# Das Lichtarbeiter-Syndrom

## Das Hindernis, das viele hochbewusste Menschen in eine Falle tappen lässt

Von Steve Pavlina gefunden auf GOSTICA; übersetzt von Taygta

*Dank der lichtvollen Arbeit von spiritscape können wir diesen Beitrag auch als Video anbieten!*

***Dieses Hindernis nenne ich das Lichtarbeiter-Syndrom. Es ist das, was geschieht, wenn jemand auf einer höheren Bewusstseinsebene aufwacht, aber nicht herausfinden kann, wie er mit seiner höheren Bestimmung leben und gleichzeitig für seinen täglichen Unterhalt sorgen kann. Solche Menschen haben grosse Schwierigkeiten, mit höheren Bewusstseinsebenen in Verbindung zu bleiben, während sie gleichzeitig fest in der physischen Welt verankert sind. Viele von ihnen sind so frustriert von dieser Erfahrung, dass sie depressiv werden und das Gefühl bekommen, aufgeben zu wollen und einfach "nach Hause" zu gehen*** (d. h. in die nicht-physische Welt ‚zurückzukehren').

**Spirituelle Verbundenheit vs. physische Erdung**

Diese leidenden Lichtarbeiter fühlen sich oft gezwungen, kompromissvolle Entscheidungen zu treffen: Entweder bleiben sie gegen oben angeschlossen und sind völlig ungeerdet, oder sie verlieren diese höhere Verbindung und sind dafür mehr geerdet. Dies sind wirklich harte Entscheidungen, und so schwingen viele von ihnen hin und her und sind nie ganz sicher, welches der richtige Weg ist.

Folglich leisten diese Lichtarbeiter entweder bedeutungslose Arbeit, die ihnen nicht gefällt, ihnen aber materiell etwas einträgt, oder sie leisten zielgerichtete und spirituelle Arbeit, die sich aber kaum bezahlt macht. Schliesslich geben sie ihr höheres Ziel auf oder opfern ihr Einkommen, weil es sehr, sehr schwierig scheint, beides gleichzeitig zu befriedigen. Aber diese Entweder-Oder-Entscheidung fordert auf lange Sicht ihren Tribut. Es ist hart, seinen höchsten

Zielen treu zu bleiben, wenn man sich ums Bezahlen der Miete Sorgen machen muss, und es ist hart, gutes Einkommen zu erwirtschaften, wenn einer Arbeit nachgehen muss, die keine Inspiration bietet.

***Die eigentliche Falle ist der Entweder-Oder-Glaube selbst***. Es ist ein Fehler zu denken, dass man, indem man das tut, was man liebt, nicht reichlich Ressourcen anziehen kann. Es ist auch ein Fehler zu glauben, dass man anderen Menschen dann am besten helfen könne, wenn man mittellos bleibt. Viele Lichtarbeiter sind so empfindlich gegenüber der Befürchtung, des Geldes wegen ihre Bestimmung zu opfern, dass sie denken, es sei besser, überhaupt kein Geld zu haben… oder kaum genug, um zu leben.

Wie es typisch ist für viele Lichtarbeitern, bin ich sehr sensibel gegenüber der Vorstellung, Geld “auf die falsche Art” zu verdienen, denn ich habe eine starke Abneigung – ich würde es sogar als totale Abscheu bezeichnen – meine Werte zu verletzen, um Einkommen zu generieren. Wenn man jedoch mit finanzieller Knappheit konfrontiert ist und man sein Haus oder die Wohnung verlieren könnte, weil man den Zins nicht bezahlen kann, ist es schwierig, die eigene Integrität zu behalten. Denn wenn man unter Stress ist wird man wahrscheinlich seine Schwingung herabmindern und sein Bewusstseinsniveau senken. Und man kann so tatsächlich zu einer anderen Person werden. Wenn dein Überleben und deine Stabilität bedroht sind, werden diese zu deiner Priorität im Leben. Zum Glück war ich schon lange nicht mehr in dieser Situation, aber ich weiss, wie das ist. Es ist verflixt hart, an den Dienst für Andere zu denken, wenn man mit seiner Miete im Rückstand ist, tief in den Schulden steckt und man eine Nachricht an die Tür geklebt bekommen hat mit der Aufforderung: „Zahle innerhalb von drei Tagen oder verlasse die Wohnung“.

Die Lösung darin besteht also nicht darin, zwischen der Verbindung zum Höheren Selbst und dem geerdet Sein zu wählen. Wie du erraten kannst, braucht man beides. Aber du kannst nicht dahin kommen, bis du verstehst, warum du nicht bereits jetzt beides hast.

## Angst vor der eigenen Macht

Der Grund, warum du nicht deine beständige Verbindung zur Quelle beibehalten kannst UND gleichzeitig geerdet bleibst, ist weil du Angst davor hast, was es bedeutet, erfolgreich zu sein.

***Es besteht eine gute Chance, dass du dieser Aussage nicht zustimmen wirst*** – ich hätte ihr vor ein paar Jahren auch nicht zugestimmt –, aber bitte bleibe unvoreingenommen, während ich dir erkläre, warum das so ist.

Zunächst einmal: *es ist möglich*, mit der Quelle verbunden zu bleiben und gleichzeitig geerdet zu sein. Das ist nicht nur ein ‚New Age'-Konzept – es ist ausgesprochen praktizierbar.

Einerseits habe ich mein höheres Ziel, meinen spirituellen Glauben und mein Gefühl der Verbundenheit mit allen Menschen. Wenn ich mit diesen Gedanken in Resonanz bin, bin ich motiviert, den ganzen Tag lang den Menschen zu dienen und zu helfen. Andererseits lebe ich aber auch in der physischen Welt. Ich muss die Grundbedürfnisse für mich selbst und meine Familie decken, was in der Praxis bedeutet, dass ich ein Einkommen brauche. Ich kann nicht zu luftig-abgehoben sein, wenn das bedeutet, dass ich keinen Platz zum Leben habe. Ich muss richtig geerdet bleiben.

## Verbundenheit + Erdung = Synergie

Im Grunde stehen diese beiden Seiten nicht wirklich in einem Konflikt. Es mögen verschiedene

Energien sein, aber sie sind nicht von Natur aus gegensätzlich. Sie dienen vielmehr dazu, sich gegenseitig zu unterstützen. Die spirituelle Seite sorgt für bleibende Motivation. Wenn ich mich nach oben angekoppelt fühle, dann läuft es bei mir. Ich bin leidenschaftlich. Ich bin energetisiert. Und ich bin auch friedlich. Das ist eine starke Motivation, eine bestimmte Art Arbeit zu machen – Arbeit, die mir helfen könnte, mehr Boden unter die Füssen zu bekommen, indem ich einfach genügend Einkommen schaffe. Und auf der anderen Seite, wenn ich mehr Bodenhaftung habe, wenn ich körperlich und finanziell stabiler bin, habe ich mehr Freiheit. Ich habe eine grössere Kapazität. Ich muss mir keine Sorgen machen um die Bezahlung der Rechnungen. Und das ist wiederum für die spirituelle Seite gut, weil ich so die Fähigkeit habe, mehr Zeit für spirituelle Bestrebungen zu haben. Diese beiden Energien ergänzen sich also auf natürliche Weise. Wenn sie zusammenarbeiten, arbeiten sie synergetisch zusammen.

***Ich kann dir ehrlich sagen, dass ich das in meinem Leben als meinen normalen Seinszustand erlebe.*** Ich fühle, dass ich eine grosse Balance zwischen bewusster Verbundenheit und physischer Erdung in der Welt habe. Ich kümmere mich um beide Seiten.

Dies geschah jedoch nicht zufällig. Es geschah durch bewusste Entscheidung. Ich musste wirklich anhalten und eine totale Neugestaltung vollziehen, damit es klappte. Das geschah 2004, bevor ich mich entschied, meine Website zu starten.

## Was passiert, wenn du erfolgreich bist?

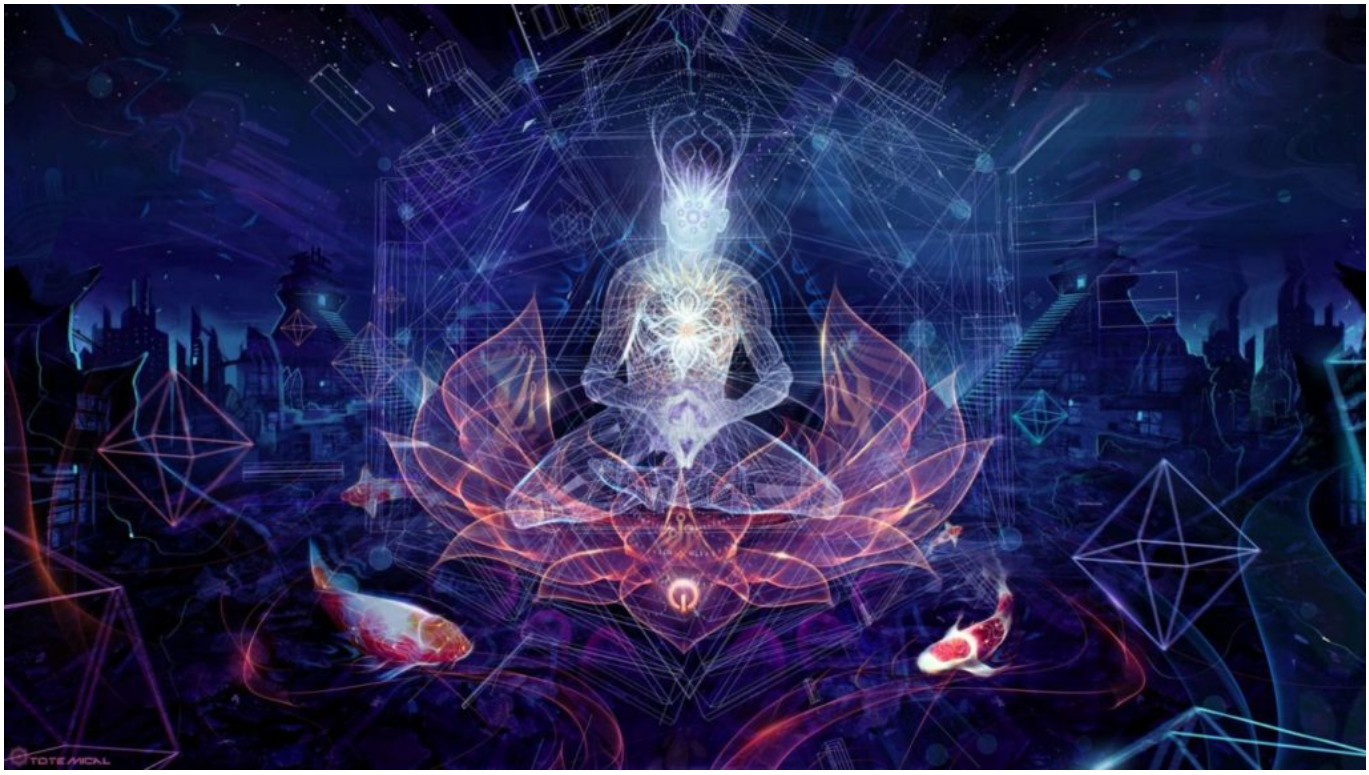
Das klingt jetzt vielleicht etwas seltsam, aber für mich war die Entscheidung nicht so ausgewogen, wie ich es mir vorstellte. Ich weiss, dass viele möchte-gerne Lichtarbeiter darüber besorgt sind, ihren Lebensunterhalt nicht verdienen zu können, wenn sie ihr [spirituelles] Ziel verfolgen. Dieses Problem hatte ich nicht. Ich fühlte mich zuversichtlich, dass ich damit irgendwie meinen Lebensunterhalt verdienen könnte. Was mich wirklich zurückhielt war, dass ich nicht wusste, ob ich mich dabei wohl fühlen würde. Meine wirkliche Angst war: Was passiert, wenn es funktioniert? Was, wenn ich Erfolg habe?

Erst nachdem ich ein stabiles Gleichgewicht zwischen Anbindung nach oben und Erdung erreicht hatte, begann ich dieses Muster auch bei anderen Lichtarbeitern zu erkennen. Zuerst dachte ich, es wäre einzigartig für mich, aber da lag ich falsch. Ich sehe jetzt überall dasselbe Muster. Wann immer ich einen Lichtarbeiter sehe, der mittellos ist, sehe ich immer eine unterschwellige Angst vor dem Erfolg. Wenn ich den Menschen damit konfrontiere, wird er sich normalerweise dieser Vorstellung widersetzen, was ich auch vollkommen verstehe, aber das Muster ist so stark, dass es unleugbar ist, wenn man es einmal sieht.

***Die wirkliche Barriere für das Erreichen des Gleichgewichts zwischen Verbundenheit und Erdung ist der einschränkende Glaube***, den man möglicherweise darüber hat, was passieren wird, nachdem man dieses Gleichgewicht erreicht hat. Was passiert realistischerweise, wenn man seinen Lebenszweck erfüllt und mehr als genug Geld verdient, um dies für den Rest des Lebens nachhaltig zu tun?

Ich kann dir sagen, was passieren wird, weil ich diese Seite schon umgeblättert habe, nämlich dies. Du wirst es auf eine grossartige Art und Weise schaffen. Wenn du tust, was du liebst und davon viel Einkommen generierst, verursacht dies eine positive Spirale. Die beiden Seiten stützen sich gegenseitig. Dein höheres Ziel ist der Motor deiner Handlungen, deine Handlungen der Motor deiner Resultate, und diese Resultate führen zu Einnahmen. Dein Einkommen gibt dir

mehr Freiheit und mehr Treibstoff für deine Ziele. Und das Ganze geht immer weiter, denn einmal erreicht, ist es ein stabiles Muster.



## Mit grosser Macht kommt grosse Verantwortung

Das alles klingt doch wie eine grossartige Sache. Und ehrlich gesagt, es ist eine gute Sache. Aber ich bin sicher, dass du den Ausdruck schon einmal gehört hast: “Mit grosser Macht kommt grosse Verantwortung”, und genau das ist es, was am Lichtarbeiter-Syndrom Erkrankte am meisten fürchten. Sie fürchten, dass wenn sie tatsächlich Erfolg haben, sie dann eine Menge Verantwortung auf ihren Schultern tragen werden.

Diese Angst ist es, die dein Einkommen vernichtet. Der beste Weg, um dein Einkommen zu erhöhen ist es, mehr Menschen zu helfen. In der Praxis ist es nicht so schwierig, das zu tun – WENN deine Überzeugungen es dich tun lässt. Der Wunsch, mehr Menschen zu erreichen und zu helfen, hat mich dazu gebracht, einen grossen Web-Verkehr aufzubauen. Ich habe viele Lichtarbeiter getroffen, die in der Lage wären, anderen einen echten Mehrwert zu bieten, dies aber nur in sehr begrenztem Masse tun.

***Wenn ich solchen Menschen einige einfache Vorschläge mache, wie sie ziemlich leicht ihr Einkommen verdoppeln könnten***, indem sie die Zahl der Leute, denen sie helfen, verdoppeln (ohne dabei härter oder länger zu arbeiten), ist die übliche Antwort Widerstand und Entschuldigung. Ich kann die wirkliche Antwort jedoch in ihren Augen sehen – sie fürchten, was passieren wird, wenn sie tatsächlich Erfolg haben. So halten sie sich also in einer Position, in der sie gerade genug verdienen, um den Status Quo aufrechtzuerhalten, was aber nicht genug ist, um vorwärts zu kommen. Und wenn sie irgendwie viel Geld verdienen, werden sie sich so beschäftigt halten, dass sie keine Zeit mehr haben, ernsthaft über ihr wahres Ziel nachzudenken.

## Die Furcht vor Verantwortung überwinden

Ich habe genau dieses Muster viele Jahre lang praktiziert. Ich bin ihm nur entkommen, indem ich mich diesen Ängsten direkt gegenüberstellte. Ich anerkannte zwar, dass ich interne Ressourcen hatte, um viel besser zu sein, aber ich hielt mich zurück. Ich wusste, dass ich nicht mein Bestes gab. Aber warum nicht? Ich tat nicht mein Bestes, weil ich nicht bereit war, die sich daraus ergebenden Konsequenzen zu akzeptieren.

Denn wenn ich wirklich mein Bestes geben würde, hätte ich einen viel grösseren Einfluss. Ich würde eine Menge Leute anziehen, und das würde letztlich eine Menge Verantwortung bedeuten. Beängstigend.

***Und stell dir vor, diese Befürchtungen waren tatsächlich richtig***. *Ich habe* eine Menge Verantwortung. Als ich die Balance zwischen Anbindung nach oben und Erdung erreicht hatte und diese positive Spirale in Gang brachte, kam es zu einem Durchbruch. Sie geht immer noch weiter. Meine Website wird heute täglich ca. 200.000 mal besucht. Ich generiere viel mehr Einkommen, als ich für meine Grundbedürfnisse brauche (…). Aber ich habe diesen Punkt nicht erreicht, indem ich mich darauf konzentrierte, immer mehr für mich selbst zu bekommen. Diese Art von Motivation wäre zu schwach gewesen. Meine wirkliche Motivation kommt von dem tiefen Wunsch, einen positiven Unterschied in der Welt zu machen. Meine Leidenschaft kommt von meiner Bestimmung, nicht von meinem Einkommen.

Diese Motivation konnte ich jedoch erst dann nutzen, als ich meine Erfolgsangst überwunden hatte. Ich musste erst einmal akzeptieren, dass ich, wenn ich mein Bestes gebe und Erfolg habe, viel mehr Verantwortung bekommen würde. Ich musste für dieses Szenario eine “Schwingungs-Übereinstimmung” erreichen, sonst hätte ich es nie anziehen und halten können.

***Ich musste diese schwierigen Fragen beantworten:*** Wer bin ich, dass ich den Punkt erreichen kann, wo ich Tausende von Menschen pro Tag beeinflussen kann, selbst während ich schlafe? Wer bin ich, dass ich den Leuten sage kann, wie sie ihr Leben verbessern können? Wer bin ich, dass ich versuchen soll, einen Unterschied zu machen?

Von meinem Unterbewussten her konnte ich diese Fragen nicht beantworten, so dass ich jahrelang einfach meine Position als scheinbar zufriedener Computerspiele-Entwickler inne behielt. Gelegentlich habe ich mir zwar darüber Aufzeichnungen gemacht, aber dies reichte nicht aus, um die zugrunde liegende Angst vor dem Erfolg zu überwinden.

Was es mir schliesslich erlaubte, dieses Muster zu durchbrechen, war die Betrachtung der Situation aus einem anderen Blickwinkel. Ich dachte über die Vorstellung nach: „Mit grosser Macht kommt grosse Verantwortung“, und ich bemerkte, dass ich davon ausgegangen war, dass meine Macht zunehmen würde, wenn ich wirklich mein Bestes geben würde.

Und ich erkannte, dass ich der Verantwortung nie entkommen konnte, indem ich einfach nicht handelte. Das Einzige, dem ich entkommen konnte, war die Kontrolle. Deshalb sage ich, dass man zwar die Kontrolle aufgeben kann, aber niemals die Verantwortung. Verantwortung ist eine Selbstverständlichkeit.

***Diese Erkenntnis gab mir einen rechten Tritt in meine Selbstzufriedenheit***, und so nahm ich meine innere Kraft an. Dazu gehörte auch, die Verantwortung für die damit verbundene Macht zu übernehmen. Als ich anfing, mit dieser inneren Kraft in Resonanz zu kommen, war es nur eine Frage der Zeit, bis die äussere Welt dies reflektierte.

## Verantwortung ist ein Privileg

Dieser Denkprozess hat mich aus meinem Ego befreit und meine Angst vor dem Erfolg überwunden. Als ich erkannte, dass ich der Verantwortung nicht entgehen konnte, egal wie meine externe Position aussah, war es sinnvoll, sie einfach anzunehmen.

Du siehst … auch wenn meine Position vielleicht mit mehr Verantwortung belastet zu sein scheint als deine, so hast du in Wahrheit genauso viel Verantwortung wie ich. Und das liegt daran, dass du eine genauso grosse innere Kraft hast wie ich. Vielleicht hast du sie akzeptiert und vielleicht auch nicht, aber die Macht ist da, und die Verantwortung, die sie dir gibt, ist unausweichlich.

***Auch wenn wir uns wahrscheinlich noch nie getroffen haben, fühle ich mich in diesem Moment dir gegenüber doch in der Verantwortung.*** Ich fühle mich verpflichtet, das Beste zu tun, was ich kann, um dir zu helfen zu wachsen – weil ich das kann. Es mag so aussehen, als ob *meine Position* mir die Kraft gibt, das zu tun, aber das ist nicht korrekt. Macht kommt nicht

von der Position. Die Position kommt von der Macht. Weil ich die Kraft habe, dir beim Wachsen zu helfen, muss ich dir beim Wachsen helfen. Du magst meine Hilfe vielleicht nicht annehmen, aber ich fühle mich deshalb dir gegenüber nicht weniger verantwortlich. Ich fühle mich allen gegenüber verantwortlich.

Dieses Gefühl der Verantwortung ist jedoch nicht die Last, die ich einst befürchtet hatte. Als ich meine innere Kraft annahm, wurde Verantwortung zu einem Privileg. Ich bin wirklich dankbar, dass ich die Möglichkeit habe, so vielen Menschen jeden Tag zu helfen, sogar während ich schlafe.

**Das Lichtarbeiter-Syndrom überwinden**

Und nun, was hat das alles mit der Überwindung des Lichtarbeiter-Syndroms zu tun? Das Lichtarbeiter-Syndrom ist ein Mangel an Akzeptanz der eigenen Macht. Dieser Mangel an Akzeptanz ist es, der den scheinbaren Konflikt zwischen Verbundenheit mit der Quelle und der Erdung in der physischen Wirklichkeit hervorruft. Wie innen, so aussen. Dein innerer Konflikt manifestiert sich in deiner äusseren Realität. In Wahrheit bekommst du einfach nur das, was deine Intention ist. Du fürchtest deine wirkliche Macht, also willst du sie im Stillen beschwichtigen. Dies manifestiert eine nie endende Serie von Ablenkungen, die dich so sehr beschäftigen, dass du nicht darüber nachdenken musst, was du in Wirklichkeit machst – nämlich dich klein zu halten, weil du Angst vor zu viel Verantwortung hast.

***Wenn du erkennst, dass du gerade am Lichtarbeiter-Syndrom leidest,*** habe ich viel

Mitgefühl für dich. Ich habe es selbst durchgemacht und weiss, wie schwer das ist. Aber du musst erkennen, dass du dieses Problem niemals auf derselben Denkebene lösen kannst, auf der es verursacht wurde. Erkenne, dass du der Verursacher bist für die ärgerlichen Gesundheitsprobleme, für die unerfüllte Beziehung, die “unerwartete” Finanzkrise, die plötzlich deine Ersparnisse genau in dem Moment vernichtete, als du voranschreiten wolltest, usw. Du manifestierst all das, weil in dir eine entsprechende Angstschwingung ist – und alles ist eine riesige Ablenkung.

Wenn du bereit bist, dann hast du die Macht, um alle die kleinen Probleme zu eliminieren, und du wirst aufzuhören, sie zu manifestieren. Aber wenn du das dann getan hast, wirst du dich mit der wirklichen Frage beschäftigen müssen, nämlich warum du hier bist. Und tief in dir drin weisst du, das dies wahr ist, oder?

***Der grosse Wendepunkt für mich kam, als ich schliesslich aufgegeben habe und sagte:*** „Genug jetzt! Ich bin fertig mit “kleinlich leben”. Ich habe es satt, mich mit einer sinnlosen Krise nach der anderen beschäftigen. Ich weiss, dass ich nicht deswegen hierhergekommen bin. Ich weiss nicht, ob ich mit dem umgehen kann, was passiert, wenn ich mein wahres Potenzial ausschöpfe, aber ich kann nicht akzeptieren, mein ganzes Leben zu verbringen, ohne dies herauszufinden. Also werde ich es versuchen. Wenn ich pleite gehe, werde ich eben pleite gehen. Aber wenn ich diesen Weg in gutem Glauben gehe, dann müsste mich das Universum gut genug unterstützen können.”

Ich muss die positiven Ergebnisse der letzten zwei Jahre dieser Entscheidung zuschreiben. Und das ist es, was mich vom Lichtarbeiter-Syndrom geheilt hat. Als ich diese innere Verschiebung vorgenommen hatte, trat ich in die positive Spirale ein, in der sich meine Anbindung an das Höhere und das geerdet Sein wunderbar unterstützten. Und ich finde immer wieder neue Wege, wie meine Verbundenheit und Erdung zu einer besseren Harmonie zueinander gelangen können.

## Dein inneres Licht umarmen

Wenn du dich selbst als Lichtarbeiter betrachtest, dann sollst du verstehen, dass deine wirkliche Arbeit darin besteht, dein inneres Licht anzunehmen und zu umarmen. Du sollst glänzen, nicht erstickt werden. Wenn du das Gefühl haben solltest, dass das Leben in diesem physikalischen Universum dich herunterzieht, dann deshalb, weil du noch nicht in Schwingungsharmonie mit deinem Licht bist. Je mehr Angst du hast, desto mehr wirst du ablenkende Probleme anziehen, die wenig oder gar nichts mit deiner Bestimmung zu tun haben. Aber wann immer du bereit bist, kannst du zum Universum sagen: „OK. Ich bin bereit. Ich werde mit Leib und Seele meiner Aufgabe nachgehen, und dann aber solltest du mich dabei unterstützen.” Wenn du dann eine engagierte Entscheidung getroffen hast, wirst du alle Hilfe und Ressourcen anziehen, die du brauchst. Du wirst schockiert sein, wie einfach es ist.

***Du kamst hierher, um etwas wirklich Gutes für diesen Planeten zu tun, also werde aktiv und mach es.***

Du bist verantwortlich für das, wofür du hergekommen bist, ob du es nun tust oder nicht. Und wenn du verantwortungsbewusst bist, kannst du genauso gut die Macht akzeptieren und annehmen, um etwas dafür zu tun. Klein zu bleiben dient niemandem, am allerwenigsten dir selbst. Dieser Planet braucht dich jetzt, nicht morgen… oder an irgend einem fernen Tag. Lass uns nicht im Stich und vor allem, lass dich nicht im Stich.

Ich überlasse dich nun dir selber mit einem Zitat von ***Marianne Williamson***:

*„Unsere tiefste Angst ist nicht, dass wir unzulänglich sind. Unsere tiefste Angst ist, dass wir unermesslich mächtig sind. Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, die uns am meisten erschreckt. Wir fragen uns, wer ich bin denn, dass ich so brillant, wunderschön, talentiert, fabelhaft bin? Du bist ein Kind Gottes. Deine kleinen Spielchen dienen der Welt nicht. Es gibt nichts Erleuchtetes dabei, wenn du dich klein machst, damit sich andere Menschen um dich herum nicht unsicher fühlen. Wir sind alle dazu bestimmt zu glänzen, wie es Kinder tun. Wir wurden geboren, um die Herrlichkeit Gottes, die in uns ist, zu offenbaren. Sie ist nicht nur in einigen von uns, sondern in jedem einzelnen von uns. Und wenn wir unser eigenes Licht leuchten lassen, geben wir anderen Menschen unbewusst die Erlaubnis, dasselbe zu tun. Wenn wir von unserer eigenen Angst befreit sind, befreit unsere Gegenwart automatisch auch andere.“*

Steve Pavlina