

*Die vorherigen Ausführungen bezüglich „Selbstachtung“, „Selbstwert“, „Selbstvertrauen“, „Selbstliebe“ und „Gottvertrauen/Urvertrauen“ sind speziell für hineingeborene Ausgestiegene, aber durchaus informativ für Menschen, die mit Ausgestiegenen zu tun haben bzw. mit solchen zusammen leben.*

*Die Betrachtung „Selbstverwirklichung“ betrifft jeden Menschen, der das Leben möchte, was er wirklich ist, in all seinen Schatten- und Lichtaspekten.*

Der aktuelle Zeitgeist lässt uns die diversen gesellschaftlichen Strukturen erkennen, die zu verhindern suchen, dass der Mensch sich seiner Fähigkeiten und Macht bewusst ist. „Spiritualität“ ist ein oft verwendeter Begriff, und gleichgültig, für welche Begriffsdefinition man sich entscheiden mag, ist die Kernbedeutung eine einfache:

***Spiritualität ist die Akzeptanz des Geistes als Realität.***

Das heißt, alles, was Geist hat, schafft Realität.  
Und das ist der Mensch definitiv, **jeder** Mensch.

„Selbstverwirklichung“ ist die Realisierung des Selbstes, des eigentlichen Wesenskernes, frei von Manipulation und Fremdbestimmung, und auch befreit von verzerrten Werten durch Erziehung und Gesellschaft, durch die man sich automatisch ein Bild von sich selbst aufbaut, das vom Wahren Selbst abweicht.

Erstrebenswertes Ziel des Menschen ist es, sich selbst wieder so wahrzunehmen, wie man ursprünglich ist, sich im eigentlichen Wesenskern zu spüren – und aus diesem Selbstverständnis bzw. Selbst-Bewusstsein heraus die eigene Realität zu kreieren. Das ist Selbst-Verwirklichung, und es gibt nichts, was unsere Welt mehr bereichern könnte als zu sein wer man ist.

Für einen Aussteiger aus der Organisation der Zeugen Jehovas ist es bis dorthin ein anstrengender Weg, doch das Ziel ist allemal jede Anstrengung wert. Meiner Ansicht und Erfahrung nach ist **Selbstverwirklichung** eine der größtmöglichen Leistungen im Leben eines Menschen, die alle Unterstützung und Ermutigung verdient.

# Selbstverwirklichung

Dieser Abschnitt ist sehr eng angelehnt an das Arbeitsbuch „Die Welt ist ganz anders!“, Kapitel 9 (Worauf es ankommt).

Was ist die Krönung des Selbst-Bewusstseins? **Selbstverwirklichung**.

Bei den Zeugen Jehovas ist dieser Begriff verpönt. Selbstverwirklichung ist gleichzusetzen mit absolutem Egoismus, dem Abtrünnigkeit und Missachtung Jehovas folgt. Der Überzeugungsgehalt dieser Gedankenstruktur ist so dicht, dass ein Zeuge nicht auf die Idee kommt, sich mit Selbstverwirklichung zu befassen, denn dieser Begriff wird in direkter Verbindung zum Ausschluss aus der Organisation verwendet.

Dennoch, ob es nun so benannt oder anders bezeichnet wird: jeder Ausgestiegene ist auf dem Weg zur Selbstverwirklichung.

Für einen hineingeborenen Ausgestiegenen allerdings ist die allergrößte Herausforderung, sein Leben selbst aktiv in die Hand zu nehmen und in Eigenverantwortung zu gestalten.

Es gibt zahlreiche Foren und Gruppen, in denen sich Ausgestiegene austauschen, doch in so gut wie allen ist das für Zeugen Jehovas so typische Opferbewusstsein vorherrschend: man bedauert sich selbst und einander wegen all der Erfahrungen und Erlebnisse als Zeuge, man betrauert Vergangenes als unwiederbringlich verloren und man pflegt die Wut auf die Organisation, die einem „die besten Jahre seines Lebens“ gestohlen hat durch ständiges Hervorkramen und Betonen all der begangenen Verbrechen am einzelnen Zeugen. Diese Opfereinstellung fühlt sich an wie Teer, als würde man sich ständig in Trauer, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit baden. Die tiefe Depression springt oft leider auch auf die anderen Gruppenmitglieder über.

Trauer, Wut und dergleichen sind in Ordnung, auch all die damit einhergehenden Empfindungen, und alles zu verarbeiten erfordert unbestritten seine Zeit. Aber die-

ses Darin-Hängen-Bleiben und das vorherrschende Selbstmitleid bringen keinen Ausgestiegenen jemals auch nur einen einzigen Schritt weiter, ganz im Gegenteil.

Jeder Ausgestiegene, besonders die Hineingeborenen, muss sich seiner Angst vor selbstbestimmtem Leben stellen – und ja, es ist ganz konkret eine Angst! Man wird laufend mit Selbstbehauptung konfrontiert, und am Anfang, gleich nach dem Ausstieg, ist dies sehr befremdlich, denn es liegt außerhalb des bisher Bekannten.

Sich mit anderen Gleichgesinnten mit ähnlicher Erfahrung zu vernetzen hat zwar seine Vorteile, kann jedoch auch eine selbstgestellte Falle sein: viele haben das Schwimmen in der einheitlichen Suppe innerhalb der Organisation mit dem Tummeln in einer Einheitssuppe außerhalb der Organisation ersetzt. Wer sich als Ausgestiegener nicht in die Welt „integriert“, sondern sich ständig über das aktuelle Geschehen der Organisation am Laufenden hält, um vielleicht – wie viele in den Ex-Zeugen-Foren/Gruppen argumentieren – anderen zu helfen auszusteigen, oder Öffentlichkeitsarbeit leisten zu können (dazu muss man ja gut informiert sein), oder den Verwandten, die aktive Zeugen sind, etwas entgegen halten zu können, der übersieht, dass man zuallererst Meister seines eigenen Lebens sein muss, um anderen helfen zu können. Und das eigene Leben „meistern“ schließt das zeugentypische Opferbewusstsein aus.

Was erprobtermaßen wirklich hilft, das Trauma der Erziehung als Zeuge Jehovas aufzuarbeiten und sich von aller Manipulation und Indoktrination zu befreien, ist Eigeninitiative gepaart mit Mut. Welche Träume, die ich mal hatte, werden nach dem Ausstieg wieder lebendig? Wollte ich immer schon mal eine Reise nach Irland machen, oder als Kind soooo gerne mal mit dem Fallschirmspringen? War ein Traum, ein Bild zu malen oder ein Buch zu schreiben, und der Wunsch zeigt sich erneut? Wollte ich einmal eine Spendenaktion für hungernde Kinder in einem anderen Teil der Welt ins Leben rufen und diese Spenden persönlich dorthin bringen? Wollte ich schon lange eine Ausbildung als Masseur oder ein Studium der Psychologie machen? Oder ... was auch immer, die Träume des Herzens wieder zum Leben zu erwecken ist ein wichtiger Teil der Reise zu sich selbst. Aber das ist nur ein Teil; Ein anderer, mindestens genauso wichtiger, ist, diese Träume – ein Ausdruck unseres individuellen Selbstes – zu verwirklichen!

Darin verbirgt und dadurch entfaltet sich nämlich unsere ureigene Kraft, und die Mobilisierung dieser Kraft ermöglicht uns, immer bewusster Schritte in Eigenverantwortung zu setzen.

Jeder Mensch ist einzigartig und unvergleichlich, mit individuellen Fähigkeiten, die es in dieser Kombination nur ein einziges Mal auf dieser Welt gibt. Das mag überheblich klingen, für Ausgestiegene sowieso. Denn für jemandem, der mit dem Gedanken aufwächst, klein und unbedeutend, ewiger Sünder, unzulänglich, unvollkommen und unwürdig zu sein, erfordert es einen krassen Umschwung in seiner Einstellung sich selbst gegenüber, und diese Einstellung zu halten ist eine große Herausforderung.

Dennoch ist es alle Anstrengung wert, das eigene Selbst zu realisieren, die eigene Größe zu erkennen und das komplette Potential, das jedem Menschen einzigartigerweise innewohnt, freizulegen und damit das gesamte Sein zu bereichern.

Ein paar Gedanken zu Deiner Selbstverwirklichung, die Dir hilfreich sein könnten:

***Als Du noch Kind warst, welchen Beruf wolltest Du später mal ausüben?***

***Hättest Du alles Geld der Welt zur Verfügung und wüsstest Du Deine Lieben wohl versorgt: was zu tun wäre Dein innigster Wunsch?***

***Hättest Du noch einen Monat zu leben, was würdest Du in diesem Monat tun?***

***Würdest Du in diesem Moment auf dem Sterbebett liegen, was nicht getan zu haben würdest Du am meisten bedauern?***

***Gibt es etwas, das Dich wirklich hindert, Deinen Herzenswunsch zu erfüllen? Wenn ja, was ist es? Warum glaubst Du, dass dies ein echter Hinderungsgrund ist?***

Und die krönende Abschlussfrage:

***Was ist das, was sich durch Dich in dieser Welt verwirklichen will und nur durch Dich verwirklichen kann?***