



Die Lektion direkt anwenden

(zu Lektion 90)

Michael Ostarek

Mölmeshof, 31. März 2011, morgens

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

© 2011 Michael Ostarek. Alle Rechte vorbehalten

Der folgende Text ist die fast wörtliche Abschrift der Session vom 31. März 2011, morgens. 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* (erschieden 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

Die Lektion direkt anwenden

Lektion 90: »Lass mich das Problem erkennen, damit es gelöst werden kann.

Lass mich heute erkennen, dass das Problem immer irgendeine Form von Groll ist, den ich hegen möchte.«¹

Ich kann dir da gleich ein ganz aktuelles Beispiel erzählen, das mir vorhin passiert ist. Ich war im Wald spazieren, unser Kater, der Willi, war dabei, und ich war so voller Freude und renne mitten im Wald, in dem Laub, einen steilen Abhang runter und „springe“ in eine Kuhle, mein rechtes Gelenk knickt um, ein stechender Schmerz kommt, und ich falle auch noch auf meine Hände, wo die Ärzte mir gesagt haben, da habe ich Osteoporose und darf auf keinen Fall da drauf fallen, denn die Knochen sind alle schon morsch und können brechen – das wäre die Bedeutung gewesen, das wäre der Groll gewesen. Ich musste blitzschnell, während ich den Schmerz gespürt habe ... ich habe ihn natürlich gespürt, und wie! Ist dir schon mal beim Abhang-runter-Rennen der Knöchel umgeknickt? Das tut nicht erst weh, wenn du sechzig bist, das tut schon weh, wenn du sieben bist. Aber mir ist all die Bedeutung ... das ist mir blitzschnell eingefallen, und das wäre der Groll, den ich gehegt hätte. Das Erste war ein ganz lautes: „Scheiße“, und dann ging es los. Aber ich habe sofort reagiert heute, ich habe sofort gesagt: „Von diesem Schmerz habe ich überhaupt nichts. Dieser Schmerz hat keine Bedeutung. »Lass mich das Problem erkennen, damit es gelöst werden kann.«“ Mit dieser Stimme habe ich aktiv gesprochen, die habe ich gehegt. Und die zweite Stimme, die normalerweise zuerst spricht, habe ich immer noch gehört, aber sie wurde berichtigt, durch diese Gedanken.

Und da lag ich erst mal am Boden und bin sofort unter Schmerzen aufgestanden, bin weitergegangen, humpelnd (klar, humpelnd, ja), aber ich habe mich weiterhin berichtigt und konnte meinen Spaziergang tatsächlich fröhlich fortsetzen, weil ich in der Lektion geblieben bin, *nur in der Lektion*. Der Schmerz war da, ich bin hingefallen, mir sind diese Gedanken eingefallen, aber diese Gedanken waren Schatten, die mussten von mir weichen, denn das Licht war gekommen. Ich meine, das Licht ist immer da, aber ich musste mich berichtigen. Es hat also überhaupt nichts damit zu tun, *nicht* hinzufallen – es hat etwas damit zu tun: Du fällst hin und stehst auf. Und natürlich fällt dir der Groll ein, den du hegen könntest. Natürlich war sofort irgendeiner im weißen Kittel da, der mir das erzählt hat, und ich habe noch dieses CT gesehen in meinem Geist, und die Röntgenbilder. Klar, das war alles da, aber es musste weichen, weil ich das Problem erkannt habe. Was wäre das Problem gewesen? Ich hätte mich getrennt von Gott. Ich musste den Heiligen Geist für mich in Anspruch nehmen, denn alles, was das Ego mir erzählt hätte, wäre die Trennung gewesen und die Rechtfertigung *für* den Schmerz, dafür dass ich nicht aufstehen kann; dann hätte ich mich darüber geärgert, dass natürlich wieder keiner da ist, der mir jetzt hilft und was weiß ich ... Das sind die Gedanken, die mir immer noch

¹ Ü-I.90. Zitate in »...« (soweit nichts anderes angegeben) siehe dort.

eingefallen sind, ein paar Minuten lang, während ich aber weitergehen konnte. Ich musste auch weitergehen und mich ganz schlicht und einfach mit der Lektion berichtigen. Und das funktioniert. Denn mein Groll wäre die Bedeutung des Schmerzes gewesen, wäre die Bedeutung dessen gewesen, dass ich da hinfallte: die Gelenks-Borreliose, die Neuro-Borreliose, dass die Nerven zerfranst sind, die Osteoporose – ach, tolle Wörter ... Das wäre mein medizinisch formulierter Groll gewesen. Ich muss das Problem erkennen, damit es gelöst werden kann, und zwar in der Situation, wo es auftritt. Ich habe jetzt immer noch ein bisschen Schmerzen im rechten Handgelenk (damit ich nicht einschlafe, es gibt noch mehr zu berichtigen) und ich habe noch ein bisschen Schmerzen in dem rechten Gelenk, es ist übrigens nicht mal angeschwollen. Ich bin noch kein Meister, ich habe noch Schmerzen, aber ich bin sehr froh über das, was ich erreicht habe – nicht von mir aus.

Ich will dir damit nur sagen: Die Lektion funktioniert. *Erst* fällst du hin und *dann* stehst du auf, *erst* fühlst du den Schmerz ... Und der ganze Mechanismus, wie du ihn *wirklich* machen kannst, der läuft im Geist ab – der ist nicht im Gelenk, der ist in meinem Geist. Die Gedanken sind nicht im Gelenk, die sind nur in meinem Geist. Sie sind auch nicht an mein Gelenk gebunden. Mein Gelenk ist nicht der Teil, der etwas lernen muss, mein Gelenk ist die *Lernhilfe*. Wenn ich begreife, dass ich im Geist eine andere Stimme lehren kann, dann begreife ich: Es ist nur die Bedeutung, die ich dem gebe, dass ich hinfallte. Und da war ich sehr erfinderisch, wie viele Bedeutungen ich dem geben konnte. Mir sind heute früh schon gar nicht mehr alle eingefallen, ich habe viele schon vergessen, weil ich den Heiligen Geist *gelehrt* habe, das heißt, ich habe einfach nur gelehrt, was im *Kurs* steht, einfach nur das. Es nützt mir aber wenig, wenn es im *Kurs* steht, denn der liegt zu Hause auf dem Schreibtisch, während ich im Wald liege. Ich muss den *Kurs lehren*, ich muss ihn anwenden. Und dann erlebe ich, dass Wunder etwas ganz Natürliches sind: eine natürliche Konsequenz dessen, was ich denke, überhaupt nichts Außergewöhnliches. Sie finden in der Zeit statt, ganz klar, sie finden an dem Ort statt, wo ich bin, und sie sind nicht außergewöhnlich, sie sind völlig natürlich; sie sind das Ergebnis dessen, was ich lehre, was ich denke. Ich könnte auch ...

Und es war mir völlig klar: Wenn ich jetzt das lehre, was die Ärzte mir gesagt haben, was ich weiß, dann würde ich vielleicht jetzt noch daliegen und einen Riesengroll schieben. Oder ich wäre humpelnd und fluchend und schimpfend und unter Wahnsinnschmerzen nach Hause gegangen; mein Handgelenk wäre auch noch angeschwollen, wenn nicht vielleicht sogar da was gebrochen wäre. Ich habe noch, während ich „geflogen“ bin, bevor ich am Boden aufgekommen bin und der Schmerz in meinem Gelenk war, begonnen, die Lektion zu lernen. Und ich bin sehr froh, dass ich das kann, weil ich es viele Jahre lang geübt habe, meistens erst im Nachhinein. Heute ist es mir fast gleichzeitig geglückt. Ich muss nur das Problem erkennen. Das Problem ist das Ego. Das Problem sind meine Diagnosen – die sind nicht die Hilfe, die sind das Problem. Und die „Mittel“, die aus der Diagnose erst entstehen – da hätte ich erst zum Arzt gehen müssen, diese Zeit

wollte ich mir einsparen. Dann hätte ich mir erst eine Salbe kaufen müssen, inzwischen wäre das Gelenk wunder wie dick angeschwollen. Das kann ich verkürzen, indem ich ein Geistestraining mache. Dann funktioniert der Körper entsprechend dem, was ich lehre, soweit ich eben gekommen bin. Und ich hätte nicht gedacht, dass ich mal so weit kommen werde. Aber Jesus hat schon immer so gedacht, und er hat es mir gesagt, dass ich so weit kommen werde, weil er so weit gekommen ist, und noch weiter. Ich habe also noch ein Stück zu gehen, und dieses Stück will ich gehen. Denn wenn ich so weit gekommen bin, dann kann ich den ganzen Weg gehen. Natürlich siehst du mir jetzt nicht an, wie schlimm es hätte werden können; weil es nicht so schlimm geworden ist. Jetzt könntest du das wieder reduzieren und sagen: „Ja, gut, bei dir geht das. Ich bin ja *noch* kränker als du.“ Okay, das kannst du machen. Ich will dir damit nur sagen, ich bin ein ganz normaler Mensch, genau wie du, es hätte bei mir genauso schlimm werden können wie bei dir. Ich bin nicht besser, ich nütze nur diesen *Kurs*, das ist alles. Von mir aus hätte ich nichts tun können. Alleine hätte ich das nie geschafft. War ich allein im Wald? Nö, ich war mit dem *Kurs* im Wald, mit der Lektion in meinem Geist.

Die Lektion ist eine Lektion vom Heiligen Geist. Der ist mit dir auch im Wald – du musst Ihn aber lehren. Und das musst du üben, in irgendwelchen Situationen. Jeder hat irgendeine Krankheit, irgendeine Schwäche, irgendeinen Groll. Jeder kann so tun, als ob er das Problem erkennt, wenn er eine Diagnose, die *aus* dem Problem, aus dem Groll entstanden ist, benützt. Wenn ich geglaubt hätte, meine Erkenntnis ist, dass ich Osteoporose habe, dann wäre das meine Erkenntnis gewesen. Wenn ich aber erkenne, dass das mein *Problem* ist – verstehst du den Unterschied? –, wenn ich erkenne, dass das mein Problem ist, nicht meine Erkenntnis der Wahrheit, dann will ich das Problem im Geist berichtigen. Das Ego würde sagen: „Ja, natürlich ist das mein Problem“, aber es hätte keine Lösung. Mit dem Heiligen Geist erkenne ich, dass das Problem nur ist: Ich gebe dem Sturz diese Bedeutung. Ich kann dem Sturz aber auch eine andere Bedeutung geben, nicht eine problematische. Ich kann sagen: „Davon habe ich gar nichts.“ Was habe ich nicht davon? Ich habe damit nicht Recht, das will ich nicht haben. Ich will nicht davon haben, dass meine Gelenke jetzt brechen, meine Knochen brechen müssen. Ich will davon nicht haben, dass ich humpeln muss. Ich will nicht Recht haben mit dem, was ich vorher gelehrt habe – was *ich* gelehrt habe –, mit meinen Ärzten, meinen Freunden, meinen Eltern, die vielleicht auch schon krank waren, meinen Großeltern, die auch schon krank waren, mit denen, die mit mir im Wartezimmer einst saßen ...; mit denen will ich nicht Recht haben. Ich will sie auch nicht angreifen, aber ich will das berichtigen. Das kann ich, auf der Ebene des Geistes. Und nur dafür benütze ich den *Kurs*. Wenn ich ihn dafür nicht benützen könnte, würde ich kein weiteres Wort in diesem *Kurs* lesen wollen, denn am Schreibtisch nützt er mir nur etwas, wenn er mir dann im Wald etwas nützt. Wenn er mir nur am Schreibtisch etwas nützt, nützt er mir doch nichts, denn dann ist er nur eine Theorie, dann sind das nur schöne Worte, wenn überhaupt schöne Worte.

* * *

»Lass mich heute erkennen, dass das Problem immer irgendeine Form von Groll ist, den ich hegen möchte.« – Es ist schon interessant, sich bewusst zu machen, dass ich in so einer Situation sehr wohl Groll hegen will. Die kommt mir gerade recht, um meinen Groll zu hegen. Ich habe dann eine Rechtfertigung, meinen Groll zu hegen. Ich könnte mich sogar beschuldigen: „Warum bin ich Idiot so schnell da runter gelaufen, ich weiß doch ganz genau, was die Ärzte mir gesagt haben“, oder irgend so etwas. Ich könnte auch diesen blöden Kater dafür beschuldigen, dass der da runter ist; ich könnte alles Mögliche beschuldigen, was immer mir so in meinem verwirrten Geist dann einfällt. Auch das muss ich finden, je nachdem. Während ich weitergegangen bin, habe ich also eine ganze Menge Schuld gefunden, und nach zwei Minuten waren die Schmerzen tatsächlich so weg, dass ich wieder schnell weitergehen konnte, den Berg rauf. Und ich habe mir natürlich gesagt, dass der Körper dann perfekt funktioniert. Das war die Berichtigung. Denn die andere Stimme hat gesagt: „Du musst jetzt humpeln, du darfst jetzt gar nicht schnell gehen, denn wer weiß, was da passiert ist. Und was ist, wenn du noch mal umknickst?“ Aber das war eine Stimme, die war schon viel, viel leiser, als ich es jetzt sage. Das war einfach nur ein Chaos in meinem Geist. Völlig durcheinander sind diese Gedanken gepurzelt, diese Bilder. Alle möglichen Bilder sind vor mir aufgetaucht – ein heilloses Durcheinander an Gedanken, das ich einfach nur berichtigen *wollte*. – »Heute erinnere ich mich an die Einfachheit der Erlösung, indem ich die Lektion bekräftige, dass es nur ein Problem und eine Lösung gibt.« – Das Problem ist: Ich bin getrennt von Gott. Und mit dem Ego als Lehrer bin ich getrennt von Gott. Mit dem Heiligen Geist als Lehrer bin ich nicht mehr getrennt von Gott, weil Er die Kommunikationsverbindung ist. Und dadurch fühle ich mich auch nicht mehr getrennt von Gott. Ich spüre Liebe, ich spüre Freude, ich kann einen Augenblick lachen, mein Leben geht einfach weiter, ich kann weitergehen. Ich kann sogar den Kater dann noch streicheln und ich höre sogar die Vögel, wie sie für mich singen, und ich rieche das Laub des Waldes, was ich sonst in meinem Groll überhaupt nicht riechen würde, und ich würde auch nicht mehr die Vögel singen hören. Ich hätte einen riesigen Brummschädel, den würde ich brummen hören, aber nicht mehr die Vögel singen hören (das ist so, oder nicht?). Es ist eine ganzheitliche Heilung, die meine ganze Wahrnehmung mit einbezieht.

Und ich habe die Wahl. Entweder ich bin dann noch mehr isoliert, als ich es sowieso schon bin, oder ich gehe dann wieder in die Kommunikation und setze mich dann einen Augenblick auf einen bemoosten Baumstamm und freue mich und schicke noch einem Bruder, der MS hat, und einem anderen Bruder, der eine Räumungsklage hat, eine SMS, wo ich ihnen von Wundern und davon erzähle, was das für ein wunderbar gesegneter Tag ist, voller Wunder. Und das kann ich aus einer Erfahrung heraus tun. Ich schicke ihnen dann nicht eine schlaumeierische *Kurs*lektion, sondern ich schicke ihnen eine Erfahrung, die ich gerade gemacht habe. Und weil Geister verbunden sind, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass diese SMS bei ihnen ankommt. Nur noch als Lernhilfe. Ich bin dankbar für eine Welt voller Wunder, dankbar für diesen *Kurs*, dass ich ihn anwenden kann, dankbar

für die Lektion, die ich lernen konnte. Ich kann dann dankbar dafür sein, dass ich hingefallen bin, stell dir vor. Und das ist kein Zynismus, da muss ich mir auch nicht einen abringen. Da muss ich nicht gehorsam dankbar sein, sondern ich bin es von innen heraus, weil ich wieder mal gelernt habe, wie prächtig dieser *Kurs* funktioniert, wenn ich ihn anwende, und wie nah mir Jesus ist – ganz praktisch. Ich hätte ihn mit meinem Groll auch zum Teufel schicken können. Das hätte mir zwar nicht genützt, aber das Ego hätte mal wieder Recht gehabt. – »Heute erinnere ich mich an die Einfachheit der Erlösung, indem ich die Lektion bekräftige, dass es nur ein Problem und eine Lösung gibt. Das Problem ist ein Groll; die Lösung ist ein Wunder. Und ich lade die Lösung dadurch ein, zu mir zu kommen, dass ich den Groll vergebe« – das muss ich natürlich tun – »und das Wunder willkommen heiße, das an seine Stelle tritt.

Konkrete Anwendungsformen dieses Gedankens könnten folgendermaßen lauten:

Dies stellt ein Problem für mich dar,« – ganz konkret – *»das ich gerne gelöst haben möchte.«*

Ich muss in so einer Situation nur eins begreifen: Wenn ich sage: „Dies stellt ein Problem dar, das ich gerne gelöst haben möchte“, dann fängt die Zusammenarbeit mit dem Heiligen Geist an. Dann sagt Er mir: „Okay, Ich sage dir die Lektion, und du lehrst sie.“ Und das löst mein Problem. Nicht: *Ich* schiebe meinen Groll, und *Er* soll das Problem lösen – das funktioniert nicht –, sondern: Er sagt mir, wie ich meinen Groll aufheben kann. Und in dieser Zusammenarbeit erfüllt sich mein Wunsch, dass ich das Problem gern gelöst haben möchte. Wer erfüllt ihn? Ich – und mir wird geholfen. Ich kann natürlich nicht einfach im Groll bleiben und dann sagen: „Ja, siehst du, das funktioniert ja nicht.“ Eine kleine Bereitwilligkeit muss ich schon geben. Ich kann die Lösung nicht haben – ich muss sie geben. Aber es ist so wenig, was von mir verlangt wird. Mich einfach nur hinsetzen und jammern und glauben, dass Gott mir Seine Hilfe überstülpt ... das wird Er nie tun. Er wird mich nie entmündigen. Eine kleine Bereitwilligkeit muss ich schon geben. Ich muss meinen Mund schon benützen, und meinen Geist auch, das ist klar.

»Das Wunder hinter diesem Groll wird es für mich auflösen.

Die Antwort auf dieses Problem ist das Wunder, das es verbirgt.«

Die Antwort auf dieses Problem ist das Wunder, das das Problem verbirgt. Ich muss also das sehen wollen, was der Schmerz jetzt gerade verbergen will, und dann merke ich: Es ist gar nicht der Schmerz – es ist dieser Wust an Bedeutungen, die ich dem Schmerz gebe. Der Schmerz an sich ist harmlos; auch das ist eine Erfahrung, die ich machen kann. Und das könnte ich vielleicht manchmal bei ... ja, das ist wieder etwas, das kann ich sehr gut bei Kindern beobachten, allerdings auch bei Erwachsenen. Was ist Hypochondrie? Hypochondrie ist, wenn du eine kleine Krankheit mit einem Wust an Diagnosen und an Bedeutungen belegst, wenn du alles, was du in medizinischen Büchern gelesen hast, auf ein kleines Problem ablädst. Hypochonder sind Lehrer, die Unmengen medizinische Diagnosen lehren, während sie ein kleines Wehwehchen haben. Das ist Hypochondrie, das ist eine Wissenschaft für sich, das ist, wenn der Patient alles weiß, was der Arzt auch

weiß, und es sich selbst überstülpt. Oder, wenn du ein Kind hast: wenn es hinfällt und sich in einen Wahnsinns-Ärger hineinsteigert, dann werden die Schmerzen immer schlimmer und immer schlimmer. Oder ein Kind kommt das erste Mal in den Kindergarten und hängt sich an die Mutter und schreit und tobt und tut so, als ob die Mutter das Kind für immer verlassen würde – das ist die Bedeutung, die das Kind dem gibt. An sich geht die Mutter nur zum Einkaufen, macht in der Zwischenzeit ein Essen, macht sein Kinderzimmer sauber, tut alles fürs Kind und holt es nach drei Stunden wieder ab. Aber das Kind gibt dem eine Wahnsinnsbedeutung und kontrolliert seine Angst nicht. Das sind die Beispiele, die du eigentlich immer siehst. Es ist also nie das, was passiert – es ist nur die Bedeutung, die du dem gibst. Und das tut der Geist. Wie weit das geht? Jesus hat eine eindeutige Lektion am Kreuz gegeben, um zu zeigen, dass es keine Rangunterschiede gibt. Es gibt nichts, was du nicht berichtigen kannst. Nichts, was passiert, ist so, wie es passiert – das ist die Macht des Geistes. Und wer seinen Geist dafür benützt, allem, was passiert, eine böartige, kränkende, verletzende, erniedrigende, brutale, schmerzende Bedeutung zu geben, der hat die wirkliche Welt in ihrer Harmlosigkeit noch nicht entdeckt. Er *macht* das Problem, das vorher gar nicht da ist. Und wie weit geht die Berichtigung? Sie geht so weit, dass du irgendwann keine Welt der Schmerzen mehr machst.

»Lass mich erkennen, dass meine Probleme gelöst sind.

Ich scheine nur deshalb Probleme zu haben, weil ich die Zeit missbrauche.« – Auch das war ein Teil meines Lernens. Ich konnte lernen, dass ich die Zeit missbrauchen kann, das heißt, ich mache eine Zeit des Leidens, ich kreuzige mich, indem ich Zeit, die jetzt einfach da ist – ich lebe in der Zeit – missbrauche, indem ich einen Umstand (nämlich den, dass ich hingefallen bin), der in der Zeit passiert, mit Problemen belade, die ich überhaupt nicht haben muss. Dann leide ich in der Zeit. Das wäre ein Missbrauch der Zeit. Das Wort „Missbrauch“ können wir verstehen. Wenn du jemanden missbrauchst, dann fügst du ihm in der Zeit Leiden zu. Ich kann aber auch etwas anderes tun. Ich kann sehen, es ist ein Missbrauch einer Situation. Ich bin *nur* hingefallen. Warum soll ich diese Situation, meinen Körper missbrauchen? Womit tue ich das? Mit einer bösen Absicht. Die Absicht ist im Geist. Ich kann auch ein Kind *miss*brauchen – ich kann mit ihm einfach spazieren gehen, oder ich kann ihm Böses tun. Ich kann allein im Wald einfach spazieren gehen und kann den Spaziergang missbrauchen, mit Gedanken, die meinen Geist noch nicht verlassen haben, die ich in der Unwissenheit meines Geistes gelehrt habe. Und dann benütze ich Situationen, so wie ein Kinderschänder eine Situation missbraucht. In welcher Form? Ich kann es machen beim Spaziergehen. Ich muss in meinem Geist auf schieren Schrecken schauen. Ich muss mein vergangenes Lernen nützen, um es zu berichtigen. Und dann fallen mir natürlich auch solche Situationen ein, mir fällt aller Missbrauch ein. So kann ich meinen Brüdern helfen, und das hilft mir. Und meine Schmerzen werden weniger, weil ich allen Missbrauch in allen Formen in meinem Geist finde. Ich hätte dann auch zu meinem Kater noch ekelhaft sein können, vor lauter Schmerz, so wie ich zu mir ekelhaft gewesen wäre mit meinen Gedanken. Es erfordert schon eine große Achtsamkeit

im Geiste dessen, dem etwas passiert. Der Heilige Geist kann das nützen. Ich kann nur sehen, dass ich die Zeit missbrauche, und eine Situation und meinen Körper auch. Womit? Indem ich einen Abhang runter renne und dann mit dem Fuß umknicke? Nein, das ist nicht schlimm. Wozu hat der Körper ein Gelenk? Damit es umknicken kann? Ich könnte das auch anders nützen. Ich kann auch den Körper perfekt funktionieren lassen. Ich muss nicht meine kranken Gedanken auf den Knöchel projizieren, meinen Groll. Aber was mache ich, solange ich den Groll nicht auflöse? Ich projiziere ihn auf den Knöchel oder irgendwohin, willkürlich, völlig willkürlich, da wo es für mich gerade wirklich ist. Ich kann das auch bleiben lassen, wenn ich achtsam werde und den ganzen Prozess in meinem Geist finde. Und dann finde ich auch einen Menschen, der eine Situation missbraucht, um einem anderen Menschen wehzutun. Das ist genau derselbe Vorgang in meinem Geist, auch nach außen projiziert, nur auf eine andere Art und Weise. Da ist kein Unterschied zwischen dem, was ein Mörder tut, und dem, was ich tue. Ich tue es nur auf eine andere Art. Der Mörder ist mein Bruder. Der Gedanke stört ihn und stört mich, stört uns alle. Den muss ich berichtigen. Dafür ist die Situation da. »Wenn ich geheilt bin, bin ich nicht allein geheilt.«¹ Ich heile viele, in einem Akt der Nächstenliebe, und bin geheilt. Ich bin doch nicht allein im Wald! In diesem Wald vielleicht ja, aber in einem anderen Wald ... Wald ist Wald. Ich bin immer zur richtigen Zeit am richtigen Ort, denn es gibt nur eine Zeit und einen Ort. Und weil ich diese Gedanken gleich mit berichtige, weil die Gelegenheit günstig ist ...

Das hat doch der alte Buddha schon gesagt: Jede Situation ist die beste. Um was zu tun? Um alle Situationen in meinem Geist zu finden. Wenn es mir nur um meinen Schmerz geht – okay, dann geht es mir nur um meinen Schmerz –, dann bin ich allein im Wald. Wenn ich aber alle meine Brüder sehe, die da auch ihr Unwesen treiben, so wie ich es gerade treibe, dann kann ich das berichtigen. Ich muss nur mein Bedürfnis in einem anderen sehen. Und dann sehe ich: Wow, das sind gar nicht so wenig andere, das sind ganz viele! Und dafür benützen wir jetzt diese Session: um zu heilen, um mit vielen zu heilen. Und wenn du das hier geübt hast, dann fällt es dir vielleicht das nächste Mal ein, wenn du dir den Finger einwickelst, wenn du irgendetwas tust ... Das sind die Situationen, die du benützen kannst. – »Ich scheine nur deshalb Probleme zu haben, weil ich die Zeit missbrauche.« – Um mich von allem zu trennen, und der Schmerz sollte die maximal wirkliche Erfahrung sein, von allem getrennt zu sein. Ich kann aber auch die Trennung benützen, um mich mit allen zu vereinigen: wenn ich die Trennung berichtige, in meinem Geist. Und warum soll ich dann nicht in meinem Geist noch mehr Schrecken finden, auch all das, was jetzt in Wäldern passiert, kann ich berichtigen. – »Ich glaube, dass das Problem zuerst da ist und Zeit vergehen muss, bevor es gelöst werden kann. Ich sehe die Gleichzeitigkeit nicht, in der Problem und Antwort auftreten. Das liegt daran, dass ich bis jetzt noch nicht begriffen habe, dass GOTT Problem und Antwort an dieselbe Stelle legte, sodass sie durch die Zeit nicht getrennt werden können.« – Und da bin ich froh, dass ich

¹ Ü-I.137

das heute einen Augenblick erlebt habe, dass die Lösung, die Antwort da ist, wo das Problem ist. Ich kann nur *eine* Stimme hören – wenn ich das will. – »Der HEILIGE GEIST wird mich dies lehren, wenn ich IHN nur lasse.« – Und dann lehrt mich der Heilige Geist das auch; und so wie ich erlebe, dass ich augenblicklich heile, erlebe ich viele andere, die mit mir in dem Moment augenblicklich geheilt sind. Vorher sehe ich nur mich, und darum kann ich mir auch nicht vorstellen, dass andere heilen; weil ich ja sowieso nur mich sehe. Wenn ich aber nicht nur mich sehe, dann sehe ich auch die vielen, die mit mir heilen: weil ich ihnen Heilung gebe, die ich natürlich auch selbst will. Ich bekomme sie dann auch. – »Der HEILIGE GEIST wird mich dies lehren, wenn ich IHN nur lasse.« – Wie lasse ich Ihn lehren? Indem ich Ihn lehre. Denn Er kann nicht unabhängig von mir lehren. Er kann nur mit mir zusammen lehren. Ich muss Seine Gedanken denken, dann lasse ich Ihn lehren. – »Und ich werde verstehen, dass es mir unmöglich ist, ein Problem zu haben, das nicht bereits gelöst ist.«

Ich kann dich nur bitten: Sag über mich nie: „Ja, Michael, du bist ja weiter.“ Tu’s nicht; denn wenn du es bei mir tust – wie weit ist dann Jesus von dir entfernt! Also lass mich wenigstens jemand sein, der nicht weiter ist als du, der nix besser kann, der in keiner besseren Situation ist, der nicht weniger krank ist als du, sondern dem genau dasselbe passiert wie dir, der isst und trinkt und aufs Klo geht und sich an diesem Sieb gestern den Finger eingezwickelt hat; und da hat er genau dasselbe gemacht, und heute ist er umgeknickt und hat dasselbe gemacht, so wie du vielleicht dich morgen in den Finger schneidest oder übermorgen hinfallst oder irgendetwas tust. Lass uns einfach begreifen: Es ist keiner von uns weiter. Das Einzige, was wir brauchen, ist die Bereitwilligkeit, den Heiligen Geist das lehren zu lassen. Und das kannst du genauso wie ich, denn du kannst den *Kurs* lesen, du kannst ihn denken, du kannst ihn lehren, da ist zwischen dir und mir kein Unterschied mehr. Es gibt nichts, was ich besser kann als du. Und dann kannst du den Vielen helfen, indem du ihnen vertraust, dass sie das genauso gut können wie du, und das ist die Hilfe, die du ihnen anbietest. Wenn du aber bereits bei einem Bruder sagst: „Ich kann das nicht so wie der“, was ist dann mit deinen Brüdern? Dann gibst du denen kein Vertrauen. Das ist aber das Fundament, damit du selber überhaupt lehren kannst. – »Und ich werde verstehen, dass es mir unmöglich ist, ein Problem zu haben, das nicht bereits gelöst ist.« – Und genau das ist dann das Ergebnis. Du erlebst, dass dein Problem gelöst ist, wenn du erkennen willst, also wenn du diese beiden Schritte tust. Erst mal: »Lass mich das Problem erkennen, damit es gelöst werden kann.« Wie wird es gelöst? Durch dich, indem du das Problem löst, mit dem Heiligen Geist: „Von diesem Schmerz habe ich nichts. Dieser Schmerz hat mir nichts zu bieten.“ So *wird* das Problem gelöst, weil du es erkennst. Und der zweite Schritt ist dann: »Lass mich erkennen, dass meine Probleme gelöst sind.« Und wenn das in so einer Situation möglich ist, dann ist es in allen Situationen möglich.

»Ich brauche nicht darauf zu warten, dass dies gelöst wird.«

Eben, ich brauche nicht darauf zu warten. Ich muss es lösen – nicht darauf warten, bis es von jemand anderem, *dann*, von irgendjemandem gelöst wird, wenn ich dann endlich in die Praxis gehumpelt bin. Nein, eben nicht! Aber ich kann das, weil mir das einfällt, in meinem Geist finden und es als etwas sehen, wie ich die Zeit missbrauchen würde.

»Die Antwort auf dieses Problem ist mir bereits gegeben, wenn ich sie nur annehmen will.«

Dieser Schmerz bedeutet nichts. Das ist die Initialzündung, und dann muss ich in meinem Geist alles finden, was er bedeutet – für das Ego –, und muss es berichtigen. Die Antwort ist mir bereits gegeben, wenn ich sie nur annehmen will. Ich kann dieses Problem nicht von seiner Lösung trennen. Wenn ich sage: „Ich *kann* es nicht trennen“, dann spreche ich von einer Tatsache. Das wird mir sehr helfen. Denn wenn ich sage: „Ich kann es nicht trennen“, dann spiele ich nicht mehr mit diesen Möglichkeiten: „Ja, aber, was ist, wenn ich es doch trennen kann?“, sondern dann rede ich eindeutig, dann rede ich Tacheles, dann rede ich mit Überzeugung. In der Mathematik sage ich ja auch: „Ich kann das nicht mehr ändern – eins und eins *ist* zwei“, da rede ich ja auch Klartext. Und warum soll ich da nicht auch Klartext reden? Das wird mir helfen. Wenn ich sage, ich kann es nicht trennen, dann *kann* ich es nicht mehr trennen, das ist doch wunderbar! Dann werde ich es auch nicht mehr versuchen. Und dann werde ich die Stimme, die es dann trennen will, deutlich unterscheiden können von Der Stimme, Die mir ganz einfach sagt:

»Die Zeit kann dieses Problem nicht von seiner Lösung trennen.«

Das hat mir vorhin sehr geholfen, weil eine andere Stimme mir immer gesagt hat: „Na ja, da wirst du jetzt wahrscheinlich eine Weile mit einem geschwellenen Knöchel rumlaufen müssen.“ Na toll. Aber diese Stimme identifiziere ich nicht, es sei denn, ich lehre: *»Die Zeit kann dieses Problem nicht von seiner Lösung trennen«* – dann kann ich erkennen: Die andere Stimme trennt das Problem von seiner Lösung und benützt die Zeit dazu, auf eine ganz subtile, scheinbar vernünftige Art und Weise: „Na ja, und jetzt musst du halt ein bisschen langsam gehen, und du musst jetzt erst mal humpeln, und schau, ob du vielleicht einen Stock findest, und setz dich vielleicht erst mal hin ...“ Das sind gut gemeinte Ratschläge, die mich umbringen. Ich brauche *diesen* Satz¹ in der Situation. Und dann kann ich erleben, dass das Wunder in der Zeit stattfindet, aber es unterliegt nicht mehr den Gesetzen. Das ist die Theorie, die im Textbuch steht, in den Grundsätzen.² Wenn ich sie anwende, gehe ich direkt in die Erfahrung, dass die Zeit das Problem nicht von seiner Lösung trennt. Und ich kann dir sagen, ich bin sehr froh. Ich bin sehr froh, wenn Problem und Lösung augenblicklich funktionieren. Und die paar Minuten, die ich dann gebraucht habe, die haben sich wirklich gelohnt und die lohnen sich immer noch. Und was ist dann mit der Osteoporose? Die kommt nicht zum Wirken, weil ich ihr keine Bedeutung gegeben habe. Das ist einfach die Macht des Geistes. Das ist natürlich, weil ich es gelehrt habe. Es wäre unnatürlich, wenn ich es lehre und es funktioniert nicht. Das wäre dann übernatürlich,

¹ *»Die Zeit kann dieses Problem nicht von seiner Lösung trennen.«*

² Siehe T-1.I.48

wenn ich etwas lehre, was nicht funktioniert; das wäre inkonsequent. Es ist aber völlig klar, dass dieser *Kurs* konsequent ist, dass er folgerichtig funktioniert, dass er logisch ist. Allerdings hat er seine eigene Logik, das ist klar. Ich bin dann völlig tolerant, denn ich habe meine Toleranz auf Heilung programmiert. Ich bin der Heilung gegenüber völlig tolerant. Dem Schmerz gegenüber bin ich intolerant, das ist klar, da bin ich unwillig, aber nicht auf eine bekämpfende, defensive Art und Weise, sondern ich lehre ihn einfach nicht, ich berichte ihn.

»Lass mich das Problem erkennen, damit es gelöst werden kann.« – Ja, das war doch klar, die Situation hat eine Lösung erfordert. Ich musste allerdings die Zeit mit in die Lösung einbeziehen, damit die Lösung tatsächlich an Ort und Stelle ist. Denn was nützt mir eine Lösung, wo zwischen Problem und Lösung Zeit vergehen muss? Das wäre Missbrauch der Zeit. Ist es nicht wunderbar, so klar und so vernünftig denken zu können, wo Zeit, Problem, Situation, Körper, Geist, Heiliger Geist, Wald, Katze – alles, was mir einfällt –, die Vögel, der Waldboden, ... als Heilmittel benützt werden und mein vergangenes Lernen, das im Geist sich abspult, einfach nicht benutzt wird, weil ich es nicht lehre! Und dadurch löst es sich auf. Und die Ideen, die dahinter stehen, lösen sich auf, sie werden immer leiser. Und das, was passiert, bekommt eine andere Wirklichkeit, ohne dass sich deswegen der Wald verändert oder mein Körper verändert oder irgendetwas ist, ohne dass ich in einen anderen Traum gehe, an einen anderen Ort, sondern ich kann an Ort und Stelle heilen. Dann ist der Wald ein Ort des Friedens geworden. Ansonsten wäre ich da ganz schön im Groll gewesen. Das hätte sich sicher auf die Bäume ausgewirkt und auf die Vögel auch, nicht nur auf meinen Körper. Das ist ein morphogenetisches Feld, das da entsteht, und das dehne ich aus. Und dann hätte ich Japan anders wahrgenommen. Und so habe ich einen Augenblick an Japan gedacht und habe das auch anders wahrgenommen, was da passiert. Das ist klar; „das schlägt Wellen“, sagt man. Ich verdamme entweder die ganze Welt zu meinem Groll, oder ich erlöse sie davon. Warum sollte das nicht so sein? Warum sollte ich mich nicht darüber freuen, dass sich das so ausdehnt? Ich habe dich doch mit einbezogen – was glaubst du, wie viele meiner Brüder mir da währenddessen eingefallen sind! Ganz viele. Ich will diese Heilung mit dir teilen, darum beziehe ich dich ja im Geist da mit ein, und wenn du das jetzt nützt, dann sind wir gemeinsam geheilt. Und das nächste Mal werde ich froh sein, wenn *du* dich berichtigt. Wir können uns da sehr unterstützen, indem wir solche Erlebnisse auch einen Augenblick miteinander teilen. Es ist sowieso klar: Von mir aus hätte ich das nie tun können und habe ich es auch nicht getan. – »Ich sehe die Gleichzeitigkeit nicht, in der Problem und Antwort auftreten.« – Mit dem *Kurs* soll ich genau diese Gleichzeitigkeit sehen lernen. Und dann kann ich sehen: Gott geht wirklich mit mir, wohin auch immer ich gehe.¹ Er fällt mit mir hin, Er steht mit mir wieder auf, Er ist mit mir im Wald – ich muss es alles nur anders benützen. Er ist nicht abwesend. Keiner ist abwesend. Jesus auch nicht, ich muss Ihn nur nützen. – »Der HEILIGE GEIST wird mich dies lehren, wenn ich IHN nur

¹ Siehe Ü-I.41

lasse. Und ich werde verstehen, dass es mir unmöglich ist, ein Problem zu haben, das nicht bereits gelöst ist.« – Ich kann allerdings die Macht des Geistes benützen und mich von der Lösung trennen, zwar nicht in alle Ewigkeit, aber eine Zeit lang schon. Und diese Zeit kann ganz schön lang sein. Sie war auch ganz schön lang. Aber ich will sie jetzt immer öfter verkürzen.

»Ich brauche nicht darauf zu warten, dass dies gelöst wird.«

* * *

Es gibt kein Problem, das du dem nicht ganz einfach dazugesellen kannst, ohne dass du darauf warten musst, bis es gelöst wird, sondern du kannst es lösen – lernen. Es gibt zwei Beweisführungen. Jede hat aber ein völlig anderes Ergebnis. Du bist derjenige, der entscheidet, was er bewiesen haben will.