

Weiterentwicklung durch Depression

Durch die „Heilung“ der eigenen Vergangenheit entwickeln wir unser Bewusst-Sein weiter. Die damit verbundene Trauerarbeit braucht einen Rückzug in das Innere. Passivität und negative Einstellungen machen es möglich.

Eine Depression wird durch die negative Veränderung in einer für uns wichtigen Angelegenheit ausgelöst. Bisher hatten wir an das Gute für uns geglaubt und nun sind wir bitter enttäuscht. Wir machen uns Sorgen über die Zukunft. Oft befürchten wir, so kein sinnvolles Leben mehr führen zu können. Der Selbstwert und das Vertrauen in die eigene Person werden reduziert oder gehen verloren. Ein Gefühl der Ohnmacht und Sinnlosigkeit blockiert jede weitere Initiative.

Genau genommen aber passt die veränderte Situation lediglich nicht in das logische Bild unseres Verstandes, wie Erfolg oder ein glückliches Leben auszusehen haben. Daher sind wir der Meinung, dass diese Wende zum Schlechten eine Erfüllung unserer Wünsche verhindert. Der menschliche Verstand arbeitet sehr gradlinig. Er ist auf die Vergangenheit fixiert und sieht die Zukunft als eine bessere Wiederholung bereits gemachter Erfahrungen. Was er nicht kennt, ist für ihn nicht denkbar und daher auch nicht möglich. Die Verbindung zur universellen Liebe und das Vertrauen in den eigenen Göttlichen Ursprung sind Angelegenheiten des Herzens und für den Verstand nicht zugänglich. Es übersteigt seine Kapazität. Er lehnt es als unrealistisch ab.

Da wir Menschen primär verstandesorientiert und somit vergangenheitsbezogen sind, aktiviert die aktuelle Veränderung ins Negative unangenehme Gefühle aus der eigenen Geschichte. Irgendwann haben wir eine ähnliche Situation schon einmal erlebt. Das Muster der damaligen Gefühle ist in unserem Bewusst-Sein gespeichert. Selbst wenn es aus einem anderen Leben stammt, bleibt es solange erhalten, bis es aufgelöst wird.

Demzufolge ändern sich jetzt unser Denken und Handeln. Waren wir zuvor aktiv, weil wir an das realistische Gute für uns geglaubt hatten, stellen wir nun weitere Handlungen mit einer ablehnenden Meinung ein. „Es hat sowieso keinen Zweck!“ Die Freude und der Sinn (des Lebens) verschwinden. Von Außen betrachtet ist ein depressiver Mensch offensichtlich lethargisch und ohne Antrieb. Aber das ist nur die halbe Wahrheit, denn im Inneren findet eine sehr große Aktivität statt. Die Psyche und das Bewusst-Sein arbeiten mit Hochdruck.

Abschied von alten Belastungen

Eine Depression ist das untrügliche Zeichen einer geistigen Weiterentwicklung. Wer vorwärts kommen will, muss seine Vergangenheit „heilen“. Indem das derzeitige Problem (negative Veränderung) genau so erschaffen wurde, wie es jetzt ist, kann eine alte Wunde aufbrechen. Damit wird eine neuerliche Behandlung möglich. Alte Wunden sind unausgewogene Energien, die wir irgendwann einmal verursacht haben und als Belastung mitschleppen. Fast immer haben sie mit „Schuld“ zu tun und machen einen wichtigen Teil unserer derzeitigen Persönlichkeit aus. Als Menschen sind wir von unserer individuellen und auch kollektiven Vergangenheit geprägt.

Die damalige Ursache selbst ist aber völlig unwichtig. Darauf kommt es nicht mehr an, weil es bereits vorbei ist und nicht mehr rückgängig gemacht werden kann. Entscheidend ist die aktuelle Behandlung. Wie gehen wir mit den alten Energien heute um? Haben wir jetzt mehr Vertrauen in die Perfektion unseres eigenen Göttlichen Kerns? Bewegen wir uns im gleichen Muster wie damals oder haben wir unser Bewusst-Sein in der Zwischenzeit so weit ausgedehnt, dass wir neue Möglichkeiten zur Problembewältigung fühlen? Können wir es akzeptieren, mal nicht gesellschaftskonform zu funktionieren?

Sehr oft erfordert diese Arbeit unsere gesamte Aufmerksamkeit. Ein Rückzug ins Innere ist notwendig, damit das Maximum an Konzentration dafür aufgewendet werden kann. Wir ziehen uns von vielen äußeren Aktivitäten zurück, indem wir von "positiv" auf "negativ" umschalten. Optimismus lasse uns weiter im Außen tätig sein, weil wir einen positiven Sinn darin erkennen und diesen Sinn auch verwirklichen würden wollen. Gegenteilig verlagert Pessimismus durch „äußere Sinnlosigkeit“ den Fokus auf die innere Welt.

Zusätzlich wird in der Depression auch eine enorme Trauerarbeit geleistet. Mit der Auflösung von Energien aus der Vergangenheit stirbt auch ein Teil unserer Persönlichkeit. Je mächtiger der Einfluss auf unser Gefühlsleben war, desto länger kann die Gewöhnung an den Tod dieses Teils von uns dauern. Wir müssen uns an das veränderte ICH erst gewöhnen. Was uns lange vertraut war, ist gestorben und das Neue kennen wir noch nicht. Der Verstand will es einordnen und verstehen, bevor er damit umgehen kann. Neben der „Wundversorgung“ braucht es ebenfalls Zeit und erfordert einen Rückzug. Trauerbewältigung ist eine innere Arbeit!

Viele depressive Menschen schämen sich für ihren Zustand. Aber muss man sich für die Weiterentwicklung seines Bewusst-Seins denn wirklich schämen?

Heinrich Kohlmeyer
Berater für angewandte, spirituelle Metaphysik

Zusatz:

© 2010 Alle Rechte vorbehalten bei Heinrich Kohlmeyer, metaSpirit®, Stadlerstraße 9, A-4020 Linz

I www.metaspirit.at E office@metaspirit.at

Der obenstehende Text darf nur mit Quellenangabe vervielfältigt und weitergegeben werden. Dies gilt auch für Zitate und Auszüge, die diesem Text entnommen werden. Weder der gesamte Text, noch Zitate oder Auszüge dürfen ohne Zustimmung des Autors verkauft, kommerziell gebraucht oder zur Unterstützung kommerzieller Aktivitäten verwendet werden.