



Dein ständiger Begleiter

Michael und Bhakti B. Ostarek
Ständiger Kurs „Den Sinn des Lebens finden, um ihn zu geben“
Mölmeshof, 31. August 2009 morgens

© Institut für KURS-Psychosophie nach Ostarek
Zentrum für Innehalten, Stille und Vergebung
Mölmeshof 1–3
99819 Marksuhl (Thüringen)
Kontakt: 03 69 25/26 5 23
www.psychosophie.org

Der folgende Text ist die fast wörtliche Abschrift einer Session aus einem Seminar, das Michael und Bhakti B. Ostarek gehalten haben. Um die inspirierende Lebendigkeit und die Unmittelbarkeit des gesprochenen Wortes zu erhalten, wurde nur eine geringfügige Bearbeitung des Textes vorgenommen.

Dieser Text darf vervielfältigt und weitergegeben werden. Weitere Exemplare dieses Textes sowie weitere Seminarabschriften können von der angegebenen Internet-Adresse heruntergeladen oder unter der angegebenen Telefonnummer gegen einen geringen Kostenbeitrag bestellt werden.

Die in diesem Text enthaltenen Gedanken zu *Ein Kurs in Wundern* (erschieden im Greuthof-Verlag) 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*, 7. Auflage 2006, Greuthof Verlag, Gutach i. Br.

Zitate aus den *Ergänzungen* beziehen sich auf folgende Ausgabe: *Die Ergänzungen zu Ein Kurs in Wundern*, 4. Auflage 2007, 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, B = Begriffsbestimmungen

Die einzelnen Teile der *Ergänzungen* werden folgendermaßen abgekürzt:

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

Dein ständiger Begleiter

Es geht tatsächlich in dem *Kurs*, mit Hilfe des *Kurses*, um die vollständige Umkehrung deines Denkens. Während du als Ego lehrst, dass du, wenn du dir deine Angriffsgedanken bewusst machst, sie dann verursachst, was einfach nur – hör gut hin jetzt! – ein raffinierter, unwahrer Trick des Egos ist ...

Wenn du dir Angriffsgedanken bewusst machst, verursachst du sie *nicht!* Du willst dir hier Liebe bewusst machen, und deshalb lehrst du Liebe – Liebe kannst du nicht lehren, Liebe ist Gott. Überlass das wirklich Gott! Es gibt Gott. Gott Ist Liebe. Wer ist Gott? Er ist der Vater Der Liebe. Nicht du. Gott ist der Vater Der Liebe. Was tust du? Wir haben vorhin diese Schnulze gehört. Du willst hier jemandem bewusst sagen, dass du ihn liebst, du willst Liebe bewusst machen. Was tust du unbewusst? Du killst ihn unbewusst. Unbewusst hasst du ihn. Unbewusst verursachst du einen Traum. Nur konstruktive Gedanken sollten (nehmen wir jetzt mal den Begriff „unbewusst“) unbewusst sein, unwillkürlich. Das ist die vollständige Umkehrung des Geistes, und dann hörst du auf, diese Liebeschwüre, diese Schnulzen, diese Liebesgedichte, diese Liebeshandlungen zu machen. Dann hörst du tatsächlich damit auf, schaut in deinen Geist und hast keine Angst mehr, die unbewussten Gedanken dir bewusst zu machen. Warum hast du Angst, dir unbewusste Gedanken bewusst zu machen? Weil du dir konstruktive Gedanken bewusst machst und dann ständig glaubst, je mehr du jemandem sagst: „Ich liebe dich, ich freue mich über dich, ich will dich glücklich machen, ich will das tun“ – dadurch wird Liebe zu einer Farce, denn im Unbewussten machst du Krebs, machst du Multiple Sklerose, machst du Trennungen; im Unbewussten machst du dich unglücklich.

Und deshalb musst du dir das, was du unbewusst machst, was du unbewusst *machst*, das muss dir bewusst werden, damit du es nicht mehr machst. Und deshalb darfst du nicht ständig denken: „Ja, aber wenn ich denke, dass ich Krebs habe, dann mach ich ihn doch, dann manifestiere ich ihn.“ Nein, es ist umgekehrt: Dann manifestierst du ihn *nicht!* Unbewusst manifestierst du ihn, sonst würde doch nicht ein Traum daraus entstehen. Wenn du hier unwillkürlich – das ist das Paradox – Liebe geschehen lässt, dann erwachst du aus dem Traum. Dann *erwachst* du zum *Christusbewusstsein*; denn dein Egobewusstsein ist gespalten und deine Angst bezieht sich auf Erlösung.

Lektion 14 – lass uns dieser Lektion heute ganz systematisch folgen. So löst du die Angst auf.

»GOTT hat keine bedeutungslose Welt erschaffen.

Der heutige Leitgedanke ist natürlich der Grund dafür, dass eine bedeutungslose Welt unmöglich ist. Was GOTT nicht erschaffen hat, existiert nicht. Und alles, was tatsächlich existiert, existiert so, wie ER es erschaffen hat. Die Welt, die du siehst, hat nichts mit der Wirklichkeit zu tun. Sie ist dein eigenes Machwerk, und sie existiert nicht.

Die heutigen Übungen sind durchweg mit geschlossenen Augen durchzuführen. Der Zeitraum der Geisteserforschung sollte kurz sein, höchstens eine Minute. Führe nicht

mehr als drei Übungszeiten mit dem heutigen Gedanken durch, es sei denn, du fühlst dich wohl dabei. Wenn dem so ist, dann deshalb, weil du wirklich verstehst, wozu sie da sind.

Der heutige Leitgedanke ist ein weiterer Schritt, um die Gedanken loslassen zu lernen, die du auf die Welt geschrieben hast, und GOTTES WORT an ihrer Stelle zu sehen. Die ersten Schritte in diesem Austausch, den man wahrlich Erlösung nennen kann, können recht schwierig und sogar ziemlich schmerzhaft sein. Einige davon werden dich geradewegs in die Angst führen. Aber du wirst nicht dort gelassen werden. Du wirst weit darüber hinausgehen. Wir gehen auf vollkommene Geborgenheit und vollkommenen Frieden zu.

Denke mit geschlossenen Augen an alle Gräueltaten dieser Welt, die dir in den Sinn kommen. Benenne jeden einzelnen, so wie er dir einfällt, und leugne dann seine Wirklichkeit. GOTT hat ihn nicht erschaffen, und somit ist er nicht wirklich. Sage zum Beispiel:

Gott hat diesen Krieg nicht erschaffen, und somit ist er nicht wirklich.

Gott hat diesen Flugzeugabsturz nicht erschaffen, und somit ist er nicht wirklich.

Gott hat dieses Unglück [benenne es genau] ...« (Ü-I.14.1:1-4:7)

Okay, ich gebe dir ein Beispiel: „Gott hat dieses Unglück, in dem mein Sohn mit dem Auto heute verunglückt, nicht erschaffen (ich habe einen Sohn, nur zur Information), und somit ist es nicht wirklich.“ „Gott hat dieses Unglück, in dem mein Enkel vom Wickeltisch fällt, nicht erschaffen, und somit ist es nicht wirklich.“ „Gott hat dieses Unglück, in dem meine Frau mich betrügt, nicht erschaffen, deshalb ist es nicht wirklich.“ „Gott hat dieses Unglück, in dem ich von einem Wahnsinnigen erstochen werde, nicht erschaffen, und deshalb ist es nicht wirklich.“ – Merkst du, du wirst direkt in die Angst geführt, aber du wirst nicht dort gelassen. Du hast die Angst gemacht, du machst sie konkret, aber du tust so, als ob das unwillkürlich wäre, weil du, sobald dir so ein Gedanke einfällt, sofort sagst: „Nein, nein. Nein, nein, das will ich doch gar nicht wirklich machen, nein, nein, so darf ich nicht denken, denn wenn ich so denke, dann mache ich das.“ Ja, aber du erlöst dich nicht davon! Du schiebst es weg, du unterdrückst es. Du *machst* es *unbewusst*.

Du sollst aber das, was du unbewusst *machst*, dir *bewusst* machen und es da auflösen. Also musst du sagen: „Gott hat diesen Knoten in meiner Brust nicht erschaffen, und deshalb ist er nicht wirklich.“ Hast du als Frau Angst vor einem Knoten in deiner Brust? Natürlich hast du diese Angst, also lös sie auf. Lös die Angst vor dem Knoten in *deiner* Brust auf – und finde sie in *deinem* Geist. Und dann tust du etwas für alle Frauen dieser Welt, die heute einen Knoten in ihrer Brust ertasten. Wenn du geheilt bist, bist du nicht allein geheilt. Und dadurch erlöst du dich bewusst. Gibt es Gott oder gibt es keinen Gott? Will Er, dass du dich erlöst? Muss ein Erlöser wissen, woraus er sich erlöst? Ja, ganz genau. Das ist der Zweck der Übungen. Ich tue das. Ich tue das seit vielen Jahren, und so helfe ich dir, und deshalb habe ich keine Angst: weil ich mich, wenn ich Angst habe, von ihr bewusst erlöse. Ich suche die Angst, um mich von ihr zu erlösen, während das Ego sagt: „Tu's nicht, denn sonst machst du sie wirklich“; und ich sage: „Nein, eben nicht, ich hebe sie auf.“ Ich „un-doe“ diese Angst, ich erlöse mich in meinem Tun. Ich tue mich erlösen,

und zwar ganz konkret, und deshalb lehre ich mich, wenn es Winter ist und es ist Glatteis: „Gott hat das Unglück, in dem ich bei Glatteis jetzt einen Unfall baue, nicht erschaffen, und deshalb ist es nicht wirklich.“ So fahre ich Auto bei Glatteis, ganz bewusst, ich bringe das Unbewusste ans Licht. Das führt mich direkt in die Angst, aber ich werde dort nicht gelassen. Wie fahre ich dann Auto? Sehr bewusst. Und dann kommt mir einer entgegen, der fährt viel zu schnell, und dann sehe ich, dass er ins Schleudern kommt, was sehr wahrscheinlich wäre (nicht hundertprozentig, aber wahrscheinlich), und sage: „Gott hat dieses Unglück, in dem der, der mir entgegen kommt, in mich rein schleudert, nicht erschaffen, und deshalb ist es nicht wirklich.“ Und das tue ich im Wartezimmer, in einer Praxis, in einer Arztpraxis, wo ich höre, wie sich zwei ängstlich über Krebs unterhalten, und ich benenne es ganz konkret: „Gott hat diesen Herzinfarkt, hat diesen Magendarmkrebs, an den ich denke, wenn ich ständig Blähungen habe, nicht erschaffen, und deshalb ist er nicht wirklich.“ Erlösung muss ganz konkret sein. Du musst dich von der Angst erlösen. Du musst dich in die Angst reinführen lassen – und wieder raus. Wenn du dich nicht reinführen lässt, bleibst du immer am äußersten Ring der Angst, und dann verursachst du unwillkürlich, unbewusst, einen Traum, und dieser Traum ist für dich dann aber wirklich. Es ist ein Traum. Wie verursachst du einen Traum? Unwillkürlich, sonst wäre es doch kein Traum! Das Unwillkürliche sollst du aber Gott überlassen. Unwillkürlich sollst du Liebe verursachen – wenn dein Geist wieder geklärt ist. Dann wirst du das Paradoxe erleben, dann wird dir das, was unwillkürlich geschieht ... und du wirst sagen: „Yeah! Das ist das, was ich nicht von mir aus tue. Von mir aus kann ich nichts tun.“ Dann kommt aber Gott in dein Gewahrsein, und dann erlebst du, dass *du unwillkürlich* von Seinem Willen erfüllt und erhalten wirst, von Seiner Liebe. Wir können mit Worten nur darauf hinweisen. Du kannst jetzt nicht eine ausführliche Erklärung erwarten, geht nicht. Lass dich führen, erlöse dich von dieser unbewussten Angst und benenne deine Hölle ganz konkret. Und dann merkst du: Das Ego sagt: „Ja, dadurch machst du’s doch wirklich.“ Glaub dem Ego nicht – das ist nicht, was der Heilige Geist dich lehrt. Der Heilige Geist lehrt dich: „Bring es ganz konkret in den heiligen Augenblick, benenne es so konkret, wie es nur geht.“

»Als Gegenstand für die Anwendung des heutigen Gedankens eignet sich auch alles, von dem du befürchtest, dass es dir oder irgendjemandem zustoßen könnte, um den du dich sorgst.« (Ü-I.14.5:1) – Habe ich dir gerade gesagt. Ja, du kannst zum Beispiel, wenn deine Freundin spazieren geht, alleine, dann kannst du sagen: „Gott hat das Unglück, in dem meine Freundin von jemandem vergewaltigt wird, im Wald, nicht erschaffen, deshalb ist es nicht wirklich.“ Was passiert dadurch? Was passiert? Das ist der maximale Dienst, den du deiner Freundin erweisen kannst, ein Wunder, eine Berichtigung in deinem Geist. Anstatt dass du ihr ständig Liebe schickst und ständig SMS schickst, wie du sie liebst, befreie sie. Das führt dich in die Angst, und du wirst nicht da gelassen. So benützt du den Körper, um zu heilen und zu segnen. Und wenn du dir dann so eine Liebesschnulze anhörst, da merkst du, zieht sich dir der Magen zusammen, weil das hilflos ist, da bewirkst du gar

nichts. „Baby, Baby, Baby, I need you so much“ – na toll, da hat dein Baby gar nix davon. Wenn du „inside her skin“ gehen willst, da hat sie nichts davon, da hast auch du nichts davon, da hast du gar nichts davon, denn Liebe kannst du nicht lehren. Aber du kannst endlich die Angst, die du unbewusst gelehrt hast, unwillkürlich, und ständig davor zurückgeschreckt bist ...

Vor dem Einzigen, was dich erlösen würde, bist du zurückgeschreckt: es dir bewusst zu machen. Jetzt machst du es dir bewusst, und dann fällt dir ein: „Gott hat das, dass mein Kind auf dem Schulweg in ein Auto gezerrt wird, von einem Wahnsinnigen, nicht erschaffen, deshalb ist es nicht wirklich.“ Und wem hilfst du da? Einem Kind, damit es nicht passiert, vielleicht sogar deinem. Vielleicht spielt das aber gar keine Rolle, denn jedes Kind ist dein Bruder und jeder Mörder ist dein Bruder, und dadurch ver-un-ursachst du diese Tat. Dies ist ein *Kurs* in Ursache. Und dann hast du keine Zeit mehr, ständig irgendwelche albernem Liebesgedudel in deinem Geist zu finden, wo du glaubst, das hilft. Das hilft deinem Kind nicht, „wenn du es liebst“ – es hilft deinem Kind, wenn du es von *deiner Angst* befreist; das ist der maximale Liebesdienst! Du musst es nur so konkret machen, du musst die konkrete Angst in deinem Geist finden. Und das kannst du mit allem machen: Du kannst nachts nicht schlafen, und auf einmal fällt dir ein, dass du in der Zeitung gelesen hast, dass eine ganze Familie im Schlaf vom Feuer, das ausgebrochen ist, überrascht wurde, schon sagst du: „Gott hat dieses Unglück, in dem in meinem Haus oder in meiner Wohnung oder in der Wohnung meiner Kinder Feuer ausbricht und sie alle jämmerlich verbrennen, nicht erschaffen, und somit ist es nicht wirklich.“ Das ist der *Kurs in Wundern*. Wenn du das tust, wirst du in dieser Angst nicht gelassen und kümmerst dich um die Deinen. Und nach einiger Zeit wirst du bemerken, dass den Deinen kein Unglück widerfährt. Wenn du das lange genug machst, wirst du merken, dass dieser *Kurs* funktioniert.

Du betest immer: „Vater, gib mir die Meinen“, und die Deinen sind ganz, ganz viele. Es sind diejenigen, die dir konkret einfallen, deine Kinder, deine Freunde, und manchmal siehst du nur einen Hauch von einem Antlitz, manchmal nimmst du nur ein Beispiel aus einer Zeitung, manchmal ist es nur ein Gefühl. Was für ein Gefühl? Ein Gefühl der Angst natürlich. Wir tun diesen *Kurs* für viele, wir sehen in ihm einen Pflichtkurs. Und dann kannst du irgendwelche Dinge tun, kannst arbeiten, wenn es für dich noch nötig ist zu arbeiten, kannst deine Rente haben, dann hast du noch mehr Zeit, die Lektionen zu machen, dann kannst du spazieren gehen, dann hast du noch mehr Zeit, in deinem Geist dich mitten in die Angst reinführen zu lassen – ich tue so was. Dann gehst du während dem Einkaufen, weil du Zeit hast einzukaufen ... bleibst du am Zeitungsstand stehen, dann siehst du beim Einkaufen eine Frau, in deren Augen Tränen stehen, hältst einen Augenblick inne, findest in deinem Geist die Angst – ihr Mann hat sie vielleicht verlassen oder betrogen, oder durch sie entdeckst du diese Idee in deinem Geist, oder ihr Kind ist vielleicht gestorben, sie ist ganz in Schwarz, findest die Idee, dass *dein* Kind sterben könnte, in deinem Geist, oder dir fällt ein, dass dein Bruder gestorben ist oder sich umgebracht hat oder irgendwas, oder dein Freund. Du benützt diese Idee: »GOTT hat keine bedeu-

tungslose Welt erschaffen«, auch nicht die konkreten bedeutungslosen Dinge, die eine bedeutungslose Welt ergeben. Du musst dich nur von der Angst erlösen, *nur*. Weil du Angst *unwillkürlich* machst, und immer wenn sie dir bewusst wird, schreckst du zurück, weil du glaubst ...

Und jetzt schau dir die Liebe an, die du bewusst verursacht hast: Die Liebe, die du bewusst verursachst, die zerrinnt dir ständig. Die genügt dir nie. Da sagst du einem: „Ich liebe dich“, dann sagst du das ein halbes Jahr lang, und dann wird dir langweilig, dann fällt dir jemand anderer ein, dem würdest du gerne bewusst sagen: „Ich liebe dich“, den würdest du gerne bewusst streicheln, mit dem würdest du gerne bewusst spazieren gehen. Was wäre ein halbes Jahr später?

Das ist der *Kurs in Wundern*: Er will dein ganzes Denken umdrehen. Du musst dir die Angst bewusst machen – und konstruktive Gedanken, die *geschehen* tatsächlich von Gott aus durch dich, unwillkürlich; sie sind in Wahrheit dein wirklicher Wille, der aber nie von diesem Selbst ausgeht, für das du dich jetzt noch hältst, für das du dich jetzt noch halten musst. Also versuch dich da nicht irgendwo drüber hinweg zu spiritualisieren, das bringt dir nichts. Halte dich einfach an die Regeln dieses *Kurses* und erlebe, wie deine Angst maximiert wird und sich dann auflöst und du einen Frieden erlebst, den du vielleicht noch nie erlebt hast: weil du dich von der Angst erlöst hast und dich in einer Liebe wiederfindest, die du endlich wirklich nicht mehr in Worte fasst, die du wirklich nicht mehr benennst und die du wirklich nicht mehr auf Taten begrenzt; die du nicht mehr in bestimmten Taten und Gefühlen und Handlungen ausdrückst. Du hast etwas anderes zu tun. Du bist ein Erlöser der Welt. Du befreist deine Brüder von der Angst und erlebst dich dadurch in einer Liebe, die nichts mehr mit der Liebe zu tun hat, die du willentlich versucht hattest zu lehren. In dieser Welt hast du wirklich etwas anderes zu tun. In dieser Welt passiert ständig *wirklich* Mord und Totschlag und Krebs und all diese Dinge. Es ist dir gegeben, sie bewusst in deinem Geist zu finden und sie bewusst aufzugeben.

»Als Gegenstand für die Anwendung des heutigen Gedankens eignet sich auch alles, von dem du befürchtest, dass es dir oder irgendjemandem zustoßen könnte, um den du dich sorgst.« – Jetzt kannst du nicht mehr sagen: „Dadurch mache ich es wirklich.“ Das hast du als Ego gesagt. – »Benenne das ›Unglück‹ in jedem Fall ganz genau. Benutze keine allgemeinen Ausdrücke. Sage beispielsweise nicht: ›GOTT hat Krankheit nicht erschaffen‹, sondern: ›GOTT hat den Krebs nicht erschaffen‹ « – mach's noch genauer: „Gott hat den Brustkrebs nicht erschaffen“ – »oder Herzinfarkte oder was sonst Angst in dir hervorrufen mag.

Dies ist dein persönliches Gräuelrepertoire, das du da ansiehst. Diese Dinge sind Teil der Welt, die du siehst. Einige davon sind Illusionen, die du mit anderen teilst, ...« – Ja, da hat einer dieselbe Krankheit wie du, da hat einer dieselbe schwere Krankheit in der Kindheit gehabt wie du (»die du mit anderen teilst«), da hat einer auch noch den zweiten Weltkrieg erlebt, genau wie du, da hat einer auch Eltern gehabt, die sich haben scheiden lassen. –

»... Illusionen, die du mit anderen teilst, andere wiederum gehören zu deiner persönlichen Hölle.« – Das teilst du mit keinem anderem, das ist nur dir widerfahren (glaubst du zumindest). – »Es ist nicht von Belang. Was GOTT nicht erschaffen hat, kann nur in deinem eigenen Geist getrennt von dem SEINEN sein. Deshalb hat es keine Bedeutung. In Anerkennung dieser Tatsache beschließe die Übungszeiten, indem du den heutigen Gedanken wiederholst:

Gott hat keine bedeutungslose Welt erschaffen.« (Ü-I.14.5:1-6:8)

Es ist also genau umgekehrt, wie das Ego sagt: *Unbewusst manifestierst du alles, vor dem du Angst hast; bewusst erlöst du dich davon!* Jeder, der einen Unfall gebaut hat, hat ihn einen Augenblick in seinem Geist gesehen und hat gesagt: „Na, das will ich nicht verursachen“, und ein paar Jahre später ist ihm genau dieser Unfall passiert. Warum? Weil er sich nicht erlöst hat in dem Augenblick. Wie ist der Krebs bei dir entstanden? Du hattest als Jugendlicher schon Angst davor, hast aber gesagt: „Nein, nein. Nein, das will ich nicht verursachen, da denke ich gar nicht dran, denn sonst verursache ich es.“ Das ist, was Angst ist. Auf die Weise verursachst du es. Auf die Weise verursachst du unbewusst das Unbewusste – Maya, einen Traum. Und was ist eine Psychose, eine Neurose? Wenn du panische Angst vor der Unbewusstheit hast, also wenn du es noch mehr verdrängst. Dann gehst du in die Depression; dann verdrängst du es. Dadurch machst du es wirklich. Und dann nützt du diese hundsgemeine esoterische Lehre, wo du noch einen draufsetzt, und wieder bleibt es in deinem Unbewussten. Doch du musst wissen, was du tust! Es nützt dir nichts, es nicht zu wissen und dann zu glauben, du tust es nicht. Und wie du es tust! Unbewusst, aus Angst. Aus Angst tust du es. In Liebe kannst du es auflösen, aber es muss dir die ganze Angst bewusst werden, die Angst vor Verdrängung; denn die Angst *vor* Verdrängung *ist* Verdrängung. Mit diesem *Kurs* lernst du, ganz tief in deinen Geist zu schauen. Gott hält die Lampe – du gehst nicht allein in deinen Geist. Du musst dir dein persönliches Gräuelpertoire ganz genau ansehen, du musst es sogar benennen. Wenn du es auf diese Art und Weise benennst, kann es dir nicht passieren. Auf diese Weise erlöst du dich vom Tod, vom Krebs, von Katastrophen, von Unfällen. Wenn du es noch nicht ausprobiert hast, hast du Angst davor. Das ist die Angst vor Erlösung. Wenn du jetzt aber einen Augenblick innehältst – ist dir schon mal was Blödes widerfahren, ist dir schon mal ein Unfall passiert? Wurdest du schon mal krank? Hast du es dir vorher so bewusst gemacht mit Hilfe dieser Lektion? Nein. Deshalb ist es dir widerfahren – du brauchst es nur umzudrehen.

Wenn dein Leben beginnt, wirklich friedlich zu werden, und diejenigen, die dir gegeben sind, deinen Schutz erleben, dann erlebst du, dass dieser *Kurs* funktioniert. Wenn du wirklich darum betest: „Vater, gib mir die Meinen, denn sie gehören Dir“ (T-31.VIII.11:2), und alle Unglücke, von denen du Angst hast, dass sie ihnen widerfahren, in deinem Geist findest und siehst, für die Angst *und* den Traum der Angst bist du verantwortlich, und den ganzen Traum, in dem du Angst hast, es könnte deinem Kind oder dir das passieren, wovor du Angst hast, auf diese Weise in den heiligen Augenblick bringst, kann das nicht passieren, es ist unmöglich. Weil du die Ursache aufgegeben hast, die ganze Ursache, also

die Situation: Du hast den Menschen, also dein Kind, das auf dem Schulweg verunglücken kann, und die Angst, dass du daran schuld bist, in den heiligen Augenblick gebracht – also die ganze Ursache mit den Wirkungen. Das ist das Wunder. Wie vielen hast du dadurch dieses Wunder geschenkt? Unzähligen. Wo bleibt das Wunder? In der Zeit. Das Wunder, das du da wirkst, ist alle Zeit wirksam. Wie viele sind nötig, um solche Wunder zu wirken? Auf jeden Fall du. Denn du kannst nicht allen begegnen, aber in deinem Geist begegnen dir die, die dir da begegnen. Manche siehst du, manche erkennst du („Ah, das ist ja mein Kind“), manche erkennst du nicht, da hast du nur ein Gefühl. Von manchen hast du ein Bild. Auf einmal siehst du in deinem Geist ein blondes Mädchen auf einem blauen Fahrrad mit einem roten Rock und einer blauen Bluse und einer Haarspange – die ist es, der hast du das Wunder geschenkt. Ihr kann das nicht passieren. Glaubst du das? Du musst es *glauben*. Du musst überzeugt sein, sonst verkommt das Wunder zu *geistloser* Magie. Du musst überzeugt sein. Von wem kommt es? Von Gott. Für wen ist es? Für dich. Für wen ist es? Für dich und deine Welt. Wenn du dich dem *Kurs* verpflichtest, wirst du überzeugt sein. Willst du lieber von der Angst überzeugt sein? Entscheide dich. Willst du lieber davon überzeugt sein, dass das *nicht* passiert? Was ist dir lieber, Bruder? Du musst wählen. Du hast die Wahl, Seinen Willen geschehen zu lassen oder nicht. Was ist dir lieber? Was sagt das Ego? Das Ego entscheidet sich dagegen. Was ist dem Ego lieber? Dass dem Mädchen dieser Unfall passiert. Und was ist ihm noch lieber? Dass du dich schwach fühlst und Angst hast und dich nur um dich kümmerst und dieses Mädchen deinen Angriffsgedanken auslieferst. Ein Erlöser ist einer, der seine Funktion voll und ganz begriffen hat. Du kannst dich lehren, dass das funktioniert.

Da dir alle Macht auf Erden gegeben ist – sie ist dir *gegeben* –, erlangst du sie dadurch wieder zurück. Wie viele denken so? Es denken so wenige so, dass in deiner Welt immer noch diese Dinge passieren. Wenn du dich dazuzählst, wirst du erleben, dass in deiner Welt Wunder geschehen. Woran erkennst du das? Am Frieden deines Geistes. An der Freude, die du erlebst. An der Freude, hier so eine mächtige Funktion zu haben. An der Freude, wie du dich um diejenigen, die du liebst, kümmern kannst. Und wenn du *dann* einen Augenblick zu jemandem sagst: „Ich liebe dich“, dann sind das keine leeren Worte, dann hast du das längst durch ein inneres Beispiel bewiesen und belegt, ganz oft, dann hast du ganz oft deine Freundin geliebt und deine Kinder und deine Eltern – und sag nicht, sie sind tot, ist doch Quatsch, die sind wiedergeboren, du kannst dich natürlich weiterhin um sie kümmern. Tu's doch einfach! Und sag nicht, deine Freundin hat dich verlassen. Kümmere dich um sie, aber nicht, indem du dich danach sehnst, mit ihr spazieren zu gehen, sondern indem du ihr jetzt hilfst. Und das ist eine Hilfe, die du selbst *gibst und empfängst*, eine wirkliche Hilfe, nicht eine Illusion!

»Der heutige Gedanke kann selbstverständlich auch auf alles angewendet werden, was dich außerhalb der Übungszeiten tagsüber beunruhigt.« – Siehst du, in der Lektion 14 geht die Übungszeit bereits weiter. – »Sei ganz konkret, wenn du den Gedanken anwendest. Sage:

GOTT hat keine bedeutungslose Welt erschaffen. ER hat [benenne die Situation, die dich beunruhigt]« – diese Situation, diese, ganz konkret – »nicht erschaffen, und deshalb ist sie nicht wirklich.« (Ü-I.14.7:1-5)

Dadurch hebst du eine Ursache auf, mit der Macht Gottes. Du kannst es nicht verstehen, aber du kannst es bewirken – und wenn du es bewirkst, verstehst du es. Wer denkt so? Weil kaum jemand so denkt, bleibt die Ursache unerlöst im Geist, und dann jammerst du über die Wirkungen und heulst und weinst und trauerst völlig sinnlos. Dein Weinen kommt immer zu spät, auch deine Selbstvorwürfe kommen zu spät, auch die Beschuldigung: „Ja, hättest du nicht besser aufpassen können!“ Nein, Bruder, *du* hättest mehr aufpassen müssen, nicht der andere. Nicht dein Kind muss mehr auf sich aufpassen, *du* musst mehr auf dein Kind aufpassen. Es nützt dir nichts, jemandem zu sagen: „Pass gut auf dich auf“ – *du* musst gut auf ihn aufpassen. Du bist der Hüter deines Bruders, nicht er selbst. Es beginnt in deinem Geist. Und jetzt könntest du dich einfach freuen über diese Lektion. Lerne sie gut, lerne sie ganz gut! Dann können dich viele anrufen. Ich bin gestern angerufen worden, wo mir ein Bruder gesagt hat: „Michael, ich habe einen Knoten in meiner Brust gefunden. Was soll ich denn tun?“ Ich habe sofort begriffen, was *ich* tun muss. Es ist *mein* Gräuelrepertoire, und ich bin einem Bruder dankbar, weil er mir meine Fehler zeigt, die in meinem Geist sind. Und dann kann ich ihm helfen. Aber das geht nicht, wenn ich Angst habe, es dadurch zu verursachen. Es ist nämlich genau umgekehrt. Es ist, wie immer, alles umgekehrt. Wo das Ego sagt: „Du verursachst es“, da erlöst du dich, und wo das Ego sagt: „Du, da erlöst du dich“, da verursachst du es. Ganz genau. Wo du mit dem Ego wirkliche Liebe verursachst, verursachst du eine Farce von Liebe, und die hilft deinem Bruder nichts. Also lass uns ganz bewusst werden, und dann können wir froh sein, dass Liebe unwillkürlich geschieht; und alles Konstruktive, alle Heilung geschieht unwillkürlich. Und das Negative, das Destruktive, das lösen wir *willkürlich* auf, indem es uns einfach bewusst wird. Das bedeutet, den heiligen Augenblick zu üben, und das bedeutet, in deinem Geist diese Angst zu finden. Je mehr du das übst, umso mehr ist dein Geist in einer ständigen Transformation: Du transformierst Angst in Heilung, Angst in Liebe. Du transformierst. Du wandelst um. Du erschrickst nicht davor, du wandelst um. Das ist wie ein ständiges Säubern, ein ständiges Aufräumen in deinem Geist. Du sagst nicht: „Ah, da ist ja schon wieder Dreck, den mache ich dadurch wirklich“, sondern du sagst: „Nein, wenn ich den Kehrbesen nehme, dann mache ich ihn eben nicht wirklich. Ich muss nur den Kehrbesen nehmen – aber ich muss den Dreck *sehen*“, und als Ego sagst du: „Nein, nein. Wenn ich den Dreck sehe, dann mache ich ihn wirklich.“ Nein, eben nicht. Denn wenn ich den Dreck sehe, dann kehre ich ihn weg; denn es ist Dreck. Wenn ich den Mord finde, dann hebe ich ihn auf; denn es ist Mord. Ich muss ihn aber sehen. Wenn ich den Krebs sehe, dann heile ich ihn. Ich muss ihn aber sehen, und zwar bereits in meinem Geist. Und dann kann mir der Körper als eine Lernhilfe dienen: „Ach, im Körper ist auch Krebs. Ah ja, da ist *auch* Krebs. Ach, in der Brust ist *auch* ein Knoten.“ Das ist doch nur die Lernhilfe. Ich muss den Knoten in meinem *Geist* finden.

Der Körper ist doch nur die Lernhilfe, begreif das doch! Es ist umgekehrt: Der eigentliche Brustkrebs ist in deinem Geist, da ist die Ursache. Die eigentliche Vergewaltigung ist in deinem Geist. Da heben wir sie auf, und wenn sie da aufgehoben ist, dann verschwinden die Wirkungen allmählich ganz behutsam. »GOTT hat keine bedeutungslose Welt erschaffen.« Er hat dieses seltsame Gefühl, wo ich heute ständig an mein Kind denken muss, und das beunruhigt mich ...

Ich weiß nicht genau, was mich da beunruhigt, in meinem Geist sind so seltsame Gedanken: Hat er gerade einen Flugzeugabsturz oder nimmt er Drogen oder ist er wieder irgendwo in einer ganz blöden Situation, die ich überhaupt noch nicht kenne, hat ihn wieder eine Schlange gebissen ...? – Gott hat das nicht erschaffen, und deshalb ist es nicht wirklich. Manchmal gehen auch diffuse Gedanken durch deinen Geist; dann schau, dass du sie benennen kannst. Üb dich da drin! Die Welt wird es dir danken. Und wo ist dann die Angst in deinem Geist? Wo ist sie *dann*? Dann ist dieses dumpfe Gefühl weg und Liebe erfüllt dich. Weil du deine Funktion erfüllt hast, weil du ein Heiland bist. Weil du dich um alle ganz konkret kümmerst, und dann kannst du natürlich auch ganz konkret jemandem, der Geld braucht, Geld geben, jemandem, der seine Wohnung nicht sauber machen kann, dabei helfen. Dann bringst du die Heilung zum Körper, in irgendeiner Situation, aber dann bringst du sie vom Geist, wo sie bereits passiert ist, ganz konkret zum Körper, wo sie auch konkret passiert, in einer Leichtigkeit, in einer Freude, mit Worten, mit Taten, vielleicht auch nur mit Blicken – aber was heißt hier: „nur mit Blicken“? Dann sind deine Blicke heilend, dann sind deine Blicke segnend. Warum? Weil du die Heilung vom Geist durch deine Augen zu einem anderen bringst. Das kannst du erleben, das kannst du wirklich erleben. Das ist das, was wirklich die Idee von wahren Reiki ist. Da muss aber in deinem Geist wirklich etwas passieren. Und dann legst du jemandem die Hand auf, und dann passiert da Heilung, völlig klar, was glaubst du denn?! Und dann schaust du jemanden an, und dann passiert da Heilung. Da genügt ein Augenblick. Aber vorher ist die Heilung in deinem Geist ganz dringend notwendig, ganz konkret, und vor dieser Heilung, da schreckt das Ego zurück, weil du dadurch das Ego vollständig aufgibst. Es hat dir nichts mehr zu sagen ...

»Der heutige Leitgedanke ist natürlich der Grund dafür, dass eine bedeutungslose Welt unmöglich ist. Was GOTT nicht erschaffen hat, existiert nicht. Und alles, was tatsächlich existiert, existiert so, wie ER es erschaffen hat.« (Ü-I.14.1:1-3) – So kannst du deine Welt wirklich machen. Dann existiert deine Welt als eine Widerspiegelung deines geheilten Geistes, und dann ist einen Augenblick in *deinem* Geist jeder geheilt. Jedem hast du geholfen, jedem, der dir gegeben ist. Und darum suchen wir diejenigen, die Lehrer werden. Denn dir sind auch viele gegeben, also kümmere dich um sie! Mit dem *Kurs* sollst du verstehen, was es bedeutet, sich um einen Bruder zu kümmern, und das kannst du nicht, solange du Angst hast. Die Angst ist eine Blockade, und die Angst ist immer konkret. *Die Angst* ist ein Traum der Angst. *Die Angst* ist ein Traum, in dem dein Kind irgendwo zündelt und verbrennt. Das ist *die Angst*. Also musst du dich von *der* konkreten Angst, das ist

der ganze Traum, befreien. Und was passiert dann? Heute verbrennt ein Kind nicht, weil du ihm geholfen hast, und eine Mutter, die ganz genauso Mutter ist wie du – es ist also dein Kind – dankt dir. Und diese Dankbarkeit hast du dir verdient. Und davon hat dein Kind nichts? Davon hat dein Kind alles, denn wenn du geheilt bist, bist du nicht allein geheilt.

So können wir diese Welt, die eine Hölle ist, eine unbewusste Hölle, in einen bewussten Himmel verwandeln. Erkenntnis ist das noch nicht, aber dein Bewusstsein kann Erkenntnis widerspiegeln. Dein Un-Bewusstsein spiegelt gar nichts wider, nur Finsternis, nur die Hölle. Es liegt uns also sehr viel daran, dass du dein eigenes vergangenes Lernen aufgibst und es in keinsten Weise dem entgegengesetzt, mag die Versuchung noch so groß sein, mag die Angst noch so groß sein: „Ja, aber dadurch mache ich es doch wirklich.“ Eben nicht! Umgekehrt machst du es wirklich. Jetzt sind wir also endlich an dem Punkt angekommen, wo wir den Unterschied zwischen unbewusst und bewusst auf eine hilfreiche Art gelehrt haben. Mach dir die Angst bewusst – das ist Erlösung. Und wenn du das nicht alleine tust, sondern mit Hilfe von Lektionen, dann kannst du dir der Angst nicht lange bewusst sein. Warum? Weil sie sich in der Bewusstwerdung auflöst. Was bleibt dann übrig? Tiefe Dankbarkeit, unsagbare Freude, Nächstenliebe, die auf Heilung beruht und darauf, der Hüter des Bruders zu sein. Und dann sind sogar deine Berührungen liebevoll und deine Blicke auch und deine Worte auch und deine Taten auch. Dann kannst du diese Liebe sogar zum Körper bringen – aber die Betonung liegt auf „dann“ und „sogar“ –, was vorher nicht möglich ist.

Lass uns also wirklich dankbar sein, dass wir den Willen Gottes tun können, ganz konkret. Halte dich an die Anweisungen dieser Lektion, und in den Anweisungen steht ja auch: »Führe nicht mehr als drei Übungszeiten mit dem heutigem Gedanken durch, es sei denn, du fühlst dich wohl dabei.« (Ü-I.14.2:3) Wenn du den *Kurs* schon seit vielen Jahren so machst, dann fühlst du dich vielleicht wohl dabei, das den ganzen Tag zu machen. Wenn nicht, mach es so lange, wie du dich dabei wohl fühlst. Es wird sich steigern. Aber sieh darin keine Herausforderung, sei da ganz ehrlich. Wir lernen einander zu lieben, indem wir einander vor unseren Ängsten bewahren, ganz einfach. Dann ist die Welt keine Illusion der Angst mehr, sondern eine wahre Wirklichkeit. Warum? Weil du erlebst, dass du liebst. Wir können uns so behüten. Ich denke an dich und finde in mir die Angst um dich, ganz konkret, und das macht mich sehr glücklich. Das ist nicht etwas, was ich von mir aus tun kann, aber das ist etwas, was *wir* miteinander teilen können: damit wir uns wirklich an der Liebe, die wir füreinander hegen, erkennen können. Und das geht sowohl im Nachhinein, wenn etwas schon passiert ist, als es währenddessen, während es passiert, aufgehoben werden kann – und auch in deiner Vorstellung, dass es passieren *könnte*, vergiss das nicht. Wunder umfassen einen Zeitraum, der alle Zeit umfasst. Sie unterliegen also nicht dem Gesetz der Zeit. Freu dich über die vielen Wunder, die du wirken kannst! Und nun sei gesegnet in all deinem Tun heute. Und denk dran: Die Übung wird mit geschlossenen Augen gemacht, damit dir das einfällt, was dich im Geist beunruhigt an dem,

was passieren könnte, und an dem, was schon passiert ist und vielleicht einen schlimmen Ausgang nehmen könnte, und sag immer: „Gott ...“

Es geht immer darum: „*Gott* hat diese Situation nicht erschaffen.“ Was das in deinem Geist bewirkt, das wirst du im Lauf des Übens erleben. Ein ganz tiefes Vertrauen, eine ganz tiefe Gewissheit, auf der alle Wunder beruhen, sodass du mit Macht deine Brüder erlösen kannst von deinen schrecklichen Gedanken. Wenn diese Zeit der Bedrängung vorbei ist, wirst du erleben: Du willst nichts anderes mehr tun als das. Du willst nur noch hilfreich sein. Und dann kannst du irgendwann wirklich zu deinem Bruder auch sagen: „Ich segne und ich behüte dich“, weil das auch tatsächlich so ist. Du kannst es ihm im Geist sagen, vielleicht mit Worten, und noch dazusetzen. „Und weißt du was? Von mir aus kann ich das gar nicht tun. Ich lass mich führen. Da ist Einer in mir, Der tut es, und Den kannst du in dir auch finden.“ Und finde in deinem Geist die Angst: „Ja, aber was ist, wenn’s dann doch passiert?“ Dann musst du die Lektion eben noch mal machen: „Gott hat das, dass es ‚aber doch‘ passiert, nicht erschaffen.“ Bleib dran, bleib beharrlich! Dann musst du eben noch einmal vergeben. Denn auch, wenn es „aber dann doch“ passiert, hat es Gott nicht erschaffen, also ist es nicht wirklich. Ja, das meinen wir mit: Führe dein Leben nach den Regeln. Dann musst du eben noch mal zur Regel zurückkehren, dann musst du die Lektion eben noch einmal wiederholen. Hast du was anderes zu tun? Ja, das ist die Disziplinierung, ganz einfach. So lange, bis die Angst nicht nur minimiert ist, sondern ganz aufgelöst, ganz. Also kann es sein, dass das oft in deinem Geist noch auftaucht: „Ja, aber ...“

Ja, aber wenn das nicht hilft, ja, aber was ist, wenn es doch passiert?“ Antwort: Wir kehren zur Lektion zurück. Dies ist ein Pflichtkurs. Dann bin ich eben verpflichtet, die Lektion noch mal zu machen, ganz einfach. Und wann ist „dann“? Jetzt, in dem Moment, wo es mir einfällt. Denn dies ist ein Pflichtkurs. Oder würdest du ... angenommen du gehst mit deinem Kind spazieren und es rennt einmal vor den Omnibus und du ziehst es zurück und eine halbe Stunde später rennt es wieder davor – sagst du: „Nö, diesmal halt ich’s nicht zurück“? Nein, dann hältst du es wieder zurück, oder nicht? Ist doch völlig klar. Oder denkst du dann beim dritten Mal oder beim dreißigsten Mal: „Na, wenn’s das noch mal macht, dann halt ich’s nicht mehr zurück“? Natürlich hältst du es dann noch mal zurück, ist doch völlig klar, es ist doch dein Kind, es ist doch dein Bruder. „Wenn es nichts hilft“ ist eine Frage, auf die das Ego eine Antwort will, und du sagst: „Moment, es hilft! Punkt. Denn ich helfe.“ Also gebe ich eine andere Antwort, eine wahre Antwort, nicht eine Antwort auf eine Frage, die mich in Versuchung führen sollte, in Versuchung führt zu kapitulieren, sondern ich berichtige die Frage. Ich beantworte nicht die Frage, ich berichtige sie. Das musst du lernen: Fragen nicht einfach zu beantworten, sondern sie zu korrigieren, damit du eine sinnvolle Antwort darauf geben kannst.

Das Leben nach den Regeln dieses *Kurses* zu führen, das ist alles, was nötig ist, um zu erleben, wie Sein Wille immer mehr geschieht und immer mehr. Und du lässt dich nicht

abbringen, und weil du dich nicht abbringen lässt, erlebst du, wie der Frieden deines Geistes und die Zuversicht und die Überzeugung und dein Glaube, dass dieser *Kurs* funktioniert, immer größer werden – und deine Wunder werden immer wirklicher.

Danke.