



# **Was selbst dem intelligenten urteilenden Geist nicht zugänglich ist ...**

(Zu T-13.XI)

**Michael Ostarek**

**Mölmeshof, 21. Januar 2013, abends**

© 2017 Michael Ostarek  
Mölmeshof 1-3, 99819 Marksuhl

[www.ostarek.net](http://www.ostarek.net)

Der folgende Text ist die fast wörtliche Abschrift der Session vom 21. Januar 2013, abends. Um die Lebendigkeit und die Unmittelbarkeit des gesprochenen Wortes zu erhalten, wurde nur eine geringfügige Bearbeitung vorgenommen.

Die im Text enthaltenen Gedanken zu *Ein Kurs in Wundern* (erschieden im Greuthof-Verlag, 79100 Freiburg i.Br.) stellen die persönliche Meinung und das persönliche Verständnis des Autors dar und nicht die der Inhaber der Rechte für *Ein Kurs in Wundern*.

Zitate aus *Ein Kurs in Wundern* (hier: 5. Aufl. 2001) oder aus den *Ergänzungen* sind in Anführungszeichen in der folgenden Form gesetzt: »...«.

Für die Quellenangaben wird das System aus *Ein Kurs in Wundern* verwendet.

Abkürzungen für die einzelnen Teile des *Kurses*:

T = Textbuch, Ü = Übungsbuch, H = Handbuch für Lehrer, B = Begriffsbestimmungen

Abkürzungen für die einzelnen Teile der *Ergänzungen*:

P = Psychotherapie: Zweck, Prozess u. Praxis, L = Das Lied des Gebets

---

Diese und weitere Session-Abschriften findest du unter [www.kurswg.de](http://www.kurswg.de) (das ist die Seite der Kurs-WG am Mölmeshof, wo Michael Ostarek lebt). Die Sessions kannst du dir live oder über das Session-Archiv anhören. Beides ist über das Internet oder per Telefon möglich. Alle Informationen dazu siehe unter den beiden angegebenen Adressen. Falls du keinen Zugang zum Internet hast, hier der Kontakt zur Kurs-WG: 036925-26523.

## Was selbst dem intelligenten urteilenden Geist nicht zugänglich ist ...

(Zu T-13.XI)<sup>1</sup>

»Kapitel 13, XI, Der Frieden des HIMMELS«

Jesus schreibt in seinem Brief an dich hier schon mal, was im Himmel sein wird: »Wenn wir alle im HIMMEL vereint sind, wirst du nichts wertschätzen, was du hier wertschätzt. Denn nichts, was du hier wertschätzt, wertschätzt du gänzlich, und deshalb wertschätzt du es überhaupt nicht. Wert ist dort, wo GOTT ihn hingetan hat, und der Wert dessen, was GOTT schätzt, lässt sich nicht beurteilen, denn er ist festgelegt.«

Wenn du dir diese Welt anschaust: Hier ist der Wert von gar nichts festgelegt. Oder kennst du den Wert eines Zehn-Euro-Scheins? Du hast keine Ahnung, was ein Zehn-Euro-Schein wert ist. Ist er dir eine Eisenbahnfahrt wert? Ist er dir ein gutes Essen wert? Ist er dir eine Hose wert? Wenn dir eine Hose zehn Euro wert ist, sagt ein anderer: „Die ist mir keinen Cent wert!“ Woher weißt du also, wie viel zehn Euro sind? Du hast null Ahnung, wie viel zehn Euro sind. Du weißt nicht mal, was *ein* Euro ist. Von nichts kennst du hier den Wert. Weißt du, was ein Golf wert ist, was ein Mercedes wert ist, was ein Haus wert ist? Weißt du, was Aspirin wert ist oder eine CD von Johann Sebastian Bach oder ein Opernbesuch in der Wiener Staatsoper? Du weißt nicht, was das wert ist, weil der Wert nicht *festgelegt* ist. Was ist dein Kind wert, dein eigenes Kind? Was ist es wert? Du hast keine Ahnung, weil der Wert deines Kindes nicht festgelegt ist. Es ist für dich wertvoll, aber für irgendjemand anderen ist es einfach nur ein Bengel, einfach nur eine Göre, einfach nur ein Schulkind, das in der Schule schwätzt und in Mathe ganz gut ist ..., so sieht der Lehrer dein Kind. Und sein Freund? „Na ja, das ist mein bester Freund.“ Du weißt überhaupt nicht, was ein *Mensch* wert ist, du weißt nicht, was *du* wert bist. Aus dem Grund suchst du ja ständig, den Wert für dich festzulegen, indem du dir selber sagst: „Ich bin mir das wert.“ Der Wert steht aber nicht fest – nicht einmal der Wert eines Menschen oder eines Hundes oder einer Katze oder eines Brillanten. Was ist ein Brillant wert? Der Wert steht nicht fest. Eben.

Und weil der Wert nicht festgelegt ist, glaubst du, du kannst ihn beurteilen, und durch deine Beurteilung gibst du ihm den Wert, den er für dich dann hat. Dem Menschen genauso wie einem Hund oder einem Auto. Da machst du keinen Unterschied zwischen einem Menschen und einem Auto. Denn auch bei einem Menschen ist der Wert für dich nicht festgelegt, genauso wenig wie bei einem Auto oder einer Unterhose. Das muss dir klar sein. Das musst du dir klarmachen, damit du weißt, wie willkürlich du hier in deiner Wertschätzung bist. Du glaubst, manche Dinge haben einen höheren Wert, oder ein Menschenleben hat den höchsten Wert – das nützt dir nichts, solange der Wert nicht feststeht – oder du glaubst, dass deine Gesundheit dir etwas wert ist, ach komm! Wenn der Wert deiner Gesundheit festgelegt wäre, könntest du nicht krank werden, ganz einfach.

---

<sup>1</sup> T-13.XI.3 ff. Zitate in »...« (soweit nichts anderes angegeben) siehe dort.

Wenn dein Wert festgelegt wäre, hättest du kein Problem mit deiner Wertschätzung und ein anderer hätte auch kein Problem damit, dich wertzuschätzen. Weil das aber bedeutungslose Gedanken sind, musst du damit rechnen, dass du für irgendjemanden überhaupt keinen Wert hast, überhaupt keinen, und für den Nächsten hast du ein bisschen Wert ...

Und ebenso ist es mit deiner Arbeit und ebenso ist es mit deinem Essen. Darum sind ja Mütter so erschüttert, wenn sie feststellen, dass ihren Kindern ihr Essen nichts wert ist. Eben. Und die Väter sind erschüttert, dass ihr Beruf ihren Kindern nichts wert ist. Ja, wie soll dir dann die Ehe etwas wert sein, die Beziehung? Gar nichts ist dir etwas wert. Wie soll dir dann diese Welt etwas wert sein (das Wasser, die Luft, das Feuer, die Erde ...)? Das sind doch Ego-Ideale – aber niemand weiß, was ein Ideal ist, weil jeder eine eigene Idealvorstellung hat, die auf seiner eigenen Wertschätzung beruht. Du kannst nicht mal sagen: „Der Wert der Luft steht fest und der Wert des Wassers steht fest.“ Kannst du nicht sagen. Und darum wird die Luft verunreinigt und das Wasser auch. Der Wert der Nahrung steht schon insofern nicht fest, als dein Geschmack eine Variable ist, und du selber gibst nicht aller Nahrung einen feststehenden Wert, sondern sagst ganz einfach: „Bohnen mag ich nicht, Punkt“, und scherst dich überhaupt nicht darum, sondern nimmst es für dich in Anspruch; dafür hast du deinen Geschmack gemacht. Das ist etwas ganz Stolzes, etwas ganz Eitles, und darum bist du ja auch so heikel mit deinem Geschmack. Und so heikel, wie du mit dem Essen bist, bist du mit dem Trinken, bist du mit der Musik, bist du mit Autos, bist du mit der Luft und bist du mit Menschen. Da bist du genau so heikel, wenn ein Mensch nicht nach deinem Geschmack ist, oder ein Tier. Aus dieser hochmütigen Situation kannst du dich nur durch Demut befreien, und am besten durch Zurücktreten, indem du wirklich bemerkst: Das, was ich da mache, das ist ein Affenzirkus sondergleichen. Ich verleihe etwas irgendeinen Wert, ohne mich auch nur im Geringsten darum zu scheren, ob das wirklich *der* Wert ist, den die Dinge haben, und *der* Wert ist, den die Menschen haben und den die Tiere haben und den die Pullover haben und den die Nahrung *hat* – einfach der Wert, den die Nahrung hat. Und welchen Wert hat die Nahrung? Sie soll deinen Hunger stillen, Punkt. Alles andere ist Stolz und ist heikel und erzeugt Ärger und Trennung. Weil Menschen so elende Kreaturen sind, darum sind sie so stolz. Nur elende Kreaturen sind stolz: weil sie elend sind. Sie versuchen die Wahrheit in die Illusion zu bringen, und da Würde in der Illusion nicht möglich ist, ist es nur eine Farce von Würde, und das ist Stolz. Dieser Stolz wird sehr schnell gekränkt.

Würde kann nicht gekränkt werden, niemals. Denn Würde ist echt. Würde ist etwas Wirkliches, und etwas Wirkliches kann nicht bedroht sein. Stolz ist etwas Unwirkliches und ist immer bedroht, immer. Aus dem Grund wird dir gesagt: »Denn nichts, was du hier wertschätzt, wertschätzt du gänzlich, und deshalb ...« – logische Schlussfolgerung – »... wertschätzt du es überhaupt nicht.« – Das heißt, du hast seinen Wert überhaupt noch nicht erkannt, weil du es nicht *gänzlich* wertschätzt. Der urteilende Geist reduziert, er verleugnet. Er kann nicht akzeptieren, was tatsächlich heilig ist. Es soll einen Moment geben,

wo der Körper sogar heilig ist. Das geht aber nicht durch deine Wertschätzung, das geht nur durch Vergebung. – »Wert ist dort, wo GOTT ihn hingetan hat, und der Wert dessen, was GOTT schätzt, lässt sich nicht beurteilen, denn er ist festgelegt.« – Menschen wollen überhaupt keine Festlegung akzeptieren, das halten sie für Zwang, und darum ist ihr stereotypes Credo: „Ich will mich nicht festlegen.“ Das halten sie für „offenen Geistes sein“. Es ist genau umgekehrt: Wenn du dich festlegst, wirst du offenen Geistes, das ist ganz klar. Wenn eine Beziehung für dich verpflichtend ist, dann bist du offen für den andern, und zwar total. Wenn die Beziehung für dich aber nicht verpflichtend ist, bist du nicht einmal für *einen* Menschen gänzlich offen. Und wenn du nicht für *einen* Menschen gänzlich offen bist, wie willst du das dann ausdehnen auf andere? Kannst du nicht. Darum sind diejenigen, die sich nicht festlegen wollen, für überhaupt niemanden *ganz* offen. Denn offen sein muss ja heißen, ganz offen. Wenn es nicht ganz offen ist, ist es verschlossen. Aber so kompromisslos will das Ego nicht denken, weil es genau davor Angst hat. Dem gilt sein wahres Entsetzen, weil du dadurch diese Kompromissbereitschaft, diese Verlogenheit, diese widersprüchliche, hinterhältige Korruptheit ... Ja, Bruder, ich benütze dafür keine schönen Worte, denn das wäre nicht angemessen, dafür schöne Worte zu benützen. Schöne Worte gehören ausschließlich zur Wahrheit, aber nicht zu Illusionen. Alle Illusionen sind brutal, verlogen, krankhaft, wahnsinnig, mörderisch, entsetzlich, traurig, tot, lieblos. Nur die Wahrheit ist lieblich, schön, herrlich, wahrhaftig, gut, lebendig, heilig. Ich will mich nicht mehr Kompromissen ausliefern, ich ordne die Begriffe da zu, wo sie hingehören. Illusionen sind böse, verlogen, gemein, niederträchtig, schuldig. Die Wahrheit ist unschuldig, ist doch völlig klar. Darum ist ja Schuld eine Illusion. Schönheit ist keine Illusion, Schönheit ist wahr. Da ist kein Platz zum Philosophieren. Ich will niemals Illusionen beschönigen, wozu sollte ich das tun? Das wäre der Versuch, die Wahrheit in die Illusion zu bringen, das täuscht mich nur. Und alles Gemeine, Niederträchtige, Mörderische, das ist illusionär, aber doch niemals die Wahrheit. Stimmig assoziieren, den Geist läutern, rechtgesinnt urteilen, das wird dir helfen. Dann kannst du die Fehler eines andern ...

Wenn dein Arzt nur von Krankheit spricht, ist das eine böse Beschuldigung, die du berichtigen musst. Es ist ein Fehler, den du in deinem wahrhaftigen Geist nicht dulden darfst. So befreist du ihn von böartigen Beschuldigungen, so vergibst du dir und nimmst einen Schleier, den du über deinen heiligen Bruder geworfen hast, von ihm, damit du das heilige Antlitz Christi sehen kannst. Dadurch kannst du den Frieden deines Geistes erlangen und bewahren. Denn im Frieden kannst du nicht sein, wenn du einer böartigen Beschuldigung einen anderen Namen gibst: „Aber mein freundlicher Arzt gibt mir doch nur eine sachliche Diagnose!“ Nein, Bruder, das ist wahnsinnig, so zu denken. So denken Menschen, das ist duales Denken, widersprüchlich, in sich widersprüchlich. Eine Beschuldigung kann nicht wahr sein. Und wenn ich ihr noch so viele Namen gebe: Die Form täuscht. Es ist nicht eine sachliche Analyse; oder sagen wir mal so: Was ist eine „sachliche Analyse“? Eine versteckte böartige Beschuldigung. Ich will aber nicht mehr

leiden unter so etwas und ich will mich auch nicht damit kreuzigen. Und ich will auch nicht meinen Bruder in Versuchung führen. Ich will ihm da nicht Recht geben, sondern ich will einen Fehler in meinem Geist berichtigen – und das ist meine Nächstenliebe. So liebe ich meinen Bruder, so heile ich ihn und nehme etwas von ihm, was ich gemacht habe. Das Wunder nimmt weg. Was nimmt es weg? Das, was ich gemacht habe. Da bleibe ich ganz ernst dabei, einfach in einem tiefen, wahrhaftigen Ernst, der in einer Welt der Täuschung durchaus angebracht ist. Und so helfe ich meinen Brüdern, dass sie ihre böartigen, verlogenen Krankheiten im Geist aufgeben und sich wirklich gegen diese Schmerzen entscheiden. Du nennst ja den Schmerz dann auch: „Oh, ich habe heute wieder ganz böse Schmerzen“, na ja, eben, der kommt von einer bösen Beschuldigung. Ein böartiger Schmerz kann nicht von der sachlichen Diagnose kommen. Oder ist dein Schmerz ein ganz sachlicher Schmerz, einfach nur sachlich? Er tut nicht weh, es ist einfach nur ein ganz nüchterner, vernünftiger Schmerz. Nein, nein, Bruder, der Schmerz, den du erlebst, hat als Ursache keinen nichtigen Gedanken. Als Ursache ist ein böartiger Gedanke da, den ich berichtigen muss, ist doch völlig klar. Sonst projiziert ihn mein Geist als eine „ganz sachliche Diagnose“ verlogene auf den Körper, und an den Früchten erkenne ich dann: Das ist ja gar kein nichtiger Gedanke, das ist gar kein neutraler Gedanke – das ist ein böartiger Schmerz, der mir verdammt wehtut.

Das ist es; also muss ich Ursache und Wirkung zusammenbringen und in meinem Geist berichtigen; und wenn ich einen böartigen Gedanken als Fehler aufgegeben habe und mich gegen diesen elenden Schmerz entschieden habe, dann heile ich, mit meinem Arzt zusammen, völlig kompromisslos. Denn ich habe doch keine neutralen Gefühle, also ist das auch kein neutraler Gedanke: „Sie haben Krebs (oder Aids oder Magenprobleme oder ...)“, eben nicht. Aber dazu brauche ich mehr Ehrlichkeit im Geist und ich darf mich nicht ständig täuschen lassen durch Umformulierungen. Das Ego formuliert ständig um, aber der Inhalt ist immer derselbe. Und darum nimmt Jesus in diesem *Kurs* kein Blatt vor den Mund. Er verwendet oft die Begriffe „böartig“, „hinterhältig“, „verlogene“, „gemein“, „niederträchtig“, „die Hölle“, ganz klar. Weil die Schmerzen auch höllisch sind, ist doch völlig klar. Oder bist du glücklich, wenn du Schmerzen hast, und kannst du dann ganz sachlich jemandem sagen: „Wissen Sie, ich habe ganz schreckliche Schmerzen, aber die tun mir nicht weh, denn das ist ja nur eine ganz sachliche Diagnose“? Eben nicht! Dein Schmerz ist nicht sachlich, der tut dir weh, da hast du Angst, das ist dein *Gefühl*. Dein Gefühl ist Angst, panische Angst, elende Schmerzen, grässliche Schuldgefühle. Wie kann ich dann die Medikamente wertschätzen? Die schätze ich nicht wirklich wert, kann ich gar nicht. Was schätze ich dann überhaupt hier wert? – »Wert ist dort, wo GOTT ihn hingetan hat, und der Wert dessen, was GOTT schätzt, lässt sich nicht beurteilen, denn er ist festgelegt.« – Wenn ich keine Schmerzen habe, haben Schmerzmittel für mich überhaupt keinen Wert. Eben, der Wert ist nicht festgelegt. Wenn ich Hühnchen nicht mag, hat Hühnchen für mich keinen Wert. Wenn ich Bier nicht mag, hat Bier für mich keinen Wert. Wenn ich Mozart nicht mag, hat Mozart für mich keinen Wert. Der Wert ist nicht

festgelegt, das muss mir klar sein. – »Es ist ganz und gar von Wert.« – Was Gott wertschätzt. »Es kann einfach nur gewürdigt werden oder nicht. Es teilweise wertschätzen heißt seinen Wert nicht erkennen. Im HIMMEL ist alles, was GOTT wertschätzt, und sonst nichts. Der HIMMEL ist vollkommen unzweideutig. Alles ist hell und klar und ruft nur eine Reaktion hervor. Da gibt es keine Dunkelheit und keinen Kontrast. Da gibt es keine Schwankung. Da gibt es keine Unterbrechung.« – Wie kann ich das üben? Ich kann hier ganz einfach mal über mein Lieblingsessen sagen: „Nein, das ist sowieso nicht mein Lieblingsessen, ich esse heute irgendetwas anderes.“ Und dann kann ich zu einem Bruder sagen: „Weißt du was, such du etwas für mich aus.“ So kann ich es üben. „Such du für mich die Musik aus, die ich hören soll.“ Das sind wohl die leichtesten Übungen, die es gibt. Denn für meinen Geist sind das ja nur die Lernhilfen, die ich nützen kann, um in meinem Geist das ganze Ausmaß meiner Irritation berichtigen zu können. Im Himmel ist alles hell und klar, da gibt es keine Schwankung. Eben. Und der Himmel ist kein anderer Ort. – »Da gibt es keine Unterbrechung. Dort herrscht ein Gefühl des Friedens, der so tief ist, dass kein Traum in dieser Welt je die schwächste Vorstellung davon brachte, was er ist.

Nichts in dieser Welt kann diesen Frieden geben, denn nichts in dieser Welt wird ganz und gar mit anderen geteilt.« – Das ist ein Auswahlkriterium, mit dem du dich vertraut machen musst, wenn du diesen *Kurs* erlernen willst. Es sind in deinem Geist Gedanken, die kannst du nur mit anderen teilen, wenn du sie erleben willst, wenn du sie empfangen willst. Und es gibt in deinem Geist Gedanken, die haben gar keinen Wert, weil du sie nicht mit allen teilen kannst. Und diese menschliche Euphorie: „Ah, ich habe *einen* Menschen gefunden, mit dem kann ich meine Liebe für die Rolling Stones teilen“, das ist so eine Farce, „Ich habe *einen* Menschen gefunden, der mag auch gern in die Berge gehen“, das ist die Idee, dass eine besondere Beziehung der Himmel auf Erden sein kann – *ein* Mensch als Ersatz für alle Brüder. Geht nicht. Es sollte für dich keine Rolle mehr spielen, wenn du einen Menschen findest, der auch dasselbe mag wie du, wirklich nicht mehr. Denn das ist dein Versuch, einen Menschen zu benützen, um einen deiner Wünsche zu verwirklichen, in einer besonderen Beziehung, die dir dann heilig sein soll. Das ist, wie wenn du den Arzt findest, der dich kennt, oder den Therapeuten, der dich versteht, oder die Mama, die dich wirklich liebt, oder den Partner, mit dem du alle deine Wünsche teilen kannst. „Nein, wirklich, Sie lieben auch Bach? Ist ja toll. Endlich habe ich jemanden gefunden. Ja, wissen Sie, dass ist heutzutage gar nicht so einfach.“ Das ist so ein Gelaber, was da passiert. Oder du verlagerst es auf die spirituelle Ebene ...

»... nichts in dieser Welt wird ganz und gar mit anderen geteilt. Die vollkommene Wahrnehmung kann dir lediglich das zeigen, was ganz und gar geteilt werden kann. Sie kann dir auch die Ergebnisse des Teilens zeigen, während du dich noch an die Ergebnisse des Nichtteilens erinnerst. Der HEILIGE GEIST deutet ruhig auf den Kontrast hin und weiß, dass du IHM schließlich erlauben wirst, den Unterschied für dich zu beurteilen und dir aufzuzeigen, was davon wahr sein muss. ER setzt vollkommenes Vertrauen auf dein

letztes Urteil, weil ER weiß, dass ER es für dich fällen wird. Dies anzuzweifeln würde heißen, die Erfüllung SEINES Auftrages anzuzweifeln. Und wie ist das möglich, wenn SEIN Auftrag von GOTT ist?

Du, dessen Geist durch Zweifel und Schuld verdunkelt ist, erinnere dich: GOTT hat dir den HEILIGEN GEIST gegeben und IHM den Auftrag erteilt, jeden Zweifel und jede Spur von Schuld zu beseitigen, die SEIN lieber SOHN sich selber auferlegt hat. Es ist unmöglich, dass dieser Auftrag scheitern könnte. Nichts kann die Ausführung dessen verhindern, was GOTT ausgeführt haben möchte. Was immer deine Reaktionen auf die STIMME des HEILIGEN GEISTES sein mögen, welche Stimme du auch immer zu hören beschließt, welche merkwürdigen Gedanken dir auch kommen mögen, der WILLE GOTTES *geschieht*. Du wirst den Frieden finden, in welchen ER dich eingesetzt hat, weil ER nicht andern Geistes wird. ER ist so unveränderlich wie der Frieden, in dem du wohnst und an den dich der HEILIGE GEIST erinnert.

Im HIMMEL wirst du dich nicht an Veränderung und Wechsel erinnern. Kontrast brauchst du nur hier. Kontraste und Unterschiede sind notwendige Lehrhilfen, denn dank ihnen lernst du, was du vermeiden und was du suchen sollst.« – Ich darf nur mein eigenes vergangenes Lernen nicht benützen, denn in meinem eigenen Lernen – eben, Lernen beruht immer auf Kontrasten – habe ich mir bereits Unterschiede beigebracht, und Kontraste. Ich habe mir doch schon beigebracht, was ich mag und was ich nicht mag, was ich vertrage und was ich nicht vertrage, was für mich gut ist und was für mich böse ist, wen ich liebe und wen ich nicht liebe, bei wem ich mich wohlfühle und bei wem nicht, was mir schadet und was mir nützt. Ich habe mir doch das schon beigebracht, worauf ich allergisch reagiere und worauf ich nicht allergisch reagiere. Mein Körper ist doch bereits meine Lernhilfe. „Hitze kann ich nicht ab, Kälte, ja.“ Und was ist, wenn ich dieses Lernen, das auf Unterschieden beruht, nicht mehr benütze, sondern auf allen Unterschieden gleichermaßen die Vergebung ruhen lasse? Also: Ich schaue vergebend auf das, was ich vertrage, und ich schaue auf das vergebend, was ich nicht vertrage – und jetzt weiß ich nicht mehr, wie ich auf beides schauen soll, und gebe Ihm die Führung. Dann weiß ich nicht, soll ich jetzt das essen, was ich vertrage, oder soll ich das essen, was ich angeblich nicht vertrage? Wenn ich jetzt meine Angst kontrolliere und mein vergangenes Lernen nicht benütze, dann kann es sein, dass ich das essen soll, was ich angeblich nicht vertrage. Und wenn ich das essen soll, was ich angeblich vertrage, soll es für mich eine neue Erfahrung werden, eine Lektion, die mich weiterbringt. Wenn ich jetzt mit einem Menschen sein soll, den ich nicht leiden kann, dann wird das für mich eine Lektion, und wenn ich mit einem Menschen sein soll, den ich leiden kann, wird es für mich auch eine Lektion – wenn ich mein vergangenes Lernen nicht benütze. Mein vergangenes Lernen zeigt mir ja bereits deutliche Kontraste: Die Mutter hat mich geliebt, der Vater nicht, oder umgekehrt. Mit der einen Schwester bin ich klargekommen, mit der andern nicht. Mit dem Lehrer kam ich klar, mit dem nicht. In dem Beruf habe ich mich überhaupt nicht wohl gefühlt, drum habe ich den aufgegeben, und in dem Beruf habe ich mich wohl



gefühlt. Und in dem Land ging es mir gut und in dem nicht. Und mit meinem ersten Mann hatte ich die Probleme, oder meiner ersten Frau, mit der zweiten andere. Eben: Kontraste. Klar, es war ja Lernen. Aber was war es für ein Lernen? Gut – böse, krank – gesund, mag ich – mag ich nicht. Es war ein Lernen von Kontrasten. Wer war aber der Lehrer? Das Ego. Es maßt sich an, mir Kontraste beibringen zu können. Warum? Damit ich glaube, ich weiß, was ich will, und ich weiß, was ich vertrage, und ich weiß, was gut ist, und ich weiß, was ich liebe, und ich weiß, was schön ist. Im Kontrast zu: Ich weiß auch, was schlimm ist, ich weiß auch, was ich nicht vertrage. Und ich weiß, wie du bist, und ich weiß, wie du nicht bist. Ich kenne dich also. Ich kenne deine Stärken und ich kenne deine Schwächen und ich kenne deine Bosheiten und ich kenne deine Lieblichkeiten. Und ich weiß, was du Gutes getan hast, und ich weiß, was du Böses getan hast. Das ist summa summarum meine Wahrnehmung, nach außen projiziert. Ich weiß, wer noch lebt, und ich weiß, wer schon gestorben ist. Ich weiß, dass noch welche kommen werden, die kenne ich zwar noch nicht; eben, weil sie ja noch nicht geboren sind, kenne ich sie nicht. Aber es gibt auch viele, die schon geboren wurden, und die kenne ich auch nicht. Und es gibt viele, die gestorben sind, und da kenne ich manche, aber viele kenne ich auch nicht. Das ist mein Lernen im Unterschied, das sind meine Kontraste. Und was ist, wenn ich das nicht mehr benütze? Dann brauche ich andere Kontraste: von *wahren* Unterschieden – den Unterschied zwischen allen meinen Kontrasten und dem einen Kontrast, den ich erst *lehren* muss, mit einem anderen Lehrer. Und den muss ich in jeder Situation lehren, und meine Kontraste, auf die muss ich *gleichermaßen* vergebend schauen, nicht unterschiedlich. Nicht sie unterschiedlich beurteilen, sondern auf sie gleichermaßen vergebend schauen, und dann verschwimmen diese Kontraste. Dann ist das endlich gleich, was nicht verschieden war, und etwas anderes, was ich überhaupt nicht gesehen hatte, das wird allmählich wirklich, in deutlichem Kontrast zu dem, was jetzt keine Kontraste mehr aufweist, oder immer weniger, die verschwimmen immer mehr. Noch dazu, wenn ich mein Bedürfnis in einem anderen sehe, dann sehe ich: Ja, Moment, das war ja gar kein Kontrast! Ich habe es zwar für gut befunden, aber er befindet es für böse, und das andere, das ich für böse befunden habe, hat ein anderer für gut befunden; also verschwimmen diese Kontraste. Und was bleibt übrig? Bedeutungslose Gedanken, die eine bedeutungslose Welt zeigen, die Angst erzeugt und Schmerz, elenden Schmerz und eine boshafte Schuld. Denn nicht einmal der Wert der Schuld war festgelegt. Wofür ich mich schuldig gefühlt habe, hat ein anderer sich überhaupt nicht schuldig gefühlt, und umgekehrt.

»Im HIMMEL wirst du dich nicht an Veränderung und Wechsel erinnern. Kontrast brauchst du nur hier. Kontraste und Unterschiede sind notwendige Lehrhilfen, denn dank ihnen lernst du, was du vermeiden und was du suchen sollst.« – Ich erlebe es zurzeit mit Bhakti. Sie ist jetzt in Goa, und da sind 30 Grad Wärme. Und während ich so durch den wirklich hohen Schnee stapfe, durch den Thüringer Wald, und ein eisiger Wind weht, klingelt auf einmal das Smartphone und ich bekomme von ihr eine Meldung: Sie liegt gerade bei 30 Grad auf einer Wiese in Goa, und sie schreibt mir, das spielt überhaupt

keine Rolle, weil sie in einer konstanten Vergebung ist. Und ich stapfe durch den Schnee, bin auch in Vergebung, und es ist überhaupt kein Unterschied zwischen dem, wo sie ist, und wo ich bin – er ist nicht da. Denn sie schreibt über eine Illusion, und ich erlebe gerade eine Illusion. Und in einem Augenblick der totalen Vergebung ist einfach nur ein konstanter Frieden da, den wir miteinander teilen. Und der ist innen und ist völlig unberührt von Hitze oder Kälte oder einer warmen Jacke oder einer leichten Sommerbluse. Diesen Frieden zu erfahren, ist die notwendige Voraussetzung, um überhaupt Wunder wirken zu können, und was schert mich dann das Wetter. Dann muss ich auch keine Schmerzen haben. Früher hätte ich gesagt: „Wenn ich da jetzt wäre, dann hätte ich keine Gelenkschmerzen.“ Das habe ich mir Gott sei Dank abgewöhnt. Darum habe ich auch jetzt im Winter keine Gelenkschmerzen mehr, weil ich diesen Fehler meines Arztes in meinem Geist gefunden und berichtigt habe. Das hat tatsächlich ein paar Jahre gedauert, aber dafür ist die Zeit da. Ich habe Jahre schon sinnloser vergeudet. Diese Jahre haben sich also gelohnt, das kann ich dir sagen. Und wie habe ich das geübt? Der Ort ist ein bedeutungsloser Glaube.<sup>1</sup> Jetzt musste ich aber erst mal alle Bedeutung finden, die ich diesem Ort hier im Winter gegeben habe und die ich Goa gegeben habe oder Hawaii oder Südkalifornien ..., und alle meine Bedeutungen, die ich sowieso nicht wertschätzen kann, weil ich diese Wertschätzung nicht mit allen teilen kann, ganz im Gegenteil, ich zahle immer einen Preis dafür, ich erlebe böartige Schmerzen und wäre dann natürlich auch noch neidisch, es wäre mir gar nichts anderes übrig geblieben, als Bhakti irgendwie zu beschuldigen oder mich („Warum bin ich Idiot dann in Thüringen?“, und so weiter). Aber diese Gedanken finde ich, und darum muss ich natürlich auch die Diagnose meines Arztes dann mit einbeziehen, denn er würde mir auch sagen: „Ja, wenn Sie in einem warmem Land wären, dann hätten Sie keine Schmerzen“, da könnte ich nur sagen: „Tolle Botschaft, das hilft mir ja auch was.“ Es geht um Kompromisslosigkeit. Es geht darum, dass ich mich wirklich umschaue und sage: „Vor allem will ich diesen Schnee anders sehen“<sup>2</sup>, und dann dehne ich das natürlich aus und sage: „Vor allen Dingen will ich die Wärme in Goa anders sehen“, denn die sehe ich, wenn ich die Augen zumache, und den Schnee, wenn ich die Augen aufmache. Na ja, als Schüler des *Kurses* habe ich das ja beides geübt: die Vergebung auf alles auszudehnen. Und mit grenzenloser Geduld habe ich dann endlich das augenblickliche Erlebnis: Ich kann durch den Schnee stapfen und habe keine Gelenkschmerzen und muss auch nicht glauben, dass Goa für mich der bessere Ort wäre. Denn selbst diese Wertschätzung könnte ich nicht mit jedem teilen, eben nicht. Es geht um die Praxis. Es geht nur darum: Wie kann ich heilen? Wenn diese Heilung im Geist passiert, dann ist Heilung nicht eine Wunderheilung, sondern das Wunder hat all meine Gedanken weggenommen, und dann funktioniert der Körper einfach nur perfekt. Er ist nicht geheilt – er *braucht* keine Heilung, er *funktioniert* perfekt, das ist damit gemeint. Ich bin schon sehr froh, dass ich allmählich auf die Welt anders reagieren kann, und jetzt

---

<sup>1</sup> Siehe Ü-II.264.1:3

<sup>2</sup> Siehe Ü-I.28: »Vor allem will ich die Dinge anders sehen.«

schneit es *für mich*, und ich kann mich darüber freuen. Und darum sage ich, so eine Diagnose ist nie sachlich, sie ist böse. Warum sollte ich so etwas in meinem Geist dulden? Ich kann es sowieso nicht vollkommen wertschätzen, eben. Aber auf diese Weise erlebe ich, dass Illusionen Illusionen von Unterschieden sind<sup>1</sup> (Goa – warm, Thüringen – kalt) und dass mir diese Unterschiede nichts anhaben können. Wenn Angriffsgedanken nur auf meine Unverletzlichkeit treffen, dann können sie mir nichts anhaben: weil ich vergebe. Und dann kann ich im vollkommenen Frieden sein mit einem Bruder, der wesentlich jünger ist als ich, diese Krankheit gar nicht hat, in einem anderen Land ist als ich, mit einem anderen Klima ..., und das spielt überhaupt keine Rolle mehr. Meine Krankheit spielt keine Rolle mehr, es geht nicht um den Zustand, die Situation spielt keine Rolle mehr. *Wir* sind in vollkommenem Frieden, weil *ich* im Frieden sein kann mit allem, und *er* auch, ganz einfach. Dann ist die Beziehung heilig, um des Zweckes Willen. Aber nicht nur diese, da sind ja ganz viele mit einbezogen! Ich habe ja an ganz viele meiner Brüder gedacht. Und ihre Fehler ... – ich war ja nicht der Einzige, der solche Fehler begangen hat, darum kann ich ja ihre Fehler in meinem Geist berichtigen, weil ich sie kenne, die Fehler meiner Brüder. Darum ist ein Arzt einfach nur mein Bruder, der denselben Fehler gemacht hat wie ich. Und ich schwäche diesen Fehler; denn in *dieser* Schwäche ist meine Stärke, die ich mit dem anderen teile. Jetzt habe ich einen wirklichen Unterschied, einen wirklichen Kontrast: In meinem Geist ist Frieden, und der Schnee und die Gelenke sind Illusionen und können mir nichts anhaben, weil der Friede so wahr ist, dass Illusionen dem nichts anhaben können. Das geht aber nur, wenn ich einen wirklichen Kontrast gefunden habe – *inneren Frieden* – zu allen Illusionen, die außen sind. Die Wärme von Goa ist eine Illusion (brauche ich nicht), die Kälte von Thüringen ist eine Illusion (kann mir nichts anhaben, muss ich nicht ablehnen). Der innere Frieden ist, unberührt von beidem, wirklich, und dieser Frieden hat in sich keinen Kontrast. Das merke ich daran, dass Bhakti im selben Frieden ist, und nicht nur sie, sondern viele meiner Brüder Gott sein Dank schon. Und jetzt sehe ich, dass das gar kein Kontrast von wirklichen Unterschieden ist, denn nur eins davon ist wirklich: dieser Frieden, und Goa und Thüringen sind beide gleichermaßen unwirklich. Das einfach nur aus meinem heutigen Lernen, wo ich immer wieder gelehrt habe: »Ich bin entschlossen, die Dinge anders zu sehen«<sup>2</sup>, und da hat der Schnee selbstverständlich dazu gehört und meine Gelenke auch, das sind ja auch Dinge. Ich habe heute den ganzen Tag über nur einmal, das war vielleicht fünf Sekunden lang, in einem Knie Schmerzen gehabt, aber länger nicht, und ich habe einen weiten Spaziergang durch den hohen Schnee gemacht, wo ich wirklich durchstapfen musste, weil überhaupt kein Weg da war. Da ging mir der Schnee bis über die Stiefel, das wäre an sich sehr anstrengend gewesen, da zu gehen, war es aber nicht. Es war einfach nur ein Lernen.

Das ist die Art und Weise, wie mich kein Arzt heilen kann. Aber so kann *ich* mich heilen,

---

<sup>1</sup> Siehe H-8.2:1

<sup>2</sup> Ü-I.21

das geht. Nicht von mir aus, aber auch nicht ohne mich. Ich will dieses Lernen mit dir teilen, weil ich das nicht für mich behalten kann, weil das nicht nur für mich gedacht ist. Das ist nicht nur auf mich begrenzt. Ich *muss* es mit dir teilen – *wollen*, weil es dadurch immer wirklicher wird. Und ich kann da andere Dinge mit einbeziehen, nicht nur körperliche Schmerzen, sondern auch Ängste, Probleme, Sorgen, Zweifel ...; was einem halt auf einem stundenlangen Spaziergang so alles durch den Geist gehen kann. Mit der Lektion im Geist, wo ich ganz konkret sage: „Ich bin entschlossen, mich anders zu sehen; ich bin entschlossen, mich in dieser Situation anders zu sehen.“ Ganz genau, das habe ich jetzt gerade schon ziemlich genau beschrieben, auch wenn ich es da noch viel länger und viel ausführlicher erlebt habe. Und weil ich entschlossen war, nicht bei jedem Windstoß wieder aufzugeben und bei jedem Stolpern im Schnee, habe ich mich dann anders gesehen, und die Situation. Und die Situation von Bhakti auch und sie auch, und noch einige Brüder, deren Namen ich jetzt nicht nennen muss, und ihre Situationen. Aber du kannst dir sicher sein, dass du dabei warst, du, der du es jetzt hörst. Ich schließe dich sicher nicht aus, ich habe dich auch nicht ausgeschlossen. Ich kenne viele Brüder und ich denke an viele Brüder. Ich bin nämlich entschlossen, mit dir zu heilen, Bruder, weil es ohne dich gar nicht geht.

»Glaube nur an dieses eine, und das wird genügen: GOTT will, ...« – Und du hörst mich immer wieder über Ärzte reden, immer wieder. Warum tue ich das? Weil ich so viele Brüder kenne, die noch krank sind und zu Ärzten gehen, zu den verschiedensten Ärzten, oder Medikamente nehmen, klar. Und darum will ich diese Ärzte in meine Heilung mit einbeziehen. Darum berichtige ich ihre Fehler in meinem Geist, weil das die ungeheilten Heiler sind – und ein anderer Begriff für „ungeheilte Heiler“ wäre „Patient“, oder? Das sind meine Patienten, ohne die kann ich nicht heilen, und darum spreche ich so viel auch über die Ärzte, weil die oft vergessen werden in der Heilung, weil der Patient ja nur an sich denkt und an seine Heilung. Und ich denke auch an den Arzt, weil der Heilung braucht. Es kommen jeden Tag dreißig, vierzig, fünfzig Patienten zum Arzt – und wie viele Patienten wollen ihren Arzt heilen? Und es kommen jeden Tag so viele Klienten zu den Psychotherapeuten – und wie viele Klienten wollen ihre Therapeuten heilen, wie viele? Es ist an der Zeit, dass wir diese Brüder nicht vergessen. Und wie viele kümmern sich um die Opfer! Wir kümmern uns um die Täter, auch um die Täter, weil die immer vergessen werden, deshalb. Also bitte, versteh das richtig, das ist nur Ausdruck meiner Rechtgesinntheit, die die notwendige Voraussetzung ist, dass du überhaupt Wunder wirken kannst.

\* \* \*

»Glaube nur an dieses eine, und das wird genügen: GOTT will, dass du im HIMMEL bist, und nichts kann dich von ihm abhalten oder ihn von dir. Deine wildesten Fehlwahrnehmungen, deine wunderlichsten Einbildungen, deine schwärzesten Alpträume bedeuten alle nichts. Sie werden nicht den Frieden überwältigen, den GOTT für dich will. Der HEILIGE GEIST wird deine geistige Gesundheit wiederherstellen, weil Wahnsinn nicht der WILLE GOTTES ist. Wenn das IHM genügt, so ist es auch genug für dich. Du wirst das nicht behalten, was GOTT beseitigt haben will, weil es die Kommunikation mit dir unterbricht, mit dem ER kommunizieren möchte. SEINE STIMME *wird* Gehör finden.« – Eben. Wer ist derjenige dann, der sie hört? Du. Sie wird Gehör finden.

»DIE KOMMUNIKATIONSVERBINDUNG, die GOTT SELBST in dich gelegt hat und die deinen Geist mit dem SEINIGEN verbindet, kann nicht zerbrochen werden. Vielleicht glaubst du, du möchtest, dass SIE zerbrochen sei, und dieser Glaube stört in der Tat den tiefen Frieden, in dem die süße und ständige Kommunikation, die GOTT mit dir teilen möchte, erkannt wird.« – Wenn ich also durch den Schnee stapfe, und ich wäre nur mit der Beurteilung meiner Schmerzen beschäftigt und mit irgendwelchen gut gemeinten Ratschlägen (dass mir ein anderes Klima guttun würde ...), dann ist die Kommunikationsverbindung mit Gott blockiert, und Seine Stimme findet bei mir kein Gehör, weil ich ja bereits auf den Arzt höre und auf meine Freunde und auf das, was ich in Illustrierten lese, und auf meine eigenen Erfahrungen und auf meine Schmerzen. Ja, da bleibt nimmer viel Gehör übrig für Die Stimme für Gott. Da kann ich Sie nicht hören, weil ich ja viel zu sehr mein eigenes vergangenes Lernen höre. Wenn ich das aber berichtige: »Ich bin entschlossen, die Dinge anders zu sehen«<sup>1</sup>, dann muss ich auch anders darüber denken. Dann muss ich auch eine andere Stimme hören, Die mir sagt, dass ich auf die Dinge anders schauen soll – und dann kann ich sie auch anders sehen, weil ich Diese Stimme höre, Die zu mir spricht, Die mir die Dinge anders zeigt. Sie schult mich in einer anderen Wahrnehmung von allem und allen. Denn auch wenn ich gerade auf den Schnee schaue, denke ich ja auch an einen Menschen – also von *allen* und *alle**m*. Und da können mir viele Menschen einfallen, in einer Minute bereits. Und in zwei Minuten noch mehr und in fünf Minuten noch mehr. Na ja, fangen wir mal mit einer Minute an, und wenn es anstrengend wird, verkürzen wir es auf eine dreiviertel Minute, haben wir gelernt. Aber wenn du den *Kurs* schon ein paar Jahre machst, dann könnte es doch sein, dass du es allmählich *ausdehnst* und nicht verkürzt. Selbst wenn ein Unbehagen da ist, könntest du es doch schon ein bisschen ausdehnen, das hast du doch in den weiterführenden Lektionen schon gelernt. Es geht doch darum, Meisterschaft in diesem *Kurs* zu erlangen. Am Anfang nur die Bereitwilligkeit, ja, aber Jesus sagt, Bereitwilligkeit ist nicht Meisterschaft<sup>2</sup>, noch nicht. Aber es ist völlig klar, dass er auf Meisterschaft ausgerichtet ist, auf vollkommene Vergebung, also ständige Vergebung. Wofür? Na, damit du einen glücklichen Traum träumst und dich von Illusionen und ihrer scheinbaren Unterschiedlichkeit

---

<sup>1</sup> Ü-I.21

<sup>2</sup> Siehe T-2.VII.7; H-4.IX.1:10

(„Dieses Klima schadet mir, jenes tut mir gut“) nicht mehr führen lässt, sondern von einer ganz anderen Stimme. Und dann ist endlich der Ort ein bedeutungsloser Glaube. Endlich.

Jetzt kannst du dir von der Vergebung sagen lassen, wozu dieser Ort dient: „Ah, der Schnee, der fällt heute für mich.“ „Ah, das Gras grünt für mich“, wenn welches da ist. Und die Kälte, die ist *für* mich, die ist nicht gegen mich, und der eisige Wind ist *für* mich. Und wenn ich in Goa bin, dann ist eben das Meer *für* mich und die Hitze ist dann *für* mich und auch nicht gegen mich. Dann ist mein Friede allmählich konstant, egal, an wen ich denke, und egal, wo ich bin und wo ein anderer ist. – »Der Friede wird dein sein, weil SEIN Frieden noch immer zu dir fließt von IHM, DESSEN WILLE Frieden ist. Du hast ihn jetzt. Der HEILIGE GEIST wird dich lehren, wie du ihn nutzen kannst und wie du dadurch, dass du ihn ausdehnt, lernst, dass er in dir ist. GOTT *wollte* den HIMMEL für dich; ER wird niemals etwas anderes für dich wollen. Der HEILIGE GEIST kennt nur SEINEN WILLEN. Es ist unmöglich, dass der HIMMEL nicht dein sein wird, denn GOTT ist sicher, und was ER will, ist so sicher wie ER.« – Warum habe ich heute Abend dieses Beispiel mit Thüringen und Goa gebracht? Ach, weißt du, Bruder, es gibt so viele Brüder, die rufen mich an und sagen: „Ja, bei uns scheint wochenlang die Sonne nicht, ich bin schon wieder so depressiv“, und ein anderer Bruder sagt: „Ah, es ist wieder so heiß, ich halte es nicht mehr aus.“ Ja, das ist so, öffne deinen Geist! Und dann kriegst du das nicht nur per E-Mail, sondern das ist auf der ganzen Welt so. Und jeder leidet unter irgend-etwas anderem und holt sich irgendwelche Ratschläge, anstatt dass er einfach einen *wahren* Kontrast sucht und entschlossen ist, alle Dinge anders zu sehen, wirklich anders. So gibst du Heilung, so erfüllst du eine mächtige Funktion und kannst ganz viele Fehler anderer zusammen mit deinen eigenen berichtigen, ohne sie gegenüberzustellen, ohne zu sagen: „Ja, Wärme hat die Wirkung und Kälte hat die Wirkung ...“ Nein, greif den Körper nicht an, tu's nicht. – »Der Friede wird dein sein, weil SEIN Frieden noch immer zu dir fließt von IHM, DESSEN WILLE Frieden ist. Du hast ihn jetzt. Der HEILIGE GEIST wird dich lehren, wie du ihn nutzen kannst und wie du dadurch, dass du ihn ausdehnt, lernst, dass er in dir ist.« – Eben, und dann ist er auch in dir, weil du ihn ausdehnt. Und wie dehnt du ihn aus? Indem du erst mal eine Blockade entfernst, die du gemacht hast: eine Wetter-Blockade, eine Ort-Blockade, eine Essens-Blockade, irgendwelche Blockaden halt. – »GOTT *wollte* den HIMMEL für dich; ER wird niemals etwas anderes für dich wollen. [...]

Du wirst die Erlösung erlernen, weil du lernen wirst, wie man erlöst. Du wirst dich nicht von dem ausnehmen können, was der HEILIGE GEIST dich lehren möchte. Die Erlösung ist so gewiss wie GOTT. SEINE Gewissheit genügt. Lerne, dass selbst der dunkelste Alptraum, der den Geist des schlafenden GOTTESSOHNES stört, keine Macht über ihn hat. Er wird die Lektion des Erwachens lernen. GOTT wacht über ihn, und Licht umgibt ihn.«

Wir sind jetzt fast mit dem Kapitel 13, DIE SCHULDLOSE WELT, fertig. Es sind noch zwei kleine Absätze da, die wir uns aber für übermorgen aufheben, ehe wir dann mit dem Kapitel 14, FÜR DIE WAHRHEIT LEHREN, beginnen können. Es ist zu wichtig, die Schuld

erst mal wirklich zu begreifen – und sie dann aufzugeben. Es ist einfach zu wichtig – klar, weil das alles hier Lernen ist, hast du bereits Unterschiede, auf allen Ebenen (Wissen, Gefühle, Erfahrungen, Beziehungen, alles), und die täuschen dich, denn die binden dich, die helfen dir nicht wirklich. Ganz im Gegenteil, sie stören deinen Frieden. Was du brauchst, ist ein viel größerer Unterschied. Und den kannst du nur durch Vergebung erleben, sonst durch nichts, weil die Vergebung für diesen Unterschied da ist, für diesen Kontrast, den du mit dem Urteil nicht erreichen kannst. Er ist außerhalb der Reichweite, außerhalb der Kompetenz des urteilenden Geistes. Das hat nichts mit der Intelligenz des urteilenden Geistes zu tun, weder mit der Dummheit noch mit der Intelligenz. Auch der intelligenteste urteilende Geist kann diesen Kontrast nicht erreichen, und darum spielt es keine Rolle, ob jemand studiert hat oder nicht. Es ist nur dem vergebenden Geist zugänglich, diesen Kontrast zu erreichen, sei dir da bitte ganz sicher! Das sei einfach nur angemerkt als notwendige Verständnishilfe, die ich dir sagen kann, weil ich in meinem Lernen so weit gekommen bin. Ob du es nützt, entscheidest du.

»Ich bin entschlossen, die Dinge anders zu sehen.«

(Das ist heute nicht so eine lange Session wie sonst, das macht aber nichts. Ich denke, es genügt, was wir heute Abend gelernt haben – um es noch weiter zu vertiefen, um es vielleicht sogar heute noch zu praktizieren. In der Erinnerung an den heutigen Tag kannst du es immer noch tun und in der Planung für den morgigen auch. Wenn du es willst.)