

DAS GROSSE UND DAS KLEINE SELBST

+ Die Fünf Natürlichen Emotionen

[Blog v. 15.5.2007]

DIE TÄGLICHE ENTSCHEIDUNG

Wer bist du und wer wählst du zu sein?

Für mich fühlt es sich so an, als wäre jeder Tag eine Einladung, die Wahl zwischen dem Großen Selbst und dem Kleinen Selbst zu treffen ... oder, was die Visionärin Barbara Marx Hubbard das Universale Selbst / das Lokale Selbst nennen möchte.

Wer möchte ich heute sein? Wer möchte ich soeben jetzt sein? Möchte ich der Große Neale oder der Kleine Neale sein? Möchte ich mich in dem Raum der Schöpfung oder in dem Raum der Reaktion erfahren? Wähle ich diesen Augenblick dafür, dass er sich um den Tanz oder um das Drama handelt?

Ich möchte hier die Dinge nicht simplifizieren, da es eine sehr komplexe Erfahrung ist, die wir haben, dieses Ding namens unser „Leben“, indes, sofern man direkt darauf zu geht, lautet die Frage in der Tat so. Wer möchte ich soeben jetzt sein?

Gespräche mit Gott sagt, dass jeder Akt ein Akt der Selbstdefinition ist. Das bringt Einfachheit in die Sache, und das ein wenig ungehobelt. Es macht es sehr klar, dass jedes einzelne Ding, das wir denken, tun und sagen, wer wir sind definiert und wiedererschafft. Nunmehr besteht die einzige Frage darin, möchten wir im voraus beschließen, wer wir sind, oder möchten wir hinterher herausfinden, wer wir sind?

Ich meine, möchten wir, im Raum jedweder Begebenheit oder jedweden Augenblicks, unser Selbst als einen Nachgedanken oder als einen Vorgedanken erfahren? Als eine Schöpfung oder als eine Reaktion? Was von beiden?

Sodann, im Gefolge dieses Beschlusses – als was möchten wir uns erfahren? Möchten wir uns als Groß oder als Klein erfahren? Wir können die eine oder andere Auswahl treffen – ob wir von der Schöpfung ODER von der Reaktion her kommen. Wir können uns als das Große Uns ERSCHAFFEN, oder wir können in einer Weise REAGIEREN, die unser Großes Uns demonstriert. Und dasselbe gilt für das Kleine Uns.

Das Große Uns hat keine Anbindungen, keine Ängste, keine Bedürfnisse, keine Erforderlichkeiten gegenüber irgendwem oder irgendwas, und keinen Gedanken außer dem der Liebe, des Friedens, der Freude, der Vergebung, des Mitempfindens und der Fürsorge. (Ja, du kannst „Fürsorge“ ohne „Anbindung“

innehaben.) Das Kleine Uns lebt in Zweifel, Zögern, Angst, Nervosität, Traurigkeit, Enttäuschung, Ärger und Selbst-Verzehrung.

Das Große Uns ist um das Selbst gar nicht besorgt, da es Bescheid weiß, dass das Selbst nicht einmal existiert. Nicht als eine Separate Entität mit separaten Bedürfnissen und einer Beunruhigung hinsichtlich seines Überlebens und seines Glückes. Das Kleine Uns sorgt sich alleine um das Selbst, da es denkt, dass das Selbst als etwas vom Ganzen Abgeschiedenes und Getrenntes existiert. Es glaubt, dass das Selbst Bedürfnisse und Erfordernisse besitzt, und dass es irgendwie nicht zu überleben vermag.

Nicht überleben ist unmöglich, doch darum weiß das Kleine Selbst nicht. Jeder Tag ist eine Reise, und der Unterschied heißt, dass das Große Selbst weiß, wo es gerade geht, und dass das Kleine Selbst es nicht weiß. Es hat keine Vorstellung davon, in welche Richtung es unterwegs ist oder was es gerade tut, und dementsprechend läuft es im Kreis, sieht sich den gleichen Problemen gegenüber und durchmisst jeden Tag die gleichen Gefühle – im allgemeinen Traurigkeit und Enttäuschung, gefolgt von Resignation und fortan sogar Bitterkeit und Wut.

Das Große Selbst hat eine Umfassendere Agenda, und das Kleine Selbst denkt, dass das Leben sich um die Verabredung diesen Nachmittag oder um die Terminsetzung von morgen oder um die Möglichkeit am Wochenende, wenigstens einen Zipfel an Spaß in diesem Leben zu bekommen, dreht.

Das Große Selbst möchte nichts als tanzen, und das Kleine Selbst strebt allein dem Drama zu. Ist das Problem gelöst, weiß das Kleine Selbst nicht, was zu tun ist. Also geht es raus und schafft ein weiteres Problem. Das Große Selbst sieht nichts als ein Problem, und gerät in kein „Drama“, sofern es das nicht möchte.

Die Bewegung vom Kleinen Selbst hin zum Großen Selbst kann im Verlaufe eines Augenblinzeln erreicht werden – und, der Trick ist, da zu bleiben. Der Übergang befindet sich im Verlaufe der Straße der Freiheit, und deswegen biete ich nächste Woche The Freedom Retreat an (siehe die Annoncierung weiter unten ... und, sofern du im Bedarf stehst, Freiheit zu haben, sei da).

Ich möchte diese Woche dieses Geschäft des Großen Selbst / Kleinen Selbst erforschen, das ganze Konzept weiter und tiefer überprüfen. Ich würde mich freuen, es mit euch zu erörtern.

Oh, und erinnert mich daran, euch etwas über Darfur zu erzählen.

Mit Umarmen, Neale.

P.S.: Ich schließe mich den vielen tausend Freunden, Getreuen und natürlich der Familie von Rev. Dr. Jerry Falwell an, [...]

=====

[Blog v. 17.5.2007]

Das Angesicht Gottes berühren

Hattest du heute deinen Moment des Großen Selbst?

Fortsetzung unserer Erörterung des Großen Selbst / Kleinen Selbst

Für mich war es wichtig zu erfassen, dass das Große Selbst das Kleine Selbst nutzt, damit das Große Selbst tut, wozu es hierher kam. (Wenn ich sage „hierher kam“, so meine ich in den Körper auf der Erde kam, zu dieser gegenwärtigen Zeit, an diesen gegenwärtigen Ort.)

Es ist mein Gewährsein, dass das Große Selbst aus dem Zweck hierher kam, um Sich Selbst aufs Neue in der nächstgrößten Version der großartigsten Vision, die Es je über Wer Es Wirklich Ist innehatte, zu erfahren, um Sich Selbst zum Ausdruck zu bringen und um Sich Selbst wiederzuerschaffen.

Jetzt kennst du dieses Mantra bereits auswendig. Eins von zwei Sachen ist über uns alle wahr: Wir sind entweder nichts mehr als biologische Begebnisse, als physische Manifestierungen biologischer Prozesse, die leben und sterben und keinen weiteren Ausdruck oder keine weitere Erfahrung des Lebens innehaben, oder, wir sind größer als das; wir sind spirituelle Wesen, deren Leben nicht mit der Auflösung der physischen Brauchbarkeit endet, deren Leben vielmehr die Möglichkeit physischer Brauchbarkeit erschafft, und sie transzendiert.

Sofern das Erstere wahr ist, haben wir nichts weiteres mehr zu erörtern. Sofern das Zweite wahr ist, hat unsere Erörterung gerade erst begonnen. Sofern das Zweite wahr ist, sind wir spirituelle Wesen, die einen Körper bewohnen. (Tatsächlich spricht Gespräche mit Gott davon, dass wir unseren Körper nicht „bewohnen“, sondern dass wir ihn vielmehr umgeben. Das meint, die Seele umschließt den Körper in dem Energiefeld, das die Seele selbst ist.) Es könnte dann so aussehen, dass es zwei Teile von uns gibt: der eine, der spirituell ist, und der, der körperlich ist. Tatsächlich gibt es einen dritten Teil: der, der mental ist. Wir sind Körper, Geist und Seele ['Spirit'].

Das Große Selbst ist das, was ich den Spirit nennen möchte. Es ist ein Teil von uns, der genau weiß Wer Wir Sind und weswegen wir hier sind. Es ist größer als das Kleine Selbst, doch nichtsdestotrotz benutzt es das Kleine Selbst, um seine Agenda voranzubringen. Das Kleine Selbst ist ein Werkzeug. Es ist ein Ausdrucksmittel für das, was das Große Selbst erfasst, was es sei, und für das, was es wählt, in der nächstgrößten Version von Sich Selbst zu sein.

Es ist dem Kleinen Selbst nicht unmöglich, über all das Bescheid zu wissen. Ihm ist es möglich, zu einem derartigen Niveau an Bewusstheit zu gelangen, dass es der Agenda des Großen Selbst und seiner eigenen Identität als einer kleinen Manifestation des Großen Selbst in physischer Form völlig gewahr wird. Sobald das Kleine Selbst bewusst dieser enormen Wahrheit gewahr wird, sehnt es sich danach, sich selbst als das

Große Selbst zu erleben – genau das hatte das Große Selbst im Sinn.

Sobald das Kleine Selbst sich als das Große Selbst erkennt, und sobald es sich selbst erweist, genau das zu sein, ist die Mission des Großen Selbst vollendet. Diesen Prozess nennt man Transformation.

Das Interessante an der Transformation ist, dass sie nicht eine Sache eines einzelnen Zeitpunktes ist. Nicht so, wie wenn man die Mandeln herausgenommen erhält. Nicht etwas, was ein Mal vorfällt, und wonach dann der Prozess abgeschlossen ist. Der Prozess der Transformation ist eine andauernde Erfahrung. Auch sofern wir und während wir voll und ganz das Große Selbst werden, wird das Große Selbst sich in dem Augenblick aufs Neue wiedererschaffen, in einer eben noch umfassenderen Version. Auf diese Weise stellt das Leben sicher, dass das Leben voranschreitet.

Demgemäß – Transformation ist ein fortlaufender Prozess. Man erlebt sich selbst als jemand, der umgewandelt wurde, und im nächsten Moment erfährt man sich selbst, dass man wieder das Kleine Selbst ist. Konstant bewegen wir uns in das Große Selbst „hinein, dann wieder heraus“. Die einzige Variable in diesem Geschehen ist, wie lange wir in dem Großen Selbst bleiben, während wir dort sind, bevor wir wieder zu dem Kleinen Selbst zurückkehren. Es kann sich um ein, zwei Momente handeln, es kann um ein oder zwei Stunden gehen, um einen oder um zwei Tage, eine Woche oder zwei Wochen lang, einen oder zwei Monate lang, ein oder zwei Jahre lang, ein oder zwei Lebenszeiten lang.

Früher oder später werden wir wieder zu dem Kleinen Selbst zurückkehren, da das Verbleiben im Großen Selbst es uns nicht einräumen würde, das, was das Große Selbst wirklich ist, zu erkennen oder zu erfahren. Also, habt Mitempfinden für all die Kleinen Selbst, die ihr rund um euch seht. Jedes von ihnen war das Große Selbst und jedes von ihnen IST ein Großes Selbst, ein Großes Selbst, das sich einfach in diesem bestimmten Augenblick als eine kleinere Version seiner selbst zum Ausdruck bringt.

Habe auch für dich selbst Mitempfinden, denn du drückst dich in dem Augenblick als eine kleinere Version des Größeren Wesens, das du bist, aus. (Außer du tust es nicht. Außer du bringst dich jetzt gerade als dein Großes Selbst in Erfahrung, in diesem Falle weißt du um all das Bescheid, was hier und in den folgenden Absätzen geschrieben steht. Fakt ist, du bist derjenige, der dieses Niederschreiben bewerkstelligt.)

Solange du eine ganze Lebensspanne hier im Großen Selbst lebst, wird Vieles von dem, was du machen wirst, mit dem Aufwecken der Kleinen Selbst um dich herum zu tun haben. Allerdings wirst du nicht die gesamte Lebenszeit als das Große Selbst zu verbringen haben, um das auszurichten. Du kannst dich von Zeit zu Zeit in das Große Selbst verbringen und ebenauch dies ausrichten. Ja, wann immer du dich in das Große Selbst verbringst (was du dann und wann spontan und dann und wann absichtsvoll tust), wirst du dich dies ausrichten sehen. In diesen Zeitspannen – seien es Augenblicke, Stunden, Tage, Wochen, Monate oder Jahre – wirst du die Beobachtung machen, wie du das Leben Anderer auf wahrlich außergewöhnliche Weise berührst.

Hier eine interessante Idee. Was wäre, wenn Jedem, jeder Seele pro Tag wenigstens ein Großes Moment des Selbst stattgegeben würde? Was wäre, wenn du dir selbst einräumtest, deinem Wahren Selbst alle 24 Stunden wenigstens einen Besuch abzustatten, einen Kontakt aufzunehmen, es ein Mal zu erfahren? Vielleicht erlebst du das im Schlaf. Vielleicht im Wachen. Ich meine, wahrlich wach.

Während du das tust, während du dich in diesem „Kontakt“ befindest, schreibst du womöglich Blogs und Bücher, hältst du Reden und Unterrichtseinheiten, richtest du Workshops und Retreats aus, sagst du auf Berggipfeln Gebete auf, übst du auf Hochzeitsfeiern Wunder aus und vermehrst du Laibe und Fische, und heilst du die Kranken und erweckst du die Toten. Oder, du tust gar keins davon. Du bist vielleicht einfach eine gewöhnliche Person, die ein außergewöhnliches Leben führt, die deinen Gatten, deine Kinder, deine Familie und Freunde, deine Kollegen und Mitarbeiter, deine Gemeinschaft und vielleicht sogar auch deine Nation selbst in einer Weise bewegt, das die Leben fortan für immer verändert.

Indem wir uns in diese Augenblicke hinein- und wieder herausbewegen, berühren wir alle das Angesicht Gottes und spiegeln es wider. Wir halten es gegenüber Anderen hin

.... und es stellt sich heraus, dass es einen Spiegel darstellt.

=====

[Blog v. 18.5.07]

Die wunderbare Gabe des Lebens

Das Kleine Selbst hat so viel zu bieten!

In Fortsetzung der Erörterung des Großen Selbst / Kleinen Selbst ...

Ich unterbreite keine Minute lang den Vorschlag, wir sollten unser Kleines Selbst im Stich lassen. Es ist nicht meine Auffassung, dass wir, sofern wir nicht in jedem einzelnen Moment das Große Selbst sind, irgendwie die Sicht auf unsere „Mission“ verloren haben oder beim Leben unseres Zweckes „gescheitert“ sind. Und ich denke, es ist wichtig, das zu begreifen.

Leben ist eine Frage der Balance, und, sofern es für uns nicht spirituell angemessen, oder spirituell nützlich, oder, darf ich sagen, spirituell notwendig wäre, als das Kleine Selbst zu leben, wäre uns vom Leben die Gelegenheit nicht gegeben worden, das zu tun.

Mein Punkt ist: als das Kleine Selbst zu leben, hat einen Zweck. Wir kamen hierhin, um als das Kleine Selbst UND als das Große Selbst zu leben. Es ist die Erfahrung des Kleinen Selbst, die einen Kontext erschafft, innerhalb dessen all die Gewahrsamkeit, die Weisheit, die Verständnisse und das Wissen des Großen Selbst in uns und durch uns hindurch erfahren werden können.

Aus diesem besagten Grunde versieht uns das Leben als das Kleine Selbst mit derart viel Freude. Sofern es nicht vorgesehen war, Teil unserer irdischen Erfahrung – und ein gewichtiger Teil – zu sein, wäre es nicht annähernd so wundervoll bewerkstelligt worden. Seitdem ich also abgelegt habe zu dieser Fahrt kopfüber, um Erleuchtung zu erlangen (mein Gott, ist es das, was ich versuche zu tun?!?!), bestand meine Lektion also

im Leben darin, jedweden Aspekt des Kleinen Selbst bei der Ankunft in meiner Erfahrung willkommen zu heißen; jede Auswirkung und jeden Effekt des Kleinen Selbst als Anteil meiner Realität zu begrüßen; jede Einzelheit des Kleinen Selbst als Teil meiner Reise zu erforschen.

Teil dieses Prozesses war für mich, mehr und mehr über die Fünf Natürlichen Emotionen kennen zu lernen. Meine wundervolle Meisterlehrerin Dr. Elisabeth Kübler-Ross sprach zum ersten Mal mit mir über sie. Diese Emotionen sind uns als Werkzeuge überreicht. Sie sind Teil des Lebens des Kleinen Selbst. Sofern wir sie in der Art einsetzen, wie sie vorgesehen sind, können sie außergewöhnliche Mittel darstellen, um uns zu tiefem Gewahrsein zu führen. Werden sie unterdrückt und dementsprechend nicht so zum Einsatz gebracht, wie es vorgesehen war, so werden sie zum Feind des Geistes, zum Gift im Teich der Bewusstheit, und zu Hindernissen, sodass wir uns in einem Ringen auffinden, jeden Tag unseres Lebens zu bewältigen.

All das möchte ich in meinem nächsten Blog-Eintrag auseinanderlegen. Erlaubt mir währenddessen für heute, mit offenen Armen all die wundervollen, entzückenden, frustrierenden, unerfreulichen, anhebenden, inspirierenden, ernüchternden, enttäuschenden und erhebenden Erfahrungen des Kleinen Selbst willkommen zu heißen. Sieh heute dein Kleines Selbst an. Sieh, wozu er oder sie sich hingezogen fühlt, wovor er oder sie zurückgestoßen wird, was er oder sie mehr und mehr anstrebt, was er oder sie weniger tun möchte, und worin er oder sie enthusiastisch hineinplantscht. Beobachte seine Präferenzen. Sei Zeuge seines Prozesses. Und segne seine Reise, im Wissen, dass das Große Selbst ohne die Aufs und Abs der dann und wann schwierigen Reise des Kleinen Selbst nicht erlangt werden könnte.

In persönlicher Sache – ich werde am Sonntag Richtung North Carolina abreisen, wo ich ein intensives siebentägiges Retreat der spirituellen Erneuerung ausrichten werde. Sollte ich nicht in der Lage sein, in der Zeit an jedem Tag etwas einzustellen, so weiß ich, dass ihr das versteht. Ich werde mein Bestes tun, doch der Retreat geht von morgens bis in die Nacht, und hin und wieder kann er ein Gutteil von mir beanspruchen. Emotional, psychologisch und spirituell ist das abfordernd. Tragt also zusammen mit mir daran, während ich bestrebt bin, den Dialog hier im Gange zu halten.

In der Zwischenzeit lade ich all die Blog-Mitglieder herbei, die Dinge lebensfrisch und die Energie in der Kommentarabteilung des Blogs am Fließen zu halten.

ALS NÄCHSTES: Die Fünf Natürlichen Emotionen.

=====

[Blog v. 20.5.07]

Die Fünf Natürlichen Emotionen

Kummer, Ärger, Neid, Angst und Liebe

Unsere Erörterung hat heute mit den Fünf Natürlichen Emotionen zu tun. Es sind: Kummer, Ärger, Neid, Angst und Liebe. Und innerhalb Dieser existieren auch zwei letztliche Ebenen: Liebe und Angst.

Während die fünf natürlichen Emotionen Liebe und Angst miteinschließen, bilden diese zwei die Basis aller Emotionen. Die anderen drei der fünf natürlichen Emotionen sind Ableitungen dieser zwei.

Letztlich sind alle Gedanken durch die Liebe oder durch die Angst gestiftet. Das bildet die große Polarität. Das bildet die ursprüngliche Dualität. Alles lässt sich letztendlich auf eine der beiden herunterbrechen. Alle Gedanken, Ideen, Konzepte, Verständnisse, Entscheidungen, Wahlen und Handlungen fußen auf einem der beiden. Und ganz zum Ende existiert in Wirklichkeit nur eines.

Liebe.

In Wahrheit ist Liebe alles, was ist. Sogar die Furcht ist ein Ausfluss der Liebe, und, sobald sie effektiv eingesetzt ist, drückt sie Liebe aus. Du wirst dich fragen „Angst drückt Liebe aus?“ Und die Antwort lautet, in ihrer höchsten Form, Ja. Alles drückt Liebe aus, sobald der Ausdruck in seiner höchsten Form existiert. Drückt das Elternteil, das das Kind davor rettet, im Verkehr getötet zu werden, Angst oder Liebe aus?

„Nun, beides, meine ich“, wirst du wohl sagen. „Angst um das Leben des Kindes, und Liebe - - genug, um sein eigenes Leben zu riskieren der Rettung des Lebens des Kindes willen.“

Genau. Und so sehen wir hier, dass Angst in ihrer höchsten Form zur Liebe wird . . . Liebe ist . . . als Angst zum Ausdruck gebracht.

Dem gleich – indem wir uns die Skala der natürlichen Emotionen hinaufbewegen, Kummer, Ärger und Neid sind allesamt eine Form von Angst, die sich hinwiederum als eine Form von Liebe herausstellt.

Eins führt zum anderen. Seht ihr das?

Das Problem tritt heran, sobald eine der fünf natürlichen Emotionen entstellt wird. Dann werden sie grotesk und überhaupt nicht als Auswüchse der Liebe, noch viel weniger als Auswüchse Gottes, was das, was Absolute Liebe ist, ist, erkennbar.

Ich habe zuvor von den fünf natürlichen Emotionen gehört - - durch meine wunderbare Verbindung mit Dr. Elisabeth Kübler-Ross. Sie unterwies mich in ihnen.

Kummer ist eine natürliche Emotion. Er ist derjenige Teil von dir, der es dir erlaubt, Auf Wiedersehen zu sagen, während du nicht Auf Wiedersehen sagen möchtest; der Teil in dir, die Traurigkeit inwendig in dir bei der Erfahrung jedweden Verlustes zum Ausdruck zu bringen – sie herauszudrücken, herauszutreiben. Es kann sich um den Verlust eines geliebten Angehörigen oder der Kontaktlinsen handeln.

Wird es dir gestattet, deinen Kummer zum Ausdruck zu bringen, so wirst du ihn los. Kinder, denen es

gestattet ist, traurig zu sein, wenn sie traurig sind, empfinden sich als Erwachsene bei Traurigkeit recht gesund, und sie bewegen sich gewöhnlich recht zügig durch ihre Traurigkeit hindurch.

Kinder, denen gesagt wird: „He, he, weine nicht“, werden es als Erwachsene schwer haben zu weinen. Nachdem ihnen das ganze Leben über erzählt wurde, ebendies nicht zu tun. Also unterdrücken sie ihren Kummer.

Kummer, der fortwährend unterdrückt wird, wird zu chronischer Depression, einer sehr unnatürlichen Emotion. Aufgrund chronischer Depression haben Menschen getötet. Kriege wurden begonnen, Nationen haben sich überfallen.

Ärger ist eine natürliche Emotion. Er ist derjenige Teil von dir, der es dir erlaubt, „Nein, Danke“ zu sagen. Das muss nicht missbrauchend sein und muss einem Anderen keinen Schaden zufügen.

Wird es Kindern gestattet, ihren Ärger zum Ausdruck zu bringen, bringen sie eine recht gesunde Haltung ihm gegenüber in die Erwachsenenjahre hinein, und sie bewegen sich gewöhnlich recht zügig durch ihren Ärger hindurch.

Kinder, die dazu gebracht werden, zu fühlen, dass ihr Ärger nicht in Ordnung ist - das meint, es sei falsch, ihn auszudrücken, und es sei tatsächlich so, dass sie ihn überhaupt nicht erleben sollten -, werden es als Erwachsene im Umgang mit Ärger schwer haben.

Ärger, der fortwährend unterdrückt wird, wird zu Wut, zu einer sehr unnatürlichen Emotion.

Aufgrund von Wut haben Menschen getötet. Kriege wurden begonnen, Nationen haben sich überfallen.

Neid ist eine natürliche Emotion. Er ist diejenige Emotion, der ein fünfjähriges Kind mit dem Wunsch versieht, es könne bereits so, wie es seine Schwester kann, die Türklinke erreichen – oder es könne mit diesem Fahrrad fahren. Neid ist die natürliche Emotion, die dich mit dem Wunsch versieht, es noch einmal zu tun; es umso mehr zu versuchen; weiterhin eifrig darin zu sein, bis du Erfolg hast. Es ist sehr gesund, sehr natürlich, neidisch zu sein.

Wird es Kindern gestattet, ihren Neid zum Ausdruck zu bringen, bringen sie eine recht gesunde Haltung ihm gegenüber in die Erwachsenenjahre hinein, und sie bewegen sich gewöhnlich recht zügig durch ihren Neid hindurch.

Kinder, die dazu gebracht werden, zu fühlen, dass ihr Neid nicht in Ordnung ist - das meint, es sei falsch, ihn auszudrücken, und es sei tatsächlich so, dass sie ihn überhaupt nicht erleben sollten -, werden es als Erwachsene im Umgang mit Neid schwer haben.

Neid, der fortwährend unterdrückt wird, wird zu Eifersucht, einer sehr unnatürlichen Emotion. Aufgrund von

Eifersucht haben Menschen getötet. Kriege wurden begonnen, Nationen haben sich überfallen.

Angst ist eine natürliche Emotion. Alle Kinder werden nur mit zwei Ängsten geboren: die Angst zu fallen, und die Angst vor lauten Geräuschen. Alle anderen Ängste sind erlernte Erwidernungen, an das Kind durch die Umgebung herangeführt, durch seine Eltern gelehrt. Der Zweck der natürlichen Angst ist es, ein wenig an Vorsicht einzubauen. Vorsicht ist ein Werkzeug, das hilft, den Körper am Leben zu halten. Sie ist ein Ausfluss von Liebe. Der Liebe des Selbst.

Kinder, die dazu gebracht werden, zu fühlen, dass ihre Angst nicht in Ordnung ist - das meint, es sei falsch, sie auszudrücken, und es sei tatsächlich so, dass sie sie überhaupt nicht erleben sollten -, werden es als Erwachsene im Umgang mit Angst schwer haben.

Angst, die fortwährend unterdrückt wird, wird zu Panik, einer sehr unnatürlichen Emotion. Aufgrund von Panik haben Menschen getötet. Kriege wurden begonnen, Nationen haben sich überfallen.

Liebe ist eine natürliche Emotion. Wird ihr bei einem Kind normal und natürlich, ohne Beschränkung oder Bedingung, ohne Verbot oder Verlegenheit, stattgegeben, zum Ausdruck zu gelangen, sie in Empfang zu nehmen, so bedarf es um nichts weiteres mehr. Denn die Freude der Liebe, derart zum Ausdruck gebracht und in Empfang genommen, ist für sich selbst genügend. Freilich wird Liebe unnatürlich, sobald sie unter Bedingungen gestellt, beschränkt, durch Gesetze und Regulierungen, Rituale und Restriktionen verformt, kontrolliert, manipuliert und vorenthalten wird.

Kinder, die dazu gebracht werden, zu fühlen, dass ihre natürliche Liebe nicht in Ordnung ist - das meint, es sei falsch, sie auszudrücken, und es sei tatsächlich so, dass sie sie überhaupt nicht erleben sollten -, werden es als Erwachsene im Umgang mit Liebe schwer haben.

Liebe, die fortwährend unterdrückt wird, wird zu Besitzgier, einer sehr unnatürlichen Emotion. Aufgrund von Besitzgier haben Menschen getötet. Kriege wurden begonnen, Nationen haben sich überfallen.

Demgemäß erwirken natürliche Emotionen, sobald sie unterdrückt werden, unnatürliche Reaktionen und Erwidernungen. Und die meisten natürlichen Emotionen sind bei den meisten Menschen unterdrückt. Freilich – jene sind deine Freunde. Deine Geschenke. Sie sind deine göttlichen Werkzeuge, mittels derer du deine Erfahrung fertigst. Diese Werkzeuge sind dir von Geburt an überreicht. Sie sind da, um dir beizustehen, das Leben auszuhandeln.