



Töte nicht dein Selbstkonzept – verändere es, Bruder!

(zu T-31.VII)

Michael Ostarek

Mölmeshof, 3. März 2012, abends

Mölmeshof
99819 Marksuhl (Thüringen)
Kontakt: 03 69 25/26 5 23
www.psychosophie.org

© 2012 Michael Ostarek. Alle Rechte vorbehalten

Der folgende Text ist die fast wörtliche Abschrift der Session vom 3. März 2012, abends. Um die Lebendigkeit und die Unmittelbarkeit des gesprochenen Wortes zu erhalten, wurde nur eine geringfügige Bearbeitung des Textes vorgenommen.

Dieser Text darf in Absprache mit dem Rechteinhaber vervielfältigt und weitergegeben werden. Weitere Exemplare dieses Textes sowie weitere Abschriften können von der angegebenen Internet-Adresse heruntergeladen oder unter der angegebenen Telefonnummer bestellt werden.

Die in diesem Text enthaltenen Gedanken zu *Ein Kurs in Wundern* (erschienen im Greuthof-Verlag) 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 dem *Kurs in Wundern* oder aus den *Ergänzungen* sind in Anführungszeichen in der folgenden Form gesetzt: »...«.

Zitate aus dem *Kurs in Wundern* beziehen sich auf folgende Ausgabe: *Ein Kurs in Wundern*, 5. Auflage 2001, Greuthof Verlag, Gutach i. Br.

Zitate aus den *Ergänzungen* beziehen sich auf folgende Ausgabe: *Die Ergänzungen zu Ein Kurs in Wundern*, 2. Auflage 1996, 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

Töte nicht dein Selbstkonzept – verändere es, Bruder!

(zu T-31.VII)

Warum so ein dickes Buch? Warum so viel Lernen? Warum ein Textbuch, das die Grundlage für die Vergebung ist, warum so viel Worte? Warum sollst du in diesem *Kurs* so viel lesen, warum dich damit beschäftigen? Warum? Weil du dein Selbstkonzept verändern sollst, und das kannst du nur, wenn du dein bisheriges Selbstkonzept berichtigst – und deshalb so ein dickes Buch. Du hast schon viele Konzepte von dir gemacht: Du warst Neandertaler, du warst Indianer, du warst Mann, du warst Frau ... Du warst in diesem Leben (nehmen wir den Begriff „Leben“) schon Kind, du warst gesund, du warst verliebt, du warst nicht verliebt ... Du *machst* doch ständig etwas mit dir; du bist doch keinen Augenblick so, wie du vorher warst. Immer verändert sich etwas. Alles um dich herum verändert sich ständig; nichts ist so, wie es vorher war. Selbst wenn du jahrelang eine Krankheit hast, dann wirst du immer noch älter – du veränderst dich –, dann bist du mal verliebt, dann bist du mal wütend ..., also hast du nicht nur eine Krankheit, sondern du veränderst dich ständig.

Seltsamerweise willst du bestimmte Veränderungen stabil halten, selbst wenn es eine Krankheit ist, selbst wenn es eine Unverträglichkeit ist. Alles verändert sich, aber deine Unverträglichkeit bestimmten Dingen gegenüber, die du nicht magst, die soll bleiben. Obwohl du sie nicht magst, hältst du daran fest. Eher änderst du deine Frisur, als dass du das änderst, was dich quält, was du nicht verträgst, was du nicht magst. Das ist ganz komisch: Ausgerechnet die Dinge, die du nicht magst, die machst du stabil, die lässt du nicht verändert werden in deinem Geist. Da hat dich jemand als Kind verletzt, und das soll unverändert dein ganzes Leben lang *so wahr* sein für dich. Da hast du als Kind schon etwas nicht vertragen und willst es mit fünfzig immer noch nicht vertragen. Wie oft hast du seitdem etwas verändert: Du bist umgezogen, du hast ein anderes Auto gekauft, du hast dir größere Kleider gekauft oder weitere Kleider, weil du dicker geworden bist, oder hast die Mode mitgemacht und kaufst dir dann das, was modisch ist, also veränderst du das, was du anziehst. Aber diese Verletzungen, die sollen bleiben. Das, was du *nicht* magst. Ausgerechnet das!

Mit Hilfe dieses *Kurses* sollst du nichts anderes tun, als dein Selbstkonzept zu berichtigen. Das ist Vergebung. Oder willst du, dass Wut zu deiner Identität gehört, zu deinem Selbstkonzept? Eine latente Wut, die du dann äußerst, wenn es dir angebracht erscheint. Aber die Wut muss da sein, die gehört zu deinem Selbstkonzept, und die Enttäuschung auch. Dein Selbstkonzept besteht aus Wut, Hoffnung, Enttäuschung, Groll, Verzweiflung, Krankheiten, Müdigkeiten, Schwächen, und du wartest nur auf die Gelegenheit, in der du dieses Gefühl äußern kannst. Du wartest auf die Beziehung; ja, du bist wie jemand, der dasitzt und wartet, bis der Richtige kommt – den du beschuldigen kannst. Und du gehst ins Café und wartest, bis derjenige kommt, über den du dich ärgern kannst. Denn der Ärger gehört zu dir. Und du wartest auf den Virus, der die Krankheit in dir triggern,

auslösen kann, die zu deinem Selbstkonzept bereits gehört. Du kannst es nicht alles in einem Leben machen, nicht in allen Formen; aber einige Formen wirst du benützen, um dein Selbstkonzept lebendig werden zu lassen, um es auszuagieren, um deine Wut (um *deine Wut*, die zu dir gehört, das sagst du ja dann auch noch und damit hast du völlig Recht!), um *deine Wut* äußern zu können: *deine Wut*, *deine Enttäuschung*, *deinen Ärger*, *deine Verzweiflung*. Du stellst aber nicht infrage ...

Du sagst, dass es *deine Wut* ist, aber du stellst *nicht* infrage, wo sie herkommt – obwohl du weißt, dass es deine ist. Warum weißt du, dass es deine ist? Weil du sie gemacht hast! Du bist damit geboren worden, mit deiner Wut und deiner Enttäuschung und deiner Ärgerlichkeit und deinem Groll. Und darum lässt du dir deine Wut auch nicht nehmen. Die kann dir niemand nehmen, aber du kannst das Selbstkonzept verändern: wenn du einem anderen vergibst, was er nicht getan hat – er hat dich nicht wütend gemacht. Die Wut hast *du* gemacht. Er hat dich nicht verzweifelt gemacht, er hat dich nicht gezwungen. Zwang gehört zu deinem Selbstkonzept, das ist Teil deines Egos. Zwang ist in deinem Herzen, in deinem Geist, in deinem Bauch, in deinen Gefühlen. Zwang ist das, was du teilweise bist, und Groll und Ärger auch. Das Ego ist in einer einzigen Person bereits Legion. Ein Mensch besteht sozusagen aus vielen Egos. Nur Der Christus ist Eins. Er setzt sich nicht aus unterschiedlichen Gefühlen, Charaktereigenschaften, Emotionen und so weiter zusammen. Er ist Eins. Ein Einziger. Ein einziges Gefühl, ein einziges Wissen, eine einzige Natur, nicht aufgespalten in viele Phänomene, in viele unterschiedliche Möglichkeiten, sich zu äußern. Die Liebe äußert Wie Sich Selbst, Sie erschafft Wie Sich Selbst, und Die Liebe ist *nur* Liebe. Ein Selbstkonzept besteht aus vielen Teilen, die für sich nichts bedeuten, und wenn sie zusammengefügt sind, ergeben sie kein Ganzes, nur scheinbar ein Ganzes: eine (man könnte sagen) gespaltene Persönlichkeit, eine vielfältige Persönlichkeit. Dessen rühmt sich ja auch das Ego, wie viele Seiten du hast, wie vielfältig du bist, dass du nicht nur *eine* Seite hast, sondern *viele*, und dass du dich nicht nur auf *eine* Art äußern kannst. Und darum sagst du ja auch jedem: „Du, hör mal, nur dass du es weißt: Ich bin nicht nur lieb.“ Komisch, das stellst du nicht in Frage. „Ich bin nicht nur lieb, nur dass du’s weißt.“ Und was ist, wenn das eine Lüge ist, wenn das gar nicht stimmt, wenn das überhaupt nicht stimmen kann? Natürlich bist du nur lieb, was denn sonst?! Dein Selbstkonzept *ist* falsch.

In dem Kapitel 31, »Die letzte Schau«, lesen wir heute im Paragraf VII, »Die Schau des Erlösers«¹:

»Lernen ist Veränderung.« – In dem Moment, wo du zu lernen begonnen hast, hast du ... Den Christus konntest du nicht verändern, aber du hast eine Welt der Veränderung gemacht und ein Konzept von dir, das auf Veränderung beruht. Da du dich nicht verändern konntest, ist in Wahrheit nichts geschehen, gar nichts. Wenn du *dich* verändert hättest, wäre die Veränderung wahr. Da du dich aber nicht verändern konntest, ist die

¹ T-31.VII. Zitate in »...« (soweit nichts anderes angegeben) siehe dort.

Veränderung eine Illusion, sie ist nicht geschehen. Wem ist sie nicht geschehen? Dir. Dir selbst. Wenn du ein Bild von dir machst, dann ist zwar dieses Bild anders als du – es ist aber nur das Bild, das anders ist als du. *Du* bist nicht anders. Das Ego ist anders als du. Du bist aber nicht anders, du konntest die Schöpfung nicht verändern. Du kannst *dich* nicht neu oder anders erschaffen, als du erschaffen wurdest! Das Bild von dir kann schuldig sein und unschuldig, das kann sich verändern. Es ist nie konstant, es ist nie das, was du bist. »Lernen ist Veränderung.« – Darum muss das Lernen enden – »Die Erlösung sucht nicht, ein Mittel anzuwenden, das deinem Denken immer noch zu fremd ist, um hilfreich zu sein, noch jene Arten von Veränderungen vorzunehmen, die du nicht wahrnehmen könntest.« – Nur wenn du glaubst, du *bist* so, wie du bist, hast du Angst, die Veränderungen vorzunehmen innerhalb eines veränderbaren Selbstkonzeptes, die nötig sind, damit du dich *von* diesem Selbstkonzept befreien kannst. Und dazu gehört erst mal, dass dieses Selbstkonzept nicht stabil ist bis zum Tod – das ist das Wichtigste. Es ist überhaupt nicht stabil. Also ist das, was dir in der Vergangenheit passiert ist, nicht stabil bis zum Tod; also ist dein Geschmack, deine Unverträglichkeit, das, was du nicht magst, nicht stabil; es ist überhaupt nichts stabil. Du musst es verändern, und dann spielt der Tod keine Rolle mehr. Denn der Tod sollte dein Selbstkonzept nicht verändern, sondern es lediglich, so, wie es „ist“, zerstören. Zerstören ist aber keine Veränderung, täusch dich nicht! Veränderung muss *erlebt* werden, dann ist es eine Veränderung. Wenn sie nicht erlebt wird, ist es keine Veränderung. Wir müssen also unterscheiden zwischen Zerstörung und Veränderung. Und Veränderung geschieht durch Lernen. Den Tod *kannst* du nicht lernen, das ist unmöglich, das ist eine unmögliche Lektion. Weil du den nicht mehr *erleben* kannst. Du kannst diese Veränderung nicht erleben, weil ... du hast ja keine wichtigen Gedanken. Was bedeutet der Tod? Er bedeutet nicht die Wahrheit – aber was ist dann seine Wirklichkeit? Seine Wirklichkeit ist: Du kannst es nicht *erleben*. Du zerstörst ein Selbstkonzept, das du gemacht hast.

Als dein Lernen abgeschlossen war, dein Machen, hat es sich manifestiert, und du erlebst lediglich alles, ohne Veränderung, was du gelehrt hast, bevor es sich manifestiert hat – und dann zerstörst du es. In deinem Leben finden überhaupt keine Veränderungen statt, sondern alles, was du *geplant* hast, alles: jede Erniedrigung, jeder Unfall, jede Krankheit, jeder Tod in deiner Umgebung, jedes Mobbing, alles. Da verändert sich nichts mehr. Nichts kann zwischen eine starre Projektion und ihr Ziel treten.¹ Und die Projektion ist starr. Wann kannst du das erleben? Das kannst du erleben, wie schwer du dich tust, wenn du vergeben willst, was ein anderer nicht getan hat, wie schwer du dich tust, wenn du etwas, wovon du glaubst, dass es für dich wirklich ist („Also, diese Musik, die kann ich wirklich nicht ab“), wenn du die Idee in deinem Geist berichtigen sollst. Dann könntest du erleben, dass du fest entschlossen warst, daran bis zum Tod festzuhalten. Das sollte nicht verändert werden, das nicht. Auch dein Alterungsprozess nicht, dein individueller Alterungsprozess nicht, überhaupt nicht. Du wolltest *die Idee* nicht berichtigen. Und wenn

¹ Siehe Ü-II.1.2:4

du in deiner Beziehung sauer bist, dann wolltest du *das* nicht berichtigen. Du wolltest die Wut äußern, du wolltest es vielleicht dann entschuldigen. Das hast du aber alles *geplant*, das sind deine Urteile. In dem Moment, wo dein Lernen abgeschlossen ist, wirst du geboren und lernst alles bis zum Tod, und da kommt überhaupt nichts dazwischen, gar nichts. Jeder, dem du begegnest ... das hast du längst geplant. Manchmal kommen dir Dinge sehr bekannt vor, das nennst du ein Déjà-vu-Erlebnis. Hast du das schon mal erlebt? Ja, im Geist, als du es gelehrt hast. Sonst noch nicht. Das ist dein Déjà-vu. Und es kann sein, dass du im Lauf dieses *Kurses* sehr viele Déjà-vus hast. Wenn du nämlich in deinen Geist schaut und die Idee findest, um sie zu berichtigen, dann weißt du allmählich, warum dir die Dinge passiert sind. Du erinnerst dich nicht an die vorherige Inkarnation – das ist für dich bedeutungslos, völlig bedeutungslos, sondern du erinnerst dich an die Zeit (nehmen wir den Begriff „Zeit“) zwischen der letzten Inkarnation und der jetzigen Inkarnation, also die Zeit, wo der Körper tot war und du im Geist *gelehrt* hast, in demselben verrückten Geist. Das dauert nicht sehr lange, es spielt keine Rolle, wie lange das dauert. Ob das die Zeit während der Schwangerschaft ist, spielt überhaupt keine Rolle. Es ist einfach Zeit, in der du noch nicht im Gewahrsein des Körpers bist, und da *lehrt* dein Geist all das, wie in einem Traum, wo du Angst hast. Da lehrst du Unfälle, da träumst du von Unfällen, da träumst du von schönen Dingen, da träumst du von tollen Dingen ... – und dann passieren sie dir, im zweiten Traum. Dann kehrt es sich um, dann *widerfährt* es dir. Also leg überhaupt keinen Wert auf Rückführungen. Die nützen dir nichts. Schau lieber in deinen Geist und finde, was du *denkst*. Denn die Rückführung war ja auch nur ein vergangenes Lernen.

Du musst das finden, was du *lehrt*. Das musst du finden, was du *träumst*. Denn die Gedanken verlassen auch während des zweiten Traumes ihre Quelle nicht. Eben nicht. Zeit ist eine Illusion. An sich passiert alles gleichzeitig, auch wenn es in der Zeit anders aussieht. Das sollen nur Lernhilfen sein, damit du nicht dich mit sinnlosen Dingen beschäftigst und unnötig Zeit verplemperst, sondern begreifst: Das, was ich jetzt lehre, das ist das, was ich erleben muss. Was ich in meinem Geist lehre. Und es ist immer ein Konzept. Ich habe in meinem Geist viele Gedanken. Sie münden alle in *ein Ziel*: zu sterben. Und deshalb werde ich achtlos. Weil ich ja sowieso sterben muss. Was juckt mich dann mein Selbstkonzept? Ich bin also achtlos mir selbst gegenüber, weil ich eins weiß: Ich muss sterben. Was weiß ich nicht? Ich weiß nicht, was ich tue in meinem Geist. Ich weiß nicht, wie ich das Leben bis zum nächsten Tod geplant habe, was ich also *vor* dem Tod wieder alles erleben muss. Vor dem Tod – immer *vor* dem Tod. Wenn das gar nicht mehr mein Ziel ist, werde ich nicht so achtlos konzipieren. Weil es sehr achtlos ist, ein Selbstkonzept zu zerstören. Frage: Wozu machst du es dann überhaupt? Um es zu zerstören. Warum? Weil es dir nicht gefällt. Weil du diese *Welt* nicht liebst. „Welt“ ist einfach nur deine Erfahrung, deine Lebenserfahrung – immer bis zum Tod. Warum willst du, dass die Welt stirbt? Weil dir das Konzept nicht gefällt. Warum änderst du es dann nicht? Weil es ja sowieso zerstört wird. Ah ja. Mhm. Weil *was* zerstört wird? Die Ideen

nicht, die sind un-sterblich. Wenn sie unsterblich sind, müssen sie dann so bleiben, wie sie sind? Nein. Sie sind zwar unsterblich, aber sie sind nicht unveränderbar. Ich kann sie verändern. Mhm. Das heißt, ich brauche den Tod gar nicht! Mein Geist kann Gedanken ja nicht töten, mein *Geist* hat ja kein zerstörerisches Potential. Der Körper, natürlich, klar. Der, ja, aber was interessiert das den Geist?! Was interessiert den Geist? Die Veränderung. Denn das ist die Gabe, die Gott diesen Ideen gegeben hat: Sie sind veränderbar. Ich kann sie berichtigen, ich kann vergeben. Wie? Na, wie kann ich veränderbare Angstgedanken berichtigen, außer in Liebe? Liebe bewirkt also die Veränderung, ja. Ist das in Wahrheit die Funktion von Liebe? Nein, darum bedarf es ja einer Form – *Vergebung* –, aber sie kommt aus Der Quelle der Liebe, aus Der Weisheit der Liebe. Ich kann un-sterbliche Ideen verändern. So lange, bis sie mir gefallen, bis ich sie mit jedem teilen kann; denn mit jedem teilen ist Liebe. Also müssen sie so geläutert werden, in Beziehungen, bis sie mit allen geteilt werden können!

Angst kann ich mit niemandem teilen, Groll auch nicht, Ärger auch nicht. Das heißt, damit bin ich allein. Sie sind also für ein Selbstkonzept, in dem ich allein sein will. Das müssen wir richtig verstehen: Du willst nicht allein sein, aber du willst allein der sein, der du bist. Der willst du ganz allein sein. Du willst nur der Felix sein, ganz allein. Wenn dann der Felix nicht allein sein will, geht er in eine Beziehung, der alleinige Felix, mit einer alleinigen Katharina. Das sind zwei, die allein sind, in einer Beziehung. Du kannst dieses Selbstkonzept ändern. Allerdings brauchst du Ideen, die du mit einem anderen teilen kannst, wenn du *sein* Selbstkonzept, an das du *dein* Selbstkonzept angepasst hast durch dein Lehren, genauso veränderst wie seines. Du vergibst ihm, was er nicht getan hat, und lehrst ein anderes Selbstkonzept: Es ist dein Bruder, und du bist auch ein Bruder – ein einheitliches Selbstkonzept über dich als Selbst und über den anderen als Selbst. Jetzt hast du von dir kein anderes Selbstkonzept gelehrt als vom andern. *Ihr teilt also ein Selbstkonzeptionell miteinander*. Das ist die Veränderung, die du lehren kannst, und damit kannst du sehen, dass das Selbstkonzept nicht stabil war, nicht bis zum Tod so bleiben sollte. Das kannst du schrittweise tun. Und darum ist dein Arzt auch nicht dein Arzt. Verändere sein Selbstkonzept und deins auch. Ein *Arzt* kann dich nicht heilen. Einem *Bruder* kannst du seine Fehler vergeben in deinem Geist, und dann teilen zwei Brüder miteinander Vergebung. Vergebung ist Heilung, das ist alles. Die Identität ist wiederhergestellt, in einem Traum. Wenn zwei Brüder sich begegnen, lieben sie sich vollkommen. Mit welcher Liebe? Na, mit der Liebe Des Vaters. So verändert sich durch dein Lehren alles, und du erlangst allmählich die Schau eines Erlösers. Erlöser wovon? Na, von deinem Selbstkonzept. Dein altes Selbstkonzept war „gut“ und „böse“. Du musst es an der Quelle verändern.

»Konzepte werden, solange die Wahrnehmung währt, gebraucht, und Konzepte zu verändern ist die Aufgabe der Erlösung.« – Als Mensch glaubst du, du würdest schon etwas verändern, wenn du vom Fleischesser zum Vegetarier wirst. Was sagt hier der *Kurs*? Alle Veränderungen sind hilfreich. *Hilfreich* – du musst sie nicht bewerten. Es kann

hilfreich sein, wenn du das Rauchen aufgibst; es kann hilfreich sein, wenn du's anfängst. Alle Veränderungen sind hilfreich. Wenn du das lehrst, mit Hilfe des Heiligen Geistes, dann kannst du sehr wohl hilfreiche Veränderungen erleben; auch in Beziehungen. Ist es dann eine Trennung, wenn du in eine andere Partnerschaft gehst, oder ist es eine hilfreiche Veränderung? Wie du es lehrst, mit welchem Lehrer. Trennung ist nicht hilfreich, Veränderung, ja. Sag nicht, dass das dasselbe ist. Es ist nicht dasselbe. Wann wäre es dasselbe? Wenn du es demselben Lehrer übergibst, dem Ego. Dann wäre es aber sicher eine Trennung, das würdest du auch so erleben. Schau nach in den »Ebenen des Lehrens«.¹ Da gibt es Beziehungen, die dauern nur eine Zeit lang, und dann *scheinen* sie sich zu trennen. Das ist ein Unterschied, in deiner Erfahrung. Vielleicht kennst du solche Unterschiede schon; vielleicht hast du das schon mal erlebt, dass du dich von jemandem nicht getrennt hast, bist aber nicht mehr mit ihm so zusammen, wie du es vorher warst. Trennen ist immer im Ärger, immer in der Schuld, immer ist eine Sünde da. Wenn dein Arzt dir nicht gut genug ist, dann trennst du dich von ihm. Wenn das keine Rolle spielt, lässt du dich zu einem anderen *Arzt führen* oder gehst gar nicht mehr zum Arzt. Bist du dann getrennt? Das entscheidest du, und zwar mit dem jeweiligen Lehrer. Das ist kein Spiel mit Worten, es ist vielmehr eine Erfahrung. Die Worte können das gar nicht bedeuten oder aussagen, aber deine Erfahrung wird dich überzeugen, ob es zu einer Trennung kam oder zu einer Veränderung. Lernen ist prinzipiell: den Unterschied kennen zu lernen zwischen Trennung und Veränderung, zwischen Urteilen und Vergeben. Das ist nicht dasselbe. Für den, der urteilt, sieht es natürlich so aus, als ob eine Trennung passiert ist, er fühlt das auch so.

Wie kannst du das üben? Ich sage dir ein Beispiel aus meinem Leben. Als ich voller Ärger war, habe ich gelehrt, dass meine Eltern mich einfach ins Kinderheim abgeschoben haben, und habe mich getrennt gefühlt. Ich habe das so empfunden, ich habe sie so gesehen. Und ich habe mich so *gefühlt*. Als ich ihnen vergeben habe, was sie nicht getan haben, habe ich mich nicht getrennt gefühlt und habe sie auch nicht als jemand gesehen, die mich abschieben. Was ist dir lieber, Bruder? Was willst du erleben? Leben ist *Erfahrung*. Du entscheidest. In einer Welt der Magie, in einem Traum, hast du nur die Möglichkeit: Du erlaubst Veränderungen, die immer noch nicht wahr sind, die es dir aber ermöglichen, im Frieden zu sein. Das ist alles, das genügt. Denn wenn du im Frieden bist, kann Gott Seinen Schritt tun, und wenn du nicht im Frieden bist, erlebst du – nein, du erlebst nicht dasselbe, eben nicht. Du kannst Veränderungen herbeiführen, die viel größer sind, als deine Augen und deine Ohren es dir zeigen können. Aber du kannst es fühlen, es kann dein ganzes Gewahrsein ausmachen. Es darf nur eins nicht sein: Die Gabe des Friedens darf dir nicht zu gering sein, sonst sagst du: „Ja, das ist doch völlig egal. Trennung ist Trennung.“ Stimmt: Trennung ist Trennung, ja. Aber Veränderung ist Veränderung und Heilung ist Heilung und Frieden ist Frieden, ja. Wenn du dann sagst: „Das würde mich aber genauso verletzen“, dann wählst du die Verletzung. Denk daran,

¹ H-3. »Was sind die Ebenen des Lehrens?«

Bruder, Augen täuschen! Im Frieden sein ist keine Täuschung. Im Frieden auf die Vergangenheit zu schauen, im Frieden auf deine Eltern zu schauen, ermöglicht dir immerhin die Schau Christi – ja? –, und die siehst du in deinem Groll nicht. Da siehst du *nur* die Trennung und *nur* deinen Ärger und *nur* dein Egokonzept – während dich der Frieden beflügelt, über Wahrnehmungen hinauszusehen in die *Wirklichkeit* der Wahrnehmung. Ich habe dieses Ziel gewählt, es ist mir das einzig erstrebenswerte Ziel, das es hier gibt. Warum? Ich will das Ziel sein für meinen VATER, und ich kann das Ziel nur sein, wenn ich im Frieden bin, denn dann erkennt ER mich. Alles andere sind nur Mittel. Mir geht es nicht um die Beziehung, um den Körper, um die Welt. Mir geht es um den Frieden, in dem ich erkannt werde, vom VATER Selbst, mit dir zusammen. Du und ich: Der Christus. Ich habe diese Schau aber nur, wenn ich ein Erlöser bin, wenn mir nichts wichtiger ist als die letzte Schau. – »Konzepte werden, solange die Wahrnehmung währt, gebraucht, ...« – Und das ist ein Konzept. Allerdings muss ich dann nicht mehr allzu lange wahrnehmen, dann brauche ich die Wahrnehmung bald nicht mehr. – »... und Konzepte zu verändern ist die Aufgabe der Erlösung. Denn mit Kontrasten muss sie sich befassen, nicht mit der Wahrheit, die kein Gegenteil hat und sich nicht verändern kann.«

Ich muss allerdings bemerken, wie starr ich daran festhalte, dass mein Geschmack *wahr* ist, dass mein Selbstkonzept *wahr* ist, und zwar völlig egal, ob es mir gefällt oder nicht, und völlig egal, ob mir *dein* Konzept gefällt, völlig egal, ob ich meine Mutter liebe oder nicht. Es kann sogar sein, dass, je weniger ich sie liebe, ich umso starrer glaube, dass das *wahr* ist: das, was sie getan hat, das, was sie alles nicht getan hat ... Und das ist mein Unwille, zu vergeben. Das ist er. Darum braucht der Heilige Geist meine Bereitwilligkeit, vergeben zu wollen. Damit ich meinen Bruder von meinem Starrsinn erlöse und er sich mir zeigen kann, wie er wirklich ist. – »In den Konzepten dieser Welt sind die Schuldigen ›schlecht‹, während die ›Guten‹ unschuldig sind. Und es gibt niemanden hier, der nicht ein Konzept seiner selbst hätte, in welchem er das ›Gute‹ zählt, um sich das ›Schlechte‹ zu verzeihen.« – Ja. Und dann verzeihst du dir das „Schlechte“: „Ich vertrage das eben nicht, und das verzeihe ich mir. Aber dir verzeihe ich nicht, wenn du mich gezwungen hast, etwas, was mir nicht schmeckt, zu essen. *Mir* verzeihe ich, dass es mir nicht schmeckt, aber dir verzeihe ich nicht, wenn ich es essen soll. *Mir* verzeihe ich, dass ich die Musik nicht mag, aber über *dich* ärgere ich mich, wenn ich sie hören soll. Das Gute in mir, das zählt, und das Schlechte verzeihe ich mir. Und was ist all das Schlechte? Na, ja: meine Krankheiten, meine Schwächen, meine Reizbarkeit, meine Müdigkeit. Das verzeihe ich *mir* – aber *dir* nicht.“

Dir nicht. So denkt jeder. Das ist das Konzept, das jeder von sich hat. Ich verteidige dann das, was ich *mir* verzeihe, und greife es bei *dir* an. Und du verteidigst es bei *dir* und greifst es bei *mir* an. Von Kindesbeinen an. In Liebesbeziehungen besonders gerne – denn dazu sind sie ja da, um sich dann wieder zu beschweren, dass du das nicht achtetest, was ich *mir* verzeihe, dass du ausgerechnet das angreifst, was ich *mir* verzeihe. Ich bin nun mal so klein, aber wenn mich jemand dann deswegen vor der ganzen Klasse bloßstellt, das

verzeihe ich *ihm* nicht. Obwohl ich *mir* verzeihe, dass ich klein bin – wenn ein anderer dann mit Fingern auf mich deutet, fühle ich mich seltsamerweise beschuldigt. Das ist etwas ... merkst du? Ja, das ist verrückt, das ist völlig verrückt. Das nenne ich dann Mobbing. Mein eigenes Mobbing entschuldige ich aber. Das verzeihe ich mir, dass ich *mich* mobbe, dass ich *mich* angreife. Dieses Selbstkonzept muss mir erst mal bewusst werden – das „gute“ und das „böse“. Gott sei Dank muss ich es nicht im Tod, in seiner Manifestation, zerstören. Denn das würde mir gar nichts helfen. Ich würde wahllos aus diesen Gedanken das nächste Konzept irgendwie zusammenpuzzeln. Irgendwie, völlig chaotisch, mit demselben Mechanismus. Das „Gute“, das zählt, und das „Schlechte“ verzeihe ich mir. In der Beziehung gehen die gegenseitigen Beschuldigungen los. – »Auch traut er in niemandem dem ›Guten‹, weil er glaubt, das ›Schlechte‹ lauere unweigerlich dahinter. Dieses Konzept betont den Verrat, und Vertrauen wird unmöglich. Auch kann es sich nicht ändern, solange du das ›Schlechte‹ in dir wahrnimmst.« – Und wie kannst du das „Schlechte“ endlich berichtigen? Na, fang doch bei irgendetwas „Schlechtem“ an, bei etwas, was für dich „schlecht“ ist (was dir nicht steht, was dir nicht schmeckt ...), bei irgend so kleinen Dingen. Das Wunderbare an Wundern sind die Eigenschaften: Wenn du dich von etwas ganz kleinem „Schlechtem“ befreit hast, wirst du das ausdehnen, im Geist, auf alles. Du brauchst nur ein kleines Beispiel, und dieses Gleichnis ist ein Gleichnis für alles „Schlechte“. Die Ausdehnung übernimmt doch der Heilige Geist, steht doch im *Kurs!* Wenn du aber nicht mal das kleinste Gleichnis für dich benützt, dann kann es der Heilige Geist nicht in das „Schlimmste“ ausdehnen. Du bräuchtest nur die Angst zu kontrollieren, dann kann Er es ausdehnen. Darum nenne ich ja fast täglich in den Sessions *kleine* Beispiele. Aber um die kommst du nicht herum, die müssen schon sein.

»Du könntest deine ›bösen‹ Gedanken so lange nicht wahrnehmen, wie du einen Wert im Angriff siehst. Manchmal wirst du sie wahrnehmen, doch wirst du sie nicht als bedeutungslos sehen.« – Was ist der Unterschied zwischen Wahrnehmung und Sehen? *Wahrnehmen* tun deine Augen und deine Ohren und deine Hände. *Sehen* tut dein Geist. Was sieht dein Geist? Die Ideen – wenn du sie dir zeigen lässt. Ich nehme meine Krankheit wahr, meine Kopfschmerzen. *Sehen* kann ich die bedeutungslose *Idee* „Kopfschmerz“. Wenn ich aber nicht sehe, nehme ich den Kopfschmerz lediglich nur als schmerzhaft und als schlecht, als böse wahr. Dann werde ich ihn *mir* verzeihen – *mir* –, und werde die Schuld darin sehen, dass du mich so angeschnauzt hast, oder die Schuld darin sehen, dass ich mir den Kopf angestoßen habe, würde die Schuld in einem Gehirntumor suchen oder in dem Großstadtlärm ... *Mir* werde ich das verzeihen, das „Schlechte“. Das nützt mir aber nichts, wenn ich *mir* das verzeihe und es dann mit *Mitteln* behandeln will, während ich meine *Gedanken mir* verzeihe. Warum verzeihe ich sie mir? Weil ich Angst vor der Schuld habe. Wenn ich nicht mehr Angst vor der Schuld habe, verzeihe ich sie mir nicht, beschuldige andere nicht dafür, dass sie sie verursacht haben, sondern ich *berichtige* die Idee in meinem Geist, ich *vergebe* mir diese Idee. Ich sage: „Diese Idee Kopfschmerz ist bedeutungslos.“ Das kann ich tun, das kann ich lehren. Wenn ich

damit beginne, kann ich dir vergeben, dass du meinen Kopfschmerz nicht verursacht hast, meinen „bösen“ Kopfschmerz. Ich sehe die Idee in meinem Geist, die zu meinem Selbstkonzept gehört: „Ich habe Kopfschmerzen“, das heißt, ich habe die bedeutungslose Idee Kopfschmerz, die Angst erzeugt, in meinem Geist gefunden und berichtet. Und das ist alles? Ja. Vergebung tut nichts. Ein Kopfschmerz-Medikament tut etwas, Vergebung nicht. Darf ich keine Medikamente nehmen? Doch. Sie helfen allerdings nichts, denn sie beseitigen nicht die Ursache. Sie wirken nur symptomatisch: Wirkungen wirken auf Wirkungen ein, ganz klar. Das kann ich vorübergehend tun – helfen wird es mir nicht wirklich etwas, denn der Kopfschmerz gehört zu meinem Selbstkonzept. Ich kann auch sagen: „Menstruationsschmerzen gehören zu mir, denn ich bin eine Frau“, wenn ich eine Frau bin. Ich kann auch sagen: „Diese Impulsivität gehört zu mir“, wenn ich impulsiv bin. Ich kann das aber berichtigen. – »Manchmal wirst du sie wahrnehmen, doch wirst du sie nicht als bedeutungslos sehen.« – Was ist die Veränderung? Ich sehe sie als bedeutungslos: eine schier unglaublich große Veränderung. – »... doch wirst du sie nicht als bedeutungslos sehen. Und so kommen sie in Furcht erregender Form, mit noch verborgenem Inhalt, um dein jämmerliches Konzept deiner selbst zu erschüttern und es mit einem weiteren ›Verbrechen‹ noch zu schwärzen.«

Dein jämmerliches Selbstkonzept wurde dann als Dreijähriger bereits von deiner Mutter angegriffen. Sie hat ein „Verbrechen“ begangen: Sie hat dich gezwungen, etwas zu essen, was du nicht willst. Dein jämmerliches Selbstkonzept wurde erschüttert. Darum sagst du ja dann: „Ja, ich bin erschüttert“. Klar, durch ein „Verbrechen“. Und dein Selbstkonzept wurde dunkler, wurde geschwärzt, wurde verletzt. Je verletztter du bist, umso dunkler nimmst du dich wahr, umso ängstlicher. – »Deine Unschuld kannst du dir nicht selber geben, denn du bist bezüglich deiner selbst zu verwirrt. Sollte jedoch *ein* Bruder ...« – Jesus wollte, dass „*ein*“ kursiv gedruckt steht. *Ein* Bruder genügt. – »... deiner Sicht als der Vergebung gänzlich wert aufdämmern, dann wird dein Konzept deiner selbst gänzlich verändert.« – Du kannst nur dir selbst vergeben. Wenn ich also einem anderen alles vergeben habe, was er nicht getan hat, habe ich mein Selbstkonzept verändert. Ich bin geheilt. Denn wenn er es nicht getan hat, bin ich nicht mehr verletzt *worden*, das heißt, mein Konzept der Verletzlichkeit habe ich verändert durch ein Konzept der Unverletzlichkeit: Ich bin nicht verletzt worden. Mein Bruder ist mein Erlöser von meinem Selbstkonzept. – »Deine ›bösen‹ Gedanken sind vergeben mit den seinen, weil du dich von ihnen allen nicht berühren ließest.« – Das Ego würde sofort sagen: „Ja, das sind aber meine Gefühle, ja, das ist meine Sensibilität.“ Eben. „Ja, das ist mein Selbstkonzept“, genau, „das behalte ich doch bei bis zum Tod.“

Warum lehrst du, dass es keinen Tod gibt? Weil du dein Selbstkonzept *lebendig* verändern willst. Was ist deine Erfahrung der Auferstehung, der körperlichen Auferstehung? Du machst immer wieder andere Selbstkonzepte, während du dich noch in einem Körper wahrnimmst. Der Körper bleibt derselbe Körper, der sieht immer noch genauso aus; denn das Selbstkonzept ist im Geist. Eine ganz andere Idee wäre: Du änderst dein

Selbstkonzept überhaupt nicht, zerstörst den Körper und machst lediglich einen anderen Körper für prinzipiell dasselbe Selbstkonzept. – Darum: nicht im Schoß einer Frau neu geboren werden, mit demselben Konzept, sondern mit demselben Körper im Geist immer wieder neu geboren werden. Weil du dein Konzept änderst: Ich bin nicht verletzlich, sondern unverletzlich; ich bin nicht schwach, sondern stark. Verletzlichkeit und Schwäche sind die Fundamente deines jämmerlichen Selbstkonzeptes. – »Mein Groll verbirgt das Licht der Welt in mir.«¹ Was ist der Übungsteil? Mit den Lektionen praktizierst du die Veränderung deines Selbstkonzeptes *selbst*, in allen Situationen. Vor allem in Beziehungen musst du achtsam sein, dass du nicht ständig dein altes Selbstkonzept wegen einem anderen beibehältst und wiederauffrischst. Liebe hat natürlich zu deinem Selbstkonzept gehört, ganz klar. Vor allen Dingen enttäuschte Liebe, vor allen Dingen verletzte Liebe. Eben. Damit du jammern kannst. Ein jämmerliches Selbstkonzept! Schönheit hat auch dazugehört, klar. Intelligenz mehr oder weniger auch, Sportlichkeit beim einen, ja, beim anderen weniger. Reich sein wollen, beim einen, ja, beim anderen mehr, beim anderen weniger. Kinder haben wollen oder nicht, tierlieb sein ... Je nachdem. Das spulst du im Lauf deines Lebens so nach und nach ab. Du öffnest so allmählich die Schubladen und sagst: „Jetzt bin ich alt genug, jetzt mach ich das ...“ Mhm. Das ist die vergangene Planung, dein vergangenes Lernen. Das kannst du alles verändern. Jede Begegnung kann einem anderen Zweck dienen – sogar die Vergangenheit. – »Deine ›bösen‹ Gedanken sind vergeben mit den seinen,« – Nicht entschuldigt und auch nicht *beschuldigt*. – »weil du dich von ihnen allen nicht berühren liebst.«

Was sind Körperimpulse? An sich immer die Idee: Jetzt muss ich etwas von meinem vergangenen Lernen ausagieren. Jetzt treffe ich den, bei dem ich mir vorgenommen habe: Über den ärgere ich mich. Das fühle ich in dem Moment, wo er kommt. „Der ist mir unsympathisch“ – woher weißt du das? „Den finde ich toll“ – woher weißt du das? Na, geplant ist geplant. Das ist der Körperimpuls. Und was ist, wenn du den berichtigst? Dann kommt es zu einer Veränderung, dann dient die Beziehung einem anderen Zweck. Du agierst es nicht mehr aus, du beginnst neu. Die Situation verändert sich. Da ist ein Augenblick der Fremdheit da, denn an sich wusstest du ja genau, was passieren wird. Jetzt passiert es nicht mehr. Du sagst nicht der Welt, was jetzt passieren soll, sondern du *horchst*: Was sagt der Heilige Geist? Du hörst aus deinem Bruder – er weiß an sich auch genau, was passieren soll –, jetzt hörst du aber aus deinem Bruder die Bitte: „Nicht noch einmal! Verändere das!“ Warum? Warum können wir das so sagen? Weil Gott diese Veränderung verursacht hat. Sie ist für uns verpflichtend, weil der Wille Des Vaters *Der Wille* ist, der einzige, den wir miteinander teilen können. Ich bin nicht schuldig, ich muss nicht das machen, was geplant ist. Ich muss mich nicht über dich ärgern, ich muss mich nicht in dich verlieben, ich muss nicht, nur weil du der Arzt bist und mir sagst: „Sie haben Krebs“ ... ich kann sagen: „Moment, das war zwar so geplant, aber das ändern wir jetzt.“

¹Ü-I. 69

(Lachen.) Das ist eine Irritation. Du änderst dein Selbstkonzept: Moment, ich hab doch nicht vor, der Patient zu bleiben; ich hab doch nicht vor, in der Zweierbeziehung zu bleiben, bis wir sterben; wenn ich in der Zweierbeziehung bleibe, dann ändere ich aber *in* der Beziehung mein Konzept und ich höre aus dir auch die Bitte, das zu ändern. Und zu sterben haben wir sowieso nicht mehr vor. Mit dem Tod wollten wir das Ende des Lebens nicht besiegeln. Es ist ein konzeptioneller *Kurs*, darum ist er so dick. Und darum verstehst du vieles nicht.

Aber in dem Moment, wo du es *lehrst*, wirst du es *erfahren* – und dann wirst du allmählich begreifen, was Vergebung überhaupt ist: Du veränderst dich so lange, bis du wieder so aussiehst, dass es eine Widerspiegelung deines Selbstes ist, und in dem Frieden bist, den du nie verändern konntest. Dieser Frieden ist deine Identität, und weil du selbst mit dir identisch bist und vollkommen liebst, lehnst du den Schritt Des Vaters nicht mehr aktiv ab mit deinem Konflikt, mit deinem Ärger, mit deinen besonderen Liebesbeziehungen, mit deinen Unverträglichkeiten, mit was weiß ich was allem. Du bist mit dir selbst wieder eins geworden, auf allen Ebenen. Was ist also Vergebung? Du hebst die Veränderungen auf, und das ist die Veränderung. Du machst sie rückgängig. Dein Leben wird so lange währen, auch dieses Leben hier, bis du das alles aufgehoben hast. Die Ausdehnung übernimmt der *Heilige Geist*, der unbegrenzte Geist. – »Du wählst nicht länger, das Symbol des Bösen und der Schuld in ihm zu sein.« – In deinem Bruder. Wann bist du das Symbol der Schuld? Na, wenn du wegen ihm sauer bist, bist du das Symbol seiner Schuld. Willst du das sein? Ein jämmerliches Selbstkonzept. Willst du immer noch das Symbol der Schuld deiner Eltern sein? Kein Wunder, dass du nicht glücklich bist. Willst du das Symbol der Schuld der ganzen Welt sein? Ein jämmerliches Selbstkonzept, kein Wunder, dass du Schmerzen hast. Und das bisschen, was du dir Gutes tust, das soll zählen, tatsächlich? Dein guter Geschmack soll zählen? Und deine Gesundheit soll zählen? Und das, was sich für dich gut anfühlt, das soll zählen, während du dir alles Böse einfach verzeihst? Das nützt doch nichts, das hilft dir doch nichts! Das ist nicht Verzeihen. Das ist Verzeihen, um am Ende zu zerstören. Da findet doch gar keine Berichtigung statt. Warum soll dann das Gute überhaupt zählen, wozu denn? Weil es zu deinem Selbstkonzept gehört. – »Und indem du dein Vertrauen dem schenkst, was gut in ihm ist, schenkst du es dem Guten in dir.« – Und von der Schreibweise her ist *gut* ab jetzt nicht mehr in Anführungsstriche gesetzt. Warum nicht? Weil es nicht dem „Bösen“ gegenübersteht, das auch in Anführungsstriche gesetzt war bis jetzt.

»Was Konzepte anbelangt, siehst du auf diese Weise mehr in ihm als einfach einen Körper, denn das Gute ist nie, was der Körper zu sein scheint.« – Darum ist es ja nicht mehr in Anführungsstriche gesetzt. – »Die Handlungen des Körpers werden als das wahrgenommen, was von deinem, und deshalb auch von seinem, »niedrigeren« Teil kommt.« – Nicht von deinem höheren spirituellen Teil, sondern immer von deinem oder seinem „niedrigeren“ (in Anführungsstrichen natürlich). – »Indem du dich auf das Gute in ihm konzentrierst, hat der Körper in deiner Sicht immer weniger Bestand, und

schließlich wird er kaum mehr als nur ein Schatten noch gesehen, der um das Gute kreist.« – Vielleicht hast du diese Erfahrung schon gemacht mit jemandem, dem du schon viel vergeben hast, was er nicht getan hat. Wenn ich an meine Eltern denke, dann sind das nur noch Schatten, die um das Gute kreisen. Es fällt mir nur noch Gutes ein, und ich bin froh, dass diese Veränderung passiert ist. Warum? Weil ich dadurch im Frieden bin, wenn ich an sie denke. Und dass der Körper nur ein Schatten ist, der um das Gute kreist – das ist doch sowieso nur ein Traum, mehr muss er doch nicht tun. Oder willst du, dass er noch wirklicher wird? Willst du wieder zurückgehen in alte Konzepte, wo der Körper mehr war als ein Schatten; mehr sein sollte, wo der Körper „gut“ sein sollte? Das wird er nie ganz sein können. Aber er kann zu einem Schatten werden, der um das Gute kreist. Es gibt viele Menschen in meiner Erinnerung, die ich nur noch als Schatten wahrnehme, aber ich sehe nur noch Gutes. Das war vorher überhaupt nicht so, das war völlig anders. – »Und das wird das Konzept deiner selbst sein, ...« – Nur das Konzept; nicht du selbst, aber das Konzept. Und am Ende werden Konzepte abgelegt, wenn sie ausgedient haben. Im zweiten Teil des Übungsbuchs erfahren wir auch aus dem Grund, dass Worte immer weniger bedeuten. Weil das Konzept immer weniger bedeuten soll, weil es am Ende ganz abgelegt wird. Vorher haben Worte viel bedeutet, haben Konzepte alles bedeutet, um an die Stelle deines Selbstes zu treten. Jetzt sollen ja Konzepte nicht mehr anstelle deines Selbstes treten, darum werden sie unwichtiger, bedeutungsloser. Darum lehren wir: »Mein Körper ist ein ganz und gar neutrales Ding.«¹ Dann kann er auch nur ein Schatten sein, das ist ein ziemlich bedeutungsloses Konzept. Das genügt völlig, um hilfreich zu sein. Denn ich will ja über den Körper hinausschauen. Ich will ja Den Christus sehen. Ich kann aber nicht zwei Welten sehen, einen bedeutungsvollen Körper *und* Den Christus. Das wird nicht möglich sein. Wenn der Körper auch hell sein soll, wie will ich dann im Christus das Licht der Welt erblicken? Wenn der Körper aber ein Schatten ist, der nur noch um das Gute kreist, dann bin ich der Schau Christi sehr nahegekommen. – »Und das wird dein Konzept deiner selbst sein, wenn du die Welt jenseits der Sicht erreicht hast, die nur deine Augen dir zum Sehen anbieten können. Denn du wirst das, was du siehst, nicht ohne jene HILFE deuten, die GOTT dir gab. Und in SEINER Sicht *gibt* es eine andere Welt.« – Und das ist die Welt der Schatten, da ist der Körper nur ein Schatten – das ist die andere Welt. Lass dich nicht auf esoterische Phantasien ein, wo der Körper was weiß ich wie erleuchtet wird und die Erleuchteten rumlaufen. Das ist *diese* Welt hier, Bruder, das ist die falsche Wahrnehmung. Du musst es umdrehen. Du hast versucht, das Licht hier reinzubringen, und sprichst von „leuchtenden Augen“ und „leuchtenden Körpern“ und „Lichtkörpern“. Nein, Bruder, wir sprechen von Schatten-Körpern! Das ist nur das Konzept. Und worum kreisen diese Schatten? Um das Gute. Genügt das nicht als Konzept? Willst du ein schöneres Konzept machen, als du von Gott erschaffen wurdest, oder ist dein Konzept bestenfalls ein *Schatten* deiner selbst? Ich glaube nicht, dass ich mich schöner erschaffen konnte als Gott. Das glaube ich nicht mehr. Nicht heller als Gott. Eher dunkler. Aber du

¹ Ü-II.294

siehst, was das Ego vorhat – immer in Konkurrenz mit Gott, immer: „Wenn du mich als Licht erschaffen hast, dann erschaffe ich mich noch heller, noch erleuchteter. Mit leuchtenden Äuglein.“ Vergib dir diese Torheit. Du kannst dich nicht anders erschaffen als Gott und sicher nicht vollkommener als Gott. Wenn, dann hast du ein jämmerliches Konzept gemacht und hast dann versucht, es schön zu machen und blond und braun und stark und muskulös und wohlgeformt und wohlriechend und weiß der Kuckuck alles. Das müssen wir berichtigen. – »Denn du wirst das, was du siehst, nicht ohne jene HILFE deuten, die GOTT dir gab. Und in SEINER Sicht *gibt* es eine andere Welt.« – Die ist aber nicht so bedeutungsvoll, da ist der Körper nicht das, was du *bist*, dann muss er auch nicht so toll sein.

»Du lebst in jener Welt genauso wie in dieser. Denn beide sind nur Konzepte deiner selbst, die ausgetauscht, doch nie gemeinsam beibehalten werden können. Der Kontrast ist weitaus größer, als du denkst, denn dieses Konzept deiner selbst wirst du lieben, weil es nicht für dich allein gemacht ward. Als Gabe an jemanden geboren, der nicht als du selbst wahrgenommen wurde, ist es dir gegeben worden. Denn deine Vergebung, die ihm angeboten wurde, ist nun für euch beide angenommen worden.« – Was ist das für ein Schatten? Kann es sein, dass das Antlitz Christi ein Schatten deiner selbst ist, eine Widerspiegelung? Muss dieses Konzept ein *dunkler* Schatten sein oder kann es einfach nur ein Schatten sein? Ist die Aura ein Schatten des Lichts der Welt? Vergiss deine Vorstellung von Schatten! Ich muss hier alles berichtigen. Und *dieses* Konzept werde ich lieben. Wie kann ich einen Schatten lieben? Na, ja. Wenn es der Schatten von Licht ist, von wirklichem Licht, dann gibt es da nichts zu fürchten. Ein Licht-Schatten, den ich lieben werde, in diesem Traum. In dieser Welt ist es so, dass nur dunkle Körper einen Schatten werfen, weil sie das Licht blockieren. Aber was ist, wenn ich einen Licht-Schatten sehe und mein Körper sozusagen nur noch ein Schatten ist? »Nun ist der Körper heilig.«¹ Das müssen nicht Gedanken sein, die sehr viel Bedeutung haben. Im Gegenteil, es soll nur etwas sein, wo ich glücklich sein kann, nicht etwas, was viel Bedeutung hat, denn warum soll ein Traum immer so viel Bedeutung haben? Am *Ende* doch nicht mehr! Ein Schatten kann vergehen. Wenn ein Licht-Schatten vergeht, bleibt immer noch das Licht. Eine Widerspiegelung ... wenn du ... angenommen, ja, ich glaube, ich habe jetzt ein Gleichnis. Das kennst du vielleicht: Es scheint die Sonne, und du nimmst einen Spiegel und fängst die Sonne ein und lässt diesen Licht-Schatten irgendwo herumwandern. Das ist ein Licht-Schatten, den du da in deinem Spiegel hast, und den siehst du dann an der Wand oder auf dem Gesicht oder auf deiner Hand. Ein Licht-Schatten. Das wirst du lieben, dieses Konzept deiner selbst, natürlich. Weil es nicht für dich allein gemacht ist. Immer wenn du das Antlitz Christi in einem siehst, das ist ja nicht nur für dich allein gemacht, du hast ja nicht allein das Antlitz Christi, dann ist das ein Konzept, das du mit allen teilen kannst. Es ist wie ein freudiger Licht-Schatten, den du einen Augenblick sehen kannst, weil du mit der Liebe Des Vaters geliebt hast. Alles

¹ T-II.5.4:4

andere hast du berichtet. – »Als Gabe an jemanden geboren, der nicht als du selbst wahrgenommen wurde, ist es dir gegeben worden.« – Dieses Konzept. – »Denn deine Vergebung, die ihm angeboten wurde, ist nun für euch beide angenommen worden.« – Und warum soll ein Antlitz dann nicht zu leuchten beginnen? So wie es zu leuchten beginnt, wenn du mit deinem Spiegel das Sonnenlicht einfängst und es auf ein dunkles Antlitz richtest: Dann wird das Antlitz hell – allerdings, dieses Licht blendet immer. Das Licht der Vergebung blendet nicht. Ich glaube, wir haben jetzt einiges für heute Abend ... na, ja, eine Seite aus der »Schau des Erlösers« gelesen. Es kommen noch gute drei Seiten. Das ist der vorletzte Paragraf im Textbuch – die direkte Annäherung an Gott. Da werden wir uns schon noch ein bisschen Zeit dafür nehmen, da ist keine Eile.

* * *

Und warum sollst du nicht diesen Licht-Schatten im Antlitz eines Bruders sehen können? Du musst ihn dann nicht ohne Körper sehen. Aber was deine Augen dann sehen, das trägt dich nicht. Das ist dann sogar *wahre Wahrnehmung*. Einen Augenblick. Aber du wirst dich mit der Sicht der Augen nicht begnügen, denn was deine Augen gesehen haben, ist auch nur, weil Der Christus durch deine Augen geschaut hat. Das Eigentliche, das ist die Schau deines Geistes. Du kannst den Körper aber als Lernhilfe benutzen, aber nicht, wenn du mit jemandem in Groll bist, weil dein Selbstkonzept bedroht ist oder seins. Also lass es lieber verändert werden. Es nützt nichts, ein bedrohtes Selbstkonzept zu verteidigen bis zum Tod. Wenn es bedroht ist, dann verändere es doch, bis es nicht mehr bedroht ist! Wenn es reizbar ist, wenn es kränkbar ist, verändere es, bis es nicht mehr gekränkt werden kann. Wenn das eine ausreichende Anzahl tut ... Wer ist die „ausreichende Anzahl“? Wir beide. Immer wir beide. Immer du und ein anderer.

Danke!