

# Psyche 4

## Praktische Beispiele

### **1992 Beratung einer Klientin mit unterdrücktem Modus Aggressivität**

Die folgende Durchsage zeigt eine Vorgehensweise bei einer aggressiven Psychose, die auf Sedieren verzichtet und stattdessen die geistige Fähigkeit eines Menschen durch einfache Übungen so einsetzt, dass die destruktiven Anfälle abnehmen können und man lernt, die starken Kräfte des Modus selber unter Kontrolle zu bringen. Die Psychose drückte sich so aus, dass die Patientin 10 Monate brav wie ein kleines Mädchen war und dann schlagartig so aggressiv wurde, dass man sie eingeliefert und dann sediert hat. Die Quelle interpretiert den Gewaltausbruch als einen Versuch der Selbstheilung. Die Sedierung verhindere dies.

Was kann ich tun, damit die Psychosen in Zukunft nicht wiederkommen?

Du kannst tatsächlich etwas tun, damit wollen wir sagen, dass dich gezielte, bewusste Aktivität aus deinem Dilemma erlösen kann. Aktiv sein also ist die Devise. Aktiv sein bedeutet, den Körper bewegen. Aktiv sein bedeutet, den Geist bewegen und bedeutet auch, vieles in Bewegung zu bringen, was passiv ruht, was sich nicht heraustraut, was sich zurückzieht, und auch was andere in Aufruhr bringen könnte.

Aktivität und Bewegung sind die Schlüssel zu deiner Gesundheit. Denn du leidest unter einer Blockade deines natürlichen Bedürfnisses auf die Welt Einfluss zu nehmen. Gerade in den letzten Jahren musstest du verstärkt erleben, dass die Welt auf dich Einfluss nimmt. Dass diejenigen, die stärker sind als du oder zumindest sich stärker gebärden, versuchen dir Vorschriften zu machen, wie du zu sein hast, wie sie dich akzeptieren können. Und während es in den letzten Jahren für dich verstärkt erkennbar war, wie andere sich dir gegenüber verhalten, hast du in Kindheit und Jugend dasselbe gespürt, es aber nicht identifizieren können als eine Einengung, als eine Vorschrift, da du sie damals akzeptiert hast.

Wir sagen noch einmal, dein Dilemma kann sich auflösen, wenn du dich sachte und behutsam dazu trainierst, wirklich aktiv auf die Welt Einfluss zunehmen. Mit deinem Geist, mit deinem Körper, mit deiner Stimme, mit deinen Bewegungen, aber auch, indem du die Wertigkeit in Bewegung bringst, die dein Innerstes noch so stark prägt. Dein Geist hat längst erkannt wo der Punkt liegt, in dem du keine Zugeständnisse machen wirst. Aber deine Psyche reagiert noch angstvoll auf die Erkenntnisse des Geistes.

Du fragst uns, was kann ich tun, damit diese Psychose nicht wieder auftaucht und du implizierst, dass die Psychose etwas ist, was über dich kommt so als müsstest du dich ihrem Auftauchen passiv fügen, so als könntest du nichts dagegen tun, so als wolltest du sie gar nicht haben und sie kommt dennoch zu dir. Du empfindest sie als etwas, das von außen kommt und nicht von innen.

Wir sprechen jetzt zu deiner Psyche, nicht zu deinem Geist. Wir wissen, dass dein Geist ganz andere Vorstellung hat als die, von denen wir eben gesprochen haben. Du bist mental vollständig im Bilde und aufgeklärt über die Zusammenhänge die sich aus deinen verschiedenen Zuständen ergeben. Du kannst sie benennen, aber es wird dir erst helfen, wenn Psyche und Geist in eine Richtung arbeiten und nicht gegeneinander. Und das was deine Psyche mit dir macht, das empfindest du als fremd. Nun wollen wir dir ganz klar sagen, dass du deiner Psyche keineswegs ausgeliefert bist. Auch wenn alle, die darüber Bescheid zu wissen glauben, sagen, dass das Unbewusste stärker ist als das Bewusste und dass sich jeder Mensch von seinen Triebkräften überrollt fühlen muss, wenn sie sich einmal melden, sagen wir dir doch, du hast genügend Freiheit, genügend Kraft, genügend Einflussbereitschaft, um die Kräfte, die in dir stecken, zu kanalisieren.

Kanalisisieren bedeutet, den großen wilden Strom einzudämmen und umzuleiten, so dass du ihn nutzen kannst. Einen Urstrom kann man keiner Kulturanforderung unterwerfen. Kultivieren kann man den Urstrom erst, wenn man Schleusen baut und Dämme und Mühlen und Wasser- und Kraftwerke. Dann erst kann man die Wildheit des Wassers nutzbringend einsetzen und ebenso kannst du mit deinem Urstrom an Schöpferkraft, an Dynamik an Aggressivität positiv verfahren.

Wir geben dir bald Gelegenheit, weitere Fragen zu stellen, aber zuvor möchten wir dir einige Hinweise geben, wie du deinen wilden Urstrom ein wenig mehr unter deine Kontrolle bringen kannst, ohne gleich in unwirtliche Wüstengegenden umziehen zu müssen, weil du dich vor diesem Wasser fürchtest.

Es handelt sich um einen Prozess, der einige Zeit in Anspruch nehmen wird, aber wir wissen, dass du bei aller Dynamik inzwischen doch ein wenig Geduld gelernt hast. So wie es einige Zeit und Mühe erfordert, einen Urstrom einzudämmen und Mühlen zu bauen, dauert es auch für dich ein Weilchen, bis du deine Kräfte unter Kontrolle gebracht hast, ohne sie abzuwürgen.

Beginne also mit folgenden Übungen. Immer dann, wenn du dich schlaff und müde fühlst, immer dann, wenn dich die Resignation packen will, und das wird, wenn du genau beobachtest, mehrmals am Tag der Fall sein, dann nimm die Hände hoch, bringe sie vor deiner Brust in eine aggressive Haltung, so als wolltest du einem nicht näher definierten Wesen das Gesicht zerkratzen und fange an zu knurren wie eine Löwin die nicht gewillt ist, ihr Reich einer anderen Löwin zur

Verfügung zu stellen, die ihre Jungen verteidigen wird und keineswegs bereit ist, auch nur die geringsten Kompromisse zu machen. Hebe also deine Hände, bilde Krallen, und knurre. Das musst du niemandem zeigen, du kannst dir aber ein inneres Bild machen von der Person, die du anknurren möchtest und die du am liebsten mit deinen Klauen zerreißen möchtest. Beginne jedoch sachte, und immer dann, wenn du Angst bekommst vor den Gefühlen, die da aufsteigen können, höre sofort auf damit.

Du wirst aber nach kurzer Zeit merken, dass dir eine solche Übung einen recht großen Spaß machen kann. Sie tut niemandem weh, aber sie befreit deine Urkräfte. Denn du bist in deinem Herzen eine kampfbereite Löwin, nur waren weder deine Eltern noch dein Mann in der Lage, sich diese Löwin als Haustier zu halten. Aber du gehörst ja auch nicht in eine Wohnung, du gehörst in die freie Steppe und in die Urstromtäler deiner Kraft.

Eine zweite Übung, die ähnlich befreiende Wirkung hat, ist das Ballen der Faust, das Zusammenpressen der Finger zu einer Faust, so wie man sie macht, wenn man auf den Tisch schlagen will. Diese Faust kannst du bilden, wo immer du bist, niemand wird es merken. Immer dann, wenn du wirklich wütend wirst, kannst du deine Gefühle durch das Bilden einer Faust kanalisieren, ohne sie weg zu machen, ohne sie zu unterdrücken. Sei es in der Öffentlichkeit, sei es im privaten Bereich, ob du allein bist oder mit anderen, du kannst deine Rechte und abwechselnd die Linke zu einer Faust ballen und die Kraft, die in deinen Armen steckt spüren und wissen, dass dir niemand etwas tun kann. Du hast die Möglichkeit, dich zu wehren, aber du musst nicht zerstören.

Die dritte Übung die dich wahrhaft befreien kann, ist das Stampfen mit den Füßen. Dazu brauchst du ein wenig akustische Hilfe. Wir raten dir, eine für dich erträgliche Trommelmusik zu besorgen, ähnlich wie sie in Afrika für Tänze verwendet wird. Aber nimm nur ein Rhythmusgefüge, das dir persönlich zusagt und dann gehe im Zimmer umher und lasse deine Füße schwer auf den Boden fallen. Stampfe mit den Füßen und berücksichtige vor allem die Fersen. Auch das wird Energie ableiten, die überschüssig ist ohne dir Energie zu rauben, die du brauchst.

Wenn du diese drei Übungen mehrmals am Tag für ganz kurze Zeit machst und so weit steigert, wie es dir nicht unheimlich ist, dann wird es dir bald besser gehen und du wirst dich nicht mehr mit der atemberaubenden Angst vor einem neuen Angstanfall herumplagen müssen, denn das wollen wir dir zum Abschluss unserer ersten Rede sagen, vor allem die Angst vor der Angst ist es, die dich in eine neue Psychose hineintreiben könnte, in einen Ausbruch, der für dich und für andere wahrhaft übermäßig ist.

Wenn du weniger Angst davor hast, wirst du weniger in Gefahr sein. Und deine Angst kannst du selbst beeinflussen, wenn du diese Bewusstseinsübungen machst, ohne dich zu schwächen. Grundsätzlich geht es nicht darum, dass deine Aggressionen, deine Wut, deine Lebenskraft geschmälert werden soll, es geht nur darum sie umzuleiten in ein Gefühl echter Stärke, echter Kampfbereitschaft, einer klaren Definition und dass dir deine Dynamik zur Verfügung steht, anstatt dass du sie in aggressive Handlungen entweder gegen dich selbst, gegen Gegenstände oder gegen andere umwandeln musst.

Du wirst noch anderthalb bis zwei Jahre brauchen, bist du dir wirklich sicher bist, dass du ganz gelassen, ganz selbstverständlich mit deinen Kräften hantieren kannst. Denn du bist ja von Anfang an auch als Mädchen erzogen worden, obgleich es dir ganz gutgetan hätte, mehr in deinen maskulinen Qualitäten gefördert zu werden. Doch war es für deine Eltern schwierig, mit deinen Stärken umzugehen. Deshalb haben sie versucht, dich sanft zu machen. Doch deine Sanftheit ist eine unechte Sanftheit. Wir wollen sie nicht fördern, du solltest sie auch nicht fördern.

Zur Erläuterung: Modus Aggressivität ist der Modus der Energie 7, einer königlichen dynamischen Energie und hat insofern etwas stark Männliches.

## 1997

Ich meine zu beobachten, dass die Seelenalter Alt 4 und Alt 5, die zu uns kommen, ganz besonders viel psychische Probleme zu haben scheinen. Ich drücke mich bewusst vorsichtig aus. Wie kommt das? Ich bitte um eine Hilfe des Verstehens gerade im Zusammenhang zwischen Psyche und Seele.

Wir wollen es dir erklären mit einem Bild. Eine junge Seele hat eine recht dicke Haut, die zusätzlich noch mit einer Hornhaut und mit einem schützenden Fell versehen ist. Eine reife Seele trägt nach und nach die Hornhaut ab. Eine alte Seele hat eine zunehmend dünne Haut. Und je dünner die Haut ist, umso mehr scheinen die Blutgefäße hindurch. So darfst du also das, was du als Problematik der Seelen Alt 4 und Alt 5 beobachtest, verstehen.

Nicht dass die anderen weniger Probleme hätten, aber sie sind stärker überdeckt. Und je älter eine Seele wird, umso weniger tarnende Haut hat sie über dem, was sie bewegt, und umso mehr ist sie auch genötigt, diese Venen, Adern und anderen Gefäße zu zeigen. Man sieht ihr sozusagen das, was ihre Psyche umtreibt, schon von weitem an.

Die Panzerung ist kaum noch vorhanden. Die Probleme an sich - wenngleich sie nicht wirklich quantifizierbar sind - kann man nicht als größer oder stärker bezeichnen als bei allen anderen Menschen. Eine so alte Seele hat einen innewohnenden Antrieb zur unbedingten Authentizität, auch wenn dem psychisch

manches entgegensteht und dies verhindert. Der Antrieb ist dennoch vorhanden und er zeigt sich, indem ein Mensch auch seine Probleme nicht mehr unter einer Schicht von Wohlverhalten und Anpassungsbereitschaft zu verbergen vermag.

### **Im Folgenden möchte ich einige Aussagen der Quelle, die zu diesem Themenkomplex gehören, in eigenen Worten darstellen.**

1. Die Quelle sprach davon, dass es „reduzierbare“ und „nicht reduzierbare“ Angstanteile gibt. Die nicht reduzierbaren Anteile, die auch wie wir gehört haben bei einem Erleuchteten erhalten bleiben, bei ihm aber keine negative Kraft mehr haben, sind notwendig für die weitere Entwicklung eines auch sehr liebevollen Menschen, denn wir haben ja gehört, dass Angst ein unverzichtbarer Entwicklungsmotor ist.

Übrigens sagten sie auch, dass viele besser sagen sollten „Ich war erleuchtet“ statt „Ich bin erleuchtet“. Offensichtlich ist es so, dass dieser besondere und auch unnatürliche Zustand nur von wenigen extrem alten Seelen auf Dauer aufrechterhalten werden kann, speziell wenn sich damit ein besonderer seelischer Auftrag verbindet wie bei Osho. Dazu passt auch, dass sie sagen, dass ein solcher Zustand in der Regel erst am Ende eines Lebens eintritt und ein Aufrechterhalten daher gar nicht mehr notwendig ist.

Nach Auflösung des Ashrams in Oregon reisten einige angeblich erleuchtete Bhagwan Schüler durch die Lande. Eine solche Veranstaltung habe ich einmal besucht. Herein kam ein halbnackter Mann mit einem Tuch um die Lenden und ging unendlich langsam nach vorne. Das kam mir künstlich vor, denn ich hatte Bhagwan ja selber erlebt und die Ausstrahlung und der Bewegungsablauf dieses Mannes schien mir künstlich aufrechterhalten, wie aus einer Erinnerung.

Zu Beginn meldete sich eine Frau, die ihm einen Brief geschrieben hatte und eine Frage stellte. Er reagierte unglaublich unfreundlich so dass ein Schock durch die Versammlung ging und das lief auch weiter so. Ich ging dann und fragte später die Quelle. Dieser Mann war ein Beispiel für das oben Gesagte. Er war eine Zeitlang wirklich in diesem besonderen Zustand gewesen und hatte ihn verloren. Ich stelle mir das recht schmerzhaft vor.

Die Quelle erklärte: Dieser Sannyasin hatte die Erleuchtung dadurch erlangt, dass er besonders tief in seine eigenen Ängste hineingegangen war. Daher – und das war die entscheidende Erklärung – ging er davon aus, er würde anderen am besten helfen, wenn er sie in ihre Ängste hineintreiben würde. Plötzlich wurde sein Verhalten nachvollziehbar. Eine weitere Bemerkung: Wenn jemand diesen Zustand verliert, kommt die Angst in einer sehr feinen, subtilen und schwer erkennbaren Weise zurück.

2. In den Texten taucht eine Bemerkung auf, dass auch der Geist krank werden kann. Dabei übernimmt oder entwickelt jemand menschenverachtende geistige Vorstellungen, die er dann nach außen vertritt. Hitler war bis zum Ende psychisch so stabil, dass er seinen eigenen Tod noch klar organisieren konnte. Allerdings hatte er sich in seiner Wiener Zeit die Inhalte der dort damals kursierenden Hassreden und -schriften angeeignet und zu seinen eigenen gemacht, um seine seelische Aufgabe erfüllen zu können.

3. Eine besondere Funktion der Angst besteht in hilfreicher verfeinernder Verzögerung von Entwicklung. Als ich mich einmal beklagte über meine Nebenangst Hochmut war die Antwort:

*Bei deinen vier 7ern (Herrschen, Ungeduld, Realist, motorisch zentriert) wärest du unerträglich dominant geworden, wenn dich deine Angst nicht gebremst hätte.*

Eine alte Seele braucht sowieso lange, bis sie in ihre vollen Fähigkeiten kommt. Außerdem möchte sie nicht in die brutalen Fehler der Vergangenheit verfallen. Die Quelle sagt aber auch dazu, dass dies nicht heiße, dass Angst deshalb etwas Positives sei, sie habe aber innerhalb des Systems diese sinnvolle Auswirkung.

Ich habe später dann diesen Effekt mehrfach bei anderen beobachtet. Ein besonderer Fall war folgender. Wir hatten einen Teilnehmer Alt 5, einen Weisen mit Modus Macht. Das sind 4 Mal die intensive Energie 5 auf hohem Niveau. Er sah aus wie halbtot. Hilflos erscheinend. Ich gab ihm ein Elixier für Modus Macht. Keine Reaktion. Das kommt sehr selten vor. Aber ich konnte ja die Quelle fragen:

*Dieser Mensch möchte noch eine Zeitlang seinen Modus unter dem Aspekt der Ohnmacht leben um ihn später umso liebevoller anwenden zu können.*

Und daher konnte das Mittel nicht wirken. Also auch hier eine seelische Entscheidung, eine Entwicklung zu verzögern, um ein Matricelement reifer anwenden zu können. Ich habe dann gelegentlich diesen Verzögerungseffekt auch an anderen Menschen im ersten Leben Alt 5 erlebt.