

Gegen die Identifikation mit Mustern

Übersetzt von Bernhard Ruffiner

Vergangene Schmerzaufzeichnungen haben aus sich selbst heraus keine Macht. Sie haben nur den Anschein von Macht und Einfluss in dem Masse, in dem ich mich ihnen wie ein/e Sklave/in unterwerfe und es zulasse, dass sie meine Macht und meinen Einfluss benutzen lasse. (Wenn ich sie mir als eine Aufzeichnung auf einer CD vorstelle, haben sie höchstens einen unbedeutenden historischen Stellenwert, ausser, ich schiebe sie mir selbst ein und erlaube ihnen mich abzuspielen, was ich aus freien Stücken tun oder lassen kann.) Darum entscheide ich jetzt, vergangenen Schmerzmustern, jegliche Glaubwürdigkeit in der Gegenwart, jeglichen Einfluss oder Wirkung in meinem Leben zu verwehren. Und ich werde diese Entscheidung so oft wie notwendig wiederholen, bis dass mein Leben vom Einfluss vergangener Schmerzmuster komplett frei ist.