

●● 2. Ausgabe 5/2011

KURS - SCHÜLER

DIE ZEITUNG VOM MÖLMESHOF

*Tom Carpenter:
Schuld, die verborgene Ursache
unserer Erfahrung*

*Michael Ostarek:
Lass uns glauben Bruder*

*Bhakti Ostarek:
Heilsame Begnung*

*Brigitte Meier:
Jesus, sag Du es mir*

*Felix Alcala:
Einladung zum Mölmeshof*

*Sandra Willner:
Warum bin ich hier?*

„WACH AUF UND LEBE.
STECK DEINE ZIELE HOCH,
JE HÖHER, DESTO BESSER.

ERWARTE DIE WUNDERBARSTEN DINGE,
NICHT IRGENDWANN EINMAL, NEIN,
JETZT SOFORT.

ERKENNE: NICHTS IST ZU GUT.
LASS DICH DURCH NICHTS, ABSOLUT GAR NICHTS
AUF IRGENDEINE WEISE BEHINDERN ODER
AUFHALTEN.

SEI BEGEISTERT VOM LEBEN;
ES IST EIN WUNDERBARES LEBEN,
MACH ES WUNDERBAR DURCH DEINE
BEGEISTERUNG.

LERNE IN DEN DINGEN, DIE DU DIR
FÜR DEIN LEBEN WÜNSCHST,
GANZ KLAR UND ENTSCHIEDEN ZU SEIN,
SEI NIEMALS UNKLAR ODER UNSICHER.“

(AUS DEM BUCH:
„SPUREN AUF DEM WEG ZUM LICHT“
VON EILEEN CADDY)

Liebe Brüder!

Die Heilung geht weiter ... Herzlich Willkommen zu unserer zweiten Ausgabe des `Kurs-Schüler`. Wir freuen uns, dass die erste Ausgabe für die LeserInnen eine Freude und sicher auch hilfreich war. An dieser Stelle möchten wir allen Brüdern danken, die durch ihre Beiträge ihre Erfahrungen mit dem *Kurs in Wundern* mit uns und allen Lesern teilen.

In der Zwischenzeit hat sich auch hier auf dem Mölmeshof einiges verändert. Seit Anfang Februar wohnen Sandra und Torsten aus Hannover mit uns hier.

Auch in dieser Ausgabe findet ihr hilfreiche Texte in Form von Artikeln, Gedichten und Erfahrungsberichten, die alle unserer Heilung dienen können. Was auch immer davon dich anspricht, die Präsenz von Jesus oder dem Heiligen Geist ist in jedem dieser Beiträge spürbar. Und wenn wir uns Ihm anvertrauen und bereit sind, seine Stimme zu hören, so wird Er uns helfen, unser vergangenes Lernen loszulassen und uns hinführen zu einer wahren Wahrnehmung der Welt und zu Erfahrungen des inneren Friedens und der Freude.

In diesem Sinne hoffen wir, dass die Beiträge für euch auch diesmal hilfreich sind und vielleicht sogar den einen oder den anderen inspirieren, sich die Zeit und den Raum zu nehmen – für die dritte Ausgabe. Viel Freude beim Lesen!

Eure Brüder vom Mölmeshof

Inhalt

| | |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| Schuld: Die verborgene Ursache unserer Erfahrung <i>(Tom Carpenter)</i> | 4 |
| Der Wunsch <i>(Felix Alcalá)</i> | 8 |
| Gebet <i>(Michael Ostarek)</i> | 10 |
| Ein Gebet <i>(Michael Ostarek)</i> | 12 |
| Nur ein Traum? <i>(Brigitte Meier)</i> | 14 |
| Heilsame Begegnung <i>(Bhakti Ostarek)</i> | 15 |
| Jesus, sag Du es mir <i>(Brigitte Meier)</i> | 18 |
| Musik am Mölmeshof <i>(Bhakti Ostarek)</i> | 19 |
| Sessions am Mölmeshof <i>(Bhakti Ostarek)</i> | 21 |
| Einladung zum Mölmeshof <i>(Die Brüder vom Mölmeshof)</i> | 22 |
| Was fürchtest du am allermeisten? <i>(Russell Derbidge)</i> | 23 |
| Warum bin ich hier? <i>(Sandra Willner)</i> | 24 |
| Der imaginäre Freund - Ein Bewusstseinspiel <i>(Johannes)</i> | 24 |
| Eine kleine Geschichte . . . <i>(anonym)</i> | 28 |
| Humor | 30 |
| Adressen und Kontaktdaten von KURS-Gruppen | 31 |
| In der nächsten Ausgabe | 34 |

Schuld: Die verborgene Ursache unserer Erfahrung



Tom Carpenter

Die Praxis der Vergebung, sagt Tom Carpenter in diesem außergewöhnlich klaren Artikel, wird unser GOTTgeschaffenes SELBST offenbaren. (Übersetzung aus dem ‚Miracle Worker‘, siehe unten)

Niemand greift jemanden an, wenn er innerhalb seiner selbst in Frieden ist. Alles, was wir äußerlich in der Welt ‚sehen‘, ist ein Spiegel des inneren Bildes, das wir von uns selbst haben. Alles. Durch diesen Grundsatz wird keiner angegriffen durch einen anderen, wenn er innerhalb seiner selbst im Frieden ist. Egal wie es aussieht, wir sind alle verbunden innerhalb eines einzigen Bewusstseins, jeder von uns, vollkommen den Überzeugungen entsprechend, die wir alle teilen. Diejenigen, die ein Opfer sein möchten, müssen denjenigen finden, der dieses Bedürfnis am besten befriedigt.

Unabhängig davon, wie sehr wir uns bemühen, es anders zu machen, dies ist eine ‚mentale‘ Welt. Wir sind nicht aufgebracht durch das, was jemand tut, sondern durch unsere Interpretation davon, wie das unser eigenes Selbstverständnis berührt, unsere subjektiven Bedürfnisse und das, was uns Sicherheit bietet.

Aller Angriff und Verteidigung, die nach außen gerichtet sind, sind Symptome eines inneren Konflikts, besser

bekannt als Schuld. Deshalb kann Angriff niemals irgendein Problem auflösen. Er benennt oder befriedigt niemals den wahren Grund unseres Konflikts, der innerhalb der Selbstwahrnehmung sowohl dessen liegt, der angreift, als auch desjenigen, der einen Wert darin findet, sich als Opfer zu fühlen. Das einzig sichere Resultat ist diese Schuld, und dadurch wird der Kreislauf von Angriff und Verteidigung in Gang gehalten.

Drehbuch unserer Überzeugungen

Das zu hören sind harte Worte, besonders wenn es sich um Kinder handelt, die die Hauptlast des Leidens zu tragen scheinen. Es ist schwer vorstellbar, dass irgendjemand, ganz zu schweigen ein Kind, einen Wert finden würde in den vielen Arten schrecklichen Leidens, die wir in unserer Welt miterleben. Aber die Wahrheit bleibt: unsere Erfahrung in dieser Welt kann nur eine Geschichte sein, die aus dem Skript unserer Überzeugungen gemacht wurde. Wie es aussieht, trägt ein Kind die ganze Zeit über das Gepäck von vielen Leben unserer Geschichte. Und wird die

Erfahrung fortsetzen, bis die Überzeugung verändert wird.

Es gilt aber auch: Es gibt keine Geschichte, die mächtig genug ist, die Natur unseres unendlichen SELBST zu verändern. Es gibt keinen Schmerz, der über unsere Geschichte hinausgehen kann oder wird. Es gibt keinen Tod. Alle die Lebensgeschichten werden eines Tages enden. Und wenn sie das tun, wird nichts übrig bleiben, das unsere Vision von GOTTES vollkommenem Kind stört.

So schwer es zu akzeptieren sein könnte, dass wir verantwortlich für unsere Lebenserfahrung sind, so ist dies in

Wirklichkeit die „Gute-Nachricht“-Seite der Geschichte, weil es bedeutet, dass wir unsere Welt ändern können, von einer aus Schmerz zu einer aus Frieden. Vergebung bricht den Kreislauf von Angriff und Rache auf durch Anerkennen, dass keiner dir irgendetwas getan hat. Ob du in der Lage bist, die Illusion der Welt zu sehen, oder einfach, dass du verantwortlich bist für deine eigene Geschichte darin: Du hast nichts gefunden, was es rechtfertigt, jemanden dafür zu verurteilen, dass er oder sie die ihm bzw. ihr von dir zugedachte Rolle übernimmt. Es ist nun

offensichtlich, was es bedeutet, in dieser Welt frei zu sein.

Bedeutung von Selbstwert

Über viele Leben, in allen Kulturen, haben wir darum gekämpft, eine Bedeutung von Selbstwert in dieser Welt zu finden. Unser Drang uns zu verbessern, unseren Wert daran zu messen, was wir leisten, ist Beleg unseres Gefühls, dass wir unvollkommen geboren sind.

Der Grund dieses Gefühls, dass ein Mangel herrscht, das Bedürfnis, unseren Selbstwert zu bekunden, ist ein so tief verstecktes, so ‚natürliches‘ Schuldgefühl, dass es überhaupt nicht hinterfragt wird.

*„Vergebung bricht den
Kreislauf von Angriff und
Rache auf durch
Anerkennen, dass keiner dir
irgendetwas getan hat.“*

Es scheint weitaus angemessener zu sein, unsere Unwissenheit und Unfähigkeiten zu behaupten als unsere Talente und liebenden Instinkte. Wenn wir auf diese Welt schauen und all das Leiden sehen, das wir uns und einander zufügen, sehnen wir uns nach einem besseren Weg, wissen aber mangels Kenntnis der wahren Ursache nicht, wie wir das ändern können. Wir haben fälschlich wahrgenommen, dass die Ursachen der Welt in der Welt liegen, aber es sind durch unsere verborgene Schuld gesteuerte Gedanken, die verantwortlich sind für den

Kummer und den Hass, die Krankheit und ‚natürlichen‘ Katastrophen, die in unserer Welt geschehen.

Wir haben unsere Schuldgefühle dazu benutzt, ein Bild von dem zu erzeugen, für den wir uns halten, und dieses Bild ersetzt in unserem Geist die Wirklichkeit dessen, wie GOTT uns schuf. Unsere Welt und all unsere Erfahrung darin ist zustande gekommen auf Grund unseres Bestrebens, uns selbst neu zu erschaffen; etwas wirklich zu machen, das sich unterscheidet von dem, was GOTT ist und wir dann auch sein müssen. Der Versuch, SEINE Schöpfung durch unsere eigene völlig andere Schöpfung zu ersetzen, hat bewirkt, dass wir uns getrennt fühlen von IHM, von unseren Brüdern, die wie ER sind, und ebenso von unserer Ganzheit.

Was wir lernen, wenn wir beginnen, zu akzeptieren, dass wir es sind, die unsere Welt gemacht haben, ist, dass es einen sehr einfachen Grundsatz gibt, den wir anwenden können, um unsere Gedanken zu ändern, die die Welt gemacht haben: Lass unseren ‚natürlichen‘ Wunsch zu lieben unser ‚unnatürliches‘ Bedürfnis zu urteilen erset-

zen. Ohne unsere Schuldgefühle gibt es nichts zu (ver-)urteilen, und unser Wunsch zu lieben wird frei.

Wehrlose Liebe eröffnet dem Geist Möglichkeiten für eine größere Bandbreite an glücklichen Beziehungen, jenseits des Begehrens, Egowünsche und -bedürfnisse zu befriedigen. Urteilen begrenzt die Funktion des Geistes auf die Absichten des Egos nach Trennung. Es beschränkt mas-

„Wehrlose Liebe eröffnet dem Geist Möglichkeiten für eine größere Bandbreite an glücklichen Beziehungen, jenseits des Begehrens, Egowünsche und -bedürfnisse zu befriedigen.“

siv unsere geistige Gesundheit und schränkt auch die Fähigkeit des Körpers ein, ohne Schmerz zu funktionieren.

Unsere Gefühle von Schuld sitzen so tief, dass sie automatisch Erwartungen bzw. Maßstäbe davon erzeugen, was wahr sein sollte. Wir erkennen eben nicht, dass unser wahrer Wunsch eine Alternative ist, die wir bereits haben, bis wir bewusst beginnen, Verantwortung für unsere Gedanken zu übernehmen. Der Weg, das zu lernen, besteht darin, zu üben, eine andere Richtschnur darüber zum Ausdruck zu bringen, was durch die Wahlen, die wir treffen, wahr sein soll. (original: ‚The way we learn this is to practise expressing a different standard of what we want to be

true through the choices we make.’). Das ist der Zweck der Vergebung; bewusst zu wählen, zu erkennen, dass es Liebe ist, die wir finden wollen, nicht Schuld, und so Entscheidungen zu treffen, die durch unseren Wunsch zu lieben inspiriert sind, anstatt durch das Ego bedürfnis, nach Fehlern Ausschau zu halten.

Die Welt ist eine Widerspiegelung davon, wie wir uns selbst sehen. Es kann eine friedvolle Erfahrung sein, oder eine fortwährende Vielfalt von Bedrohungen. Faktisch bedeutet das, dass unser Verhalten sich danach richtet, was wir von uns als wahr erachten. Falls wir schlecht über uns denken, werden wir uns in einer Weise verhalten, die für andere unannehmbar ist. Aber wenn wir entdecken, dass es einen Weg gibt, ein anderes, ein liebevolles Selbst zu finden, werden wir der Welt ein liebevolles Selbst anbieten und umgekehrt eine liebevolle Welt vorfinden.

Die Rolle, die die Schuld spielt

Falls du die Rolle anzweifelst, die Schuld in deinem Selbstverständnis spielt, frage dich selbst, ob du es verdienst, stets glücklich zu sein. Bist du frei von Sorgen bezüglich finanzieller und gesundheitlicher Belange? Fühlst du dich immer geliebt und liebevoll gegenüber anderen? Ist es deine natürliche Neigung, jemanden zu akzeptieren, oder eher etwas zu finden, woran

du etwas auszusetzen hast, und ihnen irgendeinen Weg zu zeigen, wie sie das verbessern könnten? Falls es nicht normal oder natürlich ist, sich immer gut zu fühlen, lieben zu wollen, dann scheint ein anderes Gefühl wichtiger zu sein. Das ist die Rolle, die Schuld spielt.

Warum ist unsere Schuld so tief greifend? Es beginnt mit unserer Überzeugung, dass wir in Sünde geboren sind – dass da etwas angeborenermaßen falsch mit uns ist. Wir haben die Welt gemacht als die Erfahrung dieser Überzeugung. In Ein Kurs in Wundern wird uns gelehrt, dass das geschehen ist, als in den Geist von GOTTES Sohn eine „winzig kleine verrückte Idee“ (*tiny mad idea*) (T-27.VII) eindrang, so dass er augenblicklich das Gewahrsein seines wahren Selbst im Traum über diese Idee verlor.

Wir erinnern uns natürlich nicht daran, und jede Mutmaßung darüber dient hauptsächlich dazu, das wirklich zu machen, was keinen Wahrheitsgehalt außerhalb des Traums hat.

Wichtig ist, zu begreifen, dass diese Idee wahnsinnig war. Wir haben die Natur des GEDANKENS, der uns schuf, wie wir sind, nicht verändert und können sie nicht verändern!

Sünde und Schuld ist eine Idee, die nicht so ernst genommen werden sollte, so wie andere Fabeln und Märchen. Das ist nicht leicht, wenn du Schmerz

und Leid fühlst, die aus der leibhaftigen Erfahrung unserer Überzeugung kommen, dass so etwas real ist. Aber das größte Erbe, das von der falschen Wahrnehmung der Sünde bleibt, ist, dass es uns unserer Erinnerung darüber beraubt, was Liebe ist.

In der Praxis der Vergebung werden unsere Urteile von Schuld verschwinden und ersetzt werden durch die Gnade des GOTT geschaffenen SELBST, das dahinter verborgen war. Das ist eine wesentliche Veränderung in der Selbstidentität. Es ist weder ein einfaches Verstehen noch ein schneller und leichter Wechsel. Wir haben so lange an unsere Sünde und Schuld geglaubt, dass die Freiheit, die uns durch Vergebung angeboten wird, nicht immer willkommen und nicht einmal befriedigend ist für das Ego. Aber in jedem von uns, in unserem Bewusstsein, gibt es dennoch jenes ewige Licht von Gnade, das vom Heiligen Geist gehalten wird, der uns leise ruft, und wenn wir bereit sind zuzuhören, wird unsere Reise von der Schuld zum Gewahrsein der GEGENWART der LIEBE beginnen.

Originaltitel: 'Guilt: The Hidden Cause of Our Experience'; Veröffentlicht mit freundlicher Genehmigung von „Miracle Network in the UK“, das Schüler des ACIM (deutsch: EKIW) seit 1994 unterstützt. Entnommen aus ihrem Magazin Miracle Worker, Ausgabe 94, May/June 2010. Siehe www.miracles.org.uk. Ins Deutsche übertragen von Hans Owesen. Die Übersetzung muss nicht in allen Punkten der Meinung der Redaktion entsprechen.

Der Wunsch

ein Gedicht von Felix Alcalá

*Es war einmal ein kleiner Wunsch ...
Ein winz'ger Hauch, beinahe Nichts,
den ich zu Anfang des Gedichts
nur kurz, flugs, unachtsam dachte.
Eine Idee, ganz unscheinbar,
reichlich verschwommen, sonderbar,
der Wunsch, dies' Etwas hier zu haben,
an seinen Gaben mich zu laben,
mich zu erfreuen, es zu lieben,
eines zu haben – oder sieben.
Und plötzlich – eh ich mich verseh',
tut etwas in mir schrecklich weh:
Dies Ding, das ich so gerne hätte,
es lieget nicht in meinem Bette!
Ich habe keins, es ist nicht da,
und was ich habe – sonderbar –,
das will so gern ich gar nicht haben,
es hat nicht mehr die rechten Gaben.
Und so beginnt mein Leidensweg,
auf dem nach diesem Ding ich streb.
Will es ergattern, finden, haben,
will mich an seinen Gaben laben.
Doch leider ist es wirklich ernst:
Durch Streben du dich stets entfernst.
Das Ding der Träume – ach du je –,
es ist nicht hier, und das tut weh.*

*So fang ich doll zu leiden an,
bin traurig; fröhlich dann und wann,
das Ding kommt nah, doch bleibt es fern,
stets unerreichbar wie ein Stern.
Ich kann es sehen, fühlen, schmecken,
und alles über es entdecken.
Doch zu meiner großen Pein,
ist es noch immer nicht ganz mein!
Ich will es haben, es beschützen,
es täglich, stündlich, ständig nützen!*

*Doch wie von Zauberhand geleitet,
es fern von mir mir Schmerz bereitet.*

*Und just in meiner bitt' ren Not,
reicht Jesus mir sein saftig Brot:
„Du musst vergeben, kleiner Mann,
sonst tun die Dinge dir das an!“*

*Ich bin verschreckt, ja, ganz erschrocken:
Will er wohl auch ins Leid mich locken?
Jetzt leid' ich hier doch schon so lange,
und was er sagt, das macht mir Bange.
Verlust und Schmerz, den hab ich schon!
Jetzt hab ich's: Ich springe vom Balkon!*

*Nun, da auch dieser Plan
mich nicht ganz überzeugen kann,
beginnt in mir ein Licht zu dämmern:
Vielleicht hat er ja recht!*

*Ein Fortschritt wäre jetzt nicht schlecht.
Zu lange leid' ich schon des Dinges wegen –
will nicht mehr leiden, ich will leben!*

*Und von diesem Wunsch beseelt,
ich eilig aufgib', was mich quält:
Der Wunsch zu Haben ist der Fluch,
ich eigentlich den F r i e d e n such!
Was will ich solch ein Ding nur haben?
Was nutzen seine kargen Gaben?
Nein! – Frieden will ich, Sakrament!
Hab viel zu lange schon gepennt!
Mensch, so einfach ist mein Weg,
ich einfach nur das Ding aufgeb!*

*Und in mir warnen tausend Stimmen
vor lauter fürchterlichen Dingen!
Das ist doch Selbstbetrug, Verrat!
Man nachher wirklich gar nichts hat!
Und nur die Hoffnung stirbt zuletzt,
pass bloß auf, dass dich das nicht verletzt!
Doch lang genug hab ich gelitten,
bin auf des Wunsches Qual geritten.
Seh' wirklich nur den einen Weg:
Dass diesen Wunsch ich ganz aufgeb.*



Felix Alcalá

*Und so vergib ich und vergib.
Vergeb was war, vergeb was blieb,
vergeb tagein, vergeb tagaus,
seh' meistens müd' und traurig aus.
- Ja, warum machst du diesen Scheiß?
- Ach sei doch still, ich weiß, ich weiß.*

*Und nun, nach ungezählten Wochen,
kommt in mir öfters angekrochen:
Ein kleines Licht, ein stiller Segen,
und spendet Trost, und spendet Leben.
Und dann und wann – zum Beispiel heut' –
überkommt mich eine große Freud:
Dass um nur froh zu sein – zu leben,
ich muss nichts haben: ich kann geben!*

*Und denk ich dann mit Freud' ans Ding,
ich eilig es zu Jesus bring,
damit er es für mich bewahre,
und ich höre seine klare,
unbegrenzte Liebe ...
... bei der am liebsten ich stets bliebe.*

*So habet Dank ihr Brüder heut,
und teilet mit mir diese Freud.
Ich danke euch für das Geleit,
der Weg bisher – er war nicht weit,
bin nur sehr zögerlich gegangen,
aber: ich hab angefangen!*

*Und quält auch dich ein solches Ding,
so mach's wie ich, der ich es bring,
tagein, tagaus zu Jesus hin,
und sieh doch mal, wie froh ich bin.*

In Liebe und Dankbarkeit, Felix

Gebet (vom Beten)



Michael Ostarek

Manchmal, vor allem am Anfang, wissen wir vielleicht nicht, wie ist das mit dem Beten? Wie geht das? Hilft es uns wirklich? Ist das so richtig oder geht es ganz anders? Michael Ostarek gibt uns hier eine ganz hilfreiche Erläuterung.

In deiner Angst und Not bittest du, wenn du betest, um irgendwelche Gaben. Du bist beispielsweise krank und betest um Gesundheit, du bist arm und betest um Geld, du bist einsam und betest um Freunde, du bist hungrig und betest um Brot, usw.

Doch was du nicht bemerkst, ist, dass du selbst die Krankheit, die Armut, die Einsamkeit und den Hunger zu höchst eigenartigen, unverständlichen und unglaublichen Wünschen gemacht hast. Ja, und deshalb nimmst du sie wahr.

Du willst sie nicht erleben, klar. Doch musst du sie erleben, solange du sie denkst, glaubst und befürchtest und sie ihr Unwesen in deinem Geist treiben.

In diesem völlig verrückten Zustand glaubst du nämlich auch noch, dass GOTT – zu dem du betest in deiner Not – dir das nicht gibt, worum du gerade betest. Warum glaubst du das? Nun, hier ist die Spirale der Angst, der Fehlerkreislauf, das Rad des Karma am Werk: Du kannst nicht zwei völlig ver-

schiedenen Glaubenssystemen gleichzeitig dienen.

Das, was du denkst und vertrittst, ist das, was zu deiner Erfahrung wird. Deine Wahrnehmung zeigt dir exakt, wessen Geistes Kind du bist. Sie ist nur der Spiegel dessen, was du zu sein glaubst. Glaubst du also, GOTT könne dir irgendetwas vorenthalten, dich strafen, prüfen, dir etwas nicht gönnen, so spiegelt dein Geist genau das als deine Welt wider, für dich.

Nun betest du also zu genau diesem grausamen GOTT, der dir vielleicht helfen mag, vielleicht auch nicht, je nachdem, in welcher Urteilslaune er gerade ist.

Lass uns nun den Begriff Gebet anders betonen als üblich. Lege die Betonung auf die erste Silbe. Was ist nun geschehen? Geber bist du, der alle Not, Armut und Einsamkeit GOTT geben soll, kann und darf. Und in diesem Geben deinerseits lässt du los, was du bis dahin unbemerkt festgehalten hattest. Du erlebst die völlige Güte eines GOTTES, DER dir VATER ist und FREUND. Du

gibst IHM Flüche und Bedrohungen, Gewalt, Katastrophen, Trennungen und den Tod; du wirfst alle Sorgen auf IHN – und ER gibt SICH dir.

Du bittest also GOTT nicht um Gesundheit, Geld, Freunde oder Brot, sondern du gibst ihm die Krankheit, die Not, die Einsamkeit und den Hunger. In diesem Gebet hörst du, wie GOTT alle darum bittet: „Gebt MIR doch eure Sorgen, damit ICH sie von euch nehmen kann. Befreit euch, MEINE lieben Kinder, von allem, wodurch ihr selbst euch, unwissend was ihr tut, in Not bringt.“

Ja, liebe Brüder, das gibt es für uns zu tun. So wird dein Beten nicht zu einem Betteln, einem Flehen zu einem tauben und grausamen GOTT, sondern es wird zu einem frohen Akt der Befreiung von widersprüchlichen Wünschen, die deinem Geist all das träumen ließen, was für dich in der Erfahrung nicht ein harmloser, bedeutungsloser Traum wurde, sondern brutales, reales Leben – zum – Sterben.

Du magst jetzt vielleicht ein wenig bange fragen: Darf ich dann GOTT nicht um etwas bitten?“ Die Antwort ist: Wenn du dich ein wenig mit dem Gebet der Befreiung vertraut gemacht hast, wird dein Beten um irgendwelche Dinge, die du brauchst, leichter werden, und du wirst – wie wir alle – die Erfahrung machen, dass das in Wahr-

heit gar nicht nötig ist. GOTT gibt. GOTT gibt immer allen Alles.

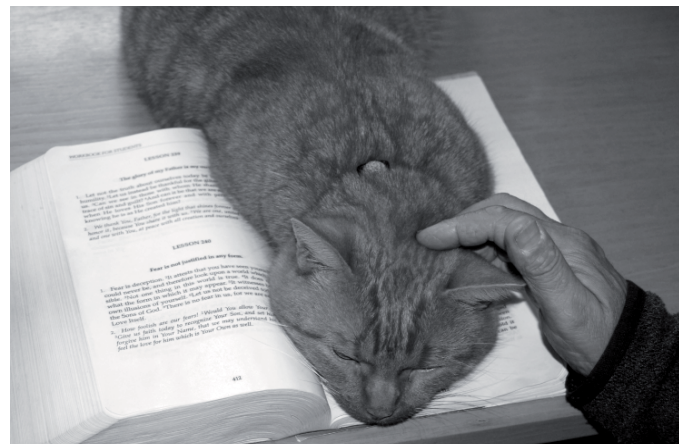
Doch das kann durch diese schreckliche Angst – die Wahrheit in deinem Geist, mein Bruder, ganz blockiert – verborgen sein und deshalb auch nicht erlebt werden.

Was brauchen wir dafür noch? Die Bereitwilligkeit, das zu üben: Also, unser Denken über das Gebet zu verändern und die Geduld des Lernenden, so wie seine Freude, dass es genau andersherum läuft, als wir befürchteten.

GOTT will nur, dass wir immer in SEINER LIEBE glücklich leben.

Lasst uns also geben, was dies verleugnet. Lasst uns vergeben, was in Wahrheit nie SEIN WILLE und deshalb auch nicht unserer war.

Frohes Beten ...



Willi – mitten in der Lektion ...

Ein Gebet

(von Michael Ostarek)

Lass uns glauben, Bruder

VATER, ich glaube, dass Du uns alle vollkommen liebst.

Ich glaube, dass Du uns heilen willst. Ich glaube, dass Du alle unsere Probleme durch uns lösen willst. Ich glaube, dass wir alle glücklich werden sollen und dazu gehört, dass wir das Glück in einer Form erleben, in der wir es wahrnehmen können;

und ich glaube, dass wir Deine LIEBE

in einer Form erleben, die wir wahrnehmen können.

Ich glaube, dass es nichts gibt, was nicht heilen kann; ich glaube, dass es nichts Totes gibt, das nicht wieder lebendig werden kann.

Ich glaube, dass alle Dinge möglich sind von denen Du willst, dass sie geschehen. Und da Du uns alle als vollkommen liebend, vollkommen heilig und froh erschaffen hast, glaube ich, dass Du willst, dass diese Heilung, diese Liebe und diese Lebendigkeit durch uns geschehen soll.

Ich glaube, dass Du jeden von uns trösten willst, jeden in der Form, in der er es braucht, um zu erleben, dass er getröstet worden ist.

* * *

*„Gott füllt deine Hände,
halte sie also offen.“*

(Zitat von Koos Jansen)

Fortsetzung des Gebetes

Ich hatte einst an die Angst geglaubt und sie wirklich gemacht,
ich will jetzt den Glauben an die Angst durch den Glauben
an Deine LIEBE vollständig ersetzen.

Ich will glauben, dass wir Wunder wirken können
als Ausdruck unserer Liebe, die wir füreinander hegen.

Und ich danke Dir, dass Du uns diesen Glauben,
in dem alle anderen Eigenschaften vereinigt werden ...,
dass dieser Glaube bereits eine Gabe von Dir ist, die uns helfen kann,
wenn wir sie nützen.

Wenn ich diesen Glauben einem Bruder schenke,
wenn ich ihn ihm gebe, werde ich ihn wieder empfangen,
um ihn mit ihm teilen zu können. Ich glaube,
dass wir einander heilen können und es sogar sollen.

Auf allen Ebenen, auf denen uns irgendetwas fehlt,
soll das ersetzt werden durch eine Gabe. Und ich bitte
um die geistige Offenheit all meiner Brüder, um sich dafür zu öffnen.

Und dann werden auch unsere Hände nie leer,
sondern immer gefüllt sein.

Amen

(aus der Session von Michael Ostarek vom 26.11.2010, abends)

Nur ein Traum ?

Seitdem ich den Kurs mache, träume ich auch vom Kurs und merke, dass der Heilige Geist selbst im ‚Schlaf‘ bei mir ist und die Berichtigung auch da weitergeht ...



Brigitte Meier

Als ich letzte Nacht schlief, träumte ich, ich stünde auf einem großen grünen Haus. Es erinnerte mich an einen Bunker, in dem ich während meiner Schulzeit Unterricht gehabt hatte. Ich fühlte eine große Last und Schwere auf und in mir. Ich wollte mich hinunterstürzen.

Ich tat es und sagte:

„Was leidet ist nicht Teil von mir.“ (Ü-II.248)

Nun wartete ich auf den Aufprall. Aber es passierte nichts. Ich fühlte mich getragen und geborgen und sagte:

*„Ich bin kein Körper. Ich bin frei.
Denn ich bin nach wie vor, wie GOTT mich schuf.“
(Ü-I.6. Wdh. Einl.3:3-5)*

Plötzlich wurde mir klar, dass ich das alles träumte und dass dies ein Traum in einem Traum in einem Traum in einem Traum und so weiter und so fort ist.

Erfrischt und dankbar bin ich erwacht, aus diesem Traum in einem Traum usw. usf. Möge ein vollkommenes Erwachen folgen. Mein größter Trost und meine größte Freude ist, dass:

„.....GOTT den letzten Schritt SELBST tut.“ (B-1.5:3)

Musik am Mölmeshof

von Bhakti Ostarek

Oder: „Wie wir gemeinsam heilen“. Bhakti beschreibt hier ihren Weg zum Mantrasingen, wie sie gelernt hat, es für ihre Heilung zu nutzen, und welche heilsamen Erfahrungen durch das Mantrasingen möglich sind, für jeden, der sich von dieser Musik berührt fühlt.

Als ich vor über zehn Jahren in Indien zum ersten Mal in Berührung mit Mantramusik kam, und ich an einem Mantrasingen teilnahm, schien es mir, als hätte ich etwas ganz vertrautes wieder gefunden. Am Anfang etwas eingeschüchtert von dieser „neuen“ einfachen, vielleicht monotonen Musik und dem eindringlichen Klang des indischen Harmoniums, ergab sich doch rasch aus den Wiederholungen der Silben des Mantras ein Weg zu mir selbst, ein Weg in meinen Geist. Während ich in diese heilsame Erfahrung hineinglitt und mich noch an die Worte Mahatma Gandhis erinnerte, mein Herz dafür öffnete, um sie selbst so zu meinen: „Jede bereitwillige Wiederholung des Mantras bringt uns einen Schritt näher zu GOTT“; schmolzen nun Ängstlichkeit, Stolz und der Gedanke, ein einzelnes Individuum zu sein, dahin, alte Gemäuer um mich herum stürzten ein, und aus meinen Augen flossen heilende Tränen, wie ein lang ersehnter Segen, den ich nun endlich während dieses Ereignisses mit jeder weiteren Wiederholung des Mantras geben konnte. Das Mantrasingen ist für mich ein Geben ... Ein Gebet.



Jetzt ist das Mantrasingen eine Lektion, ein Mittel zu kommunizieren, sich im Heiligen Geist zu verbinden und zu geben. Was gebe ich, während ich entweder ein Instrument spiele, singe oder einfach nur still da sitze und horche? Vielleicht erst mal eine Zeit lang nur meine privaten Gedanken und Sorgen, die ich mit der Musik dem Heiligen Geist gebe. Wenn ich jedes Mal, bevor wir mit der Musik beginnen, innehalte und die Musik als Mittel für dieses Geschehen benützen will, wird es dann auch zu meiner Erfahrung. Wenn es in meinem Geist still geworden ist, weil ich meine persönlichen Gedanken dem Heiligen Geist übergeben habe, eröffnet sich wieder ein neuer, ausdehnender Klang, in dem ich dann Freude und Segen geben kann. Es ist möglich, über den Klang als Kommunikations-

und Transportmittel in Verbindung mit dem Heiligen Geist zu treten.

Auch damit haben wir erst begonnen, und die Art und Weise, wie wir hier Musik machen, wird sich noch entwickeln. Von der Form her sind wir jetzt eine „Band“, die miteinander lernen und heilen möchte.

Kurs-Schüler: Was ist der Zweck, wozu dient das Mantrasingen hier?

Bhakti: Der Zweck ist Heilung. Das Mantrasingen dient dazu, alle kränkenden Gedanken im Geist zu finden, sie in der Nähe und Geborgenheit mit dem Mittel Klang und Gesang loszulassen und stattdessen, während wir gemeinsam das gleiche singen und hören, wahre und heilsame Gedanken zu empfangen, die wir auch miteinander teilen können. Viele werden von der Mantramusik und dem Geist, aus dem sie kommt, dazu bewegt, sich für ihren Bruder und den Heiligen Geist zu öffnen.

Während hier gelegentlich musikalisch geübt und geprobt wird, bieten solche Situationen ganz praktisch, wie z.B. gemeinsam eine Arbeit ausführen, immer wieder eine Gelegenheit, selbst zurückzutreten, einen Konflikt, der in der Nähe spürbar wird, in der selben Nähe zu üben, den Konflikt aufzulösen und meinen Beitrag des musikalischen Übens zu geben.

K-S.: Wer spielt welche Instrumente?

Bhakti: Gesang, Harmonium

Felix: Gitarre, Gesang

Jeannette: Djembé (Trommel)

Torsten: Gitarre, Bass

K-S.: Wie heißt die Band?

Bhakti: Ich freue mich sehr darüber, wenn ich mit anderen Musikern zusammenkomme, um zu erleben, wie auch auf diese Art und Weise Beziehungen heilen können. Eine Band ist festgelegt auf eine bestimmte Gruppe, die dann immer zusammen spielt und auftreten muss. Die Band sind immer die, die gerade miteinander musizieren. Einen Band-Namen im eigentlichen Sinne gibt es nicht.

K-S.: Warum singen wir die Mantras in Sanskrit?

Bhakti: Die Lehrer Gottes kommen von überall her auch aus dem Sanskrit. Es ist eben die Form wie ich sie nütze, obwohl ich mich nicht darauf festgelegt habe.

K-S.: Gibt es Möglichkeiten für Brüder, die hier nicht wohnen, mitzusingen?

Ja. Auf der Homepage (www.kurs-wg.de) findest du eine Datei zum Anhören unter der Rubrik 'Mantramusik'. Demnächst wird es auch eine Live-Übertragung über das Internetradio und eine CD geben.

Momentan gibt es regelmäßige Angebote zur Teilnahme am Mantrasingen am Mölmeshof und in Luxemburg.

Heilsame Begegnung

Ich wurde 1977 in Luxemburg als Brigitte Catherine Hardy geboren. Ich arbeitete in einer Luxemburger Bank und bei Luxair als Stewardess. Nachdem ich gerade 23 Jahre geworden war, erlebte ich einen entscheidenden Wendepunkt in meinem Leben...



Bhakti Ostarek

Daraufhin lebte ich von 2000 bis 2003 in Auroville. In dieser spirituellen Gemeinschaft in Indien erfuhr ich

- die Schulung zum Reikilehrer
- die Ausbildung zur Ayurvedatherapeutin
- die Unterweisung, stille sowie geführte Meditationen
- und heilsame indische Rituale (Pujas) durchzuführen

In Auroville begann meine eigene Heilung, indem ich mich im Gebet an die QUELLE wandte, die mit mir eins ist. Die Erfahrung des EINSSEINS und die Erinnerung an den SCHÖPFER ist die Erfahrung, auf die jede meiner Tätigkeiten abzielt.

Mein Weg führte mich dann wieder nach Luxemburg, um dort unter anderem als Seminarleiter in diesem Bereich zu arbeiten. Im Jahr 2006 begegnete ich Michel Ostarek, meinem Lehrer, Bruder, Ehemann und Wegbegleiter. Seit 2007 leben wir in Südthüringen in der Kurs-WG am Mölmeshof. Hier beginnt täglich das, was wir Neues Lernen nennen. Dazu gehören heilsame

Begegnungen, Sessions, Satsangs und all die Lektionen, die es zu lernen gilt.

Terminvereinbarung

Ich lebe in Deutschland und bin jeden Monat ca. 10 Tage in Luxemburg tätig (siehe auch S. 18 u. 19).

Ayurvedabehandlungen, Reiki und Begegnungen:

Ayurvedahouse, Sonja Graul
Tel.: (00352) 55 28 53
www.ayurveda.lu

Satsang und Mantrasingen:

Scarabaeus, Martine Lahyr
Tel.: (00352) 26 26 22 01
www.scarabaeus.lu

Rückfragen und Kontakt:

Bhakti Brigitte Hardy-Ostarek
Tel.: (0049) (0)3 692 526 366
Mobil (D): (0049) (0)1 708 572 277
Mobil (L): (00352) 621 423 802
bhaktib.hardyostarek@yahoo.de
www.psychosophie.org/bhakti



REIKI: HEILSAME BERÜHRUNGEN
REIKI: TOUCHERS GUERRISSANTS

Erfahre mit Hilfe von heilsamen Berührungen, wie Heilung empfangen und gegeben wird. In der Geborgenheit dieser gegenwärtigen Verbindung geschieht Heilung.



AYURVEDISCHE MASSAGE
MASSAGE AYURVEDIQUE

Durch warmes Öl und der wohltuenden Ayurveda-Behandlung wird allgemeines Wohlbefinden ausgelöst – tiefes Loslassen kann jetzt erlebt werden.



GESPRÄCHE & BEGLEITUNG
ACCOMPAGNEMENT & CONVERSATIONS UTILES

Es gibt immer eine heilsame Sicht aller Dinge. Lass uns gemeinsam gütig und vergebend auf die Situationen deines Lebens schauen, damit Heilung geschehen kann.

**GEMEINSAM LEBEN,
GEMEINSAM HEILEN**

Gemeinsam mit meinem Mann und unseren Mitbewohnern leben wir in der Wohngemeinschaft am Mölmeshof. Lerne mit uns zusammen, Heilung



**Heils
Begeg**

KURS IN WUNDERN
COURS EN MIRACLES
GROUPE D'ETUDE

Um dich von deinen Urteilen zu befreien, kann dir jede Situation dienen. Wunder werden im Licht gesehen. Gemeinsam üben wir diesen Kurs in wirklicher Geistheilung.



SATSANG & MANTRA-SINGEN
SASTANG & CHANTS DE MANTRA

Satsang besteht aus den Sanskrit-Wörtern Sat=Wahrheit und Sang=zusammenkommen. Während wir singen und still sind, kannst du deinen Geist wieder für die Wahrheit öffnen, die du bist. Im Loslassen eröffnet sich eine tiefere Kommunikation – ein SELBST, das wir miteinander teilen.



BEGEGNUNG IN DER STILLE
RENCONTRE DANS LA QUIETUDE

Es gibt eine stille Kommunikation. Im Klang der Stille lösen sich Blockaden auf ... Lass uns einen Augenblick ganz still sein.



VIVRE ENSEMBLE,
GUERRIR ENSEMBLE

in jede Alltagssituation auszudehnen und Frieden zu geben. Hier kannst du über kürzere oder längere Zeit wohnen und erleben, dass du nicht alleine heilst.



Sessions am Mölmeshof

von Bhakti Ostarek

Die Sessions sind ein wesentlicher Bestandteil für gemeinsames geistiges Heilen. Bhakti gibt uns hier eine hilfreiche Erklärung, wie Heilung während der Sessions geschieht.

Wir treffen uns am Morgen und am Abend zur Session.

Die Session ist dafür da, um innezuhalten, still zu werden und den Geist für die Stimme des Heiligen Geistes



zu öffnen. Durch die Bereitwilligkeit, Ideen loszulassen, können wir während der Session eine augenblickliche Erfahrung geschehen lassen und in das Gewahrsein kommen, kein „ich“ zu sein, sondern ein SELBST, das wir miteinander teilen.

Der Sprecher (Michael Ostarek) lehrt den Kurs in Wundern, spricht Ideen und Situationen an, mit denen du dich identifizierst hast. Es ist ein Üben, alle verborgenen Gedanken ins Licht zu bringen und vergebend auf alle Dinge zu schauen.

EIN KURS IN WAS...?

Wir wirken Wunder

Radio Psychosophie
Hilfe zum KURS –
Live vom Mölmeshof

Live-Sendungen

Täglich morgens (9.00 Uhr) und
abends (19.30 Uhr) außer Di
Sonn- und Feiertag um 9.30 Uhr

0931/663 993 076* oder
0345/483 411 249* oder
www.psychosophie.org/live

Aufzeichnungen

jederzeit abrufbar

0931/663 990 940* oder
www.archiv.kurswg.de

*Das sind ganz normale Festnetznummern,
Flatrates und Sparvorwahlen sind nutzbar.

Jeder, der daran teilnehmen möchte, ist willkommen. (siehe rechte Spalte bzw. S. 31)

Jesus, sag DU es mir.

von Brigitte Meier

Meine Motivation für den Kurs ist: „Was er besagt: Nichts Wirkliches kann bedroht werden. Nichts Unwirkliches existiert. Hierin liegt der Frieden GOTTES.“ (Vorwort, S. xviii)

Folgenden Satz habe ich im Buch „Jenseits der Glückseligkeit“ von Kenneth Wapnick über „Das Leben von Helen Schucman und die Niederschrift von *Ein Kurs in Wundern*“ auf den Seiten 272 und 273 gelesen:

„Wenn DU mir sagst, was ich tun soll, bin ich gewillt *nur das* zu tun.“

Hier spricht Jesus zu Helen und Helen erwidert darauf: „Ich habe etwas gegen den holprigen Klang und betrachte es als Dichtkunst von sehr minderwertiger Qualität.“

Jesus: „Man kann es aber schwer vergessen.“

Das Gebet: „Wenn DU mir sagst, was ich tun soll, bin ich gewillt *nur das* zu tun.“ hat mich tief berührt und vor allem mit dem „*nur das*“ habe ich mich in Angst versetzt. Was, ich soll nur noch das tun, was Jesus sagt? Wo bleibt da meine Selbstbestimmtheit? Die habe ich doch so mühselig gelernt! ... usw. usw. usw. Nachdem ich gebeten habe, all' diese Ängste von mir zu nehmen, war ich *gewillt*.

Der Satz: „Man kann es nur schwer vergessen“ stimmt. So geht es mir mit Vielem aus dem Kurs, z.B. was der *Kurs in Wundern* besagt:

„Nichts Wirkliches kann bedroht werden.

Nichts Unwirkliches existiert.

Hierin liegt der Frieden GOTTES.“

Dies ist eine Einladung

Vielleicht eine etwas unkonventionelle, aber auf jeden Fall eine „hochoffizielle“, ganz gültige, ganz fröhliche Einladung.

Wie meinst du das?

Wir laden dich ein, uns zu besuchen. Wir freuen uns, wenn du hierher kommst.

Hey, danke. Ja, ich überleg schon länger, aber ich weiß gar nicht, wann es bei euch überhaupt passt...?

Ah, das ist einfach! Es passt immer. Du kannst wirklich jederzeit kommen.

Meinst du das ernst?

Ja. 😊

Ich kann euch tatsächlich jederzeit besuchen kommen? Ich komme ganz sicher gar nie ungelegen?

Genau. Du kommst sogar ganz sicher höchst gelegen.

Wirklich??

Ja, denn es ist schön, unter Brüdern zu sein. Es ist schön, wenn du vorbeikommst. Wir freuen uns auf dich, denn wir haben gern Besuch. Deswegen haben wir einen großen Hof gemietet, damit du uns jederzeit besuchen kommen kannst.

Und wenn das Zimmer schon voll ist?

Dann haben wir noch andere. Und wenn die auch alle voll sind, finden wir trotzdem noch ein Zimmer für dich. In der allernächsten Umgebung gibt's einige Ferienhäuser und Pensionen. Wenn du kommen willst, dann wird das immer möglich sein.

Hey, danke! Das ist ja schön zu wissen.

Mal was anderes: was macht ihr eigentlich den ganzen Tag so?

Also, morgens und abends treffen wir uns zu den Sessions. Da geht's intensiv um den Kurs in Wundern. Wie bieten heilsame Begegnungen und Mantrasingen an.

Mittags essen wir gemeinsam. Und ansonsten gibt es viel Zeit zum Still werden und Wandern, Sonnen, Musizieren, Gespräche, Lesen, Meditieren, Yoga, Reiten, Baden, usw. Das, was für dich hilfreich ist.

Das klingt gut. 😊 Wäre ja echt schön, mal vorbeizukommen.

Sag ich doch... 😊 Du bist sehr willkommen.

Ich glaub ich würd' gern mal länger kommen. Ein paar Wochen vielleicht. Geht das?

Ja, das geht. Du kannst immer kommen: für ein paar Stunden oder für einen Tag. Oder für mehrere Tage. Oder für eine Woche oder mehrere. Du kannst auch Monate oder Jahre bleiben. Wie du magst.

Naja, dann könnte ich ja auf jeden Fall auch schon mal nächstes Wochenende vorbeikommen.

Juhu! Wir freuen uns.

Wem muss ich denn Bescheid geben?

Am besten Heidrun. Sie hat eine Liste mit den freien Zimmern.

Und wenn ich noch was wissen will? Brauch ich Bettwäsche?

Bettwäsche mitzubringen wäre gut, aber wenn's nicht geht, haben wir hier welche. Und ansonsten: Frag uns einfach! Unsere Nummern findest du hier unter Kontakt. Wir freuen uns auf dich.

Kontakt Heidrun: 036925/26523 und heidrunhesse@yahoo.de (vgl. S.31)

Weitere Kontakt-Informationen im Internet: www.kurs-wg.de/index.php/kontakt

Was fürchtest du am allermeisten?

Seit 10 Jahren spielt der Kurs eine zentrale Rolle in meinem Leben und trotzdem fällt es mir immer noch schwer, mit dem Urteilen aufzuhören.



Russel Derbidge

Laut Kurs sollte ich das Urteilen aufgeben. Warum gelingt es mir nicht? Ich glaube die Antwort heißt: weil ich den Kurs bis jetzt nicht genügend geliebt habe. Stattdessen „liebe“ ich das Urteilen, weil es mir Individualität gibt. Über andere Menschen urteile ich ständig. Dabei spüre ich meine Besonderheit. Deshalb lerne ich den Kurs nicht, weil ich diese Besonderheit nicht aufgeben will. Als richtiger Weg

aus diesem Dilemma bietet mir der Kurs die Schau an. Mit Urteilen hat die Schau nichts zu tun. Sie haben miteinander keine Berührungspunkte. Mit Urteilen glaube ich, dass ich klug und gescheit werden kann. Im Gegenteil, es macht mich nur eitel, arrogant und besonders. Dabei vergesse ich, dass der Maßstab von Erkenntnis nicht Wissen, sondern Frieden ist. Mit Urteilen sammle ich Wissen und Wissen bringt

Macht. Die Schau dagegen fürchte ich, weil ich diesen Machtverlust fürchte. Deshalb lerne ich diesen Kurs nicht. Meine Welt von Wahrnehmung und Urteil wird im Kurs als wahnsinnig und chaotisch beschrieben. So ist sie auch. Sie muss aber nicht so sein. Sie ist so, weil ich meine einzige Funktion vergesse – die Vergebung. Mehr als Vergebung wird von mir nicht ver-

„Was wäre, wenn du nach innen schautest und keine Sünde sähest?“ Dies fürchtest du am allermeisten. Warum? Weil du erkennen könntest, dass Sünden nichts anderes als Illusionen sind.

langt. Alles andere ist nicht mein Problem. Meine einzige Aufgabe ist, die Vergebung, und alles andere überlasse ich dem Heiligen Geist. Ich liebe diesen Kurs nicht wirklich, weil, auf diese Macht des Urteilens zu verzichten zu viel verlangt ist.

In Kapitel 21.IV.3:1 ist eine verblüffende Aussage: „Was wäre, wenn du nach innen schautest und keine Sünde sähest?“ Dies fürchtest du am allermeisten. Warum? Weil du erkennen könntest, dass Sünden nichts anderes als Illusionen sind. Dann wäre dein

Egodenksystem völlig zerstört. Urteilen und seine Begleiterscheinungen von Schuld und Bestrafung hätte für dich keine Bedeutung mehr. Und gerade das ist für dich zu viel verlangt. Du möchtest auf jeden Fall Schuld und Bestrafung beibehalten. Und somit fürchtest du deine eigene Heilung.

Jeder schaut nach innen, um die Sünde zu finden. Durch Schuld und Sünde wird die Berechtigung zum Urteilen bestätigt. Zu erkennen, dass du schuldlos und sündenlos bist, fürchtest du am allermeisten. Ist es nicht verwunderlich, dass deine Welt so wahnsinnig und chaotisch ist?

Warum bin ich hier?

von Sandra Willner

So oder ähnlich denke ich in lichten Momenten, z.B. während der Sessions.

Ich habe in meinem Leben viel gesucht, ausprobiert und mich immer wieder auf neue Ideen, Programme, Heiler und Heilungsmethoden eingelassen. Manchmal habe ich kurz aufatmen können, nach der einen oder anderen Sitzung bei einem Heiler oder Heilpraktiker, auch Erleichterung oder sogar Klarheit verspürt, aber es hat nie lange angehalten, und ich konnte den gleichen Zustand nicht „alleine“ erreichen. Ich war immer abhängig von

einer Person, vom Geld, von äußeren Umständen. Jetzt habe ich gelernt, dass das alles Magie ist und mir das tiefe Verständnis fehlte. Dennoch bin ich dankbar für diese gute Vorbereitung auf meinem wirklichen Weg – auf unseren Weg.



Sandra Willner

Im November 2010 bin ich völlig unerwartet, trotz zwanghafter Lernerei, intensiver Ausbildung und Vorbereitung, durch eine für mich „furchtbar wichtige“ Prüfung gefallen. Als ich den Raum mit der Heilpraktiker-Prüfungskommission verließ, war mir klar: Ich kann jetzt hochgradig sauer und traurig sein oder mich führen lassen. Ich weiß nicht mehr, was ich dann dachte oder zu meinen Freunden sagte, aber ich spürte in mir eine Wahlmöglichkeit.

Kurze Zeit später kam der Kurs, erstmal in Form von Gary's Buch, in mein Leben. Der nächste Schritt war unverkennbar, es muss noch mehr Kurs-Interessierte geben. Also habe ich meine Ängste überwunden und bin zu Anneke's Kurs-Gruppe nach Langenhagen/Hannover gefahren. Im übrigen hatte ich ihre Telefonnummer schon seit 3 Jahren an meiner Pinwand hängen. Es waren zwar nur wenige Treffen, an denen ich teilnahm, aber sie waren heilsam, wirklich beruhigend und einfach nur hilfreich. Ich danke dafür allen Brüdern.

Nun wohne ich zusammen mit meinem Weggefährten und Freund Torsten seit Anfang des Jahres 2011 auf dem Mölmeshof. Für mich war die zügige Entscheidung hilfreich und die einzigst logische. Natürlich könnte ich

den Kurs auch irgendwo machen, aber ich bin sehr froh um die gründliche Einführung und um die tägliche Teilnahme an den regelmäßigen Sessions. Allein oder zu zweit wäre es mir schwerer gefallen, und warum sollte ich nicht nützen, was mir hilft?

Ich bin überrascht, wie ich mich über jeden Bruder, der hier bei uns wohnt, freue, egal, ob er „nur“ für ein paar Tage oder für länger kommt. Zuerst spricht ja immer das Ego mit all seinen Urteilen, aber wenn ich zurücktrete, merke ich langsam, dass etwas in mir heilt. Hier kann ich unter idealen Umständen die Idee annehmen, in jedem meiner Brüder den Christus sehen zu wollen.

Ich danke euch allen für die Heilung, die ihr mir bringt, und den liebevollen Möglichkeiten. Ich bin glücklich, dass Torsten und ich hier gemeinsam einen Platz gefunden haben, wir unseren Weg nun als Brüder beschreiten und die „Last“ der besonderen Beziehung geläutert wird.

Frieden erreichst du durch Vergebung!

Der imaginäre Freund - Ein Bewusstseinspiel

Erstellt August 9th, 2007 von Johannes

Vielleicht kannst du dich daran erinnern, dass du als Kind einen imaginären Freund hattest, der ganz für dich da und immer dabei war, wenn du es wolltest – mit dem du sprechen konntest, den du um Rat fragen oder einfach nur mit ihm etwas genießen konntest, was du sonst mit niemandem teilen konntest oder wolltest. Auf jeden Fall war es jemand, der dir das Gefühl vermittelte, nicht allein zu sein. Doch als du „erwachsen“ wurdest, hörte dieses kleine Spiel auf. Schade!

Denn dies ist fürwahr nicht nur kindliches Spiel! Es kann auch für jeden „Erwachsenen“ eine unglaubliche Hilfe sein, denn es lässt das Gefühl der Einsamkeit und Getrenntheit völlig verschwinden. Und Geborgenheit, Sicherheit und das Gefühl, ganz und gar verstanden und geliebt zu werden, stellt sich statt dessen ein.

Außerdem ist es tatsächlich so, dass immer JEMAND bei dir ist, die ganze Zeit über, wohin du auch gehst! Doch nur, wenn du dir dessen gewahr bist, wirst du den Segen SEINER Gegenwart in dir erfahren. Diesen „JEMAND“ wieder zu entdecken, dazu ist dieses Spiel da.

Spiel: Dieses Spiel ist nicht nur für einen

Tag gedacht. Es ist ein Spiel für jeden Tag! Deshalb gibt es bei diesem Spiel auch drei Ebenen. Du wirst jeweils bemerken, wann du die Ebenen wechselst.

Du beginnst das Spiel damit, voller Überzeugung zu sagen: „GOTT geht mit mir, wohin auch immer ich gehe.“

ER ist nämlich der JEMAND, der Freund, den du in diesem Spiel (wieder-)entdeckst!

ER ist sowieso immer bei dir – also kommt es auf dich an, dass du dir SEINER Gegenwart gewahr wirst.

Am einfachsten ist es, wenn du einfach mit IHM zu sprechen anfängst. Sei nicht scheu – ER kennt dich, ER weiß alles von dir, du brauchst IHM nichts zu verschweigen, und du brauchst dich nicht vor IHM zu schämen. ER ist nicht da, um dich zu beurteilen! Nein – ER ist nur da, um dir bei allem, was du tust, dienlich zu sein.

Stell IHN dir vor, wie du willst, oder mach dir keine Vorstellungen - wie es für dich am hilfreichsten ist. Lass IHN einfach dein Freund sein, zu dem du volles Vertrauen hast, weil es SEIN einziger Zweck ist, dein Vertrauter zu sein.

Du wirst bemerken, dass es nur auf dich ankommt, wie intensiv EURE Beziehung wird. ER ist immer ruhig, ER wird nicht laut, mischt sich nicht in dein Leben ein, wenn du es nicht willst. Dennoch hat ER nur das eine Bedürfnis – dass du glücklich bist!

Schon diese erste Ebene birgt unge-

ER ist „größer“ als du, hat einen viel weiteren Horizont und weiß einfach viel besser bescheid als du. ER wird dein Augenmerk eher weg von deinen persönlichen Zielen lenken – hin zu Zielen, die eher ALLEN zugute kommen, nicht nur dir allein.

So wird dir auf dieser Ebene klar werden, dass ER nicht nur bei dir ist! Auch alle anderen haben so einen Freund wie du – und du beginnst, den Brüdern, die IHN noch nicht bemerkt haben, von IHM zu erzählen.

„Es gibt drei Schlüssel zum Herzen des Menschen: Liebe, Güte und Geduld“
(aus Indien)

ahnte Möglichkeiten, dieses Spiel auszubauen! Je intensiver EURE Beziehung wird, desto interessanter wird das Spiel. Auf jeden Fall wirst du bald merken, dass du nie mehr allein bzw. auf dich allein gestellt bist – außer du willst es so. Dann vergisst du, dass ER da ist!

Auf der nächsten Ebene hast du es dir bereits zur Gewohnheit gemacht, dich in allen Angelegenheiten, in allen Bereichen deines Lebens, an IHN zu wenden. Dein Freund ist zum wichtigsten Bestandteil deines Lebens geworden! Da ER alles weiß, kann ER dich sicher auf deinem Lebenspfad führen, denn

Auf der letzten Ebene dämmert es dir dann allmählich, WER dein Freund in Wirklichkeit ist! Du bemerkst, dass ER niemand „Anderer“ ist. ER ist in Wahrheit DU so wie DU wirklich bist!

Denn das, was du zu sein glaubtest, war nur eine Einbildung - mit der du dich allerdings vollkommen identifiziert hattest: dein körperliches Erscheinungsbild! Dieses ist zwar nach wie vor da, doch weißt du mittlerweile wieder, dass du mehr bist als dieses Erscheinungsbild – man könnte sagen:

Du weißt wieder, WER DU WIRKLICH BIST!

Eine kleine Geschichte . . .

anonym

Eines Tages bat eine Lehrerin ihre Schüler, die Namen aller anderen Schüler der Klasse auf ein Blatt Papier zu schreiben und ein wenig Platz neben den Namen zu lassen.

Dann sagte sie zu den Schülern, sie sollten überlegen, was das Netteste ist, das sie über jeden ihrer Klassenkameraden sagen können, und das sollten sie neben die Namen schreiben.

Es dauerte die ganze Stunde, bis jeder fertig war, und bevor sie den Klassenraum verließen, gaben sie Ihre Blätter der Lehrerin.

Am Wochenende schrieb die Lehrerin jeden Schülernamen auf ein Blatt Papier und daneben die Liste der netten Bemerkungen, die ihre Mitschüler über jeden Einzelnen aufgeschrieben hatten.

Am Montag gab sie jedem Schüler seine oder ihre Liste. Schon nach kurzer Zeit lächelten alle.

„Wirklich?“, hörte man flüstern. „Ich wusste gar nicht, dass ich irgend jemandem etwas bedeute!“ und „Ich wusste nicht, dass mich andere so mögen“, waren die Kommentare.

Niemand erwähnte danach die Listen wieder. Die Lehrerin wusste nicht, ob die Schüler sie untereinander oder mit ihren Eltern diskutiert hatten, aber das machte nichts aus. Die Übung hatte ihren Zweck erfüllt.

Die Schüler waren glücklich mit sich und mit den anderen.

Einige Jahre später war einer der Schüler gestorben und die Lehrerin ging zum Begräbnis dieses Schülers.

Die Kirche war überfüllt mit vielen Freunden. Einer nach dem anderen, der den jungen Mann geliebt oder gekannt hatte, ging am Sarg vorbei und erwies ihm die letzte Ehre. Die Lehrerin ging als letzte und betete vor dem Sarg. Als sie dort stand, sagte einer der Anwesenden, die den Sarg trugen, zu ihr:

„Waren Sie Marks Mathelehrerin?“ Sie nickte: „Ja“. Dann sagte er:

„Mark hat sehr oft von Ihnen gesprochen.“

Nach dem Begräbnis waren die meisten von Marks früheren Schulfreunden versam-

melt. Marks Eltern waren auch da und sie warteten offenbar sehnsüchtig darauf, mit der Lehrerin sprechen zu können.

„Wir wollen Ihnen etwas zeigen“, sagte der Vater und zog eine Geldbörse aus seiner Tasche. „Das wurde gefunden, als Mark verunglückt ist.

Wir dachten, Sie würden es erkennen.“

Aus der Geldbörse zog er ein stark abgenutztes Blatt, das offensichtlich zusammengeklebt, viele Male zusammen und auseinander gefaltet worden war. Die Lehrerin wusste ohne hinzusehen, dass dies eines der Blätter war, auf denen die netten Dinge standen, die seine Klassenkameraden über Mark geschrieben hatten.

„Wir möchten Ihnen so sehr dafür danken, dass Sie das gemacht haben“, sagte Marks Mutter. „Wie Sie sehen können, hat Mark das sehr geschätzt.“

Alle früheren Schüler versammelten sich um die Lehrerin. Charlie lächelte ein bisschen und sagte: „Ich habe meine Liste auch noch. Sie ist in der obersten Schublade in meinem Schreibtisch“.

Die Frau von Heinz sagte: „Heinz bat mich, die Liste in unser Hochzeitsalbum zu kleben.“

„Ich habe meine auch noch“, sagte Monika. „Sie ist in meinem Tagebuch.“ Dann griff Irene, eine andere Mitschülerin, in ihren Taschenkalender und zeigte ihre abgegriffene und ausgefranste Liste den anderen.

„Ich trage sie immer bei mir“, sagte Irene und meinte dann: „Ich glaube, wir haben alle die Listen aufbewahrt.“ Die Lehrerin war so gerührt, dass sie sich setzen musste und weinte. Sie weinte um Mark und für alle seine Freunde, die ihn nie mehr sehen würden.

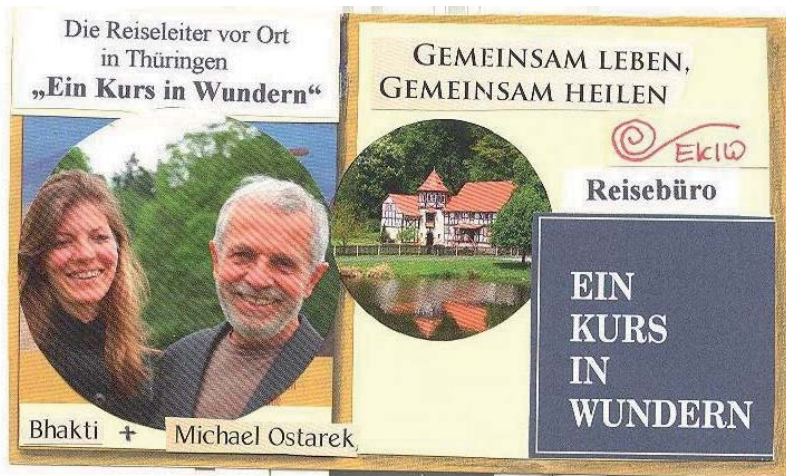
Im Zusammenleben mit unseren Mitmenschen vergessen wir oft, dass jedes Leben eines Tages endet und dass wir nicht wissen, wann dieser Tag sein wird.

Deshalb sollte man den Menschen, die man liebt und um die man sich sorgt, sagen, dass sie etwas Besonderes und Wichtiges sind. Sag es ihnen, bevor es zu spät ist.

Denke daran, Du erntest, was Du säst. Was man in das Leben der anderen einbringt, kommt auch ins eigene Leben zurück.

Humor

EINE REISE WERT



| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Afrika |  Amerika |  Asien |  Deutschland |
| Namibia »Sossusvlei« 15 Tage ab 2.599 € | Costa Rica »Monteverde« 15 Tage ab 2.699 € | Burma »Mandalay« 16 Tage ab 2.999 € | Thüringen Mölmeshof |
| Südafrika »Krüger« 14 Tage ab 2.499 € | Ecuador »Otavalo« 14 Tage ab 3.099 € | Indien »Taj Mahal« 18 Tage ab 2.899 € | 1 Bruder im Einzelzimmer 7 Tage Vollpension 196 € |
| Tansania »Serengeti« 14 Tage ab 3.199 € | Peru »Machu Picchu« 15 Tage ab 3.699 € | Vietnam »Sapa« 19 Tage ab 2.999 € | 2 Brüder im Doppelzimmer 7 Tage Vollpension 322 € |

DER HEILIGE JAKOB ...

... war mit einem Schüler unterwegs. Als es dämmerte, errichteten sie ihr Zelt und fielen müde in den Schlaf. Vor dem Morgengrauen wachte Jakob auf und weckte seinen Schüler: „*Öffne Deine Augen*“ sagte er „*und schau hinauf zum Himmel. Was siehst Du?*“ „*Ich sehe Sterne, Vater*“, antwortete der schlaftrunken. „*Unendlich viele Sterne*“. „*Und was sagt Dir das?*“ fragte Jakob. Der Schüler dachte einen Augenblick nach. „*Daß Gott, der Herr das große Weltall mit all seinen Sternen geschaffen hat. Ich schaue hinauf in den Himmel und fühle mich dankbar und demütig angesichts dieser unendlichen Weiten. Wie klein ist doch der Mensch und wie wunderbar sind die Werke Gottes.*“ „*Ach Junge*“ stöhnte Jakob: „*mir sagt es nur, daß jemand unser Zelt gestohlen hat...*“

Adressen und Kontaktdaten von KURS-Gruppen:

Kurs-WG am Mölmeshof (bei Eisenach)

Anschrift: Mölmeshof 1-3, 99819

Marksuhl

Heidrun Hesse: Tel.: 036925-26523

E-mail: heidrunhesse@yahoo.de

www.kurs-wg.de: Hier findest du Erfahrungsberichte, Gedichte, Bilder u. a., weitere Kontakttelefonnummern von unseren WG-Bewohnern und Links zu den Internetseiten von Freunden, die den Kurs in Wundern mit uns teilen.

www.psychosophie.org: Dies ist die Seite von Michael und Bhakti Ostarek (Tel.: 036925-26366). Hier findest du neben persönlichen Informationen und der direkten Kontaktmöglichkeit für heilsame Begegnungen einen Link zu unseren täglichen Übertragungen, die du live am Telefon (0931-663993076 o. 0345-483411429) oder über`s Internet mithören oder im Nachhinein aus einem Archiv herunterladen kannst.

Berlin und Umgebung

Zentrum für Ein Kurs in Wundern,

Neue Christliche Akademie Endeavor Academy e.V., Mühlenstraße 1a, 14789 Wusterwitz

Tel.: 033839-60901

Internet: www.endeavoracademy.de

Waltraud Spohr: 030-3017285

E-mail: wiwaspohr@t-online.de

Hannover

Anneke Bazuin, Walsroder Straße

223, 30855 Langenhagen

Tel.: 0511-7244989

E-mail: anneke.bazuin@freenet.de

Es findet jeden Dienstag von 19:30 – 21:30 Uhr eine offene Kursgruppe bei mir statt, (kostenlose Teilnahme) und ich bin auch für telefonischen oder schriftlichen Austausch offen.

München u. Umgebung

Christoph Engen

Tel.: 089-38869979

E-mail: chengen@web.de

Dr. Hans-Jürgen & Maria Geisler,

Gilchinger Str. 5, 82239 Alling

Tel.: 08141-386355

Mobil 0173-3958093

E-mail: geisler@wuestenmeditation.de

Johannes Beyersdorff, Heilpraktiker in München, offene Ein Kurs in Wundern Gruppe; Infos unter:

www.johannesbeyersdorff.wordpress.com

Michael Weinert, Ziegelstadelweg 5a,

83623 Dietramszell

Tel.: 0172-8422050

E-mail: weimic5@web.de

Internet: www.kurz-nachdenken.de

Adressen und Kontaktdaten von KURS-Gruppen:

Prien am Chiemsee

Ulrike Krautwurst

Rafenauerweg 19, 83209 Prien am
Chiemsee

Tel.: 08051-9654906

E-mail: ukw22@kabelmail.de

Bisher habe ich mich allein durch den Kurs gearbeitet, doch ab dem 18. März 2011 hoffe ich auf Kurs-Menschen, die sich 2x monatlich in Prien mit mir treffen, um sich gegenseitig dabei zu unterstützen, den Kurs im Alltag zu leben. Ein heimeliger Seminarraum wartet auf 12 Kurs-Schüler, die sich gegenseitig Mut machen, dranzubleiben oder vielleicht auch gemeinsam meditieren. Und im Sinne von „Wo Zwei oder Drei in meinem Namen beisammen sind, da bin ich mitten unter Ihnen.“ darf es ja auch mal ein Kinobesuch oder ein gemeinsamer Kochabend sein, oder?

Raum Augsburg

Lothar Roskowetz

Sylvesterstr. 22

86647 Buttenwiesen

Tel.: 08274-928392

Mobil: 0160-97441049

E-Mail: lothar.roskowetz@t-online.de

Ulm

Gerlinde Gürtler: 0731-262251

E-mail: gerlinde-guertler@web.de

Niederlande

www.miraclesincontact.nl:

Niederländische Stiftung, die sich um Begegnungen und Verbreitung des Kurses kümmert. Gibt 4x pro Jahr das MIC-Magazine heraus und organisiert monatliche Treffen für Kurs-Schüler und -Lehrer. Auf der Homepage sind viele Links (niederländisch und englisch) zu Kurs-Lehrern, u.a. auch zu Koos Jansen.

Schweiz

Reinhard Lier

Heilpraktiker, Mühltoibel 943, CH
9427 Zelg-Wolfhalden;

Tel.: +41 (0)71-888 0 804

Mobil CH: +41 (0)77-4500 461

Mobil D: 0176-840 148 54

Internet: www.lier.de

E-mail: info@lier.de

Joseph Meury

Dornach

E-Mail: josomeury@bluewin.ch

Bruno Umiker

CH-4950

E-Mail:

Heilerschule-brunoumiker@bluewin.ch

Adressen und Kontaktdaten von KURS-Gruppen:

Österreich

Cäzilia Effinger

Baschggasse 7, A - 6834 Übersaxen

Tel.: +43 (0)5522-43807

Mobile: +43 (0)664-522 11 23

E-Mail: caezilia.effinger@aon.at

„Ein Kurs in Wundern – Dialog“

Der „Dialog“ ist eine ideale Form „Ein Kurs in Wundern“ gemeinsam zu erleben.

Der Dialog ist eine unkomplizierte Angelegenheit. Gemeinsam einigen sich die Teilnehmer auf ein „Thema“ aus dem Buch.

In diesem hierarchielosen Raum „Dialog“ bekommt jeder seinen Platz, um sich zum Thema ohne Wertung mitzuteilen und auszutauschen.

Es geht um ein Miteinander, um zuhören und sich zu beteiligen bzw. miteinander zu denken.

Termine: 18.05.2011, 15.06.2011

Jeweils im Pfarrsaal Übersaxen, von 19:00 bis 22:00 Uhr; Spendenbasis zur Deckung der Unkosten.

Wir sind eine kleine Gruppe die sich seit 1 1/2 Jahren einmal im Monat für den Kurs in Wundern – Dialog trifft.

Österreich

Hildegard Reichegger

Austrasse 6, 6710 Nenzing

Tel.: (+)43 5525-63488

oder (+)43 676-5807697

Internet: www.happymaker.at

E-Mail: hildegard@happymaker.at

**Wenn du deine Gruppe bekannt
geben möchtest – hier ist der Platz
dafür! Einfach anrufen unter:
036925/27322.**

Internetseiten

- www.facim.org
(Internetseite der „Foundation for A CORUSE IN MIRACLES“)
- www.acim.org
(Internetseite der Foundation for Inner Peace)
- www.miracles.org.uk
(Internetseite des Miracle Network)
- www.miracles-in-europe.com
(Internetstartseite für einige europäische Länder)
- www.pro-agape.de
(Internetseite mit hilfreichen Texten zum Kurs in Wundern)
- www.theforgivenessmovement.org
(Seite von Tom Carpenter)

Zeitschriften

„Miracle Worker“

Dies ist eine englische Zeitschrift einer gemeinnützigen Vereinigung zum Studium von Ein Kurs in Wundern. Auf der Internetseite www.miracles.org.uk. Hier findest du umfangreiche Informationen zum Kurs und zu Veranstaltungen. Der Miracle Worker ist die Zeitschrift dieser Organisation und erscheint alle 2 Monate.

„Lichtblick - Studienbegleiter zu EIN KURS IN WUNDERN“

erscheint jährlich als Beigabe zum Verlagsverzeichnis des Greuthof Verlages

In der nächsten Ausgabe

- Interview mit Michael Ostarek
- Artikel: „*Sei selbst gemeint*“ von Felix Alcalá
- Gedicht: „*Das stille Lied*“ von Bhakti
- Heilungsbericht von Martha Ritter
- Artikel von Jason Chan: „Meditation und Ein Kurs in Wundern“, übersetzt von Hans Owesen
- Leserbrief von Ulrike und Claus

Autoren gesucht!

Ein Aufruf an dich . . .



Die Zeitung soll allen am Kurs in Wundern Interessierten als ein Mittel für unsere gemeinsame Heilung dienen. Wir danken denen, die bereit waren und sind, ihre Heilung hier in Form eines Erfahrungsberichtes oder eines Gedichtes zu teilen. Wir freuen uns über alle Beiträge, denn jeder Beitrag ist für alle. Falls du deine Erfahrungen teilen möchtest, vielleicht auch in Form eines Gedichtes, oder ein Buch oder einen Film vorstellen möchtest, schicke einfach einen Artikel als Datei an: j.barnikol@freenet.de oder auch in schriftlicher Form per Post an:

Jeannette Barnikol,
Mölmeshof 1, 99819 Marksuhl

Danke für dein Interesse und
deine Mithilfe!

Impressum: Herausgegeben von der KURS-WG am Mölmeshof 1-3, 99819 Marksuhl; Redaktion und ViSdP: Jeannette Barnikol; Satz und Layout: Felix Alcalá u. Jeannette Barnikol

WENN DU ETWAS GEBEN MÖCHTEST.

FÜR DEN BEZUG DER ZEITUNG WIRD KEIN FESTER PREIS ERHOBEN. WENN DU DIE HERSTELLUNG DER ZEITUNG UNTERSTÜTZEN MÖCHTEST, KANNST DU EINEN VON DIR GEWÄHLTEN BEITRAG AUF DAS UNTENSTEHENDE KONTO ÜBERWEISEN.

DANKE FÜR DEINE UNTERSTÜTZUNG!

DIE HERAUSGEBER: KURS-WG AM MÖLMESHOF 1-3, 99819 MARKSUHL

BLZ: 840 550 50

KONTO: 190 20 78 043

BANK: WARTBURG-SPARKASSE

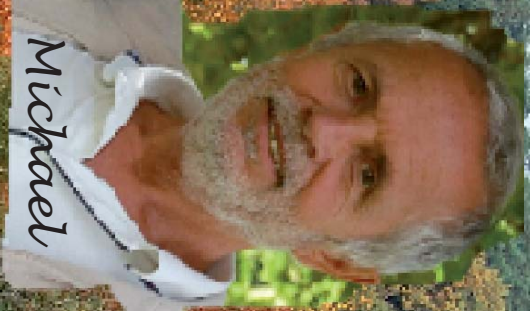
STICHWORT: KURS-SCHÜLER

DIE IN DEN TEXTEN ENTHALTENEN GEDANKEN ZU EIN KURS IN WUNDERN® (GUTACH I. BR: GREUTHOF, 6. AUFL. 2004) STELLEN DIE PERSÖNLICHE MEINUNG UND DAS PERSÖNLICHE VERSTÄNDNIS DER AUTOREN DAR UND NICHT DIE DER INHABER DER RECHTE FÜR EIN KURS IN WUNDERN®.

ZITATE AUS EIN KURS IN WUNDERN BEZIEHEN SICH AUF FOLGENDE AUSGABE: EIN KURS IN WUNDERN, 6. AUFLAGE 2004, GREUTHOF VERLAG, GUTACH I. BR. FÜR DIE QUELLENANGABEN WIRD DAS SYSTEM AUS EIN KURS IN WUNDERN VERWENDET (SIEHE DORT UNTER »ANMERKUNGEN«). DIE EINZELNEN TEILE DES KURSES WERDEN FOLGENDERMASSEN ABGEKÜRZT: T = TEXTBUCH, Ü = ÜBUNGSBUCH, H = HANDBUCH FÜR LEHRER.



Bhakti



Michael



Heidrunn



Hans



Regine



Felix



Katharina



Sandra



Torsten



Jeannette



Nico



Willi



Hugo



Rosa