



# **GOTT identifiziert SICH mit dir, Bruder!**

(zu Lektion 219)

**Michael Ostarek**

**Mölmeshof, 7. August 2011, morgens**

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

© 2011 Michael Ostarek. Alle Rechte vorbehalten

Der folgende Text ist die fast wörtliche Abschrift der Session vom 7. August 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* (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

## GOTT identifiziert SICH mit dir, Bruder!

(zu Lektion 219)

Wir haben gestern Abend gehört: Wenn es Wunder gibt, dann müssen auch ihre Eigenschaften wunderbar sein.

Heutige Lektion: »Ich bin kein Körper.«<sup>1</sup>

Eine Lektion ist immer eine Berichtigung. Was berichtigt sie? Sie kann nur das berichtigen, was für dich *vorher* wirklich war. Weil der Körper für dich wirklich *ist*. Weil er für dich so wirklich ist, dass es ganz offensichtlich ist, dass du dich in jedem Augenblick für einen Körper hältst. Selbst in dem letzten Augenblick, selbst wenn du dich umbringen willst, hältst du dich für einen Körper. Denn wen bringst du um? Dich! Wen hängst du auf? Wen erträgst du? Wem gibst du Schlaftabletten? Wen erschießt du? Also ist der Tod immer der letzte Beweis dafür, dass du ein Körper warst!

In diese undurchdringliche, unentrinnbare Situation, wo der Körper für dich absolut wirklich ist, absolut, ohne jeglichen Zweifel ... warum tust du dich so schwer, zu akzeptieren, dass der Körper keine Heilung braucht? Das hat nichts mit deiner Krankheit zu tun. Das hat etwas damit zu tun, dass du glaubst, ein Körper zu sein. „Warum tust du dich so schwer, jemandem zu vergeben, was er *nicht* getan hat (dass deine Eltern dich zu wenig geliebt haben oder geschlagen haben oder dein Vater gestorben ist)?“ Das hat einzig und allein etwas damit zu tun, dass du dich absolut für einen Körper hältst. Ob du den Körper magst oder nicht, ist nur der Beweis dafür, dass du dich für einen Körper hältst. Es spielt also überhaupt keine Rolle, ob du deinen Körper magst oder nicht, ob er dir gefällt oder nicht, ob du Probleme damit hast oder nicht. Wir sind jetzt bei dieser vorletzten Lektion, um alle Blockaden, die du errichtet hast, aufzuheben. Sie können nicht zerstört werden, denn dein Geist hat kein zerstörerisches Potential. Das ist der letzte Grund oder der einzige, warum es einen Tod nicht geben kann, auch wenn er noch so offensichtlich ist. Jetzt ist ja der Körper auch offensichtlich.

Weil der Körper eine Illusion ist, die auf einem fehlerhaften Gedanken beruht, ist das Einzige, was du tun kannst, dich im *Geist* zu berichtigen – selbst wenn das für dich noch lange keine äußeren Wirkungen zu haben scheint. Aber wenn du damit nicht beginnst – dieser *Kurs* ist ein Beginn –, wenn du nicht da beginnst, wo du *nicht* verstehst, wo du *nicht* siehst, wo du *nicht* fühlst, wo du *nicht* hörst, also genau da, wo deine Wirklichkeit ist, wenn du da nicht beginnst, dann beginnst du ja gar nicht. So wie wenn du in der Schule ... selbst wenn du den Fehler hingeschrieben hast, das falsche Wort, die falsche Zahl, dann muss das da beginnen, wo du den Fehler gar nicht siehst. Es muss da beginnen, wo du ihn verursacht hast: in deinem Geist. Und darum ist dies nach wie vor und einzig und allein ein Geistestraining, wo du deinen Geist berichtigen lässt: »Ich bin kein Körper.« Das musst du sagen, *weil* du ein Körper bist in deinem Gewahrsein, sonst würde das ja gar

---

<sup>1</sup> Ü-I.219.1:1

keinen Sinn ergeben zu sagen: „Ich bin *kein* Körper.“ Verstehst du? Weil du total ein Körper bist, musst du sagen: „Ich bin keiner“, sonst würde sich ja die Lektion erübrigen. Wenn du ein Körper wärst, wäre es ja unsinnig zu sagen: »Ich bin kein Körper«, dann wäre das sinnlos. Weil er deine einzige Realität ist, im Guten wie im Bösen, im Leben wie im Tod, im Hungern wie im Fasten, im Sich-Wohlfühlen wie im Sich-total-Unwohlfühlen, im Relaxtsein – wer ist relaxt, Bruder? – wie im Gestresstsein, musst du dich sowohl berichtigen, wenn du relaxt bist, als auch, wenn du total gestresst und genervt bist. Und wenn du dich geliebt fühlst, musst du dich berichtigen. Und wenn du dich gehasst fühlst, musst du dich berichtigen. Und wenn du sterbenskrank bist, musst du dich berichtigen. Und wenn du dich pudelwohl fühlst wie ein Fisch im Wasser und auf dem Surfbrett vor Hawaii surfst, musst du dich berichtigen. Und wenn du gestreichelt wirst, musst du dich berichtigen – wenn du geschlagen wirst auch. Und wenn du schlägst, musst du dich berichtigen; und wenn du streichelst musst du dich berichtigen. Und wenn es dir schmeckt und wenn es dir nicht schmeckt, musst du dich berichtigen. Und wenn du dich einsam *fühlst*. Denn wer fühlt sich einsam? Wer ist das? Hundertprozentig: du als Körper. Er ist das, was Gott ist. Er ist die einzige Wirklichkeit, die einzige Realität, nur mit einem Unterschied: Gott verändert Sich nicht ständig. Gott nicht! Aber dein Gott verändert sich, sowohl als der, der du bist, als auch als Baum, als auch als Auto, als auch als anderer Mensch, als auch als Wasser, als Temperatur, als Helligkeit – als alles. Das ist so eine totale Wirklichkeit, dass Jesus das nur so ausdrücken kann: Das Ego ist Gott für das Ego, und der Körper ist dein Götze. Er ist das Symbol, und darum kannst du dir Gott nur als Körper vorstellen. Weil du ihn dir nur als Körper vorstellst, als Legion von Körpern, von Amöben über, ... bis hin zum Menschen (und selbst wenn du sämtliche Körper zerstören würdest, was du sowieso nicht kannst, denn die Sonne kannst du nicht mit Atombomben zerstören, weil du sie nicht erreichst, und die Venus auch nicht und den Mars auch nicht, also würden immer Körper übrig bleiben in deinem Gewährsein ...), musst du dich auf der Ebene, wo dein Geist einen falschen Gott buchstäblich anbetet und sich für einen Götzen hält, berichtigen. Dein Geist, dieser winzig kleine Teil, der verrückt spielt in der Ich-Form – dieses Ich muss sagen: »Ich bin kein Körper.« Das kann nur dieses Ich. Für wen ist das verpflichtend? Für dieses Ich: für dich.

*»Ich bin kein Körper. Ich bin frei.*

*Denn ich bin nach wie vor, wie GOTT mich schuf.»<sup>1</sup>*

*»Ich bin kein Körper. Ich bin frei.«* – Das berichtigt alles, ohne dass du das wahrnehmen kannst. Wenn du es wahrnehmen könntest in seiner Absolutheit, wäre es keine Berichtigung. Aber als deine letzte berichtigende Wahrnehmung hast du eine körper-lose Wahrnehmung, wo du nicht einen Körper siehst mit einem Antlitz (einen Hundekörper mit einem Gesicht, einen Menschenkörper mit einem Gesicht, eine Blume mit einer Blüte mit einem Gesicht, ein Auto mit einem Antlitz), sondern du siehst nur ein Antlitz. Nicht

---

<sup>1</sup> Ü-I. 6. Wh., Einl., 3:3-5

einen Körper mit einem Antlitz, sondern *nur* ein Antlitz – eine Widerspiegelung deines Geistes, und zwar dieses Geistes, der vorher das Ego war. Dieser kleine Teil ist nur ein Antlitz und spiegelt einen Augenblick wider, dass er kein Körper ist. Das Antlitz Christi, das ist nur eine Lektion. Das ist die letzte berichtigende Lektion, die dir das Ergebnis zeigt, dass dein Geist jetzt sich eben nicht mehr für einen Körper hält, für gar keinen mehr. Und darauf zielt dieser ganze *Kurs in Wundern* ab. Das ist dein Lernen. Das ist deine Erfahrung dann. Das ist deine Erlösung von einem völlig abstrusen Körper-Dasein in einer Vielfältigkeit, die so grandios ist, mit dermaßen großen Entfernungen dazwischen, zwischen dir und der Venus und dem Mars ... Und dann stellst du dir auch noch vor, es könnte im Weltall noch andere Planeten – womit? – geben. Ja, natürlich mit Körpern, mit Außerirdischen. Du kannst nur sehen, diese totale Gebundenheit an Körper, an die Idee „Körper“, die dich buchstäblich besessen macht. Das Einzige, womit du dich beschäftigst, ist: Welcher Körper? Wie sieht er aus? Was hat er? Was kann er? Wurde er geliebt? Wurde er nicht geliebt? Lebt er? Wie lange lebt er? Warum lebt er? Als was lebt er? Wie denkt er? Wie fühlt er sich? Was isst er? Was schmeckt er? Wie riecht er? Was kann man mit ihm machen? Kann man ihn essen? Lässt er sich essen? Ist es böse, wenn man ihn isst? Schmeckt er gut? ... Baah! Das ist einfach nur die Hölle. Das ist die Körper-Hölle. Das ist, was Leid ist. Es gibt keine Hölle außer einer körperlichen Hölle.

Alles andere ist der Himmel. Denn der Himmel ist frei, da sind keine Körper. Das kannst du dir nicht vorstellen, und darum brauchst du eine letzte Illusion von Körper: Das ist nur ein Antlitz. Nicht ein Engel – das ist schon wieder ein Körper mit einem schönen Antlitz. Nein! Manchmal hast du dann der Sonne ein Antlitz gegeben. Das kann sein, dass das mal Lernhilfen waren, weil Sonne als Licht assoziiert werden kann. – „Ich *bin* kein Körper.“ Das *kann* nur derjenige sagen, der kein Körper *ist!* Denn das ist die einzig wahre Aussage, die du über dich machen kannst. Alle anderen Aussagen, die sich auf einen Körper beziehen, sind prinzipiell falsch. Es hat für dich null Bedeutung, ob du ein männlicher oder weiblicher oder ein kranker oder ein gesunder oder ein schöner oder ein verletzter Körper bist. Das ist für dich überhaupt nicht relevant. Aber wie lange brauchst du, um die *Wahrheit* zu äußern? Wie kannst du sie wahrnehmen? Na, natürlich nicht mit dem Körper. Denn wie kann ich die Wahrheit, *dass* ich kein Körper bin, *mit* dem Körper wahrnehmen? Das wäre ja wohl absurd.

Also ist es eine Vision. Eine Vision ist eine *Schau* des Geistes – *Anblicke* gelten für Augen. Das Antlitz Christi siehst du nur mit deinem Geist. Du kannst mit deinem Geist sehen. Wenn du deine Augen schließt, und ich sage dir: „Schiefer Turm von Pisa“, dann siehst du den als Bild mit deinem Geist. Also kann dein Geist, wenn du Körpergedanken auf die Ebene des Geistes hebst, Körpergedanken sehen. Das hat mit den Augen gar nichts zu tun. Das ist aber nur, solange dein Geist an solche Gedanken glaubt und solche Gedanken wertschätzt. Wenn dir die Idee „Schiefer Turm von Pisa“ immer weniger bedeutet und du übst zu sagen: „Diesen Gedanken will ich nicht“, egal ob du schon mal am schiefen Turm von Pisa mit deinem Körper warst, egal ob du da beklaut wurdest oder

dich verliebt hast oder dir das Bein gebrochen hast oder dir überlegt hast, vom schiefen Turm runter zu springen oder irgend so etwas, wenn du keine dieser Gedanken willst, wenn du sie ersetzt hast – »... *stattdessen wähle ich: Ich bin kein Körper*«<sup>1</sup> –, dann wird diese Idee „Schiefer Turm von Pisa“ einfach nur verblassen, weil dein Geist sie nur als einen Schatten wahrnehmen kann, wenn überhaupt. Und wenn du sie ganz ersetzt hast (*»Ich bin kein Körper«*), wenn dein Geist ganz geheilt ist und der schiefe Turm von Pisa für dich null Bedeutung hat ... Wann hat er null Bedeutung? Wenn du immer gesagt hast: *»Diesen Gedanken will ich nicht. Stattdessen wähle ich: Ich bin kein Körper«*,<sup>2</sup> dann wurde dieser Gedanke ersetzt. Welcher Gedanke? Du hast dich nicht *vom* schiefen Turm von Pisa erlöst, sondern du hast dich *für* deine Wirklichkeit erlöst. – *»Denn ich bin nach wie vor, wie GOTT mich schuf.«*<sup>3</sup> – Und *für mich* haben Körpergedanken null Bedeutung. – *»Ich bin kein Körper. Ich bin frei. Ich bin GOTTES SOHN. Sei still, mein Geist, ...«* – Das kann ich zu meinem Geist sagen. Ich kann sagen: *»Sei still, mein Geist, und denke eine Weile darüber nach. Und kehre dann zur Erde wieder, ohne Verwirrung darüber, was mein VATER ewiglich als SEINEN SOHN liebt.«*<sup>4</sup> (Das ist jetzt nur in einer Zusammenfassung sozusagen der ganze *Kurs in Wundern*, in ein paar Sätzen.)

In dieser Lektion sage *ich* meinem Geist: *»Und kehre dann zur Erde wieder, ...«* Warum soll ich das sagen? Das hat nichts mehr damit zu tun, ob ich zur Erde wiederkehren will oder nicht – das sagt mir der Heilige Geist, dass ich das tun soll. Das ist nicht die Botschaft, die ich gemacht habe. Und das hat nichts mehr damit zu tun, ob ich auf der Erde sein will, weil es da so schön ist; es hat auch nichts mehr damit zu tun, dass ich „die Schnauze von der Erde voll habe und endlich zu Gott will“. *Es ist mein Pflichtkurs*. Wenn ich diesem *Kurs* folge, dann erfülle ich hier meine Aufgabe, und die hat nichts mehr mit meinem sowieso gespaltenen Ego-Willen zu tun, wo ich ... Wenn ich zur Erde will, dann will ich das sowieso nur aus egoistischen Gründen. Und wenn ich nicht mehr auf der Erde sein will, dann auch nur aus egoistischen Gründen: weil es mir hier nicht passt, weil ich krank bin, weil ich alt bin, weil ich Schmerzen habe. Das ist nicht der *Kurs*!

Und der *Kurs* ist auch nicht, dass ich die Erde für das Paradies halte und sage: „Ja, ich bin aber gern auf der Erde, da ist es aber so schön.“ Ich muss den ganzen Ego-Plan, der mich zur Erde gebracht hat und der mich, wenn ich nicht mehr will, von der Erde befreien soll, in den heiligen Augenblick bringen; er wird vollkommen ersetzt durch einen anderen Plan. Jetzt sage *ich* meinem Geist: *»Und kehre dann zur Erde wieder, ...«* Das sagt mir jetzt mein Lehrer. Warum? Weil ich hier, ohne Verwirrung darüber, was mein Vater ewiglich als Seinen Sohn liebt, zur Erde wiederkehren soll, um das zu lehren. Und dann habe ich hier eine Funktion, das ist klar. Aber das soll alle meine Gedanken ersetzen. „Ja, wahrscheinlich sollte ich zur Erde, und wahrscheinlich ... vielleicht wollte Gott ja

---

<sup>1</sup> Ü-I, 6. Wh., Einl., 6:2; 3:3

<sup>2</sup> Ü-I, 6. Wh., Einl., 6:2-3; 3:3

<sup>3</sup> Ü-I, 6. Wh., Einl., 3:5

<sup>4</sup> Ü-I.219.1:1-5

inkarnieren ...“, und diesen ganzen Nonsens, der auch in meinem Geist ist, den ich in irgendwelchen Religionen, in irgendwelchen New-Age-Büchern finde, den muss ich ersetzen. Denn das ist mein eigenes vergangenes Lernen. Auch das muss ich berichtigen. Jetzt muss ich völlig ohne Verwirrung darüber zur Erde wiederkehren, »*was mein VATER ewiglich als SEINEN SOHN liebt.*« Und dann benütze ich den Körper wirklich nur noch als ein Kommunikationsmittel. Dann ist die Erde nicht der Zweck, sondern dann ist das meine letzte Illusion, und ich kann meinen Brüdern in ihrer Verwirrung, die irgendwo sagen: „Ja, die Liebe wollte sich manifestieren ...“, denen kann ich sagen: „Nee, Bruder!“ – „Ja, aber warum bist denn du dann da?“ Dann kann ich sagen: „Schlag mal Lektion 219 auf!“, und dann kann ich dir sagen, dass ich gar nicht da bin, aber dass ich meinem Geist gesagt habe, er soll zur Erde wiederkehren, ohne Verwirrung. Ich habe das nur meinem Geist gesagt: „Ich bin nach wie vor kein Körper. Ich bin nach wie vor Gottes Sohn.“ Und es ist auch nicht so, wie in diesen New-Age-Büchern, dass ich hier eine Mission zu erfüllen habe, ich als der Körper, wo ich was weiß ich für Dinge dann tun muss. Sondern ich halte mich strikt an die Lektionen und füge dem nichts hinzu von meinem vergangenen Lernen aus irgendwelchen anderen Schriften; die brauche ich nicht mehr, die haben anderen längst gute Dienste geleistet. Ich kann das verstehen, denn ich kann lehren: »Ich bin kein Körper.« Und dann kann ich zum Beispiel nachschlagen im zweiten Teil:

»Was ist der Körper?

Der Körper ist ein Zaun,« – Er ist nur ein Zaun – »den der SOHN GOTTES sich einbildet, gebaut zu haben, um Teile seines SELBST von anderen Teilen abzutrennen.«<sup>1</sup>

Was ist der Körper? Wie wurde er gemacht? Wozu wurde er gemacht? Er wurde gemacht, um Angst erregend zu sein.<sup>2</sup> – Ach, darum habe ich schon als Kind immer Angst gehabt. Und darum haben mir andere Körper Angst gemacht. Warum hatte ich vor meinem Vater, vor meiner Mutter Angst? Diese alte Frage ... Spar dir deine Erklärungen. Nicht weil dein Vater so grobschlächtig war, nicht weil deine Mutter so ein Putzteufel war, nicht weil dein Lehrer so gebrüllt hat, so einen roten Kopf hatte oder so grobe Hände; nicht weil dein Nachbar so ein Choleriker war – sondern weil der Körper gemacht wurde, um Angst erregend zu sein. Und darum kannst du ja vor Fliegen schon Angst haben, und das erklärst du dann damit: „Na, das liegt daran, weil ich sehe, wie die Fliegen auf die Hundesch... gehen, und dann habe ich Angst davor, sie könnten mich anstecken.“ Nein, nein! Der Körper wurde gemacht, um Angst *erregend* zu sein. Das musst du erst mal begreifen, und dann kannst du sehen: Ja, Moment, ja, bin ich denn jeck? Das war ja verrückt! Natürlich war das verrückt. Ja, glaubst du, Gott kann Angst erregen bei dir? In Wahrheit nicht. Oder der Geist kann Angst erregen? Kann er nicht, denn ihm wohnt kein Angst erregendes Potential inne. Er kann nicht zerstören. Immer wieder: Dein eigenes vergangenes Lernen war wahnsinnig. Die Frage nach dem Warum erübrigt sich. Die

---

<sup>1</sup> Ü-II.5.1:1

<sup>2</sup> Siehe Ü-II.5.3:4

einzig sinnvolle Frage ist: Will ich das weiterhin denken? Will ich weiterhin wahnsinnig sein? – Warum habe ich den Körper gemacht? Sicher nicht, um lieben zu können, sicher nicht, um mich freuen zu können. Sicher, um Angst haben zu können, ganz sicher. Nicht, um leben zu können. Ganz sicher, um sterben zu können. Nicht, um vertrauen zu können, sondern um Angst haben zu können. Das ist wahnsinnig. Du kannst ja nicht glauben, dass du in dem *Kurs* aufgefordert wirst, ein vernünftiges Denksystem zu berichtigen oder dich von der Liebe zu erlösen. Nein.

Dann hast du versucht, die Wahrheit in die Illusion zu bringen, und fragst dich: Warum streichelt mich nicht jeder? Warum macht mein Vater mir Angst? – Weil du das so wolltest. – Warum macht Brot mir Angst? – Weil du das so wolltest. – Warum macht die Sonne mir Angst? Warum macht der Wind mir Angst? Das Meer, das Feuer, Tiger, Hunde, Katzen, ..., warum machen sie dir Angst? Weil du sie dafür gemacht hast. Die Frage ist die Antwort. Bring Frage und Antwort zusammen, und dann kannst du sie aufgeben. Aber du kannst nicht eine *andere Antwort* auf eine Frage geben, ohne dich zu verwirren. Und deine Erwartung, dass Körper nicht Angst bei dir erregen, die kannst du aufgeben. Sie müssen bei dir Angst erregen. Und darum hast du ja auch ständig Angst vor *deinem* Körper: dass *dein* Körper anderen nicht gefällt (oder zu sehr gefällt, sodass sie ihn missbrauchen), dass *dein* Körper nicht gesund ist, dass *dein* Körper alt werden könnte. Warum hast du diese Angst? Weil du den Körper dafür gemacht hast. Okay, das können wir auf der Ebene des *Lernens* verändern – sonst wärest du verdammt dazu. Aber du kannst die Angst nicht mit der Angst berichtigen. Denn die Ernährung, vor der du *keine* Angst hast, vor der hat ein anderer Angst. Also ist es nicht die richtige Ernährung, die dir hilft, die Angst vor deinem Körper zu überwinden, sondern du brauchst etwas ganz anderes. Und du brauchst nicht einen *anderen* Körper, damit du keine Angst hast (statt deinem Vater einen Freund, statt einem Hund, vor dem du Angst hast, sondern einen Katze, vor der du angeblich keine Angst hast, angeblich), sondern du brauchst eine Berichtigung in deinem Geist.

»Gemacht, um Angst erregend zu sein,« – Ursache – »muss der Körper dem Zweck dienen, der ihm gegeben ist.« – Und darum kannst du sehen, dass in dieser Welt der Vielfalt, selbst wenn der eine *davor* nicht Angst hat, dann hat er eben *davor* Angst. Es gibt keinen Menschen, der nicht vor irgendetwas Angst hat. Und jetzt sag: Das ist normal in diesem Denksystem. Das kannst du nur mit einem anderen Lehrer berichtigen. Denn es braucht diese Berichtigung. – »Gemacht, um Angst erregend zu sein, muss der Körper dem Zweck dienen, der ihm gegeben ist. Doch können wir den Zweck verändern, dem der Körper gehorchen wird, indem wir das verändern, wozu wir denken, dass er da ist.«<sup>1</sup> – Okay, und jetzt musst du den Zweck des Körpers verändern. Das heißt, du darfst nicht mehr ständig denken, dass er dazu da ist, Angst erregend zu sein. Und hier sind wir wieder bei diesen täglichen Übungen. Es wird von dir nicht zu viel verlangt – aber schau

---

<sup>1</sup> Ü-II.5.3:4



doch einfach mal vergebend auf Zucker. Er ist nicht dazu da, um bei dir Angst zu erregen. Schau doch mal wirklich vergebend auf *irgendein* T-Shirt und zieh's an. Verändere den Zweck deines Körpers und der Dinge. Schau vergebend auf deinen Vater. Du hast den Körper deines Vaters oder deiner Mutter gemacht, um Angst erregend zu sein. Jetzt verändere den Zweck. Mach's einfach konkret und sieh das nur als eine Lernhilfe. Und dann schau vergebend auf die Sonne und auf die Atmosphäre. Soll dieses Loch da, dieses Ozonloch, wirklich dazu da sein, um Angst bei dir zu erregen? Muss es immer irgendeinen Körper geben, der bei dir Angst erregt, oder kannst du kleine Lektionen lernen? Muss dieses Aspirin wirklich Angst erregen? Es nützt dir nichts, etwas zu wählen, was bei *dir* gerade keine Angst erregt. Finde dein Bedürfnis in einem anderen und entziehe dem Körper diese Wahnsinnsbedeutung. – »Doch können wir den Zweck verändern, dem der Körper gehorchen wird, indem wir das verändern, wozu wir denken, dass er da ist.

Der Körper ist das Mittel, durch welches GOTTES SOHN zur geistigen Gesundheit zurückkehrt. Obwohl er gemacht wurde, um ihn ohne Entrinnen in der Hölle einzuzäunen, so wurde doch das Ziel des HIMMELS gegen das Streben nach der Hölle eingetauscht. Und GOTTES SOHN streckt seine Hand aus, um seinen Bruder zu erreichen« – das bist in dem Fall du – »und ihm zu helfen, den Weg mit ihm entlangzugehen. Nun ist der Körper heilig.«<sup>1</sup> – Heilig heißt nur, er dient nicht mehr dem Zweck, um Angst erregend zu sein. Wenn du bemerkst, dass dein Körper Angst in dir erregt, dann entscheide dich doch mal gegen dieses Gefühl und richte dich nicht nach der Angst. Und bei irgendetwas wirst du bemerken ... du schaust auf irgendetwas – und übe doch diese kleinen Dinge. Da bringt dir jemand das falsche Essen – dein Körper erregt bei dir Angst –, das schmeckt dir nicht, das ist das falsche. Dann korrigiere doch die Angst und sage: „Moment, mein Körper ist dazu nicht da. Mein Körper dient einem anderen Zweck. Er soll bei mir nicht ständig Angst erregen.“ Das kannst du machen. Das ist die Freiheit, und dadurch wird der Körper zu einem anderen Mittel. Und weil er dadurch erst mal überhaupt zu einem Mittel wird für dich, kannst du allmählich bemerken, dass du gar nicht Angst bist, sondern Liebe, dass du der Sohn Gottes bist. Lass also nicht zu, dass dein Körper ständig das macht, wofür du ihn gemacht hast: um Angst bei dir zu erregen. Und dann kannst du bemerken, was Angst ist und wo sie herkommt. Weil du die Ursache gefunden hast. Welche Macht steht dir zur Verfügung, dass du diese Angst korrigieren kannst, dass du dich gegen sie entscheiden kannst? Und dann bemerkst du: Angst ist gar kein Gefühl, Angst ist wie ... ja, irgendwie hast du den Körper wie einen ... er soll ein Angstgenerator sein, der ständig anspringt, wenn jemand auf den Auslöser, auf den Startknopf drückt. Dann springt der Generator an, wenn du eine Katze siehst, wenn du Weißmehl siehst ... Wenn du irgend so etwas siehst, dann generiert dein Körper Angst. Dafür hast du ihn gemacht. Und dann kannst du sehen ... Es gibt Brüder, die können einen Handstand machen auf einem Seil in 50 Metern Höhe, und dir wird schon schwindlig, wenn du unten stehst; du bekommst Angst, wenn du zuschaust. Dafür hast

---

<sup>1</sup> Ü-II.5.3:5-4:4

du den Körper gemacht. Der Körper ist aber ein ganz und gar neutrales Ding.<sup>1</sup> Er kann nicht mal Angst generieren. Er kann sie gar nicht in dir erregen. Aber du bist wie ein Kind. Du gehst in den Keller, und da reagiert dein Körper mit Angst. Wenn du verstehst, warum der Körper das tut (weil du ihn dafür *gemacht* hast, dass er bei dir Angst erregt), dann sagt dir der *Kurs*: Okay, ... »Nur meine Verurteilung verletzt mich.«<sup>2</sup> – Weil ich mich zum Körper verurteilt habe. Und heute kommt der zweite Schritt: Und wofür habe ich den Körper gemacht? Um Angst zu erregen. Was passiert dann also? Ich habe Angst. Ich *bin* dann Angst. Es ist ein sehr kompliziertes logisches Lernen, das wir ebenso logisch rückwirkend wieder auflösen können. Und die vorletzte Lektion ist sozusagen die zweite Lektion – am Anfang, wo du begonnen hast, ein Körper zu werden. Das kannst du verändern, indem du sagst: Moment, wofür ist der Körper erst mal nicht da? Er ist erst mal nicht dafür da, dass ich ein Körper bin, und zweitens verändern wir jetzt den Zweck: Er ist nicht mehr dazu da, um bei mir Angst zu erregen. *Weil* er das nicht mehr ist, was er vorher war, muss ich es berichtigen. Ich muss es berichtigen, sonst bleibt es so, kraft meines Wunsches. Ich kann aber meinen Wunsch wieder aufheben, ich kann ihn rückgängig machen. Ein Wunder entfernt das, was ich gemacht habe. Und jetzt kann ich das in den Situationen, wo ich an sich der glückliche Schüler bin, der hier am Mölmeshof lebt oder der in Hannover lebt ... oder wo du jetzt gerade zuhörst ...

Ganz kleine Lektionen, wo du diese kleinen Ängste tatsächlich nicht relativierst und sie in Kauf nimmst, weil du in der Zeitung gelesen hast, dass anderen etwas viel Schlimmeres passiert, und du lediglich dankbar bist, dass dir das nicht passiert ist (das nützt dir nicht viel), sondern wo du begreifst: Moment, *für mich sind alle Dinge Lektionen*.<sup>3</sup> Ich erlaube meinem Körper nicht mehr, dass er Angst bei mir erregt, nur weil ich auf ein Stück Brot schaue, nur weil ich meine Eltern erinnere, nur weil ich eine Erinnerung an meinen alten Lateinlehrer habe oder an meinen Meister oder an meinen Exfreund oder weil ich etwas in der Zeitung lese. Ich kann aber wahrnehmen: Wenn ich etwas in der Zeitung lese, erregt mein Körper Angst. Jetzt weiß ich, warum. Und solange ich der Körper bin, erregt er bei *mir* Angst. Ich will natürlich Angst nicht haben, das ist ganz klar; aber ich muss begreifen, wo sie herkommt. Und jetzt kann ich sehen ... was ist das eigene Herz dieses Körpers? Es soll diesen Generator in Gang halten, die Atmung, die Ernährung und so weiter. Was glaube ich? Wenn der Körper gestorben ist, habe ich keine Angst mehr. Der Körper ist aber eine Idee in meinem Geist. Also muss ich sagen: »*Sei still, mein Geist, ...*« – „Sei still, mein Geist“, heißt letztendlich auch: „Komm, hör auf, solche Ideen zu denken! Hör mal auf damit, ständig zu denken: ‚Ich bin ein Körper.‘ Sei mal still, mein Geist. ›Ich bin kein Körper. Ich bin frei.‹“ Wenn mein Geist laut ist, denkt er, er ist ein Körper. Wenn er still ist, dann denkt er das nicht mehr. Da ist keine Aufregung mehr. Da wird keine Angst mehr erregt. – »*Sei still, mein Geist, und denke eine Weile darüber nach.*« –

---

<sup>1</sup> Siehe Ü-II.294

<sup>2</sup> Ü-I.198

<sup>3</sup> Siehe Ü-I.193

Worüber? – »*Ich bin GOTTES SOHN.*« – Während ich darüber nachdenke, bemerke ich, habe ich gar keine Gedanken. – »*Und kehre dann zur Erde wieder, ohne Verwirrung darüber, was mein VATER ewiglich als SEINEN SOHN liebt.*«<sup>1</sup> – Ohne Verwirrung darüber, was mein Vater als Seinen Sohn liebt. Mein Vater liebt nicht meinen Körper. Er liebt mich nicht als Körper. Er hasst mich auch nicht als Körper, denn mein Vater hasst nicht. Er liebt mich ewiglich als Seinen Sohn. Und darüber muss ich einen Augenblick keine Verwirrung haben. Er liebt mich also so, wie ich wirklich bin. Und dann benütze ich den Körper wirklich nur noch als Kommunikationsmittel, um das zu sagen. Und versuche meinen Körper nur im Reden und im Tun ...

Wobei die Ebene der Kommunikation keine Rolle spielt, solange sie hilfreich ist, zu lehren, dass ich kein Körper bin. Und darum muss ich den Körper von jeder Idee, er soll bei mir Angst erregen, befreien. Ich muss im Kleinen anfangen und einfach mal ein Eis essen können, das nicht mein Lieblingseis ist, und es vielleicht mal jemandem überlassen, dass er mir das Eis aussucht. Warum? Ja, um zu bemerken, dass sogar da mein Körper bereits Angst generiert. „Das mag ich aber nicht. Ja, *muss* ich denn das essen?“ Wie wäre es, wenn ich die Angst kontrolliere? Ich muss solche Dinge tun, damit ich meinen Körper anders erlebe. Und das ist eine körperliche Erfahrung, wo der Körper so leicht wird, wo der Körper so perfekt funktioniert, wenn er nicht bei jedem bisschen Angst erregen soll. Ich werde dann erst begreifen, dass ich tatsächlich Angst habe, Himbeereis zu essen anstatt Erdbeereis. Das muss ich mal erleben. Wenn ich diese Angst kontrolliert habe, dann kann ich jede Angst kontrollieren – wenn ich es *einmal* getan habe. Dann erst funktioniert mein Körper so, wie Gott will, dass er funktioniert. Und dann kann ich in anderen Situationen, wenn ich mal große Schmerzen habe, wenn ich mal eine Zeit lang nicht gehen kann, wenn ich müde bin, dann kann ich sehen: Moment, was macht denn mein Körper da gerade wieder? Das ist nicht seine Funktion. Und dann dehne ich mein Lernen in Bereiche aus, die ich mir vorher gar nicht vorstellen konnte. Das ist es, wo ich dir dann immer sagen kann, ich dehne das in Bereiche aus, wo ich ... Ja, was passiert denn, wenn ich morgens aufwache und meine Beine sind pelzig? Na, mein Körper generiert Angst bei mir, dass ich nicht aufstehen kann, dass meine Krankheit vielleicht wieder schlimmer wird. Und die Lösung ist doch dann nicht: „Och, dann mache ich es mir im Bett bequem.“ Na, eben nicht! Und die Lösung ist auch nicht, dann jemanden zu haben, der mir ein Teechen bringt. Das ist nicht die Lösung. Das kann eine magische Hilfe sein, die ich mal eine Zeit lang in meiner Not in Anspruch nehme, wenn ich vergebend darauf schaue. Aber letztendlich bin ich heilfroh, dass ich diese Lektion so gelernt habe, dass ich das (ich, der Michael, ja, du hörst richtig) in Bereiche ausdehnen konnte, die ich mir früher gar nicht habe träumen lassen. Das kannst du nicht mehr wahrnehmen, aber ich kann es wahrnehmen. Das ist meine Wahrnehmung. Woran kannst du es beobachten? Du kannst es hören und kannst es mir glauben und kannst sehen, dass ich dabei sehr froh und sehr glücklich bin.

---

<sup>1</sup> Ü-I.219.1:3-5

Ich weiß, wann der Körper perfekt funktioniert. Aber ich weiß auch: Wenn ich nicht klein anfangen, dann werde ich es im Großen nicht erreichen können. Und ich weiß, dass es für mich noch mehr zu lernen gibt in puncto „Macht der Heiligkeit“. – »Und dann kebre zur Erde wieder, ohne Verwirrung darüber, was mein VATER ewiglich als SEINEN SOHN liebt.« – Und lehre deine Brüder, dass sie tatsächlich kein Körper sind – und dass das in kleinen Lektionen möglich ist. Aber solange du glaubst, die Lektionen der Liebe seien lieblos, was du am Anfang hundertprozentig glaubst, weißt du noch nicht, was die Lektionen der Liebe sind. Und darum ist es sehr wohl nötig, die Angst zu kontrollieren und völlig anders über den Körper zu denken. Und denk nicht, du hast ihn aus Liebe gemacht, damit er bei dir Liebe erregen soll. Genau das Gegenteil – sonst hättest du das nicht ständig so erlebt. Und die Erwartung, dass andere deinen Körper lieben sollen, die kannst du dir wirklich sparen. Da musst du erst mal anderen Geistes werden. Und du kannst sehen: Nicht mal, wenn dein Körper schön ist, wird er geliebt. Nicht mal, wenn er klein ist, wird er geliebt. Das war nicht der Zweck. Und weil es nicht der Zweck war, ist alles, was du vorher gelehrt hast, komplett wahnsinnig und muss heilen. Es war nicht *teilweise* wahnsinnig – es war *ganz* wahnsinnig. Und es ist so eine wunderbare Erfahrung, zu erleben, wenn du diese kleinen Schritte am Anfang dieses *Kurses* ... Sei wirklich ein kleines Kind, das heißt, mach die kleinen Schritte! Aber wenn du, wenn es darauf ankommt, so tust, als ob du der Große wärst, und sagst: „Ja, diese kleinen Schritte, ja, ich werde doch wohl noch mein Eis mir selber aussuchen dürfen ...“, da wirst du nichts lernen, gar nichts. Wenn du da nicht einem Bruder dankbar bist, wenn er dir diese kleinen Lektionen ermöglicht, wie willst du dich dann von deinem Leiden befreien? Von deinem alltäglichen Leiden, das immer schlimmer wird, je älter du wirst, das ist doch völlig klar.

Wie willst du dich von den Verletzungen befreien, die du als Kind schon erlebt hast? Ich bin nicht derjenige, der irgendwelche Kindheitsverletzungen verharmlost. Ich bin nicht derjenige, der Beziehungsprobleme verharmlost. Ich weiß sehr wohl, wie schlimm es ist, von jemandem verlassen zu werden und um jemanden, den man liebt, jahrelang zu trauern. Ich bin nicht der Lehrer, der das verharmlost, täusch dich nicht! Ich bin derjenige, der die Notwendigkeit *sieht*, das alles zu berichtigen! Aber ich sehe auch, dass es auf die Weise, wie Menschen das versuchen, überhaupt nicht berichtigt wird. Es wird aufgepuscht oder verharmlost, aber es wird nicht berichtigt. Ich will nicht mehr darunter leiden, dass ich ... Wie alt war ich? 17, nee 19 war ich, als meine erste Freundin, die ich total geliebt habe, das Mädels, wo ich das erste Mal Sexualität erlebt habe ... und dann erfahre ich einen Monat später, dass sie mit ihren Eltern nach Italien zieht. Ja, die war auf einmal weg! Ja, was meinst du, wie es mir ging? So etwas will ich doch nicht verharmlosen! Das sind wirkliche Beziehungen, die ich gemacht habe. Und ich sage auch nicht: „Na ja, damals war ich 19.“ Was soll denn das? Ich werde doch Liebe nicht einfach vergehen lassen oder zerstören, egal aus welchem Grund ich diese Beziehung gemacht habe. Ich habe den *Kurs* gelernt. Das ist eine Beziehung, die muss heilen. Da muss in meinem Geist etwas heilen. Und wenn ich von anderen höre, dass sie von ihren Vätern

missbraucht wurden – ja, das muss doch heilen! Das ist doch nicht ein Kurs in Verharmlosung irgendwelcher Dinge, ganz im Gegenteil. Und darum muss meine Abneigung gegen Erdbeereis heilen. Ich muss überhaupt lernen, dass der Körper nicht mehr diesem Wahnsinns-Zweck dienen soll, den ich gemacht habe. Und meine Farce von Liebe: „Na ja, dann gönne ich mir eben Himbeereis“ – na, also komm, diese Kindheit muss ja wohl irgendwann mal vorbei sein! – oder: „Dann suche ich mir halt endlich den Partner, der bei mir bleibt“ – na, komm, ist doch albern, das ist doch keine Hilfe! – oder: „Dann suche ich mir die Medikamente, die mir helfen, und dann spare ich so lange, bis ich mir einen Chefarzt leisten kann ...“ – das ist doch Käse. Um so wenig wirst du doch nicht jeden Tag bitten wollen. *Du bist von Gott geliebt!*

Was du begreifen musst, ist, dass nur *vollkommene Liebe* deiner würdig ist und dass nur *vollkommene Heilung* das Ziel des *Kurses* ist. Ich spreche doch nicht so über die Psychologie oder über menschliche Verhaltensweisen, weil ich eigentlich will, dass es dir überhaupt schlecht geht und du gar nicht heilst. Das wäre doch gnadenlos. Es ist doch nicht so, dass ich dir das T-Shirt nicht gönne. Es geht darum, wirkliche Heilung zu *bewirken*, Wunder anstelle von Magie, heilige Beziehungen anstelle von besonderen Beziehungen, vollständige Vergebung anstelle von irgendwelchen guten Urteilen. Wirkliche Gaben, wirklicher Frieden (nicht irgendwelche Friedensbemühungen). Darum ist dieser *Kurs* verpflichtend: weil Gott überhaupt nicht will, dass irgendjemand leidet, auch nicht im Gewahrsein des Körpers, eben nicht. Also müssen wir den Zweck des Körpers immer wieder verändern, immer wieder, und unsere Lektionen lernen. Denn Gott will, dass du glücklich bist, sogar als Schüler. Nicht erst, wenn du wieder *erkenntst*, sondern während du noch Lehrling bist, Schüler bist, sollst du lernen, glücklich zu sein, weil dein Lernen dich beglückt. Dieses Glück sollst du mit anderen teilen können. – »*Und kehre dann zur Erde nieder, ...*« – Ja, aber diesmal wirklich froh – »... *ohne Verwirrung darüber, was dein VATER ewiglich als SEINEN SOHN liebt.*« – Fühl einen Augenblick die Macht und die Güte, von der Gott will, dass du sie als eine Gabe empfängst und sie lernst zu geben und anzuwenden.

»*Ich bin kein Körper. Ich bin frei.*« – Nimm dir doch mal die Freiheit, das wirklich so zu meinen. – »*Denn ich bin nach wie vor, wie GOTT mich schuf.*«<sup>1</sup>

\* \* \*

Es ist so schrecklich, ständig verwirrt zu sein bezüglich dessen, wer du bist, und innerhalb der Verwirrung wahre Aussagen über dich machen zu wollen. Das hast du doch gar nicht nötig.

»Gerätst du in Versuchung, beeile dich, dein Freisein von Versuchung zu verkünden, indem du sagst:

*Diesen Gedanken will ich nicht.*« – Sag es doch einfach mal wirklich mit voller Absicht:

»*Diesen Gedanken will ich nicht. Stattdessen wähle ich: Ich bin kein Körper. Ich bin frei.*«

---

<sup>1</sup> Ü-I.6. Wh., Einl., 3:3-5

Und wiederhole darauf den Gedanken für den Tag, und lass ihn den Platz dessen einnehmen, was du dachtest.«<sup>1</sup> – Egal, was das war. Und dann höre, was Jesus noch sagt: »IHM biete ich diese Wiederholung für dich an. Ich übergebe dich SEINER Obhut und lasse IHN dich lehren, was du tun und sagen und denken sollst, jedes Mal, wenn du dich an IHN wendest. ER wird dir jedes Mal, wenn du IHN um Hilfe anrufst, zur Verfügung stehen. Wir wollen IHM die ganze Wiederholung anbieten, die wir nun beginnen, und lass uns auch nicht vergessen, WEM sie gegeben wurde, wenn wir jeden Tag nun üben und zu dem Ziel, das ER uns vorbestimmt hat, fortschreiten, indem wir IHN uns lehren lassen, wie wir gehen sollen, und IHM voll und ganz vertrauen, was die beste Art angeht, aus jeder Übungszeit eine Liebesgabe der Freiheit für die Welt zu machen.«<sup>2</sup>

Und dann ist der Körper »das Mittel, durch welches GOTTES SOHN zur geistigen Gesundheit zurückkehrt. Obwohl er gemacht wurde, um ihn ohne Entrinnen in der Hölle einzuzäunen, so wurde doch das Ziel des HIMMELS gegen das Streben nach der Hölle eingetauscht.« – Das Streben der Hölle ist immer, bei dir Angst zu erregen. – »Und GOTTES SOHN streckt seine Hand aus, um seinen Bruder zu erreichen ...

Identifiziere dich mit der Liebe, und du bist sicher. Identifiziere dich mit der Liebe, und du bist zu Hause. Identifiziere dich mit der Liebe, und finde dein SELBST.«<sup>3</sup>

»Denn ich bin nach wie vor, wie GOTT mich schuf.« – Das ist wahre Selbstidentifikation. Das hast du normalerweise gar nicht nötig, denn Gott Selbst identifiziert Sich mit dir, Bruder. Sei dir da ganz sicher. Er tut das immer. Und warum solltest du das nicht auch tun?

---

<sup>1</sup> Ü-I.6. Wh., Einl., 6:1-4. (»Ich bin kein Körper. Ich bin frei« an dieser Stelle vom Sprecher eingefügt)

<sup>2</sup> Ü-I. 6. Wh., Einl., 7

<sup>3</sup> Ü-II.5.4:1-3; 5:6-8