

Die Gnade des Widerstands

Es ist kein Zeichen geistiger Gesundheit
perfekt angepasst zu sein an eine kranke Gesellschaft

Krishnamurti

Immer wieder werde ich in meiner spirituellen Praxis oder im Rahmen der Energiebehandlungen mit dem Wunsch konfrontiert, bei der Überwindung von Widerständen oder Blockaden behilflich zu sein. Häufig geschieht dies mit einem selbstanklagenden Unterton „Ich komme nicht weiter auf meinem Weg, weil ich immer noch im Widerstand bin“

Aus meiner Sicht handelt es sich dabei um ein grundlegendes Missverständnis über die Natur des Widerstandes, der als eine Art Gegner des spirituellen Wachstums oder des therapeutischen Fortschritts fehlinterpretiert wird. Der Widerstand wird als ein innerer Feind angesehen, der bekämpft und vernichtet werden muss, um auf seinen Trümmern ein erfülltes spirituelles Wesen zu errichten.

In jahrelanger Erfahrung mit Energetischen Heilbehandlungen und als Gruppenleiter habe ich unzählige Menschen mit dieser Sichtweise erlebt. Sie alle haben in ihren inneren Kämpfen eine Niederlage nach der anderen erlitten und doch den Zusammenhang nicht gesehen.

Ich erinnere mich an meine eigenen Kämpfe, die ich in mir ausgefochten habe und die mich nicht einen Schritt näher zu mir gebracht haben. Bis eines Tages etwas passierte, was meine Sicht auf die Natur des Widerstandes grundlegend verändert und mir Türen geöffnet hat, die vorher fest verschlossen schienen.

Was also ist aus Sicht der energetischen Heilung der eigentliche Sinn des Widerstands? Warum gibt es ihn und woher kommt er?

Ich möchte nachfolgend versuchen, diese Sichtweise, der ich so viel zu verdanken habe, so gut ich kann zu vermitteln.

Aus energetischer Perspektive ist der Widerstand zuerst ein Selbstschutz. Er schützt unsere Seele vor

der kalten, zerstörerischen Welt der Logik, die alles Spontane, Mystische und Irrationale unter seine Kontrolle bringen und damit zerstören will.

Er schützte unseren Wesenskern, unser inneres Kind vor der skrupellosen, kalten, entfremdeten und berechnenden Welt der Erwachsenen. Und er schützt dein inneres Kind vor Dir, der du jetzt selbst ein Erwachsener geworden bist.

Nur deinem Widerstand ist es zu verdanken, dass dein Wesenskern unzerstört ist und sich aus deiner Kindheit, als du noch mit dem Urgrund des Seins verbunden warst, bis in die Gegenwart herüber gerettet hat.

Eines Tages, wenn die Zeit reif und du bereit dazu bist, wird sich dir deine Seele in ihrer ganzen unbeschreiblichen Schönheit offenbaren. Aber dafür musst du bereit sein, dich zu verändern. Der Versuch, den Widerstand zu überwinden wird dir nicht weiterhelfen, denn ist er nur ein Trick des Ego, das sich nicht verändern und die Früchte der Inneren Transformation ernten möchte, ohne diese verdient zu haben.

Inneres Erblühen ist nicht gemäß deiner Vorstellungen möglich, es geschieht nur zu den Bedingungen deines Widerstandes.

Aber woher kommt er nun und wie ist er entstanden?

Zuerst einmal müssen wir verstehen, dass er nichts Wesensfremdes, von außen hinzugefügtes ist. Du selber hast ihn in der Unschuld deiner Kindheit mit dem Ziel installiert, deine Reinheit und Verletzlichkeit vor dem kalten Zugriff der entfremdeten Welt der Erwachsenen zu schützen.

Indem du ihr keinen Zugriff mehr auf deine bis dahin völlig ungeschützte, offene und verletzbare Seele gewährtest, konnte diese ihre Reinheit bis heute bewahren.

Und du hast dies so perfekt eingerichtet, dass auch du selber keinen Zugang mehr dazu hattest. Damit dir nicht versehentlich oder unter Zwang doch noch etwas durchrutscht, musste der Widerstand absolut dicht sein und sogar dich selber ausgrenzen. Jetzt erst warst du bereit, in die kalte, manipulative, immer auf den eigenen Vorteil bedachte Welt der Erwachsenen einzutauchen. Um zu überleben musstest du dich selber verleugnen, werden wie alle anderen und nach den Regeln der Gesellschaft spielen. Du musstest den Kontakt mit der Reinheit deiner Seele, deiner unendlichen Zartheit und Verletzlichkeit aufgeben. Ansonsten wärest Du nicht in der Lage gewesen, die unverständlichen, bizarren, freudlosen und langweiligen Vorstellungen der Gesellschaft zu akzeptieren und ihre Spielregeln zu deinen zu machen.

Als Mensch, der in Kontakt mit der Reinheit seiner Seele ist, kannst du nicht in einem Schlachthaus arbeiten, als Soldat deine Mitmenschen ermorden oder als Banker hilflose Rentner um ihre Ersparnisse bringen. Du könntest kein korrupter Politiker werden, kein heuchlerischer Priester und kein verschlagener Finanzinvestor. Im Kontakt mit deiner Seele kannst du dich nicht selber verraten. Du kannst nicht gegen die tiefsten Einsichten deiner spirituellen Natur handeln.

Doch deine Kindheit ist lange her. Du hast den Verlust deiner Natürlichkeit und Authentizität längst vergessen und die Regeln der Welt als unausweichlich akzeptiert. Als Jugendlicher magst du in einem letzten verzweiferten Aufbäumen noch kurz rebelliert haben, mittlerweile aber hast du die Regeln als unausweichlich akzeptiert und zu deinen eigenen Werten gemacht. Du hast das, wogegen du dich als Kind mit dem Aufbau einer inneren Mauer schützen musstest, verinnerlicht und als wahr und gültig akzeptiert. Du bist zu einem der Erwachsenen geworden, vor denen deine kindliche Seele sich so bedroht fühlte und schützen musste.

Um Bestandteil des Wertesystems der Gesellschaft zu werden, musstest du dich selber verlieren, die Unschuld deiner Kindheit verleugnen. Um das Ego-Spiel von Erfolg, Ruhm und Macht zu spielen, musstest du den Kontakt zu der unendlichen Weite deines inneren Universums aufgeben. Du bist selber zu einem gesellschaftlich anerkannten Ego geworden

und träumst den Traum, ein kleines, vom Ganzen abgetrenntes Ich zu sein. Wenn du ehrlich mit dir bist und ganz tief in dich hinein schaut, kannst du auch erkennen, dass du resigniert hast. Manchmal sehnst du dich noch nach dem unvergleichlichen Zauber deiner Kindheit zurück, als die Welt ein wundervolles Zauberland voller märchenhafter Geheimnisse war und du dich so leicht und glücklich angefühlt hast.

All dies scheint unwiderruflich verloren und selbst die Suche danach hoffnungslos und reine Zeitverschwendung zu sein.

Mit der gleichen kalten Logik, vor der du dich einst schützen musstest, übergehst auch du jetzt deine Intuition und dein Herz und folgst den Wegen der Welt, strebst, wonach alle streben. Mag sein, dass dein Streben, dem Zeitgeist entsprechend, heute mit esoterischem oder spirituellem Wissen unterfüttert und mit weise klingenden Worten ausgeschmückt ist. Aber all dies wird dir nichts nützen, solange du der Logik deines Kopfes folgst und glaubst, schlauer zu sein als dein inneres Kind. Du wirst das Gefühl der Getrenntheit nicht überwinden, dein Herz nicht öffnen und deinen tiefen Schmerz nicht ablegen können.

Jesus sagte einmal „Wenn ihr nicht umkehrt und wieder werdet wie die Kinder, könnt ihr nicht in das Himmelreich eintreten“

Dies ist das spirituelle Dilemma, vor dem jeder Mensch, der sich für den Weg des Erwachens entschieden hat, irgendwann steht: wie kann ich wieder zurück zu mir finden, wieder der sein, der ich wirklich bin.

Glücklicherweise ist dein wahres Selbst, deine Seele niemals verloren gegangen, denn du warst weise genug, es ganz tief in dir zu verstecken, geschützt vor dem Zugriff der Welt und dir selber.

Es wartet geduldig darauf, dass du dich endlich auf die innere Reise begibst um es zu befreien, dass du endlich anfängst, dich selbst zu entdecken. Doch das geht nicht nach deinen Vorstellungen. Auf dieser Reise gelten klare Regeln an die du dich zu halten hast, um nicht zu scheitern.

Wenn Du dich deinem innerem Kind als Erwachsener näherst, mit der besserwischerischen Selbstgerechtigkeit angelernten Fremdwissens, wirst du auf

dem Weg nach Innen ausschließlich auf deinen eigenen Widerstand stoßen.

Dann bist du noch nicht reif, dich der Intelligenz deines inneren Kindes, deiner dir innewohnenden Weisheit hinzugeben und alle Ideen und Vorstellungen über die Welt und die Natur der Dinge fallen zu lassen. Du bist noch nicht bereit, die Botschaft der tieferen Mysterien dieses Universums zu empfangen und dich ihnen unterzuordnen und hinzugeben.

Der Widerstand schützt uns davor, mit angelerntem Pseudowissen und halbgaren Psychotechniken in unserem Innersten herum zu pfeuschen. Unsere Intuition erkennt diese Annäherung als zweite Angriffswelle des kalten mentalen Logos, diesmal in Form des von der Gesellschaft in dir installierten Erwachsenen.

Deine Seele wird niemals mit deinem Ego kooperieren. Sie wartet geduldig und still, bis du eines Tages bereit bist, die Botschaft zu empfangen.

Die Intuition verstehen

Wahres Verstehen geschieht, wenn der Versuch des Egos, die vollständige Kontrolle über unser Wesen zu erlangen und selbst die Unschuld und Weisheit des Herzens für seine Zwecke zu missbrauchen, als solcher erkannt wird.

Ich hatte einige Jahre einem Beruf, bei dem ich viel mit Politikern und Geschäftsleuten zu tun hatte, die schon vor langer Zeit ihre Würde und Selbstachtung gegen einen gut bezahlten Posten eingetauscht hatten. Und sie wären auch bereit gewesen, ihre Seele zu verkaufen um endlich ganz nach oben zu kommen, um Ruhm, Macht und Geld zu ergattern. Wenn du bereit bist dies zu durchschauen und das Ich, das nach solchen Dingen strebt, hinter dir zu lassen, werden deine inneren Blockaden und Widerstände wie Schnee in der Sommersonne dahin schmelzen.

Wenn du die Botschaft deiner Seele empfangen möchtest, musst du dich ihr völlig offen wie ein Kind nähern und bereit sein, zu empfangen und deine Überzeugungen und Ansichten hinter dir zu lassen.

Therapie als Vermeidung

Doch dieses Verständnis braucht Zeit zum Reifen und manchmal müssen wir noch die eine oder andere Extra-Runde drehen.

Gerade in esoterischen und therapeutischen Kreisen finden sich häufig Menschen auf der Suche nach Anerkennung und Zugehörigkeit. Sie funktionieren nicht richtig nach den Regeln der Gesellschaft und sehnen sich danach, auch einmal erfolgreich zu sein. Fest entschlossen, sich in etwas umzugestalten, das endlich funktioniert und nicht mehr aneckt, nutzen sie jede Therapie und jede Meditation, um diese widerspenstigen Energien in sich unter ihre Kontrolle zu bringen.

Nach wiederholtem Scheitern an ihrem Widerstand kommen sie auf die Idee, sich professionelle Hilfe zu holen und in Form einer Therapie eine zweite Angriffswelle im Kampf gegen sich selbst zu starten.

Der Therapeut soll helfen, die Kontrolle über uns vollständig und allumfassend zu machen und unser Ego bei seiner Machtergreifung über uns selbst zu unterstützen.

Deine Seele aber durchschaut diesen Versuch und wird den Widerstand nicht aufgeben. Bestenfalls wird sie ihn so geschickt modifizieren, dass der Therapeut ihn nicht mehr erkennen kann. Aber die Tür zu deinem inneren Universum wirst du auf diese Weise nicht öffnen können.

Erst wenn du den Widerstand als Ausdruck deiner Liebe und Selbstachtung erkennst, kannst du dich ihm in Respekt, Dankbarkeit und Hochachtung nähern. Und dann wird sich das Tor öffnen.

Was ich nicht erklären kann,
seh' ich als Neurose an
(Psychologen-Witz)

Manik, Oktober 2016
www.lichtrebellen.de