

4. Juni 2024 - Sundari

Das Verteidigte und das, was nicht verteidigt werden kann

Als Suchende, vor allem als Selbstverwirklichte, neigen wir oft dazu zu glauben, dass wir die Psychologie unserer Kindheit ausreichend gesehen und verstanden haben, denn in diesem Stadium sind wir in der Regel hoch qualifiziert und haben eine Menge Arbeit geleistet, um Tendenzen, die uns binden, zu negieren.

Oder wir glauben, dass wir das nicht brauchen, weil das „innere Kind“ „nicht real“ ist und nicht „ich“ ist. Es scheint uns fast unter unserer Würde zu sein, uns durch den „Mülleimer“ zu wühlen oder die Person anzuerkennen. Schließlich ist unsere wahre Natur das Selbst, das ganz und vollständig und immer gut ist, egal, was mit dem Jiva passiert oder nicht.

Warum sich also die Mühe machen, wenn du das Selbst bist und der Jiva du ist? Das ist zwar die Wahrheit, aber ganz so einfach ist es nicht. Der Jiva ist das Selbst, aber das Selbst ist nicht der Jiva. Jiva, die Person, mag nicht real sein, aber sie existiert. Wenn die Jiva-Identität den Fluss der Liebe blockiert, und sei es auch nur auf scheinbar unbedeutende Weise, blockiert sie den Zugang zur Selbsterkenntnis, und du wirst leiden. Es wird sehr schwierig sein, Karma-Yoga anzuwenden, auch wenn du dir vormachst, dass du es tust. Karma-Yoga funktioniert nicht, wenn wir etwas verleugnen. Sich auf das Selbst zu besinnen, mag unsere Zuflucht sein, Guna-Yoga und Meditation werden den Geist in den Griff bekommen, aber dauerhafte Zufriedenheit wird uns trotzdem verweigert bleiben.

Je nachdem, wie viel von den beiden oben genannten Ansätzen wahr ist, kann jeder Weg auf eine spirituelle Umgehung hinauslaufen. Eine Umgehung ist alles, was die Wahrheit ignoriert, nicht anerkannt oder einfach gar nicht gesehen wird. Dann wirkt Verleugnung in Form von *Tamas*. Das bedeutet normalerweise, dass wir nicht wissen, dass wir etwas verleugnen.

Für mich hatte der Prozess der Identifizierung des Kerns eines tiefen Kindheits-Samskaras in letzter Zeit Elemente von beidem. Ich bemerkte die spirituelle Umgehung nicht, weil ich dachte, ich hätte das Programm im Lichte der Selbsterkenntnis verstanden und negiert. Und das hatte ich zu einem großen Teil auch. Dass meine wahre Natur das Selbst ist, ist unumstößliches Wissen. Ich war vollkommen zufrieden, hatte fast keine Wünsche außer denen, die im Einklang mit dem Dharma standen, und war die meiste Zeit glücklich. Aber nicht ganz.

Ich stellte fest, dass das universelle, verteidigte innere Kind, das keine Liebe empfangen wollte, immer noch aktiv war, und wie sich das in meinen

Beziehungen auswirkte. Anstatt das innere Kind zu schützen, rief es genau das hervor, vor dem „sie“ geschützt werden wollte. Ich bezeichne es als „sie“, aber es ist geschlechtslos und gilt für alle. Das innere Kind ist ein Archetyp – ein übergeordneter Typ – der das adaptive Kinderprogramm in uns allen bildet. Es ist die Rüstung, die wir alle als Kinder angelegt haben, um das Kind zu schützen, das sich seinem Schicksal in dieser Welt stellen und lernen muss, sich an das Leben mit all seinen vielen Herausforderungen anzupassen, egal wie gut oder schlecht unser Karma ist.

Wenn du denkst, dass das nicht auf dich zutrifft, denke noch einmal darüber nach. Bist du manchmal passiv-aggressiv, zurückhaltend, misstrauisch, reizbar, deprimiert, wütend oder ängstlich, ohne dass du einen Grund dafür nennen kannst? Hast du das durchdringende Gefühl, dass nichts richtig ist, egal wie gut die Dinge sind, oder dass du nicht authentisch bist? Fühlst du manchmal Hass auf andere, vor allem auf die, die dir am nächsten stehen, oder hast du Angst vor ihnen, aber du versteckst es, weil du weißt, dass diese Gefühle inakzeptabel sind? Ertappst du dich dabei, dass du dich selbst verteidigst, weil du dich angegriffen fühlst, auch wenn du es nicht bist? Projizierst du Freundschaft und Intimität auf bestimmte Menschen, um sie zu Verbündeten zu machen, die deinen unbewusst verleugneten Schmerz unterstützen? Und ohne eigenes Verschulden lassen sie dich im Stich, weil sie dir nicht nur nicht helfen können, sondern auch nicht helfen sollen, dich zu täuschen.

Ich habe noch nie jemanden getroffen, auf den das alles oder etwas davon nicht in gewissem Maße zutrifft. Die einzige Ausnahme ist vielleicht James, denn er ist der einzige vollständig selbstverwirklichte Mensch, den ich kenne. Das heißt aber nicht, dass er nicht auch ein anpassungsfähiges inneres Kind hatte. Das gehört zum Menschsein dazu. Er ist nur wirklich frei davon.

Wenn du dich jemals wie ein Hochstapler oder ein Schwindler fühlst, dieses Gefühl aber ins Unbewusste verdrängst oder es mit dem Deckmantel der Psychologie oder der Vedanta-Sprache umhüllst, hast du ein uneingestandenes inneres Kind, das leidet. Ich habe das getan. Weil ich Selbsterkenntnis habe, kann ich die Person leicht negieren, indem ich satya von mithya unterscheide. Aber das lässt sie nicht verschwinden. Zu meinem Glück schickte mir Isvara zwei gute Freunde, von denen ich nicht wusste, dass sie Freunde sind. Kluge und beeindruckende Damen, Lisa Baxter und Susan Barlettani. Mit ihrem Fachwissen und ihrem unendlichen Mitgefühl sahen sie den Schmerz des inneren Kindes und zeigten mir meinen spirituellen Bypass. Lisa nannte es Vedanta „Doppel-Sprache“. Als ich das zum ersten Mal hörte, dachte ich, dass Lisa offensichtlich nicht

versteht, dass die Selbsterkenntnis die dominante Linse ist, durch die ich alles sehe, was mit dem Jiva zu tun hat.

Und so kann sogar die Selbsterkenntnis zu einem Hindernis werden, sich vom Jiva-Programm zu entbinden, wenn Verleugnung im Spiel ist. So sehr ich das Programm des inneren Kindes auch kannte, ich hatte es nicht vollständig anerkannt, gehört, gesehen und in mir aufgenommen. Damit sich dieser Teil unserer Psyche sicher fühlt und dieses tiefe Muster in Selbsterkenntnis aufgelöst und losgelassen werden kann, muss dies zuerst geschehen. So unwirklich sie auch sein mögen, sie halten uns davon ab, voll zu leben, und blockieren den Zugang zur Selbsterkenntnis, wenn sie ausgelöst werden. Ganz bestimmt wird uns dieses Muster daran hindern, die Selbsterkenntnis vollkommen zu verwirklichen. Ohne diese radikale Selbstakzeptanz ist es nicht möglich, wirklich frei vom Jiva und frei als das Selbst zu leben, zu akzeptieren, dass unsere wahre Natur immer glückbringend und vollkommen ist, um unverteidigt als das nicht verteidigbare Selbst zu leben - *mokṣa*.

Endlich erkannte ich, welchen Preis diese Kindheitswunde für den Seelenfrieden hat. Īśvara hat es mir durch die jüngsten Ereignisse in meinem Leben kristallklar gezeigt, die den Schutzmechanismus des Egos für dieses Muster durchbrochen haben. Und das Ego schützt es mit aller Kraft. Gestern hat Īśvara in Form von Susan Barlettani perfekt in Worte gefasst, wie das Kindheits-Programm funktioniert, als ich ihr für ihre Unterweisung auf Zoom am letzten Sonntag dankte. Diese Unterweisung fand ich sehr bewegend, weil für mich diese Erkenntnis stattfand. Falls jemand Susan schreiben möchte: Sie ist eine professionelle Psychologin, die sich darauf spezialisiert hat, das innere Kind zu erkennen und das Männliche und Weibliche in Einklang zu bringen. Ihre E-Mail Adresse lautet: susanwbarlettani@gmail.com

Im Folgenden findest du den Satsang, den wir zu diesem Thema hatten.

Susan: Es ist immer wieder faszinierend, den Prozess des Besuchs des inneren Kindes zu beobachten und zu schützen. Die meisten von uns denken, dass wir es kennen, aber wir kennen es nicht wirklich, außer durch die Art und Weise, wie es sich in unserer primären Beziehung verhält. Sie sagt die Wahrheit. Eigentlich kann sie nur die Wahrheit sagen, und auf einer gewissen Ebene wissen wir das, deshalb haben wir Angst vor ihr und halten sie aus unserem Bewusstsein fern. Aber sie sagt trotzdem die Wahrheit, indem sie sich in unserer Beziehung ausdrückt. Sie wird unsere Täuschung nicht dulden und sie wird keine spirituelle Umgehung tolerieren. Sie will gesehen

und geliebt werden, und wenn wir sie verleugnen, was ein unbewusster Prozess zu sein scheint, sucht sie nach Liebe „außerhalb“ ihrer selbst. Und warum? Weil die psychologische Geburt eines Säuglings/Kindes ein Prozess der Extrovertiertheit und der Verbindung mit der Außenwelt ist. Und so geht es weiter und weiter. Sie weint und wir erleben ihren Schmerz als eine freischwebende Depression, Angst oder Wut. Sie lässt sich nicht verleugnen. Bestenfalls haben wir eine Geschichte über sie und über unsere Vergangenheit, die sich oft ändert, wenn sich das Konzept des Egos selbst ändert. Aber die Wunden, die wir ihr zufügen, ändern sich erst, wenn wir sie aufsuchen und sie uns zu eigen machen. Das ist kein intellektueller Prozess. Es ist ein vitaler und viszeraler Prozess, der sich nicht darum schert, was wir denken. Die einzige Voraussetzung ist dein ganzer Mut und deine ganze Liebe.

Sundari: Ich habe das vor kurzem erlebt: Dieser tiefen Teil der Psyche, der sich nicht verleugnen lässt und die meiste Zeit seines Lebens zum Schweigen gebracht wurde. Er verlangt danach, geliebt und gehört zu werden. Sie wird sich nicht mit weniger zufrieden geben. Wie du am Sonntag gesagt hast, will sie sicher sein, dass sie niemals ignoriert oder an jemand anderen abgegeben wird, um geliebt zu werden, oder zum Schweigen gebracht wird. Es ist so wahr, dass „sie“ die Wahrheit sagt, relativ gesehen, und das kann sie nur in der Art und Weise tun, wie sich das Muster in unserer Beziehung abspielt. Ísvara ist barmherzig. Aber wie viel Ärger kommt auf sie zu, wenn sie nicht anerkannt wird. Als du am Sonntag gesprochen hast, habe ich diese Verbundenheit und Traurigkeit für sie gespürt.

Es war so interessant, ihr zuzuhören und auch ihre Geschichte als das Selbst zu betrachten, dass die einzige endgültige Wahrheit ist. Das macht es möglich, ihre Geschichte ohne Umgehung zu akzeptieren und gleichzeitig zu sehen, wie sie sich im Lichte der Liebe, die keine Geschichte kennt, als ein Objekt auflöst, das mir, dem Selbst, bekannt ist. Nur so können wir ein echtes narratives Upgrade bekommen. Sonst bleibt der „Virus“ im System, verbündet mit dem sogenannten „Upgrade“. Ein kniffliges Unterfangen, dieses „sowohl als auch“ der Dualität/Non-dualität. Aber es ist ein Weg, den wir alle gehen müssen, wenn wir authentisch leben wollen, und ganz sicher, wenn *mokṣa* unser Ziel ist.

Danke für deine Weisheit und Freundlichkeit, du warst mir eine große Hilfe.

Alles Liebe,

Sundari