

Entrinnen aus dem Klammergriff der Selbsttäuschung: Angst, Schmerz oder Mangel

Ein Kurs in Wundern ist ein radikaler Weg. **Nouk Sanchez** hilft uns,
ihn besser zu handhaben.

[Originaltitel: *'Escaping the Clutches of Delusion: Fear, Pain or Scarcity'*]

(Vorbemerkung d. Ü.: Frei nach T-22.II.3:1 tragen Illusionen nur Angst, Schmerz oder Mangel zu denen, die an sie glauben. Im Original wird diese Wirkung von Illusion als ‚delusion‘ bezeichnet, was man je nach Situation mit Täuschung, Selbsttäuschung, Wahnvorstellung, Trugbild, Illusion übersetzen kann. Ich habe mich für ‚Selbsttäuschung‘ entschieden.) -

Ist dir aufgefallen, wenn du schon eine Zeitlang auf diesem Weg der Ego-Aufhebung bist, dass es inmitten eines Ego-Zustands von Angst, Konflikt oder Schmerzen unmöglich erscheint, loszulassen? Die Angst hat einen in den zeitweiligen Wahnsinn (‚insanity‘) getrieben, und diesem Zustand fühlt man sich vollkommen ausgeliefert.

Das Ego fährt seine ganze Überzeugungskraft auf, um sicherzustellen, dass du in diesem geistlosen Zustand bleibst, und bestenfalls wird es dir innerhalb seines abgeschlossenen Denkkonzepts eine ‚Problemlösung‘ nach seinem Geschmack anbieten. Aber es wird auf keinen Fall zulassen, dass du dich der LIEBE in Form von Vergebung hingibst. Das liegt daran, dass das Ego in dem Augenblick, wo du dich der LIEBE, dem FRIEDEN GOTTES übergibst, in deinem Gewahrsein zu existieren aufhören würde. Und wenn wir uns diesen Heiligen Augenblicken immer wieder öffnen, muss das Ego zur Gänze verschwinden.

Kürzlich ging mir ein neues Verständnis von Vergebung auf, wie Jesus es im *Kurs* lehrt. Ich begriff, dass ich einen bedeutenden Aspekt des Vergebungsprozesses 20 Jahre lang nicht wirklich erkannt und folglich nicht angenommen hatte. Grundlegend für diesen Prozess ist, dass wir erkennen, dass buchstäblich nichts existiert, was nicht von der LIEBE GOTTES ist. Nichts, was nicht LIEBE ist, hat die Macht, irgendetwas auszurichten. Die LIEBE und FREUDE GOTTES sind allumfassend; ein Gegenteil hierzu existiert außer in unserer Überzeugung nicht. Die Quelle allen Leidens liegt gänzlich in unserer falschen Überzeugung und nicht dort, wo wir sie zu ‚sehen‘ meinen: in anderen, im Selbst, im Körper und in der Welt. Und der Prozess, wirklich zu begreifen, dass nichts uns bedrohen kann, erfordert zunächst, zu definieren, was von der LIEBE GOTTES und was vom wahnhaften Ego ist.

„Alle Macht ist von GOTT. Was nicht von IHM ist, hat keine Macht, irgendetwas zu tun.“ (T-11.V.3:6-7)

So sind die Geschehnisse, die wir als gegeben hinnehmen und gegen die wir Verteidigungsmechanismen entwickelt haben, wie etwa Krankheit, Konflikt, Schmerzen, Verlust, Mangel und schließlich physischer Tod, buchstäblich Wahnvorstellungen (hallucinations). Wir sehen sie, und wir fühlen sie, das ja. Jedoch verleiht ihnen das keine Wirklichkeit. Was sie uns in unserem Erleben als wirklich erscheinen lässt, ist allein ein Umstand: unsere **Überzeugung**, dass sie wirklich sind. Und das Ego vertraut ausschließlich darauf, was uns unsere Körpersinne als wirklich übermitteln. Doch projiziert das Ego selbst genau das, was wir dann zu sehen und zu empfinden scheinen. Es ist zu 100% darauf angelegt, den Sinnen des Körpers mehr zu vertrauen als der LIEBE.

Deshalb ist Vergebung für das, was wir offensichtlich zu sehen oder fühlen meinen, entscheidend, um das Ego und sein Konzept von Leiden aufzuheben. Dem, woran wir glauben, geben wir Bedeutung, ob gut oder schlecht. Die meisten von uns vertrauen noch nicht beständig dem HEILIGEN SELBST, dass es uns die WIRKLICHE WELT von LIEBE und FREUDE zeigt, und verlassen sich noch beharrlich auf die Sinne des Körpers (geben ihnen Bedeutung), dass sie uns sagen, was Realität ist – sprich Ego-Realität. Indem wir weiterhin dem vertrauen, was die Augen unseres Körpers uns als Realität vorgeben, können wir nicht vergeben. Jesus sagt uns, dass wir nichts vergeben können, was wir noch für wirklich halten. Das sei unmöglich. Beinahe all unser Leiden entsteht aus diesem Missverständnis über Vergebung.

*„Der Plan des Ego ist, dass du den Fehler zuerst deutlich siehst und ihn dann übersiehst. Wie aber kannst du das übersehen, dem du Wirklichkeit verliehen hast? Dadurch, dass du den Fehler deutlich siehst, hast du ihm Wirklichkeit verliehen und **kannst** ihn nicht übersehen.“ (T-9.IV.4:4-6)*

„Vergabung durch den Heiligen Geist besteht einfach darin, von Anfang an über den Fehler hinwegzusehen und ihn auf diese Weise für dich unwirklich sein zu lassen. Lass keinen Glauben an seine Wirklichkeit in deinen Geist eindringen, sonst wirst du ebenfalls glauben, dass du aufheben musst, was du gemacht hast, damit dir vergeben werde.“

(T-9.IV.5:3-4)

Bevor wir irgendjemandem oder irgendetwas vergeben können, müssen wir uns zuerst etwas von grundlegender Bedeutung vergegenwärtigen. Was auch immer uns aufregt, ungeachtet der Schwere des Problems, ist **nicht** Teil von GOTTES LIEBE. Es ist nicht GOTTES WILLE. Nur die LIEBE GOTTES existiert, und das bedeutet, dass, was du als so verletzend wahrnimmst, **unwirklich** sein muss. Und mehr noch – du bist der WILLE GOTTES, Ausdruck SEINER LIEBE. Wie also kann dich irgendetwas, was sich als Gegenteil von GOTTES LIEBE verkleidet, eventuell verletzen? Das geht nicht!

Liebe hat kein Gegenteil – Leugne die Illusion

Mein Lehrpartner und Seelenfreund, Tomas Vieira, ist im Dezember 2010 von uns gegangen. Kurz nach seinem Tod fiel ich in den schrecklichsten Zustand von Verwirrung, den ich je erlebt habe. Die anschließende Erfahrung von ‚Durchbruch‘ führte zum tiefgreifendsten Wechsel in der Wahrnehmung in meinen 21 Jahren als Kursschülerin. Hier ist ein Auszug aus meinem Artikel. (Anm.d.Ü.: welcher Artikel gemeint ist, wird nicht gesagt, es könnte ihr Buch *The End of Death* gemeint sein, s. unten).

„Als ich, nachdem Tomas von uns gegangen war, nach Hause in New Mexico zurückkam, rutschte ich in einen unbeschreiblichen Zustand von Verwirrung und tiefer Trauer. Unsere Tochter Rikki half mir, mich zu erinnern, dass nur Liebe wirklich ist. Wie konnte Trennung ebenso wirklich sein? Wie konnte Tomas anderswo als hier und jetzt sein? Letztendlich war er nicht irgendwohin gegangen. Gab es Trauer in uns, dann zwangsläufig auch einen Glauben an Trennung – dass Tomas tatsächlich gestorben war und dass wir nie mehr in Verbindung miteinander treten konnten.

„In der Nacht meiner finstersten Zeit (noch schlimmer als vor einigen Jahren, als wir beinahe Rikki verloren hätten) tat sich die Hölle in meinem Geist auf. Selbst bei allem Vertrauen (oder genauer **trotz** all des Vertrauens) in den Heiligen Geist, das ich entwickelt hatte, schien in jener Nacht alles zusammenzubrechen. Was zurückblieb, war eine gottlose Hölle in meinem Geist. An diesem Punkt begriff ich, dass ich einfach nur halluzinierte. Entweder war die Hölle wirklich oder ich war verrückt.

**„Wir müssen eine Wahl treffen, um zu erkennen,
dass nur die LIEBE GOTTES wirklich ist.“**

„Ich hatte zu dieser Zeit zwei größere Durchbrüche. Mein verzweifeltes Bedürfnis, genau zu **verstehen**, was mit Tomas geschehen war, hatte das Vertrauen, das ich zum Heiligen Geist entwickelt hatte, überschattet. Das Ergebnis war ein grauenhaftes Gefühl von Trennung, und ich schrie geradezu mein Verstehenwollen heraus. Eine Antwort kam fast gleich darauf, aber es war überhaupt nicht die Antwort, nach der ich gesucht hatte! Ich hörte Tomas' Stimme in meinem Geist mir diese Frage stellen: „Willst du verstehen oder willst du Frieden?“ Da begriff ich endlich. Das Bedürfnis, zu verstehen, war ein Ego-Trick. Mich dafür zu entscheiden, einfach zu akzeptieren ohne zu verstehen, würde mich zurück in den Frieden und die offene Kommunikation sowohl mit dem GEIST als auch mit Tomas bringen.

„Der zweite Durchbruch kam, als ich eine Kurs-in-Wundern-Karte zog, auf der stand: *„... wenn du Frieden willst, musst du die Idee des Konflikts ganz und für alle Zeiten aufgeben.“* (T-7.VI.8:9). Das war es! Von diesem Moment an ließ ich alles los, was nicht von GOTT war. Gedanke, Gefühl und alles, was sich im Außen zeigt, sind bloß Erscheinungen, und ich entscheide mich, an den Erscheinungen vorbei das Antlitz CHRISTI zu schauen.

„Das Erstaunlichste dabei war das Fehlen von Trauer bei Rikki und mir. Wir verstehen jetzt, dass Tomas in jedem Moment, in dem wir uns bewusst für Freude und Frieden ‚im Jetzt‘ entscheiden, nicht urteilen oder an irgendein ‚Märchen‘ glauben, auch bei uns ist. Es ist unmöglich, getrennt zu sein, außer wenn wir in den individuellen Verstand gehen, in die vergangene und sentimentale (besondere) Liebe, die nichts zu tun hat mit der wirklichen LIEBE, die wir teilen. Wie kann uns Tomas fehlen, wenn wir gesegnet sind mit dem Gewahrsein, dass er dennoch hier ist und erreichbarer als je zuvor?“

Dieser Wechsel auf eine höhere Stufe der Wahrnehmung bestimmte mein nachfolgendes Lehren, das ich immer dann verwende, wenn es an Frieden mangelt.

Der grundlegende Schritt zur Vergebung besteht darin, die folgende Frage bezüglich der Person oder Situation, die uns so in Aufruhr gebracht hat, zu stellen: „Ist dies (mein Mangel an Frieden) ein Ausdruck von GOTTES LIEBE und FREUDE?“ Und wenn wir mit „nein“ antworten, erinnern wir uns selbst, dass **nichts** außerhalb von LIEBE existiert. Also ist dieses Abhandenkommen von Frieden eine Ego-Wahnvorstellung (ego hallucination).

Eindeutige Entscheidung

Ich begriff, dass wir eine eindeutige Entscheidung treffen müssen, um zu erkennen, dass nur die LIEBE GOTTES wirklich ist – alles andere ist Ego. Jetzt können wir uns mit dem HEILIGEN GEIST verbinden, um unseren **Glauben** an Leid und folglich den **Wert**, den wir Leid geben, durch die WAHRHEIT ersetzen zu lassen. Wenn wir uns in diesem Schritt, wo es um die Entscheidung geht, zuerst die Illusion zu leugnen, nicht bewusst verbinden, wird Vergebung nicht geschehen, weil wir weiterhin Illusion wählen. Und davon, woran wir noch glauben, kann uns der GEIST nicht erretten. Sobald die geistige Gesundheit zurückgekehrt ist, können wir zum nächsten Vergebungsschritt übergehen.

„Schmerz ist eine falsche Perspektive. Wenn er in irgendeiner Form erfahren wird, ist er ein Beweis für Selbstbetrug. Er ist überhaupt keine Tatsache. Es gibt keine Form, die er annimmt, die nicht verschwindet, wenn er richtig gesehen wird.“ (Ü-I.190.1:1-4)

„Wenn Gott wirklich ist, dann gibt es keinen Schmerz. Wenn der Schmerz wirklich ist, dann gibt es keinen Gott.“ (Ü-1.190.3:3-4)

Jesus erinnert uns, dass die Berichtigung von Angst in unserer Verantwortung liegt. Das geht sehr viel leichter, wenn wir uns erinnern, dass, was immer uns aufregt, die Projektion des Egos ist und nicht die LIEBE GOTTES. Es ist wichtig, eine klare Unterscheidung zwischen den beiden zu treffen.

„Es ist sinnlos, zu glauben, dass die Folgen deines falschen Denkens zu kontrollieren zu Heilung führen kann. Wenn du angsterfüllt bist, hast du dich falsch entschieden. Das ist der Grund, weshalb du dich dafür verantwortlich fühlst. Du musst anderen Geistes werden, nicht dein Verhalten ändern, und das **ist** eine Frage der Bereitwilligkeit. Du brauchst keine Führung außer auf der Ebene des Geistes. Die Berichtigung gehört nur auf die Ebene, auf der Veränderung möglich ist. Veränderung bedeutet nichts auf der Ebene der Symptome, auf der sie nicht wirksam sein kann.“ (T-2.VI.3:1-7)

„Für die Berichtigung der Angst bist **du** verantwortlich. Wenn du um Befreiung von der Angst bittest, sagst du damit, dass du es nicht bist.“

Es gibt einen Prozess hin zur Vergebung. Vor aller Vergebung steht die folgende Erkenntnis:

In dem Augenblick, in dem wir dabei sind, auf einen Zustand von Angst (oder Schmerz, Verlust, Ärger, Mangel) ‚hereinzufallen‘, setzt die Selbsttäuschung ein. Wir sind in den Krallen des Ego-Denkensystems. Alles was wir in dem Augenblick außerhalb von uns wahrnehmen, ist nach außen projiziert worden (einschließlich unseres Körpers). Falls wir weiter versuchen, die Situation aus dem **Inneren** des Ego-Denkensystems aufzulösen, werden wir das Problem nur verschärfen und unser Schuldgefühl vermehren. Sünde, Schuld und Angst bilden einen Teufelskreis. Wir müssen aus unserem Abhandenkommen von Frieden heraus zunächst anerkennen, dass wir einer Ego-Selbsttäuschung anheimgefallen sind. Ganz gleich, wie real sich der Schmerz oder das Problem anfühlen, es handelt sich immer um ‚Erscheinungen‘, sie sind nicht wirklich. Wir entkommen ihnen, sobald wir uns ihrer **Unwirklichkeit** erinnern und LIEBE anstatt Angst als unseren FÜHRER wählen.

So besteht der erste Schritt in wahrer Vergebung darin, anzuerkennen, und zu dir selbst zu sagen:

1) Ich leugne die Lüge, die Illusion: „Ich leugne, dass irgendetwas, was nicht von GOTTES LIEBE ist, die Macht hat, mich (oder andere) zu verletzen.“

2) Ich akzeptiere wahre Realität: „Ich akzeptiere, dass trotz allem, was mir zu schaffen macht, nichts in diesem Moment daran falsch ist. Ich (wie jeder andere) bin in Sicherheit, geborgen und geliebt. Ich erkenne an, dass **alles** was ist die LIEBE GOTTES ist. Daher bin ‚ich‘ vollkommen. Ich verbinde mich mit DIR (GOTTES LIEBE) und erinnere mich daran, dass es keine Probleme gibt, nur die zeitweilige Abwesenheit DEINER LIEBE in meinem Gewahrsein. Und das bedeutet, dass ich ein Ego-Problem **anstatt** deiner wunderbaren und ewigen LIEBE auf meinen inneren Altar gelegt habe. Ich erkenne, dass ich nicht beides haben kann: a) DEINE LIEBE **und** b) ein Ego-Problem zusammen auf meinem inneren Altar. Ich muss wählen, welche der beiden auf meinem inneren Altar bleiben soll, entweder das Problem **oder** DU. Ich lasse in diesem Moment alle Angst los und komme in einem Einverständnis mit diesem gegenwärtigen Augenblick zur Ruhe. Ich lasse zu, dass sich aller Widerstand in DEINEM LIEBENDEN Annehmen auflöst. An diesem Ort des Friedens muss ich jetzt eine Entscheidung treffen:

1)entweder zu glauben, dass irgendetwas noch falsch ist, es noch ein wirkliches Problem gibt, das der Lösung bedarf, **oder** ...

2)an GOTTES allumfassende LIEBE zu glauben, in der es kein Gegenteil gibt. Somit muss dieses Problem lediglich eine ‚Erscheinung‘ sein, auch wenn sie in einem ziemlich glaubwürdigen Gewand daherkommt.

In dem Augenblick, in dem wir auf Angst (oder Schmerz, Verlust oder Ärger) ‚hereinfallen‘, setzt die Selbsttäuschung ein.“

Ich biete meine Bereitwilligkeit an, durch diese Erscheinung hindurchzuschauen und sie DEINER LIEBE zu übergeben. Und ich vertraue, dass es für DICH nur eines Augenblicks bedarf, meinen Geist zu heilen, der die eine Ursache aller der von mir im Außen wahrgenommenen Probleme ist. Ich akzeptiere diesen Augenblick der Heilung. Ich nehme DEINE SÜHNE an. Amen.“

Heilung ist nötig

„Die Angst vor Heilung entsteht letztendlich aus dem Unwillen, eindeutig zu akzeptieren, dass Heilung nötig ist. Was das leibliche Auge sieht, ist nicht berichtigend, und der Irrtum kann auch nicht durch irgendeine Einrichtung berichtigt werden, die physisch sichtbar ist. Solange du an das glaubst, was deine physische Sicht dir mitteilt, werden deine Berichtigungsversuche fehlgeleitet. Die wirkliche Schau ist verschleiert, weil du es nicht ertragen kannst, deinen eigenen entweihten Altar zu sehen. Da der Altar jedoch entweiht worden ist, wird dein Zustand doppelt gefahrvoll, es sei denn, er wird wahrgenommen.“
(T-2.V.8:1-5).

Hier ist ein Auszug aus meinem neuen Buch *The End of Death*, das 2012 erscheint. Es ist ein Gebet, das uns hilft, von der Falschgesinntheit zur Rechtgesinntheit zu gelangen:

„Jede Angst, aller Schmerz und jede Sorge, die ich bezüglich meiner oder eines anderen Sicherheit habe, ist immer meine Abwehr gegen GOTTES LIEBE. Ich entscheide mich jetzt dafür, bei jedem Auftreten von Angst darauf zu achten, was die Angst in Wirklichkeit ist – eine Verneinung meines SELBSTES als LIEBE und Unschuld. Wenn ich mich gegen Angst verteidige, mache ich sie in meinem Glauben wirklich. Und wenn ich der Angst Wirklichkeit verleihe, weise ich die LIEBE und Schuldlosigkeit zurück, die meine wahre Sicherheit sind, mein HEILIGES SELBST.

„Im Namen der LIEBE GOTTES verbinde ich mich jetzt mit SEINEM WILLEN und entscheide mich gegen Angst und Schmerz. In SEINEM WILLEN bin ich sicher. In SEINEM WILLEN erinnere ich mich daran, dass ich über alles herrsche, was das Ego machte. Angst und Schmerz sind nicht SEIN WILLE. Wenn ich zulasse, von Angst oder Schmerz verzehrt zu werden, trenne ich mich selbst von der LIEBE GOTTES als meinem HEILIGEN SELBST. Ich bin willens, nur GOTTES FROHEN WILLEN für mich zu akzeptieren und alles zurückzuweisen, womit das Ego versucht, mich von meinem EINSGESINNTEN Weg nach HAUSE abzulenken. Amen.“ ***

Übersetzung: Hans Owesen

[Dank an Anna Gudrun Appelbaum für Hilfe in wichtiger Detailfrage, siehe Vorbemerkung]

Veröffentlicht mit freundlicher Genehmigung von „Miracle Network in the UK“, das seit 1994 Schüler von *Ein Kurs in Wundern* unterstützt.

Entnommen aus ihrem Magazin „Miracle Worker“, Ausgabe 105, Mar/Apr 2012.

Siehe www.miracles.org.uk

