

Die Schatten lieben

Der richtige Umgang mit den eigenen Traumas und Schwächen gehört zu den größten Herausforderungen auf dem spirituellen Weg. Wir können sie nicht einfach ignorieren, wie es ein rigider Yoga-Weg oder asketisches Mönchtum als Lösung versuchen. Dann holen uns die Schatten der Vergangenheit mit Sicherheit irgendwann wieder ein. Wir können uns aber auch nicht zu viel mit ihnen beschäftigen, wie in der klassischen Psychoanalyse, dann würden wir ihnen nur wieder neues Futter geben. Der beste Umgang ist, sie, wie die eigenen entarteten Kinder, liebend zu umfassen und ihnen hin und wieder eine lange Leine zu lassen, wohl wissend, dass sie in ihrem Kern lediglich verhinderte Freude sind. Wenn wir dabei geduldig fortfahren, das Göttliche in uns durch Gebet, Meditation und Liebesdienst zu pflegen, so wird unser inneres Licht im Laufe der Zeit die dunklen Schatten der Vergangenheit immer mehr überstrahlen und auflösen. Dafür braucht es aber viel Zuversicht und Geduld.

Urheber ist Maximilian Yehudi Schäfer