Form, ihre eigenen Tiefen und Potentiale zu untersuchen, um die Unendlichkeit des Lebens, der Kraft und Weisheit, der Liebe, Schönheit und Ewigkeit zu finden. Denn das Ganze ist auch in seinem Teil enthalten. So ist es in der Tat eure Aufgabe, euer ganzes bewusstes Sein damit vertraut zu machen, damit ihr bewusst und bedacht euer Wesen in das Vakuum ausbreitet. Füllt das Vakuum mit eurem wahren Wesen.

Wenn ihr tief meditiert, werdet ihr diese Vorstellungen und Wahrheiten für euer unmittelbares Verständnis für euch und euer Leben nutzen können. Ihr alle - oder die meisten von euch - seid tief genug gegangen, um bereit zu sein, das Gesagte zu benutzen, euch intuitiv damit zu verbinden und seine Wahrheit zu erkennen. Und wenn ihr sie kennt, wird sich etwas ganz Entscheidendes ändern. Denn wenn ihr lernt, eure verschiedenen Aspekte anzunehmen - positive wie negative - und euch so vereinigt, empfindet ihr genau dasselbe für eure Umgebung und wisst, dass alle Menschen, ob ihr sie mögt und sie gelten lässt oder nicht, ob sie entwickelte Wesen sind oder nicht, Aspekte des Ganzen sind wie ihr selbst. Ihr wisst dann auch, dass alles, was negativ ist, bei euch oder anderen, ein Element des Positiven ist. Ihr werdet aufhören, euch ihm zu entfremden und davor zu fürchten. Aber erst müsst ihr anfangen, euch nicht mehr dem, was in euch ist, zu entfremden oder davor Angst zu haben. Denn je mehr ihr Angst vor Aspekten von euch habt, desto mehr müsst ihr diese Angst auf das äußere Leben, auf andere Menschen und äußere Umstände projizieren. Der einzige Weg, damit aufzuhören, euch vor dem Leben, anderen Menschen oder dem Tod zu fürchten, ist, dem zu begegnen, wovor ihr bei euch selbst am meisten Angst habt. Das ist der Pfad.

Meine Freunde, ich habe euch versprochen, euch im kommenden Jahr mehr lebenswichtiges Material und besondere spirituelle Übungen zu geben, die euch auf eurem Pfad weiterhelfen werden. Die erste Übung, die ich euch geben möchte, ist sehr wichtig und dreht sich um die Gefühlsebene. Aber bevor ich damit beginne, will ich euch eine kurze Erklärung zum Verständnis der Übung geben.

Bis heute seid ihr alle mit sehr tiefen Gefühlen in Kontakt gekommen, Gefühlen, die ihr vielleicht nie zuvor anzunehmen oder zu erfahren wagtet, und ihr habt gelernt, sie auszudrücken. Aber über Gefühle herrscht in euch allen noch ein ganz wesentliches Missverständnis, die Vorstellung nämlich, dass ihr negative Gefühle „loswerden könntet“. Das ist eine leichte Verzerrung. Doch will ich mit meiner Feststellung nicht den Anschein erwecken, ihr würdet immer von ungelösten negativen Gefühlen belastet sein. Wir müssen sauber unterscheiden zwischen stagnierenden Restgefühlen, von denen der Mensch nicht merkt, dass er sie festhält, und der ihr eigenen Fähigkeit, alles zu fühlen, wenn der Seelenzustand fließend ist. Zum Beispiel: Je weniger man vor seiner verdrängten Wut Angst

hat, und je mehr man lernt, sie anzunehmen, sie auszudrücken, sie zu verantworten, statt sie auf andere zu projizieren, desto freier wird man, um „willentlich“ Wut zu produzieren.

Wenn ihr den Verlauf dieser Arbeit begrifflich als „Loswerden“ von Gefühlen fasst, müsst ihr verwirrt sein. Wie ich schon oft gesagt habe: Ihr wandelt die Energie ungeeigneter, destruktiver Gefühle um, ihr schmeißt sie nicht einfach raus. Ich möchte hier hinzufügen, dass ihr euch den Zustand bewusst macht (bisher bloß als Möglichkeit), in dem ihr so flexibel, so bewegt seid, euch so sehr beherrscht, um alle Gefühle hervorbringen zu können, denn diese Möglichkeit besteht immer in euch. Das falsche Ideal eines hoch entwickelten spirituellen Zustandes ist, er solle gänzlich ohne Ärger, Wut, Angst, Schmerz, Traurigkeit oder was immer sein. Diese Vorstellung ist eine Verzerrung und führt zu einem rigiden, unrealistisch festgelegtem Bild. Je mehr ihr zu jedem Gefühl fähig seid, umso weniger seid ihr davon versklavt. Je weniger ihr Gefühle kommen lassen könnt, desto mehr Angst müsst ihr wirklich vor ihnen haben und in ihrer Gewalt sein. Das kann sich in unkontrolliertem, destruktivem Ausleben oder in der Stagnation aller schöpferischer Energien, Potentiale und Fähigkeiten zu fühlen zeigen. Wie alles Falsche führt diese falsche Auffassung zu einem dualistischen Konflikt, einem „doublebind“.

Ein wesentliches Abfallprodukt der Lebendigkeit, der inneren Einheit, ist Bewegung. Das Vakuum ist fest, der Funke des Alls ständige Bewegung. Mit beidem kämpft der Mensch. Er sehnt sich nach Bewegungslosigkeit, daher erlebt er Angst und Schrecken des Vakuums. Er wünscht sich Bewegungslosigkeit in der Illusion, Bewegung müsse ihn in das Vakuum bringen, wo sein Bewusstsein verschwindet. Doch der Lebensfunke in ihm drängt zu Bewegung.

Daher lernt ihr auf dem Pfad euren Körper zu bewegen, eure Gefühle, euren Verstand, damit euer Geist euch bewegen kann. Dem sich bewegenden Geist muss erlaubt sein, sich zu offenbaren, deshalb müssen sich alle anderen Persönlichkeitsebenen der dem Geist eigenen Natur, der Bewegung, anschließen.

Ihr bewegt euren Körper, damit der Energielos euer gesamtes physisches System, eure physische Energie durchdringen kann. Ihr bewegt eure Gefühle, indem ihr lernt, sie herauszulassen und ihre Bewegung in euch zu spüren. Ihr bewegt euren Verstand, indem ihr ihm neue Betrachtungsweisen erschließt. Das ist eine ganz wesentliche Aufgabe. Feste Vorstellungen hindern euren Geist, euren Verstand zu bewegen und durch die höhere Wahrheit inspiriert zu sein. Ich beziehe mich dabei nicht nur auf allgemeine Vorstellungen, sondern weit mehr auf eure unmittelbaren Lebenslagen und Einbindungen. Was passiert, ist, ihr nehmt bestimmte Meinungen und Urteile an und investiert in sie dann ganz viel Gefühlsenergie, so dass ihr schließlich zu dem Glauben gelangt, es wären tatsächlich eure

Gefühle. Die negative Energie ist durch feste, unbewegliche und daher unvermeidlich unwahre Gedanken und Verstandesprozesse geschaffen. Die begrenzte Wahrheit, von der ihr glaubt, sie sei die ganze, wird dann zum Werkzeug des Irrtums und des Selbstbetrugs.

So sind, was ihr für Gefühle oder Empfindungen haltet, oft bloß feste Meinungen. Und wo sich eure Fähigkeit zu fühlen entfalten sollte, seid ihr paralysiert und unfähig, den Fluss kommen und euch bewegen zu lassen. Die Aufgabe aller Pfadarbeit ist es, das ganze System in Bewegung zu bringen. Aber das erfordert ein sehr fein abgestimmtes Zeitgefühl, um zu wissen, was angemessen ist, da sonst Schaden entstehen kann. Man muss sich jeder Persönlichkeitsebene anders nähern. Auch muss vor bestimmten Übungen im Körper, in den Gefühlen und dem Verstand einiges an Beweglichkeit da sein, da sonst Verzerrungen auftreten werden. Zum Beispiel können bewusst erzeugte Gefühle dramatisiert, übertrieben oder vorgetäuscht werden. Man kann den Eigensinn dazu benutzen, um eine gute Show zu machen und die Illusion zu fördern, die Seele sei flexibel und fließend.

Wenn sich ferner der Verstand darin übt, neue Möglichkeiten auszuprobieren, eine Situation zu erkennen mit dem Hintergedanken, damit von Vorwurf, Anschuldigung und selbstrechtfertigenden Aufopferung weg zu kommen, kann das zu einer falschen, aufgesetzten Gelassenheit führen, die einiges an negativen Gefühlen verdeckt, um die man sich bisher nicht gekümmert hat. Ihr könnt also sehen, das Zeitgefühl spielt hierbei eine große Rolle.

Betrachten wir nun, was ich über negative Gefühle sagte, dass nämlich das Ziel, sie vollständig loszuwerden, eine Verzerrung ist. Solange ihr die Fähigkeit entwickelt, ein Gefühl zu produzieren und zu erfahren, ganz gleich welches, wird dieses Gefühl, wenn es unerwünscht ist, keine Macht über euch haben. Es gibt nichts, was ihr unverwandt und absolut „hinter“ euch lassen könnt. Es gibt keinen Zustand in der Zukunft, wo alles erreicht ist und ihr euch nicht mehr bewegen müsst. Diese Vorstellung selbst rührt aus der Angst vor Bewegung, aus ihrer Ablehnung, daher aus der Illusion, Bewegung sei lästig. Wenn ihr euch in der Wahrheit befindet, ist Bewegung wünschenswert, während es Unbeweglichkeit zu vermeiden gilt.

Nehmen wir die physische Ebene als Beispiel. Angenommen, ihr habt genug mit den physischen und emotionalen Ebenen gearbeitet, um alle muskulären Blockaden loszuwerden. Das heißt nicht, ihr bräuchtet euch nun nicht mehr zu bewegen. Würdet ihr das tun, würden sich bald neue Blockaden und Stagnation zeigen. Denn eure Entscheidung, unbewegt zu bleiben, würde sich auf eine falsche Vorstellung vom Leben stützen, so würden sich negative Gefühle (in diesem Falle Angst) entwickeln. Wenn ihr euch um diese Angst nicht kümmert,

indem ihr sie erkennt, akzeptiert und untersucht, gebt ihr der falschen Vorstellung, der Angst, nach, die euch dann an der Bewegung auf allen Ebenen hindert.

Der gesunde Mensch bewegt sich weiter - nun nicht mehr aus therapeutischen Gründen, sondern aus Freude. Bewegung ist dann nicht mehr Last, sondern Lust. Solange Bewegung eine ungeliebte Pflicht bleibt, ist die Versuchung groß, stehenzubleiben und dem Vakuumprinzip nachzugeben. Das müsst ihr überwinden und euren Verstand in neue Richtungen bewegen, indem ihr die Entscheidung trefft, alle Ebenen in Bewegung zu bringen, damit euer Geist alle Ebenen mit seinem Leben und seiner Wahrheit durchdringen und beleben kann. Er will Licht ins Dunkel und Bewegung in den Stillstand bringen. Hört ihr auf, euch zu bewegen, beginnt ihr zu sterben.

Für die Gefühlsebene gilt dasselbe. Wer in seiner Entwicklung schon weiter ist, kann sehr wohl aufgelöste Reste an Hassgefühlen haben. Er mag seine Restschmerzen durchlebt, seinen verbliebenen Ärger aufgelöst haben, was aber keineswegs heißt, er könne und werde diese Gefühle nun nie mehr haben. Ganz im Gegenteil. Je mehr er sich um seine Restgefühle kümmert, sie annimmt und keine Angst mehr vor ihnen hat und sie ablehnt, desto größer wird seine Fähigkeit, seine Seelenströme jederzeit in jede Richtung zu bewegen. Er kann es sich nun selbst ermöglichen, jederzeit jedes nur denkbare Gefühl zu erfahren. Nach Belieben. Das darf kein starrer Eigensinn sein, sondern der sanfte, gesunde innere Wille. Seid ihr dazu imstande, könnt ihr nach Belieben wilden Hass und Ärger hervorbringen, Schmerz und Trauer, Angst und Schrecken, Gleichmut und Frieden, Lust und Freude, Liebe und Leidenschaft, nach Belieben, dann seid ihr in der Tat euer eigener Herr und könnt von innen her bewegt werden.

Wer zu Überdramatisierung und Eigensinnigkeit neigt und Gefühle vortäuscht, sollte sich dieser Übungen enthalten, weil er zuerst seine Maske loswerden muss, die seine Scham für seine wahren Gefühle verbirgt. Wer dazu neigt, gewisse beschränkte Gefühle als Abwehr gegen andere Gefühle zu benutzen, sollte bewusst eine Zeitlang aufhören, dieses aufgesetzte Gefühl zum Üben zu benutzen. Angenommen, jemand benutzt Angst als Abwehr gegen Verachtung, Gewalt, Bösartigkeit, Hass, müssen all diese Gefühle durchgearbeitet werden, ehe man irgendwelche Übungen versuchen sollte.

Ihr werdet unschwer erkennen, dass jemand, der ganz zusammengezogen und eingeschränkt ist und sich seinem Kern entfremdet hat, nicht imstande ist, irgendwelche Gefühle hervorzubringen oder nur in begrenztem Maße. Er ist auf dieser Ebene taub und paralysiert. Während derjenige, der von der Einengung und den Verteidigungen schon viel freier ist, einfach weil er sich um seine Restgefühle gekümmert hat, viel flexibler ist und sich einfach dafür entscheiden kann, ärgerlich, traurig oder in sonst einem Gemütszustand zu sein.

Das im Sinn sollten nun langsam die Übungen anfangen, und ihr alle solltet einschätzen, wo sich jeder in dieser Hinsicht befindet. Das wird sich als ungeheuer hilfreich erweisen und eure Entwicklung fördern. Nutzt eure innere Führung, wann und wie ihr diese Übungen ausführt. Die Kenntnis dieser Prinzipien ist dabei sehr wichtig. Wenn ihr zunehmend Gefühle produzieren könnt, werdet ihr nicht nur eher die letzten Reste und Überbleibsel von Restgefühlen hervorbringen können, die vernachlässigt wurden, sondern ihr solltet, auch wenn sie sich völlig aufgelöst haben, euren emotionalen Fließzustand schulen, damit eure Seelensubstanz pulsierend und fließend bleibt. Ich habe immer erwähnt, wie wichtig Seelenbewegungen sind. Die inneren kosmischen Bewegungen, die euch ständig durchströmen, können nur bewusst werden, wenn euer Gefühlszustand beweglich ist und ihr leicht empfinden könnt. Lasst euch von diesen Übungen anregen, macht sie bewusst. Natürlich braucht das die Energie mehrerer Menschen. Es ist viel schwerer, diese Übungen allein zu machen, obwohl ihr schließlich auch das können werdet.

Fangt an und hört in euch hinein, welches das vorherrschende Gefühl gerade ist. Anfangs mag es nur schwach sein, und ihr müsst es aufbauen und euch seine Erfahrung, seinen Ausdruck voll und ganz erlauben. Danach könnt ihr zu anderen Gefühlen übergehen, sofern die aus euch heraus möchten. Ein andermal mag euer Helfer entscheiden, auf welche Gefühle ihr euch konzentriert, oder euer inspirierter Geist führt euch. Arbeitet immer mit Meditation und bittet um innere Führung und Inspiration.

Diese Übung, euch selber fließend und flexibel zu machen, ist für den maximalen Gleichlauf mit eurem Göttlichen Kern sehr wichtig. Wie erwähnt, werdet ihr auch Verstandesübungen bekommen. Für die Zwischenzeit werde ich euch eine geben. Nehmt eine Situation, in der ihr gerade seid, die euch Sorge bereitet, die eine Störung eures Lebens darstellt, und schaut euch die Konstruktion an, die euer Verstand aufgebaut hat. Wie ihr mit ihm durch euren Entschluss eine bestimmte Form geschaffen habt, die ihr immer enger fasst - um euch selber von ihr zu überzeugen und eure störenden Selbstzweifel zu beseitigen. Untersucht mit eurer aktiven Entscheidungskraft sorgfältig, andere Alternativen als die gewählte ins Auge zu fassen. Spielt mit diesen Alternativen. Lasst euren Geist euren Verstand wieder inspirieren und in andere Kanäle führen, in denen ihr weder zerstört seid (was, wie ihr glaubt, passieren musste, solltet ihr eure feste Ansicht aufgeben), noch an der jetzigen Deutung festhaltet. Die letztere ist in beträchtlichem Maße für die Störung verantwortlich, unter der ihr leidet. Erkennt das.

Oft müsst ihr erst aufdecken, woran ihr wirklich glaubt. Aber sobald das geschehen ist, müssen diese Auffassungen flexibel sein, andere müssen erwogen und der geistige Standpunkt in Bezug auf den Gegenstand, den ihr gerade mit bestimmten Ansichten so äußerst standhaft schützt, erweitert werden. Ihr wollt glauben, eure Urteile, Gedanken und

Meinungen seien Folge einer bestimmten störenden Situation. Genau andersherum, sage ich. Die störende Situation ist das Ergebnis eurer Neigung, gerade solche Gedanken, Urteile und Meinungen aus einer Motivation und Absicht darunter zu vertreten. Vielleicht könnt ihr euch ihnen mit weniger Widerstand stellen, wenn ihr euren Verstand flexibler macht, um zu versuchen, neue Alternativen als Deutungen auszuprobieren. Wenn unter gewissen Umständen die Neigung dazu besteht, einen Haufen Meinungen und Urteile zu bilden, ist sie immer in der Schwebelage und wartet auf die nächste Gelegenheit. Mit anderen Worten, die psychologischen Abweichungen sind an einen festen, unflexiblen Verstand gebunden, eine gedankliche Rigidität, mit der man sich aktiv mit konzentrierten Übungen befassen muss. Je mehr ihr dazu bereit seid und um innere Führung und Inspiration bittet, dass euer Geist die Schritte über die Grenzen dieser Konstruktion hinaus machen kann, desto flexibler wird euer Verstand werden.

Mit den Jahren werdet ihr das immer besser lernen. Bringt euer ganzes physisches, emotionales und mentales Wesen in Gleichlauf mit eurem Göttlichen Kern, indem ihr euch auf allen Ebenen fließend und flexibel macht. Das soll euer Motto für die Arbeit sein, die ihr in diesem Jahr beginnt.

Vor Abschluss der Lesung möchte ich euch noch eine Übung geben, eine Meditation zu Stolz, Eigensinn und Angst. Betrachtet dieselbe lästige Situation von eben aus der Sicht des Stolzes. In welcher Hinsicht seid ihr stolz? Dann stellt euch dieselbe Situation vor, und wie es wäre, den Stolz in eben dieser Lage aufzugeben. Wenn die einzige Alternative erniedrigend zu sein scheint, sucht nach weiteren Möglichkeiten. Erbittet innere Führung und erlebt euch ohne Stolz, aber mit Würde und ohne Erniedrigung. Ihr müsst freiwillig einen echten inneren Schritt machen, um euch auf eine neue Weise sehen zu können, die Würde und Demut aussöhnt und beides, Stolz und die demütigende Unterwerfung, weglässt. Wenn ihr zu dieser Möglichkeit bereit seid, ehe ihr sie noch erfahren könnt, wird das Göttliche Leben sie von innen hervorbringen. Aber ihr müsst euch dafür empfänglich machen.

Dann macht dasselbe mit Eigensinn. Stellt euch in einem neuen Zustand zu reagieren vor, in dem ihr weder eigensinnig, noch rückgratlos, noch ausgebeutet seid, in dem ihr euch behauptet und euch loslassen und hingeben könnt. Das richtige Gleichgewicht kommt aus eurem Kern und ist in jeder Situation anders. Aber der Geist muss offen und flexibel genug sein, neue Möglichkeiten zuzulassen und die spirituellen Fähigkeiten in euch zu entwickeln, so dass ihr euch der eigenen inneren Führung anvertraut.

Habt den Mut, die Ängstlichkeit zu erleiden, die zuerst kommen wird, wenn ihr versucht, Stolz und Eigensinn aufzugeben. Dann, nicht zuletzt, gelangt ihr zur Angst. Sie kann unmöglich verschwinden, ehe nicht Stolz und Eigensinn losgelassen sind. Denn Angst ist ein

Produkt von beidem, wie ihr wisst - wenigstens theoretisch. Seht die Angst auch im Sinne von Misstrauen zum Universum. Denn offensichtlich glaubt ihr, nur euer Eigensinn und Stolz könne euch vor Gefahr schützen. Das beinhaltet auch, dass dem Universum nicht zu trauen sei, und alles, was ihr habt, ist dieser kümmerliche Schutz: Stolz und Eigensinn. Hinterfragt das Obenerwähnte und experimentiert mit neuen Möglichkeiten. Öffnet euch für die Göttliche Realität, damit sie euch durchflute - vielleicht jetzt, vielleicht später, aber kommen muss sie und euch mit einem Bewusstsein durchdringen, das keinen Eigensinn, keinen Stolz und keine Angst kennt, und wo deshalb die Konflikte innen und außen überwunden sind.

Macht eine Übung mit Vertrauen, worin ihr euch der Möglichkeit öffnet, dass euch das Universum gibt, was ihr auch braucht. Experimentiert für den Augenblick mit diesem Gedanken: „Wie wäre es, wenn ich dem Universum trauen würde, wenn ich in dieser speziellen Lage die Angst aufgäbe, die ein Ergebnis meines Misstrauens ist (deshalb auch meines Stolzes und Eigensinns)?“ Gestattet eurem inneren Kern, euch eine Ahnung von einem Zustand zu geben, in dem ihr ohne Eigensinn, Stolz und Angst reagieren könnt.

Dies sind vorbereitende Übungen, meine Freunde, um euch für eure weitere Entwicklung zu schulen.

Liebe und Segen sind jedem von euch zuteil geworden mit einer ungeheuren Kraft, die ihr nutzen könnt. Lasst sie euer Innerstes öffnen, damit sie von dort in euer äußeres Wesen fließen kann. Das Universum ist gut und wunderschön, und dort gibt es nichts zu fürchten, weder innen noch außen, wie sehr es sonst wegen eurer jetzigen Verzerrungen auch scheinen mag. Lasst die Liebe in euch ein, so dass sie aus euch heraus kann. Seid gesegnet, lebt in Frieden.

Übersetzung: Paul Czempin 1985, 1995, 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](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.