

Fragen und Antworten

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

Wenn ihr genug viele Fragen habt, wäre es gut, an diesem Punkt die Serie der Lesungen zu unterbrechen. Ihr habt viel Stoff bekommen, den ihr unmöglich aufnehmen konntet, auch nicht einigermaßen, nicht einmal intellektuell, geschweige denn emotional. Echte, emotionale Aufnahme kommt oft erst viel, viel später, so dass es unmöglich ist, darauf zu warten. Euch jetzt weiter mit schwierigem Stoff zu überschütten, ist nicht ratsam. Wenn ihr also Fragen habt, werde ich sie nach besten Kräften beantworten.

FRAGE: Mich bestürzt die Vorstellung, eines Aberglaubens wegen mit mir zu moralisieren. Zum einen weiß ich, dass mir dieser Aberglaube schadet, zum anderen, dass auch zu moralisieren nicht gut ist.

ANTWORT: Du hast in deiner Arbeit festgestellt, warum du diesen Aberglauben festhalten möchtest. Ich muss jetzt darauf nicht näher eingehen. Die Tatsache, dass du diese Frage gerade jetzt stellst, ist vom Standpunkt deiner Entdeckung interessant. Du willst von mir hören, du würdest moralisieren, damit du weiter an deinem so schädlichen und nutzlosen Abwehrmechanismus festhalten kannst. (Du kennst mich sehr gut ...)

FRAGE: In der Lesung über das emotionale Wachstum und seine Funktion wurde gefragt, wie man mit zügellosen Emotionen umgeht, wenn man nicht seinen Helfer bei sich hat. Aber was tun, wenn sie so tief sitzen, so tief vergraben und schon so lange verdrängt sind, dass sie einfach nicht in dem Maße herauskommen, wie man es möchte?

ANTWORT: Wenn du das erkennen kannst, ist das tatsächlich sehr wichtig und stellt einen wesentlichen Fortschritt dar. Solche Erkenntnis an sich zeugt schon von Einsicht. Viel öfter weiß der Mensch nicht einmal, dass weitere Gefühle vergraben sind und trotz des Widerstands hervorkommen wollen. Dass es dir bewusst ist, zeigt zweifellos auf Einsicht und Fortschritt hin. Mit dieser Einsicht ist der Weg offen, auch wenn du jetzt dazu noch nichts tun kannst. Tatsächlich solltest du dich überhaupt über diese Selbsterkenntnis lieber freuen, als dich mies zu fühlen und dir ein schlechtes Gewissen zu machen, es nicht gleich in einem Aufwasch erreichen zu können. Entspann dich in der Erkenntnis: „Ich weiß, wo ich stehe, ich weiß, etwas in mir wehrt sich noch“, und dann kannst du anfangen festzustellen, warum du dich wehrst. Warum hast du Angst, deine

Emotionen voll herauszulassen? Normalerweise wirst du feststellen, dass einer der Gründe die Angst ist, nicht imstande zu sein, dich unter Kontrolle zu haben und mit diesen Emotionen fertigzuwerden und stattdessen eher den Zwang zu fühlen, ihnen nachzugeben. Ein weiterer Grund, dich zu wehren, ist, dass das ganze Ausmaß dieser verdrängten Gefühle dich schockiert, weil sie so im Widerspruch zu deinem idealisierten Selbstbild stehen. Wenn du diese Faktoren spüren und zugeben kannst, kannst du mit der Situation umgehen, weil du nun weißt, dass die Gründe nur eingebildet und nicht stichhaltig sind. Zum Beispiel hast du gelernt, dass du dir der Gefühle bewusst sein kannst, ohne ihnen Folge leisten zu müssen. Auch weißt du, wenn ein Mangel an Kontrolle herrscht, dass du sicher noch weniger Kontrolle hast, wenn sie verdrängt sind und du von ihrer Existenz nichts weißt, als mit klarem Bewusstsein und Verständnis für sie. Mit diesem Wissen und Ziel hast du in dieser Richtung nichts zu befürchten. Was die Angst angeht, zu entdecken, dass du nicht dein idealisiertes Selbstbild bist, weißt du auch, wie du das angehen kannst. Du musst lernen, dich auf der Basis deiner echten Qualitäten anzunehmen, die du nur wirklich finden kannst, wenn du den mutigen Schritt machst, die falschen Werte des idealisierten Selbstbildes aufzugeben.

FRAGE: Ich fühle die Emotionen, sie liegen mir wie ein Stein im Magen, und ich kriege sie einfach nicht heraus. Ich weiß, sie sind da, aber es ist wie eine Stauung . . .

ANTWORT: Es ist wunderbar, dass du dieses Bewusstsein hast, dass du diese Einsicht nicht verdrängst. Das ist von hohem Wert und sehr positiv. Dass es etwas mehr Zeit und Arbeit kostet, macht nichts. Du hast nichts zu befürchten. Der einzige Grund zur Sorge ist, von diesen Dingen gar nichts zu wissen.

FRAGE: Wenn das Gewissen die Stimme des höheren Selbst ist, das zu uns spricht, wie unterscheidest du zwischen ihm und, sagen wir, Schuldgefühlen?

ANTWORT: In einer früheren Lesung habe ich über zwei Gewissensarten gesprochen, aber ich will gern wieder darauf eingehen, da es lange her ist, dass dieses Thema besprochen wurde. Inzwischen habt ihr mehr Einsicht und Verständnis gewonnen, so dass ihr jetzt mit einigen neuen Herangehensweisen ein tieferes Verständnis haben könnt.

Wie ich damals erklärte, gibt es zwei Arten von Gewissen. Es gibt das Gewissen des höheren Selbst und ein künstlich entwickeltes, aufgesetztes Gewissen, das sich vom idealisierten Selbst herleitet. Das Moralisieren, über das ich sprach, ist Teil dieses letzteren. Wenn ihr nicht den überzogenen Normen gemäß lebt, die ihr euch auferlegt, mögen sie wie die Stimme des Gewissens erscheinen.

Die einzige Art, wie du zwischen beiden unterscheiden kannst, ist, wie du sie erlebst. Es ist ein ganz entscheidender Unterschied darin, wie du die eine oder die andere Art erlebst. Jede Aussage, die ich machen würde, jede Regel, die ich euch geben könnte, wäre völlig irreführend. Aber ich kann die emotionale Erfahrung, was die beiden angeht, beschreiben.

Ist es die Stimme des höheren Selbst, das echte Gewissen, dann gibt es keine destruktive Hoffnungslosigkeit, keine Verzweiflung, keinen Ärger über sich selbst, keine Ungeduld. Kein negatives Gefühl wird da sein. Es wird Einsicht herrschen in Bezug auf die eigene Neigung zu kindischer Selbstsucht oder Gier oder was sonst, aber ohne dass man darüber niedergeschlagen ist. Gleichzeitig wird der simple Wunsch bestehen, sich nach einer reiferen Ebene zu richten, nicht weil man perfekt sein muss, oder aus Angst, es nicht zu sein, sondern einfach weil man es möchte. Es besteht keine zwingende Angst dabei, es ist eine klare Entscheidung ohne Druck, die dir ein richtig gutes Gefühl bereitet, auch wenn es heißt, einen kurzsichtigen kindischen Vorteil oder die Erkenntnis unbequemer Seiten im eigenen Charakter aufzugeben.

Andererseits sind, wenn die Stimme des idealisierten Selbst spricht, viele dieser negativen Emotionen da. Du wirst dich für vorhandene negative Neigungen schuldig fühlen, solange du noch deinen Willen haben willst. Du wirst Furcht und Angst empfinden bei dem Gedanken, dass du dem Kind in dir gemäß handelst. Dieser Konflikt wird mehr Angst, Spannung und Ungeduld mit dir selbst und anderen erzeugen. Solltest du dich dann entscheiden, richtig zu handeln, wirst du dich eher ärgerlich fühlen, als dass du im Frieden mit dir bist. Gleichzeitig wird die bloße Tatsache, dass du Fehler hast, bezüglich des richtigen Kurses durcheinander bist, eine falsche Entscheidung fällst und dir dadurch Kritik oder Frustration zuziehst, dich in Verzweiflung stürzen. Alles das beweist, dass du die Stimme deines idealisierten Selbst gehört hast. Die Antwort, mit welcher der zwei Gewissensarten du dich befasst, kannst du nur erhalten, wenn du für deine emotionalen Reaktionen einsteht.

Natürlich ist es auch möglich, dass beide gleichzeitig vorhanden sind. In diesem Falle solltest du, weil du in deiner Rechenschaft dir selbst gegenüber entdeckt hast, dass die negativen Beweggründe, das Moralisieren und dein idealisiertes Selbst zufällig dasselbe wollen wie dein höheres Selbst, nicht aufhören, richtig zu handeln. Du solltest weiter tun, was richtig ist, aber an dem negativen Aspekt arbeiten, bis du dich von ihm befreien kannst, indem du dich selbst verstehst. Lasse nicht automatisch von deinem positiven Tun ab, nur weil du einen negativen Beweggrund oder destruktiven Impuls entdeckst, der sich in eine gewaltsam überzogene Zwangsnorm verkehrt hat.

FRAGE: Warum fühle ich mich die ganze Zeit über so erschöpft? Ich bin zu Ärzten gegangen, die aber keine physische Ursache dafür gefunden haben.

ANTWORT: Dieser Umstand trifft wirklich auf viele Menschen zu. Einer der üblichen Gründe ist, und sicher auch bei dir, dass eine Unmenge von Emotionen verdrängt sind. Es sind nicht nur die destruktiven Emotionen in dir, die du dir nicht anzuschauen und einzugestehen wagst, um mit ihnen klarzukommen, sondern auch wohlbegründete und positive Wünsche und Absichten. Weil du generell Angst vor Missbilligung und Mangel an Glauben an ihre Gültigkeit hast, beachtest du sie nicht. Du hast das Gefühl, sie können nicht stichhaltig sein, einfach weil du sie willst. Diese zwei Arten von Emotionen zu verdrängen, kostet eine Menge Energie. Die Energie, die du so verlierst, bringt eine Leugnung des Lebens hervor. Es herrscht ein Gefühl der Sinnlosigkeit gegenüber dem Leben, der Hoffnungslosigkeit, der Angst, die Probleme des Lebens nicht zu bewältigen. Man könnte sagen, die Müdigkeit rühre daher, aber das wäre zu stark vereinfacht. Die Kettenreaktion geht etwas weiter. Mit anderen Worten, wegen der Verdrängung von negativen Emotionen wie auch positiven Zielen herrscht Sinnlosigkeit, mangelndes Selbstvertrauen und deshalb Angst, mit den Beschwerden des Lebens nicht fertigzuwerden. Müdigkeit ist die Folge. Außerdem ist Sinnlosigkeit die Folge der Müdigkeit, und diese ist Folge der Sinnlosigkeit und beides von Verdrängung. Verstehst du?

FRAGE: Ja. Wie kann ich das überwinden?

ANTWORT: Mein Liebes, es gibt nur eine Möglichkeit, die ausgedehnte Suche der Selbstfindung, Selbstverwirklichung, Selbstkonfrontation und daraufhin der Wiederaufbau bestimmter Charakterzüge. Dieser Weg ist nicht leicht, aber es ist der einzige. Es gibt keine rasche, einfache Antwort.

FRAGE: Ich habe eine Frage über das Töten von etwas, das lebt. Ich habe eine kleine Tochter, und natürlich habe ich ihr beigebracht, dass es schlecht ist, etwas zu töten. Aber was tut man, wenn man Schädlinge im Haus hat?

ANTWORT: Nun, meine lieben Freunde, ich habe schon früher solche Fragen beantwortet und werde mich wieder äußern. Diese Anschauung, nichts zu töten, auch nicht wenn es schädlich ist, wie Ungeziefer zum Beispiel, wäre extremer Fanatismus und ein völliges Missverständnis der Wahrheit. Es gibt niederes tierisches Leben, das schädlich ist, und hieltet ihr alle an der rigiden Regel fest, man dürfe nichts töten, würdet ihr euch selbst schaden. Ihr würdet auch keine Bakterien abtöten, denn auch sie sind Lebensformen, nur in kleinerem Maßstab, so dass ihr das Leben mit bloßem Auge nicht sehen könnt. Aber sie ist da. Nun, wo hört das auf? Wenn man einer solchen Regel wegen eine kleine schädliche Lebensform erhält, würde sie schließlich die größere und wichtigere Lebensform zerstören. Erlaubt ihr also wegen einer Regel, nichts zu töten, einem Organismus zu leben, würdet ihr genauso töten, obwohl ihr die Tat nicht erkennt, da der Prozess in die Länge gezogen ist. Hier habt ihr ein typisches Beispiel, wie gefährlich und irreführend es ist, blindlings Regeln zu gehorchen. Wenn ihr das tut, führt das dazu, dass ihr gerade

das macht, was die Regel verbietet. Das gilt für jede Wahrheit. Eine gedankenlos übertriebene Wahrheit wird zwangsläufig zur Unwahrheit. Wahrheit ist keine rigide Regel, die man bis zur letzten Konsequenz treiben kann. Sie ist dynamisch und flexibel und erfordert deshalb immer den Mittelweg, der nur durch verantwortliches Denken und Bewerten zu erhalten ist.

Rigide Dogmen beruhen auf solchen Betrachtungen. Das ist der Grund, weshalb dem lebendigen Geist der Wahrheit das Leben entzogen wurde und der Buchstabe des Gesetzes es ersetzte. Weil Menschen zu träge sind zu denken, und zu feige, um auf der Basis eigener Bewertungen Entscheidungen zu treffen, wollen sie sich an eine leblose Regelung halten und fühlen sich dann gut, das richtige getan zu haben. Wahrheit ist nicht bequem. Man muss ständig um sie ringen, indem man sich Rechenschaft ablegt, nachdenkt, entscheidet, abwägt. Es verlangt ein Gefühl der Eigenverantwortlichkeit und Mut. Das gilt für alles, so auch für den Gegenstand deiner Frage.

Nun, ich sehe schon, dass noch eine Frage dazu kommen wird. Sie lautet: Auf welcher Ebene tierischen Lebens sollen wir aufhören? Woran erkennen wir das? Es gibt so viele Erwägungen, so viele Faktoren, die wir vernachlässigen. Wie können wir entscheiden, welches tierische Leben vornehmlich schädlich ist und welches überwiegend konstruktiv? Das ist auch von besonderen Kulturbedingungen und Umweltfaktoren abhängig. Hier ist die Antwort nicht einfach. Aber wieder, Fanatismus und Rigidität kann nicht die Antwort sein. Sie lautet evolutionäre Entwicklung. Doch noch ist die Zeit nicht gekommen, dass die Menschen bereit sind aufzuhören, höhere Tierarten zu töten, aber es dauert nicht mehr lange, wenigstens von unserem Standpunkt aus. Die Zeit wird kommen, dass die Menschheit kein Fleisch mehr zu essen braucht. Doch bis dahin werden sich zuerst viele andere Dinge ändern müssen. Der nächste Schritt wird die strikte Überwachung sein, unnötige Grausamkeit zu vermeiden. Dieser Schritt lässt sich nicht überspringen, indem man den Fleischgenuss verbietet. Bis dahin kannst du nur in dir selbst die Antwort auf solche Fragen finden. Prüfe dich. Wo neigst du zu rigidem Fanatismus? Wo neigst du zu Verantwortungslosigkeit? Jedes Problem verlangt eine andere Einstellung, eine neue Rechenschaftslegung und ein Überdenken.

FRAGE: Macht es dir etwas aus, den Unterschied zwischen pseudo-euphorischen Zuständen der Begeisterung und echter Begeisterung herauszuarbeiten? Viele Autoritäten beantworteten diese Frage, aber dürfen wir hören, was du dazu zu sagen hast?

ANTWORT: Der erste und wichtigste Schritt, die Antwort auf diese Frage zu entwickeln, ist, sich selbst zu fragen, was das Motiv war, einen solchen Begeisterungszustand zu wollen. Die erste Antwort wird natürlich immer lauten, „Weil ich mit Gott kommunizieren wollte. Ich wollte es, um mich selbst zu entwickeln.“ Aber entwickelst du dich wirklich, weil du diesen Zustand erlebst? Nicht, wenn er künstlich erzeugt ist. Der einzige Weg, zwischen einer echten und einer Pseudo-Begeisterung zu unterscheiden, ist die ehrliche Antwort darauf, ob dabei Flucht vor den Problemen im Leben mit im Spiel war oder nicht, ob ein Wunsch nach höchster Lust vorliegt, die

mit gesunden Mitteln nicht zu erlangen ist, weil zu viel Angst und Hemmung in der Seele herrscht. Eine wahre Antwort kann immer, und nur, gefunden werden, wenn man an den eigenen Kern geht und diese Faktoren findet.

Besteht gegenüber diesem Thema eine gewisse Befangenheit, sollte das an sich Anlass zu Verdacht sein. Ein überwiegend gesunder Mensch wird kein besonderes Verlangen für solche euphorischen Zustände haben. Eher wird es sein Wunsch sein, alle Freude, die das Leben bietet, zu erlangen, indem er seine Seele so gesund wie möglich macht. Auf diese Weise wird er Gott finden. Er wird es nicht nötig haben, unter dem wohlklingenden Vorwand, dass sein Ziel die Verbindung mit Gott sei, eine ganze Lebenserfahrung auszulassen, und es auch nicht wollen. Wenn er es will, hat er Angst, dem Leben voll zu begegnen, und möchte sie deshalb vermeiden.

Echte spirituelle Begeisterungszustände kommen ungewollt und unerwartet. Sie stimmen sich auf das Leben ab, wenn es wirklich gelebt und nicht vermieden wird. In der Tat sind sie sehr selten. Sie stellen keine Abkürzung dar. Sie sind nicht die Folge davon, dass man das Leben vermeidet und dennoch Entwicklung und Fortschritt begehrt. Gerade diese Unmöglichkeit wollen viele. Sie glauben, sie würden es schaffen, wenn sie sich in einen Zustand der Begeisterung hineintreiben, die nicht echt sein kann.

Der Mensch, der den steinigen, engen Weg der Selbstkonfrontation geht, wird für die längste Zeit keine solche Erfahrung machen, welche auch immer. Er wird sich nicht mal danach sehnen. Besteht kein Verlangen danach, könnte das auf eine gesunde geistige Verfassung hindeuten. Weil es dann die Akzeptanz des Lebens und eine gesunde Fähigkeit bedeutet, oder zumindest das Vertrauen und die Absicht, die Fähigkeit, das Leben in all seinen günstigen und ungünstigen Aspekten zu bewältigen, und damit auch die Fähigkeit zu Glück, Liebe und Freude zu erlangen. Extreme Euphorie vermeidet das alles normalerweise. Sind diese Zustände echt, kommen sie nur, wie ich sagte, wenn ihr das Leben mit all seinen Seiten angepackt habt.

Aber ich möchte hinzufügen, meine Freunde, dass es möglich ist, dass ein solcher Zustand eine Mischung aus Flucht und einem echten Vorgeschmack einer echten spirituellen Erfahrung ist. Eine Mischung der verschiedensten inneren Tendenzen kann dieses Gemisch zustande gebracht haben. Ist das echte Element aber vorhanden, bringt es den Menschen bloß weiter davon ab, aufgrund einer unbewusst ersehnten Abkürzung eine solche Erfahrung zu suchen. Ganz im Gegenteil, er wird entschlossener denn je sein, alle inneren Widerstände dagegen aufzugeben, sich selbst aufs äußerste zu konfrontieren. Er wird einsehen, dass sein Wunsch nach Verbindung mit Gott bestand, weil er eine Verbindung mit sich selbst vermeiden wollte. Der Mut und die Demut, sich mit allen eigenen Begrenzungen selbst zu konfrontieren, wird zunehmen, sollte auch nur ein Teil einer solchen Erfahrung real sein.

Ich wiederhole: In dem Maße, wie echt eine solche Erfahrung war, muss der Weg, der darauf folgt, von solchen euphorischen Zuständen wegführen. Beantwortet das deine Frage?

FRAGE: Ja. Aber manchmal erlangt man zum Beispiel im Gebet und in der Meditation solchen inneren Frieden und ein inneres Glücksgefühl, eine grenzhafte Begeisterung.

ANTWORT: Frieden, Ruhe und Glück kann man unmöglich als euphorische Zustände bezeichnen. Wieder, wie in der Frage hinsichtlich der zwei Gewissensformen sollte man prüfen, was man in Bezug auf den Frieden empfindet. Man sollte sich darüber Rechenschaft ablegen. Mit anderen Worten, ist der Frieden das Ergebnis einer ungesunden Passivität? Beinhaltet er Elemente, das innere oder äußere Handeln aufzugeben? Bedeutet er, dass du nun das Gefühl hast, du müsstest nichts weiter tun, um das Leben erfolgreich zu führen? Solche ungesunde Passivität ist genauso ein Anzeichen für Verzerrung wie ungesunde Überaktivität, Hast, Druck und Zwang. Wahrheit verbindet auf entspannte Weise Aktivität mit Passivität. Das Wissen und die Absicht zu einem aktiven Leben beinhaltet nicht innere Unrast. Der Frieden wäre gesund, würde man ihn empfinden, während man Kraft sammelt und daraus das Vertrauen schöpft, dass man seine Behinderungen überwindet und sein Leben voll lebt. Dann ist der Frieden echt. Wenn andererseits dieser Frieden ein flüchtiges, angenehmes, entspanntes Gefühl ist, aber nachdem er vorüber ist, bleibt keine positiv nutzbare Kraft, dann war er falsch. So unverfälscht folgt echter Frieden und echte Kraft normalerweise nur unangenehmen Selbsterkenntnissen, die man voll akzeptiert hat.

FRAGE: Ist eine anhaltende Vervollkommnung nicht auch ein Maßstab?

ANTWORT: Ja. Was ich zuvor sagte, führt zu anhaltendem Fortschritt. Eine solche Verbesserung muss sich ergeben, wenn solch eine Erfahrung Absicht und Durchführung des Auffindens und letztlichen Auflörens der eigenen Behinderungen stärkt. Einfach dieser Erfahrung wegen ständig Fortschritt zu erwarten, ist ein Missverständnis. Die Wahrheit ist, diese Erfahrung beeinflusst das eigene Handeln und die Einstellung, durch eigenes Bemühen, durch Mut und durch Demut Bestätigung zu bekommen. In dieser Auffassung besteht ein feiner, aber wesentlicher Unterschied. Hinzu kommt, dass eine solche Erfahrung fast immer die Folge ernsthafter Anstrengung in dieser Richtung ist, und die muss ihrerseits weitere Anstrengungen nach sich ziehen.

Außerdem ist sicher nicht einfach zu beurteilen, was Vervollkommnung ausmacht. Wie ihr alle wisst, findet der eigentliche Vorgang einer solchen Veränderung so außerordentlich langsam statt, dass er fast unmerklich vor sich geht und man ihn erst viel später bemerkt. Einer raschen Veränderung der eigenen Persönlichkeit ist selten zu trauen. Andererseits kann es einen großen Fortschritt bedeuten, wenn ihr dabei seid, euch so anzunehmen, wie ihr seid, denn dies ist die

Grundlage, auf der zu arbeiten ist. Andere Menschen mögen davon nichts mitbekommen. Echter Fortschritt ist oft subtil.

FRAGE: Meine Frage ist zum Teil schon beantwortet. Es geht um Fortschritt auf dem Pfad. Meine Frage ist, ob auf Selbsterkenntnis automatisch Fortschritt folgt, oder steckt in bestimmten Disziplinen ein Nutzen, der Lösungen fordert, oder dass man sich selbst verspricht, bestimmte Muster nicht zu wiederholen?

ANTWORT: Sich selbst zu versprechen, bestimmte Muster nicht zu wiederholen, kann sehr riskant sein, weil du diese Muster solange nicht ändern kannst, wie du den Grund für sie nicht kennst. Sobald du ihre Existenz feststellst, hast du noch nicht ihre innere, wenn auch falsche Notwendigkeit verstanden. Doch für dich sind sie eine notwendige Verteidigung. Solange diese Faktoren nicht durch und durch verstanden sind und du nicht erkannt hast, dass die Verteidigung destruktiv und unwirksam ist und dir tatsächlich genau das bringt, wogegen du dich zu wehren suchst, würden solche Versprechungen dir selbst gegenüber nutzlos sein. Wenn du das Muster ohne das nötige Verständnis aufgibst, würdest du extreme Angst erleben, und das würde wiederum andere destruktive Muster schaffen. Oder setzt du, ungeachtet des gegebenen Versprechens, hilflos das Muster weiter fort, würdest du dich über dich selbst ärgern und entmutigt sein. Oder du kannst dich sonst angesichts dessen in einem derartigen Konflikt befinden, dass du das Wissen, es zu wiederholen, verdrängst. Du wiederholst es auf eine so raffinierte, vielleicht leicht veränderte Weise, dass du es nicht mehr merkst und die Erkenntnis wieder völlig neu machen musst. Daher sind solche Versprechungen nicht ratsam. Doch eine gewisse Disziplin ist nötig, zum Beispiel, sich immer wieder zur ehrlichen Selbstkonfrontation zu ermahnen, oder dazu das Veränderung Zeit kostet und viel Verständnis braucht, oder nicht davon abzulassen, sich selbst zu beobachten und für die eigenen Handlungen und Reaktionen zu verantworten. Es braucht auch Disziplin, bewusst zu sein, wenn sich die Muster in Variationen wiederholen.

Die Antwort auf deine Frage ist eine Mischung von Disziplin in dem hier angedeuteten Sinne, und dass man sich erlaubt, sich voll und ganz zu entwickeln. Nur das bewirkt Wachstum, und das lässt sich nicht beschleunigen.

Der Schritt, den man machen muss, ehe man ein destruktives Muster aufgeben kann, ist es, die innere Verteidigung und ihre Notwendigkeit zu verstehen. Darauf folgt das reife Annehmen der Wirkungen dieser destruktiven Verteidigung, bis die Psyche soweit ist, ohne sie auszukommen. Dies ist als Voraussetzung notwendig. Ohne sie ist Reifen unmöglich. Wieder, diese Stufe lässt sich nicht abkürzen. Sobald ihr wirklich bereit seid, das Muster loszulassen, braucht ihr euch selbst keine Versprechungen mehr zu machen. Ihr werdet es auch nicht tun oder fühlen oder entsprechend handeln wollen. Ihr werdet ganz natürlich da herauswachsen.

Ihr seht, meine Freunde, hinter einem eiligen Herangehen an die eigene Entwicklung steckt oft eine falsche Einstellung. Diese Eile weist zum einen auf das starke idealisierte Selbstbild hin: „Ich muss schon perfekt sein.“ Das verstärkt nur, dass ihr euch nicht akzeptiert, wie ihr gerade seid. Zum anderen zeigt diese Eile auch: „Solange ich nicht perfekt bin, muss ich fehlerhafte Situationen, Unerfülltheit und Frustration erleben. Deshalb muss ich rasch perfekt werden, um vollkommen glücklich zu sein.“ Darin steckt die kindische Haltung, über die wir oft gesprochen haben, dass das Kind das Leben nicht akzeptieren kann, wie es wirklich ist. Es möchte den Himmel auf Erden. Es ist wahr, ihr habt euch zu dieser Stufe aus einem Zustand heraus entwickelt, in dem ihr vom Leben und von anderen Glück fordert, euch daran stoßt, wenn ihr es nicht bekommt, und alle Verantwortung für eure Bedürfnisse ablehnt. Ihr habt an diesem Punkt erkannt, dass ihr Herr eures Schicksals seid, aber akzeptiert noch nicht, dass ihr das Leben als unvollkommene Aufgabe nehmen müsst. Die Fähigkeit, darin euer Glück zu finden, auch wenn es nicht perfekt ist, euch als durchschnittlich zu akzeptieren, ist das beste Zeichen für Wachstum und Reife.

In einer Einzelsitzung vor einiger Zeit sagte ich zu einem meiner Freunde und wiederhole es hier öffentlich: „Du hast von vielen Aspekten gehört, die Reife und Unreife ausmachen. Einer der größten Meilensteine auf dem Weg zur Reife ist die Fähigkeit, darauf zu verzichten, besonders zu sein, großartig zu sein, und stattdessen zu akzeptieren, ein Durchschnittsmensch zu sein und als solcher auch ein durchschnittliches Leben zu führen. Kannst du dein Glück im Normalen und Normalsein finden, bist du wirklich weit gekommen. Wenn du dich und dein Leben so annimmst, musst du dich nicht mehr zur Perfektion treiben. Du wirst den Himmel auf Erden nicht mehr brauchen. Du wirst daher deinen Fortschritt mit Gleichmut betrachten, Frustration oder Unglücklichsein nicht mehr als Katastrophe empfinden und dir deshalb Zeit lassen zu wachsen. Wenn der Zwang, glücklich und perfekt zu sein, beseitigt ist, versteht es sich von selbst, dass du viel glücklicher und vollkommener sein wirst als zuvor. So wirst du deinen Fortschritt mit der richtigen Mischung von Disziplin angehen, nicht was das perfekte Handeln angeht, sondern den Widerstand aufzugeben, dich dem zu stellen, was normalerweise direkt vor deiner Nase liegt und doch am schwersten zu erkennen ist. Du magst recht entschlossen sein, dich selbst zu finden, aber erwartest einige tiefe, wichtige Einsichten von verheerender Wirkung, wohingegen du die kleinen banalen Dinge, die so viel von deinen Problemen offenbaren, direkt vor den Augen hast, sie aber nicht siehst. Dafür brauchst du Disziplin - um zu erkennen, was das genau ist, und es erkennen zu wollen.

FRAGE: Ist Beten nicht eine Art Disziplin, sich auf einer bestimmten selbstgewählten Spur zu halten?

ANTWORT: Ja. Beten ist eine gute Art, seine Bemühungen in der richtigen Richtung nicht aufzugeben.

FRAGE: Wie kann ich wieder eine emotionale Haltung zu Gott entwickeln? Und ich rede nicht vom Gott der Religion, sondern von dem Gott, der ist. Ich weiß, die Motive sind wichtig. Ich möchte Gott ehren können, was mir wahrscheinlich nicht gegeben ist. Oder es fehlt mir an der Vorstellung, mir etwas anzueignen, was in mir ist. Oder es fehlt mir an intellektueller Einsicht. Ich glaube, es könnte irgendwie das Bedürfnis nach einem Vater sein. Nun, dies sind meine Motive. Ich habe ein paar Vorstellungen, wo ich dieses Gefühl für Gott erlangen kann. Ich versuchte es durch meine Arbeit, mit Büchern. Was tue ich nun, wo muss ich hin, um dieses Gefühl für Gott zu entwickeln?

ANTWORT: Die Motive, die du anführst, sind wahr, aber keineswegs alle. Das zuletzt erwähnte ist ein viel stärkerer Faktor, als du erkennst, und umfasst vieles, was du noch außer Acht lässt. Mehr noch, du magst es nicht gern hören, dass du nicht nur negative Motive hast, auf die du stolz zu sein scheinst, es gibt auch ein sehr gesundes Motiv, ein echtes spirituelles Bedürfnis, das du übersiehst und nicht einmal zugeben willst. Aber gerade jetzt sind die Motive zweitrangig. Dass du einige davon aufzählen kannst, ist fein, aber an diesem Punkt ist das nicht von Belang.

Gerade jetzt ist die erste Überlegung, herauszufinden, wie du zu dieser inneren Erfahrung gelangst, was zu tun, wohin zu gehen ist. Dazu gibt es nur einen Weg. Und der ist, sein eigentliches Selbst zu erlangen. Du kannst keine echte Gotteserfahrung machen und Vertrauen und Glauben an Gott haben, wenn du dir selbst nicht traust und an dich glaubst. In dem Maße, wie du das tust, wirst du nicht nur anderen Menschen vertrauen, du wirst auch Gott vertrauen. So mein Rat, suche Gott nicht in Kirchen und Tempeln. Suche nach ihm nicht durch Wissen, in Büchern oder Lehren. Suche ihn in dir selbst, und Gott wird sich dir offenbaren. Gott ist in dir. Vertrauen, Glaube, Liebe, Wahrheit, alles das ist in dir. Und kein äußeres Wissen bietet dir eine echte Gotteserfahrung, und was das angeht, würdest du sie nicht einmal wirklich annehmen. Tätest du es, dann aus ungesunden Motiven, genauso sehr wie beim Gegenteil. Lerne erst, dir selbst zu vertrauen, trotz der vielen Gründe, derentwegen du glaubst, es nicht zu können oder zu dürfen. Dieser Pfad an sich muss dir letztlich ein sehr gesundes Vertrauen zu dir selbst geben. Und das ist alles, was du brauchst, um Gott zu finden.

Viele Menschen klammern sich an Gott, einfach weil sie sich selbst nicht vertrauen. Das ist falscher Glaube, das falsche Herangehen. Und diese Art Glauben ist wirklich auf Sand gebaut. Das ist die falsche Religion, die zu Gehorsam und Furcht führt. Sie ist so destruktiv. Sie stärkt die Schwächen, statt die Kraft. Diese Art Religion anzunehmen, solltet ihr nicht einmal denken. Und wohlgemerkt, man findet das nicht nur in den bekannteren Religionsbekenntnissen, sondern auch bei Individuen, die sich keiner Religion angeschlossen haben. Es ist ein subtiles und durchdringendes Gift.

FRAGE: Ich habe gemerkt, wenn ich meine Fehler anderen Menschen bekenne, dass es sie zu erleichtern scheint und ihnen hilft, sich selbst gegenüberzutreten. Würde es dir etwas ausmachen, das zu kommentieren?

ANTWORT: Ja, das ist völlig richtig. Und es ist ganz offensichtlich, warum es so ist. Siehst du, obwohl du weißt, dass es anders ist, erlebst du dich tief in deinem Fühlen im Alleinsein und in der Isoliertheit als der Einzige, der diese Schwächen und Fehler hat. Du fühlst dich ausgestoßen, anders, isoliert - und so ist es natürlich eine große Erleichterung, tatsächlich jemandem zu begegnen, der die Kraft hat, sich ähnlichen Schwächen, Fehlern oder Begrenzungen zu stellen und sie auszusprechen. Das gibt Mut und macht es viel einfacher, sich dem eigenen Selbst zu stellen, während der irrationale, unbewusste Glaube, der Einzige zu sein, nur zu weiterer Verdrängung führt.

Meine liebsten Freunde, seid alle gesegnet. Mögen diese Antworten wieder helfen, euch einen Schritt weiter in der richtigen Richtung zu bringen. Möge nur ein kleiner Keim in euch Wurzeln fassen. Möge er euch helfen, alles Material, das ihr empfangen habt, in euch aufzunehmen, auch wenn ihr einiges erst viel später erkennt, der Keim aber kann jetzt in euch wurzeln. Gebt nicht nach, meine Freunde, und ihr werdet zu Menschen reifen, die sich selbst lieben, achten und leiden können, solange ihr noch normale Menschen seid - und freut euch so des Lebens ohne das Gefühl, perfekt sein zu müssen. Das führt euch nicht zum entgegengesetzten falschen Extrem der Trägheit, in dem ihr nicht den Wunsch habt, euch zu ändern und zu wachsen. Ihr werdet vielleicht bald den Unterschied in der inneren Motivation spüren zwischen dem Drang nach Entwicklung, weil ihr euch antreibt, wenn ihr fühlt, eher Strafe als Glück verdient zu haben, weil ihr unvollkommen seid, und dem Drang nach Entwicklung, weil ihr sie bereitwillig möchtet. Seid gesegnet, ihr alle und Lieben. Lebt in Frieden. Lebt in Gott!

Übersetzung: Paul Czempin 2000
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.