

Das wöchentliche GMG-Bulletin

21. Juli 2023, #1069

Neale spricht über den Ausstieg aus deiner Geschichte

Meine lieben Freunde,

jeder von uns hat eine "Geschichte", die wir leben. Es ist die Geschichte, die wir uns (und anderen) darüber erzählen, wer wir sind, wie wir so geworden sind und wie wir unser Leben von nun an gestalten wollen. Jedes Mal, wenn unsere Gefühle verletzt werden oder wir von etwas enttäuscht sind, das jemand anderes getan oder gesagt hat (oder nicht getan oder nicht gesagt hat), geraten wir in unsere "Geschichte". Jedes Mal, wenn wir Erwartungen oder Anforderungen (an uns selbst oder andere) stellen, geraten wir in unsere "Geschichte". Jedes Mal, wenn wir uns dabei ertappen, wie wir auf einen anderen (oder auf uns selbst) aus einer (echten oder vermeintlichen) Verletzung heraus reagieren, geraten wir in unsere "Geschichte".

Unsere "Geschichte" kann buchstäblich unser Leben bestimmen. Für die meisten Menschen ist sie sogar das Einzige, was das tut. Wir kommen aus unserer Geschichte, wenn wir mit eingehenden Daten konfrontiert werden, und wir gehen zu unserer Geschichte, wenn wir ausgehende Daten senden. Nimmt man uns unsere "Geschichte" weg, sind wir so gut wie verschwunden.

Hier ist ein typisches Beispiel für eine "Geschichte": Marilyn war acht Jahre alt, als sie das erste Mal von ihrem Stiefvater missbraucht wurde. Es passierte immer wieder, bis sie 14 Jahre alt war, bis es endlich aufhörte, aus Gründen, die ihr nie klar waren. Sie hielt das Verhalten ihres Stiefvaters vor ihrer ganzen Familie und vor allem vor ihrer Mutter geheim, bis sie 16 war. Dann nahm sie ihre Mutter leise und unter Tränen zur Seite und erzählte ihr alles.

Ihre Mutter hat ihr nicht geglaubt.

Ihre Mutter nannte Marilyn eine Lügnerin und ein dreckiges kleines Flittchen, das so wütend auf ihren Stiefvater war, weil er im Haus so viele Regeln aufstellte, dass sie vor nichts zurückschreckte, vor keiner Anschuldigung und keiner Übertreibung, um ihn zu verletzen und ihn aus dem Haus und aus ihrem Leben zu bekommen.

Seitdem hat Marilyn diese "Geschichte" nicht mehr losgelassen. In ihrem Leben zeigt sich das in einer tiefen Missachtung und einem tiefen Misstrauen gegenüber allen Männern und in einer ständigen Scheu, sich jemandem anzuvertrauen. Sie geht davon aus, dass alle Menschen, die ihr nahe stehen (das heißt, wenn sie sich überhaupt erlauben kann, Menschen nahe zu kommen), sie früher oder später

verraten werden, was ihre Beziehungen zu allen Menschen beeinträchtigt und furchtbar kompliziert macht.

Außerdem spürt und durchlebt sie den Schaden, der durch die ursprüngliche Verletzung entstanden ist, und lindert die ungeheilten Wunden in ihrem Inneren durch verschiedene Arten des "Ausagierens", darunter Drogen- und Alkoholmissbrauch und - ironischerweise - eine Art Sexsucht, die sie dazu bringt, alle möglichen Beziehungen mit Männern einzugehen und ihnen zu erlauben, sich in sie zu verlieben, nur um sie dann wie heiße Kartoffeln fallen zu lassen und sie voller Schmerz und Wut zurückzulassen - alles als "Rache" dafür, dass sie "männlich" sind.

Das ist nur ein Beispiel. Jeder hat eine Geschichte, aus der er kommt, wenn er der Welt begegnet. Manche Geschichten haben schwerwiegendere Auswirkungen als andere, aber alle Geschichten wirken sich auf das tägliche Leben des Einzelnen aus ... bis sie es nicht mehr tun.

Es kommt die Zeit, in der die Menschen einfach beschließen, dass sie sich nicht mehr mit ihrer "Geschichte" identifizieren wollen, sondern dass sie nun von einem neuen Datensatz ausgehen wollen, wenn sie das Leben selbst angehen. Dieser Prozess des "Ablegens der Geschichte" ist nicht einfach, aber er ist machbar. Es geht darum, aus der Geschichte auszusteigen und zu erkennen, dass "dies damals war und das heute ist". Es geht darum, sich aktiv dafür zu entscheiden, nie wieder einen zukünftigen Moment für einen vergangenen zu verpfänden.

Der Trick, um aus deiner Geschichte auszusteigen, besteht darin, dass du das Bedürfnis nach irgendeiner Geschichte ganz und gar aufgibst. Das gelingt nur, wenn du dir völlig darüber im Klaren bist, WER DU BIST und WER DU SEIN WILLST. Du müsstest verstehen, dass du in der Tat eine lokale Manifestation der Göttlichkeit bist. Du müsstest verstehen, dass es keine Trennung zwischen dir und Gott gibt. Du müsstest dir bewusst sein, dass du eine Seele bist, die mit deinem Körper durch das Leben reist, aber dass du nicht der Körper selbst bist.

Wenn du dich auf diese Weise identifizierst, wirst du leicht erkennen, dass es nichts gibt, was du brauchst, um vollkommen glücklich und in Frieden zu sein und immer die Freude und das Wunder deines Wahren Selbst zu erfahren. Dann hast du kein Bedürfnis mehr, in deiner Geschichte zu leben, denn du wirst klar erkennen, dass sie dir emotionale Belohnungen und psychologische Inhalte bringt, die du nicht mehr brauchst oder verlangst. Das wird eine große Veränderung in deinem Sein bewirken und deine Erfahrung des Lebens für immer verändern.

In Zuhause in Gott in einem Leben das niemals endet (Home with God in a Life That Never Ends) heißt es, dass der Tod ein Prozess der Neuidentifikation ist. Es heißt dort auch, dass man nicht bis zum Tod warten muss, um diesen Prozess zu beginnen. Du kannst diesen Prozess jederzeit während deines Lebens beginnen.

Der Prozess beginnt damit, dass du deine persönliche Geschichte ablegst. Ein Grund, warum manche Menschen große Schwierigkeiten haben, ihre Daten aus der Vergangenheit loszulassen, ist, dass sie eine ganze Persönlichkeit um diese Daten herum geschaffen haben. Jeder denkt und nimmt an, dass dies "das ist, was er wirklich ist", obwohl es in Wahrheit überhaupt nichts mit seiner Wahren Identität zu tun hat.

Hier ist eine kleine Übung, die dir Spaß machen könnte: Beginne morgen früh deinen Tag so, als ob du keine Daten über irgendeinen Aspekt deines Lebens hättest. Tu so, als wüsstest du nichts über deine Vergangenheit - vor allem nicht über die Aspekte, von denen du glaubst, dass sie dich verletzt oder geschädigt haben. Gehe durch den Tag, als ob nichts, was gerade Jetzt passiert, irgendetwas mit etwas zu tun hat, das Vorher passiert ist. Selbst wenn dich etwas, das sich direkt vor deinen Augen abspielt, stark an eine frühere Begegnung mit dem Leben erinnert, ignoriere die Alten Daten und gehe im gegenwärtigen Moment weiter, ohne zu urteilen oder auf die frühere Erfahrung zu reagieren. Überprüfe, ob das für dich möglich ist. Wenn ja, hast du gelernt, loszulassen, und das ist eine sehr gute Fähigkeit, die du dir aneignen solltest.

Jeder Sonnenaufgang, ja, jeder neue Moment eines jeden Tages ist wirklich ein Neuanfang, bei dem du dich, wie es im Buch heißt, in der nächstgrößeren Version der größten Vision, die du je über dich hattest, neu erschaffen kannst. Du kannst dein Leben gerade JETZT neu beginnen, und nichts hält dich davon ab, außer du selbst. Der Prozess ist tatsächlich leichter gesagt als getan!

Mit Umarmungen und reiner Liebe,

Neale

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Neale', with a stylized, cursive script.

Die Übersetzung des Textes ins Deutsche hat Heinz durchgeführt. Danke.

Humanity's Team Deutschland