

**Gregor Geißmann
und Gudrun Stammeler**

Das Jahr zur Wirklichen Welt



**Kommentare zum Kurs
Teil I**

Gregor Geißmann
Gudrun Stammler

Das Jahr zur Wirklichen Welt

Kommentare zum Kurs
Teil I

Das Jahr zur Wirklichen Welt

Copyright © 2013 Gregor Geißmann und Gudrun Stammler

Alle Texte und Bilder sowie ihre Arrangements unterliegen dem Urheberrecht und anderen Gesetzen zum Schutz geistigen Eigentums. Sie dürfen nicht für Handelszwecke gedruckt, kopiert, verändert und auf anderen Web-Sites verwendet werden. Einige Seiten enthalten Zitate, die dem Urheberrecht der Rechteinhaber von *Ein Kurs in Wundern* unterliegen.

Die Kommentare beziehen sich auf den Übungsteil des Buches *Ein Kurs in Wundern*. Sie sind eine Überarbeitung und Ergänzung der Kommentare, die sich seit 2008 auf www.globalchange.de befinden.

Ein Kurs in Wundern ist erschienen bei:

Greuthof Verlag und Vertrieb GmbH, Freiburg i. Br.

Ein Kurs in Wundern ist Teil einer eingetragenen Wort-/Bildmarke der Foundation for A Course In Miracles, Inc., Temecula, Calif., US.

Die Inhalte und Schwerpunkte der Kommentare in diesem Buch entsprechen den persönlichen Meinungen der Autoren, die nicht mit der Interpretation der Rechteinhaber von *Ein Kurs in Wundern* übereinstimmen müssen.

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort.....	5
Vorbemerkung.....	6
Die Praxis.....	7
Januar.....	9
Februar.....	41
März.....	70
April.....	102
Mai.....	133
Juni.....	165
Juli.....	196
August.....	228
Teil II des Übungsbuches.....	237
Die Autoren.....	249
Ausführliches Inhaltsverzeichnis.....	250

Geleitwort

Diese Kommentare sind – abgesehen von wenigen Ausnahmen, bei denen eigene Erfahrungen mit einfließen – bewusst in einer Art »unpersönlicher Ich-Form« geschrieben, da immer nur »Ich« es sein kann, der aufgefordert ist, den Kurs zu lernen.

Bei der Schreibweise haben wir uns weitgehend an der Logik von Kenneth Wapnick, *Foundation for A Course In Miracles*, welcher den Kurs redigiert hat, orientiert: Nomen und Pronomen, welche sich auf die drei »PERSONEN« der EINHEIT beziehen, werden demnach in Kapitälchen wiedergegeben. Ausnahmen bilden Nomen und Pronomen, die den SOHN GOTTES in seinem scheinbar getrennten Zustand beschreiben. Auch andere Worte wie »HIMMEL«, welche sich direkt auf die DREIEINIGKEIT beziehen, werden in Kapitälchen geschrieben, deren Pronomen in der Regel jedoch nicht. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir VERSALIEN (Großbuchstaben) statt KAPITÄLCHEN.

Kursuntypisch wurden mitunter einige weitere Worte und Ausdrücke abweichend von der beschriebenen Regelung in Großbuchstaben wiedergegeben, beispielsweise: »JETZT« oder »ich BIN«. Insgesamt wurde aber versucht, darauf zu achten, den Text gut leserlich zu gestalten.

Für alle Original-Zitate aus dem Kurs wurde die Greuthof-Ausgabe von 2004 (6. Auflage) als Vorlage genommen. Die verwendeten Bibelzitate entstammen der Lutherbibel von 1912 (sofern nicht anders vermerkt).

Ein herzliches Dankeschön geht an Allen Watson vom *Circle of Atonement*, dessen Kurskommentare wertvolle Inspirationen lieferten!

Nottuln/Mainz, im Dezember 2013

Gregor Geißmann

Gudrun Stammeler

Vorbemerkung

Die folgenden Kommentare beschäftigen sich mit dem Übungsbuch, Teil I, von *Ein Kurs in Wundern* (Lektionen 1 bis 220). Zu jeder einzelnen Lektion werden Ergänzungen angeboten. Es ist aber kein eigenständiges Lehrbuch, die Kommentare sollten daher möglichst nur im Zusammenhang mit den Lektionen des Kurses verwendet werden. Das vorliegende Material kann zur Begleitung und auch als Erinnerungsstütze genutzt werden, wird aber die Originallektionen auf keinen Fall ersetzen können!

Ein Kurs in Wundern entstand in der Zeit von 1965 bis 1972. Er wurde von Helen Schucman, einer Professorin für klinische Psychologie an der medizinischen Fakultät der Columbia University in New York, nach dem Diktat einer »inneren Stimme« aufgeschrieben. »Der Kurs«, wie er oft kurz genannt wird, ist ein spirituelles Lehrbuch, das einer rein nicht-dualistischen Tradition folgt, dabei aber eine christliche Terminologie benutzt. Er legt diese – ursprünglich also aus einem dualistischen Kontext stammenden – Begriffe jedoch bewusst auf eigene Weise aus. Sein Ziel ist ein tief greifender Geisteswandel des Lernenden. Das Mittel dazu ist das Wunder, welches in aller Regel jedoch nichts mit sogenannten übernatürlichen Phänomenen zu tun hat.

Ein Kurs in Wundern besteht aus einem Textbuch, das die theoretische Grundlage des verwendeten Denksystems darlegt, einem Übungsbuch, das in Form von 356 Lektionen die vorgestellten Grundgedanken praktisch umsetzt sowie einem Handbuch für Lehrer mit Erläuterungen zu häufig gestellten Fragen.

Die Praxis

Textbuch und Übungsbuch von *Ein Kurs in Wundern* gehören zusammen. Ohne die Erläuterungen des Textbuches fehlt den Übungen das Fundament, und ohne die Durchführung der Übungen bleibt das Textbuch eine akademische Erläuterung ohne Wirkung. Was jedoch nicht bedeutet, dass erst das Textbuch komplett gelesen werden muss, bevor mit den Übungen begonnen werden kann. Im Handbuch für Lehrer heißt es dazu am Ende des ersten Absatzes von Kapitel 29: *»In manchen Fällen mag es für den Schüler hilfreich sein, zuerst das Handbuch zu lesen. Andere tun vielleicht besser daran, als erstes mit dem Übungsbuch zu beginnen. Wieder andere brauchen vielleicht einen Einstieg auf der abstrakteren Ebene des Textbuchs.«* Das Vorgehen ist also individuell, jedoch sollte bei Übungsbeginn das Textbuch parallel oder zumindest im Anschluss dazu gelesen werden.

Die Regeln zur Durchführung der Übungen des Kurses sind sehr einfach:

- Führe nur eine Übung pro Tag durch.
- Folge den praktischen Anleitungen für die jeweilige Übung sorgfältig.
- Schließe nichts und niemanden aus eigenem Gutdünken bei der Übung aus: Keine Person, keinen Gegenstand, kein Ereignis.

Die Wirksamkeit der Übungen hängt von ihrer *Anwendung* ab. Die vorgestellten Leitgedanken des Kurses in den Lektionen sind keine Glaubenssätze oder Affirmationen, welche auswendig gelernt werden müssen. Es ist auch nicht notwendig, den Erläuterungen zu glauben oder die vorgestellten Konzepte anzunehmen. Es wird sogar Zusammenhänge und Erläuterungen geben, denen man sich aktiv widersetzt. Das alles spielt keine Rolle. Einzig und alleine die praktische Anwendung ist für die Wirksamkeit entscheidend. *»Erlaube dir aber nicht, bei der Anwendung der Gedanken, die das Übungsbuch enthält, Ausnahmen zu machen, und wende sie an, was auch immer deine Reaktionen auf diese Gedanken sein mögen. Nicht mehr als das ist erforderlich«* (Ende der Einleitung im Übungsbuch, Teil I).

Die nachfolgenden Kommentare sollen dabei helfen, zum näheren Verständnis der einzelnen Lektionen beizutragen. Bei der Kapitel-Aufteilung wurde davon ausgegangen, dass am ersten Januar mit dem Jahresprogramm begonnen wird (wobei dies natürlich keineswegs zwingend erforderlich ist). In den Überschriften ist daher das jeweilige Datum zu der aktuellen Lektion aufgeführt.

Das Jahresprogramm von *Ein Kurs in Wundern* ist ein Anfang, kein Ende. Es führt zu einer individuellen Übungspraxis, die keiner festen Struktur mehr folgt, sondern der Führung des HEILIGEN GEISTES untersteht. Ziel dieses Programms ist es, mich bei meinen alltäglichen Tätigkeiten mehr und mehr auf IHN zu verlassen, denn die Lektionen werden mir zeigen, dass ER mich begleitet und in allem unterstützt. Die Kommentare dieses Buches können daher auch weiterhin als Einstieg in die tägliche Hinwendung an IHN genutzt werden.

In den folgenden Kommentaren kommen Original-Zitate aus *Ein Kurs in Wundern* vor. Die Quellenangaben folgen dabei dem kursüblichen Schema (Beispiele):

- | | |
|--------------|---|
| T-12.III.5:2 | Textbuch, 12. Kapitel, Abschnitt III, 5. Absatz, 2. Satz |
| Ü-I.50.3:2 | Übungsbuch, Teil I, Lektion 50, 3. Absatz, 2. Satz |
| H-10.2:3 | Handbuch für Lehrer, Abschnitt 10, 2. Absatz, 3. Satz |
| B-3.4:3 | Begriffsbestimmung, Begriff 3, 4. Absatz, 3. Satz |
| L-2.II | Lied des Gebets (Ergänzungen zum Kurs), Kapitel 2, Abschnitt II |

Januar

Die anfänglichen Lektionen des Kurses sind zeitlich nur sehr kurz und mögen auf den ersten Blick nicht unbedingt sehr inspirierend wirken. Aber sie sind die wichtigen ersten Schritte, um das Ego-Denkensystem infrage zu stellen.

Schon in den ersten Lektionen werden tief verwurzelte »Wahrheiten« hinterfragt und in Zweifel gezogen. Es sind die ersten kleinen Schritte, die gegenwärtigen Überzeugungen und Vorstellungen aufheben zu lassen, um Raum für die WAHRHEIT im Inneren zu schaffen und auf das eine Ziel auszurichten.

Kommentar 1

1. Januar

Ich bin mir so sicher, dass ich viele Dinge verstehe und merke dabei nicht, dass dies nur die Arroganz des Ego-Denkensystems ist, mit dem ich mich identifiziere. In Wirklichkeit kenne ich die Bedeutung der Dinge nicht, die ich sehe. Ich merke nicht, dass alles, was ich sehe, in meinem erlernten Weltbild wurzelt, und daher eine Illusion sein muss, die keine Bedeutung in sich selbst hat. (In der indischen Mythologie ist *Maya*, die Mutter der Welt und Schöpferin des Universums, die Göttin dieser Illusion.) Mein fester Glaube an und mein absolutes Vertrauen in mein Verständnis dessen, was ich gelernt habe, hindert mich jedoch daran, das zu akzeptieren. Ich bin dermaßen stolz auf das, was ich gelernt und zu »meiner Erfahrung« gemacht habe, dass ich glaube, die Bedeutung der Dinge, Umstände und Situationen um mich herum zu kennen.

Ich glaube, ich könnte die Dinge beurteilen, gerade weil ich ihre Bedeutung kenne. Dies ist ein Trugschluss.

Was ich brauche, ist ein offener Geist, die Akzeptanz der Idee, dass ich Anfänger bin und mich daher an JEMANDEN wenden muss, DER die Wahrheit kennt und mir sagen kann, was wirklich Bedeutung hat. Und DEM ich mehr vertraue als den Bedeutungen, die ich als wahr ansehe.

Darum will ich heute morgens und abends nur jeweils eine Minute lang die konkreten Dinge um mich herum betrachten und dabei feststellen, dass sie keine Bedeutung haben.

Mehr ist zunächst nicht nötig. Es ist noch völlig ungewohnt für mich, ohne irgendeine Ausnahme, alles, was ich zu sehen glaube, infrage zu stellen. Ich muss daher nicht übertreiben. In diesem Sinne ist weniger mehr.

Kommentar 2

2. Januar

Wenn es nichts gibt, was ich verstehe, wenn alle Bedeutungen, die ich in den Dingen sehe, gar nicht existieren, wenn nichts von dem, was ich sehe, aus sich heraus eine Bedeutung hat – wo kommen dann die Bedeutungen her?

Ich betrachte einen Gegenstand, eine Person oder auch ein Foto, das mir etwas bedeutet. Es ist sicherlich nicht leicht zu sagen, sie hätten keinerlei Bedeutung. Aber dann bedenke ich, wo die Bedeutung herkommt: *Ich* habe sie dem Gegenstand, der Person, dem Foto gegeben. Die einzige Bedeutung all dessen, was ich sehe, habe ich hinzugefügt. Alles, was ich wahrnehme, hat von mir bereits ein Etikett bekommen und wurde in einer eigens dafür bestimmten Schublade abgelegt.

Hört sich das nicht eher banal an? Ist es nicht eigentlich selbstverständlich? – Dann wende ich es doch einfach einmal auf eine Person an, die mich ärgert, auf einen Umstand, der mich ängstigt. Aha, *ich* habe also die Bedeutung »Ärger« oder »Angst« hinzugefügt. Weder der Ärger noch die Angst kommen von der Person oder dem Umstand.

Auswählen, beurteilen und einordnen, so gehen alle meine Sinnesorgane vor. Ich neige dazu, bei allem, was ich sehe, höre, rieche, schmecke und ertaste, selektiv wahrzunehmen. Manche Dinge stechen mir dabei mehr ins Auge als andere; manche Dinge filtere ich beim Hören weg, während andere mich ansprechen oder aber auch stören und belästigen; manches duftet verführerisch gut, während anderes abstoßend zu stinken scheint; manches ist ein edler Leckerbissen, anderes erscheint mir widerlich und ekelhaft zu sein; manches fühlt sich sehr angenehm an, während anderes als zu heiß oder zu kalt oder zum Beispiel auch als scharf, spitz oder kratzig – und damit als unangenehm bis schmerzhaft – von mir empfunden wird.

Meine »Sensoren« melden mir immer genau das, was sie mir melden sollen, auch wenn ich mir dessen nicht bewusst bin.

Heute will ich wieder morgens und abends je eine Minute damit verbringen, die Dinge um mich herum zu betrachten und dabei feststellen, dass ich ihnen die ganze Bedeutung gegeben habe, die ich in ihnen sehe.

Kommentar 3

3. Januar

Nichts von dem, was ich sehe, hat eine Bedeutung an sich, denn jede Bedeutung, die ich sehe, habe ich den Dingen gegeben. Dann ist es nur folgerichtig, dass ich nichts von dem verstehe, was ich sehe.

Wie bereits gesagt, mit »Sehen« ist nicht nur das gemeint, was meines Körpers Augen wahrnehmen (oder was darüber hinausgehende Messinstrumente wie Mikroskope, Wärmebildkameras, Röntgengeräte abbilden), sondern meine gesamte »Wahr-Nehmung« dieser Welt, mit oder ohne vermeintliche Hilfsmittel.

Will ich wirklich verstehen, muss ich den tiefen Glauben an mein eigenes Verständnis beiseitelegen. Wahres Verständnis kommt aus der Erkenntnis, dass ich nichts verstehe, und so mache ich mich bereit, auf die STIMME FÜR GOTT, auf den HEILIGEN GEIST, zu hören.

Dies kann im Alltag sehr hilfreich sein. Begegne ich einer Person, die mich ärgert oder befinde ich mich in einer Situation, die als unangenehm empfunden wird, kann ich erkennen, dass der jeweilige Ärger oder die jeweiligen Unannehmlichkeiten nicht von der Person oder der Situation herrühren, sondern von meinem eingebildeten Verständnis. Das gibt mir die Gelegenheit, mich für SEINE STIMME zu öffnen und auf SEIN Verständnis zu hören, welches mir einzig Frieden bringen kann. Denn SEIN Friede ist das, was ich wirklich will.

So will ich heute wieder je eine Minute morgens und abends damit verbringen, mir klar zu machen, dass ich rein gar nichts von dem verstehe, was ich um mich herum zu sehen vermeine. *»Zu diesem Zweck ist ein Ding wie das andere: gleich geeignet und deshalb gleich nützlich«* (2:3).

Kommentar 4

4. Januar

Es mag ja noch akzeptabel sein, dass die Dinge, die ich »außerhalb von mir« sehe, an sich keine Bedeutung haben (obwohl ich das bisher gedacht hatte) und dass ich ihnen alle Bedeutungen übergestülpt habe. Aber nun will ich auch akzeptieren, dass ich vollkommen unerfahren und daher so gut wie gar nicht mit dem in Kontakt bin, was *Ein Kurs in Wundern* als meine »wirklichen« Gedanken bezeichnet. Denn mein Geist ist vollkommen auf das Ego-Denkensystem konzentriert. Das betrifft auch die Gedanken, die mir im Kopf herumgehen. Diese Gedanken sind nicht meine wirklichen Gedanken. Sie bedeuten nichts!

Das, was ich »Denken« nenne, hat mit Denken überhaupt nichts zu tun! Es sind Aktivitäten des Ego-Denkensystems, mit dem ich mich identifiziert habe, einem weniger als winzigen, ja illusionären, Gedankengebilde im Geist, das ich jedoch für das Ganze halte. Alle wahrgenommenen Gedanken kreisen darum und können daher nicht den Geist repräsentieren, der ich BIN.

Sämtliche Gedanken rund um das Ego, das Selbst, mit dem ich mich identifiziere, verschleiern meine wirklichen Gedanken. Die »guten« Gedanken könnte man zwar noch als Schatten der wirklichen Gedanken ansehen, aber Schatten verschleiern nun mal die Sicht auf die Wirklichkeit. Die »schlechten« Gedanken hingegen trennen mich vollständig ab von dem, was ich bin. Ich will aber weder das eine noch das andere. Was die »schlechten« Gedanken angeht, mag das naturgemäß leicht erscheinen, bei den »guten« ist es sicherlich schon etwas schwieriger.

Ich will wieder werden »wie ein Kind«. Ich will lernen, das Bedeutungslose vom Bedeutenden zu unterscheiden (3:2). Dies beginnt damit, die bedeutenden *Gedanken* von den unbedeutenden *Gedanken* zu unterscheiden. Der Kurs nennt das den richtigen Gebrauch des Urteils.

Ich will lernen, dass sich das Unbedeutende außerhalb von mir befindet. Nichts außerhalb von mir hat irgendeine Bedeutung, da es nichts außerhalb von mir gibt. Der einzige Zugang zu dem wirklich Bedeutungsvollen befindet sich in mir. Sind also die Gedanken, die ich wahrnehme, bedeutungslos, müssen sie sich außerhalb von mir befinden!

Und in einem dritten Schritt will ich lernen, was gleich und was verschieden ist. Ich glaube nämlich, dass sich meine guten und schlechten Gedanken unterscheiden. Sie sind jedoch gleichermaßen nur unterschiedliche Formen der Verrücktheit.

Kommentar 5

5. Januar

Selbstverständlich gehe ich davon aus, dass ich weiß, warum ich gerade ärgerlich bin, weshalb ich Angst habe oder mich auf irgendeine Weise unwohl fühle. Die Ursachen sind schnell identifiziert: Es ist genau diese Person, die mich ärgert oder für meinen Kummer verantwortlich ist, es ist jene bestimmte Situation, die mir unangenehm ist, es ist die drohende Arbeitslosigkeit, die mir große Angst macht, es ist ...

Nichts davon ist wahr!

Ich bin niemals aus dem Grunde ärgerlich, besorgt oder traurig, den ich als Grund annehme. Niemals! – Es geht jetzt aber noch nicht darum festzustellen, warum ich mich denn nun wirklich ärgere, weshalb ich Kummer und Sorgen habe und wovor genau ich denn nun wirklich Angst habe. Das erfolgt in einer späteren Lektion. Heute geht es um die Akzeptanz einer einfachen Tatsache: Der Grund, den ich als Ursache betrachte, ist es nicht!

Es geht auch überhaupt nicht darum, nicht mehr ärgerlich, ängstlich, hasserfüllt oder unangenehm berührt sein zu dürfen. Tatsachen sind nicht zu leugnen, ganz im Gegenteil, das wäre lediglich Verdrängung und würde das Lernen des Kurses nur behindern! Der Kurs fordert mich also nicht zum Leugnen meiner Gefühle, sondern zu absoluter und schonungsloser Ehrlichkeit ihnen gegenüber auf.

Meine Zielsetzung heute ist einfach nur, mich mit dem Gedanken vertraut zu machen, dass ich mich niemals aus dem Grund ärgere oder ängstige, den ich als Ursache identifiziert habe!

Darum verbringe ich wieder drei- oder viermal etwa eine Minute damit, dass ich konkret die Situationen und Personen betrachte, welche mir Angst einjagen, mich traurig, neidisch oder wütend machen, oder die Schuldgefühle in mir auslösen. Ich sage mir dabei, dass dies jeweils nicht aus dem Grund geschieht, den ich meine. Dabei mache ich zum Beispiel keinerlei Unterschied zwischen großem Ärger und leichtem Unmut. Denn beides stört meinen Frieden.

Der Kurs wird mir schließlich zeigen, dass ich mich aus keinerlei Gründen mehr aufzuregen brauche.

Kommentar 6

6. Januar

Warum rege ich mich in bestimmten Situationen auf? Warum erzeugt eine Situation Angst in irgendeiner Form? Gestern habe ich gelernt, dass die Gründe für jeglichen Ärger nicht die Gründe sind, die ich annehme.

Was aber sind die Gründe dann? Ich sehe etwas, das gar nicht da ist! Die scheinbar so offensichtlichen »Fakten« sind also nicht der Grund für Ärger und Angst, denn sie sind gar nicht da! Eine der Kernaussagen von *Ein Kurs in Wundern* ist: Nur was GOTT schuf ist wirklich, und nichts davon kann Ärger oder Angst hervorrufen. Also kann das, was mich aufregt, nicht wirklich sein – was wiederum heißt, es ist nicht da!

Es gibt keine kleinen oder großen Aufregungen. Jeder Ärger stört den Frieden des Geistes. Meine gewohnheitsmäßige Unterscheidung zwischen den eher unwichtigen kleinen Aufregungen und dem richtig großen Ärger ist also falsch.

Hier lerne ich wieder die grundlegende Unterscheidung zwischen dem, was gleich und dem, was unterschiedlich ist.

Es ist auch nicht möglich, den einen Ärger behalten zu wollen und den anderen loszulassen. Alles, was mich aufregt, stört den Frieden: Das Kind will nicht ins Bett und ich fühle mich ein wenig genervt? Die Firma schließt demnächst und ich verliere meinen Job? Das Fernsehprogramm ist heute von ausgesprochener Langeweile? Jede einzelne Situation ruft Ärger, Sorge oder Unmut hervor und stört damit den Frieden.

Die großen Dinge sind aber nicht wichtiger als die kleinen. Sie sind beide gleich, denn all die Gründe, die ich sehe, sind nicht da.

Drei- oder viermal verbringe ich heute jeweils eine Minute damit, meinen Geist nach Situationen zu erforschen, die mich aufregen, also ängstigen oder traurig machen, beschämen oder ärgern – zumindest aber mit Missmut erfüllen oder ein sonstiges (wenn auch vielleicht nur sehr subtiles) Unbehagen auslösen. Ich stelle fest, dass diese Gefühle davon kommen, dass ich etwas sehe, das gar nicht da ist.

Kommentar 7

7. Januar

Die Aussagen der vergangenen Tage klingen beinahe wie Glaubenssätze und man kann sie annehmen oder dagegen argumentieren. Heute appelliere ich an die Vernunft und fasse die Begründung für die vergangenen Aussagen noch einmal zusammen.

Wo kommen meine Meinungen über das, was ich sehe, wirklich her? Was macht mich so sicher, dass ich weiß, warum ich mich aufrege? Es sind die viel geschätzten Erfahrungen, die ich in der Vergangenheit gemacht habe. Alles, wirklich alles, was ich sehe, wird von mir aufgrund dessen beurteilt, was ich in der Vergangenheit gelernt habe. Ohne das, was ich in der Vergangenheit über die Dinge gelernt habe, wüsste ich nichts über sie.

Sehe ich beispielsweise wirklich eine »Tasse«, wenn ich eine Tasse anschau oder doch nur meine Erinnerungen an das, was ich damit verbinde? Jeder Gegenstand, jede Person, ob sichtbar oder nur vorgestellt, bekommt von mir ein »Erfahrungs-Etikett« aufgeklebt, beziehungsweise einen »Erinnerungs-Stempel« aufgedrückt: Ich sehe nur die Vergangenheit!

Das Ego, also mein bisheriges Denksystem, investiert meist in die Vergangenheit – dabei gehören meine Erinnerungen zu den *»machtvollsten Illusionen überhaupt«* (aus: *Die Innere Stimme*, empfangen von Brent Haskell:) *»Dein Gefühl des Bedauerns, das deine Entscheidung ist, deine Erinnerungen wertzuschätzen und zu hegen, gehört zu den großen Erzeugern deiner Schuld und auch zu den Erschaffern der Gefängnismauern, die dich von deiner Ganzheit trennen.«*

Mit Schuld ist im Kurs alles gemeint, was mit meinem »schlechten Gewissen« wegen der vermeintlich vollzogenen Trennung von Gott und der damit verbundenen Angst vor entsprechender Strafe einhergeht. Schließlich glaube ich aufgrund dieser vermeintlichen Absonderung noch fest daran, gesündigt zu haben. Nur zu gerne schiebe ich diese eingebilddete Schuld aber auf andere ab, auch wenn mir dies meist gar nicht bewusst ist.

Aufgrund meiner »Sondierungsversuche« sehe ich nie, was jetzt gerade da ist. Ich sehe immer nur etwas, das *nicht* da ist. Genau deshalb rege ich mich aus Gründen auf, die gar nicht da sind. Und daher bedeutet nichts von dem, was ich sehe, irgendetwas.

Ich will heute drei- bis viermal nur jeweils eine Minute lang die Dinge um mich herum betrachten und dabei feststellen, dass ich darin nur die Vergangenheit sehe.

Kommentar 8

8. Januar

Warum sehe ich nur die Vergangenheit? Weil mein Geist nur mit vergangenen Gedanken beschäftigt ist! Alles, was ich »außen« sehe und wahrnehme, ist ein Bild meiner inneren Bedingungen, eine Projektion meiner Gedanken. Was ich also sehe, ist die Erinnerung an eine Illusion, etwas, das längst vergangen ist – und somit nichts, das wirklich existiert.

Was ist an der Vergangenheit schlecht? Gar nichts! Aber das kann ich mit Sicherheit sagen: Die Vergangenheit ist vorbei. Die Vergangenheit ist nicht hier. Wenn sie aber nicht hier ist, ich somit nur die Vergangenheit zu sehen vermeine, dann bilde ich mir nur ein, etwas zu sehen, das nicht existiert!

Selbst in meiner Welt der Illusionen gibt es den sogenannten »Rückschaufehler«: Ich glaube felsenfest daran, dass diese oder jene Begebenheit so und so stattgefunden hat (unter anderem auch eine beliebte Vorgehensweise der Psychoanalyse), und dass ich meine Rückschlüsse daraus ziehen kann. Verschiedenen einschlägigen Studien zufolge sind jedoch mehr als die Hälfte aller Zeugenaussagen vor Gericht schlichtweg falsch. Oder zumindest sehr stark verzerrt, weil eine bestimmte vorgefasste Meinung zementiert werden soll – ein Phänomen, das auch in der Forschung bestens bekannt ist: Man findet das, wonach man sucht.

Das, was *ist*, wird verschleiert durch meine vergangenen Gedanken. Welche Auswirkungen kann denn das, was vergangen und gar nicht hier ist, auf die Gegenwart haben?

Mein Geist beschäftigt sich daher mit absolut nichts, er ist leer. Es ist also überhaupt nicht notwendig, den Geist leer zu machen (das Ziel manch fernöstlicher Meditationspraktik) – er ist es ja bereits. Denn er beschäftigt sich mit etwas, das gar nicht da ist: mit vergangenen Gedanken und ihrer Projektion auf die Zukunft. Genau aus diesem Grund ist es auch nicht notwendig, irgendetwas mit diesen Gedanken zu »tun«, ich kann sie einfach als das ansehen, was sie sind: nichts.

Ich betrachte heute vier- bis fünfmal für eine Minute meine aufkommenden Gedanken und benenne sie, um dann festzustellen, dass mein Geist nur mit vergangenen Gedanken – also mit nichts – beschäftigt ist.

Kommentar 9

9. Januar

Eine klare Folgerung aus den Lernschritten der letzten Tage ist, dass ich nichts sehe, wie es jetzt ist.

Selbst in meiner bisher erfahrenen Welt ist ein Bild, genau genommen, immer nur das, was sein Interpret daraus macht, was er daraus (als) wahr (ent-)nimmt. Was ist ein Bild anderes, als die »Ein-Bildung«, etwas sehen zu können, mit Augen, die nur in der Vorstellung eines gespaltenen Geistes existieren. Da sind zum Beispiel Farbpartikel, in eine bestimmte Ordnung gebracht, die der Geist aus seiner vermeintlichen Erfahrung heraus als irgendetwas zu identifizieren glaubt.

Innerhalb dieses Darstellungsversuches der »Wirklichkeit« wird nun aus einer vorgestellten Handlung auf einer vorgestellten Projektionsfläche wiederum eine Deutung abgeleitet und meist unter Zuhilfenahme von Gegensatzpaaren beurteilt und bewertet.

Das wird sicherlich intellektuell nachvollziehbar sein, aber hat es auch für mich eine Bedeutung, über das intellektuelle Verstehen hinaus? Zurzeit wohl eher nicht. Aber dieses Verständnis ist auch gar nicht nötig. Nötig ist vielmehr, diesen Gedanken auf die täglich anfallenden Situationen anzuwenden.

Für einen ungeschulten Geist ist es noch unmöglich zu verstehen, dass das, was ich sehe und wahrnehme, gar nicht da sein soll. Also bedarf es der Übung, und die besteht einfach darin, den Gedanken anzuwenden. Die Übungen erfolgen in kleinen und damit akzeptablen Schritten und das Verständnis kommt allmählich von selbst: *»Jeder kleine Schritt wird ein wenig von der Dunkelheit beseitigen, und schließlich wird Verständnis jeden Winkel des Geistes erhellen, der vom Schutt gesäubert wurde, der ihn dunkel macht«* (2:5).

Die Bereitschaft, meinen Geist »entrümpeln« zu lassen, ist also ganz entscheidend. Und die Schulung dient dazu, immer mehr diese Bereitschaft hervorzurufen. Nicht mehr – aber auch nicht weniger.

Kommentar 10

10. Januar

Heute wiederhole ich die Gedanken aus Lektion 4 in etwas veränderter Form. Dies geschieht häufig im Kurs, um Kerngedanken zu festigen.

Es ist zunächst schwer einzusehen, dass alle meine Gedanken nichts bedeuten und nicht meine wirklichen Gedanken sind. Aber ich habe in der Tat bisher keinerlei Vergleichsmöglichkeiten. Zurzeit ist das also mehr eine Glaubenssache, die angewendet werden will – statt als Aussage einfach nur geglaubt zu werden. Erst durch die Anwendung erschließt sich, dass viel mehr dahinter steckt als eine Glaubensangelegenheit. Die Erfahrung der wirklichen Gedanken wird dies zeigen.

Der Unterschied zu den Aussagen von Lektion 4 ist, dass es heute um alle »meine« Gedanken geht, nicht um einzelne und konkret auftauchende Gedanken. Es wird auch keine Verbindung hergestellt zu den Dingen, die mich umgeben. Es geht um meine Gedanken an sich.

Bisher habe ich gelernt, dass meine Gedanken

- bedeutungslos sind,
- sich außerhalb von mir befinden – statt in mir,
- und sich mit der Vergangenheit beschäftigen – statt mit dem, was jetzt ist.

Nun wird der Aspekt betont, dass die Anwesenheit dieser Gedanken bedeutet, dass ich überhaupt nicht denke. Der Geist ist leer, wie schon gesagt wurde (Lektion 8).

Die heutige Übung erinnert auf den ersten Blick ein wenig an die Zen-Meditation. Ich beobachte meine Gedanken, ohne näher darauf einzugehen. Man könnte es sich so vorstellen: Die Gedanken ziehen wie in einer Prozession an mir vorbei, ich sehe sie mir an und lasse sie ziehen. Das führt zu einer Art »De-Identifizierung« mit meinen Gedanken, denn sie sind nicht das, was mich ausmacht und was ich wirklich BIN.

Kommentar 11

11. Januar

Heute wird ein Hauptthema des Kurses eingeführt: Nicht die Welt, die ich sehe, bestimmt meine Gedanken, sondern meine Gedanken bestimmen die Welt, die ich sehe. Das ist der Grund, warum es im Kurs heißt, dass ich nicht versuchen soll, die Welt zu verändern, sondern mein Denken über die Welt. Es ist eine Umkehrung von Ursache und Wirkung.

Im Kurs heißt es: *»Es gibt nichts außerhalb von dir«* (T-18.VI.1:1), aber auch: *»Der Körper ist außerhalb von dir und scheint dich nur zu umgeben, indem er dich von anderen abschneidet und dich von ihnen und sie von dir getrennt hält. Er ist nicht da. Es gibt keine Schranke zwischen GOTT und SEINEM SOHN, noch kann SEIN SOHN von IHM getrennt sein außer in Illusionen«* (T-18.VI.9:1-3). Damit wird auch gleich erklärt, dass es eine Welt mit voneinander getrennten Körpern, welche getrennt von GOTT ist, nicht geben kann. Weiter hinten im Textbuch steht deshalb: *»Suche nicht außerhalb von dir«* (T-29.VII.1:1). Wenn ich außerhalb von mir suche, erkenne ich an, dass es überhaupt ein »Außerhalb« geben kann, ich erkenne die Trennung an.

In dieser dualistischen, magischen Welt der Gegensätze und Widersprüche kann ich nur im Konflikt existieren. Diese Welt der Körper und Formen scheint aus Sünde, Schuld und Angst gemacht zu sein: Durch die Vorstellung, in der Vergangenheit »gegen Gott« gesündigt zu haben, indem ich mich von ihm »getrennt« habe, resultieren Schuldgefühle in der Gegenwart sowie Befürchtungen und Ängste hinsichtlich der Zukunft, da sie mit der Vergangenheit abgeglichen wird und ich mir Sorgen über seine »Rache« machen muss.

Meine Gedanken sind jedoch bedeutungslos, daher sehe ich eine bedeutungslose Welt. Das ist fürwahr ein Grund zur Freude!

Warum? – Wenn das, was ich außerhalb sehe, eine bedeutungslose Welt ist, welche wiederum das Ergebnis meiner bedeutungslosen Gedanken ist, dann kann nichts in der Welt mich bedrohen oder verletzen. Nichts anderes ist notwendig, als meine bedeutungslosen Gedanken durch meine wirklichen Gedanken ersetzen zu lassen. Einer bedeutungslosen Welt kann ich vergeben, eben weil sie bedeutungslos ist.

Wenn also »mein« Geist die Ursache ist, für das, was ich sehe, wie kann ich dann »andere« Geister verurteilen?

Kommentar 12

12. Januar

Ich rege mich über eine Leinwand auf, die nichts beinhaltet, auf der sich absolut nichts befindet. Denn da die Leinwand tatsächlich leer, also völlig ohne Bedeutung ist, male ich darauf meine eigenen Bilder.

Diese Leinwand ist die Welt. Ich kann nicht akzeptieren, dass sie keine Bedeutung hat und dass sie buchstäblich leer ist. Sonst könnte ich zulassen, dass GOTT SEINE Wahrheit darauf »malt«. So aber versee ich die bedeutungslose Welt mit Bildern wie: »Angst!«, »Ärger!«, »Bedrohung!« oder auch »Unzufriedenheit«, »Elend« und »Verzweiflung«. Ich erzeuge auch zunächst wünschenswertere und dennoch vergängliche Bilder von »Schönheit«, »Liebe« und weiteren »Annehmlichkeiten«, ohne zu merken, dass beide Arten von Bildern – die »guten« und die »schlechten« – sich gegenseitig bedingen, voneinander abhängig sind und sich im Grunde nur scheinbar voneinander unterscheiden.

Sinn dieser Übung ist zu erkennen, dass ich verunsichert bin, weil ich in meinem tiefsten Inneren spüre, dass die Welt tatsächlich eine leere Tafel ist – ein unbeschriebenes Blatt. Das macht mir Angst. Und noch mehr Angst macht mir insgeheim die Vorstellung, dass alles mit SEINER Wahrheit überschrieben werden könnte. Die Übung hilft mir, zu akzeptieren, was die Welt ist und was mit ihr geschehen wird. Ich kann zulassen, dass mein bedeutungsloses »Kunstwerk« mit der Zeit gelöscht wird, damit GOTTES Schöpfung wieder aufscheinen kann.

Ich will die Welt, diese »leere Leinwand«, nicht mit meinen eigenen Bildern füllen, denn sie verdecken die Wahrheit, die GOTT für mich auf diese Leinwand malt. Diese Wahrheit will ich sehen – anstelle meiner eigenen Machwerke, die mich nie zufriedenstellen können.

Kommentar 13

13. Januar

Nun werden wir etwas konkreter: Es ist nicht nur so, dass eine bedeutungslose Welt mich aufregt, nein, wie schon angedeutet, sie erzeugt Angst!

Warum ist das so? – Nicht die Bedeutungslosigkeit ruft die Angst hervor, sondern das, was durch die Bedeutungslosigkeit verdeckt sein könnte. Im Vorwort des Kurses, welches man auch als seine Essenz bezeichnen könnte, steht der Satz *»Nichts Unwirkliches existiert.«* Und in dieser Lektion erfahre ich, dass nichts Bedeutungsloses existiert.

Es kann nichts geben, was keine Bedeutung hat.

Das wiederum heißt, dass GOTT SEINE Bedeutung bereits auf die leere Leinwand der Welt geschrieben hat. Nun gerät das Ego in Panik, denn damit steht fest, dass es selbst keinerlei Bedeutung hat, dem zufolge unwirklich ist, also gar nicht existiert! Und da ich mich irrtümlich mit dem Ego identifiziere, ist es »meine« Panik.

Daher eilt das Ego herbei und versucht, seine eigenen Bilder auf die leere Leinwand zu malen, die Welt mit seiner Bedeutung zu versehen. Dabei empfindet es sich in Konkurrenz zu Gott und fürchtet seine vermeintliche Rache. Der weitverbreitete Rachegott ist entstanden, der mich für meine Sünden bestraft und mein Wohlverhalten belohnt, indem er meine Feinde zerschmettert. Was für ein tragisches Zerrbild!

»Ich weiß nicht, was dies bedeutet!«, ist die angemessene Reaktion auf jede beliebige Situation, die Unsicherheit, Ärger und Angst hervorruft. Das macht den Weg frei für die wahre Bedeutung, welche von GOTT kommt und niemals Angst erzeugt, sondern mir SEINEN Frieden bringt. Das mag zunächst Angst oder Unbehagen erzeugen, denn so leicht mag ich den Rachegott nicht loslassen. Aber es führt zum Frieden GOTTES.

Kommentar 14

14. Januar

Heute kommt die befreiende Botschaft, nachdem ich in den letzten Tagen so viel über eine bedeutungslose Welt gehört habe: GOTT erschafft keine bedeutungslose Welt!

GOTT erschafft weder Bedeutungslosigkeit noch die Welt, die ich wahrzunehmen glaube. Diese Welt, die ich sehe, ist nicht das Werk GOTTES. Das kann nur heißen: Diese Welt habe ich gemacht! Ich bin verantwortlich für die Welt, die ich sehe. Ich habe diese Illusion gemacht. In den allermeisten Fällen führt eine solche Aussage zu Ablehnung und Angst. Der Kurs betont deshalb an vielen Stellen, dass die ersten Schritte Angst hervorrufen können. Er sagt mir deshalb ganz deutlich in dieser Lektion: *»Aber du wirst nicht dort gelassen werden. Du wirst weit darüber hinaus gehen«* (3:4-5).

Die Lektion betont, dass ich mir meine persönliche Hölle anschau sowie die Illusionen, die miteinander geteilt werden. Diese miteinander geteilten Illusionen kann ich zum Beispiel in den täglichen Nachrichtensendungen sehen, in dem ganzen »Elend dieser Welt«, den Kriegen, dem Terrorismus, den globalen Bedrohungen wie Vogelgrippe, Klimawandel und Ähnlichem.

Aber Vorsicht: Es geht um *meine* Hölle, nicht um die Probleme anderer. Es geht nicht darum, jemandem, der leidet, zu sagen: »Sei froh! Deine Krankheit, dein Leiden und all deine sonstigen Probleme sind ja gar nicht wirklich, die hast du selbst gemacht.« Das erweckt in den allermeisten Fällen keine Freude, denn es ist ein Angriff und wird auch von demjenigen, der gerade in dieser misslichen Lage steckt, als solcher verstanden.

Der Kurs wird, ähnlich wie die Bibel, nur allzu gerne dazu benutzt, um andere zu belehren und damit das eigene Ego aufzupolieren: *»Nichts, was das Ego wahrnimmt, wird richtig gedeutet. Nicht nur zitiert das Ego die Heilige Schrift für seine Zwecke, sondern es legt sie sogar als Zeugnis für sich selbst aus«* (T-5.VI.4:3-4).

»Was, da gehst du noch zum Arzt? Du musst doch einfach nur dein Denken ändern!« – Die Notwendigkeit medizinischer Behandlungen oder gerichtlicher Vorgänge, aber auch ganz alltägliches Sicherheitsdenken wie das Abschließen von Auto und Wohnungstür sowie die sorgfältige Aufbewahrung der PIN-Nummer, all dies wird von übereifrigen Kursschülern mit Leidenschaft hinterfragt.

Dabei gehört gerade Sanftmut zu den Eigenschaften eines Lehrers GOTTES (H-4.IV).

Kommentar 15

15. Januar

Das, was die Augen sehen, hat nichts mit »Sehen« zu tun. Ich ging bisher fest davon aus, dass meine Augen etwas sehen, das außerhalb von mir ist. Also muss »dort draußen« etwas sein, getrennt von mir, das ich wahrnehme und sehe.

Das ist kein Sehen. Die Augen des Körpers können nicht sehen, weil da draußen nichts existiert. Der Kurs bezeichnet dies als »Bilder machen«: es sind Bilder, welche meine Gedanken darstellen, die ich glaube zu denken. Und dies ist auch nicht Denken, denn »Denken ist Leben«. – Das bezieht sich nicht auf das vermeintliche Denken meiner Gedanken, sondern auf die GEDANKEN GOTTES, welche die ganze Schöpfung mit einschließen und die durch meine wahren Gedanken in der Welt wirken. Sie werden durch die Gedanken, die ich gemacht habe, zurzeit verdeckt.

Diese gemachten Gedanken erscheinen mir »außen« als Bilder, die ich als real empfinde. Meinen Augen, als Teil des Körpers, habe ich die Funktion gegeben, diese Bilder zu »sehen«. Da ich aber diese Gedanken getrennt von GOTT gemacht habe, zeigen sie mir nur Fragmente, Formen und Irrtümer.

Dagegen ist die Schau des Kurses etwas völlig anderes. Sie kann sich beispielsweise durch Lichtränder ankündigen, die um Gegenstände und Personen gesehen werden, wobei das absolut kein notwendiges Kriterium ist. Nicht jeder muss diese Lichtränder sehen. Sie können lediglich ein Zeichen dafür sein, dass die Schau nicht weit ist.

Diese Schau ist zwar nicht die Wahrheit und daher ist sie auch nicht die Erkenntnis im Sinne des Kurses. Erkenntnis kann aber nicht das Ziel der Übungen sein, denn sie ist überhaupt nur in der Domäne des HIMMELS möglich. Gerade deswegen ist die Schau das, was der Kurs als »wahre Wahrnehmung« bezeichnet, sie ist die notwendige Voraussetzung, um endgültig zu IHM hin zu erwachen.

Daher will ich heute lernen, dass mein vermeintliches Sehen nur Bilder aus meinen Gedanken produziert. Ich will die Bereitschaft entwickeln, mich zur wahren Wahrnehmung führen zu lassen.

Kommentar 16

16. Januar

Der Kurs ist eine Schulung im Denken. Aus einem einfachen Grund: Kein einziger Gedanke ist neutral. Es gibt keine nichtigen Gedanken!

Dies ist zunächst schwer einzusehen. Schließlich tue ich viele meiner Gedanken als unwichtig, nichtig und ohne Bedeutung ab. Aber heute will ich lernen, dass – ohne Ausnahme – kein einziger Gedanke neutral ist.

Immerhin schaffen meine Gedanken eine vollständige Welt: alle Bilder, die ich »sehe«, alle »Wahrnehmungen« in irgendeiner Form. Daher ist es zunächst mal schlichtweg unvernünftig, diese Gedanken als nichtig oder unwichtig abzutun. Trotzdem und gerade deshalb ist dies jedoch ein Grund zur Freude und kein Grund für Angst, denn genau durch diese Einsicht bekommen meine Gedanken die Macht zurück, die ich ihnen abgesprochen hatte, nur um nicht zu bemerken, dass ich eine Welt gemacht zu haben glaube, in der das Ego sehr real erscheint.

Jeder Gedanke dieser Welt ruft daher entweder Angst oder Liebe hervor. Jeder Gedanke dieser Welt dehnt also entweder die Wirklichkeit aus oder verstärkt die Illusion. Jeder Gedanke dieser Welt verdient daher die gebührende Achtung. Es ist ein tragischer Fehler, die Illusion aufgrund der Tatsache, dass es eine Illusion ist, als unwichtig zu ignorieren. »Der Hunger dieser Welt? – Nur eine Illusion!«, das ist kein Zeichen von spiritueller Größe, sondern einfach nur tragische Ignoranz.

Alles, was künstlich und aufgesetzt ist, ist nicht der Weg des Kurses. Er will mich nicht »psychisch clean« machen (und braucht es auch gar nicht). Er will nicht, dass ich mir etwas vormache, um zum »spirituellen Normopathen« zu werden. Er will aber auch niemand »Besonderen« aus mir machen, denn genau der gewollte »Normopath« wäre erst recht etwas Besonderes.

Heute will ich lernen, dass jeder Gedanke Effekte hervorruft und nicht neutral sein kann. Ich will meine wahren Gedanken denken, indem ich die von mir gemachten Gedanken IHM übergebe.

Kommentar 17

17. Januar

Heute höre ich eine radikale Aussage: Ich sehe nichts, was wirklich lebendig und wirklich freudvoll ist. Denn ich sehe nur die Bilder meiner Gedanken, die ich gemacht habe, und darum bin ich mir meiner wahren Gedanken nicht bewusst.

Kein Gedanke ist neutral, so hieß es gestern. Und da die Bilder, die ich wahrnehme, meine Gedanken sind, können auch diese nicht neutral sein. Sie rufen entweder meine Angst hervor oder erinnern SEINE LIEBE. Kein »Ding«, das ich sehe, ist neutral. Das betrifft Gegenstände, Menschen, Körper, Tiere – einfach alles. Aber da ich mir meiner wahren Gedanken nicht bewusst bin, sehe ich nur meine Gedanken, die Bilder der Angst erzeugen.

Der wunderschöne Sonnenuntergang am Meer, der begehrenswerte Liebespartner in meinen Armen, mein süßes und gesundes Baby auf dem Schoß, der treue und liebenswerte tierische Gefährte an meiner Seite, der fantastische neue Film in 3-D-Qualität, das fröhliche Summen der Bienen auf der bunten Sommerwiese – sind das nicht die wahren »Dinge des Lebens«, die aus meinen wahren Gedanken kommen? Nein, das sind sie nicht. Denn sie sind untermischt von Gedanken der Angst, weil alle diese Dinge vergänglich sind und unweigerlich früher oder später »sterben« werden.

Meine wahren Gedanken aber sind eine Widerspiegelung SEINER GEDANKEN, welche niemals sterben. Denn nur *»alles Fleisch ist wie Gras und alle Herrlichkeit der Menschen wie des Grases Blume. Das Gras ist verdorrt und die Blume abgefallen; aber des HERRN Wort bleibt in Ewigkeit«* (1 Petr 24-25). SEIN ewiges WORT gilt. Ich brauche keine Angst zu haben.

Bin ich mir meiner wirklichen Gedanken gewahr, sehe ich nichts, was vergänglich ist.

Kommentar 18

18. Januar

Ich bin nach wie vor fest davon überzeugt, dass die Dinge, die ich sehe, nur auf mich eine Wirkung haben und auf niemanden sonst. Das ist nicht so, denn zwischen meinem Geist und dem Geist anderer existiert eine Verbindung.

Das mag leicht zu erfassen sein, kann vielleicht sogar ohne Weiteres akzeptiert werden. Aber die Folgerungen, die sich daraus ergeben, liegen weit jenseits meines Begreifens oder meiner Vorstellungen über diese »Verbindung«. Es geht eben nicht um unzulängliche Vorstellungen von Telepathie oder verklärende Fantasien von füreinander bestimmte Seelen. Denn noch verstehe ich nicht, dass eine Änderung, in der Art und Weise, wie ich die Dinge sehe, eine Auswirkung auf die ganze Welt hat.

Umso wichtiger wird meine Art des Sehens; umso wichtiger ist es, dass ich meine derzeitige Art des Sehens nicht einfach als unwichtig oder »privat« unterschätze; um so wichtiger muss es sein, dass ich Verantwortung für mein Denken übernehme. Mit der Ausdehnung SEINER GEDANKEN kann ich ein Kanal der Liebe für die Welt sein.

»Du willst die Welt nicht. Das einzig Wertvolle darin sind jene Teile, die du mit Liebe ansiehst. Das verleiht ihr die einzige Wirklichkeit, die sie je haben wird. Ihr Wert liegt nicht in ihr selbst, aber der deine liegt in dir. Wie Selbstwert von Selbstaudehnung kommt, so kommt die Wahrnehmung des Selbstwertes von der Ausdehnung liebevoller Gedanken nach außen« (T-12.VI.3:1-5).

Es kommt also weniger darauf an, was ich sehe, sondern vielmehr darauf, wie ich es sehe. Darin liegt mein wahrer Wert und das ist meine einzige Funktion, die ich hier habe.

Kommentar 19

19. Januar

Gestern ging es um das Sehen, heute geht es um das Denken. Das Denken ist die Ursache, das Sehen die Wirkung. Beides geschieht jedoch gleichzeitig, weil Ursache und Wirkung niemals voneinander getrennt sein können.

Diese Synchronizität macht es schwierig für mich, meine Gedanken als Ursache meines Sehens zu erkennen. Und das wiederum macht es dem Ego-Denkensystem leicht, mir einzureden, dass es genau andersherum sei. Denn üblicherweise glaube ich, dass ich auf etwas reagiere, das ich sehe: Ich sehe also und denke »daraufhin« darüber nach.

Die »Reihenfolge« ist jedoch genau umgekehrt: Ich sehe (Wirkung) das Gedachte (Ursache) – ich sehe das Resultat meiner Gedanken!

Nun sind Geister miteinander verbunden, wie heute wieder betont wird. Das kann als Angriff aufgefasst werden, denn immerhin geht es hier um »meine« Gedanken und die sind schließlich mein »Heiligtum«. Schließlich gibt es Gedanken, die ich als »privat« ansehe und die ich bestimmt mit niemandem teilen möchte.

Es gibt jedoch keine privaten Gedanken und daher auch keine Privatsphäre! Kein Gedanke, nicht einmal mein heimlichster, hat nur eine Wirkung auf mich allein ...

Diese Verbindung der Geister ist die unabdingbare Voraussetzung dafür, dass Erlösung überhaupt möglich ist. Warum? Wenn Geister wirklich getrennt sind (»getrennte Seelen«), dann ist ein unterschiedlicher Wille möglich. Das erzeugt Konkurrenz mit anderen und mit der Welt. – Wie kann ich frei von Angst und in Frieden sein, wenn äußere Kräfte mich jederzeit angreifen können?

Sind Geister jedoch verbunden, dann kann die eine Wahl, die Wahl des Friedens, Wirkung auf den einen verbundenen Geist haben. Erlösung ist möglich: Ich bin nicht die Wirkung der Welt, sondern die Welt ist eine Wirkung von mir.

Immer habe ich die Macht der Wahl, denn ich kann SEINEN Frieden für den gesamten Geist wählen. Heute will ich lernen, dass ich Frieden, Heilung und Vergebung für die gesamte Welt wählen kann, indem ich erkenne, dass die Wirkung meiner Gedanken nicht auf mich beschränkt ist.

Kommentar 20

20. Januar

Mein ungeschulter, ja, undisziplinierter Geist hat eine Art eingebauten Widerstand gegen Strukturen. Das ist nützlich für das Ego, weil es im Chaos zu Hause ist. Es ist das Chaos, welches ich mit Struktur verwechsle. So kommt es immer wieder vor, dass ich rebelliere, wenn mir jemand sagt, ich solle etwas auf eine bestimmte Weise tun: zum Beispiel durch Lustlosigkeit, durch Aufschieben, weil ich gerade etwas anderes tun will, durch Vergessen oder sogar durch aktiven Widerstand.

Die Praxis, die in den ersten Lektionen des Kurses angeboten wurde, war noch ohne jede Struktur. Dies war sorgfältig so geplant. Aber mit der heutigen Lektion beginnt eine Strukturierung. Es wird nicht viel verlangt, ich soll einfach nur jede halbe Stunde wiederholen, was ich will: Es ist mein fester Entschluss, zu sehen. Dies beinhaltet das Eingeständnis, dass ich jetzt *nicht* sehe. Warum das so ist, habe ich in den vergangenen Lektionen bereits gelernt. Nun ja, so richtig überzeugt bin ich zwar noch nicht, aber es gibt doch eine kleine Ahnung, dass da vielleicht »etwas dran« sein könnte. – Das genügt.

Wie oft werde ich heute diese einfache Übungs-Praxis vergessen, weil es gerade etwas »Wichtigeres« zu geben scheint. Oder weil ich einfach nicht mehr daran denke ...

Die heutige Lektion, insbesondere die praktische Übung, ist alles andere als trivial. Denn wenn ich diese Lektion wirklich begreife, wenn ich also wirklich alles Ernstes meine, was ich da sage, dann ist meine Aufgabe schon getan. Mehr wird nicht von mir verlangt, es ist alles, was der Kurs jemals von mir verlangen wird.

Will ich wirklich sehen, werde ich sehen.

Kommentar 21

21. Januar

Der gestrige Gedanke war unspezifisch und mehr eine Absichtserklärung, bezogen auf das, was ich wirklich will. Heute wende ich den Gedanken auf konkrete Situationen an, die Ärger in irgendeiner Form hervorrufen. Denn wenn ich wirklich sehen will, dann heißt das, dass ich meine jetzige Wahrnehmung ändern möchte.

Dabei ist es wichtig, dass ich keine Abstufung in Bezug auf die Intensität der Angst oder den Ärger der betreffenden Situation vornehme. Eine Situation, die leichtes Unbehagen hervorrufft, ist nicht unwichtiger als eine Situation, die blanken Horror auslöst. In dieser Lektion wird sogar gesagt, dass *»ein leichter Verdruss nichts anderes ist als ein Schleier über einer heftigen Wut«* (2:5). Bei aufmerksamer Beobachtung kann ich feststellen, dass das in der Tat so ist. Der Verdruss, das leichte Unbehagen, ist nur die Spitze des Eisberges, die »zivilisierte« Äußerung einer rasenden Wut, die sich tief darunter im Unbewussten verbirgt.

Es ist jedoch nicht das vordringliche Ziel dieser Lektion, Ursachenforschung zu betreiben. Heute will ich nur meine Absicht von gestern bekräftigen, dass ich sehen will. Und damit dies keine leere Absichtserklärung bleibt, wende ich es auf die jeweils auftauchende Situation an:

Meinen Arbeitskollegen fände ich recht brauchbar, wenn er zur Abwechslung mal nicht im Schneckentempo arbeiten würde. Im Grunde könnte ich auch mit meinen Eltern halbwegs zufrieden sein, wenn sie nicht so vieles bei meiner Erziehung vermässelt hätten; und mein Partner wäre ideal, wenn er nicht immer ... *Ich* stelle die Bedingungen und bin doch felsenfest davon überzeugt, dass ich alle diese Personen zumindest einigermaßen schätze, wenn nicht sogar liebe.

Bedingungslose Liebe – ohne jeglichen Vorbehalt? Wie steht es denn in dieser Hinsicht mit mir selbst (beziehungsweise mit dem, was ich hierfür halte): Wie sehe ich mich? Mag ich meinen Körper, meinen Namen, kann ich meine gesundheitliche Ausstattung, meinen beruflichen Status etc. akzeptieren oder sehe ich da eher Ablehnung, vielleicht sogar Verachtung? Habe ich zum Beispiel gerade einen kleinen Pickel auf der Nase? Stört genau das meinen momentanen Frieden?

Fester denn je bin ich dazu entschlossen: *»Vor allem will ich sehen«* (Ü-1.27.Leitged.). Dieser Vorsatz wird immer wieder bekräftigt werden. Ich will den vorbehaltlosen Frieden sehen.

Mein ungeschulter Geist braucht aber noch feste Übungsstrukturen: Nachdem gestern schon zum ersten Mal eine Struktur über den ganzen Tag gelegt wurde, setzt sich das heute und bei den zukünftigen Lektionen fort.

Kommentar 22

22. Januar

Mit der heutigen Lektion bekräftige ich, dass ich sehen will. Das Ergebnis der Übung geht weit über den Leitgedanken hinaus. Ich sehe die Welt mit anderen Augen und stelle mir ernsthaft die Frage, ob ich das, was ich heute »sehe«, wirklich will.

Üblicherweise sehe ich Angriff und Gegenangriff, in offensichtlicher und weniger offensichtlicher Form. Das Grundprinzip des Ego ist nämlich Angriff, denn es wähnt sich von »Gott« getrennt und glaubt, dessen Schöpferrolle übernommen zu haben. Das ist der eigentliche (vermeintliche) Angriff, den das Ego sieht. Angriff erzeugt Gegenangriff, also fürchtet das Ego »die Rache Gottes«. Dies wiederum erzeugt enorme Angst, und nun sieht das Ego überall eine Form von Rache. Der eigene Angriff wird zur Selbstverteidigung und als notwendig angesehen. Die Angst hat scheinbar eine »wirkliche« Ursache. Friede wird so unmöglich.

Eine eindrückliche Schilderung über diese »*Boten der Angst*« und ihre Suche nach Schuld, eines der »*Hindernisse vor dem Frieden*«, finde ich im Textbuch: »*Auch nicht das kleinste Fünkchen Schuld entgeht ihren hungrigen Augen. Und in ihrer brutalen Suche nach der Sünde fallen sie über jedes Lebewesen her, das sie erblicken, und schleppen es kreischend zu ihrem Herrn, damit er es verschlinge. [...] Der Schmerz der Angst macht sie rasend, und sie möchten die Strafe durch den abwenden, der sie aussendet, indem sie ihm darbringen, was ihnen lieb und teuer ist*« (T-19.IV.A.a)12:6-7; 13:5).

Will ich wirklich eine solche Welt sehen, in der kein Friede möglich ist? – Die Antwort ist offensichtlich.

Aber in dieser Lektion geht es noch um mehr: ich sehe nur Vergänglichkeit, und nichts, was ich sehe, ist daher von Dauer. SEINE Wirklichkeit ist jedoch nicht vergänglich: GOTT hat nichts erschaffen, das vergehen kann. Also kann das, was ich üblicherweise sehe, unmöglich wirklich sein.

Will ich tatsächlich sehen, was gar nicht wirklich ist und daher gar nicht existiert? – Die Antwort ist sicherlich klar.

Kommentar 23

23. Januar

Diese Lektion ist eine kurze und prägnante Zusammenfassung des gesamten Kurses. In ihr ist alles enthalten, was die Praxis und den Weg von *Ein Kurs in Wundern* beschreibt. Sie beantwortet die Frage nach dem Warum und die Frage nach dem Wie.

Gestern habe ich gelernt, dass ich nur Formen von Rache in der Welt sehe. Heute wird mir nun gesagt, dass dies meine eigenen Angriffsgedanken sind, die die Formen von Rache bilden. Dabei geht es nicht nur um »meinen« Angriff, sondern auch um den Angriff »anderer« auf mich. Beide Arten von Angriff sind identisch, es gibt keine Trennung zwischen Täter und Opfer.

In dieser Lektion wird klar gesagt, was Ursache und was Wirkung ist. Die Welt ist eine Wirkung, Ursache sind die Angriffsgedanken, die ich habe. Das führt zu einer wesentlichen Folgerung: Es ist sinnlos, die Welt verbessern zu wollen, es ist vielmehr sinnvoll, meine Gedanken über die Welt ersetzen zu lassen! Das ist nicht nur sinnvoll, es ist das Einzige, was gelingen wird!

Die Welt zu verbessern ist, als wenn ich die kleine Lampe auswechsele, die im Auto leuchtet, wenn der Ölstand zu niedrig ist. Die Lampe ist keine Ursache.

Die in dieser Lektion vorgestellte grundsätzliche Kurspraxis besteht aus drei Schritten (5:2):

- Erkenne die Ursache (die eigenen Angriffsgedanken).
- Stelle fest, dass du sie nicht willst, ...
- ... damit sie ersetzt werden kann.

Entscheidend am dritten Schritt ist, dass dies nicht meine Aufgabe ist! Nicht *ich* soll andere Gedanken denken, sondern nur die ersten zwei Schritte tun, um den dritten zu *ermöglichen!*

Die Gedanken, die meine Gedanken ersetzen werden, sind bereits da. Es sind meine wahren Gedanken, die ich mit GOTT teile, und die sich daher bereits in meinem Geist befinden. GOTTES GEDANKEN sind geeint, formlos und schöpferisch, ewig und unveränderlich. Und sie werden zurzeit verschleiert durch meine Gedanken.

Heute will ich einen wichtigen Schritt tun, um die Ursache für die Welt, die ich nicht will, zu finden.

Kommentar 24

24. Januar

Nach den bisherigen Lektionen hat sich sicherlich eine Einsicht herausgestellt: Das, was ich wahrnehme, ist nicht unbedingt zuverlässig. Und heute höre ich eine Bekräftigung, einen Kernsatz des Kurses:

Meine Wahrnehmung ist falsch!

Meine Wahrnehmung ist doch schließlich die Grundlage für das, was ich erstrebe, entscheide und haben möchte? Sie ist die Basis für das, von dem ich glaube, dass es mich glücklich macht? Aber diese Basis ist definitiv falsch! Also bin ich im Irrtum in Bezug auf das, was ich wirklich will.

Im heutigen Übungsteil wird mir das mit aller Deutlichkeit vor Augen geführt. Die Übung erfordert *»viel mehr Ehrlichkeit, als du aufzubringen gewohnt bist«* (3:1). In der Tat, denn die Übung wird mir – entsprechende Ehrlichkeit vorausgesetzt – vier Dinge zeigen (6:1-2):

- Ich habe in der Regel eine Menge von Anforderungen an eine Situation, die eigentlich gar nichts mehr mit ihr zu tun haben.
- Viele meiner Ziele sind widersprüchlich.
- Ich habe niemals ein klares, einheitliches Ziel – ohne jegliche Kompromisse – vor Augen.
- Einige meiner Ziele werden mich enttäuschen – ganz unabhängig davon, ob ich sie nun erreiche oder nicht.

Nehmen wir an, ich suchte einen Job. Und da ist er, der Traumjob: Die Tätigkeit ist genau das, was ich schon immer machen wollte und die Bezahlung ist ausgezeichnet. *Den* Job will ich haben, *dann* bin ich glücklich.

Leider muss ich aber umziehen für den neuen Arbeitsplatz. Zu dumm auch, dass die neue Tätigkeit viele Dienstreisen erfordert. Und es ist auch schon abzusehen, dass es Überstunden und Wochenendarbeit geben wird. Nun ja, das ist üblich in diesem Metier. Ich habe dann eben keine Zeit mehr für meine Familie und meine Freunde ...

Und so füllt sich der Geist mit widersprüchlichen Anforderungen und Zielen. Wenn ich aber erfasse, dass ich niemals wahrnehme, was das Beste für mich ist, bin ich offen zu lernen. Und genau um diese Öffnung geht es heute.

Kommentar 25

25. Januar

Die heutige Lektion erinnert an die erste, in der es hieß, dass nichts von dem, was ich sehe, etwas bedeutet. Heute knüpfen wir an diesen Gedanken an.

Die Lektion enthält eine wesentliche Aussage: Ich bin nicht das Ego! Gleichzeitig wird mir aber vor Augen geführt, dass ich alles, was ich sehe, aus dem Blickwinkel des Ego betrachte und ihm eine dementsprechende Bedeutung gebe. Das Ego-Denkensystem geht immer von persönlichen Interessen aus und verleiht die dazu passende Bedeutung. Da ich jedoch nicht die Person bin, weil ich ja nicht das Ego bin, ist die gegebene Bedeutung vollkommen nichtig. Das wiederum heißt, ich bin gar nicht in der Lage, die Bedeutung (Sinn und Zweck) dessen, was ich sehe, zu beurteilen. Und daher weiß ich nicht, wozu irgendetwas dient, das ich sehe. Dies gilt für den kleinsten Gegenstand bis hin zum gesamten Universum: Ich habe keine Ahnung, wozu dies oder jenes dient, da alle meine Bedeutungen, die ich vom Ego-Denkensystem übernommen habe, falsch sind.

Ähnlich wie ein Hund, der stundenlang im Kreis herumläuft, um seinem eigenen Schwanz nachzujagen und dabei gar nicht bemerkt, dass dies ein Körperteil von ihm ist, sehe auch ich nicht, was zu mir gehört und was nicht. Ich halte das, was ich sehe, für real und bedeutungsvoll, weil ich mich mit dem Ego identifiziere. So merke ich nicht, dass ich – gerade durch die Bedeutung, die ich allem gegeben habe – nur die Bedeutungslosigkeit sehe (Lektion 1).

Ich weiß nicht, wozu etwas dient. Sonst würde mir einleuchten, dass *alles* zu meinem Besten dient.

Heute will ich akzeptieren, dass gerade mein »Wissen« über die Dinge verhindert zu sehen, dass alles zu meinem Besten dient. Ich will mich der Bedeutung öffnen, die GOTT den Dingen längst gegeben hat und mein geeintes Ziel erkennen. Denn persönliche Ziele, Vorlieben und Wünsche sind eine Illusion, da ich nicht »die Person« bin.

Ich öffne mich konkret in den Übungszeiten der Tatsache, dass ich nicht weiß, wozu dieses oder jenes dient. – Erst wenn ich akzeptiere, dass ich überhaupt nichts weiß, bin ich bereit zu lernen.

Kommentar 26

26. Januar

In Lektion 23 wurde gesagt, dass Angriffsgedanken unabhängig davon sind, ob ich selbst angreife oder angegriffen werde. Beides ist identisch, beides sind Angriffsgedanken. Heute höre ich etwas über ein grundlegendes Gesetz: Wenn ich glaube, angreifen zu können, dann glaube ich auch, angegriffen werden zu können. Und daher sehe ich mich als verletzlich an.

Dasselbe Gesetz dient meiner Erlösung: Wenn ich LIEBE ausdehne, statt Angriff nach außen zu projizieren, sehe ich meine wahre unverletzliche Natur. Das Gesetz wird dann nicht mehr von mir missbraucht, sondern dient dazu, zu erkennen, was ich wirklich BIN.

Jeder Angriff ist immer nur ein Angriff auf mich selbst, völlig unabhängig davon, ob ich selbst angreife oder angegriffen werde. Nur meine Gedanken können mich angreifen, denn ich sehe nur meine Gedanken, wie in den vorhergehenden Lektionen ausführlich dargelegt wurde. Meine Angriffsgedanken beziehen sich also immer auf Ursachen außerhalb von mir, aber dort ist nichts!

In Kapitel 10 des Textbuches steht: *»Nichts außerhalb von dir kann dich furchtsam oder liebevoll machen, weil nichts außerhalb von dir ist. [...] Du kannst in deiner Einbildung gegen die Gesetze GOTTES verstoßen, aber du kannst ihnen nicht enttrinnen. Sie wurden zu deinem Schutz erlassen und sind ebenso unversehrt wie deine Sicherheit. GOTT schuf nichts neben dir, und neben dir existiert nichts, denn du bist Teil von IHM. Was außer IHM kann existieren? Nichts kann geschehen, was außerhalb von IHM ist, weil nichts außer IHM wirklich ist«* (T-10.Einl. 1:1,5-6; 2:1-3 – siehe zum Vergleich auch Kommentar 11).

Daher will ich in der heutigen Übungszeit meine Sorgen, Ängste, bösen Vorahnungen und sonstigen »Bedrohungen« in Bezug auf konkrete Situationen betrachten. Ich will sie nutzen, um zu verstehen, dass die zugrunde liegenden Gedanken immer nur mich selbst angreifen.

Ich will die Gesetze GOTTES nicht mehr missbrauchen.

Kommentar 27

27. Januar

Den heutigen Gedanken habe ich schon in ähnlicher Form in Lektion 20 geübt, aber heute gehe ich noch einen Schritt weiter. Heute ziehe ich mein wirkliches Ziel nicht nur in Betracht, sondern ich bekräftige es: Mir geht es nur um die Wahrheit. Die will ich sehen. Dies ist mein einziges Ziel. Darin will ich keine Kompromisse eingehen.

Meine Wünsche, meine Gedanken, erzeugen das, was ich sehe, so habe ich in den letzten Lektionen häufig gehört. Das ist kein Sehen. Es ist mein Ersatz für die Wahrheit, so hieß es. Will ich also wirklich sehen, ist das wirklich mein Wunsch, dann sehe ich. Ich bräuchte die heutige Lektion eigentlich gar nicht.

Dieses Prinzip kenne ich auch aus den Evangelien, denn vor jedem Heilungswunder fragte Jesus ausdrücklich nach: »Willst du geheilt werden?« (vergleiche Joh 5,6). Und die Heilung konnte geschehen. Der geeinte Wille, der auf ein einziges Ziel ausgerichtete Wunsch, genügt und versetzt buchstäblich Berge. Mehr ist nicht erforderlich. Heilung ist einfach.

Mein Wille ist jedoch zersplittert und nicht ausgerichtet auf ein einziges Ziel, ich sehe eine Welt der Fragmente. Vielleicht habe ich nun die Befürchtung, ich müsste etwas aufgeben und alle anderen Wünsche – außer diesem einen Heilungswunsch – aus dem Gedächtnis verbannen, ich müsste meine eigenen Wunschvorstellungen vielleicht sogar bekämpfen. Davon ist hier überhaupt nicht die Rede. Im Kurs gibt es kein Opfern oder Aufgeben, obwohl ich das mitunter so empfinde. Mein einziges einheitliches Ziel »*kostet niemanden etwas*« (2:3). Auch mich nicht. Im Gegenteil, es »*kann nur segnen*« (2:5).

Wie wichtig die Vereinigung aller meiner widersprüchlichen Wünsche ist, zeigt die heutige Kurspraxis: Nach Möglichkeit soll ich alle fünfzehn oder zwanzig Minuten mein Ziel bekräftigen, denn Struktur ist für den ungeschulten Geist wesentlich, so wurde es mir bereits (siehe Lektion 21) gesagt. Aber es braucht und soll nicht in Schuldgefühle auszuarten, wenn ich es einmal versäume, »korrekt« zu handeln. Ich beginne einfach von Neuem mit dieser Struktur.

Die heutige Lektion ist einfach, aber wesentlich. Ein simples Ausrichten auf mein Ziel, durch einen einzigen Satz. Das kann ich auch dann, wenn ich gerade wieder mal »keine Zeit« habe oder »anderweitig beschäftigt« bin. Das kann ich sogar mitten in einem Gespräch. Darum will ich dies heute nach meinen besten Kräften tun.

Kommentar 28

28. Januar

»Vor allem will ich sehen«, so hieß der gestrige Leitgedanke (Lektion 27, siehe auch Kommentar zu Lektion 21). Und auch heute sehe ich eine Unzahl von verschiedenen Gegenständen um mich herum, denen ich allen einen unterschiedlichen Zweck gegeben habe: Heute sehe ich also wieder nicht! Daher will ich den gestrigen Gedanken einer geeinten Zielsetzung festigen, indem ich ihn heute konkret anwende. Dazu wähle ich, wie schon in vielen vorhergehenden Lektionen geübt, in den Übungszeiten beliebige Gegenstände aus. Diese »sehe« ich bisher falsch, da ich ihnen meine Bedeutung gegeben habe. Heute will ich sie anders sehen. Ich weiß nicht, »wie anders« oder als was ich sie sehen soll. Das ist auch nicht von Belang, und es ist auch nicht meine Aufgabe, ihnen eine andere Bedeutung zu geben. Meine Aufgabe ist es nur, sie anders sehen zu wollen. Mehr wird nicht verlangt.

Ein einfacher Gegenstand, ein Tisch zum Beispiel, kann mich lehren, wer ich wirklich BIN. Denn dieser einfache Gegenstand kann mir die *wahre* Bedeutung des gesamten Universums zeigen. »Unter all deinen Vorstellungen über ihn liegt sein wirklicher Sinn und Zweck verborgen, der Sinn und Zweck, den er mit dem gesamten Universum teilt« (5:3).

Im Textbuch heißt es in der wunderbaren Einleitung zu Kapitel 23 (Absatz 6): »Um dich herum ist nichts, das nicht Teil von dir ist. Sieh es voll Liebe an, und sieh das Licht des HIMMELS in ihm. So wirst du alles das verstehen lernen, was dir gegeben ist. In gütiger Vergebung wird die Welt funkeln und leuchten, und alles, was du einst für sündig hieltest, wird jetzt als Teil des HIMMELS neu gedeutet. Wie schön ist es, rein und erlöst und glücklich durch eine Welt zu wandeln, die die Erlösung bitter nötig hat, die deine Unschuld ihr verleiht! Was kann für dich wertvoller sein als dies? Denn hier ist deine Erlösung und deine Freiheit. Sie muss vollständig sein, wenn du sie wiedererkennen willst.«

Meine Freiheit und Erlösung muss vollständig sein. Also will ich mit diesem Tisch vor mir beginnen, denn er kann mir die Erlösung zeigen.

Kommentar 29

29. Januar

Die heutige Lektion ist einer der Gründe, warum dem Kurs von manchen »Experten« Pantheismus (von *pān* »alles« und *theós* »Gott«) nachgesagt wird, wonach Gott (oder das Göttliche) mit allem eins ist – mit allem in der Welt. So wird beispielsweise *Das unpersönliche Leben*, angeblich Elvis Presleys Lieblingslektüre, gerne als »Kurs in Kurzform« bezeichnet, weil Gott darin ebenfalls als eine unpersönliche geistige Kraft vorkommt, welche nicht nur mit dem Weltganzen identisch ist, sondern die Idee der Welt hervorgebracht hat.

Nichts trifft die Aussagen des Kurses weniger als eine solche Behauptung. Der Kurs sagt eindeutig »*Es gibt keine Welt!*« (Ü-I.132,6:2), also kann GOTT nicht mit der Welt identisch sein. »*Sicherlich ist GOTT beispielsweise nicht in einem Tisch, wie du ihn siehst*« (2:3).

Trotzdem und gerade deshalb erklärt der heutige Leitgedanke alle bisherigen Lektionen und wird sogar als Grundlage für die Schau bezeichnet.

So wie ich die Dinge zurzeit sehe, ist GOTT natürlich nicht in ihnen enthalten. Ein Tisch ist ein Tisch, er hat eine glatte Oberfläche, ich kann ihn zum Essen benutzen oder als Schreibtisch. Er hat absolut keine metaphysische, spirituelle oder transzendente Bedeutung und er ist höchst vergänglich. Daher offenbart mir der Tisch nicht GOTT, sondern er hilft mir, IHN zu verbergen. Denn mein derzeitiges »Sehen« zeigt mir nur Bedeutungslosigkeit.

Gestern habe ich gelernt, dass der Tisch seinen Sinn und Zweck mit dem gesamten Universum teilt. In Lektion 25 hieß es: »*Alles ist zu deinem Besten. Das ist es, wozu es dient; das ist sein Sinn und Zweck; das ist es, was es bedeutet*« (Ü-I.25.1:5-6). Das ist der wahre Sinn und Zweck, den GOTT mit uns teilt: unsere Freude, unser Glück, unsere Ganzheit.

Daher ist GOTT in allem, was ich sehe, weil alles GOTTES Sinn und Zweck teilt. Zurzeit kann ich das nicht sehen, weil mein Sehen die Schau verhindert. Und so sehe ich GOTT nirgends. Ich sehe IHN überhaupt nicht, ER existiert für mich gar nicht, weil ich IHN durch mein Sehen verborgen habe.

Erst die Schau zeigt mir GOTT in allen Dingen, weil alle Dinge seinen Zweck teilen. Und das will ich mir heute zeigen lassen.

Kommentar 30

30. Januar

Der gestrige Leitgedanke war die Grundlage der Schau, des wirklichen Sehens mit dem HEILIGEN GEIST. Die heutige Lektion ist das Sprungbrett für die Schau.

In einigen der vergangenen Lektionen wurde mir gesagt, dass mein derzeitiges Sehen mir nicht etwas zeigt, das »da draußen« getrennt von mir ist, sondern dass ich meine Gedanken nach außen projiziere, weil ich sie nicht haben will und weil ich nicht wahrhaben will, dass diese Gedanken etwas mit mir zu tun haben. Schuld ist das beste Beispiel: Ich will sie loswerden, also projiziere ich sie nach außen und »der Andere« ist schuld.

Da es aber dort draußen nichts gibt, sehe ich nur meine eigenen Gedanken. Und heute nutze ich diese »Gewohnheit«, indem ich eine neue Art der Projektion übe. Anstatt das zu projizieren, was ich unbewusst loswerden will, projiziere ich, was ich in meinem Geist sehen will! Will ich also meine eigene Unschuld sehen, projiziere ich eben Unschuld. Will ich sehen, dass GOTT in mir ist, projiziere ich GOTT. Und ich sehe, dass »GOTT in allem ist«.

Mein derzeitiges Sehen zeigt mir dagegen nur Unterschiede und Fragmente. Die Schau zeigt mir Einheit: Sehe ich GOTT in allen Dingen, und »ist GOTT in mir«, dann »sind wir eins«. Allen Watson hat einmal ein schönes Bild gebraucht: Ich sehe »mit GOTT in meinem Kopf«. Und damit auch »mit SEINEN Augen«. Was sehe ich dann? – Ich sehe nur Nichtgetrenntheit und deshalb nichts als Unschuld. Unnötig zu sagen, dass es daher weder einen von mir getrennten GOTT geben kann, noch einen fremden oder eigenen Körper, dessen Kopf mit irgendwelchen Augen sieht.

Diese Unschuldsvermutung ist zunächst einmal nur Theorie. Nur meine Erfahrung wird mir zeigen, was wahr und was falsch ist. Und genau deshalb mache ich diesen Kurs.

In den heutigen Übungszeiten lerne ich, dass Sehen nichts mit dem physikalischen Sehen der Augen zu tun hat. Darum führe ich die Übungen teilweise mit geschlossenen Augen durch und beziehe somit Dinge ein, die sich nicht in meinem unmittelbaren Sichtfeld befinden.

GOTT IST – in meinem Geist.

Die Welt zeigt mir, was in meinem Geist zu sein scheint. Wie will ich also die Welt sehen? Will ich die Welt mit GOTT in ihr sehen? Will ich das nicht, zeigt die Welt mir nur meinen Unwillen, GOTT in mir zu sehen, sie zeigt mir die Angst vor GOTT.

Kommentar 31

31. Januar

Heute beginne ich mit meiner Befreiungserklärung, mit meinem Weg in die Unabhängigkeit von den Dingen dieser Welt. Und dazu nutze ich einen sehr zentralen Begriff aus meinem bisherigen Verhaltens-Repertoire: das Opfer! In der heutigen Lektion gibt es nicht sehr viel, was über das Ego, GOTT oder die Welt zu sagen ist. Eigentlich gibt es nur einen einzigen Punkt: das Opfer! Und dass ich nicht das Opfer der Welt bin, die ich sehe.

Verweile ich ein wenig bei dem Opferbegriff, so stelle ich schnell fest, wie sehr ich mich als Opfer der Welt sehe: Ich bin ein Opfer des Chefs, der mich benachteiligt, ein Opfer des Autofahrers, der mir gerade den Parkplatz vor der Nase weggeschnappt hat, ein Opfer des Arztes, der mich falsch behandelt hat, aber auch ein Opfer des Wetters, das mich nass werden und frieren lässt, ein Opfer ...

Und dann sind da noch die »inneren Zustände«: Ich bin ein Opfer meiner Gedanken, die sich im Kreise drehen, ein Opfer meines fehlenden Verständnisses dessen, was *Ein Kurs in Wundern* mir eigentlich sagen will, ein Opfer meiner fehlenden Bereitschaft zu sehen, ein Opfer ...

In gewisser Weise scheint das sogenannte »Jugendbuch« *Die Tribute von Panem* diesen Albtraum des Opfern- und Abgebenmüssens, damit andere auf meine Kosten triumphieren oder überleben können, widerzuspiegeln. Im Grunde geht alles immer nur um meine eigenen »Hungerspiele der Angst«: Irgendjemand muss immer bezahlen und ich versuche, möglichst nicht dieser »Jemand« zu sein.

All das wische ich mit einer einzigen Feststellung weg, dass ich kein Opfer bin. Ich bin kein Opfer dieser Welt, die ich da zu sehen glaube. Welch eine Befreiung!

Die Lektion beschäftigt sich ansonsten hauptsächlich mit der Struktur der zukünftigen Übungspraxis: eine stille Zeit am Morgen und am Abend und die regelmäßige Anwendung des Leitgedankens, auch als Antwort auf jegliche Art von Versuchungen, die tagsüber auftreten. Diese Übungspraxis wird nun eine ganze Weile beibehalten. Und sie ist die Einübung der ständigen Praxis, über das Übungsbuch hinaus, wie im Handbuch für Lehrer, Kapitel 16, beschrieben wird: *»Wie sollte der Lehrer Gottes den Tag verbringen?«*

Daher will ich heute mit dieser Struktur beginnen und sie, so gut es eben geht, beibehalten. Denn von mir wird nur verlangt, die Leitgedanken so anzuwenden, wie ich dazu angeleitet werde. Ich brauche sie nicht zu mögen, nicht zu verstehen, nicht zu akzeptieren. Ja, ich kann sie sogar ablehnen! Ich soll sie einfach nur *anwenden*. Das ist der Kern des Kurses.

Februar

Die ersten Lektionen des Kurses dienen dazu, meine bisherigen Vorstellungen über die Welt und damit über mich zu hinterfragen, denn diese Vorstellungen können mich nicht glücklich machen. Sie zeigen mir eine Welt, die nicht existiert.

Langsam ist eine Übungsstruktur aufgebaut worden, die bis zum Ende der ersten vier Wochen gefestigt wurde. Das Schema setzt sich auch in diesem Monat fort. Zum Ende des Monats ist ein erster Lernabschnitt beendet und es folgt eine Zusammenfassung mit Wiederholungen.

Kommentar 32

1. Februar

Die Lektionen des vergangenen Monats führten mich langsam aber stetig zu dem heutigen Gedanken. Gestern habe ich gelernt, dass ich nicht das Opfer der Welt bin. Heute erfahre ich den Grund dafür: weil ich die Welt erfunden habe!

Dieser Gedanke kann sehr erschreckend sein. Er führt zu vielen Fragen, die plötzlich auftauchen, denn er stellt meine gesamten Ansichten über die Welt und mich vollständig auf den Kopf. Ich soll die Situation, die mich gerade ärgert, erfunden haben? Dies ist sicherlich einer der Gedanken, von denen in der Einleitung des Übungsbuchs gesagt wird, dass ich mich ihm vielleicht sogar aktiv widersetze (Absatz 9).

Aber *Ein Kurs in Wundern* ist kein philosophisches Werk, sondern ein praktischer Kurs. Es kann nicht oft genug wiederholt werden, was der Kurs zu den Leitgedanken der einzelnen Lektionen sagt: Ihre Anwendung ist wichtig, nicht das Verstehen oder die Akzeptanz. Der Kurs versucht nicht, mir ein neues Glaubenssystem überzustülpen, sondern führt mich durch die Anwendung zur Erfahrung.

Das ist das Wunder: die Erfahrung, die sich aus der Anwendung ergibt. Das ist der Beweis, den der Kurs liefert: die Erfahrung, nicht die logische Schlussfolgerung!

Heute präsentiert der Kurs wieder zunächst einmal den Gedanken und lässt mich dann üben, um den Beweis zu erbringen. Denn die Aussage ist wirklich sehr tief greifend. An verschiedenen Stellen im Textbuch wird diese Aussage aufgegriffen und wiederholt. Sie ist ein Kerngedanke, auf dessen Gültigkeit der Kurs besteht. Er zeigt mir, dass ich bisher Ursache und Wirkung verwechselt habe.

Wenn ich nämlich ein wenig über den heutigen Leitgedanken nachdenke, dann stelle ich fest, dass ich nur zwei Möglichkeiten habe: Entweder habe ich diese Welt tatsächlich erfunden oder ich bin ein Opfer der Welt. Entweder bin ich also die Ursache oder die Wirkung. Eine andere Möglichkeit gibt es nicht! – Bin ich der Träumer, der dies alles erfunden hat oder eine Figur im Traum eines anderen, zum Beispiel »Gottes«?

Bin ich jedoch nicht die Ursache, dann hänge ich von der Gnade der Welt ab, bin also ein Opfer. Bin ich aber die Ursache, dann gibt es Hoffnung! Denn: *»Du kannst sie ebenso leicht aufgeben, wie du sie erfunden hast«* (1:3).

Bin ich ein Opfer, so werde ich in letzter Konsequenz niemals wirklich glücklich sein können.

Kommentar 33

2. Februar

Die bisherigen Lektionen haben mir deutlich gezeigt, dass ich eine bestimmte Sichtweise auf die Welt – und damit auf mich – habe. Auf unterschiedliche Art und Weise wurde meine bisherige Sichtweise hinterfragt, und mir wurde nach und nach die Möglichkeit aufgezeigt, dass es einen anderen Weg gibt, die Welt zu sehen. Nachdem die gestrige Lektion mir gezeigt hat, dass ich nicht das Opfer der Welt bin, sondern sie erfunden habe, wird mir heute die Macht des Geistes, der ich BIN, zurückgegeben.

Ich kann eine Wahl treffen, die mir bisher verborgen war. Das zeigt mir die heutige Lektion. Ich bin nicht das Opfer, sondern ich habe eine Wahl!

Auch die heutige Lektion befasst sich sehr praktisch mit meiner Sichtweise der »äußeren« und der »inneren« Welt. Die ganze Welt, alle Situationen und Umstände, »innen« wie »außen«, sind mein Übungsfeld! Der Kurs spielt sich normalerweise nicht in der einsamen abgeschiedenen Klausur ab, es ist kein Rückzug notwendig. Im Gegenteil, die Anwendung erfolgt genau hier, wo ich bin und genau jetzt, in dieser Situation.

Daher will ich heute so oft wie möglich die Vielzahl der Situationen, die meine Welt ausmachen, für den Blick auf die Tatsache nutzen, dass es eine andere Möglichkeit gibt, dies zu sehen. Bei vielen Gelegenheiten wird mich das sicherlich erstaunen, bei einigen Situationen werde ich das möglicherweise sogar ablehnen, da ich nicht daran glaube, dass es eine andere Sichtweise gibt. Und vielleicht werde ich mich auch hier und da widersetzen und dies für unsinnig halten. Es geht jedoch, wie immer, um die Anwendung.

Von mir wird jedoch nicht verlangt, eine Möglichkeit zu suchen oder mir vorzustellen, wie diese andere Betrachtungsweise auszusehen hat. Das ist auch nicht meine Aufgabe und wird es niemals sein. Es geht nur um die Tatsache, dass es eine andere Art gibt, die gegebene Situation zu sehen. Darauf wird meine Aufmerksamkeit gelenkt. Mehr wird nicht verlangt.

Die längeren Übungszeiten am Morgen und am Abend werden wieder etwas ausgeweitet (auf fünf Minuten), während die kürzeren Übungszeiten keiner festen Struktur folgen. Es heißt aber: so oft wie möglich und immer dann, wenn mich etwas quält.

Kommentar 34

3. Februar

Heute erfahre ich, dass ich »stattdessen« – also anstelle meiner Sorgen und Befürchtungen, meines Unbehagens oder Missmuts – in einer gegebenen Situation etwas anderes sehen kann, nämlich: Frieden. Das ist es, was ich in jeder Situation wählen kann: Frieden. Das ist das Ziel, das der Kurs mir zeigt, das ist, was ich wirklich will: Frieden.

Der Kurs nennt es Geistesfrieden, also Frieden des Geistes. Und mittlerweile habe ich gelernt, dass nur dieser Frieden wirklich ist, denn er dehnt sich »nach außen« aus. Frieden in der Welt kann ich nur sehen, wenn ich den Frieden in meinem Geist sehe. Daher konzentriert sich die heutige Lektion auf die »die innere Welt«.

Daraus ergibt sich eine sehr praktische Folgerung für den Umgang mit unangenehmen Situationen. Ich muss nicht erst an der Situation etwas ändern und sie so arrangieren, dass sie mir »zusagt«. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass Angst und Panik keine guten Ratgeber sind, um in einer Stresssituation sachgerechte Entscheidungen zu treffen. Wenn ich aber, wie in der Lektion empfohlen, mir zunächst sage, dass ich meine Sichtweise ändern und Frieden sehen kann, dann beruhigt allein das schon ein wenig. Ich kann dann aus einer ruhigeren Haltung heraus die notwendigen Entscheidungen treffen, auch wenn ich noch nicht bereit bin, die Entscheidung IHM zu überlassen.

Der Übungsteil dieser Lektion ist nicht einfach nur eine Affirmation. Es geht um Ergebnisse. Am Ende der Lektion, wo es um die praktische Anwendung bei konkreten »*Attacken gegen deinen Geistesfrieden*« (6:1) geht, wird gesagt, dass der Leitgedanke wiederholt eingesetzt werden soll, »*bis du ein gewisses Gefühl der Erleichterung verspürst*« (6:2). Der Kurs nutzt immer wieder das Mittel der Wiederholung, um den Geist durch Ergebnisse zu überzeugen. Das ist bei *Ein Kurs in Wundern* nicht anders als bei jedem anderen Kurs.

Die Lektion zeigt mir, dass ich Frieden sehen könnte. Sie sagt nicht, dass ich Frieden sehen soll. Das ist ein entscheidender Unterschied. Denn die Lektion kann sonst zu einem weiteren Grund für Schuldgefühle missbraucht werden.

Es geht zuallererst darum, dass ich in Frieden mit meinem Geist bin! *In* meinem Geist BIN ich es nie anders gewesen.

Kommentar 35

4. Februar

Die Kernfrage jeder religiösen und spirituellen Praxis seit jeher lautet: »Wer bin ich?«

Auf diese Frage hat es schon viele Antworten gegeben und es wird noch weitere geben. Moderne wissenschaftliche Erklärungsversuche könnten lauten: »Ich bin ein Gebilde aus Kohlenstoffverbindungen.« Oder: »Ich bin eine Funktion des Gehirns.« Oder auch: »Ich bin ein Entwicklungsprodukt der Evolution.« Etablierte religiöse Richtungen hingegen beharren gerne auf einer strikten Trennung zwischen Schöpfer und Geschöpf und könnten beispielsweise die folgende Aussage unterstreichen: »Ich bin ein in Ungnade gefallener Teil der Schöpfung Gottes!«

Die Antwort von *Ein Kurs in Wundern* findet sich an vielen Stellen des Textes und auch in der heutigen Lektion. Wie schon hervorgehoben wurde, sind das jedoch keine Glaubenssätze, die akzeptiert oder abgelehnt werden können, denn der Kurs zielt auf Praxis und Erfahrung, nicht auf dogmatische Theorien.

Das, was ich derzeit glaube zu sein, bezeichnet der Kurs als Bild. Meine angenommene Identität ist ein Bild unter vielen anderen Bildern, sorgfältig von mir arrangiert, um nicht zu erkennen, wer ich BIN. Das Bild soll meine QUELLE verbergen, denn SIE würde mich ja »abhängig« machen. Dies versucht das Ego um jeden Preis zu verhindern, denn dann könnte es sich nicht mehr aus sich selbst heraus speisen. Deshalb verschleiert es meinen wahren URSPRUNG.

Meine wahre IDENTITÄT wäre der Tod des Ego-Denkensystems, denn – ich bin tatsächlich abhängig. Das ist jedoch kein Grund für Angst und Unbehagen, sondern ein wahrer Grund zur Freude!

Ich bin abhängig von meiner QUELLE, und diese QUELLE ist Freude ohne Gegenteil!

Methodisch zeigt mir der Kurs in den meisten Fällen das, was ich *nicht* bin. Je öfter ich dieses Bild anschau, desto mehr verblasst es. Denn das Licht zeigt mir, was es wirklich ist: nur ein Bild. Und nur ein Bild, das Teil der Dunkelheit ist, behält seinen Schrecken und kann mit der Wahrheit verwechselt werden.

In der heutigen Lektion erinnert mich der Kurs daran, was ich wirklich BIN. Das ist sicherlich noch schwer zu akzeptieren: In der Welt der Bilder, in der ich glaube zu sein, gibt es wenige Beweise für diese Erinnerung.

Heute will ich einen wichtigen Schritt tun, das Bild, das ich von mir gemacht habe, durch die Erinnerung an meine QUELLE ersetzen zu lassen.

Kommentar 36

5. Februar

Meine Identität bestimmt meine Welt. Das heißt, so wie ich mich sehe, so sehe ich die Welt. Nachdem ich gestern an meine wahre IDENTITÄT erinnert wurde, dehne ich diese heute auf die Welt aus. Heute will ich die Heiligkeit in der Welt sehen.

Der Begriff »heilig« ist gleichbedeutend mit unschuldig, erlöst oder ganz und heil. Es ist ein Entweder-oder-Begriff, was soviel heißt, dass ich mich und die Welt nicht ein wenig heil oder sündenlos sehen kann. Ein bisschen tot oder ein bisschen lebendig ist nicht möglich, also entweder ganz – oder gar nicht.

Hier tritt ein wesentlicher Unterschied zwischen der Sichtweise des Ego-Denkensystems und der Sichtweise des HEILIGEN GEISTES zutage. Zunächst könnte es so aussehen, als ob ich zuerst mich als heilig ansehen müsste, um dann die Welt als heilig zu sehen. Das Ego-Denkensystem lebt schließlich vom Vergleichen und Unterscheiden, ist es doch grundsätzlich auf Gegensätzen aufgebaut. Sehe ich zum Beispiel die Welt als heilig an, dann muss ich selbst zunächst einmal unheilig sein – jedenfalls aus Sicht des Ego-Denkensystems, welches immer auf einem Entweder-oder oder Davor-danach besteht.

Es bedarf jedoch keiner Vorbereitung, zunächst mich oder die Welt als heilig sehen zu müssen, um dann den weiteren Effekt zu erzielen. Für den HEILIGEN GEIST ist beides ein und dasselbe: Sehe ich mich als heilig, sehe ich auch die Welt als heilig. Sehe ich die Welt als heilig, sehe ich auch mich als heilig. Was hindert mich also daran, mich als heilig zu sehen? Nur die Tatsache, dass ich die Welt eben nicht als heilig ansehe!

Die Welt als heilig anzusehen, heißt jedoch nicht, dass die Welt außerhalb von mir heilig ist oder überhaupt existiert. Es heißt einfach nur, dass ich statt der Bilder, die ich projiziert habe, nun meine wahre IDENTITÄT ausdehne, also das, was ich wirklich BIN.

Nun sehe ich alles, die Welt und mich, nur noch mit SEINEN Augen. Und nur dann umhüllt Heiligkeit »alles, was ich sehe« (Leitged.). Weil es meine Heiligkeit ist. Und weil ich auf diese Weise meine Heiligkeit wiedererkenne.

Kommentar 37

6. Februar

Die Welt basiert auf der Idee des Opfern. Einer muss immer bezahlen. Und wo einer gewinnt, da gibt es auch mindestens einen Verlierer. Dieses Opferbewusstsein zu ändern, das ist meine Aufgabe, indem ich die Welt durch meine Heiligkeit sehe. Das ist mein Sinn und Zweck. Es ist der überhaupt einzige Sinn und Zweck, den ich »hier« habe. Spricht der Kurs im Textbuch von meiner Funktion, die ich hier habe, so ist genau das damit gemeint. Und ich habe nur diese eine Funktion hier.

Was ich wahrnehme, ist die Widerspiegelung dessen, wie ich mich selbst sehe. Sehe ich meine Heiligkeit, sehe ich diese auch in der Welt. *Ein Kurs in Wundern* bezeichnet dies als Schau – im Gegensatz zu meinem herkömmlichen Sehen. In den vergangenen Lektionen habe ich bereits gehört, dass dieses herkömmliche Sehen kein Sehen ist, sondern nur Bildermachen. Was ich aber will, ist die Schau.

Diese Schau kann jedoch keine Nabelschau sein, sie ist nicht privat. Sie verändert die Welt, indem ich nicht die Symptome kuriere, sondern die Ursache verändere. Das ist die Idee, die der Kurs vertritt: Segne ich die Welt durch meine Heiligkeit, die ich in allen meinen Brüdern sehe, erinnere ich sie an ihre Heiligkeit. Schon in Lektion 18 wurde mir gesagt, dass ich die Wirkungen meines Sehens nicht alleine erfahre.

Bist du schon einmal einem Menschen begegnet, den du als »heilig«, »heil« oder »ganz« bezeichnen würdest? Oder einem Menschen, in dessen Umfeld du ein ungewöhnliches Gefühl der Ruhe und des Friedens empfunden hast?

Das Bemerkenswerteste im Umfeld eines solchen Menschen ist die spürbare Veränderung der Umgebung. Er sieht offenbar etwas, das ich nicht sehe. Er stellt keine Forderungen an mich, er erwartet nichts, aber er scheint etwas zu geben – ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Er weiß, dass Geben der Beweis für das Haben ist. Er tut nichts, und verändert genau dadurch die Welt. Damit ist nicht gemeint, er tut demonstrativ nichts und schaut dabei salbungsvoll in die Runde. Nein, er ist nichts Besonderes, er tut nichts Besonderes und er hält sich nicht für jemand Besonderen. Im Gegenteil, er segnet die Welt durch seine Heiligkeit, es ist SEINE Heiligkeit, weil ER sie in allen Aspekten der Welt sieht.

Diese Schau soll heute meine Übung sein.

Kommentar 38

7. Februar

Gestern war von meiner Heiligkeit die Rede. Sie bezog sich auf die Art und Weise des Sehens, auf die Schau, die der Kurs anbietet. Der Begriff »Heiligkeit« führte dabei nicht unbedingt zu vollständiger Akzeptanz, denn er war bisher anderweitig besetzt. Was diese Heiligkeit eigentlich bedeutet, war mir vielleicht nicht so ganz klar.

Heute nun zeigt mir die Lektion in aller Deutlichkeit, was Heiligkeit bedeutet. Es gibt nichts, was sie nicht vermag. Ihre Macht ist vollkommen unbegrenzt, denn durch meine Heiligkeit wird *»die Macht GOTTES manifestiert«* (2:1) und zugänglich. Sie kann *»allen Schmerz beseitigen, allem Kummer ein Ende setzen und alle Probleme lösen«* (2:4). – Zu diesem Zeitpunkt ist es jedoch äußerst unwahrscheinlich, dass ich eine solche Heiligkeit auch nur ansatzweise im Zusammenhang mit mir sehe.

Das zeigt mir, wie sehr ich diese Lektion nötig habe. Denn meine Identität, die ich mir zugelegt habe, ist so weit von dem entfernt, was ich BIN, dass ich es mir in keinsten Weise vorstellen kann. Mein Glaube an Kleinheit ist so sehr ausgeprägt, dass ich jede Aussage über das, was ich BIN, schlichtweg nicht glauben kann oder sogar ablehne.

Die heutige Lektion ist ein Anfang, mir meine IDENTITÄT – und damit meine wahre Macht – zurückzugeben. Indem ich den Leitgedanken auf alltägliche Situationen anwende, wächst meine Bereitschaft ein wenig, ihn anzunehmen. Und mit jeder Anwendung wächst die Bereitschaft vielleicht ein wenig mehr.

Der Leitgedanke ist, wie auch die Leitgedanken der übrigen Lektionen, kein Gebot, das ich glauben muss. Er wird durch Erfahrung gelernt. Es geht immer nur darum. Und wer kennt nicht Menschen, die in schier ausweglosen Situationen »wahre Wunder« vollbracht haben?

Ist meine Heiligkeit und die damit verbundene Bedeutung also wirklich undenkbar? Nein! – Darum will ich mich durch die heutige Anwendung daran erinnern.

Kommentar 39

8. Februar

Die heutige Lektion muss sehr wichtig sein, denn wenn ich die Übungsanweisungen betrachte, sind diese besonders intensiv. Vier längere Übungszeiten von mindestens fünf Minuten werden dringend empfohlen, es dürfen auch mehr Übungen und von längerer Dauer sein. Dazu kommen die kürzeren Übungszeiten, drei bis vier pro Stunde, möglichst sogar noch öfter.

Dies zeigt, dass diese Lektion eine der Kernlektionen ist. Es zeigt aber auch, dass der Leitgedanke ständiger Wiederholung bedarf. Ohne Zweifel beinhaltet die Lektion alles, was der Kurs aussagt. Letztlich gilt das jedoch für alle Lektionen des Kurses.

Die Kernfrage lautet: *»Wenn Schuld die Hölle ist, was ist dann ihr Gegenteil?«* (1:1, 2:1). Dies wird gleich zweimal gefragt, und dann wird noch einmal nachgefragt, ob ich glaube, dass Schuld die Hölle sei.

Die Antwort auf diese Frage ist keine *»intellektuelle Glanzleistung«* und keine *»logische Spielerei«* (1:3). Im ersten Absatz der Lektion wird nachdrücklich gesagt, dass die Leitgedanken der Übungen sowie das gesamte Textbuch *»ganz einfach, ganz klar und völlig unzweideutig «* sind (1:2). Der Kurs beschäftigt sich *»nur mit dem völlig Offensichtlichen, das in den Wolken der Komplexität übersehen worden ist«* (1:4).

Ist da ein Zögern bei der Beantwortung der Frage? – Ja, durchaus. Denn die Antwort wird nicht unmittelbar gesehen, obwohl sie so offensichtlich ist. Das zeigt aber auch, wie sehr ich diese Lektion brauche. Die Antwort führt nämlich direkt zu dem Leitgedanken, dass meine Heiligkeit meine Erlösung ist. Denn das Gegenteil von »Hölle« ist Erlösung. Und das Gegenteil von »Schuld« ist Heiligkeit.

Normalerweise sehe ich aber gar keine Schuld. Also ist sie für mich auch nicht die Hölle. Ich finde viele Ursachen in den verschiedenen Situationen, die dafür verantwortlich sind, dass ich Angst habe oder mich unwohl fühle. Schuld ist in der Regel nicht dabei. Obwohl und gerade weil der Schuldgedanke die Basis des Ego-Denkensystems ist. Wird diese Grundlage jedoch einmal aufgedeckt, dann führt das zum Verschwinden dieses Denkensystems. Ich könnte dann sehen, dass Schuld keinerlei sinnvolle Funktion erfüllt, und würde das ganze, darauf aufgebaute, Denksystem freudig verschwinden lassen.

Ich könnte sehen. Ich könnte danach verlangen, die Heiligkeit, die Unschuld und damit »den Himmel auf Erden« zu sehen. Darum will ich mich heute verstärkt dem Leitgedanken widmen und ihn so oft wie möglich anwenden. – Denn ich will die Hölle nicht.

Kommentar 40

9. Februar

Zwischenzeitlich sollte klar geworden sein, welchen Wert das Übungsbuch auf die Einhaltung der vorgegebenen Übungsstruktur legt. Es fallen mir immer wieder Entschuldigungen ein, warum das gerade heute so nicht möglich ist. Aber bei näherem Hinsehen stellt sich heraus, dass die Entschuldigungen auf eher wackeligen Füßen stehen. Ein *Kurs in Wundern* verlangt nichts Unmögliches. Das Übungspensum ist in der Übungsstruktur durchführbar, selbst dann, wenn ich beruflich oder privat sehr beschäftigt zu sein scheine. Dies ist kein »Sabbat-Kurs« für eine Auszeit, sondern ein Kurs, der im normalen täglichen Leben absolviert werden kann.

Ich weiß, dass mir noch die Disziplin fehlt. Das ist kein Grund für Schuldgefühle, sondern ein Grund, es erneut zu versuchen, immer wieder. Und in dieser Lektion geht es um sehr häufige einfache Assoziationen, alle zehn Minuten. Längere Übungszeiten sind nicht gefordert.

Heute begründe ich meinen Anspruch auf Glück. Es ist mein Geburtsrecht, ich bin damit gesegnet, denn ich BIN der SOHN GOTTES und nicht von IHM getrennt: *»Du brauchst den Segen GOTTES nicht, weil du ihn ewig hast, aber du brauchst den deinen. Das Bild des Ego von dir ist eines des Entzugs, der Lieblosigkeit und der Verletzlichkeit. Das kannst du nicht lieben«* (T-7.VII.3:1-3). Das Ego-Denkensystem widerspricht diesem Gedanken vehement, denn es beruht ja gerade auf dem Gedanken, dass ich von GOTT getrennt bin. Der »Segen« des Ego ist ein ständiges Mangelgefühl. Seine Bedürftigkeit äußert sich vor allem in einem unstillbaren Liebeshunger nach besonderen Beziehungen und nach Besonderheiten aller Art.

Einer der beiden »Verbrecher«, die neben Jesus gekreuzigt worden waren, bat ihn: *»HERR, gedenke an mich, wenn du in dein Reich kommst! Und Jesus sprach zu ihm: Wahrlich ich sage dir: Heute wirst du mit mir im Paradiese sein«* (Lk 23,42-43). Der Kurs sagt, ich *bin* bereits im Paradies und ich habe es überhaupt nie verlassen!

Das Ego-Denkensystem wird sich dem heutigen Leitgedanken mit allen möglichen Tricks widersetzen. Es gönnt mir ein ganz kleines bisschen Wohlbefinden, hinter dem jedoch schon das Unbehagen lauert. Es gönnt mir gerade so viel Wohlbefinden, dass ich das Glück, welches mein angestammtes Erbe ist, vergesse.

Unbegrenzt und bedingungsloses Glück gönnt mir das Ego keinesfalls, da es dann verschwinden müsste, denn dieses Glück würde besagen, dass die Trennung nicht wahr ist.

Kommentar 41

10. Februar

Wie heile ich eine Krankheit, die nicht existiert? Welche Heilmethode ist dazu am besten geeignet, und welche wird funktionieren? Die Antwort ist offensichtlich: überhaupt keine! – Es kann keine Heilung geben, wenn es die Krankheit gar nicht gibt!

Warum unternehme ich dann so viele Anstrengungen, die Angst, die Einsamkeit, die Depression, den Schmerz – die Krankheit mit »geeigneten« Mitteln zu heilen, obwohl das niemals wirklich funktionieren kann? Die Symptome mögen zwar eine Zeit lang weniger auffällig sein, vielleicht sogar kurzzeitig verschwinden. Aber ist das Heilung? Ist das zeitweilige Fehlen des Kriegsgetöses wirklich Frieden? – Nein, keinesfalls.

Warum sträube ich mich dann gegen die vernünftige Antwort, die alle diese Symptome verschwinden lässt? Warum sträube ich mich gegen die einzige Heilung, die tief in meinem Inneren verborgen ist, *»unter einer schweren, dunklen und verschleiernenden Wolkendecke wahnsinniger Gedanken, die das einzige darstellt«* (5:2), was ich sehe? Warum sehe ich nicht unmittelbar ein, dass ich nie zu GOTT zurückkehren kann – weil ER mich nie verlassen hat? Und dass die einzige Heilung in der Einsicht besteht, dass die Symptome gar nicht wahr sind?

Heute will ich nicht auf meinen eigenen »Heilmethoden« bestehen, sondern den ersten Schritt tun, SEINE heilende Präsenz, die tief in meinem Inneren immer da war und immer da ist, zu erreichen. GOTT hat mich nie verlassen, ER ist mir näher als alles, was ich jemals wahrgenommen habe. Mein LEHRER versteht aber, dass ich SEINE Lektionen noch nicht glauben kann oder will. ER verdammt mich nicht dafür, sondern hilft mir geduldig und liebevoll, GOTT zu erreichen, DER nie abwesend war. ER versichert mir, dass es möglich ist, GOTT zu erreichen. Es ist nicht nur möglich, es ist sogar natürlich. Noch mehr, es ist *»das einzig Natürliche in der Welt«* (8:3).

In der längeren Übungszeit am Morgen unternehme ich daher (für nur drei bis fünf Minuten) ernsthaft den Versuch, mich nicht von dieser dunklen, schweren Schicht der wahnsinnigen Gedanken ablenken zu lassen. Ich möchte ein Gefühl der Hinwendung nach innen erlangen, ohne den aufkommenden Gedanken Aufmerksamkeit zu schenken.

Tief in meinen Geist, weg von den Gedanken der Welt, will ich mich sinken lassen und mich damit SEINER Wirklichkeit annähern.

Kommentar 42

11. Februar

Es ist unmöglich, das Ziel des Kurses nicht zu erreichen. Ich kann nicht scheitern.

Warum nicht? Weil es GOTTES WILLE ist, dass ich nicht scheitere! Denn GOTT ist meine Stärke. Darin habe ich keine Wahl. Ich kann mir aber die Schau, die GOTT mir anbietet, nicht selbst geben. Das ist SEINE Gabe. Auch darin habe ich keine Wahl.

Meine einzige Wahl besteht darin, wie lange ich es ablehne, eine Schöpfung GOTTES zu sein und wann ich meine QUELLE akzeptiere. So steht zu Beginn des Textbuches: Freier Wille *»bedeutet nur, dass du wählen kannst, was du zu einer gegebenen Zeit lernen willst«* (T-Einl.1:5). Das gesamte Textbuch beschreibt, wie es zu den Gedanken kam, die scheinbar zur Entstehung dieser Welt führten. Es beschreibt meinen Kampf gegen GOTT, mich selbst zu erschaffen, statt meine QUELLE anzuerkennen. So machte ich das Ego. Die Welt ist mein Machwerk.

Will ich meinen dummen Kampf gegen IHN weiter fortsetzen?

»Deine Reise durch Zeit und Raum ist nicht dem Zufall überlassen. Du kannst nicht anders, als zur rechten Zeit am rechten Ort zu sein« (2:3-4). Das bedeutet jedoch nicht, dass GOTT die Ereignisse der Welt für mich arrangiert. GOTT handelt nicht in der Welt, ER kennt sie noch nicht einmal. Es bedeutet, dass es keiner besonderen Ereignisse oder Situationen bedarf, um GOTT wiederzufinden. Ich kann jederzeit SEINE Gabe annehmen, jede Situation ist geeignet und jetzt genau richtig, um SEINE Stärke zu akzeptieren. Das ist meine Wahl.

Ich bin dabei nicht allein: *»Ich gebe dir die Lampe und werde mit dir gehen. Du wirst diese Reise nicht alleine unternehmen. Ich werde dich zu deinem wahren VATER führen, DER dich so braucht wie ich. Willst du nicht mit Freude auf den Ruf der Liebe Antwort geben?«* (T-11.Einl.4:5-8).

In der heutigen Übungsphase geht es darum, die Kursgedanken zuzulassen, nicht, sie zu forcieren. Das ist einer der Gründe dafür, weshalb das Studium des Textbuches vor dem Durchführen der Lektionen des Übungsbuches empfohlen wird.

Heute will ich lernen, die Gabe GOTTES anzunehmen und meine »Gaben« dadurch ersetzen zu lassen. Denn GOTT ist meine Stärke.

Kommentar 43

12. Februar

Kann das Blatt eines Baumes, losgelöst vom Baum, irgendetwas tun? Nein. Kann meine Hand ohne den dazugehörigen Körper etwas tun? Bestimmt nicht. Kann ich losgelöst von GOTT sehen? Keineswegs.

Mein Sehen ist Wahrnehmung, es braucht etwas Wahrgenommenes und einen Wahrnehmenden. Das ist Dualität und eine solche Teilung ist in GOTTES Schöpfung nicht möglich. Wahrnehmung habe ich mir ausgedacht, GOTT kennt sie nicht. Meine Wahrnehmung, beispielsweise in Form des Sehens, ist Bildermachen, Halluzination. GOTT aber kennt nur, was der Kurs »Erkenntnis« nennt. Meine Wahrnehmung hat die Erkenntnis nun scheinbar ersetzt. Da ich aber nie von meiner QUELLE getrennt war und bin, und da ich damit die Macht der QUELLE zum Ausdruck bringe, könnte mein »Machwerk« für immer die Erkenntnis ersetzen.

Daher hat GOTT ein Bindeglied geschaffen, den HEILIGEN GEIST, DER zwischen Wahrnehmung und Erkenntnis vermittelt. ER gibt mir die Möglichkeit, meine Wahrnehmung zu läutern und so zu verändern, dass sie die Wahrheit widerspiegelt und schließlich zur Erkenntnis führt. Das ist die Funktion des HEILIGEN GEISTES und SEINE Gabe ist die Schau. Diese ist zwar immer noch Wahrnehmung, aber sie macht den Weg dafür frei, dass GOTT den letzten Schritt tut.

»GOTT ist meine QUELLE« (Leitgedanke), also kann ich nicht ohne IHN sehen. So zeugt auch jede noch so (vermeintlich) »liebvolle« Art und Weise, meinen Bruder als bemitleidenswert zu sehen, im Sinne des Kurses, von falschem Einfühlungsvermögen: *»Sich einfühlen bedeutet nicht, sich im Leiden zu verbinden«* (T-16.I.1:1). Ohne SEINE Schau verleihe ich einem Körper Wirklichkeit und schwäche meinen Bruder (und mich) damit. Das wahre Einfühlungsvermögen besteht darin, ihn mit SEINEN Augen zu sehen und sich geistig mit ihm verbinden. Dann kann ich in seinem Hilferuf meinen eigenen sehen.

Selbstverständlich bedeutet das keinesfalls, dass ich nicht helfen darf, wenn dies erforderlich ist. Es bedeutet natürlich auch nicht, dass ich nicht tröstend die Hand desjenigen halten darf, der gerade einen persönlichen Verlust zu beklagen hat. Es geht einzig und allein darum, wie ich jeden (mich eingeschlossen) sehe: als »Opfer« oder »Täter« oder einfach nur – als den heiligen SOHN GOTTES! Alles andere kann nicht sein, was ich wirklich BIN.

Mein »Sehen« bedeutet nichts, die Sichtweise des HEILIGEN GEISTES bedeutet alles. Daher will ich mir heute bewusst machen, dass ich ohne meine QUELLE nichts sehe.

Kommentar 44

13. Februar

Das, was ich »Licht« nenne, hat mit dem Licht des Kurses nichts zu tun. Licht ist spirituell, nicht materiell. Es scheint das Gegenteil von Dunkelheit zu sein, aber es kann gar kein Gegenteil haben. Denn Dunkelheit ist die vermeintliche Abwesenheit von Licht. – Licht ist jedoch niemals abwesend.

So habe ich die Welt gemacht: Ich habe die Dunkelheit erfunden und glaube nun, in dieser Dunkelheit sehen zu können. In der Dunkelheit kann man jedoch nicht sehen, sondern nur Bilder machen und diese Halluzinationen auf die Dunkelheit projizieren.

Das Licht befindet sich nicht außerhalb von mir. Daher können die Augen des Körpers auch nicht sehen, denn sie sind nur außerhalb von mir, als Fantasiegebilde, vorhanden. Das Licht befindet sich in meinem Inneren, denn nur dort kann ich sehen. Und nur von dort aus kann es sich wieder ausdehnen. Von dem christlichen Mystiker Angelus Silesius gibt es einen schönen Sinnspruch: *»Gott ist in mir und ich in Ihm. – Gott ist in mir das Feu'r und ich in Ihm der Schein: Sind wir einander nicht ganz inniglich gemein?«* (Cherubinischer Wandersmann, Buch 1:11).

Somit wird der gestrige Gedanke heute weitergeführt und ergänzt. Ich kann nicht ohne GOTT sehen. Wie aber will ich mit IHM sehen, wenn ich nicht zunächst versuche, das Licht zu erreichen, genauer gesagt, wiederzufinden? – Es hat mich doch nie verlassen.

Die heutige Übung ist für den ungeschulten Geist schwierig. Das ist jedoch kein Grund zur Verzweiflung, sondern es zeigt mir nur, dass ich die Übung brauche. Mein Geist ist nun zwar nicht mehr gänzlich ungeschult, denn er beschäftigt sich schon seit mehr als 40 Tagen mit den Lektionen und den praktischen Übungen. Aber es ist wie bei einem Marathonläufer: stehe ich völlig untrainiert aus dem Sessel auf und beschließe, Marathon zu laufen, wird mir nach spätestens 100 Metern die Luft ausgehen. Das zeigt mir, dass ich üben muss, und mit jeder Übung verschiebe ich ein wenig die Grenzen.

So ist es auch mit der heutigen Übung. Der Kurs legt großen Wert auf diese Übungsform (mindestens drei Zeiten mit drei bis fünf Minuten Dauer), denn für den geschulten Geist ist sie *»die natürlichste und einfachste der Welt«* (4:3). Daher will ich heute versuchen, das Licht in mir zu erreichen, indem ich mich in meinen Geist versenke, an allen vermeintlichen Störungen vorbei. Es ist die natürliche Richtung des Geistes. Vor allem will ich aber heute den Leitgedanken nicht vergessen und ihn so oft wie möglich wiederholen.

Kommentar 45

14. Februar

Bereits in früheren Lektionen wurde der Zusammenhang hergestellt zwischen den Gedanken, die ich glaube zu denken, und dem, was ich glaube zu sehen (z.B. in [Lektion 11](#)). Meine »privaten« Gedanken sind nicht wirklich, daher ist das, was ich sehe, auch nicht wirklich. Es ist wie in einem alten Schlagertext: »Wenn du denkst, du denkst, dann denkst du nur, du denkst.« Denn ich »sehe« meine Gedanken, indem ich sie nach außen projiziere.

Meine wahren Gedanken sind aber die, die ich mit GOTT denke, weil ich nur sie mit GOTT teile. Gedanken verlassen den Geist nicht, also sind sie ständig da – in mir. Ich kann sie finden. Denn ich denke und teile sie mit GOTT, und die GEDANKEN GOTTES sind ewig. Sie mögen zwar tief verborgen sein, unter einer Schicht von Gedanken, die ich glaube zu denken, aber sie sind da. In der Welt müssen es Gedanken der vollkommenen Harmonie sein, welche vollkommenen Frieden und völlige Sicherheit beinhalten. Sie schwanken nicht und sind absolut stabil.

Es sind GOTTES GEDANKEN – und darum auch die meinen.

Die heutige Übung bedeutet, dass ich an all meinen Gedanken vorbei gehe, denn nichts davon ist wahr. Da sind zum Beispiel die Gedanken, die meine Person betreffen – mein Image, meinen Beruf, meine Familie, meine Sicherheit und all die zahlreichen Notwendigkeiten, die ich als erforderlich für mein Überleben (und das Überleben »meiner Liebsten«) ansehe. Es sind all die Bedürfnisse, die ich mit meiner Existenz in dieser Welt verbinde. Das Ego muss ständig etwas darstellen und entsprechend »absondern«. Nichts davon ist wahr. Nichts davon hat irgendeine Bedeutung (siehe auch [Lektion 10](#)).

Das kann Angst erzeugen. Denn es sieht so aus, als ob der Kurs *alles* infrage stellt und mich desorientiert. Genau das Gegenteil ist der Fall! Wahnsinnig bin ich ja schon, der Kurs aber lenkt die Aufmerksamkeit auf meine geistige Gesundheit zurück und sagt mir, wo ich sie finde.

Das Licht, mit dem ich gestern geübt habe, war ziemlich abstrakt. Heute nun geht es um Gedanken. Nicht nur um meine konkreten Gedanken, sondern um meine wirklichen Gedanken, welche mich zu SEINEN GEDANKEN der Wahrheit hinführen. Sie will ich finden, denn sie sind in mir, da sie den Geist nie verlassen haben.

Kommentar 46

15. Februar

GOTT ist kein Gott der Rache, ER ist nicht zornig über mich oder irgendjemanden sonst, es gibt keine Strafe für irgendetwas oder irgendjemanden, die »Gott sich ausdenkt«. GOTT hat niemanden verdammt. Auch mich nicht. Daher vergibt GOTT nicht.

Rache, Zorn, Strafe, Schuld, Verurteilung – das alles ist meine Erfindung. Und diese bezieht sich immer nur auf mich selbst. Ich kann mich nur selbst verurteilen und dieses Urteil scheinbar »nach außen« projizieren. Daher benötige ich die Vergebung. GOTT kennt keine Vergebung, da er nicht verdammt. Für mich aber ist Vergebung das Mittel, das ich benötige. Nicht von GOTT, sondern von mir. Ich kann mir nur selbst vergeben – indem ich die Vergebung auf »die anderen da draußen« anwende.

Ich kann zwar die anderen als »kleiner« oder als »größer« einschätzen. Und ich kann mich auch selbst ganz klein machen, zum Beispiel, indem ich mich übertrieben schlecht darstelle, um andere dadurch zu provozieren, mein heimliches Bedürfnis nach Anerkennung zu stillen.

Aber niemand ist wirklich anders. Niemand ist wirklich besser oder schlechter, wichtiger oder unwichtiger. Niemand hat wirklich Schuld. Niemand kann wirklich schuldiger oder unschuldiger als »der andere« sein. ER LIEBT uns alle als EINS, denn ER LIEBT uns alle als SEINS.

Kein einziges Geschöpf darf ausgelassen werden bei der Vergebung, welche sie alle direkt bis zur HIMMELS-Tür führt. Nur die LIEBE GOTTES ermöglicht mir diese Vergebung. Das ist der Plan der SÜHNE, wie es der Kurs nennt: Indem ich dem anderen vergebe und ihn von der Schuld befreie, befreie ich mich selbst. GOTT hat mich sowieso nie verdammt, ER ermöglicht mir durch SEINE immerwährende LIEBE, meine Funktion hier wahrzunehmen: die Vergebung. Das ist die einzige Funktion, die ich hier habe.

Welch eine Befreiung, sagen zu können: *»GOTT ist die LIEBE, in der ich mir selbst vergebe«* (5:3). Auch wenn ich mir nicht immer konkret all der Schuldzuweisungen und der Rachegefühle, der Wut und der Verurteilung bewusst bin, die sich auf mich oder andere beziehen, kann ich mich auf die LIEBE GOTTES verlassen – und vergeben.

Irgendetwas schmilzt in meinem Inneren dahin und macht den Weg ein Stück frei, wenn ich sage: *»GOTT ist die LIEBE, in der ich dir vergebe«* (7:5).

Kommentar 47

16. Februar

Kann der Ast eines Baumes Früchte tragen, ohne den Baum? Wo beginnt der Ast und wo endet der Baum? Welche Bedeutung hat der einzelne Ast, getrennt von seinem Baum? Schon im *Evangelium nach Johannes* heißt es: *»Gleichwie die Rebe kann keine Frucht bringen von ihr selber, sie bleibe denn am Weinstock, also auch ihr nicht, ihr bleibt denn in mir. Ich bin der Weinstock, ihr seid die Reben«* (Joh 15,4-5). Und am Anfang des Kapitels sagt der biblische Jesus: *»Ich bin der rechte Weinstock, und mein Vater der Weingärtner«* (Joh 15,1).

Vertraue ich einzig auf meine Stärke, ist immer eine Form von Angst, Unbehagen oder Ärger das Ergebnis, entweder ganz subtil oder vollkommen offensichtlich. Woher soll ich alle Aspekte einer Situation kennen, in der ich eine Entscheidung zu treffen habe? Was unterliegt denn meiner Kontrolle? Wenn ich also allein auf meine Stärke, meine Einsichten, mein Wissen, meine Erfahrung vertraue, kann ich gar nichts tun. Demnach kann ich nie *»richtig«* urteilen! (Zum Nachlesen: *»Wie wird Urteilen aufgegeben?«*, H-10.3)

Allein GOTT ist meine Sicherheit und meine Stärke in jeder Situation. SEINE STIMME sagt mir in jeder Lage, was ich tun muss, um SEINE Stärke anzurufen. Das schöne biblische Bild sagt: Ich bin der Ast, CHRISTUS ist der Baum und GOTT hat den Baum gepflanzt und sorgt für ihn. Alles drei ist nicht voneinander zu trennen. Alles, was ich tun kann, kann ich immer nur mit IHM tun. Taucht auch nur ein leises Unbehagen auf, eine Unsicherheit oder Angst, habe ich den Versuch unternommen, eigenständig und ohne IHN zu handeln. Und ich wende mich wieder an IHN, DER meine Stärke ist.

Es ist notwendig, meine Schwäche zu erkennen. Aber es ist nicht hinreichend. Es ist sicherlich sinnvoll, meine Schwächen zu beobachten, meine Gedanken, meine Ergebnisse, und sie als das zu sehen, was sie sind: nichts von Bedeutung. Aber es ist nicht hinreichend. Es ist nur der erste Schritt.

Der wesentliche Schritt ist der Aufbau des Vertrauens in GOTT. In allen Situationen, bei allen Gelegenheiten kann ich auf IHN vertrauen: *»Wenn diese Macht einmal erfahren worden ist, ist es unmöglich, der eigenen unbedeutenden Stärke wieder zu vertrauen«* (H-4.1.2:1). Und das will ich heute erfahren.

Heute will ich tief in meinem Inneren den Ort finden, wo SEINE Stärke wohnt. Heute will ich den Frieden empfinden, der meine Sicherheit ist. Und sei der Augenblick des Friedens auch noch so kurz.

Kommentar 48

17. Februar

Wenn GOTT meine Stärke ist – was gibt es dann zu fürchten? GOTT ist alles, was existiert, GOTT hat kein Gegenteil, und ich bin ein Teil von IHM – was gibt es dann zu fürchten?

Wenn ich nur LIEBE BIN – was gibt es dann zu fürchten?!

Furcht und Angst sind einfach nur ein Signal. Es zeigt mir, dass ich auf meine Stärke vertraue, statt auf die Stärke GOTTES. Daher zeigt die heutige Lektion nur eine einfache Tatsache auf – es gibt nichts zu fürchten!

Nichts ist »nicht etwas«. Warum fürchte ich mich dann – vor nichts? Außerhalb GOTTES gibt es doch nichts, also nicht »etwas anderes«. Und nur wenn ich an die Wirklichkeit von Halluzinationen und Illusionen glaube, erscheinen Furcht und Angst real zu sein. Es sieht so aus, als ob sie gerechtfertigt seien. Es scheint dann kaum möglich zu sein, die Tatsache zu akzeptieren, dass es nichts zu fürchten gibt.

Warum ist das so? Weil ich es so will! – Denn wenn Illusionen nicht wahr sind (und Illusionen können nicht wahr sein, darum sind es ja Illusionen), dann bin ich nicht, was ich glaube zu sein oder wünsche zu sein.

Doch irgendetwas muss diesen illusionären Teil meines Geistes erreicht haben. Irgendetwas in mir muss wach genug gewesen sein, mich daran zu erinnern: Ich bin eine Schöpfung GOTTES und nicht mein eigenes Machwerk.

Halte ich jedoch an der Ansicht fest, das zu sein, was ich glaube zu sein, nämlich ein Körper, ein getrenntes und verletzbares Wesen in einem Universum voller Gegensätze und Bedrohungen, dann halte ich an der Furcht fest. Ich muss mich dann verteidigen und schützen, respektive meine Familie, mein Land und mein Image (frei nach einem Werbespot der 90er: »mein Haus, mein Auto, meine Frau«), die ganze mühsam aufrechterhaltene Fassade! Oder ich muss sogar zuerst angreifen, nach dem Motto: »Angriff ist die beste Verteidigung!«, um einem vermeintlichen Zugzwang zu entgehen. – Die Reihenfolge ist allerdings gleichgültig, denn in einer späteren Lektion werde ich lernen: *»Wenn ich mich verteidige, werde ich angegriffen«* (Ü-I.135).

Heute will ich nichts – außer SEINE Wahrheit. Tatsache ist, dass es nichts zu fürchten gibt. Daran will ich mich heute so häufig wie möglich erinnern.

Kommentar 49

18. Februar

Es gibt einen Platz in meinem Geist, wo dauerhafter und vollkommener Frieden herrscht (siehe auch [Lektion 47](#)). Um ein Bild zu benutzen: Es ist das Auge des Hurrikans. Hier sind Ruhe und Frieden, es gibt keinen Sturm. Dies ist der Teil des Geistes, der wirklich ist, der ich wirklich BIN. Ein scheinbar gespaltener Teil des Geistes, der *»ständig zerstreut, durcheinander und im höchsten Maß unsicher ist«* (1:4), existiert gar nicht, er ist eine Illusion. Aber dieser Teil ist es, mit dem ich mich irrtümlich identifiziere.

Der ruhige und friedliche, der wirkliche Teil des Geistes, ist der einzige »Teil«, der überhaupt existiert. ER steht in ständiger Kommunion mit GOTT, denn ER ist nicht von GOTT getrennt: *»GOTT [...] schuf nur das Unveränderliche. Die Trennung war kein Verlust der Vollkommenheit, sondern ein Versagen der Kommunikation. Eine schroffe und schrille Form der Kommunikation entstand als Stimme des Ego. Sie konnte den Frieden GOTTES nicht zerschlagen, wohl aber den deinen«* (T-6.IV.12:6-7). Meine Aufmerksamkeit ist ständig auf das Geplärre der Ego-Illusion im Vordergrund gerichtet und so höre ich SEINE STIMME nicht mehr.

DIE STIMME GOTTES ist jedoch immer da, auch wenn ich mir dessen oft nicht bewusst bin. Es ist so wie bei einem Radiokanal, der die ganze Zeit sendet, den ich jedoch nicht auf Empfang gestellt habe. Ich verhalte mich so, als wäre ich in ein Funkloch gefallen oder als hätte ich sämtliche Antennen zu IHM eingefahren.

Ich kann SEINE STIMME jederzeit hören, selbst in den schwierigsten und scheinbar aussichtslosesten Situationen »der Welt«.

Das mag jedoch zurzeit nicht möglich sein, da der illusionäre Teil des Geistes noch viel zu laut ist. Daher will ich in einem ersten Schritt still sein, und diesen wirklichen Teil des Geistes zu erreichen suchen. Ich will mich bewusst einstimmen auf die STIMME GOTTES, denn das ist die STIMME, die ich immer hören will. SIE erinnert mich an ein scheinbar längst vergangenes Lied (vergleiche T-21.I.6-7), das ich wieder hören will, denn: Ich lebe nicht wirklich »hier« (4:5).

Kommentar 50

19. Februar

Es gibt eine fast unendliche Vielzahl an Dingen, von denen ich glaube, dass sie mich ausmachen und mich erhalten, indem sie notwendig für mein vermeintliches Überleben sind. Von all diesen Dingen glaube ich, dass sie mich, der ich mich als separaten Körper ansehe, schützen müssen oder mich glücklich machen. Denn: *»Der Körper ist die Hauptfigur im Traum der Welt. [...] Seine Sicherheit ist sein Hauptanliegen. Seine Behaglichkeit ist seine Richtschnur. [...] Er streift Dinge über, die er mit kleinen Scheiben von Metall oder Schnipseln von Papier erstanden hat [...]. Er arbeitet, um diese zu bekommen, indem er sinnlose Dinge tut [...]. Er stellt andere Körper an, damit sie ihn schützen und noch mehr sinnlose Dinge für ihn anhäufen, die er sein eigen nennen kann«* (T-27.VIII.1:1,5-6; 2:2-4).

Die LIEBE GOTTES ist in aller Regel nicht unter den Dingen, an die unser hier beschriebener Traumheld glaubt. Er hat ein Surrogat erfunden, mit dem er sich begnügt. Wie es auch in dem Beatles-Song *»All You Need Is Love!«* heißt, glaubt er etwas Bestimmtes zu benötigen und diese »Liebe« versucht er, sich in irgendeiner Form zu besorgen.

Die LIEBE GOTTES hat mich jedoch in Wahrheit nie verlassen. Sie begründet meine wahre IDENTITÄT, das, was ich wirklich BIN. Zu ihr kann ich alle Probleme bringen, die scheinbar in der Welt auftauchen, von der kleinsten Unannehmlichkeit bis zur größten Katastrophe, denn sie zeigt mir den Geisteszustand *»vollkommenen Friedens und vollkommener Sicherheit«* (3:2). Ich kann nicht bedroht werden, und nichts kann meinen Frieden stören – wenn ich das nicht will.

Diese Wahrheit will ich heute erkennen. SEINE LIEBE soll mich heute *»wie eine Decke des Schutzes und der Sicherheit umfließen«* (5:2).

Nichts kann mir passieren.

Kommentar 51

20. Februar

In den kommenden zehn Lektionen werden die ersten 50 Leitgedanken wiederholt. Dies entspricht dem Vorgehen des Kurses: Er beginnt – wie beinahe jeder Kurs – mit einer strengen Struktur, fast schon formal. Es werden stille Zeiten und die Anwendung der Leitgedanken auf bestimmte Situationen gefordert. Dies ist für den ungeschulten Geist dringend erforderlich und es ist wenig hilfreich, aus einem falschen Verständnis heraus diese Struktur zu vernachlässigen.

Später, wenn eine gewisse Übungsroutine eingesetzt hat, wird diese Struktur sich lockern, denn sie kann auch zu einem Götzen werden, indem man sich daran klammert und das Ziel davon abhängig macht. Dies ist gerade bei den »nicht stillen« Zeiten oft zu beobachten: Es wird zwar lange mit geschlossenen Augen meditiert, aber in der übrigen Zeit wird die Anwendung vergessen. Der »Frieden« beschränkt sich somit auf die Auszeiten. Der Kurs findet jedoch nicht allein im stillen Kämmerlein statt, sondern überall da, wo er gebraucht wird: in Situationen, die mich ängstigen, ärgern oder sonst irgendeine Art von Unzufriedenheit in mir erzeugen. Ohne die Verallgemeinerung der Lektionen in den praktischen Alltag hinein ist der Kurs nutzlos.

Die Praxis in diesen Wiederholungen ist immer gleich: Morgens und abends werden alle fünf Lektionen, die in der jeweiligen Wiederholung angeboten werden, näher betrachtet, indem man den Text durchliest und sich eigene Gedanken dazu macht. Dabei geht es also nicht darum, zu sehr an den Texten zu »kleben«, sondern sie zu reflektieren. Über den Tag verteilt soll erneut jeder einzelne Gedanke mindestens zwei Minuten lang Gegenstand des Nachdenkens sein, was wiederum mindestens fünf weitere Übungszeiten ergibt.

Hier ist eine gewisse Planung – wie für jede Struktur – notwendig. Aber es ist eine gut investierte Planung.

1. Wiederholung (Lektionen 1 bis 5)

In der heutigen Wiederholung lässt sich sehr schnell der Zusammenhang zwischen den fünf Leitgedanken erkennen: Es geht um die Dinge, die es loszulassen gilt – also das, was ich sehe: meine Urteile, mein (Un-)Verständnis, meine Interpretationen, meine Gedanken, mein gesamtes Denksystem. Denn nichts davon ist wahr.

Kommentar 52

21. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 6 bis 10)

Der erste Satz im Text des ersten Leitgedankens ist der Schlüssel zur Erlösung: »Die Wirklichkeit ist nie beängstigend.« Sie ist das Einzige, was existiert. Sie kommt von GOTT, und nichts anderes kommt von GOTT. Bin ich ängstlich, zornig, fühle ich mich angegriffen, bin ich beleidigt, dann sehe ich die Wirklichkeit nicht. Und was nicht wirklich ist, das kann nur eine Illusion sein.

In der *Offenbarung des Johannes* heißt es: »Siehe ich mache alles neu!« (Offb 21,5). Was wirklich ist, das kann nur neu, kann nur jetzt sein. Alles kann nur jetzt existieren, nicht gestern existiert haben, noch morgen existieren werden. Das ist also die einzige Art und Weise, etwas zu sehen: jetzt! Sehe ich die Vergangenheit, sehe ich nichts, denn die Vergangenheit ist nicht hier. Für die Zukunft gilt dies ebenso.

In der Unwirklichkeit gibt es nicht nur keine Zeitlosigkeit, es gibt auch keine privaten Gedanken! Habe ich Gedanken, die ich als »privat« ansehe, kann es sich nur um Illusionen handeln. Sie haben keine Bedeutung. Aber sie können eine Wirkung haben! Sie *haben* eine Wirkung, allerdings nur in der Illusion. Und sie sind nicht nur auf *mich* beschränkt, sondern wirken sich auf *alles in dieser Welt* aus.

Haben meine privaten Gedanken eine Wirkung auf die hungernden Kinder in Afrika, auf den Krieg, von dem gerade mal wieder im Fernsehen berichtet wird? – Sie haben! Was nichts daran ändert, dass meine privaten Gedanken bedeutungslos sind. Denn sie finden nur in der Unwirklichkeit meiner Trennung von GOTT statt. Sie haben innerhalb der Illusion Auswirkungen, aber sie beeinflussen nichts Wirkliches.

Nur Gedanken, die geteilt werden können, nur Gedanken, die ich mit IHM teile, haben reale Auswirkungen. Und das sind Gedanken, die ich mit GOTT denke.

Kommentar 53

22. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 11 bis 15)

Durch die Kommentare zu den heutigen fünf Leitgedanken zieht sich ein roter Faden: die Macht meiner Entscheidung. In jedem der kurzen Kommentare werden meine Wahlmöglichkeit und meine Entscheidungsfreiheit erwähnt:

- Ich habe meine derzeitige Sichtweise gewählt. Aber ich kann mich auch von meinen wirklichen Gedanken leiten lassen.
- Ich brauche keine bedeutungslose Welt zu sehen. Deshalb will ich dies auch nicht tun und ihr keinen Wert mehr beimessen.
- Ich kann beschließen, meinen Glauben an die Welt zurückzunehmen. Daher kann ich auch der Wirklichkeit vertrauen.
- *»Ich will mich an die Macht meiner Entscheidung erinnern«* (4:6). Deswegen kann ich jederzeit den Weg nach Hause wählen.
- Mein Wille ist der SEINE. Und darum will ich mich nicht von meinen Bildern in die Irre führen lassen.

Die grundlegende Voraussetzung für die Erlösung ist, dass ich sie will! Und das unterliegt meiner Entscheidung. Dabei geht es nicht nur um die eigene Erlösung, denn die Macht der Entscheidung ist SEINE Macht und somit auch die meine – und so habe ich die Macht, die ganze Welt zu erlösen!

Nur mein Glaube an Kleinheit verhindert, dass SEINE Macht zum Tragen kommt.

Das könnte man leicht mit Größenwahn verwechseln. Aber Größenwahn bezieht sich nur auf diesen klitzekleinen Splitter im Denksystem des Ego, den ich als »Ich« bezeichne. Dieses geglaubte Splitterchen wäre wirklich größenwahnsinnig, wenn es eine solche Entscheidungsmacht für sich in Anspruch nähme.

Ich bin aber nicht dieses winzige Fragment. Mein Wille ist der SEINE, so wie SEIN WILLE der meine ist. Und ER will nur Frieden. Da ist kein Platz für bedeutungslose Gedanken, Aufregungen über eine bedeutungslose Welt, Angst wegen bedeutungsloser Schatten. Da ist kein Platz für Ursachenverschiebungen, was den Macher der Welt angeht, oder sonstige Bilder, die ich »meine Gedanken« nenne.

Heute beschließe ich, die richtige Entscheidung zu treffen.

Kommentar 54

23. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 16 bis 20)

Die ersten vier der heute zu wiederholenden Leitgedanken zeigen den Zusammenhang zwischen Denken und Sehen auf. »Leben ist Denken« (vergleiche 2:3), so lautet eine der Kernaussagen in dieser Wiederholung. Ohne Denken gibt es kein Leben. Ohne SEINE GEDANKEN gäbe es nur nichts.

Dies zeigt schon der erste aufgeführte Leitgedanke. Denn ich kann nur die Welt der Irrtümer sehen oder die wirkliche Welt. Beides zusammen geht nicht. Und keines von beiden geht *in der Welt* auch nicht. Ich sehe, was ich denke. Mein Geisteszustand zeigt mir also die Welt, die ich sehe.

Spätestens der dritte Leitgedanke zeigt mir, dass es dabei nicht um die Gedanken geht, die ich im Allgemeinen als Denken bezeichne. Dieses Plappern im Kopf hat nichts mit Denken zu tun. Denken geht für den Kurs viel weiter als das, was ich als Denken bezeichne. Letzteres ist lediglich eine Wirkung, keine Ursache.

Das vermeintliche Denken entsteht aus dem grundlegenden einen Gedanken der Trennung, so, wie es Überzeugungen, Glaubens-»Tatsachen« und Gefühle ebenfalls tun. Selbst dieser Gedanke der Trennung kann deshalb nicht »mein« Gedanke – also privat – sein, da das »Ich« nur eine Folge des Trennungsgedankens ist: Damit eine illusionäre Welt der Trennung entstehen kann, musste *»sogar die verrückte Idee der Trennung [...] miteinander geteilt werden«* (3:3).

Daher gibt es kein »Alleinsein«. Mein Denken beeinflusst die ganze Welt, jedes Lebewesen in der Welt, das ganze Universum. Der »gemeinsame« Trennungsgedanke hat die Welt entstehen lassen, also steht es auch in »meiner« Macht, dies zu verändern. Es ist die Macht GOTTES, die auch die meine ist.

Der fünfte Leitgedanke führt zu der einzig möglichen Schlussfolgerung: Ich bin entschlossen zu sehen. Es ist eben nicht meine Aufgabe, das Denken der Welt zu verändern, denn das ist ja bereits geschehen! Der Trennungsgedanke ist nicht wahr, also kann er gar nicht existieren. Er hat *nie* existiert. Und genau diese Wirkung will ich sehen.

Der Kurs findet dort statt, wo er gebraucht wird: in der Illusion. Er führt über die wirkliche Welt zur Erkenntnis, zu dem, was ich immer schon BIN, vor Beginn der Zeiten. Die wirkliche Welt ist das Heilmittel *in der Welt*, denn im HIMMEL ist kein Heilmittel erforderlich.

Daher ist alles, was ich will, die wirkliche Welt zu sehen.

Kommentar 55

24. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 21 bis 25)

Die Welt, die ich sehe, baut auf dem Tod auf! Jedes Lebewesen bezieht die kurzfristig notwendige Energie für sein Überleben aus dem Tod anderer Lebewesen, ob Mensch, ob Tier oder Pflanze. Und alle Lebewesen sind auf die Energie der Sonne angewiesen, die durch die Produktion dieser Energie langsam aber unvermeidbar sich selbst zerstört. Eine solche Welt muss Angst erzeugen. Die Tatsache, dass ich eine solche Welt sehe, zeigt mir, dass ich GOTT nicht verstehe. Auch das Wesen SEINER Schöpfung verstehe ich daher nicht. Und damit erkenne ich nicht, wer ich BIN.

Die Notwendigkeit des Tötens, um zu überleben, kann mir nur Bilder des Angriffs und ebenso des Gegenangriffs zeigen. In einer solchen Welt muss ich ständig angreifen oder werde selbst angegriffen. Es ist eine Welt der Rache, die mich ohne Unterlass bedroht, und in der ich mich behaupten muss, um zu überleben. Dieses Behaupten nimmt viele verschiedene Formen an. Manche sind dermaßen subtil, dass ich den Angriff oder Gegenangriff überhaupt nicht erkenne. Aber letztlich ist es immer Angriff – in irgendeiner Form.

Wie kann ich in einer solchen Welt erkennen, was zu meinem Besten ist? Wenn ich noch nicht einmal mich selbst erkenne, wie kann ich dann wissen, wozu irgendetwas dient oder welchen Zweck irgendetwas hat und wie ich es zu meinem Besten verwende?

Ich bin entschlossen, die Zeugen für die Wahrheit zu sehen, statt weiterhin meinen illusionären Bildern zu vertrauen. Durch die Vergebung will ich meine Angriffsgedanken aufgeben, die diese Welt entstehen lassen. Dazu brauche ich einen LEHRER, DER die Wahrheit kennt. Dieser »innere Lehrer« ist der HEILIGE GEIST. ER ändert meine Gedanken und zeigt mir meine wahren Gedanken.

Meine Aufgabe ist es nur, offen und lernfähig zu sein, um IHN zu hören – wenn ich das wirklich will.

Kommentar 56

25. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 26 bis 30)

Ich sehe mich als bedroht von Angriffen wie Krankheit, Verlust, Schmerz und Tod. Wie kann ich da glauben, dass ich eine perfekte Schöpfung GOTTES bin? Wie kann ich daran glauben, dass ich vollkommen sicher bin? Wie kann ich überhaupt noch an die Existenz GOTTES glauben?

Wenn ich wirklich dem Bild entspräche, das ich von mir habe, wenn ich »das« wirklich sein sollte, dann wäre ich – gar nichts!

»Nichts Wirkliches kann bedroht werden«, so steht es in der Einleitung des Textbuches (T-Einl.2:2). Und tief in meinem Inneren weiß ich, dass dies wahr ist. Aus welchem Grund würde ich sonst nach ein bisschen Glück suchen oder mich gar mit solchen Konzepten wie *Ein Kurs in Wundern* beschäftigen? Wäre die Welt wahr, würde ich also tief in meinem Herzen daran glauben, dass sie wahr ist, gäbe es für diese Suche keinen Sinn.

Dadurch erkenne ich, dass ich letztlich nur ein einziges wirkliches Bedürfnis habe: Ich will mich daran erinnern, wer ich BIN. Daher ist es mein Bedürfnis, in dieser Welt nicht mehr die Zeugen für mein klägliches und verrücktes Selbstbild zu sehen. Ich möchte vielmehr, *»dass die Türe hinter dieser Welt für mich geöffnet werde, damit ich über sie hinaus zu der Welt blicken möge, die GOTTES LIEBE widerspiegelt«* (3:4).

Dadurch erhält diese Welt einen völlig neuen Zweck: Sie dient nun nicht mehr dazu, meinen wahren Existenzgrund zu verschleiern oder die LIEBE GOTTES zu verbergen, sondern sie wird zum Spiegel SEINER LIEBE: SEINE vergebende Schau lässt mich GOTT überall sehen.

Diese Tür will ich öffnen und sehen, was schon immer als mein angestammtes Erbe im GEISTE GOTTES für mich aufbewahrt wurde und niemals verloren gehen kann.

Kommentar 57

26. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 31 bis 35)

Ein zentraler Begriff der heutigen Wiederholungen ist »Gefängnis«. Ich lebe in einem Gefängnis, das ich selbst gemacht habe. Aber dieses Gefängnis hat überhaupt keine Türen: *»Meine Ketten sind gelöst. Ich kann sie fallen lassen, einfach dadurch, dass ich danach verlange. Das Tor des Gefängnisses steht offen«* (1:3-5).

Die Kommentare zu dieser Lektion erinnern ein wenig an Platons Höhlengleichnis. In diesem Gleichnis ist von Menschen die Rede, die nur die Schatten der realen Gegenstände an den Wänden sehen. Am Schluss wird dann beschrieben, wie jemand, der das Sonnenlicht erfahren hat, zurückkommt und seinen Brüdern klar macht, dass sie nur Schatten sehen. Seine ehemaligen Mitgefangenen sehen ihn jedoch als jemanden an, der geblendet wurde und lachen ihn aus. Und damit ihnen nicht dasselbe Schicksal widerfährt, würden sie sogar jeden umbringen, der sie aus dem Gefängnis hinausbringen will.

Dieses Gefängnis ist meine Erfindung. Das Gefängnis ist das, was ich jetzt sehe, wie ich es beurteile und wie ich mich selbst sehe: als abgetrenntes Wesen, als ein bedrohtes Staubkorn im riesigen feindlichen Universum. Da jedoch alles nur eine Erfindung ist, muss es eine andere Art geben, dies Gefängnis zu sehen. Wenn es ein Gefängnis ist, muss es auch Befreiung geben.

Ich kann also diese Welt als einen Ort der Freiheit und des Friedens sehen – wenn ich das will. Ich kann diesen Frieden und die Freiheit mit meinen Brüdern teilen (was im Sinne des Kurses auch die Schwestern sowie alle anderen Lebewesen mit einbezieht), denn dadurch leuchtet meine Erlösung auf mich zurück. Sehe ich die Heiligkeit des unbedingten Friedens in meinen Brüdern, sehe ich ihn auch in mir. Und dadurch werden meine Brüder zu meinen Erlösern. Das ist der Weg der Vergebung, den der Kurs anbietet.

Auf SEINEM Weg will ich mich heute leiten lassen.

Kommentar 58

27. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 36 bis 40)

Ich bin eine Schöpfung GOTTES. Ich bin die Schöpfung GOTTES. Ich bin die eine Schöpfung GOTTES. – Ich BIN. Mein SELBST ist SEIN einziger SOHN, gemeinsam mit all meinen Brüdern. *»Hierin liegt mein Anspruch auf alles Gute, und nur auf das Gute«* (5:2). Denn GOTT will für SEINE Schöpfung nur das Gute, da SEINE Schöpfung IHN nie verlassen kann. Darin liegt meine Unschuld – und damit meine Heiligkeit.

Sehe ich, wer ich wirklich BIN, sehe ich mein ureigenstes WESEN, kann ich nur noch überall Unschuld sehen. Und damit Heiligkeit. Das nennt der Kurs »die wirkliche Welt« (siehe auch Kommentar zu Lektion 54). Dieses Ergebnis meiner wahren Wahrnehmung ist zwar nach wie vor eine Illusion. Aber es ist eine Reflexion des HIMMELS, die keinerlei Illusionen mehr miteinander teilt. Die Welt ist einfach nur das Bild meiner Gedanken, die ich »außen« sehe.

Das Mittel, die wirkliche Welt zu sehen, ist die Vergebung. Vergebe ich erst meinem Bruder, um meine Unschuld und Heiligkeit in ihm zu sehen? – Ja, exakt so ist es. Oder vergebe ich zunächst mir, um mich selbst zu erkennen und dann meine Heiligkeit in meinem Bruder zu sehen? – Ja, exakt so ist es. Denn Heiligkeit oder Unschuld ist keine Privatangelegenheit, da ich nur gemeinsam mit meinem Bruder heilig sein kann. Er ist nicht getrennt von mir. Daher ist es völlig unerheblich, ob sich meine Vergebung »nach innen« zu mir oder »nach außen« zu ihm richtet.

Unsere Heiligkeit, als der eine SOHN GOTTES, kommt von GOTT. Gibt es irgendetwas, was GOTT nicht vermag?

Meine Heiligkeit erlöst die Welt, denn wenn ich die Unschuld in mir oder in meinem Bruder erfahre, werde ich sie schließlich überall erkennen. Meine Erlösung und die Erlösung der Welt – das ist ein und dasselbe.

Heute will ich deshalb auf meine Unschuld oder auf die Unschuld meines Bruders schauen, anstatt sie durch die Götzen meiner Ego-Gedanken verschleiern zu lassen.

Kommentar 59

28./29. Februar

1. Wiederholung (Lektionen 41 bis 45)

Alle Kommentare in den heutigen Wiederholungen beschäftigen sich mit GOTT. ER ist meine QUELLE, ER geht immer mit mir, hat mich nie verlassen und es ist SEIN WILLE, dass ich sehe, wie ER sieht, denn ohne IHN kann ich nicht sehen.

GOTT ist immer bei mir. Und daher auch SEIN SOHN. Im Textbuch kann ich lesen, dass der CHRISTUS in mir – als vollkommener SOHN GOTTES – EINS mit mir ist. Und dass *»dieses EINSSEIN endlos, zeitlos und in deiner Reichweite ist«* (T-24.V.9:4). Ich bin nie allein, denn: *»ER ist in dir, doch geht ER neben dir und vor dir her und auf dem Weg voran, auf dem ER gehen muss, um SICH als vollständig zu finden. SEINE Ruhe wird zu deiner Gewissheit«* (T-24.V.9:5-6).

Die Stärke GOTTES ist in mir und damit auch CHRISTI Schau.

Die Idee, ich könnte ohne SEINE Stärke sein und ich hätte mich von meiner QUELLE getrennt, ist also gleichbedeutend mit der Idee, ich hätte mich von mir selbst getrennt. Das ist unmöglich. Ich bin in GOTT und ER ist in mir: WIR sind EINS.

Das heißt nicht, ich *bin* GOTT! – ER ist mein SCHÖPFER und ich habe mich nicht selbst erschaffen. Gerade der Versuch, meine eigene Ursache sein zu wollen und damit meine QUELLE zu verleugnen, hat zu dem Ego-Denkensystem geführt, das ich jetzt »sehe«! Dies ist kein Sehen, es ist Dunkelheit, und im Dunkeln kann ich nichts sehen. Ich kann nur Fantasiegedanken haben und Fantasiegebilde machen und das als Sehen bezeichnen.

Die Schau ist mein Wille. Denn es ist der WILLE, den ich mit GOTT teile. *»Jenseits SEINES WILLENS liegen nur Illusionen«* (3:5). Die Schau zeigt mir meine wahren Gedanken, welche eine Erinnerung an SEINE GEDANKEN sind. Andere Gedanken habe ich nicht.

Darum will ich die Schau mein »Sehen« ersetzen lassen.

März

Die Wiederholung der ersten 50 Lektionen ist am 2. März beendet. Diese ersten Lektionen haben dazu gedient, die Aufhebung des Ego-Denkens einzuleiten und eine andere Sichtweise in Betracht zu ziehen. In den Wiederholungen ist die Anwendung der Gedanken noch einmal strukturiert eingeübt worden.

Die nächsten zwanzig Lektionen üben die neue Sichtweise ein. Ihre Leitgedanken beschäftigen sich nicht mehr in dem Maße mit dem Ego-Denkensystem wie zu Beginn der Lektionen, sondern sie zeigen verstärkt die Alternative. Vor allem wird das einzige Ziel aufgezeigt, dass ich in dieser Welt haben kann.

Am Ende des Monats beginnt eine weitere Wiederholung.

Kommentar 60

1. März

1. Wiederholung (Lektionen 46 bis 50)

Dies ist die letzte Wiederholung der ersten 50 Lektionen. Der zentrale Begriff dieser Wiederholung ist die Vergebung.

Mittlerweile könnte mir klar geworden sein, dass der Kurs mit dem traditionell ausgelegten Christentum nicht kompatibel ist. Fürbitten und Gebete um Vergebung an eine von mir getrennte Macht erzeugen Angst. GOTT jedoch ist LIEBE. Diese einzig wahre LIEBE dehnt sich nur aus und könnte sich eine Aus- oder Abgrenzung gar nicht vorstellen. Also kann die Angst nicht wirklich sein. Also kann das Ego, als eine Idee der Trennung, nicht wirklich sein. Also kann GOTT nicht vergeben, es bedarf SEINER Vergebung nicht.

Die Vergebung ist eine Reflexion SEINER LIEBE – hier, wo ich zu sein glaube. Denn ER hat überhaupt nie verurteilt. Ich aber habe verurteilt und urteile immer wieder von Neuem. Ich »ur-teile« von Anfang an in dieser Welt, denn Urteilen ist ihre einzige Grundlage. Und genau diese Grundlage ist es, die ich der Welt wieder entziehe, indem ich vergebe. Meine Vergebung ist somit der Dreh- und Angelpunkt, den der Kurs mich lehrt. Sie hat rein gar nichts mit einem Verzeihen und Vergeben im herkömmlichen Sinne zu tun. Ich sehe eben gerade nicht über Schuld hinweg (was üblicherweise als Vergebung angesehen wird), sondern erkläre mich dazu bereit, mir von IHM das Nichtvorhandensein von Schuld zeigen zu lassen.

Durch die Vergebung wird das Kursziel erreicht. Jede einzelne Lektion ist im Prinzip eine Form der Vergebung, die *Ein Kurs in Wundern* mir anbietet. Vergebung kann nicht im Mindesten auf meiner Stärke beruhen, denn ich habe keine Ahnung, was Vergebung ist. Dem Ego-Denkensystem ist daher die Vergebung im Sinne des Kurses völlig unbegreiflich, da es ihr jegliche Berechtigung entzieht. Ich kann mich aber leiten lassen, von IHM. Und ER wird nicht zögern, mir meine Vergebung anzubieten – wenn ich IHN nur lasse.

Nur die Vergebung zeigt mir, dass GOTTES Stärke in mir ist. Es gibt nichts zu fürchten, denn ER ist immer bei mir. Nur durch meine Vergebung erfahre ich, was meine Brüder wirklich sind und so sehe ich mich selbst. Nur Vergebung macht den Weg frei, die STIMME FÜR GOTT zu hören. SEINE STIMME spricht unablässig zu mir und führt mich. Das Ergebnis der Vergebung ist die Schau: Sie zeigt mir, wer ich wirklich BIN und ersetzt meine Art des »Sehens«.

Kann ich irgendetwas anderes wollen?

Kommentar 61

2. März

Die heutige Lektion ist *»ein erster Schritt, um deine wirkliche Funktion auf Erden zu akzeptieren«* (3:2). Aus der Sichtweise des Ego-Denkensystems ist es Arroganz, Selbstverherrlichung und Anmaßung. In Wirklichkeit ist es eine einfache Feststellung, *»eine Aussage der Wahrheit über dich selbst«* (1:2): *»Ich bin das Licht der Welt«*! (Leitged.). Wenn ich eine Schöpfung GOTTES bin und als solche eine Funktion von IHM erhalten habe, wäre es dann nicht Arroganz zu sagen, ich sei nicht das Licht der Welt, sondern etwas anderes? Ist Selbsterniedrigung wirklich Demut, so wie das Denksystem des Ego sie versteht, oder ist wahre Demut nicht eher die Anerkennung dessen, was mein SCHÖPFER in mir sieht? Besteht wahre Demut nicht darin, mir von IHM die Wahrheit über mich zeigen zu lassen, anstatt darauf zu bestehen, das Selbstbild, das ich gemacht habe, festzuhalten?

Aus einer Eingebung heraus praktizierte ich (G.G.) vor vielen Jahren eine Art Meditation. Ich rezitierte die Aussage: *»Du bist die Auferstehung und das Leben«* – so ähnlich wie ein Mantra, das sich auf den Jesus des Neuen Testaments bezog. In der Regel wurde dieser Satz abends vor dem Schlafengehen immer wieder fünf bis zehn Minuten lang wiederholt. Damals kannte ich *Ein Kurs in Wundern* noch gar nicht. Nach einigen Tagen stellte ich erschrocken fest, dass sich der Satz, ohne es zu bemerken, gewandelt hatte: *»Ich bin die Auferstehung und das Leben«* (Joh 11,25). Ich war bestürzt. Aber dann machte ich eine ganze Weile mit diesem neuen Satz weiter.

Es ist die gleiche Bestürzung, die man bei dem heutigen Leitgedanken erfahren kann. Ich fühle mich nicht wie *»das Licht der Welt«*, ganz im Gegenteil. Die Erlösung der ganzen Welt soll von mir abhängen? Ich habe doch schon genug mit mir selbst zu tun!

Es geht jedoch nicht darum, wie ich mich gerade fühle und womit ich mich zurzeit identifiziere. Der heutige Leitgedanke ist eine Aussage über mich, die wahr ist. Diese Wahrheit kann nicht von meinen Meinungen, Glaubenssätzen und Erfahrungen, die ich zu haben glaube, abhängig sein.

Somit ist die heutige Lektion nicht einfach die Wiederholung bisheriger Aussagen mit anderen Worten. Sie ist vielmehr ein Meilenstein, *»der erste einer Anzahl von gewaltigen Schritten, die wir in den nächsten Wochen unternehmen werden«* (7:3).

Das Fundament für diese Schritte will ich heute begründen, denn der Plan GOTTES zur Erlösung SEINES SOHNES, SEINER Schöpfung, baut auf mich.

Kommentar 62

3. März

Wer bin ich? Warum bin ich hier? Was ist der Sinn der Welt? Das sind uralte Fragen der Menschheit und jeder stellt sich diese Fragen in der einen oder anderen Form. Jeder gibt sich auch eine Antwort auf diese Fragen, unabhängig davon, ob diese befriedigend ist oder nicht.

Bin ich zum Beispiel der nette Kerl, der immer hilft, wenn es brennt? Oder die perfekte Hausfrau, die alles topp im Griff hat? Oder der immer verständnisvolle Gesprächspartner mit stets offenem Ohr und starken Schultern zum Anlehnen? – Und wenn nicht? Wenn ich eher doch nicht dieser Supermensch sein sollte, wer bin ich dann? Was bleibt noch übrig von dem Idealbild, das ich so überzeugend darstelle und mit allen Fasern meines Daseins verteidige? Was soll ich dann noch hier, könnte die Welt überhaupt einen Sinn haben?

Die Antwort des Kurses ist einfach, sehr einfach. Die erste Frage hat die gestrige Lektion beantwortet: Ich bin Licht. Das Licht der Welt. Und was macht das Licht der Welt, was ist seine Funktion? Es leuchtet die Dunkelheit der Welt hinweg. Es vergibt.

Nun zeigt sich, warum die gestrige Lektion ein erster wesentlicher Schritt war, der das Fundament für die folgenden Lektionen legt. Heute wird mir gesagt (und durch die Anwendung gezeigt), warum ich hier bin. Was ist meine Funktion? Vergebung. Und es ist die einzige Funktion, die ich hier habe.

Vergebung bezieht sich nicht nur auf die großen wahrgenommenen Dramen, die ich sehe. Sie ist für jeden Gedanken notwendig, der mich von einem anderen trennt und der mich als besonders ansieht, denn das sind genau die Angriffsgedanken, von denen der Kurs immer wieder spricht. Vergebung zeigt mir, wer ich BIN und erlöst dadurch die Welt. Warum? *»Illusionen über dich selber und die Welt sind eins. Deshalb ist jede Vergebung eine Gabe an dich selbst«* (2:1-2).

In der gesamten Lektion wird mit keinem Wort gesagt, was Vergebung eigentlich genau ist. Wie funktioniert sie? Was muss ich tun? Wie wende ich diese »Methode« an? Das sind typische Fragen, auf die der Kurs direkte Antworten gibt, aber nicht in Form von exakten Definitionen! Denn Vergebung ist weder eine Methode, die vorschreibt, was ich nun konkret tun soll, noch eine Art »Zauberformel«, die mir magische Kräfte über die Welt, meinen Körper oder die Angelegenheiten anderer verleiht. Eine »Gebrauchsanleitung« ist hier nicht notwendig – im Gegenteil! Daher ist auch in den Folgektionen von der Vergebung niemals in Form einer konkreten Handlungsanweisung die Rede.

Es ist gar nicht meine Aufgabe herauszufinden, wie Vergebung definiert wird. Denn es ist die Funktion, die mir gegeben wird, um die vielen, teils widersprüchlichen, Funktionen, die ich mir selbst gegeben habe, zu ersetzen. Ich erinnere mich einfach in der jeweiligen Situation daran, dass Vergebung meine Funktion ist, statt an meiner Sichtweise festzuhalten. Diese Funktion will ich erfüllen, weil ich glücklich sein will. Das ist alles. Der Rest wird mir gegeben.

Kommentar 63

4. März

Die Vergebung fließt durch mich hindurch und sie »bringt jedem Geist Frieden« (Leitged.). Das ist meine Funktion hier. Das ist deine Funktion hier. Das ist die Funktion von jedem Einzelnen hier. Wir wollen uns heute so oft wie möglich daran erinnern, diesen Fluss nicht zu stören.

Ist es nicht ein Grund zur Freude, dass dies meine Funktion ist? Dass ich das Mittel bin, *jedem* Geist Frieden zu bringen? Ist das nicht ein Grund, die Anwendung des heutigen Gedankens freudig und so oft wie nur möglich vorzunehmen?

Jeder in dieser Welt hat wohl schon einmal ehrliches Vergeben erfahren. Es gibt kaum etwas Befreienderes! Ich habe zum Beispiel ein schlechtes Gewissen, weil ich glaube, durch das, was ich gesagt oder getan habe, jemanden beleidigt oder verletzt zu haben. Der andere bleibt jedoch »cool« und lässt mich wissen, dass überhaupt nichts passiert ist. Er sieht mich damit in einem besseren Licht als ich mich selbst. Das bringt meiner Seele große Erleichterung und tiefen Frieden. Es lindert den Schmerz der Schuld und des schlechten Gewissens. Es bewirkt ein Gefühl der Dankbarkeit für die andere Person. Und unsere Beziehung oder Freundschaft wurde nicht beeinträchtigt, sondern nur noch fester.

Auch ich habe die Macht, diese Art von Frieden einem jeden zu schenken. Das ist meine Aufgabe hier. Ich kann jeden in meinem Leben befreien, aus der Hölle seiner – und damit auch meiner – Schuld! Genau deshalb will ich heute kein anderes Ziel verfolgen, sondern meine Funktion annehmen. Der Frieden, den ich bringe, ist ohne jede Bedingung. Daher will auch ich ihn nicht von Bedingungen abhängig machen, zum Beispiel vom »Wohlverhalten« meines Bruders. Denn dadurch würde ich nur die Funktion, die ich in Wirklichkeit habe, durch meine eigene ersetzen.

Von dem bereits erwähnten *Angelus Silesius* (alias *Johannes Scheffler*, 1624-1677) gibt es den wunderbaren Vers: »Halt an, wo läufst du hin, der Himmel ist in dir; Suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für« (*Cherubinischer Wandersmann*, Buch 1:82).

Heute will ich jedem Geist, der mir begegnet, sowohl »außen« als auch »innen«, Frieden bringen, weil ich glücklich sein will, denn der HIMMEL ist bereits in mir.

Kommentar 64

5. März

Will ich glücklich sein? – Was für eine Frage! Natürlich will ich glücklich sein. Alles, was ich tue, mache ich doch nur, um glücklich zu sein. Oder etwa nicht?

»Willst Du glücklich sein im Leben, trage bei zu and'rer Glück. Denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eig'ne Herz zurück.« Diesen (Goethe zugeschriebenen) Sinnspruch wird wohl fast jeder im Poesiealbum seiner Kindheit wiederfinden. Die Aussage ist gar nicht so weit von dem entfernt, was der Kurs mir heute rät: Das Glück und die Freude, die ich gebe, indem ich meine Funktion erfülle, umfasst alle Beteiligten. Ich gebe, indem ich vergebe – und empfangen.

Die Lektion zeigt mir also, wie ich glücklich sein kann – indem ich meine Funktion hier erfülle. Und meine einzige Funktion hier ist es, zu vergeben. *»Es ist nämlich deine Funktion, glücklich zu sein, indem du die Mittel benutzt, durch die das Glück unumgänglich wird«* (4:2). Also ist Vergebung dasselbe wie Glücklichsein. Anders herum ausgedrückt: Durch Vergebung lasse ich meine Rechtfertigung für mein Unglücklichsein los. Es ist meine Wahl. *»Es ist die einzige Wahl, die der HEILIGE GEIST sieht. Deshalb ist es die einzige Wahl, die es gibt«* (5:9-10).

Am Beispiel von Beziehungen kann ich das sehr gut sehen. Bin ich unglücklich, weil ein Bruder sich nicht so verhält, wie ich es erwarte? Dann habe ich nicht vergeben. Das ist meine Wahl, um unglücklich zu sein. Vergebe ich, heißt das, ich bin glücklich mit meinem Bruder. Worauf will ich also schauen, auf seine Schwächen, Fehler und »Sünden«? Das macht mich nicht glücklich. Sicher, ich empfinde zunächst Rechtfertigung, Überlegenheit und Genugtuung dabei, und das sind starke Gefühle. Aber ich fühle kein Glück dabei. Deshalb lasse ich mir die Sichtweise des HEILIGEN GEISTES – die Schau, von der im Kurs die Rede ist – zeigen. Ich vergebe.

Das kann ich bei allen Entscheidungen anwenden, die ich heute treffen werde. Jede Entscheidung führt entweder zu Glück oder Unglück (Nicht-Glück). Ungeachtet der Form oder Komplexität der Situation, es ist immer diese einfache Entscheidung! Und so will ich bei meinen heutigen Entscheidungen meine Funktion nicht vergessen, die einzige Funktion, die mir hier gegeben ist: Vergebung – oder anders ausgedrückt: Glücklichsein.

Kommentar 65

6. März

Der Leitgedanke der heutigen Lektion ist nicht neu. Schon in den letzten Tagen wurde immer wieder darauf hingewiesen, dass ich hier nur eine einzige Funktion habe: Vergebung. Es ist die Funktion, die GOTT mir gab. Und diese Funktion begründet auch das einzige Ziel, das ich hier habe: Erlösung. Das ist nicht so schwer zu akzeptieren, denn Erlösung, in welcher Form auch immer, war sicherlich der Grund, überhaupt mit *Ein Kurs in Wundern* zu beginnen. Mein Ziel, das die Motivation für die Beschäftigung mit dem Kurs liefert, hat irgendetwas mit einer Veränderung zu tun, weil der »Ist-Zustand« nicht als optimal empfunden wird.

In der heutigen Lektion geht der Kurs jedoch noch einen wesentlichen Schritt weiter. Gut, Erlösung ist mein Ziel und es scheint akzeptabel zu sein, dass meine einzige Funktion diesem Ziel dient. Aber habe ich wirklich erfasst, was das heißt? Welche Bedeutung hat das kleine Wörtchen »einzige« in Bezug auf meine Funktion (und damit mein Ziel) wirklich?

»Die Erlösung als deine einzige Funktion voll und ganz anzunehmen bringt notwendig zwei Phasen mit sich: das Erkennen der Erlösung als deine Funktion und das Aufgeben aller anderen Ziele, die du für dich erfunden hast« (1:5). Phase eins war Gegenstand der vergangenen vier Lektionen, heute beginnt der erste Schritt von Phase zwei: das Aufgeben aller anderen Ziele.

Die meisten Ziele und Funktionen, die ich für mich erfunden habe, sind mir noch nicht einmal bewusst. Sie sind so selbstverständlich, dass es schwerfällt, sie infrage zu stellen. Für mein Glück, ja sogar für mein Überleben, halte ich sie für unentbehrlich. Aber heute beginne ich damit, mir dieser Ziele und Funktionen nach und nach bewusst zu werden und sie gehen zu lassen. Das wird in der Regel heftige Widerstände hervorrufen. Der Kurs ist jedoch kompromisslos: *»Das ist die einzige Weise, wie du Geistesfrieden finden kannst«* (2:3).

Die Anleitungen für die Übungspraxis spiegeln die Wichtigkeit dieser Lektion und der Folgektionen wider: Es ist wesentlich, *»dass du dir die Zeit für GOTT nimmst ebenso wie für all die trivialen Vorhaben und Ziele, denen du nachgehst«* (4:3). Für meine »trivialen Vorhaben und Ziele« wende ich erhebliche Zeit bei ihrer Planung und Durchführung auf. Und für GOTT? Für die einzige Funktion, die er mir gab?

Heute will ich damit beginnen, Zeit für GOTT und mein einziges Ziel im Tagesablauf einzuplanen. Denn ich will lernen, meine einzige Funktion wahrzunehmen.

Kommentar 66

7. März

Heute werde ich gebeten, simple Logik anzuwenden. Dieser Kurs ist kein Kurs der Glaubenssätze, die ich gefälligst zu akzeptieren habe. Es wird auch nicht von mir verlangt, den Verstand auszuschalten, weil Erlösung ohnehin »nicht zu verstehen« ist. Ziel des Kurses ist zwar die Erfahrung, aber auch das heißt nicht, jegliches Nachdenken zu vermeiden.

Die Lektion spricht eindeutig den Verstand an, denn dieser ist es, der unablässig mit Schlussfolgerungen und Bewertungen tätig ist und zu den vielen Entscheidungen führt, die im Laufe des Tages getroffen werden. Daher wird heute eine Schlussfolgerung aufgebaut, die ebenfalls zu einer Entscheidungssituation führt: *»Du wirst auf den Wahnsinn hören oder die Wahrheit vernehmen. Versuche, diese Wahl zu treffen, während du über die Voraussetzungen nachdenkst, auf denen unsere Schlussfolgerung beruht«* (10:1-2).

Man kann diese Lektion als Lehrbeispiel für klassische Logik bezeichnen – es werden Prämissen, Voraussetzungen, postuliert und Folgerungen daraus gezogen: *»GOTT gibt mir nur Glück. ER hat mir meine Funktion gegeben. Deshalb muss meine Funktion Glück sein«* (5:2-4). Das Ergebnis der Folgerung steht und fällt mit den Prämissen. Und hier nutzt die Lektion simple Vernunft: *»GOTT kann nicht geben, was ER nicht hat, und ER kann nicht haben, was ER nicht ist. Wenn GOTT dir nicht ausschließlich Glück gibt, muss ER böse sein«* (6:4-5). Glaube ich wirklich, dass ein böser Gott wahr ist?

GOTT ist mein SCHÖPFER. Also kann meine Funktion nur von IHM kommen. Kommt sie nicht von IHM, kann sie nur von dem Teil meines Geistes kommen, der von Illusionen beherrscht wird. Können Illusionen, die in Wirklichkeit nicht existieren, mein Schöpfer sein?

Das Ergebnis der heutigen Lektion ist, dass Glück und meine Funktion ein und dasselbe sind. Dieser Zusammenhang war bisher nicht offensichtlich, die angesprochene Funktion blieb etwas abstrakt. Aber heute wird mir klar: Meine Funktion und das Glück sind ein und dasselbe. Daher will ich meine Funktion wahrnehmen, weil es das Glück ist, das ich will.

Kommentar 67

8. März

»Wenn die LIEBE dich schuf wie SICH SELBST, muss dieses SELBST in dir sein. Und irgendwo in deinem Geist ist ES da, auf dass du es findest« (3:2-3).

Es ist nicht möglich, meinen URSPRUNG ewig zu verschleiern. Denn die QUELLE muss in mir liegen und damit auch auffindbar sein, wenn sie mich geschaffen hat wie SICH SELBST. Diese QUELLE der LIEBE will ich wieder finden.

Ich habe mir nämlich eingebildet, eine andere Quelle machen zu können, eine Quelle mit vielen verschiedenen Tropfen. Diese Tropfen verlieren sich in einem unüberschaubaren Meer anderer Tropfen; das macht sie orientierungslos. Oder sie versanden und versickern im Schlamm; das lässt sie sterben. Oder sie verdunsten an der Luft und lösen sich ins Nichts auf; das macht ihnen Angst. Meine Quelle ist nicht klar und rein, sondern trüb und undurchsichtig. Ihre Tropfen sind nicht miteinander verbunden, sondern sie reiben sich schmerzhaft aneinander, anstatt sich zu verbinden. Bei dem Versuch, mich von der wahren QUELLE abzusondern, kann ich also niemals wirkliches Glück und wirkliche Freude schöpfen. Ich kann dies somit auch nicht weitergeben. – Ich bin kein wirklicher Lehrer der LIEBE.

Es ist der ganz normale Irrwitz, dass ich glaube, ich könnte mich überhaupt von meiner QUELLE trennen. Genau darum wird die Tatsache, dass ich eine Schöpfung GOTTES und eine Ausdehnung SEINER LIEBE bin, die mich »schuf wie SICH SELBST«, immer und immer wieder in den drei Kursbüchern aufgegriffen. So gibt es zum Beispiel den berühmten Satz: *»Lehre nur Liebe, weil du nur Liebe bist« (T-6.I.13:2)*. Nur meine QUELLE ist die LIEBE SELBST. Die gestrige Lektion hat mir das bereits andeutungsweise gezeigt, heute wird es ausdrücklich gesagt.

Wie häufig kommt es vor, dass ich einen Bruder oder mich mit der LIEBE identifiziere? Nun, ich akzeptiere, dass Liebe in meinem Bruder oder in mir vorhanden sein kann. Manchmal. Aber eine Identifikation mit der LIEBE SELBST?

Das zeigt, dass ich diese Aussage über mein SELBST gar nicht oft genug hören kann, um mich daran zu erinnern. Denn ich habe meine wahre IDENTITÄT durch armselige Bilder des Mangels ersetzt. *»Es ist nötig, dass du die Wahrheit über dich so häufig wie nur möglich hörst, weil dein Geist so sehr mit falschen Selbstbildern beschäftigt ist« (5:2)*. Deshalb will ich heute den Leitgedanken tagsüber mindestens vier oder fünf Mal pro Stunde wiederholen, also ungefähr achtzigmal, solange ich wach bin.

Kommentar 68

9. März

Liebe und Groll schließen einander vollkommen aus. Beides kann nicht gleichzeitig existieren. Hege ich Groll, schließe ich die Liebe aus und verleugne, was ich BIN. Gestern habe ich gelernt, dass die LIEBE mich erschaffen hat wie SICH SELBST. Groll zu hegen kann also nur heißen, dass ich diese Wahrheit über mich verleugne.

Was bedeutet eigentlich, »Groll zu hegen«? Wenn ich glaube, etwas läuft falsch, wenn ich möchte, dass jemand sich anders verhält, damit ich in Frieden sein kann, wenn ich jemandem gegenüber Rachedgedanken hege oder ihm gar den Tod wünsche – dann hege ich Groll. Dabei ist die Intensität meiner Angriffsgedanken völlig unerheblich. Hasse ich jemanden sehr intensiv oder verspüre ich auch nur einen leichten Unmut jemand anderem gegenüber, stets handelt es sich um Angriffsgedanken, welche die Wahrheit über mich verschleiern.

»Denn der, der Groll hegt, verleugnet, dass die Liebe ihn erschaffen hat, und sein SCHÖPFER ist für ihn in seinem Traum des Hasses Furcht erregend geworden« (2:4). Der Groll führt also nicht nur dazu, dass ich mich selbst verleugne. Er erzeugt auch das Bild eines furchterregenden Gottes in mir, *»denn niemand kann sich seinen SCHÖPFER anders vorstellen, als er selbst ist« (1:7).* Das erklärt auch den seltsamen Widerstand bei der Aussage, dass GOTT nur LIEBE ist. Die verborgene Angst vor GOTT zeigt, dass mein Gottesbild ein ganz anderes ist.

Nun könnte man auf die Idee kommen, jeglicher Groll sei zu vermeiden. Keineswegs! Das führt nur zu Schuldgefühlen und genau damit zu ihrer Unterdrückung. Heraus kommen die »friedlich lächelnden« Gesichter, denen man irgendwie die Anstrengung ansieht, jeglichen Groll unter der Decke zu halten.

Die praktische Anleitung in der heutigen Lektion schlägt daher etwas ganz anderes vor: *»Heute wollen wir versuchen, herauszufinden, wie du dich ohne ihn fühlen würdest« (4:4)* und: *»Das ist jedoch bloß eine Frage der Motivation« (4:3).* Es ist also durchaus einen Versuch wert, einmal auszuprobieren: Wie fühlt es sich für mich an, wenn ich den Groll fahren lasse? Dies ist aber keineswegs die Aufforderung, unter keinen Umständen Groll zu hegen! Das wäre unehrliche Heuchelei, und damit genau das Gegenteil dessen, was der Kurs mich lehren möchte: meine Blockaden vor dem Frieden aufzudecken und die Verantwortung für meinen unbewussten Widerstand anzunehmen.

Die Übung scheint zunächst einfach zu sein, deckt aber in der Regel jede Menge Widerstände auf: denke ich an eine Person, die mir Unrecht angetan hat, gegen die ich daher Groll hege, und stelle mir nun vor, ich würde vollkommen in Frieden mit ihr sein und sie als Freund betrachten, regt sich Protest. Ich will auf meine Rache – zumindest aber eine Schuldzuweisung – nicht verzichten!

Ist es nicht verrückt, dass ich den Reiz von Rachedgedanken und Schuldzuweisungen dem vollkommenen Frieden vorziehe? – Ich will diesen Wahnsinn nicht mehr.

Kommentar 69

10. März

Meine Angriffsgedanken und mein Groll sind nichts »Privates«. So heißt es in dem Leitgedanken von Lektion 18: *»Ich erfahre die Wirkungen meines Sehens nicht allein«*, dicht gefolgt von Lektion 19: *»Ich erfahre die Wirkungen meiner Gedanken nicht allein«*. Bringe ich das in Verbindung mit der Überschrift von Lektion 61: *»Ich bin das Licht der Welt«*, dann bin ich bei einer der Kernaussagen der heutigen Lektion:

»Weil dein Groll das Licht der Welt in dir verbirgt, steht jeder in der Dunkelheit, und du stehst neben ihm.« (1:2)

Meine lächerlichen Angriffsgedanken *haben* einen Einfluss auf meine Brüder, ja auf die ganze Welt! Es geht in diesem Kurs nicht um meine Einzel-Erleuchtung, um meine persönliche Glückseligkeit oder um mein spirituelles Ego. Es geht überhaupt nicht darum, sich ein wenig besser zu fühlen, mit dem Alltag ein bisschen besser zurechtzukommen. Es kann nicht um all diese winzigen privaten Bequemlichkeiten gehen: weil es keine private Erlösung gibt! Dies wäre ein Widerspruch in sich!

Es geht um die Wahrheit, und die schließt jeden meiner Brüder ein, die ganze Welt, das ganze Universum! Diese *»volle Einsicht«* (3:1) leitet mich bei der heutigen Praxis. Heute wird weniger mit Worten gesteuert, wie das in den meisten bisherigen Lektionen der Fall war, sondern durch Visualisierung. Die Lektion benutzt dazu das Bild der dunklen Wolken, die meine bisherige Wahrnehmung ausmachten und damit diejenige »Wahrheit«, an die ich unerschütterlich glaubte. Es sind aber nur Wolken, die keinerlei Widerstand aufbringen.

»Stell dir deinen Geist wie einen weiten Kreis vor, den eine Schicht von schweren, dunklen Wolken umgibt. Du kannst nur die Wolken sehen, weil du anscheinend außerhalb des Kreises und völlig abseits davon stehst« (4:2-3).

Daher will ich heute durch diese Wolken hindurchgehen, um *»mit wirklicher Entschlossenheit das zu erreichen, was uns teurer ist als alles andere«* (3:1), das Licht der Welt, das ich BIN – gemeinsam mit allen Brüdern.

Kommentar 70

11. März

Will ich krank sein? Will ich unglücklich sein? Natürlich nicht. – Ich will geheilt sein und ich will glücklich sein! Das ist auch GOTTES WILLE: ER will meine Heilung. Wieder wird deutlich, SEIN WILLE und mein wahrer Wille sind identisch. Heilung ist somit gleichbedeutend mit Erlösung von Krankheit. Heilung und Erlösung sind der WILLE GOTTES und damit auch der meine. Leider habe ich übersehen, dass Heilung nur dort stattfinden kann, wo Krankheit ist. Vielmehr habe ich mir alle Mühe gegeben, die Heilung von der Krankheit fernzuhalten und Erlösung dort zu suchen, wo sie nicht ist. Das hat zur Folge, dass ich die Krankheit behalte.

Was bedeutet in diesem Zusammenhang »Krankheit«? Es sind die Illusionen, die ich gemacht habe, die Fantasiegebilde, die meine wahre Natur, also das, was ich wirklich BIN, verschleiern. Es ist meine vermeintliche »Demenz«, im Grunde aber meine tatsächliche geistige Umnachtung, die mich meine wahre HERKUNFT vergessen ließ und die meine wirklichen Gedanken durch das Plappern im Kopf, welches ich »Denken« nenne, verborgen hat. In vielen Lektionen habe ich es gehört, mittlerweile vielleicht sogar akzeptiert, zumindest aber schon einmal als Möglichkeit in Erwägung gezogen: Diese Illusionen wurden von mir gemacht. Sie sind in meinem Geist, denn dort habe ich sie platziert. Sie sind wie Wolken des Grolls, die das Licht, das ich BIN, verdecken. Aber es sind nur Wolken, ohne Substanz und ohne Widerstand. In diesen Wolken habe ich bisher nach Heilung und Erlösung gesucht. Dort werde ich sie aber nicht finden!

Heilung und Erlösung kann ich nur dort finden, wo die Krankheit ist, denn nur dort machen sie Sinn. Wenn also Krankheit eine Erfindung meines Geistes ist, kann auch ihre Heilung nur in mir und von mir sein! Ich suche sie vergeblich außerhalb von mir in den Wolken, denn sie kann nur in mir liegen! Dort will ich sie heute finden, indem ich durch die Wolken hindurchgehe. Ich kann sie nicht in den Wolken finden, ich muss hindurch. Das ist meine Praxis heute.

Was habe ich zu verlieren? Alle »Heilmittel«, die ich außerhalb von mir gesucht habe: die neue Arbeit, die neue Wohnung, die neue Frisur, das neue Auto oder der neue Partner. Sie werden mich nicht glücklich machen. Ich habe »viel« zu verlieren, aber es sind ja nur Wolken, die ich fälschlicherweise für meine Erlösung gehalten habe.

Was gewinne ich? Wenn diese Nebelschwaden mich nicht glücklich machen können, dann können sie mich auch nicht unglücklich machen! Nichts außerhalb von mir kann mich bedrohen, nichts kann meinen inneren Frieden stören, nichts kann mich verletzen.

So ist es heute mein fester Wille, Nebel und Wolken zu durchdringen und das Licht zu erreichen, das ich BIN. Die Erlösung ist von mir, von niemandem sonst.

Kommentar 71

12. März

»Suche, aber finde nicht« (4:2). Kann man treffender das vergebliche Bemühen ausdrücken, Glück und Erlösung in den Illusionen der Welt zu erreichen? Es ist das Ergebnis, das dem »Heilsplan« des Ego-Denksystems entspringt.

Dieser Heilsplan sieht vor, dass irgendetwas anders sein muss, damit ich glücklich sein kann. Der Chef sollte meine Leistungen mehr anerkennen, damit ich glücklich bin. Der neue Job sollte mehr Geld einbringen, damit ich glücklich bin. Der Partner sollte aufmerksamer auf meine Bedürfnisse eingehen, damit ich glücklich bin. Der Nachbar sollte meine Kinder nicht dauernd maßregeln, damit ich glücklich bin. »Die da oben« sollten mehr gegen das Elend in der Welt tun, damit ich glücklich bin. Die Umwelt sollte sauberer sein, damit ich glücklich bin. Das Essen sollte besser schmecken ... Diese Liste lässt sich endlos fortführen.

In diesem »Heilsplan« hat mein Geist nur eine Funktion: nämlich festzustellen, wer oder was sich ändern muss, damit ich glücklich sein kann. Das produziert unablässig Angriffsgedanken. Der Kurs nennt es »Groll« (vergleiche Lektion und [Kommentar 68](#)). Es ist der Heilsplan des Wahnsinns, denn er kann nicht funktionieren. Er hat nur einen Zweck – das Ego-Denkssystem wirklich zu machen und damit aufrechtzuerhalten.

Es gibt nur einen Heilsplan, der diesen Namen verdient – GOTTES Heilsplan. Und er ist sehr einfach: Ich folge SEINER Führung und suche die Heilung dort, wo sie wirklich ist. Beiden Heilsplänen zu folgen, dem des Ego und dem von GOTT, ist jedenfalls nicht möglich, denn: »Das Ergebnis können nur Verwirrung, Elend und ein tiefes Gefühl des Versagens und der Verzweiflung sein« (5:4).

Wie folge ich GOTTES Heilsplan, was muss ich tun? Ich habe keine Ahnung. Denn wüsste ich es, bräuchte ich den Heilsplan nicht! Daher ist es sinnlos, mir selbst die Antwort auf diese Frage geben zu wollen. Die Antwort liegt bereits in der Frage: Wenn ich etwas nicht weiß, frage ich und ich bin bereit, zu hören – ohne mich einzumischen und zu glauben, ich wüsste es besser.

Nur diese kleine Bereitschaft ist erforderlich: Ich frage IHN und bin bereit, SEINE Antwort zu hören. »ER wird in dem Maße antworten, wie du bereit bist, SEINE STIMME zu hören« (9:7). Das ist das ganze »Geheimnis« von GOTTES Heilsplan.

Kommentar 72

13. März

Der Heilsplan GOTTES und der Heilsplan des Ego schließen einander aus. Mehr noch: Der Heilsplan des Ego ist ein Angriff auf den Heilsplan GOTTES, denn ihm liegt der Wunsch zugrunde, GOTT zu ersetzen. *»Tatsächlich ist das Ego die physische Verkörperung dieses Wunsches«* (2:2). Die zentrale Figur des Ego-Denkensystems ist der Körper. Ich identifiziere mich mit dem Körper und sehe meine Brüder ebenfalls als Körper. Mein Groll und meine Angriffsgedanken richten sich immer gegen Körper. Mein ganzes Streben kreist um die Behaglichkeit des Körpers, um seinen Schutz und seinen Erhalt. »Liebe« heißt für mich, dass ich andere Körper liebe, aber nur zu dem Zweck, meinem eigenen Körper mehr Gutes zu tun.

Der Körpergedanke wird von mir sogar sehr abstrakt verwendet, und es ist deshalb unerheblich, ob gerade ein physischer Körper vor mir steht. Denn selbst über elektronische Medien, zum Beispiel hörend über ein Telefon oder lesend über ein Internetforum, glaube ich, den anderen als Körper zu sehen: Ich gebe ihm in meiner Vorstellung körperliche Merkmale. Sogar das Schriftbild oder das Layout eines Textes, unabhängig davon, in welcher Erscheinungsform er mir begegnet, kann in mir unbewusst ein Bild seines Schreibers auslösen.

Der Gipfel dieses Körperkults ist aber »Gott«, denn auch er ist eine irgendwie geartete körperliche Vorstellung. Im Ego-Denkensystem hat er mich nach seinem Ebenbild (Gen 1,27) als Körper erschaffen – also muss auch er ein Körper sein. Diesem körperlichen Gott gebe ich insgeheim die Schuld an all dem Elend, das mir und anderen Körpern widerfährt. Und damit mache ich diese Körper zu meinen Freunden, bei denen ich Erlösung suche. Der »liebe Gott« ist jedoch mein Feind, denn er hat meinen (und deinen) unausweichlichen Tod beschlossen.

Heute will ich versuchen, diesen wahnsinnigen Angriff auf GOTTES Heilsplan zu beenden. Denn ich greife etwas an, das ich nicht erkennen kann. Meine Desorientierung erzeugt dabei sehr große Angst und genau deshalb ersetze ich sie durch das etwas »greifbarere« Fantasiegebilde eines persönlichen Gottes, den ich »konkret« angreifen kann. Das, was ich BIN, hat jedoch keine körperlichen Grenzen. GOTT ist kein Körper, also hat ER auch keine Körper erschaffen.

Meine wahnsinnigen Fantasien zeigen nur, dass ich nicht erkenne, dass GOTTES Heilsplan bereits vollbracht ist. Denn GOTT kennt keine Zeit, sie ist eine Erfindung des Ego. Zwischen dem Plan GOTTES und seiner Vollbringung kann also keine Zeit vergehen.

So frage ich IHN heute: *»Was ist die Erlösung, VATER? Ich weiß es nicht. Sag es mir, damit ich es verstehen möge«* (10:6-8). Nun warte ich in der Stille auf die ANTWORT. Bisher habe ich SEINEN Heilsplan angegriffen, ohne überhaupt auf eine Antwort von IHM zu warten. Das will ich heute ändern.

Kommentar 73

14. März

Was ist unter »eitlen Wünschen« zu verstehen? Dieser Begriff bezeichnet den Willen des Ego, also das, was wir fälschlicherweise als unseren freien Willen bezeichnen. Die Eitelkeit bezieht sich allein darauf, dass diese Wünsche nichts machen können, was wirklich ist. Das Ego-Denkensystem hingegen behauptet, dass diese Wünsche mein wirklicher Wille sind. Das ist Eitelkeit.

Die eitlen Wünsche sind die Miterzeuger der Welt.

Diese Welt, die ich sehe, ist von Figuren bevölkert, an denen ich meinen Groll und meine Angriffsgedanken festmachen kann. Auf diese Figuren habe ich die Schuld projiziert. Angriff (was beinhaltet, dass ich angreife oder angegriffen werde) erzeugt Gegenangriff, und so wird eine Art Handel betrieben, zu dem ich die Figuren nutze. Meine eitlen Wünsche sind ein Motor dieses Handels, indem ich von den Figuren verlange, dass sie sich ändern, damit ich mein Glück finden kann. So verstärkt sich dieser Groll, der zum Aufrechterhalten meiner Darstellung der Welt erforderlich ist. Ich verhalte mich dabei ähnlich wie ein Schachspieler, der immer nur gegen sich selbst spielt. Nichts davon ist wahr, aber der Glaube daran ist Eitelkeit, denn ich glaube, ich könnte GOTT ersetzen, indem ich eine eigene Welt mache.

Dabei ist mein wirklicher Wille verloren gegangen – es ist GOTTES WILLE, den ich mit IHM teile. Meine eitlen Wünsche, die ich mit meinem wahren Willen verwechsle, sind dagegen der Ursprung der Dunkelheit, in der ich nichts sehe. Mein wirklicher Wille jedoch ist die QUELLE des Lichts. Und dieses Licht ist das Einzige, was ich will, es ist mit meinem Willen identisch.

Heute will ich mich an meinen wirklichen Willen erinnern. Die Dunkelheit, das Ergebnis meiner eitlen Wünsche, ist nicht mein Wille. Ich will sehen. Daher ist das Licht mein Wille. Daher will ich, dass Licht werde.

Kommentar 74

15. März

GOTT hat kein Gegenteil. »Das Gegenteil von Liebe ist Angst, doch was allumfassend ist, kann kein Gegenteil haben« (T-Einl.1:8). Angst kann also nicht GOTTES WILLE sein, da Angst das Gegenteil SEINER LIEBE ist. Konflikt kann demnach nicht SEIN WILLE sein, da Konflikt auf Angst beruht. Konflikt ist immer nur das Ergebnis widersprüchlicher Wünsche. Wie könnte es aber überhaupt Widersprüche geben, wenn GOTT gar kein Gegenteil hat und daher SEIN WILLE der einzige Wille ist, der überhaupt existieren kann?

Mein Wille muss demnach identisch sein mit GOTTES WILLEN. Das ist die QUELLE tiefen Friedens, denn Konflikt kann nicht existieren. Diesen Frieden will ich heute finden, indem ich meine Aufmerksamkeit darauf richte, dass ich nur SEINEN WILLEN teile. Es gibt keinen anderen. Jeglichen Konflikt, der mir in den Sinn kommt, betrachte ich im Lichte dieses EINEN WILLENS, der auch der meine ist.

Dabei vermeide ich es, Konflikte zu unterdrücken, denn das wäre nur Rückzug (vergleiche Kommentar_68: Groll vermeiden). Ich ignoriere daher meine aufkommenden Konfliktgedanken nicht, sondern ich stelle lediglich fest, dass sie nicht wirklich sein können, denn sonst gäbe es tatsächlich einen anderen Willen als den WILLEN GOTTES. Den Rückzug kann ich daran erkennen, dass ich ein Gefühl der Müdigkeit und der Schwächung empfinde. Dies will ich vermeiden, selbst wenn die Freude, die der Friede mit sich bringt, sich noch nicht einstellt: Es ist besser, meine Konflikte aufmerksam zu betrachten und ihre Wirklichkeit anzuzweifeln, als mich in Schläfrigkeit und Verdrängung zurückzuziehen.

Zunächst wiederhole ich den Leitgedanken und bringe ihn dann zu bestimmten Konfliktsituationen. Nachdem ich meinen Geist geklärt habe, schließe ich die Augen und lasse mich tief in SEINE GEGENWART fallen und von ihr umhüllen.

Wenn meine Übung Erfolg hat, verspüre ich Freude im Herzen und einen fröhlichen, wachen Frieden. Frisch und entspannt zugleich lasse ich mich nicht mehr von kraftlosen Parolen eines Schein-Friedens betäuben oder von lauwarmen Bekundungen einer Pseudo-Liebe einlullen.

Kommentar 75

16. März

GOTT ist nicht von dieser eingebildeten Welt in Raum und Zeit beschränkt. SEIN Plan unterliegt daher nicht den verrückten Gesetzen der Welt. Insbesondere benötigt SEIN Plan keine Zeit, denn Zeit gibt es im HIMMEL nicht. GOTTES Plan ist in dem Augenblick vollbracht, in dem er entstanden ist. Das ist SEIN WILLE und daher auch der meine.

Die Vergebung braucht keine Zeit. Vergebung geschieht jetzt. Daher ist jetzt das Licht gekommen, denn das, was ich BIN, existiert nicht in der Vergangenheit oder in der Zukunft, sondern genau – jetzt! Vergangenheit und Zukunft hat es nie gegeben, GOTTES Plan ist bereits vollbracht.

Ich brauche mich nicht vorzubereiten auf das, was ich BIN, denn ich *bin* es ja! Das Licht *ist* gekommen: Ich sehe die wirkliche Welt (vergleiche [Kommentar_58](#)), den Ausdruck von GOTTES ewiger Gegenwart, in dieser von mir erfundenen Welt. Ich kann mir diese wirkliche Welt jederzeit zeigen lassen, weil ich sie will. Und weil ich sie nicht durch meine Welt ersetzen möchte.

Heute ist der Tag der Erlösung. Heute ist der Tag, an dem ich nicht mehr die Vergangenheit sehen will, sondern geduldig darauf warte, dass GOTT mir die wirkliche Welt zeigt, die bereits da ist. Heute will ich mich nicht einmischen, mir nicht ausmalen, wie die wirkliche Welt auszusehen hat, mir nicht vorstellen, wie das vollkommene Glück beschaffen ist, auf das ich ein Anrecht habe. Heute will ich GOTT nicht ins Handwerk pfuschen, sondern mir zeigen lassen, was mein einziger Wille ist: das Licht, das gekommen ist.

Was ist aber, wenn ich das Licht nicht sehe, obwohl die heutige Lektion mir deutlich sagt, dass es gekommen ist? Im Textbuch heißt es dazu: *»Es ist nicht möglich, die Nichterkennenden davon zu überzeugen, dass sie erkennen. Von ihrem Standpunkt aus ist es nicht wahr. Indessen ist es wahr, weil GOTT es erkennt. Das sind eindeutig zwei entgegengesetzte Standpunkte in Bezug darauf, was die Nichterkennenden sind. Für GOTT ist »Nichterkennen« unmöglich. Deshalb ist es gar kein Standpunkt, sondern nur ein Glaube an etwas, das nicht existiert. Nur diesen Glauben haben die Nichterkennenden, und durch ihn irren sie sich über sich selbst«* (T-14.VII.3:1-8).

Wenn ich heute glaube, dass ich dieses Licht ja gar nicht sehe, so will ich mich auf das besinnen, was einzig wahr ist: das Licht. Es ist da. Es bedarf keiner Zeit. Worauf soll ich warten?

Kommentar 76

17. März

Heute wird mein tiefer Glaube an die Gesetze, denen ich scheinbar in dieser Welt unterworfen bin, als Irrglaube aufgedeckt. Dies ist keine abstrakte Aussage, sondern sehr konkret: Die Gesetze der Ernährung, der Medizin, der Partnerschaft oder der Religion sind ausnahmslos meine Erfindungen, magische Rituale ohne Substanz. Ich bin durch sie nicht gebunden, obwohl ich fest davon überzeugt bin, dass ich sterbe, wenn ich nicht esse, oder krank werde, wenn ich meinen Körper nicht schütze. Alle diese Gesetze dienen nur dem Schutz des Körpers, was den physischen Körper sowie jede Vorstellung eines getrennten Ichs einschließt.

Die Lösung, die der Kurs anbietet, heißt *nicht*, auf Nahrung und Schlaf möglichst zu verzichten, kein Geld mehr zu verdienen, alle medizinischen Maßnahmen abzulehnen, keine Bindungen mehr einzugehen oder jeglicher Religionsausübung zu entsagen. Denn das hebt den Glauben an die Gesetze der Welt und ihre Wertschätzung nicht auf, ganz im Gegenteil. Jede Vermeidung zeigt mir ja nur, dass der Glaube fest und unerschütterlich weiter besteht.

Das einzige Gesetz, das es gibt, ist GOTTES Gesetz. Nur diesem Gesetz unterstehe ich. Es ist das Gesetz der bedingungslosen LIEBE und der grenzenlosen Freude, in dem es nur Geben gibt, aber kein Nehmen. GOTT nimmt nie etwas weg. Will ich dieses Gesetz erkennen, brauche ich IHN nur zu fragen und SEINE STIMME wird mir die Wahrheit sagen. Ich überbringe meine magischen Gesetze IHM und ER wird sie durch SEINE Gesetze auflösen: *»Was willst du? Licht oder Dunkelheit, Erkenntnis oder Unwissenheit sind dein, aber nicht beides. Gegensätze müssen zusammengebracht, nicht getrennt gehalten werden. [...] Wie Dunkelheit im Licht verschwindet, so verblasst die Unwissenheit, wenn die Erkenntnis dämmert«* (T-14.VII.1:1-3,6).

Heute will ich SEINE STIMME hören und SEIN Gesetz erfahren, weil es die einzige Wahrheit ist. Dazu muss ich die Wahrheit nicht suchen, denn das ist nicht möglich. Aber ich muss die Unwahrheit ausfindig machen, meine irrtümlichen Ansichten über die Gesetze der Welt, um sie im Licht verschwinden zu lassen: *»Die Suche nach der Wahrheit ist nur das ehrliche Ausfindigmachen all dessen, was die Wahrheit beeinträchtigt. Die Wahrheit ist. Sie kann weder verloren gehen noch gesucht oder gefunden werden. Sie ist dort, wo immer du auch bist, da sie in dir ist. Doch kann sie erkannt oder unerkannt, wirklich oder falsch für dich sein. Verbirgst du sie, wird sie für dich unwirklich, weil du sie verborgen und mit Angst umgeben hast. Unter jedem Eckstein der Angst, auf dem du dein wahnsinniges Glaubenssystem errichtet hast, liegt die Wahrheit verborgen«* (T-14.VII.2:1-7).

Kommentar 77

18. März

Was ist ein Wunder? – Wunder sind von sich aus keine übernatürlichen Ereignisse oder Fähigkeiten und nicht das Privileg besonderer Individuen. Im ersten Kapitel des Kurses befinden sich die *»Grundsätze der Wunder«*, die einige Erläuterungen zum Begriff des Wunders darlegen: *»Wunder sind Gedanken«* (T-1.I.12:1), *»Wunder transzendieren den Körper. Sie sind plötzliche Verlagerungen von der Ebene des Körpers weg ins Unsichtbare. Deswegen heilen sie«* (T-1.I.17), *»Ein Wunder ist eine Berichtigung, die durch mich ins falsche Denken eingeführt wird. Es wirkt als Katalysator, indem es die irrige Wahrnehmung auflöst und sie richtig reorganisiert«* (T-1.I.37:1-2) oder *»Wunder sind Äußerungen der Liebe, aber möglicherweise haben sie nicht immer beobachtbare Wirkungen«* (T-1.I.35).

Was ist Erlösung? – Die heutige Lektion erklärt es in einem einzigen Satz: *»Sie ist nur die Feststellung deiner wahren IDENTITÄT«* (1:5). Heute werden beide Begriffe zusammengeführt: Erlösung ist das Ziel, das Wunder ist das Mittel. Ich habe ein Anrecht auf Wunder, ohne eine Vorleistung erbringen zu müssen. Mein Anspruch auf Wunder begründet sich durch das, was ich BIN. Daher bitte ich in jeder Situation um Wunder, in der sie notwendig sind. Will ich ein Wunder, wird es mir gewährt, denn wozu sonst sollte mein Anspruch dienen? Die Situationen erkenne ich ganz einfach daran, dass sie mich nicht glücklich machen oder Anlass dazu geben, nicht in Frieden zu sein.

Wie bitte ich um ein Wunder? – *»Wunder sind Gewohnheiten und sollten unwillkürlich geschehen. Sie sollten nicht unter bewusster Kontrolle stehen. Bewusst ausgewählte Wunder können fehlgeleitet sein«* (T-1.I.5). Befinde ich mich also in einer Situation, von der ich glaube, dass nur ein bestimmtes Resultat mich glücklich machen kann, ist das genau der richtige Zeitpunkt, um ein Wunder zu bitten: Dies kann zum Beispiel ein Bewerbungsgespräch, eine Gerichtsverhandlung, eine Krankheit bei einem geliebten Menschen oder mir sein. Dabei bitte ich jedoch nicht um ein festgelegtes Ergebnis! Schließlich habe ich keine Ahnung, was mich glücklich machen kann und mir oder der Welt Frieden bringt. Ich stelle einfach nur fest, dass ich nicht in Frieden bin und bitte daher um ein Wunder. Darauf habe ich als SEIN SOHN Anspruch.

Ich trete einen Schritt zurück und überlasse damit die Situation IHM, DER genau weiß, was alle Beteiligten jetzt brauchen. Mehr ist nicht zu tun. Das Wunder wird mir gewährt, wenn ich vielleicht auch keine unmittelbare Wirkung sehe. Ich weiß sowieso nicht, welche Wirkung richtig ist, daher vertraue ich darauf, dass ER es weiß.

»Auf Wunder hat jedermann Anrecht, aber zuerst ist Läuterung nötig« (T-1.I.7). Diesen Anspruch will ich heute wahrnehmen. Die Läuterung besteht einfach darin, dass ich IHN das Wunder steuern lasse und mich nicht einmische. Das ist der einzige Lernschritt, der meine Aufgabe ist. Diesen Schritt will ich mir zur Gewohnheit machen.

Kommentar 78

19. März

Groll ist das Mittel, die Sicht auf die Erlösung zu versperren. Groll ist jede Verurteilung, also jeder Angriffsgedanke, unabhängig davon, ob ich angreife oder angegriffen werde. Die Intensität des Grolls ist unerheblich, sie reicht vom kleinsten Unmut bis zum abgrundtiefen Hass.

Jenseits der Mauer des Grolls wartet die Erlösung auf mich. Den Groll habe ich gemacht, auch wenn ich glaube, dass ein anderer die Schuld daran hat, indem er mir scheinbar »berechtigter« Gründe für den Groll geliefert hat. Berechtigt oder nicht berechtigt? Ist es nicht auch meine Angelegenheit, ob ich daraus Groll mache oder nicht? – Habe ich nicht schon Situationen erlebt, in denen Groll nach »objektiven« Maßstäben durchaus »angemessen« gewesen wäre, ich aber überhaupt keinen Groll empfunden habe?

Gerne will ich heute die Mauer des Grolls niederlegen und auf das schauen, was dahinter liegt. Dies ist keine Verdrängung, sondern die einfache Entscheidung, dass ich heute nicht auf den Groll schauen will, sondern meinen Anspruch auf das Wunder einfordere, welches den Groll ersetzt – *wenn* ich ihn nicht mehr will. Das passiert in einer sehr praktischen Übung. Dabei will ich nicht vergessen, dass es sich um eine Übung handelt: Jeglicher Perfektionismus und jegliche Erwartungshaltung sind also unangebracht, denn sonst bräuchte ich ja keine Übung. Gegenstand der Übung ist ein Mensch, den ich bisher als Zielscheibe für meinen Groll benutze. Da muss ich gar nicht lange suchen, denn schon nach kurzem Nachdenken fällt mir die richtige Person ein ...

Zunächst schaue ich mir an, wodurch mich dieser Mensch verletzt hat, was ich an ihm nicht mag und was genau meinen Groll auslöst. Es geht eben nicht um Verdrängung, sondern um genaues Hinschauen. Das kann emotional sehr aufwühlend sein und hier ist absolute Ehrlichkeit mir selbst gegenüber erforderlich. Nun aber kommt der entscheidende Schritt: Ich bitte IHN, mich diesen Menschen anders und im Lichte der Vergebung sehen zu lassen. Ich bewerte und analysiere also nicht, denn für eine Bewertung fehlt mir jeglicher Maßstab. Es ist eine Bitte, nichts weiter.

Das wird mir mehr oder weniger schwerfallen, je nachdem, wen ich mir ausgesucht habe. Aber ich weiß mit Sicherheit, dass mich der Groll in den verschiedenen Formen, die ich mir angeschaut habe, nicht glücklich macht, selbst wenn er noch so berechtigt erscheint. Also bitte ich einfach um eine andere Sichtweise. Dieser Kurs ist nicht dazu da, dass ich nur an eine andere Sicht der Dinge glaube, sondern vor allem dazu, dass ich diese auch erfahre, um dadurch sicher zu sein, dass nur diese Sicht wahr ist. Es ist meine Entscheidung, diese andere Erfahrung machen zu wollen. Es ist die Bitte um ein Wunder.

Dann bin ich still. Ich will nichts selbst hinzufügen, sondern auf meinen Erlöser schauen. Das ist das Ziel meiner heutigen Übung: Ich will mir meinen Erlöser zeigen lassen. So wird der Groll durch das Wunder ersetzt.

Kommentar 79

20. März

Wie oft wurde im Textbuch von *Ein Kurs in Wundern* und in den verschiedenen Lektionen gesagt, dass ER mir immer antwortet, wenn ich IHN frage! Warum höre ich SEINE Antwort dann nicht?

Der Grund ist sehr einfach: weil die ANTWORT scheinbar nicht zu meinem Problem passt! Also akzeptiere ich sie nicht und »überhöre« sie. Schließlich will *ich* bestimmen, wie die Antwort auf meine Frage auszusehen hat. Allerdings – warum frage ich dann überhaupt?

Ich sehe eine Vielzahl von Problemen und glaube daher, dass jedes Problem seine eigene Antwort benötigt. Ich begreife nicht, dass es nur ein Problem gibt, das Problem der Trennung. Auf dieses einzige Problem reduziert sich die große Vielzahl von Problemen, die ich sehe. Die Trennung zeigt mir eine unübersehbare Anzahl von Problemen, die sich – gemäß ihrer Natur – in eine weitere Unzahl von Formen aufspalten. Aber alle diese Formen sind nur ein einziges Problem. Und SEINE Antwort ist die ANTWORT auf dieses eine Problem.

Die ganze Komplexität hat nur ein Ziel: das eigentliche Problem nicht zu erkennen und damit die Lösung nicht zu sehen. Auf diese Weise stelle ich sicher, dass ich die ANTWORT nicht akzeptiere und daher das Problem ungelöst lasse. Und damit bleiben auch alle anderen Probleme ungelöst: Hat mir nicht die Erfahrung bewiesen, dass auf ein gelöstes Problem Tausende von neuen auftauchen?

Heute will ich IHN fragen, was das Problem ist und keine Antwort vorgeben. Ich frage einfach und warte auf die ANTWORT. Das mag schwerfallen, da mir sicherlich immer wieder meine akuten und gegenwärtigen Probleme einfallen, aber das soll mich nicht stören. Ich weiß die Antwort auf meine Frage nicht, also gebe ich auch keine Antwort vor. Ich versuche auch nicht, mir intellektuell das »Trennungsproblem« vorzustellen. Ich will SEINE ANTWORT, nicht meine.

Und dann frage ich nach der Lösung. Ich werde die ANTWORT bekommen.

Kommentar 80

21. März

Die einfache Botschaft des Kurses lautet: »*Ein Problem, eine Lösung*« (1:5). Deshalb: Kann denn SEINE ANTWORT versagen? Braucht ER Zeit, um Probleme zu lösen? Ist ER ein Zauderer, oder hat ER sogar Spaß daran, mich in dem einen Problem zu belassen?

Nein, denn im Problem liegt schon die Lösung! Taucht das Problem auf, ist die ANTWORT unmittelbar zur Stelle, um es zu lösen. ER kennt keine Zeit. Daher *ist* das Problem beim Auftauchen bereits gelöst! Das Problem der Trennung tauchte scheinbar auf – und verschwand im selben Augenblick. Denn SEINE Lösung war immer da!

Nichts, in welcher Form auch immer, kann mich von der LIEBE GOTTES trennen, gar nichts kann SEINEN Frieden erschüttern. Jede mehr oder scheinbar weniger unangenehme Situation und alle offensichtlichen Mangelercheinungen, ja, alle Manifestationen der Trennung von IHM, sind im wahrsten Sinne des Wortes ein Aufgeben für mich. Ich gebe es alles ab an IHN.

Jedes Problem kann ER lösen, egal, worum es sich dabei handelt und wie einfach oder wie schwierig die Lösung auch erscheinen mag. Ob eine geplatze Verabredung oder ein geplatzter Autoreifen, ein misslungenes Mittagessen oder eine misslungene Operation, ein verlorener Fingerhut oder ein verlorener Gerichtsprozess: Es gibt keinen Mangel, sei er auch noch so bedrohlich, den ich nicht getrost IHM übergeben kann.

Kein Mangel kann mich von GOTTES LIEBE und SEINEM immerwährenden Frieden trennen. Was auch immer geschieht, ich brauche nicht meine innere Ruhe zu verlieren. Mein Problem ist bereits gelöst. Ich kann in Frieden sein. Jetzt.

Oft aber wähle ich anders, nämlich frustriert und wütend, enttäuscht und vorwurfsvoll oder beleidigt und nachtragend zu sein. Oder ich bin ängstlich oder hoffnungslos, traurig und resignativ oder auch beschämt. Irgendetwas wird mich immer stören oder verwirren können.

Das einzige Problem ist jedoch meine vermeintliche Trennung von GOTT: Somit trennen mich alle Ereignisse in meinem Leben von IHM, selbst die »schönen«, die mir zunächst nicht den Frieden zu rauben scheinen.

Warum soll ich immer noch in all dem schwelgen? Das eine Problem ist der Lösung überbracht worden. Es kann nicht mehr existieren: Es wurde bereits durch SEINE ANTWORT gelöst. Und gelöste Probleme können mich nicht behelligen.

So will ich heute Anspruch auf den Frieden erheben, den diese Problem(er-)lösung mit sich bringt. Ich habe die ANTWORT angenommen, daher gibt es keinen Grund, den Frieden von mir zu weisen.

Kommentar 81

22. März

Heute beginnt eine weitere Wiederholung. Die letzten zwanzig Lektionen werden in den nächsten zehn Tagen noch einmal rekapituliert und zumeist in Form von »Bitten« als Übung genutzt. Jeden Tag werden zwei Lektionen angeboten, eine für den Vormittag und eine für den Nachmittag.

Die Form der Übung ist jeden Tag gleich: Es gibt zwei längere Übungszeiten sowie häufige kürzere. Wie bei allen Lektionen des Kurses geht es um die Anwendung, wobei in den einzelnen Lektionen Vorschläge für die Anwendungsformen gemacht werden. Die Lektionen werden langsam und mehrfach aufmerksam gelesen, anschließend denke ich kurz über den Inhalt in eigenen Worten nach. Dann lese ich die Anweisungen, wende sie auf ganz konkrete Situationen an, bin still – und horche.

2. Wiederholung

Vormittag:

(61) Am Vormittag will ich das Licht der Welt, das ich bin, durch alle Erscheinungen hindurch leuchten lassen. Ich will mich nicht ablenken lassen von Schatten, von den vermeintlichen Problemen, also von dem, was ich stattdessen wahrnehme.

Ich will mich daran erinnern, wer ich wirklich BIN.

Nachmittag:

(62) Am Nachmittag will ich mir meine Funktion zeigen lassen: die Vergebung. Ich weiß nicht, was Vergebung ist, und ich kenne daher meine Funktion nicht. Darum will ich sie mir zeigen lassen, ohne mich einzumischen. Konkrete Wahrnehmungen und Erscheinungen will ich nicht für meine Zwecke missbrauchen, indem ich ihnen meine Deutung überstülpe.

Ich will mir von IHM meine einzige Funktion zeigen lassen.

Kommentar 82

23. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(63) Meine Vergebung ist nicht nur für mich, sondern dient der Erlösung jedes Einzelnen und damit der ganzen Welt. Ich will meine Vergebung, die mir zeigt, dass ich das Licht der Welt BIN, mit dir teilen. Durch die Vergebung erfahre ich das Licht und dadurch bringt sie mir Frieden, den ich auch auf dich ausdehnen will.

Nur im Licht sehe ich, wer auch du wirklich BIST.

Nachmittag:

(64) Meine einzige Funktion, die ich hier habe, bringt mir SEINE Freude. Daher will ich meine Funktion nicht vergessen. Die derzeitige konkrete Situation soll mich nicht von meiner Funktion ablenken. Stattdessen will ich sie nutzen, um meine Funktion zu erfüllen. Auch jegliche Bedrohung, die ich gerade wahrzunehmen vermeine, hat keinen Einfluss auf meine Funktion. Ich will sie daher nicht dazu verwenden, meine Funktion zu vergessen.

Kurze Erinnerung:

Ich wende die Gedanken auf konkrete Situationen in Form einer Bitte an. Zum Beispiel, indem ich sage: »Lass mich diese Situation nicht dazu nutzen, meine Funktion zu vergessen.« Die Form der Bitte wähle ich gemäß der jeweiligen Lektion und ihres Leitgedankens mit eigenen Worten selbst aus. Dann bin ich still und lausche IHM.

Ich will SEINE ANTWORT, nicht die meine.

Kommentar 83

24. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(65) Da es nur eine einzige Funktion gibt, die ich hier habe, sind Konflikte nicht möglich. Kein konkretes Ereignis, das ich möglicherweise gerade als Konflikt wahrnehme, kann daher meine Funktion ändern. Nur die Funktion, die ER mir gab, kann meine Funktion sein.

Heute betrachte ich die Ereignisse und Personen sowie meine inneren Befindlichkeiten und wende den Leitgedanken darauf an: Nichts davon kann meine Funktion ändern, die ER mir gab.

Alles hier ist eine Vergebungsaufgabe. Alles wartet darauf, geheilt zu werden.

Nachmittag:

(66) Meine Funktion und mein Glück sind ein und dasselbe, denn meine QUELLE kennt keine Trennung. Ich kann daher immer glücklich und in Frieden sein, völlig ruhig und unberührt von dem, was mich umgibt.

Bisher dachte ich immer, meine Entscheidung zwischen irgendwelchen Alternativen, welche unweigerlich miteinander in Konflikt stehen müssen, führt zu meinem Glück. Ich fühlte mich deshalb die meiste Zeit von Zielkonflikten behelligt: Soll ich heute Abend ins Fitnessstudio gehen oder lieber den alten Vater mal wieder besuchen? Da gäbe es aber auch noch diese dringende Terminarbeit fertigzustellen und außerdem kommt ja gleich ein spannender Krimi im Fernsehen ...

Nun aber weiß ich, dass ich mich zunächst für mein Glück, das Glück in mir, entscheide und damit meine Funktion wahrnehme. Vielleicht schließe ich kurz die Augen, um mich daran zu erinnern, wer ich BIN. Die anschließende Entscheidung fällt dann wie von selbst.

Heute wende ich dies auf die einzelnen Ereignisse des Alltags und die Entscheidungen, die zu treffen sind, an, und sage mir: »Dies hat keinen Einfluss auf mein Glück und meine Funktion.«

Sein Leben ohne Zielkonflikte zu bestreiten, das ist ein wunderbarer Segen.

Kommentar 84

25. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(67) Das, was ich glaube zu sein, bin ich nicht. Ich BIN das Licht der Welt und damit eine Ausstrahlung von GOTTES Heiligkeit, Güte und Vollkommenheit. So, wie der Sonnenschein eine Ausdehnung der Sonne ist, welche seine einzige Quelle ist, so bin ich eine WIRKUNG meines SCHÖPFERS, DER meine einzige URSACHE ist. Daher kann ich nur so sein wie ER, auch wenn meine Wahrnehmungen etwas ganz anderes beweisen wollen. Es sind die vorgestellten Wolken des Ego-Denkens, die mich etwas anderes glauben machen.

Mein SCHÖPFER kennt kein Leid und keinen Schmerz, daher kann auch ich nicht leiden. Denn mein SCHÖPFER erschafft nichts, das nicht ist wie ER:

»Die Liebe hat mich wie sich selbst erschaffen« (1:8).

Heute will ich dies anwenden, indem ich mir sage: »Das, was ich hier zu sehen glaube, hat ER nicht erschaffen. ER hat keine Körper geschaffen, die leiden können. Lass mich dies nutzen, um mich daran zu erinnern, wer ich wirklich BIN.«

Nachmittag:

(68) Mein Groll greift nur mich selbst an. Denn meine Angriffsgedanken richten sich immer gegen die unschuldige Schöpfung, die keinen Groll kennt. Will ich Groll sehen, vergesse ich nur meine QUELLE. Greife ich meinen Bruder an oder sehe ich Hässlichkeit, Lieblosigkeit, Böses, Krankheit und Tod, dann verleugne ich die Wahrheit. Verleugne ich, was mein Bruder IST, dann verleugne ich, was ich BIN.

Ich bin der eine SOHN GOTTES, eine Ausdehnung SEINER LIEBE. Auch das Licht der Sonne zerfällt nicht in einzelne, voneinander getrennte Strahlen, die einander bekämpfen. Daher sage ich mir: »Lass mich diese Situation nicht dazu benutzen, mich selbst anzugreifen. Ich will die LIEBE stattdessen sehen.«

Heute wähle ich, den anderen so zu sehen, wie ich mich selbst sehen will – nämlich so, wie GOTT mich sieht.

Kommentar 85

26. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(69) Warum hänge ich mit Leidenschaft an meinen Angriffsgedanken und an meinem Groll, wenn ich dadurch verschleierte, was ich wirklich BIN? Wieso nur betrachte ich den Groll nicht einfach als das, was er ist – eine Nebelwand ohne Nutzen, die verhindert, was ich wirklich will? Worin besteht meine Wertschätzung für die Illusion, was bringt sie mir?

Heute will ich den täglichen Ereignissen begegnen, indem ich mir sage: »Ich brauche meine gewohnten Reaktionen nicht, denn ich will sehen.«

Ich will die Wahrheit sehen, und wenn ich meinen Groll weglege, wird es geschehen.

Nachmittag:

(70) Außerhalb von mir sehe ich nur, was sich in meinem Inneren befindet. Es ist eine Projektion meiner gegenwärtigen Wertschätzungen. Daher werde ich außerhalb von mir das Glück nicht finden können, denn das, was ich BIN, hat meinen Geist nie verlassen. Meine QUELLE kennt nur die Wahrheit, keine Illusionen.

Warum suche ich dann außerhalb von mir nach Glück, also ausgerechnet in den Nebelschwaden der Illusion, die ich selbst projiziert habe? Warum glaube ich, dass in diesen Bildern von Beruf, Familie, Partnerschaft, Aussehen, Gesundheit oder Geld meine Erlösung vom Schmerz zu finden ist? Weder eine erfolgreiche Stellung, noch eine neue Liebe, noch ein attraktives Erscheinungsbild mitsamt körperlicher Fitness können mich doch wirklich davon heilen und erlösen, genauso wenig wie der teure Traumurlaub auf den Malediven oder die schicke Penthouse-Wohnung in Bestlage. Alle diese Illusionswolken werden sich früher oder später auflösen – oder sie werden einfach platzen wie eine Seifenblase.

Meine IDENTITÄT – und damit mein wahres Glück – kann ich nur in meinem einzig wahren URSPRUNG wiederfinden.

Heute will ich daher die Bilder des Alltags nutzen, um mir zu sagen: »Dies ist nicht meine Erlösung und ich will es daher nicht zum Götzen meines Glücks machen.«

Kommentar 86

27. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(71) Es geht mir wie dem Mann, der seinen Schlüssel im trüben Schein einer Laterne sucht. Als ihn jemand fragt, ob er ihn auch hier verloren habe, meint er: »Nein, da hinten, aber im Dunklen dort kann ich nichts sehen.«

Auch ich mache Pläne, mein Glück dort zu suchen, wo es nicht ist. Die Türe zum Licht habe ich zugesperrt, deshalb glaube ich, dass da, wo das Licht ist, nur Dunkelheit herrscht. Meine Pläne können jedoch nicht gelingen, sie sind mein Irrtum. So wende ich mich SEINEM Plan zu, denn nur dieser Plan kann mich erlösen.

Den Ereignissen des Alltags begegne ich heute mit den Worten: »Nur SEIN Heilsplan wird in dieser Situation funktionieren. Ich will ihn nicht durch meine unnützen Pläne ersetzen.«

Nachmittag:

(72) Mein Groll hat nur einen Zweck: Er liefert mir den »Beweis«, dass SEIN Plan nicht gelingen kann. Wie ein trotziges kleines Kind will ich mir ohne Hilfe die Schuhe selbst zubinden, aber es gelingt mir einfach nicht. Nun kann ich ärgerlich darüber sein und schmollen – oder ich kann um Hilfe bitten. Mein Schmollen und mein Ärger über die »dummen« Schuhe halten mich von dem glücklichen Ergebnis ab. Sie verbergen die Lösung des Problems vor mir, indem ich mir nicht (erneut) zeigen lasse, wie es geht.

Heute will ich »erwachsen« werden, indem ich mir sage: »Ich entscheide mich in dieser Situation für die Erlösung, statt an meiner Fehlwahrnehmung der Unfähigkeit und Ohnmacht festzuhalten. Bitte zeige mir DEINEN Weg.«

Kommentar 87

28. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(73) Möchte ich meine Welt mit ihren Angst auslösenden Faktoren und mit ihren vergänglichen Freuden wirklich behalten? Ist diese Welt, in der sich selbst die Liebe in Zorn, Ärger und Hass verwandeln kann, für mich so wertvoll? Können Veränderungen, die mich jeglicher Stabilität berauben und mich jederzeit von einem Zustand höchsten Glücks in den Abgrund tiefster Depression stürzen können, meine Wirklichkeit sein?

Ich will das Licht sehen, das ich BIN, gemeinsam mit meinen Brüdern.

Daher begegne ich dem Alltag heute mit dem Gedanken: »Dies will ich im Licht sehen, das ich BIN. Denn es kann das Licht nicht verbergen.«

Nachmittag:

(74) Wodurch fühle ich mich bedroht? Indem ich angreife. Denn ich greife nur etwas an, das mich bedroht, auch wenn ich es vielleicht »Verteidigung« nenne. Warum greife ich an? Weil ich Angst habe. Wovor habe ich Angst? Vor einem fremden Willen, der etwas anderes möchte als ich.

Es gibt aber nur SEINEN WILLEN. Und weil es nur diesen EINEN WILLEN gibt, den ich mit IHM teile, bin ich in Sicherheit. Daher brauche ich mich nicht bedroht zu fühlen und diese Bedrohung nach außen zu projizieren. In SEINER ewigen Sicherheit bin ich geborgen.

So will ich heute den Situationen des Alltags begegnen mit dem Gedanken: »Dies ist nicht GOTTES WILLE, also auch nicht der meine. Daher will ich es in Übereinstimmung mit SEINEM WILLEN sehen.«

Kommentar 88

29. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(75) Es gibt nur eine einzige Wahlmöglichkeit: Wahrheit oder Illusion.

Die vielen Alternativen, die ich sehe, verbergen diese einzige Alternative vor mir. Die Vielfalt der vermeintlichen Wahlmöglichkeiten, die ich zu haben glaube, besteht nur aus einer einzigen: Illusion. Das ist jedoch keine Wahl. Es ist noch nicht einmal eine Alternative, denn die Wahrheit war niemals abwesend. SEIN Plan ist bereits erfüllt, im Licht kann keine Dunkelheit bestehen.

Daher will ich heute die eine mögliche Wahl treffen, indem ich mir sage: »Ich will in dieser Situation nur die Möglichkeit sehen, die wirklich da ist.«

Nachmittag:

(76) Es gibt so viele Gesetzmäßigkeiten, denen ich zu unterliegen glaube. Das fängt mit »natürlichen« Gesetzen an und endet bei meinen eigenen inhaltsleeren Ritualen. Nichts davon hat irgendeinen Bezug zu dem, was ich BIN. Daher leide ich unter diesen von mir erfundenen Gesetzen.

Doch der Ausgang meines irdischen Dramas ist gewiss. Es hat in Wahrheit nie stattgefunden! Für mich gilt nur SEIN Gesetz, dem ich unterworfen bin. Und unter SEINEM Gesetz kann es kein Drama, kann es weder Leiden noch Einschränkungen geben. SEIN Gesetz ist meine vollkommene Freiheit.

So will ich heute meine Welt betrachten mit dem Vorsatz: »Dies will ich im Lichte SEINES Gesetzes sehen und nicht durch meine erfundenen Gesetze knebeln.«

Kommentar 89

30. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(77) SEINE Gesetze sind die einzigen, denen ich unterstehe. Sie ersetzen den Groll und die Angriffsgedanken, mein Opferbewusstsein und meine falsche Identität durch Wunder. Daher habe ich ein Anrecht auf Wunder. Denn diese Wunder sind eng verbunden mit der einzigen Funktion, die ER mir gab. Durch Wunder übe ich diese Funktion aus.

Heute will ich Wunder in meinem Alltag einsetzen, indem ich diesen Gedanken benutze: »Lass mich dir stattdessen ein Wunder schenken! Denn genau diese Situation bietet uns ein Wunder an.«

Nachmittag:

(78) Schon in Lektion 44 hieß es: *»Erlösung ist das Glücklichsste, was du vollbringen kannst«* (Ü-I.44.8:2). Doch ich kann sie nicht allein vollbringen. Erst wenn ich zurücktrete und IHM die Führung überlasse, wird ER mich aus der Hölle befreien können, die ich für mich gemacht habe. Ich kann mir meine Erlösung von IHM zeigen lassen, indem ich meine Machwerke des Grolls zu IHM bringe und durch Wunder ersetzen lasse.

Das ist meine »kleine Bereitwilligkeit« (siehe T-18.IV), mehr ist von meiner Seite aus nicht erforderlich. Ich ersetze SEINE Wunder nicht durch meine Überlegungen, Vorlieben oder Überzeugungen, denn ich will nur den HIMMEL, weil es nichts anderes gibt – obwohl ich ihn vergessen habe.

So will ich den Alltag IHM überlassen mit dem Gedanken: »Lass mich diesen Groll durch Wunder ersetzen lassen. Lass mich stattdessen das Wunder sehen, das dieser Groll vor mir und meinem Bruder verbirgt.«

Kommentar 90

31. März

2. Wiederholung

Vormittag:

(79) Den vielen Problemen, die ich sehe, liegt immer eine Form des Grolls zugrunde. Dabei ist es völlig unerheblich, wie »schlimm« das Problem ist. Es kann daher nur ein einziges Problem geben – den Groll, der zwar viele verschiedene Formen annehmen kann, aber immer das bleibt, was er ist: Groll. Das macht die Erlösung einfach: »*Ein Problem, eine Lösung*« (Ü-1.80.1:5).

Das Ego liebt es hingegen, den Groll trickreich zu verbergen, es ist ein Meister der Tarnung. Es erhält meine »besondere« Existenz durch Reflexionen und Vergleiche, und in jedem noch so freundlichen Vergleich ist ein Urteil oder eine Unversöhnlichkeit verborgen, die ich oft als solche gar nicht bemerke. Die Form täuscht, der Inhalt ist derselbe.

Die Lösung ist immer ein Wunder. Es hebt die Trennung auf. Die Form des Wunders bestimme ich jedoch nicht und erhebe auch sonst keinerlei Anspruch, es zu kontrollieren, denn dadurch neige ich zu fehlgeleiteten »Wundern«. Diese können »mein Problem« aber nicht lösen. Meine Aufgabe ist es daher nur, um das Wunder zu bitten und den Groll dadurch zu vergeben.

Dies will ich heute in meinem Alltag einsetzen, indem ich den folgenden Gedanken nutze: »Dieses Problem wird durch das Wunder gelöst, welches von dem Problem verborgen wird.«

Nachmittag:

(80) Es gibt keine ungelösten Probleme! Meine Erfindung, um Probleme als ungelöst zu sehen, ist die Zeit. Dadurch glaube ich, dass erst ein Problem da ist und nun Zeit benötigt wird, es zu lösen. Das ist mein Irrtum, da ER keine Zeit kennt.

In jedem Problem ist die Lösung bereits enthalten, da ER Problem und Lösung an dieselbe Stelle gelegt hat. Zeit kann sie nicht trennen. Das habe ich bisher nicht begriffen, kann es mir aber von IHM zeigen lassen.

Und so will ich heute die Alltagsprobleme auflösen, indem ich sage: »Ich will die Lösung für dieses Problem annehmen, da es bereits gelöst ist. Mein Glaube, dass ich dazu Zeit benötige, ist ein Irrtum, den ich von DIR berichtigen lassen will.«

April

Ein Schwerpunkt des letzten Monats war die einzige Ursache, die mich daran hindert, meine wirkliche Identität zu erkennen: Groll in jeglicher Form. Ich habe gelernt, was ich stattdessen will und wie ich den verschiedenen Formen des Grolls begegnen kann.

In den nächsten zwanzig Tagen beschäftigen sich die Lektionen mit dem Ziel des Kurses, dem Erreichen der Schau, dem Gewährsein der wirklichen Welt. Dies beinhaltet die Erinnerung an meine wahre IDENTITÄT, losgelöst von dem Glauben an das »Ich« oder individuelle Selbst, das verbirgt, was ich wirklich BIN.

Anschließend erfolgt eine erneut Wiederholung.

Kommentar 91

1. April

Die Übung besteht aus zwei Teilen: Ich beginne mit der Feststellung, dass Wunder nur im Licht gesehen werden können. Der zweite Teil ist dann dieser Erfahrung gewidmet.

Die Augen des Körpers können kein Licht sehen. Licht, im Sinne von *Ein Kurs in Wundern*, hat absolut nichts mit dem physikalischen Licht zu tun, das an- oder auch abwesend sein kann. Das Licht, in dem das Wunder gesehen wird, befindet sich ausschließlich auf der geistigen Ebene.

Das Wunder ist niemals abwesend. Es kann jedoch nur im Licht gesehen werden. Ein Wunder hat daher nichts mit einer magischen Veränderung in der physikalischen Welt zu tun, es ist ein Wandel im Gewahrsein. Dieser Wandel wird als Wunder empfunden, auch wenn Wunder nicht immer beobachtbare Resultate haben (T-1.I.35). Es verändert sich nichts, denn das Wunder ist immer da. Es wird nur nicht immer gesehen!

Die Augen des Körpers sehen kein Licht, da das Sehen mit den Augen kein wirkliches Sehen ist. Darum sehen meine Augen nur Dunkelheit (Formen ohne Inhalt). Sie sind nicht dazu geeignet, im Licht (Inhalt ohne Form) zu sehen und das Wunder zu erkennen. Nur weil ich in Wirklichkeit kein Körper bin, kann ich das allgegenwärtige Wunder sehen, indem sich das Gewahrsein vom jetzigen »Sehen« auf die Schau dessen verschiebt, was ich wirklich BIN.

Zurzeit sehe ich also durch meine Identifikation mit dem Körper nicht, was immer da ist und niemals abwesend war. Wenn ich aber kein Körper bin, was bin ich dann? – Die Antwort auf diese Frage ist keine intellektuelle Spekulation. Es ist keine Aussage der Art: »Ich bin dies« oder »Ich bin das«, denn *keine* Aussage umfasst, was ich wirklich BIN. Ich stelle die Frage: »Was bin ich?« – und bin still.

Die ANTWORT ist ein Gewahrsein – keine Aussage. Sie wird im Licht gegeben, nicht in der Dunkelheit, deren Wahrnehmung ich zurzeit mit »Sehen« verwechsle, da ich mich immer noch mit einem Körper gleichsetze. SEINE Antwort drückt sich durch ein Wunder aus, nicht durch verstandesmäßige Festlegungen. Sie wird erfahren – wenn ich sie nicht vorgebe.

Heute will ich versuchen, die Wahrheit über mich zu erleben. Ich stelle das, von dem ich glaube, dass es mich ausmacht (Schwäche, Hilflosigkeit, Begrenztheit, Zweifel und Illusionen) dem gegenüber, was ich BIN (Stärke, Macht, Grenzenlosigkeit, Gewissheit und die EINE Wirklichkeit). Ich will im Licht sehen, denn in der Finsternis, die mir meine physischen Augen widerspiegeln, bin ich blind.

Was BIN ich wirklich? Ich bin still und versuche, die ANTWORT zu sehen, denn: »*Das Wunder ist immer da*« (1:4).

Kommentar 92

2. April

Heute begegnet das Selbst dem SELBST. Es ist die Stätte, wo das Licht ist, vereinigt mit der Stärke, die ich BIN. Beides ist eins, denn es ist SEINE Stärke, in deren Licht ich sehe. Das hingegen, was ich »Licht« nenne und welches ich zum Sehen mit den Augen für erforderlich halte, ist nichts als undurchdringliche Finsternis.

Solange ich Sehen mit den Augen des Körpers assoziiere, sehe ich absolut nichts, denn in der Dunkelheit kann man nicht sehen. Aus diesem Grunde erkenne ich auch nicht, dass Licht und Stärke verbunden sind, ich sehe hier überhaupt keinen Zusammenhang. Das Licht SEINES GEISTES ist jedoch das einzige Licht, in dem ich sehen kann.

In dem Licht, das ich bis jetzt zum Sehen nutze, kann ich nur die Zeugen meiner vermeintlichen Schwäche sehen. Es sind Erscheinungen und diese Fantasiegebilde sollen mir beweisen, dass ich ein schwacher Körper bin, genauso wie all die anderen schwachen, verletzlichen und dem Tode geweihten Körper, die ich »sehe«. Ich bin sogar davon überzeugt, dass mein Gehirn denken kann, weil meine Identifikation mit dem Körper vor mir verbirgt, was Denken wirklich ist.

Allein GOTTES GEIST ist mein Licht, ist meine Stärke. Nur in diesem Licht sind meine wahren Gedanken und nur hier sehe ich, dass Denken Leben ist (vergleiche [Kommentar_15](#) und [Lektion_54](#)) und mit dem, was ich »Denken« nenne, überhaupt nichts zu tun hat. SEIN Licht übersieht die Erscheinungen der Schwäche und zeigt mir meine Stärke, die ich mit IHM teile.

In der Stärke SEINES Lichtes befindet sich meine wahre IDENTITÄT, mein wahres SELBST. Zu diesem SELBST will ich mich heute führen lassen, IHM will ich heute begegnen, indem ich der Dunkelheit für eine kurze Zeit entrinne und in den Frieden einkehre, der in meinem SELBST ruht. Es ist das, was ich BIN und hat sich niemals verändert.

Und so überlasse ich mich heute vertrauensvoll SEINER Führung, um dorthin zu gelangen, wo mein Selbst dem SELBST begegnet, GOTTES EINEM SOHN.

Kommentar 93

3. April

Wie sieht das Bild aus, das ich von mir selbst habe? Halte ich mich für frei von Sünde, unschuldig, liebenswert und friedfertig? Nun, vielleicht ein wenig von all dem, aber eigentlich doch nicht wirklich. Manchmal glaube ich, dass ich böse bin, tief in Schuld verstrickt, und traue mich nicht an die schlimmen Dinge zu erinnern, die ich in der Vergangenheit getan habe. Vielleicht mache ich mir Vorwürfe, dass ich meinen Kindern nicht das gegeben habe, was sie brauchten oder vielleicht fühle ich mich einem Menschen gegenüber schuldig, weil ich ihn beleidigt und ihm noch Schlimmeres angetan habe.

Wenn ich mir vorstelle, alle Menschen könnten meine Gedanken lesen, wie würde ich mich dann fühlen? Ein Gedankenexperiment kann mir das verdeutlichen: Ich stelle mir vor, jeder Mensch müsste einen Helm tragen, der seine privatesten Gedanken sichtbar macht. Wie fühlt sich das an? Es löst Störgefühle aus, denn wer möchte schon, dass jeder sofort sehen kann, was man gerade denkt!

Unabhängig davon, ob ich mich in meinem Selbstbild für einen bösen und sündigen Menschen halte, zeigt dieses Beispiel, dass meine unbewusste Meinung über mich nicht von Begriffen wie Unschuld, Liebe und Sündenlosigkeit geprägt ist. Es gibt da wohl immer etwas zu verbergen, auch wenn mir das nicht unbedingt klar ist.

Ob bewusst oder unbewusst, mein Selbstbild ist nur eine Einbildung, eine Fata Morgana. Es verbirgt mein SELBST, das sich nie verändert hat. *»Die Erlösung verlangt, dass du nur einen einzigen Gedanken annimmst: Du bist, wie GOTT dich schuf, nicht, was du aus dir machtest«* (7:1). Da ist es völlig unerheblich, was ich vorgeblich alles verbrochen habe, es kann SEINE Schöpfung nicht verändern. ER bürgt für meine Unschuld. Das, was ich in Wahrheit BIN, kann nicht von meiner Konstruktion eines illusionären Selbst verändert werden. *»Licht und Freude und Friede weilen in mir«* (8:2), weil das meine ureigenste Natur ist. Licht und Freude und Friede waren und sind niemals abwesend. Auch *jetzt* sind sie da, völlig unberührt von meinen tönernen Selbstbildern.

Darum will ich mir heute nicht selbst im Wege stehen und mich nicht weiterhin von meinem SELBST getrennt halten, denn das widerspricht jeglicher Vernunft. Heute will ich mir lieber zeigen lassen, was ich wirklich BIN und all meine wahnsinnigen Selbstbilder IHM überlassen, damit ER mir dafür SEINE Wahrheit zeigt.

ER bürgt für die Sündenlosigkeit SEINER Schöpfung, und ich BIN SEINE Schöpfung. Heute will ich IHM glauben, statt meinen Fantasiegebilden ohne Substanz zu trauen.

Kommentar 94

4. April

Heute, wie auch in den nächsten Tagen, wird ein wesentlicher Leitgedanke aus *Ein Kurs in Wundern* immer wieder aufgegriffen. Dieser Gedanke begegnet mir sogar an jedem Tag der zwanzig Wiederholungen am Ende des Monats. Bereits gestern wurde dieser eine Gedanke als ausreichend für die Erlösung angesehen – wenn ich ihn annehme. Selbst im Textbuch wird er erläutert: *»So lerne denn die glückliche Gewohnheit, mit diesen Worten auf jede Versuchung, dich als schwach und elend wahrzunehmen, zu reagieren: Ich bin, wie GOTT mich schuf. SEIN SOHN kann nicht leiden. Und ich bin SEIN SOHN«* (T-31.VIII.5.1-4).

Zunächst erscheint es gar nicht schwierig zu akzeptieren, dass GOTT mich schuf. Das habe ich schließlich bereits als Kind im Religionsunterricht gelernt. Was ist also an diesem Gedanken so wichtig? Nun, im Religionsunterricht habe ich nicht gelernt, dass meine Vorstellung, ich hätte diese Schöpfung irgendwie korrumpiert, verändert oder gar zerstört, jeglicher Grundlage entbehrt.

Ist es nicht sogar ein Zeichen extremer Arroganz zu glauben, ich könne SEINE Schöpfung verändern, was ja bedeuten würde, dass meine Macht größer als die SEINE wäre? Ich habe gesündigt, und damit SEINE Schöpfung ad absurdum geführt? ER ist machtlos im Angesicht meiner Sünde? Das wäre genauso absurd wie die umgekehrte Vorstellung, dass »unser Vater« seine Macht dazu missbraucht, »seine Kinder« absichtlich in Versuchung zu führen, um so ihre Rechtschaffenheit zu überprüfen – einer der seltsamen Erklärungsversuche der Theodizee, der »Rechtfertigung Gottes«.

Heute will ich diesem Wahnsinn Einhalt gebieten und mich an SEINE Schöpfung erinnern, die ich BIN. *»Wahres Licht ist Stärke, und Stärke ist Sündenlosigkeit«* (2:1). Das kann ich nicht verändern, denn das von mir gemachte Fantasiegebilde der Dunkelheit kann SEINE Schöpfung nicht verschleiern. Ich BIN nach wie vor, wie ER mich schuf. Und so unternehme ich heute den erneuten Versuch, mein SELBST zu erreichen, das IHN nie verlassen hat, das keine Angst kennt und sich nicht vorstellen kann, was Leiden ist.

Die Erlösung verlangt so wenig von mir: Ich brauche nur meine verdrehten Welt- und Selbstbilder wegzulegen, die eingebildeten Eigenschaften, gute wie schlechte, die ich von mir habe, und in stiller Erwartung auf die Wahrheit warten. Dies ist meine Bitte – und ER wird antworten.

Ich kann nicht scheitern, weil ER stets auf meine Bitte antwortet.

Kommentar 95

5. April

SEINE Schöpfung ist *ein* SELBST, die Einheit aller Schöpfung. Diese Schöpfung habe ich nicht verändert – auch, wenn ich das glaube. Die Aufsplitterung in viele Einzelteile, die Veränderung dieser Schöpfung in Abermilliarden kleinster Fragmente, ist nur eine Erfindung von mir. Der Ausgangspunkt, der Trennungsgedanke, ist nicht wahr. Seine Ausdehnung, die – wie ein Fraktal – letztlich zu der Vorstellung eines kleinen, hilflosen Individuums in der Fülle eines feindlichen Universums führte, ist nie geschehen. Das Ego-Denkensystem ist nur eine wahnsinnige Vorstellung.

»*Ich bin ein Selbst*« (11:4) und das hat sich niemals verändert. Wenn dem so ist, wozu benötige ich dann die Lektionen aus *Ein Kurs in Wundern*? Wozu brauche ich überhaupt noch zu lernen, denn wenn ich die Schöpfung sowieso nicht verändern kann, gibt es doch nichts zu lernen?

Die Erklärung ist einfach: Meine Erfahrung zeigt sehr deutlich, dass ich nicht an mich glaube. Meine eigenen Vorstellungen über mich sind mir offensichtlich wichtiger, als das, was ich wirklich BIN, gelingt es mir ja noch nicht einmal, mich jederzeit an mein wahres SELBST zu erinnern. Über eine geringe Zeitdauer hinaus bin ich unfähig, meine Gedanken *nicht* von meinem Ziel der Erlösung abschweifen zu lassen. Längere Zeiten der Achtsamkeit sind anstrengend für mich und selbst bei großer Anstrengung gelingt es mir nicht, mein Ziel kontinuierlich im Auge zu behalten. Kurz gesagt: die Disziplin meines Geistes lässt sehr zu wünschen übrig und bedarf der Übung.

Die häufigen kurzen Übungszeiten des Kurses sind zwar nicht ideal, aber im derzeitigen Stadium ist es gar nicht anders möglich, denn sogar diese wenig zeitaufwendigen Termine vergesse ich häufig. Eine Lernstruktur ist also dringend erforderlich und sie kann erst gelockert werden, wenn ich es mir zur Gewohnheit gemacht habe, mich führen zu lassen. Vorerst sind die häufigen Übungszeiten deshalb noch das geeignete Mittel.

Daher will ich mich, soweit es mir möglich ist, an die vorgegebene Struktur halten. Die ersten fünf Minuten jeder Stunde sind der Erinnerung an mein Ziel gewidmet, in diesen fünf Minuten will ich versuchen, mein SELBST zu erreichen. Dies wird mir nicht immer gelingen, aber das soll kein Grund sein, meine Übungen als gescheitert zu betrachten. Es ist nur ein Fehler, nichts weiter und Fehler dienen dazu, berichtet zu werden. Konzentriere ich mich jedoch nur auf meine Fehler, erzeugt dies neue Fehler, die den ersten Fehler verstärken. So entstand eine ganze Welt, die mit dem Fehler des Trennungsgedankens begann. Und genau das will ich aufheben.

Kommentar 96

6. April

Nach meiner bisherigen Erfahrung erlebe ich mich nicht als Einheit, sondern als gespalten: Ich bin mehrere »Selbste«. So hat »Selbst A« möglicherweise ein Ziel, aber »Selbst B« tut nichts dafür. Das Lernen von *Ein Kurs in Wundern* ist hierfür ein Beispiel: Einerseits will ich die Erlösung wirklich – das glaube ich zumindest, andererseits halte ich mich nicht an die Vorgaben zur Durchführung der Lektionen und spüre sogar oft erheblichen Widerstand. Es gibt weitere Beispiele: So sieht sich »Selbst A« als Geist mit Gedanken und Emotionen, »Selbst B« dagegen eher als Körper mit Schmerzen oder auch anderen, angenehmeren, Empfindungen. Auf der einen Seite erlebe ich mich als liebevoll und fürsorglich, dann wieder als ärgerlich oder sogar hasserfüllt.

Mehrere »Selbste« kann ich aber nicht sein, denn die wahre Natur von etwas ist immer »eins«. Nichts kann einerseits »dieses« sein und gleichzeitig »etwas anderes«. Gegensätze können nicht gleichzeitig wahr sein, deshalb stimmt etwas nicht mit meiner Identifikation. Genau das sagt auch die heutige Lektion: Nur eines kann wahr sein, also ist das andere eine Illusion. Dieses eine ist das SELBST. Ich will es erreichen, was jedoch nicht heißt, dass dieses SELBST getrennt von mir ist: Das SELBST ist vielmehr mein wahres Ich, es ist, was ich wirklich BIN. Und meine unterschiedlichen »Selbste« können alle nicht wahr sein.

Das SELBST ist der reine Geist (*spirit*), der den Geist (*mind*) zu SEINEM Ausdruck nutzt. Aber der Geist (*mind*) kann, wie es ja der Fall ist, scheinbar gespalten sein, indem er nicht auf die Stimme des reinen Geistes hört, sondern auf etwas »anderes«. Dieses »Andere« ist die kleine verrückte Idee, dass GOTT ein Gegenteil haben könnte: Es ist der Trennungsgedanke. So entstand das Fantasiegebilde des Ego mit seinem komplexen Denksystem aus Gegensätzen, da es auf dem Trennungsgedanken beruht und diesen ausdehnt. Das Ego kann jedoch keine Wirklichkeit haben – es existiert in Wahrheit nicht: Der reine Geist *hat* kein Gegenteil. Denn der reine Geist ist SEINE EINE SCHÖPFUNG, SEIN GEDANKE, eins mit IHM, der sich ausdehnt und IHN nie verlassen hat. *»Ideen verlassen ihre Quelle nicht«* (T-26.VII.4:7).

Die Kurslektionen führen den scheinbar gespaltenen Geist (*mind*) heim zum reinen Geist (*spirit*), zurück zur strahlenden Klarheit des Lichtes, das ich BIN. Sie befreien mich von all den dunklen und toten Begriffen der Vergangenheit hin zu wahrer Freude, wahrer Stärke und zum Frieden GOTTES. Darum will ich die ersten fünf Minuten jeder Stunde still sein und auf die STIMME hören, die aus meinem wahren SELBST spricht.

Was wird mir die STIMME genau sagen? Ich weiß es nicht. Aber wenn ich sie höre, werde ich es klar wissen. Denn diese STIMME der Erlösung kann nur von dem kommen, was ich BIN.

Kommentar 97

7. April

Welche Bedeutung hat die Zeit? – Überhaupt keine! Zeit und Raum gehören beide zur Domäne der Trennung, der Illusion. Aber gerade bei der Zeit ist das schwierig zu verstehen. Ich kann es vergleichen mit der Analogie eines Films: Sowohl die Handlung als auch die Filmlänge entsprechen nicht meiner Realität. Dies kann ich zu jedem Zeitpunkt, den der Film läuft, erkennen. Oder ich kann warten bis zum Abspann, um dann festzustellen, dass es sich nur um einen Film handelte, nicht um die Wirklichkeit.

Jede Minute, die ich dazu verwende, mein SELBST zu erreichen, ist dazu geeignet, ganze Zeitspannen zu überspringen, »Jahrtausende« einzusparen bis zu der Bereitschaft, mich SELBST wieder zu erkennen. Denn der Film des Universums ist lang, sehr lang. Will ich bis zum »Abspann« warten?

Das SELBST und der reine Geist (*spirit*) sind ein und dasselbe (vergleiche gestriger_Kommentar). Nur dieses SELBST, das ich BIN, ist wirklich, denn es hat kein Gegenteil. Hierin unterscheidet sich *Ein Kurs in Wundern* von einigen anderen spirituellen Richtungen des Nicht-Dualismus oder Monismus: Er versucht *nicht*, die gegensätzlichen Erscheinungen der Welt als Ausdruck des Einen zusammenzuführen und er sagt *nicht*, dass Licht und Schatten, Yin und Yang, gemeinsam das Eine bilden. Nichts, was als Gegensatz erscheint, kann wahr sein oder aus dem Einen entstehen. Denn das EINSSEIN, der reine Geist und damit das SELBST, hat kein Gegenteil und kennt daher keine Gegensätze: LIEBE kennt keine Dualität! Alle Gegensätze, auch alle zeitlichen Veränderungen, gehören daher in den Bereich der »Filmhandlung« meines Traumes, dem Traum des Geistes (*mind*) und damit in den Bereich der Illusion. Alles, was entsteht und wieder vergeht, gehört dazu. Denn der reine Geist (*spirit*) träumt nicht.

»*Ich bin reiner Geist*« (Leitgedanke), und ER wird alle meine Bemühungen, zu erkennen, dass ich reiner Geist BIN, »*um ein Tausendfaches und noch zehntausendmal*« (6:1) verstärken. Jede Gabe an Zeit, die ich IHM gebe, um mein SELBST zu erreichen, wird ER nutzen und potenzieren. Nicht die aller kleinste Gabe wird dabei übersehen. Ich brauche mich in keinsten Weise um meine Fortschritte zu sorgen, denn ER ist bei mir, um mein Üben zu verstärken.

Meine Aufgabe ist nur, IHM alles zu geben, was das Erkennen des einen SELBST, das ich gemeinsam mit meinen Brüdern BIN, behindert. Das will ich freudig tun, dessen gewiss, dass ER mich auf eine Weise unterstützt, die jenseits aller meiner Vorstellungen liegt. Wie kann ich da auch nur einen Gedanken an ein Scheitern verschwenden?

Kommentar 98

8. April

Im Auge des Hurrikans ist es absolut ruhig. Der Sturm symbolisiert meine Zweifel, meine Angst, meine eingebildeten Lösungen für meine ebenfalls eingebildeten Probleme. Es wird so wenig von mir gefordert, denn ich brauche nur etwas *nicht* zu tun: meine Zweifel und Ängste aufrechtzuerhalten. Dieses Nichtstun ist meine *einzig*e Funktion, die ich habe. Es ist die *einzig*e Rolle in SEINEM Heilsplan, die darauf wartet, dass ich sie akzeptiere.

Man kann es mit einem Bild (vergleiche »Die Parabel vom Seil«) vergleichen: Ich verkrampfe meine Hände um ein Seil, um nicht abzustürzen und dieses Seil steht für die vielen Rettungsmöglichkeiten, die ich außerhalb von mir suche, um zu »überleben« – oder auch nur um mein bisschen Glück »sicher« festzuhalten. Es sind die Zweifel, die meinen Griff nicht locker werden lassen! Zwar kostet es enorme Anstrengung, diesen Griff beizubehalten, aber an diese Anstrengung habe ich mich schon so sehr gewöhnt, dass ich sie gar nicht mehr bemerke.

Von mir wird nur verlangt, diese Anstrengung aufzugeben und den Griff zu lockern. Es wird sogar nur die kleine Bereitschaft verlangt, den Griff etwas zu lockern. Ich darf mich entspannen, was soviel heißt wie, die Anstrengung sein zu lassen, also eben *nichts* zu tun, um meine Zweifel festzuhalten. Das ist meine Rolle. Das ist SEIN einfacher Plan.

Werde ich abstürzen, sobald ich den Griff löse? Wird mich die Begegnung mit meinem SELBST ins Chaos stürzen? Wie absurd diese Vorstellung ist! Im Auge des Hurrikans gibt es kein Chaos. Mein SELBST ist das, was ich ewig BIN, wie kann da Chaos sein? Löse ich meine Finger von dem Seil, werde ich bemerken, dass ich schon immer mit beiden Beinen fest auf dem Boden stand. Es war niemals möglich abzustürzen!

Darum will ich heute in den fünf Minuten Übungszeit zu Beginn jeder Stunde meine Rolle in SEINEM Plan akzeptieren und IHM alle meine Zweifel geben. ER wird mich zu dem Ort führen, den ich mit allen meinen Brüdern teile, den Ort des Friedens und der Ruhe, der stillen Gewissheit und vollkommenen Klarheit. Es ist das SELBST, das sich nie verändert hat. ER bürgt dafür.

Kann ich etwas anderes wollen, als diese kurze Entspannung, die mir so viel bringt? Im Gegensatz zu den vielen Versuchen des Handelns in der Welt, bei denen ich letztendlich immer nur verlieren kann, ist dies ein Handel, bei dem ich nur gewinnen kann, bei dem ich so wenig gebe und dafür alles bekomme.

Kommentar 99

9. April

Ein Konflikt entsteht durch Gegensätze, die unvereinbar erscheinen. Sind beide Gegensätze »wahr«, kann es keine friedliche Lösung geben und Krieg ist die Folge: Es gibt Gewinner und Verlierer. Letztlich kann es in einem Krieg aber keinen Gewinner geben, sondern nur Verlierer.

Der grundlegende Konflikt des Geistes besteht nun darin, dass der Glaube existiert, es sei etwas falsch gelaufen und müsse verändert werden, etwas sei geschehen, das GOTTES WILLEN zuwiderläuft. Dies ist unmöglich, da ER kein Gegenteil haben kann. Obwohl jedoch nichts existiert, das SEINEM WILLEN widerspricht, werden Wahrheit und Illusion als gleichermaßen existent angesehen – und der Verlierer dieses unausweichlich tobenden Krieges bin ich.

Wie kann es Erlösung aus diesem Kriegszustand geben? *Ein Kurs in Wundern* nennt das Mittel, es heißt Vergebung. Erlösung, Wunder und Vergebung sind im Grunde ein und dasselbe. Zwar ist Vergebung noch nicht die Wahrheit selbst, aber sie ist ein Mittel, um die Illusion als Illusion zu entlarven. Erlösung, Wunder und Vergebung können nicht wirklich wahr sein, weil sie ein Mittel zum Zweck sind, etwas aufzuheben, das gar nicht existiert.

Die einzige »Existenz« der Illusion besteht darin, dass sie als Gedankengebäude im Geist vorhanden ist. Diese Gedanken können jedoch keinerlei Wirklichkeit haben, da der Geist sonst auf diese Weise von GOTT und SEINEN GEDANKEN getrennt sein könnte. Nur durch IHN kann diese »Trennung« wieder aufgehoben werden und nur durch SEINEN Plan kann dem Geist die Wahrheit zurückerstattet werden. Was ist SEIN Plan dann anderes, als ein wirklicher GEDANKE?

SEIN GEDANKE ist zwar jenseits von Raum und Zeit, wirkt sich aber auf die Zeit aus, da mein Geist an die Illusion der Zeit glaubt. ER hingegen sieht die Illusion als Illusion, unabhängig von ihrer Erscheinung, ihrer scheinbaren Wirkung, ihrer Form, ihrer Wertschätzung oder ihrer vermeintlichen Größe. Deshalb kann es immer nur eine Antwort auf alle Illusionen geben: *»Erlösung ist die einzige Funktion, die ich hier habe. GOTT ist LIEBE weiterhin, und dies ist nicht SEIN WILLE«* (6:7-8).

So will ich diese Antwort heute üben, um alle Illusionen der Wahrheit zu überbringen, damit sie geräuschlos aufgelöst werden. Jegliche Versuchung, eine spezielle Form der Illusion retten und als Wahrheit ansehen zu wollen, will ich SEINER ANTWORT überbringen und so vergeben. Sie wird meine Ängste und Zweifel beseitigen, denn das ist SEIN Plan, der niemals scheitern kann.

Kommentar 100

10. April

Was ist meine Funktion hier? – Es ist dieselbe Funktion, die du hast. SEIN Plan der Erlösung ist immer und für jeden gleich, denn ER kennt keine Individuen. Es gibt nur EINEN SOHN, EINE SCHÖPFUNG, und nur einen Geist. An diesen richtet sich SEIN Plan.

Ich sehe immer nur *»getrennte Körper, die getrennte Leben führen und ihre getrennten Wege gehen«* (1:2). Das macht Angst. Jeder von uns hat jedoch die gleiche Funktion, und in dieser sind wir vereint. Zur Heilung meines »eigenen« Geistes gehört deshalb die Ein(s)icht, dass »der andere« diese Funktion mit mir teilt und in Wirklichkeit das Gleiche will. Wende ich mich aber an das Ego, sehe ich unterschiedliche Interessen.

Allen Watson schreibt in seinem Kommentar zu dieser Lektion (sinngemäß und frei übersetzt): *»Gebe ich meine Interpretationen jedoch dem HEILIGEN GEIST, zeigt ER mir, dass die Angst des andern, die sich als Angriff manifestiert, einzig und allein ein Ruf nach Liebe ist und daher ein Zeugnis für den Glauben an SEINE LIEBE in seinem – aber auch in meinem – Geist. Folglich muss ich den anderen nicht ändern, damit er EINS mit mir werden kann, er ist bereits EINS mit mir! Ich habe einen versteckten Verbündeten im Geiste. Und er hat mit mir ein geheimes Abkommen, im Hinblick auf unser gemeinsames Ziel.«* Wie bezeichnet der Kurs in einfachen Worten dieses »Abkommen«? *»Geister sind verbunden«* (T-18.VI.3:1).

Was ist nun meine Funktion hier? Es ist sehr einfach: glücklich sein! Denn dies ist die Art, wie SEIN Plan kommuniziert wird und sich ausdehnt. Mein Glück ist der Auslöser für dein Glück. Und dein Glück ist der Auslöser für das meine. Dieses, SEIN, Glück ist nicht mit unseren an Zeit und Raum gebundenen Vergnügungen zu verwechseln, welche nur vergängliche Schatten sind, sondern es zeigt den Grund auf und ist die Motivation dafür, die Auslöser des »Un-Glücks« als das zu sehen, was sie sind – und sie zu vergeben.

Es gibt nur eine Funktion, die alle Brüder miteinander teilen, weil es keine getrennten Brüder gibt. Denn es gibt nur den EINEN SOHN. Damit wird klar, dass mein Teil in SEINEM Plan wesentlich ist. Denn ohne mein Glück ist das Licht unvollständig. Unvollständiges Licht ist aber unmöglich.

Daher will ich heute meine Rolle annehmen und es ablehnen, eine andere Rolle zu akzeptieren, die nicht SEIN WILLE ist. Heute will ich das Glück und die Freude aufsteigen lassen, die ER für mich will und die für die Erlösung aller meiner Brüder notwendig ist. Jede Rolle, die ich stattdessen spielen will und die meinem Glück nicht dienlich ist, will ich ablehnen. Denn mein Teil in SEINEM Plan ist wesentlich. Kein Opfer wird von mir verlangt: Mein Glück ist SEIN WILLE! – Worauf will ich noch warten?

Kommentar 101

11. April

Leiden, Schmerz und Tod sind ein natürlicher Bestandteil des Lebens. Denn es ist der Preis, den ich für meine Sünden zu zahlen habe, insbesondere für die Sünde, die mich von meinem Schöpfer trennte. Das Wahnsinnige an diesen Aussagen ist, dass ich tatsächlich daran glaube. Ist es nicht so, dass mich ein mulmiges Gefühl beschleicht, wenn ich »zu glücklich« bin? Ist es nicht so, dass ich in glücklichen Phasen auf das »dicke Ende« warte, da ich so viel Glück gar nicht verdiene? Ist es nicht so, dass ich mich schuldig fühle, wenn ich glücklich bin – und in meiner Umgebung oder in der Welt so viel Leiden existiert?

Durch diesen Glauben an die Sünde, erkennbar an den Schuldgefühlen, die das Glück verhindern, wird mein SCHÖPFER zu einem Gegner. Es wird unmöglich, mich SEINER Führung zu überlassen, da ER zur Bedrohung wird, weil ER nur darauf wartet, mich für meine Sünden zu bestrafen. Leiden, Schmerz und Tod – das ist die unausweichliche Folge in diesem wahnsinnigen Denksystem des Ego. Es hat aus Gott einen Rächer gemacht, und aus meinen Mitmenschen Teufel, die seine Erfüllungsgehilfen sind. Dieses Ego-Denkensystem resultiert in großer Angst vor der Erlösung, die ich doch eigentlich so sehr ersehne und will!

Diese Angst hat Rainer Werner Fassbinder in seinem Filmtitel *Angst essen Seele auf* treffend auf den Punkt gebracht. Angst ist Enge und Grenzziehung, Liebe ist Weite und Transzendenz.

Meine Erlösung sieht so aus, dass ich dazu bereit bin, mich einer FÜHRUNG anzuvertrauen, die nicht von dieser Welt ist. Ihre LIEBE, welche alles umfasst, nicht urteilt, trennt oder ausgrenzt und daher weder Schuld noch Sünde kennt, entspringt nur einer QUELLE, in der wir alle im Grunde unseres SEINS eins sind. Deshalb kann die LIEBE die Angst »aufessen« und zum Verschwinden bringen. In Wirklichkeit war die Angst nie da.

Das Ego-Denkensystem hingegen gründet auf dem Trennungsgedanken und der Wirklichkeit von Sünde sowie der Notwendigkeit von Schuld. Die dadurch unweigerlich hervorgerufene Angst ist der Grundstein für die Gewähr, diesen Wahnsinn nicht zu durchschauen. Die Angst vernebelt den Geist und lässt nicht zu, über die Fantasiegebilde des Ego-Denkensystems hinauszublicken und die Wahrheit zu sehen.

Heute will ich lernen, dass die Sünde keine Grundlage hat, denn sie ist ohne jede Ursache. Hat etwas keine Ursache, kann es nicht existieren. Schuld, Ausgrenzung und Leiden sind daher gegenstandslos. Daher will ich auf das schauen, was ER für mich will: Glück ohne jede Bedingung. Hier setzt sich die gestrige Lektion fort, denn ER bittet mich, glücklich zu sein.

Es gibt keinen Grund, das Glück nicht zuzulassen, das beständig gegenwärtig ist und auf mich wartet. Daher will ich heute erneut die Freude aufsteigen lassen, die aus der Erkenntnis herrührt, dass es keine Sünde gibt und sie deshalb keine Folgen haben kann. Denn ER will nur vollkommenes Glück für mich.

Kommentar 102

12. April

Leiden und Schmerz haben keinen Sinn. Sie haben keine Ursache, daher kann es sich nicht um die Wahrheit handeln. Was keine Ursache hat, kann nicht wirklich existieren. Nur mein unerschütterlicher Glaube an Leiden und Schmerz, meine Wertschätzung, hält sie aufrecht.

Mein Glück ist unter Schichten von Schmerz verborgen, weil ich glaube, Schmerz habe einen Wert. Natürlich will ich nicht leiden. Doch wenn ich leide, habe ich es gewählt. Nicht weil ich den Schmerz bewusst suche, sondern weil ich ihm die Macht gegeben habe, mich heimzusuchen. Die scheinbare Kehrseite des Schmerzes scheint die Schmerzlosigkeit zu sein, so wie als Gegenstück zum Leid gerne die Freude bezeichnet wird. Beide Seiten dieser Medaille sind ein Trugschluss, der in einer Abhängigkeit von dem jeweils »Erstrebenswerteren« endet. Das Ganze ist ein trügerisches Blendwerk, durch das Ego heraufbeschworen, um mich von meiner Glückseligkeit in GOTT zu trennen.

»Du hast uns auf dich hin geschaffen, und ruhelos ist unser Herz, bis es ruhet in dir«, so lautet eines der bekanntesten Bekenntnisse des Heiligen Augustinus (*Confessiones* I,1). Ich bin erst frei, SEINEN WILLEN zu teilen, wenn ich meinen inneren Frieden und mein Glückseligkeit nicht mehr an irgendwelche äußeren Bedingungen, gleich welcher Art, koppelte. Erst wenn ich dazu bereit bin, in IHM zu ruhen, erfahre ich das wahre Glück, den der Frieden GOTTES mir schenkt. Erst dann kann ich das, was ich »mein Leben« nenne, überhaupt »mögen«, im Sinne von unbeschwerter Akzeptanz, denn nun bin ich nicht mehr abhängig von Lust und Leid.

Mein Glaube an Leiden und Schmerz ist jedoch nicht mehr so unerschütterlich wie bisher. Der Glaube daran ist zwar noch da, aber nicht mehr so fest wie früher. Deshalb will ich heute einen weiteren Schritt machen, um meine wahre Funktion zu akzeptieren.

Meine wahre Funktion ist Glück – Glück ohne jede Bedingung. Meine Funktion besteht also darin, einfach das zu SEIN, was ich BIN. Nicht ich mache mich glücklich oder suche die Umstände, die mich glücklich machen, nein, mein Glück ist bereits da! Weil es immer da war und mich nie verlassen hat: Es ist einfach unmöglich, das zu verlassen, was ich BIN. Und da ich das, was ich BIN, nach SEINEM WILLEN bin, will ich diesen WILLEN akzeptieren und meine Funktion annehmen.

Diese Funktion versuche ich, heute wieder zu finden. Sie ist da und wird nur von meinem Glauben an Lust, Leid und Schmerz verdeckt. Dieser Glaube widerspricht jeglicher Vernunft, denn er verschleiert den Blick auf mein SELBST und lässt mich das Glück nicht sehen, das auf mich wartet und niemals abwesend war. SEIN WILLE ist der meine. Welchen Grund sollte es also geben, meinem Willen zu widersprechen?

Kommentar 103

13. April

Glück ohne Liebe ist unmöglich, da Glück eine Eigenschaft der Liebe ist. LIEBE wiederum hat kein Gegenteil, da sie grenzenlos ist und nichts ausschließt. Nur der seltsame Glaube an eine Grenze, räumlich oder zeitlich, führt dazu, dass die LIEBE nicht gesehen werden kann und damit das Glück unerreichbar erscheint. »Jenseits der Grenze« gibt es keine Liebe, nur Leiden und Schmerz und das, was mit LIEBE verwechselt wird: »Liebe«, die Bedingungen stellt und dadurch zu einer besonderen Form des Schmerzes wird. Sie ist immer an eine Bedürfnisbefriedigung geknüpft.

Als vermeintliches Mangelwesen projiziere ich mein Verlangen nach Ganzheit und Heilsein, symbiotischer Verbundenheit und Glücksgefühlen auf ein Ideal, welches zu einer überdimensionalen Traumgestalt aufgeblasen wird. Es ist der zum Scheitern verurteilte Versuch, äußere Integration zu finden, während miteinander in Streit liegende innere Bedürfnisse aufrechterhalten werden.

Irgendwann muss diese »besondere Liebesbeziehung« (vergleiche T-16.IV und V), wie es der Kurs nennt – ob es sich dabei nun um bestimmte Menschen, Tiere oder auch Sachen und Situationen handelt -, zu Enttäuschungen führen, verbunden mit mehr oder weniger unterschwelligem Zorn und auch latenten Schuldgefühlen, da der/die/das »Anderer« dazu benutzt wurde, um eigene Defizite aufzufüllen. Es entsteht ein kaum noch zu steuerndes Gefühl der Ohnmacht, wenn das vergötterte »Liebesobjekt« einen jederzeit in Ungnade fallen lassen kann. So entsteht oft der verführerische und starke Wunsch, mittels Manipulation, also auf »magische« Art, ein wenig Einfluss auf das Schicksal nehmen zu wollen.

Ist Angst vor dem Glück sinnvoll? Wohl kaum! – Wenn ich jedoch absolut ehrlich mir selbst gegenüber bin, muss ich feststellen, dass ich Angst vor dem Glücklichsein habe, ich »verdiane« es nicht oder glaube, dass »zu viel« Glück dazu führt, dass das »unweigerlich« darauf folgende Leiden schlimm sein wird. Lieber vermeide ich dieses Leiden und schließe dadurch das Glück aus! Ich habe ihm Grenzen gesetzt und Bedingungen aufgestellt, die erfüllt sein müssen. Aber es sind genau diese selbst gesetzten Grenzen, die mich das Glück nicht sehen lassen und es fernhalten.

Meine Grenzen sind die Angst vor GOTT, denn Begrenzung besteht immer aus Angst, dem Gegenteil SEINER LIEBE. ER aber hat kein Gegenteil! Angst ist der Mechanismus, der Leiden und Schmerz aufrechterhält, sie ist der Grundstein, der eine ganze Welt aus Trennung, Leiden und Schmerz in allen Spielarten gemacht hat. So versuchte ich, GOTT, DER bedingungslose LIEBE ist, auszuschließen.

Heute will ich SEINE Wahrheit wiederfinden. ER ist die LIEBE, also auch das Glück, das ich suche. Ich kann nicht scheitern, zu finden, was wahr ist.

Kommentar 104

14. April

Heute geht es nicht um irgendeine Metaphysik, um GOTT oder um sonstige spirituelle Konzepte und theologische Erörterungen. Heute geht es um etwas Praxisbezogenes: um den Frieden, die Freude und das Glück. Denn dies sind SEINE Gaben, auf die ich Anspruch habe, ohne jede Bedingung und nur aufgrund dessen, was ich BIN.

SEINE unbegrenzte und bedingungslose Freude ist, was ich heute will. Nichts anderes will ich heute suchen. All meine teils widersprüchlichen Ziele und seltsamen Konflikte, all meine aufgestellten Bedingungen, um ein bisschen »Freude« in oder auch jenseits der Welt zu finden, all meine vermeintlichen Voraussetzungen lege ich heute nieder und suche nur die wahre Freude, die mir gehört.

Es gibt eine schöne Zengeschichte über einen alten Mönch, der seinen Meister frustriert fragt, warum er immer noch nicht »erleuchtet« sei. Schließlich habe er alle bedeutenden geistigen Lehrer aufgesucht, jeden Tag stundenlang Mantras rezitiert, mit schmerzdem Rücken und eingeschlafenen Füßen im Lotussitz verharrt und sich in jeglicher Weise kasteit, ja alles Streben nach persönlichem Glück und jeglicher Freude aufgegeben. Der Meister antwortet: »Höre auf zu leiden!«

Freude ist kein vom Erfolg abhängiges Ziel, sie ist offensichtlich, existent, hier und jetzt. Sie war nie abwesend. Möglicherweise habe ich schon festgestellt, dass Erfolg nicht planbar ist, sonst mache ich mich abhängig von selbst gebastelten Konzepten und Bildern, von gedanklichen Konstruktionen. Ich sehe dann das Offensichtliche nicht mehr, sondern habe es ersetzt durch Fantasiegebilde!

Die Freude war jedoch niemals verborgen und ist immer offensichtlich, ich habe nur meinen Blick krampfhaft abgewendet, um sie nicht zu sehen. Der Friede war niemals abwesend, ich habe ihn nur durch eine Flut seltsamer Vorstellungen von Begrenzung eingeeengt und damit ausgeschlossen und aus dem Blickfeld verloren.

Wahrer Friede, wahre Freude und wahres Glück sind SEINE Gaben an mich und es ist SEIN WILLE, dass diese Gaben in Ewigkeit mein sind. Sie existieren vor Anbeginn der Zeit und sind nie verborgen gewesen. Sie gehören auf immer mir. Warum soll ich SEINE Gaben durch die meinen ersetzen, die mir nur Leiden und Schmerz gebracht haben?

So lege ich denn meine Gaben heute nieder und akzeptiere die SEINEN. Was kann es geben, neben SEINER strahlenden Freude, das ich mehr will?

Kommentar 105

15. April

Heute will ich SEIN wesentliches Gesetz lernen: Geben ist der Beweis des Habens (siehe T-29.III.1). Das Geben der Welt ist immer ein Handel: Ich gebe nur, um mehr oder zumindest gleichviel zu bekommen. Diese Art zu geben ist mit Verlust assoziiert, denn wenn ich etwas weggebe, verliere ich es. Es muss also letztendlich immer einen oder mehrere Gewinner und Verlierer geben.

Wie anders ist das wahre Geben! Im Textbuch wird es beschrieben: *»Da er alles hat, behält der reine Geist alles dadurch, dass er es gibt, und so erschafft er, wie der VATER schuf. Während es dieser Denkweise völlig fremd ist, Dinge zu haben, ist dies sogar für den niederen Geist im Zusammenhang mit Ideen recht verständlich. Wenn du einen materiellen Besitz teilst, teilst du das Eigentum daran auf. Wenn du jedoch eine Idee teilst, schmälertest du sie nicht. Sie ist noch immer ganz dein, obschon du sie ganz weggegeben hast«* (T-5.I.1:8-12). Dies wird anhand einiger einfacher Überlegungen verdeutlicht: *»Gedanken mehren sich, wenn man sie weggibt. Je mehr an sie glauben, desto stärker werden sie. Alles ist eine Idee. Wie also können Geben und Verlieren miteinander assoziiert sein?«* (T-5.I.2:2-5; Hervorhebung durch den Verfasser).

Genau dieses Gesetz will ich heute anwenden, weil ich SEINEN Frieden und SEINE Freude haben will, indem ich sie gebe. ER ist vollständig, also bin ich es auch – gemeinsam mit meinem Bruder. Ich bin reiner Geist (*spirit*, vgl. Kommentare_96 und 97), also kann ich SEINEN Frieden und SEINE Freude geben, denn sie sind bereits mein. So gebe ich das, was ich bereits habe. Und dadurch behalte ich es.

Am wirkungsvollsten ist die heutige Übung, indem ich Frieden und Freude denjenigen Brüdern anbiete, die ich als meine Feinde betrachte. Dadurch kommen verborgene Widerstände und Blockaden zum Vorschein, die mich daran hindern, SEINE Gaben anzunehmen. Meine »Feinde« sind die Konstruktionen der Trennung, die ich gemacht habe, und die ich nun aufheben will. Denn sie hindern mich daran, das anzunehmen, was immer mein war.

So übergebe ich IHM heute diese Konstruktionen und bitte darum, sie gegen SEINEN Frieden und SEINE Freude auszutauschen, indem ich meinen Brüdern diesen Frieden und diese Freude anbiete.

Kommentar 106

16. April

»Der Frieden möge dich bedecken, innen so wie außen, in / dem Glanz des Schweigens und in einem tiefen Frieden, dass / kein Traum der Sünde und des Bösen deinem stillen Geist / sich nähert. Dann erwache in der Stille.«

So beginnt eines der späteren Gedichte von Helen Schucman (*Die Gaben GOTTES*, S.69). Ich erwache in der Stille, indem ich auf SEINEN RUF hörte. In der Stille empfangen ich SEINE Gaben und aus der Stille heraus gebe ich sie.

Diese Stille hat nicht das Geringste mit der Abwesenheit von akustisch wahrnehmbarem Lärm zu tun, denn selbst wenn ich keinen einzigen Laut höre, schwirren noch Abertausende von Gedanken und Vorstellungen in meinem Kopf herum. Jeder, der mit Meditationsmethoden vertraut ist, wird dies bestätigen können. Es ist die Stimme des Ego-Denkensystems, die da unaufhörlich spricht, und die ständig versucht, dessen Ideen aufrechtzuerhalten und wirklich zu machen. Heute will ich dieses permanente Geschwätz überhören und still sein, um SEINE STIMME zu hören, die von der Wahrheit spricht. Die Stille ist nicht an eine besondere Situation gebunden, sondern setzt nur meine kleine Bereitschaft voraus, IHN auch im Lärm der äußeren Welt zu hören.

SEINE Gaben, das ist SEINE STIMME, die von wahrer Freude und wahren Frieden spricht, damit ich diese Gaben annehme. Ich nehme sie dadurch an, indem ich lerne, sie zu geben, denn das habe ich bereits gestern gehört: Geben ist der Beweis des Habens. Höre ich SEINE STIMME, habe ich keinen anderen Wunsch, als sie auch meinen Brüdern zu geben. Und jedes Mal, wenn ich auf SEINE STIMME höre, erlöse ich Tausende meiner Brüder – und damit mich selbst.

Noch habe ich nicht begriffen, dass Geben und Haben eine Einheit bildet. Also will ich IHN heute in der Stille des Geistes fragen: *»Was heißt es, zu geben und zu empfangen?«* (7:6) und anschließend auf SEINE ANTWORT warten, ohne mich einzumischen oder SEINE ANTWORT durch eine Antwort der Ego-Denkmaschine zu ersetzen.

Die aufdringliche und laute Stimme des Ego will ich heute einfach überhören und nicht beachten. Keineswegs muss ich versuchen, sie zu bekämpfen oder zu unterdrücken, denn sie bedeutet ja nichts. Erst durch Unterdrückung weise ich ihr einen Wert zu, den sie gar nicht hat. Ich höre nur einfach nicht auf sie.

In dieser Stille warte ich auf SEINE STIMME, die von Wundern spricht, *»die tausendmal Glück verheißender und wunderbarer sind, als die, von denen du je geträumt oder die du in deinen Träumen dir gewünscht hast«* (4:4). Das ist es, was ich hören will.

Kommentar 107

17. April

Eine Illusion ist nichts weiter als ein Fehler. Der Fehler besteht jedoch nicht darin, dass ich auf Illusionen reagiere. Es könnte beispielsweise sein, dass ich Kummer habe, Angst vor dem Verlust des Arbeitsplatzes, dass ich mich einsam fühle, Ärger mit dem Partner habe oder einfach eine tiefe Hoffnungslosigkeit verspüre. Vielleicht bin ich auch von einer Situation im Alltag überfordert und weiß nicht, wie ich der Herausforderung begegnen soll.

Auf diese Situationen reagiere ich möglicherweise mit erhöhtem Fernsehkonsum zur Ablenkung, mit »Frustfraß«, langem Schlafen, ständiger »Aufschieberitis«, Grübeleien und Rachedgedanken, Antriebslosigkeit oder verstärkten Angstgefühlen. Vielleicht weiß ich noch nicht einmal, was eigentlich der konkrete Auslöser für diese Reaktionen war. So oder so macht es keinen Sinn, mich dafür zu verurteilen oder gar mich selbst zu bekämpfen.

Der eigentliche Fehler besteht darin, dass ich an die Wirklichkeit der zugrunde liegenden Illusion glaube. Nur wenn ich Illusionen als real ansehe, reagiere ich überhaupt darauf. Die Reaktion ist daher unerheblich, entscheidend ist ihr Auslöser.

Wie wird eine Illusion beseitigt? Durch die Wahrheit. Da ist kein Kampf, keine Anstrengung, keine groß angelegte Aktion erforderlich. Im Lichte der Wahrheit verschwindet die Illusion, ohne Spuren zu hinterlassen. Es ist wie mit dem berühmten Seil, das im Dämmerlicht für eine gefährliche Schlange gehalten wird (vergleiche *Adi Shankara*) und entsprechende Reaktionen auslöst. Im Lichte betrachtet bleibt von der »Schlange« nichts übrig.

Die Wahrheit wird also alle Irrtümer in meinem Geist berichtigen. Und genau um diese Wahrheit geht es mir heute. Daher will ich alle Irrtümer zu SEINEM Licht bringen, damit die Wahrheit sie hinweg leuchtet. Die Fehler in meinem Geist sagen mir, dass ich getrennt von IHM bin. ER kann aber nicht von mir getrennt sein, denn ER ist mein SELBST, das mich mit IHM vereint. Wie kann ich von meinem SELBST getrennt sein?

ER ist stets bei mir und SEINE STIMME spricht unablässig von der Wahrheit. Im *Buch der Psalmen* heißt es: »Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und dein Stab trösten mich« (Ps 23,4). Ich will mich daher an IHN wenden, wenn ich versucht bin, Illusionen als wahr anzusehen. An wen sonst soll ich mich wenden als an die QUELLE, welche die Wahrheit SELBST ist.

Kommentar 108

18. April

»Die Schau hängt vom heutigen Leitgedanken ab« (1:1). Dieser erste Satz der vorliegenden Lektion aus *Ein Kurs in Wundern* bedarf keiner Interpretation. Aber kann die angesprochene Wichtigkeit, ja fast schon Exklusivität, dieses Leitgedankens akzeptiert werden? Was macht den Leitgedanken »Geben und Empfangen sind in Wahrheit eins« (vergleiche auch Vorwort: S.xxi, T-9.II.10:3, T-25.IX.10, T-26.3:6 und H-2.5:5) so fundamental?

Zunächst einmal handelt es sich um eine einfache Aussage, also um ein gedankliches Konzept. Dieses Konzept widerspricht jedoch in *jeder* Hinsicht dem, was ich unter Geben und Empfangen verstehe: Geben ist für mich ein Weggeben im Sinne von »etwas opfern«, zumindest aber ein Handeln mit eingebautem Verlustrisiko – Empfangen hingegen bedeutet einen Hinzugewinn im Sinne von »etwas bekommen«, es mir in irgendeiner Form einzuverleiben, um es zu haben. Das kann, nach meinem bisherigen Verständnis, wohl kaum ein und dasselbe sein!

Die Lektion sagt mir, dass meine gedankliche Vorstellung nicht wahr ist. Nur durch das Ablegen meiner gewohnten Sichtweise und das Annehmen eines ganz neuen Konzeptes kann der dahinter liegende GEDANKE erscheinen: das Licht als geistiger Zustand, in dem die Schau möglich ist und Gegensätze nicht mehr existieren. An sich ist das neue Konzept in Form des Leitgedankens nicht wichtig, denn es wird weggelegt, sobald der GEDANKE erscheint, weil es nun nicht mehr gebraucht wird. Im Kurs geht es immer um meine Erfahrung, nicht um theologische oder sonstige Erläuterungen.

Wie aber kann dieses neue Konzept, das meinen bisherigen Vorstellungen völlig widerspricht, angenommen werden? Zunächst einmal ist es ja lediglich eine Aussage, die ich glauben kann – oder auch nicht. Da es jedoch um Erfahrung geht, bleibt somit nur eine Möglichkeit: die praktische Anwendung oder das Experiment. Denn nur die Anwendung auf den konkreten Einzelfall, die damit einhergehende Erfahrung und die anschließende Ausdehnung auf weitere Situationen führt zum Generalisieren. Dies wiederum führt letztlich zur Akzeptanz der allgemeingültigen Aussage und damit zur Schau.

Daher will ich diesen Leitgedanken anwenden, indem ich jedem Frieden, Ruhe, Freude und Sanftmut anbiete, weil es genau das ist, was ich empfangen will. »Ich werde empfangen, was ich jetzt gebe« (8:3), denn »Geben ist Empfangen« (7:3). So biete ich also jedem nur das an, was ich haben will. Erst im konkreten Fall, dann in jeder Situation, und ich halte eine Weile inne, um zu empfangen, was ich gebe. Dabei schließe ich *wirklich jeden* ein, ohne irgendeine Ausnahme: Es gibt keine »Feinde«, die meine Gabe nicht verdienen. Mit jeder Anwendung werde ich schnellere Fortschritte machen.

Kommentar 109

19. April

In vielen Lektionen der vergangenen Tage ging es um kurze Momente der Ruhe, der Stille, des Friedens und des Glücks. Diese Momente beschränken sich nicht auf die »Auszeiten« der jeweiligen Übungsdauer mitsamt dem damit verbundenen »Rückzug aus der Welt«, sondern um Momente der Stille mitten im Alltag (vergleiche Kommentare 40 und 51). Es geht nicht um Rückzug, sondern um die Erinnerung an meinen natürlichen Zustand – so oft wie möglich!

Heute kann man diese Momente in einem einzigen Satz zusammenfassen: »*Ich ruhe in GOTT*«. Das ist mein Leitgedanke, er begründet den heutigen Tag des Friedens. Dieser Gedanke ist keine Vorstellung, er drückt einfach eine unerschütterliche Wahrheit aus, eine Tatsache, an die ich mich erinnern will.

Mitten im Sturm stelle ich fest, dass ich auf ewig in Sicherheit bin, dass es keine Probleme gibt, die vor diesem Gedanken Bestand haben, dass kein Leiden existiert, welches diese Erinnerung nicht heilen könnte, dass keine Erscheinung dieser Welt – weder Elend noch Zerstörung, weder Schmerz noch Tod – vor diesem SEINEM GEDANKEN bestehen kann.

Das ist kein Rückzug und es ist keine Verdrängung, sondern ein einfacher Gedanke, der wahr ist und dem alle scheinbaren Schwierigkeiten überbracht werden können, damit sie in SEINEM Licht gesehen werden.

»*Ich ruhe in GOTT*« und die Welt ist erlöst.

Diese Wahrheit ist der einzige Grund, warum ich hier bin. In ihr biete ich allen meinen Brüdern den Platz der Ruhe und des Friedens an, indem ich diese Ruhe und den Frieden annehme. Das ist meine Funktion – die einzige Funktion, die ich habe. Diese will ich heute zu jeder Stunde erneut annehmen, denn: »*Ich ruhe in GOTT*«.

Und jedes Mal, wenn ich an dem einzigen Ort bin, wo mein verwirrter Geist zur Ruhe kommt, erinnere ich alle Kinder GOTTES an unsere gemeinsame Heimat.

Kommentar 110

20. April

Der heutige Leitgedanke ist nicht neu, wir sind ihm bereits in der Lektion 94 begegnet. Auch das Textbuch beschäftigt sich damit, die betreffende Stelle wird ausdrücklich in der heutigen Lektion zitiert: *»Ich bin, wie GOTT mich schuf. SEIN SOHN kann nicht leiden. Und ich bin SEIN SOHN«* (T-31.VIII.5).

Dieser eine Gedanke ist völlig ausreichend für die Erlösung – wenn ich ihn akzeptiere. Man könnte ihn als Endpunkt der bisherigen Übungssequenz aus 20 Lektionen bezeichnen, die ab morgen wiederholt wird. Von den konkreten Eigenschaften des SELBST, um die ich in den bisherigen Lektionen gebeten hatte, führt diese Sequenz zu der heutigen allgemeinen, ja abstrakten Aussage, die alle vorherigen Lektionen umschließt.

Die allumfassende EINHEIT ist abstrakt, denn Konkretes ist Trennung.

Ich schiebe deshalb alle Bilder, wer ich bin und wer, wie oder was ich sein möchte, beiseite, denn es sind nur meine verborgenen Ideale und Götzen. Ob Wunschbild oder Befürchtung, das konkrete »Ich« identifiziert sich immer mit einem Körper und sagt: Ich bin gesund – oder krank, sehe gut aus – oder hässlich, bin jung – oder alt. Und dieses Körper-Ich hat nicht nur eine Vergangenheit und eine Zukunft (sei sie auch nur noch den Bruchteil einer Sekunde lang), sondern auch einen Namen, eine Familie, einen Beruf ... Es hat eine eigene unverwechselbare Lebensgeschichte.

Daher drückt der heutige Leitgedanke die eine Wahrheit aus, die alle Gegensätze zu vermeintlich anderen und anderem verschwinden lässt. Alle Fantasiegebilde (wie Raum und Zeit, Geburt und Tod sowie Veränderungen aller Art), die Gegensätze zeigen und das Gegenteil dessen wahr machen wollen, was kein Gegenteil haben kann, werden heute im Lichte des EINEN Gedankens gesehen, der sie alle aufhebt.

Diesen GEDANKEN will ich heute so oft wie möglich anwenden. Ich will ihn stündlich in meinen Übungszeiten verinnerlichen und so oft wie nur irgend möglich auf alle Erscheinungen anwenden, die ich noch für wahr halte. Diese ERINNERUNG beinhaltet die Erlösung der Welt und damit meine eigene. Sie bereitet den Weg zur Schau. Gibt es etwas, das ich mehr will?

Kommentar 111

21. April

Heute beginnt die dritte Wiederholung. Es wird ein festes Schema vorgegeben. Dabei ist es wichtig für den Erfolg, dass ich mich so weit wie möglich daran halte. Es kann natürlich Umstände geben, die ein Üben verhindern, wobei ich jedoch ehrlich unterscheiden sollte, ob diese Umstände nichts weiter sind als Widerstände, die ich selbst aufgebaut habe – oder ob es tatsächlich gerade schlecht möglich ist zu üben. Ein »Ich kann jetzt nicht« kann nämlich auch ein verkapptes »Ich will jetzt nicht« sein.

Es gibt zwei längere Übungszeiten von mindestens fünf Minuten Dauer, die idealerweise direkt nach dem Erwachen und kurz vor dem Einschlafen stattfinden sollten:

- Zuerst lese ich beide Leitgedanken, mitsamt der jeweiligen Ergänzung, langsam und aufmerksam.
- Nun schließe ich die Augen, denke über das Gelesene nach und lasse damit verbundene Gedanken in meinem Geist aufsteigen. Allen Problemen, Bedürfnissen und Schwierigkeiten, die in meinem Geist auftauchen, begegne ich mit den Gedanken, die zu der betreffenden Lektion passen. Ich wende also genau diese Gedanken auf meine jeweiligen Probleme, Bedürfnisse und Schwierigkeiten an. Beginnt mein Geist abzuschweifen, wiederhole ich den jeweiligen Leitgedanken mitsamt den dazugehörigen Ideen.

Die kürzeren Übungszeiten finden jeweils zu Beginn jeder Stunde und jeder halben Stunde statt:

- Zunächst wiederhole ich die Leitgedanken: Den ersten zu Beginn der Stunde, den zweiten zur halben Stunde.
- Dann lasse ich meinen Geist für eine Weile in Stille und in Frieden ruhen.
- Anschließend versuche ich, den jeweiligen Gedanken bis zur nächsten Übungszeit in meinem Geist verweilen zu lassen, um ihn, wann immer es nötig ist, auf Versuchungen anzuwenden.

3. Wiederholung

Dunkelheit ist meine Schwäche, denn in der Dunkelheit kann ich nicht sehen. SEINE Stärke ist SEINE Gabe, die ER mir bereitwillig gibt. Sie ist das Licht, in dem ich sehen kann. So will ich SEIN Licht die Dunkelheit ersetzen lassen, damit die Wahrheit meinen Geist erhellt.

Volle Stunde:

(91) *»Wunder werden im Licht gesehen.«*

Halbe Stunde:

(92) *»Wunder werden im Licht gesehen, und Licht und Stärke sind eins.«*

Kommentar 112

22. April

3. Wiederholung

Das, was ich wirklich BIN, kennt kein Elend, keinen Schmerz und kein Leiden. Angst ist ein Trugschluss des Ego-Denkensystems, welches ein abgespaltenes und damit angreifbares Selbst definiert, mit dem ich mich identifiziere. Dies ist jedoch nur eine Vorstellung, keine Wirklichkeit.

Jenseits meiner falschen Identifikation, in der Wirklichkeit, bin ich die Wohnstatt von Licht, Freude und Frieden. Dies ist die Wohnstatt, die ich mit meiner QUELLE teile. Dies ist mein eigentliches Zuhause, das ich in Wirklichkeit nie verlassen habe.

Meine QUELLE ist unveränderlich und hat mich wie SICH SELBST erschaffen. Ich bin nicht getrennt von dieser QUELLE, denn ich bin EINS mit ihr wie auch sie mit mir. GOTTES Schöpfung, die ich BIN, ist der GEDANKE, der seine QUELLE nie verlassen hat.

Gedanken, sowohl die illusionären Gedanken der Trennung wie auch die einzig wahren GEDANKEN der Einheit, können ihre Quelle nicht verlassen. Es gibt nur einen Geist und alles ist meine Idee? Ja! Denn die Welt der Trennung hat ihre Quelle im scheinbar getrennten Geist nie verlassen, sie ist nur eine Projektion. Ich kann aber auch sagen: Es gibt nur einen Geist und alles, also all das, was *wirklich* ist, ist GOTTES IDEE. Deshalb wähle ich meine Erinnerung an den reinen Geist. SEINE QUELLE kennt weder Elend noch Schmerz, Leiden oder Tod.

Und so heiße ich dankbar SEIN Licht, SEINE Freude und SEINEN Frieden als meinen natürlichen Zustand willkommen. Wo bleibt da noch Platz für Angst?

Volle Stunde:

(93) »Licht und Freude und Friede weilen in mir.«

Halbe Stunde:

(94) »Ich bin, wie GOTT mich schuf.«

Kommentar 113

23. April

3. Wiederholung

Ein in Einzelteile aufgespaltener Geist ist unmöglich. Die Vorstellung, ich sei ein individueller Geist in einem »Extra-Körper«, getrennt vom Geist aller anderen, die sich ebenfalls in einem von mir getrennten »Extra-Körper« aufhalten, in welchen sich wiederum multiple, besondere und außergewöhnliche Persönlichkeitsanteile befinden, ist nur ein Trugbild ohne Wirklichkeit und ohne Wirkung.

Der Geist ist die EINE Schöpfung, die niemals gespalten sein kann, immer vollständig ist (und damit immer »war« und immer »sein wird«), stets EINS mit der gesamten Schöpfung und mit seinem SCHÖPFER. Hier ist mein SELBST, das meinen vollkommenen Frieden begründet. In diesem SELBST ist die Erkenntnis dessen, was es ist, stets vorhanden, darum ist sie auch in meinem Geist. GOTTES Plan für meine Erlösung, der Rückkehr zu dieser Erkenntnis, ist bereits vollbracht, denn Zeit existiert für IHN nicht.

Meine angenommene Individualität hat Trennung gebracht und mich den Frieden gekostet. Bin ich wirklich bereit, diesen Preis zu zahlen, obwohl ich nur Angst als Gegenleistung bekomme? Nein, dieser Preis ist mir zu hoch für das erbärmliche Ergebnis. Ich bin nicht mehr bereit, ihn zu zahlen. Stattdessen wende ich mich der Gelassenheit, der Freude und dem vollkommenen Frieden in meinem SELBST zu. Dem, was ich wirklich BIN.

Volle Stunde:

(95) »*Ich bin ein SELBST, vereint mit meinem SCHÖPFER.*«

Halbe Stunde:

(96) »*Erlösung kommt von meinem einen SELBST.*«

Kommentar 114

24. April

3. Wiederholung

Mein gegenwärtiges Selbstbild ist auf irgendeine Weise geprägt durch den Körper. Das kann mein physischer Körper sein oder die Vorstellung von einem »geistigen Körper«, einer Seele, die sich von anderen Seelen unterscheidet. In jedem Fall ist das, wofür ich mich halte, durch Begrenzungen charakterisiert.

Dies ist jedoch nur eine Täuschung. Spiritualität ist überhaupt keine Erfahrung, die ich »als Mensch« mache, vielmehr verhält es sich genau umgekehrt: Der scheinbar gespaltene Geist (*mind*) bildet sich ein, »menschliche Erfahrungen« als Geist in einem Körper zu machen. Dazu ist der Glaube an Trennung und Grenzen erforderlich sowie der Versuch, diese Einbildung als wirklich erscheinen zu lassen. Der reine Geist (*spirit*), der ich BIN, sieht aber keinerlei Gegensätze und Grenzen, er kennt nur die EINHEIT, die seine Wirklichkeit ist.

Meine einzige Funktion ist, die Einbildungen des Geistes (*mind*, vergleiche Kommentar 96) als das zu sehen, was sie sind: Fantasiegebilde! Dadurch nehme ich die Wahrheit an. Meine einzige Funktion ist daher, nur auf SEINE STIMME zu hören, die davon spricht, was ich BIN und auch ewig sein werde – gemeinsam mit meinem Bruder. Meine einzige Funktion ist also, alle meine Einbildungen und Illusionen der Wahrheit zu überbringen, damit sie still aufgelöst werden.

Volle Stunde:

(97) »*Ich bin reiner Geist.*«

Halbe Stunde:

(98) »*Ich will meine Rolle in GOTTES Heilsplan akzeptieren.*«

Kommentar 115

25. April

3. Wiederholung

Erlösung ist die Vergebung *meiner* Fehler. Es geht nicht um die Fehler anderer, sondern nur um meine. Was sind diese Fehler? Zunächst einmal, was sind diese Fehler *nicht*? Mit diesen Fehlern sind *nicht* die Dinge gemeint, die ich vermeintlich in der Vergangenheit getan habe und die ich mit Schuld assoziiere. Es sind *nicht* meine angeblichen »Sünden«, denn das Konzept der Sünde geht davon aus, dass sie bestraft, aber niemals vergeben werden kann. Dieses Konzept sagt aus, dass selbst Gott vor der Sünde machtlos ist und daher seinen eigenen einzigen Sohn als Blutopfer darbringen musste, um meine Sünde zu sühnen. Es ist ein sinnloses und wahnsinniges Konzept, denn es setzt die Wirklichkeit von Erscheinungen voraus, die niemals geschehen konnten – außer in meiner Fantasie.

Mein Fehler besteht einzig und allein darin, dass ich die »Sünden« der Welt als wirklich beurteile. Es ist der Fehler des Urteils und der damit verbundenen Verurteilung, wobei ich davon ausgehe, dass mir oder anderen ein wirkliches Unrecht geschehen ist. Es ist die Projektion meiner Fehlurteile nach außen, wo ich sie als getrennt von mir, »in der Welt«, wahrnehme. Statt diese »Sünden« jedoch als Ruf nach Liebe wahrzunehmen, beurteile ich sie als unverzeihliche Missetaten, die tatsächlich begangen werden. Vergebe ich hingegen meine Fehler der Verurteilung, erlöse ich die ganze Welt.

Meine Vergebung ist also wesentlich für die Welt. Will ich die Welt – und damit mich selbst – von dem Irrtum der Schuld befreien, muss ich damit aufhören, die Welt und meine Brüder mit Schuld zu beladen. Jeder Bruder, der mir begegnet, gibt mir die Gelegenheit, ihn vom Irrtum der Schuld zu befreien – und mich gemeinsam mit ihm, da ich meine fehlerhafte Vorstellung vergebe. Das ist SEIN Plan. Und deshalb ist es meine einzige Funktion »hier«.

Volle Stunde:

(99) »Erlösung ist die einzige Funktion, die ich hier habe.«

Halbe Stunde:

(100) »Mein Teil ist wesentlich für GOTTES Heilsplan.«

Kommentar 116

26. April

3. Wiederholung

Wenn ich einen anderen Menschen liebe, dann möchte ich, dass er glücklich ist. Woher kommt dann der seltsame Gedanke, dass GOTT, DER die LIEBE ist, etwas anderes für mich wollen könnte? Und woher kommt die seltsame Auffassung, dass nach dem Willen »Gottes« Verlust, Leiden und Tod notwendig sind, um von »ihm« wieder angenommen zu werden? Wieso behandeln die Mütter dieser Welt ihre Kinder liebevoller als dieser Gott seine Kinder?

Wenn GOTT wirklich nur vollkommenes Glück für mich will, wieso glaube ich dann, dass ich mich SEINEM WILLEN widersetzen müsste? Warum sollte ich das tun? – Oder glaube ich wirklich, dass ich mich SEINEM WILLEN überhaupt widersetzen kann?

SEIN WILLE hat kein Gegenteil. Das Ego-Denkensystem, das etwas anderes behauptet, ist eine Erfindung. Es ist meine Erfindung. Ich habe die Wahl getroffen, diesem wahnsinnigen Denksystem Glauben zu schenken. Daher kann auch nur ich eine andere Wahl treffen und meine Erfindung – als gescheiterte Idee – wieder ablegen. Ich möchte SEINEN WILLEN teilen, der mir das Glück bringt, das ich will. SEIN Glück steht außerhalb jeder Konkurrenz.

Volle Stunde:

(101) *»GOTTES WILLE für mich ist vollkommenes Glück.«*

Halbe Stunde:

(102) *»Ich teile den WILLEN GOTTES, DER mein Glück will.«*

Kommentar 117

27. April

3. Wiederholung

Wenn ich nur ein wenig ärgerlich oder sogar furchtbar wütend bin, dann fühle ich mich nicht glücklich. Das ist eine alltägliche Erfahrung. Wenn ich aber mag, was ich gerade tue oder wenn ich einen anderen Menschen liebe, dann bin ich glücklich. Auch das ist eine alltägliche Erfahrung. Liebe und Glück gehen Hand in Hand, ja, beides ist ein und dasselbe.

Da ich glücklich sein will, muss die LIEBE mein Wille sein. Sie ist meine wahre Natur. Das Glück ist also nichts anderes, als das, was ich wirklich BIN, zum Ausdruck zu bringen.

Mutter Theresa soll einmal singgemäß gesagt haben, man solle darauf achten, dass jeder Mensch, auf den man im Laufe seines Leben trifft, nach dieser Begegnung etwas glücklicher ist als vorher. Im Sinne des Kurses sind damit keine täglichen Nettigkeiten gemeint, um den anderen bei Laune zu halten, was letztlich dann meist auch mir wieder zugutekommt. Nein, der Kurs sagt, dass GOTT, unser liebender VATER, schon für unser Glück gesorgt hat. Das Einzige, was ich daher »tun« muss, ist, mich innerlich mit meinem Bruder zu verbinden, um auch ihn daran zu erinnern, dass er das geliebte KIND GOTTES ist. Das »tue« ich, indem ich seine Unschuld sehen will, und damit auch die meine.

Somit suche ich nichts anderes als das, was meinem Bruder und mir bereits zu eigen ist und daher immer schon da sein muss.

Volle Stunde:

(103) »GOTT, DER die LIEBE ist, ist auch das Glück.«

Halbe Stunde:

(104) »Ich suche nur, was in Wahrheit mir gehört.«

Kommentar 118

28. April

3. Wiederholung

Was ist mehr als »alles«? Welchen Wert haben die Dinge, die mehr als »alles« sind? Das scheinen verrückte und überflüssige Fragen zu sein. Aber genau diese Fragen stelle ich immer wieder, weil alles, was wirklich ist, mir nicht zu genügen scheint. Ich will mehr. Das ist der Grund, warum ich in einer Welt der Illusionen, in einem Fantasiegebilde ohne Wirklichkeit, nach dem suche, was mich glücklich machen kann. Ich jage den Dingen und Ereignissen hinterher, in der Hoffnung, dass darin das Glück zu finden ist.

Glück bedeutet für mich, dass ich Dinge wie Metallscheiben und Papierschnitzel (vergleiche T-27.VIII.2 und Kommentar_50) zur Verfügung habe, die ich für andere Dinge eintauschen kann. Glück bedeutet für mich, dass ich Körper in meiner Nähe habe, die ich »lieben« kann und die mir Vergnügen bereiten – zum Beispiel indem sie für mich arbeiten, damit ich mehr von diesen Papierschnitzeln bekomme und mehr Dinge dagegen eintauschen kann.

Dabei vergesse ich, dass ich das Glück, das ich suche, bereits habe. Es ist mein Erbe, das mir aufgrund meiner wahren Beschaffenheit zusteht. Dieses Glück, dieser Friede und diese Freude, die ich BIN, immer war und sein werde, sind beständig und zuverlässig – im Gegensatz zu den Dingen, von denen ich mir Glück erhoffe. Ich habe alles, einfach aufgrund dessen, was ich BIN. Warum will ich dann »mehr«? Warum will ich mehr als ALLES-WAS-IST? Warum höre ich auf »meine« Stimme, die substanzlose, aber laute Stimme des Ego, die versucht, mir diesen Wahnsinn einzureden?

Es gibt nicht mehr als ALLES. Darum bitte ich, dass die Stimme des Ego leise wird, damit ich SEINE STIMME höre und freudig all das, was mir »Glück« bringen sollte, gegen SEINE Gaben eintausche.

Volle Stunde:

(105) *»Der Friede und die Freude GOTTES sind mein.«*

Halbe Stunde:

(106) *»Lass mich still sein und auf die Wahrheit hören.«*

Kommentar 119

29. April

3. Wiederholung

»Nichts Wirkliches kann bedroht werden« (T-Einl.2:2). Mein einziger Fehler besteht darin, dass ich vom Gegenteil überzeugt bin. Ich fühle mich verletztlich, angreifbar und bedroht. Davon werden fast alle meine Handlungen geprägt. Sie zeigen mir, woran ich tief in meinem Inneren glaube und meine Aktionen und Reaktionen zeigen mir diesen Irrtum.

Irrtümer sind dazu da, berichtigt zu werden. Ich BIN wirklich – also kann ich nicht bedroht werden. Das, was ich BIN, ist unverletzlich. Aber mit welchen Mitteln kann ich das erkennen? Geht es doch nicht darum, diese Aussagen als Glaubenssätze zu verankern, denn dadurch ersetze ich nur das eine Gedankengebäude durch ein weiteres. Meine tiefen inneren Überzeugungen jedoch bringe ich dadurch nicht ins Wanken. Es ändert sich nichts, denn Veränderung geschieht vor allem durch Erfahrung.

Das Mittel heißt Vergebung. Dieses Mittel wende ich auf meine Brüder an. Und durch die Vergebung dessen, was ich in meinen Brüdern sehe, vergebe ich mir selbst. Ich erkenne, dass es jenseits der Bilder, die ich von meinen Brüdern habe, etwas gibt, das uns verbindet und EINS macht. Durch die Vergebung biete ich meinen Brüdern die Schuldlosigkeit an, die sie befreit und ich gebe ihnen damit den Frieden, den ich haben will. – Was ich gebe, das empfangen ich.

Volle Stunde:

(107) »Die Wahrheit wird alle Irrtümer in meinem Geist berichtigen.«

Halbe Stunde:

(108) »Geben und Empfangen sind in Wahrheit eins.«

Kommentar 120

30. April

3. Wiederholung

Heute ist »Feiertag« oder »Sonntag«: Es ist ein Tag der Ruhe. Ich ruhe – in GOTT. Ich nehme bewusst Abstand vom Trubel der Welt und ruhe einfach in IHM. Keine spekulativen Überlegungen, keine Illusionen, keine Erscheinungen sollen diese Ruhe stören. Ich ruhe in IHM und übergebe IHM alles, was diese Ruhe stören könnte. Ich weiß nichts, es gibt nichts zu beurteilen, ich ruhe einfach nur – in IHM.

In dieser Stille lasse ich mir von SEINER STIMME sagen, wer ich wirklich BIN. Ich höre nicht auf die Stimme, die ich gemacht habe, sondern lausche einfach auf das, was ER mir sagen wird. All meine Machwerke und Fantasiegebilde haben heute keine Bedeutung, denn ich ruhe in der Gewissheit, dass ich nach wie vor BIN, wie ER mich schuf.

In SEINEN ARMEN bin ich in vollkommener Sicherheit, im Vertrauen darauf, dass ich in Wirklichkeit unverletzlich und unangreifbar, gänzlich heil und unsterblich bin. In IHM bin ich EINS mit allen und allem und wunschlos glücklich. Meine »schrecklichen Fehler« über mich *»berichtigt das Wunder so sanft, wie eine liebende Mutter ihr Kind zur Ruhe singt«* (B-2.8:2).

Das will ich heute nicht infrage stellen.

Volle Stunde:

(109) *»Ich ruhe in GOTT.«*

Halbe Stunde:

(110) *»Ich bin, wie GOTT mich schuf.«*

Mai

Der Schwerpunkt der bisherigen Lektionen bestand darin, das Denksystem des Ego dem Denksystem des HEILIGEN GEISTES gegenüber zu stellen. Zunehmend wenden sich die Lektionen dem neuen Denken und dem Ziel von *Ein Kurs in Wundern* zu. Das Ego-Denksystem ist bereits so weit in Zweifel gezogen worden, dass sein Wahnsinn nicht mehr gedeutet werden muss.

Es werden in den nächsten Lektionen insbesondere die einzigen Alternativen aufgezeigt, die eine sinnvolle Wahl in dieser Welt ermöglichen. Mir wird mehr und mehr die Gelegenheit gegeben, die einzige Wahl zu treffen, die es in dieser Welt gibt.

Am Ende des Monats beginnt und endet die vierte Wiederholung.

Kommentar 121

1. Mai

Das einzigartige Mittel, das *Ein Kurs in Wundern* als Schlüssel für das Aufheben der Illusion und als Weg zum Glück anbietet, ist die Vergebung. Sie ist die Antwort auf alle Fragen, der Weg zu Ruhe und Frieden, die Sicherheit in allen Gefahren, die Heilung der einzigen Krankheit, die es gibt.

Heilmittel werden dort benötigt, wo die Krankheit ist. Der scheinbar gespaltene Teil des Geistes benötigt also die Vergebung – er ist voller Angst und Zweifel, da er in seiner gemachten Welt nur Bedrohung, »Sünde« und Tod in Tausenden von Formen sieht. Daher ist Vergebung konkret und in der Welt der Erscheinungen angesiedelt. Somit ist sie selbst Illusion, hebt jedoch Illusionen auf, anstatt sie auszudehnen. Die Wahrheit benötigt keine Vergebung (vergleiche [Kommentar_99](#)).

Vergebung ist also kein natürlicher Bestandteil des Geistes, welcher sich den Trennungsgedanken erst zu eigen machen musste, indem er ihn in einer gewaltigen Lernanstrengung ausdehnte und damit seine scheinbare Spaltung herbeiführte. So muss die Vergebung ebenfalls gelernt werden, damit sie im Geist wirksam werden kann. Ihr LEHRER kommt jedoch nicht aus dem scheinbar gespaltenen Teil des Geistes, denn dem Denksystem des Ego ist Vergebung fremd. Es hat seine eigene Version der »Vergebung« erfunden, die auf der Wirklichkeit von Schuld beruht.

Es gibt keine umfassende Definition der Vergebung im Kurs, im Sinne einer genauen »Gebrauchsanleitung« (vergleiche [Kommentar_62](#)), denn das würde sie auf eine intellektuelle Spielerei reduzieren. SEINE Vergebung ist dennoch unausweichlich und *wird* gelernt, denn SEIN Plan der Erlösung ist längst erfüllt!

Vergebung wird in Schritten gelernt, indem ich auf die Anweisungen meines LEHRERS höre. Nur ER weiß, was Vergebung ist. Deshalb will ich damit beginnen, SEINEN Anweisungen zu folgen. Die heutige Praxis bittet mich, ein altes Feindbild zu nutzen, um das Licht wiederzuerkennen. Sehe ich das Licht, wenn auch nur als Schimmer, lasse ich es ausdehnen und verbinde es mit einem Freund, sodass beide mir das Licht anbieten können. – Das Licht ist EINS, sehe ich es in meinem Bruder, erkenne ich es in mir SELBST.

Heute will ich daher ernsthaft und ganz konkret versuchen, das Licht zu sehen, weil es das meine ist. Heute will ich lernen, was Vergebung ist.

Kommentar 122

2. Mai

In der gestrigen Lektion wurde mir gezeigt, dass sich der Geist ohne Vergebung mit Angst, Zweifel und Tod beschäftigt, denn er identifiziert sich mit ständigen Veränderungen und hat sich dadurch selbst verloren. Heute lerne ich, was die Vergebung mir stattdessen anbietet.

Im Alltag verzettele ich mich in widerstreitende Ziele und Bedürfnisse und vergesse dabei leicht, was ich wirklich will. Das ist völlig normal, solange ich die Quelle meines Glücks in den unsicheren Veränderungen der Welt suche. Wenn ich glaube, in den ständig entstehenden und vergehenden Erscheinungen der Welt Stabilität zu finden, kann ich mich nicht an meine wahre IDENTITÄT und damit an meine QUELLE erinnern. Der erste Absatz der heutigen Lektion bietet daher eine willkommene Erinnerungsstütze an das, was ich wirklich will:

»Möchtest du Frieden? [...] Möchtest du glücklich und ruhigen Geistes sein, eine Gewissheit über Sinn und Zweck und ein Gefühl für Wert und Schönheit haben, das über diese Welt hinausgeht? Möchtest du immerfort Fürsorge, Geborgenheit und die Wärme eines sicheren Schutzes? Möchtest du eine Stille, die nicht gestört, eine Sanftheit, die nie verletzt, ein tiefes, dauerhaftes Wohlbefinden und eine so vollkommene Ruhe, dass sie niemals erschüttert werden kann?« (1:2,4-6)

Das alles und noch viel mehr schenkt mir die Vergebung. Gibt es irgendetwas darüber hinaus, was ich möchte? Gibt es tatsächlich etwas anderes, das mir mehr verspricht? Gibt es also irgendeinen Grund, in der Welt nach etwas zu suchen, wenn die Vergebung mir alles das bietet? *»Die Welt kann einem Geist, der das empfing, was GOTT ihm als sein eigen gab, keine Gaben von irgendwelchem Wert mehr geben« (7:5)*. Ist es dann sinnvoll, die Welt weiter festzuhalten und auf die Gabe der Vergebung zu verzichten?

In den heutigen Übungszeiten will ich voller Hoffnung in das Glück einsinken und das Licht empfangen, das die Vergebung bietet. Ich will *»das Unveränderbare im Herzen der Veränderung « (13.4)* sehen, denn das ist es, was die Vergebung mir schenkt. Dies ist ein weiterer Schritt zu vergeben und SEINE Vergebung anzunehmen.

Kommentar 123

3. Mai

Heute danke ich meinem VATER für SEINE Gaben an mich. Jeweils am Morgen und am Abend nehme ich mir fünfzehn Minuten Zeit (oder mehr), um IHM Dank zu sagen und SEINEN Dank zu empfangen. Und in jeder Stunde will ich mich an IHN erinnern und IHM danken.

Wofür bedanke ich mich?

Ich danke IHM für SEINE unerschütterliche LIEBE für mich, die durch nichts beeinträchtigt werden kann, was ich je gemacht zu haben glaube. Ich danke IHM dafür, dass ER mich auf ewig unveränderlich geschaffen hat, und dass keiner meiner Irrtümer und Fehler meine IDENTITÄT in IHM jemals ändern kann. Ich danke IHM dafür, dass ER mich auch hier niemals verlassen hat, und dass SEINE STIMME der Erlösung unablässig zu mir spricht. Ich danke IHM dafür, dass ER mir meine Funktion in SEINEM Plan gegeben hat, sodass ich niemals verloren gehen kann. Ich danke IHM dafür, dass ER mich bis hierher geführt hat, und dass SEIN HEILIGER GEIST mich sicher NACH HAUSE geleitet.

So, wie ich IHM danke, so dankt ER mir. Denn ich BIN EINS mit IHM. ER dankt mir dafür, dass ich auf SEINE Botschaft höre, sie annehme und ausdehne. ER dankt mir dafür, dass ich durch die Anwendung SEINER Botschaft meine Brüder heile und der Welt in SEINEM NAMEN Frieden bringe. ER hat SEINEN SOHN nie verurteilt.

Für SEINEN Dank an mich danke ich IHM! Danke, lieber VATER, DU hast mich nie verlassen. Mein Gedanke, DU hättest es tun können, war ein Fehler. Mehr nicht. *»Eli, Eli, lama asabthani?«* – *»Mein Gott, mein Gott, warum hast Du mich verlassen?«* (Mk 15,34; Mt 27,46), eines der sogenannten »sieben letzten Worte Jesu Christi«, kann also nicht wahr sein. GOTT hat SEINEN SOHN niemals verlassen.

Meine Dankbarkeit lässt mich strahlen und jeden anlächeln, dem ich heute begegne – und sei es nur in Gedanken. Wie gerne erinnere ich mich – über die beiden Viertelstunden der Übungszeit hinaus – auch jede Stunde an IHN.

Kommentar 124

4. Mai

In Wirklichkeit gibt es nur eine Schöpfung – den SOHN als Ausdehnung GOTTES. Und die Schöpferkraft des SOHNES ist die seines VATERS: unablässig und ewig – ER dehnt sich aus. Und was machen die Schöpfungen des SOHNES ... ?

Will ich das begreifen, mit dem Kopf, dem Bauch, dem Herzen? Leider kommen dann nur irgendwelche plakativen Begriffe und Vorstellungen heraus, die letztlich irreführend sind. Ich meine, es verstanden oder gefühlt zu haben und merke gar nicht, wie falsch ich liege.

Was Schöpferkraft bewirkt, sieht man an dem gewaltigen Universum. Dennoch ist es nur die Fehlschöpfung des gespaltenen Geistes, welcher die Kraft seines SCHÖPFERS zwar nicht verloren, sie aber auf der falschen Basis des Trennungsgedankens angewendet hat. Da schon die Basis nicht wahr ist, also nicht existiert, ist das ganze daraus resultierende Gebilde auch nicht wahr. Was der Kraft des Geistes keinen Abbruch tut.

So kann das Universum, bis zur letzten Kleinigkeit, zum Fingerzeig werden – auf das, was wirklich ist. Alles andere ist ein Hirngespinnst, aber es zeigt, was scheinbar möglich wäre. Lasse ich den Gedanken der Trennung weg, verblasst die »Schönheit des Universums« im Lichte der wahren SCHÖNHEIT zu nichtssagendem Bonbonpapier. Die Illusion kann mir zeigen, was ich wirklich suche – oder sie macht mich klein, weil ich sie für wahr halte. Will ich das Bonbon oder zögere ich noch, weil das Papier so schön ist?

In der heutigen Lektion gibt es keine Regeln, keine Anweisungen, keine Struktur. Zu einem Zeitpunkt meiner Wahl will ich dreißig Minuten damit verbringen, mich daran zu erinnern, dass ich EINS BIN mit GOTT. Diese Tatsache, mein EINSSEIN mit GOTT, ist die einzige Erinnerung, die ich für meine Erlösung und für die Erlösung der Welt brauche.

Dies ist eine sehr abstrakte Übung. In dieser halben Stunde geht es mir nur um dieses eine Ziel, alles andere will ich sanft beiseitelegen. Es ist keine intellektuelle Übung und es ist keine Affirmation, die ich mir einrede. Es ist eine Erinnerung an eine einfache Tatsache. Es ist die Erinnerung an die Wahrheit. Ausschließlich um diese Erinnerung geht es – und nicht darum, ob ich dieser Aussage glaube oder sie mir vielleicht eher einreden will.

Vielleicht habe ich den Eindruck, dass in der heutigen Übungszeit überhaupt nichts passiert. Die Zeit ist dennoch nicht verschwendet: ER weiß, wo ich stehe und wozu ich fähig bin. ER steht mir zur Seite. ER versichert mir, dass ich *»nie Zeit für etwas Besseres verwendet«* (10:3) habe. Vielleicht bin ich wirklich noch nicht bereit, SEINE Gabe anzunehmen, aber irgendwann, vielleicht schon morgen, werde ich sie annehmen.

So will ich diese halbe Stunde IHM geben und zu jeder einzelnen Stunde des Tages wiederholen, dass ich mich voller Sehnsucht und Verlangen daran erinnern will, *»dass ich eins mit GOTT bin, mit meinem SELBST und allen meinen Brüdern, auf ewig heilig und in Frieden«* (12:2).

Kommentar 125

5. Mai

Was sind denn die Hauptmerkmale, durch die sich das Ego-Denkensystem auszudrücken pflegt? Nun, es ist ein stetiges Plappern, ein Strom ständiger Beurteilungen, ein lautes Geschrei. Es sind sinnlose Gedanken, die den Eindruck von Zusammenhängen erwecken, die gar nicht da sind. Es sind die Wünsche, Meinungen, Befürchtungen, Ablenkungen, die mir den ganzen Tag durch den Kopf gehen. Normalerweise bemerke ich diese innere »Schalldecke« aber noch nicht einmal.

Der ganze innere Lärm dient nur einem einzigen Zweck: die Wahrheit außen vor zu halten und GOTTES STIMME zu überdecken. Wenn ich tatsächlich nur einen einzigen Augenblick innehalten und auf SEINE STIMME von Frieden, Freude und Glück hören würde, dann empfände ich den sinnlosen Lärm als das, was er ist: sinnloser Lärm! Das gesamte Denksystem des Ego würde sofort seiner Leer- und Sinnlosigkeit entlarvt.

In der heutigen Lektion werde ich gebeten, dreimal am Tag – zu den am Besten geeigneten Zeiten und jeweils für nur zehn Minuten – der geistlosen Stimme des Ego Einhalt zu gebieten. Da kann sie noch so geistreich und klug formulieren oder noch so töricht und dumm daherplappern, ich sage einfach: »Stopp!«

Dann will ich nur noch auf SEINE STIMME hören und auch zu jeder Stunde für einen Augenblick der Stille sorgen. Es gibt lediglich diese eine Regel: *»Sei einfach still«* (9:1). Und der Kurs führt weiter aus, wie diese Stille geschehen kann, nämlich *»ohne Einmischung unserer unbedeutenden Gedanken, ohne unsere persönlichen Wünsche und ohne jede Beurteilung SEINES heiligen WORTES«* (3:1). Mir wird gesagt: *»Warte in der Stille auf SEIN WORT«* (6:3).

Es ist erstaunlich, wie schwierig es ist und welcher Übungspraxis es bedarf, um dieser einfachen Ansage zu folgen. Wie häufig werde ich immer noch durch mein inneres Geschwätz samt damit verbundener Gefühle und Empfindungen unterbrochen, dem ich sofort meine Aufmerksamkeit schenke – bis hin zu dem Phänomen, dass ich dadurch meine Übung unterbreche und irgendetwas tue, das mir erst nach einigen Sekunden bewusst wird. Das zeigt, dass ich diese Praxis brauche.

SEIN WORT und SEINE STIMME höre ich nur in der Stille. Und es ist das Einzige, was ich wirklich will.

Kommentar 126

6. Mai

Vergebung ist das Mittel der Erlösung, welches *Ein Kurs in Wundern* lehrt. In vielen Lektionen werde ich darauf hingewiesen, und in Lektion 121 und 122 heißt es sogar, dass Vergebung »*der Schlüssel zum Glück*« (vergleiche Ü-I.121, Leitgedanke) ist, und dass sie mir alles bietet, was ich wirklich will.

Ich verstehe jedoch nicht, was Vergebung ist. Vielleicht ist da der Hauch einer Ahnung, oder es gibt ein intellektuelles »Verständnis«. Dieses vermeintliche Verständnis ist jedoch völlig ungeeignet, um Vergebung anzuwenden.

Immer noch verwechsle ich Vergebung gerne mit »huldvollem Verzeihen«, welches in den *Ergänzungen zu Ein Kurs in Wundern* als »*Vergebung-zum-Zerstören*« bezeichnet wird (siehe L-II.2). Es ist eine vorgebliche Barmherzigkeit, die ein allem Anschein nach Höhergestellter »aus Gnade« einem allem Anschein nach Unwürdigeren entgegen bringt. Ich sehe »die Sünde«, aber ich verzichte auf Bestrafung. Das ist jedoch keine Vergebung im Sinne des Kurses, denn sie trennt, anstatt zu verbinden.

Der heutige Leitgedanke scheint mit der Vergebung absolut nichts zu tun zu haben, aber er ist der Schlüssel zum Verständnis, dessen, was Vergebung wirklich ist: »*Alles, was ich gebe, wird mir selbst gegeben*« (11:3). Solch ein Gedanke ist der Welt völlig fremd, denn Geben assoziiert sie mit Verlieren, zumindest aber mit einer Art Handel, bei dem man erst einmal etwas verliert, um dafür schließlich etwas anderes zurück zu bekommen (vergleiche Kommentar 105). Dies beruht auf dem nach außen projizierten Gedanken der Trennung: Ich sehe mich getrennt von der Welt und von meinen Brüdern, zwischen denen keine wirkliche Verbindung besteht.

Heute will ich verstehen, dass Geben und Empfangen ein und dasselbe ist, weil ich die Vergebung verstehen will. Könnte ich diesen Gedanken annehmen, wäre auch das Verständnis für das Mittel des Kurses, die Vergebung, allgegenwärtig. Es geht jedoch nicht um eine Definition, um ein intellektuelles Verständnis, denn ein solches »Verständnis« ist nicht anwendbar und bliebe wirkungslos.

Daher gebe ich heute zweimal 15 Minuten, um mich lehren zu lassen, was es bedeutet, dass alles, was ich gebe, mir selbst gegeben wird. Ich will still sein, und mir SEIN Verständnis geben zu lassen. Es ist der einzige Weg, von IHM zu lernen: Ich stehe SEINER Lehre nicht im Wege und ersetze sie durch meine Vorstellungen. SEINE Berichtigung und SEINE LIEBE sind der Garant für mein Verständnis.

Kommentar 127

7. Mai

In der gestrigen Lektion bestand die Praxis darin, zweimal 15 Minuten zu geben, um IHN in der Stille zu bitten, meine falschen Vorstellungen über das Geben zu berichtigen. Heute bitte ich IHN, meine falschen Vorstellungen über die Liebe zu berichtigen.

Mit dieser Lektion *»machen wir den größten einzelnen Schritt, den dieser Kurs in deinem Vorwärtsschreiten zu dem von ihm gesteckten Ziel erfordert«* (6:5). Denn wie wenig verstehe ich von der Liebe! Ich glaube tatsächlich, dass es verschiedene Formen gibt wie die Mutterliebe, die Liebe zu einem Partner, einem Haustier, einer Tätigkeit oder einer Sache. Diese verschiedenen Formen haben offenbar unterschiedliche Qualitäten. Ich verbinde Liebe mit Treue, beschränke meine Liebe auf bestimmte Personen und Dinge und glaube, ich könnte sie teilweise vorenthalten, rationieren oder unterschiedlich geben.

Mir ist nicht bewusst und eigentlich völlig unbegreiflich, dass die Liebe nicht unterteilt oder urteilt, denn genau dadurch entziehe ich dem Geist die Liebe. Ich habe einen kläglichen Ersatz dafür erfunden, der parteiisch und partiell ist. Die LIEBE aber ist, sie kennt keine Zeit. Sie ist EINS, sie ist ganz und unteilbar. Darin besteht ihre Macht. Denn ihre Einheit ist das Bindeglied zwischen IHM und MIR, da es keine Liebe außer der LIEBE GOTTES gibt.

Verstehe ich SEINE LIEBE, dann erinnere ich mich an meine wahre IDENTITÄT. Dann wird deutlich, *»dass es nie einen Unterschied geben kann zwischen dem, was du wirklich bist, und dem, was die Liebe ist«* (4:1). Meine wahre IDENTITÄT, mein SELBST, werde ich niemals in der Welt finden, denn der klägliche Liebesersatz, den ich erfunden habe, verbirgt die Bedeutung dessen, was die LIEBE GOTTES ist. Nicht ein einziges Gesetz, dem die Welt gehorcht, kann mir zeigen, was LIEBE wirklich ist.

Heute lasse ich mich in der Stille lehren, was LIEBE wirklich ist. Ich projiziere die Vergangenheit nicht auf die Zukunft und erspare mir, der Welt und allen meinen Brüdern, in der Zeitlosigkeit Jahre des Wartens auf die Erlösung. Und in jeder Stunde gebe ich einem meiner Brüder die LIEBE, die ich gemeinsam mit IHM BIN – damit sie mir gegeben wird.

Kommentar 128

8. Mai

»Wertgewissheit kann nicht in Wertlosigkeit gefunden werden« (4:5). Dieser Satz leuchtet unmittelbar ein. Warum suche ich dann etwas in der Welt, das sie mir nie bieten kann? Weil ich davon überzeugt bin, dass diese Welt einen Zweck und daher einen Wert für mich hat!

Was ist mit den schönen Dingen in der Welt, die mich glücklich machen? Sie sollen keinen Wert haben? In der Tat, genau so ist es! – Mein Glück hat nichts mit der Welt zu tun, ich binde es nur an die scheinbaren Geschehnisse und Ereignisse. Das ist der Zweck, den ich der Welt gegeben habe, denn ich sehe nur den Sinn und Zweck, den ich sehen will. Es sind »Körpergedanken«, die meine Wertschätzung aller weltlichen Dinge ausmachen. Immer geht es um meine Identifikation mit dem Körper, um die Gewährleistung seines Wohlergehens, seiner Gesundheit, seiner Schönheit, seines »langen« Lebens.

Ich bin aber *kein* Körper. Er bindet mich mit Ketten an die Welt und macht mich abhängig von ihrer Vergänglichkeit. Nichts in der Welt ist jedoch von Dauer, alles »Glück« wird unweigerlich irgendwann enden. Meine Wertschätzung verhindert mein Glück, meinen Frieden und meine Freude. Die Welt an sich hat *keinerlei* Wert, sie ist wertlos. – Warum will ich also in der Wertlosigkeit nach Wertgewissheit suchen?

Wertlosigkeit bedeutet jedoch *nicht*, die Welt abzulehnen oder gar zu verdammern. Wertlosigkeit bedeutet also weder Weltflucht, noch Askese, noch Entsagung! Denn genau damit gebe ich der Welt einen – wenn auch negativen – Wert und sehe immer noch nicht, dass sie überhaupt keinen Wert hat. Sie hat einfach nur mit meinem Glück, meiner Freude und meinem Frieden nichts zu tun.

Darum gebe ich heute dreimal zehn Minuten, um die Ketten meiner Wertschätzung von der Welt zu lösen. Das bezieht sich auf jede Wertschätzung, also auch die »schönen Dinge«. Ich mache meinen Geist frei. *»Mache nur seine Flügel frei, und er wird mit Unbeirrbarkeit und Freude dahinfliegen, um sich mit seinem heiligen Zweck zu verbinden«* (6:4). Ich lasse der Welt den Zweck geben, den ER ihr gibt, denn ER gibt auch den Illusionen, die ich gemacht habe, SEINEN einen Zweck: *»Vergiss nicht, dass die Heilung des GOTTESSOHNES das einzige ist, wozu die Welt dient. Das ist der einzige Zweck, den der HEILIGE GEIST in ihr sieht, und somit der einzige, den sie hat«* (T-24.VI.4:1-2).

Immer dann, wenn ich einen anderen Zweck in der Welt sehe und einer Erscheinung einen Wert beimesse, den sie nicht hat, will ich mich daran erinnern, dass die Welt, die ich sehe, nichts beinhaltet, was ich will. Davon will ich mich nicht aufhalten lassen.

Kommentar 129

9. Mai

Die Welt, die ich sehe, will ich nicht, weil sie wertlos ist, habe ich gestern gelernt. *»Die Welt, die du siehst, ist fürwahr erbarmungslos, instabil, grausam, gleichgültig dir gegenüber, schnell bereit zur Rache und mitleidlos vor Hass. Sie gibt nur, um zu widerrufen, und sie nimmt alle Dinge weg, die dir eine Zeit lang lieb und teuer waren. Keine dauerhafte Liebe ist zu finden, denn es gibt hier keine. Dies ist die Welt der Zeit, in der alle Dinge enden«* (2:3-6).

Es reicht jedoch nicht, diese Welt einfach nicht zu wollen, wenn keine Alternative angeboten wird. Denn nur festzustellen, dass ich die Welt nicht will, ohne Hoffnung auf etwas Besseres, erzeugt Niedergeschlagenheit, wie in der heutigen Lektion deutlich gesagt wird. Ich würde ständig weiterhin versuchen, etwas von Wert in ihr zu finden, wenn die Hoffnung nicht bestünde.

Es wird nicht von mir verlangt, die Welt einfach nur aufzugeben, sondern es wird angeboten, sie gegen die wirkliche Welt (siehe hierzu Kommentare zu Lektion 58, 75) austauschen zu lassen. Es handelt sich also um einen Tausch, nicht um einen Verzicht. Hier wird auch deutlich, worin das eigentliche Ziel des Kurses besteht, nämlich die bestehende Welt gegen die wirkliche Welt einzutauschen. Darüber hinaus geht das Lernen des Kurses nicht!

Die wirkliche Welt ist ebenso ein Traum wie die für mich existierende Welt. Es ist jedoch ein glücklicher Traum, der die Wirklichkeit in der Dualität widerspiegelt. Ich schaue mit SEINEN Augen auf die Welt, die ich gemacht habe. Den letzten Schritt von der wirklichen Welt zur Erkenntnis wird GOTT SELBST tun, denn die wahre Wirklichkeit, die Wahrheit GOTTES, entzieht sich jeden Lernens und jeder Dualität.

So will ich heute morgens und abends, sowie einmal dazwischen, jeweils zehn Minuten geben, um mir die Welt jenseits dieser Welt zeigen zu lassen. Es ist die Welt, die ich wirklich will. Sie befindet sich bereits in meinem Geist. Im Textbuch heißt es: *»Der erste Austausch dessen, was du gemacht hast, gegen das, was du willst, ist der Austausch deiner Alpträume gegen die glücklichen Träume der Liebe. In diesen liegen deine wahren Wahrnehmungen, denn der HEILIGE GEIST berichtigt die Welt der Träume, wo alle Wahrnehmung ist. Erkenntnis bedarf keiner Berichtigung. Die Träume der Liebe jedoch führen zur Erkenntnis«* (T-13.VII.9:2-5).

Darüber hinaus will ich mich stündlich an meine Entscheidung erinnern, dass ich diese Welt nicht will – und stattdessen die wirkliche Welt.

Kommentar 130

10. Mai

Was ich wertschätze, das will ich sehen. Ich will, dass es wirklich ist, einfach deshalb, weil ich ihm Wert beimesse. Was ich sehen will, das bestimmt mein Denken. Meine Wahrnehmung ist das, was ich tatsächlich zu sehen glaube und spiegelt so mein Denken wider. Ich sehe also immer nur das, was ich wertschätze. Der Kurs nennt das »Projektion«, und aus dieser Projektion heraus erfolgt meine Wahrnehmung.

Da ich nicht zugleich lieben und hassen kann, ist es somit auch nicht möglich, gleichzeitig zwei Welten zu projizieren. Entweder sehe ich eine Welt, die aus der Angst geboren ist, oder die wirkliche Welt der Liebe, SEINER LIEBE. Denn dies sind die einzigen Gefühle, die ich habe: *»Du hast nur zwei Gefühle, eines hast du gemacht, und eines wurde dir gegeben. Jedes ist eine Art zu sehen, und unterschiedliche Welten entstehen aus ihrer unterschiedlichen Sicht«* (T-13.V.10:1-2).

Die Angst zeigt mir jedoch nur Dunkelheit, in der ich nicht sehen kann. Was ich also jetzt sehe, die Welt der Trennung und der Unterschiede, der Anfänge und der Enden und des Todes, kann nicht sein, denn die Angst verschleiert nicht nur die Wahrheit, sondern sie ersetzt sie durch Einbildungen. Darüber hinaus sieht die Angst nun in ihren eigenen Einbildungen – durch die falsche Wahrnehmung von Sünde und Schuld – keine Gelegenheiten zur Vergebung, wie es die wahre Wahrnehmung der Liebe tut. Angst ist das Gegenteil von Liebe, aber da die LIEBE GOTTES alles umfasst (wie es bereits in der Einleitung zum Textbuch heißt) und nichts ausschließt, kann Angst nicht wirklich sein.

Ich will heute nicht weiter dort suchen, wo es nichts zu finden gibt. Kompromisse sind nicht möglich, ich kann mich nur für die Wirklichkeit oder die Unwirklichkeit entscheiden. Will ich eine Welt, die aus der Angst geboren ist, wirklich haben? Das ist wohl kaum möglich. Darum gebe ich heute sechsmal fünf Minuten, um die Wahl zu treffen, die Welt der Liebe zu sehen. Ich schließe die Augen und lasse mir die Lichter zeigen, die nicht von dieser Welt sind.

Bei jeder Versuchung, dieser Welt Wert beizumessen und bei jedem Gefühl der Angst oder einer ihrer vielfältigen Formen will ich mich tagsüber erinnern und meine Wahl bestätigen, indem ich mir sage, dass dies nicht Teil dessen ist, was ich wirklich will.

Kommentar 131

11. Mai

Manchmal sieht es so aus, als würde meine Suche niemals enden. Oder ich bin der Meinung, dass die Suche bereits gescheitert ist. Was ist mit all den Versprechen, die *Ein Kurs in Wundern* macht, sind die wirklich wahr? Oder laufe ich wieder einmal einem schönen Traum hinterher?

Die heutige Lektion versichert mir, dass ich nicht scheitern kann. Ist das glaubwürdig? Kann ich das wirklich glauben? Wonach suche ich denn überhaupt? *»Suchen ist jedoch unausweichlich hier«* (3:1), so heißt es. Danach ist die Suche also ein unabdingbarer Bestandteil der Welt. Aber – die Welt kann mir das, was ich suche, nicht bieten! Vielleicht kommt deshalb das Gefühl des Scheiterns und der vergeblichen Suche nur daher, dass ich Ziele verfolge, die nicht erreichbar sind! Wenn ich versuche, absolut ehrlich zu sein und mir meine Wünsche etwas genauer anschau: Kommt in diesen Wünschen tatsächlich vor, dass ich wissen will, wer ich wirklich BIN?

Ist die Wahrheit wirklich so wichtig für mich? Oder steht nicht doch die Befindlichkeit des Körpers im Vordergrund, ist es mir nicht immer noch viel wichtiger, im Sinne der Welt glücklich, erfolgreich oder halbwegs in Frieden zu sein?

Meine Suche nach der Wahrheit kann nicht scheitern – weil die Wahrheit *ist*.

Ich kann die Wahrheit zwar für eine Weile verschleiern oder ignorieren, aber ich kann sie nicht unwirklich machen und verschwinden lassen. Sie ist immer da. Sie wartet geduldig, bis ich den Frieden und die Freude akzeptiere, die sie mir bietet. Ich kann nicht scheitern, ich kann nur verzögern.

Dreimal will ich heute für zehn Minuten (zunächst mit geschlossenen Augen) die Welt betrachten, von der ich glaube, dass sie mir etwas bietet. Dann bitte ich um eine andere Welt, denn will ich wirklich die Vergänglichkeit? Da ist eine Tür in meinem Geist, die mir den Weg ins Licht der Wahrheit zeigt. Ich will diese Tür finden und öffnen, denn ich weiß, dass ich auf der Suche nach der Wahrheit nicht scheitern kann.

Kommentar 132

12. Mai

»Die Welt an sich ist nichts. Dein Geist muss ihr Bedeutung geben« (4:1-2). Dies ist die Quelle der Erlösung: meiner Erlösung, der Erlösung der Welt und aller meiner Brüder. Es sind meine Gedanken, die diese Welt – scheinbar – gemacht haben. Ich bin nicht in eine Welt gekommen, die bereits da war, einen bestimmten Zweck hatte und noch hat, um in ihr eine Weile zu »leben«. Ich habe nur das vorgefunden, wonach ich Ausschau gehalten hatte.

Ich habe die Macht, die Welt zu erlösen! Das ist keine Arroganz, im Gegenteil. Es ist eine Tatsache, die daraus folgt, dass »ich bin, wie GOTT mich schuf« (Ü-1.94). Da die Welt aber ein Ergebnis meiner Gedanken ist, bedarf es nur einer Änderung dieser Gedanken und aus einer Welt der Anfänge und Enden, der Vergeblichkeit und des Todes, wird eine Welt der Freude und des Friedens. Denn was GOTT erschuf, kann weder von IHM getrennt sein noch Grenzen haben, krank sein oder sterben. SEINE Schöpfungen sind wie ER und da ist keine Grenze, wo ER aufhört und SEINE Schöpfung beginnt: »Ideen verlassen ihre Quelle nicht« (5:3).

Daher kann die Welt nicht sein. Sie existiert nicht! Ihre Eigenschaften sind das genaue Gegenteil GOTTES. In dieser Feststellung, Einsicht und Gewissheit liegt die Erlösung der Welt, einschließlich aller Lebewesen, die in ihr leben – und damit meine Erlösung.

Das ist meine Erlösung von allem Leid dieser Welt: CHRISTI Schau (die wahre Wahrnehmung) führt mich über einen glücklichen Traum voller Wunder zur wirklichen Welt und damit zum letzten heiligen Augenblick, indem ich eine vor Unschuld leuchtende Welt (vergleiche T-23.Einl.6) sehe, der vollständig vergeben ist. Jetzt ist der SÜHNE-Weg vollendet, jetzt kann das JÜNGSTE GERICHT stattfinden, denn jetzt ist die Pforte des HIMMELS erreicht. Es ist das Ziel des Kurses.

Es findet ein Heilungsprozess statt – hier, in meiner Welt von Zeit und Raum.

Heute gebe ich zweimal 15 Minuten, indem ich die Welt von allem losmache, wofür ich sie hielt. Darin will ich meine eigene Wirklichkeit erkennen, indem ich still bin und meinen Geist verändern lasse. Dies heilt viele meiner Brüder, denn damit segne ich die Welt und befreie sie von meinen Wertschätzungen. Ich lasse zu, dass die Quelle meiner Gedanken verändert wird. Immer dann, wenn ich mich daran erinnere, will ich tagsüber einen kurzen Augenblick still sein und meine Wirklichkeit wählen – anstelle der Dinge, die ich an der Welt festgemacht habe.

Kommentar 133

13. Mai

Das Ziel des Kurses ist es, eine Wahl zu treffen. Die Gesetze der Wahl habe ich nicht gemacht, auch die Alternativen unterliegen nicht meiner Beliebigkeit, ihr Verständnis hilft jedoch, die Wahl zu treffen. Ich kann diese Wahl treffen, ja ich muss es sogar. Die Zeit, wann ich sie treffe, steht mir jedoch frei.

Die heutige Lektion behandelt keine »hoch fliegenden, weltumfassenden Ideen« (1:3), ist also nicht theoretisch, sondern gibt mir die praktischen Kriterien, mit denen ich in einer Wahlsituation die Alternativen prüfen kann.

Die Gesetze der Wahl sind einfach:

1. Es gibt nur ALLES – oder Nichts. Das kann ich nicht ändern. Denn wäre Komplexität wirklich wahr, würde das die Wahl unnötig verzögern.
2. Es gibt keinen Kompromiss in dem, was die Wahl mir bringt. Eine Wahl, die mir »weniger als Alles« aber »mehr als Nichts« gibt, existiert nicht.

Gibt es etwas Einfacheres als eine Wahl zwischen zwei Alternativen, die sich dermaßen drastisch in ihren Ergebnissen unterscheiden?

Die Prüfungsmethoden, mit denen ich zwischen Allem und Nichts unterscheiden kann, sind das praktische Handwerkszeug in jeder Wahlsituation:

- Ist das, was ich wähle, von Dauer, währt es also ewig?
- Verliert niemand durch meine Wahl?
- Sind der Zweck des Gewählten und der Wert, den es für mich darstellt, frei von Zielen des Ego?
- Ist die Wahl frei von Gefühlen der Schuld?

Beantworte ich eine der Fragen mit »nein«, ist das Gewählte Nichts, dann habe ich das Wertlose gewählt.

Der Kurs nimmt mir nichts weg! Er verlangt nicht von mir, auf das wenige, dem ich hier in der Welt Wert beimesse, zu verzichten, es ist kein Kurs in Askese und selbst gewählter Armut. – Aber es gibt in der Welt kein Ding von Wert.

So gebe ich heute wieder zweimal 15 Minuten, um meine Wahl vorzubereiten, indem ich beschließe, dem Wertlosen keinen Wert beizumessen und nur das zu suchen, was von Wert ist. Wenn ich tagsüber bemerke, dass ich »nutzlose Lasten« (vergleiche 14:2) sammle oder glaube, vor schweren Entscheidungen zu stehen, erneuere ich den Entschluss.

Kommentar 134

14. Mai

Ist Vergebung *»ein ungerechtes Opfern eines gerechten Zorns [...], eine Gabe, die ungerechtfertigt und unverdient ist [...], eine vollständige Verleugnung der Wahrheit«* (1:1)? Wäre das, was mein Bruder getan hat, tatsächlich wirklich, dann wäre es fürwahr so. Denn dann würde ich »aus Gnade« vergeben, obwohl mein Bruder wegen seiner vermeintlichen Schandtät eigentlich Strafe verdient hätte. Ich würde jedoch großzügig darüber hinwegsehen und auf die vermeintlich gerechte Strafe verzichten. Diese Art von Vergebung wird im Ergänzungsbuch des Kurses als *»Vergebung-zum-Zerstören«* bezeichnet (L-2.II), denn *»sie sagt, die Wahrheit sei falsch, und lächelt den Verderbten zu, als seien sie so schuldlos wie Gras, so weiß wie Schnee«* (4:4). Solch eine »Vergebung« bewirkt nichts, denn sie lässt die Wirklichkeit der Sünde bestehen. Mit Vergebung im Sinne des Kurses hat das nichts zu tun (siehe auch Kommentare 60 bis 64 und 126).

Die Vergebung des Kurses ist eine *»Vergebung-zum-Erlösen«* (L-2.III) und muss erlernt werden, denn auch sie ist nicht wahrer Bestandteil des Geistes: Der HIMMEL braucht keine Vergebung. Daher ist auch diese Vergebung ein Bestandteil der Illusion, aber *»Vergebung ist das einzige, was innerhalb der Illusionen dieser Welt für die Wahrheit steht«* (7:1). Sie dehnt Illusionen nicht weiter aus, sondern sie beseitigt sie. Man kann die Vergebung vergleichen mit dem einen Dorn, der dazu genutzt wird, um alle anderen Dornen zu entfernen. Zuletzt kann auch dieser Dorn beseitigt werden, weil er nun nicht mehr gebraucht wird.

Kernpunkt der Vergebung ist die Unwirklichkeit der Sünde. Nur dann ist die Vergebung sinnvoll, denn sie nimmt die Last der Verurteilung von meinen Schultern. Daher will ich heute lernen, was Vergebung wirklich bedeutet.

Ich gebe dafür zweimal eine Viertelstunde, um mich mit meinem inneren FÜHRER zu verbinden und IHN zu bitten, mir zu zeigen, was die Vergebung wirklich ist. Anschließend wähle ich einen Bruder nach SEINER Anweisung aus und betrachte nacheinander seine »Sünden«, ohne jedoch bei einer zu verweilen. Nun stelle ich mir die Frage: »Würde ich mich dafür verurteilen, das getan zu haben?« Diese Frage bedeutet jedoch *nicht*, dass ich mich frage, ob ich mich verurteilen würde, wenn *ich* es getan hätte! Man könnte die Frage auch so formulieren: »Bestehe ich auf der Wirklichkeit der Sünde und der Notwendigkeit von Strafe? Wenn ich das nämlich tue, verurteile ich mich selbst!«

Ich frage mich also, ob ich wirklich Sünde sehen will, denn wenn ich meinen Bruder verurteile, verurteile ich mich selbst. Ich will mich und die Welt jedoch von der Last der Verurteilung befreien.

Kommentar 135

15. Mai

»Ein geheilter Geist plant nicht« (11:1). Planung bedeutet, Kontrolle über die Zukunft auf der Basis von Erfahrungen der Vergangenheit zu erlangen. Es ist die Antwort auf eine zukünftige Bedrohung und fängt schon mit so banalen Dingen wie dem Erstellen einer Einkaufsliste an, denn die zukünftige Bedrohung besteht darin, dass ein kommendes Bedürfnis des Körpers nicht befriedigt werden könnte.

Die Befürchtung, dass meine Sicherheit nicht gewährleistet ist, führt automatisch zu ihrer Verteidigung und zum Abwehren der Bedrohung. *»Und hierin liegt die Torheit der Abwehr: [...] Sie häuft Illusionen über Illusionen und macht Berichtigung so doppelt schwierig«* (1:2-3). Gerade durch die Notwendigkeit, die ich in meiner Verteidigung sehe, mache ich den Angriff wirklich. Schon das Planen ist eine Form von Abwehr: Planung und Verteidigung sind ein und dasselbe. Habe ich das Bedürfnis, mein Zimmer aufzuräumen, ist das eine Form von Verteidigung!

Darum plant ein geheilter Geist nicht. Seine »Abwehr« liegt in der Wehrlosigkeit und ist das Vertrauen in IHN. *»Er führt die Pläne aus, die er empfängt, indem er auf die WEISHEIT hört, die nicht die seine ist. Er wartet, bis er unterwiesen wird, was er tun soll, und geht dann hin und tut es. Er verlässt sich in nichts auf sich selbst außer auf seine Eignung, die Pläne zu erfüllen, die ihm zugewiesen wurden. [...] Ein geheilter Geist ist von der Überzeugung befreit, dass er planen muss, obschon er nicht wissen kann, welches das beste Resultat ist, durch welche Mittel es erreicht wird, noch wie er das Problem erkennen kann, zu dessen Lösung der Plan aufgestellt ist«* (11:2-4; 12:1).

Dies ist jedoch *nicht* in dem Sinne zu verstehen, dass ein ungeheilte Geist jegliche Planung und jegliche Verteidigung vermeiden sollte! Das wäre kaum praktisch. *Ein Kurs in Wundern* ist kein Kurs im Verhalten, sondern ein Kurs im Denken! Er zeigt die Denkmuster auf, die meinem Verhalten zugrunde liegen, und lehrt mich, das Denken zu ändern, damit es der Wahrheit nicht mehr im Wege steht. Der Kurs ist keine willkommene Entschuldigung für fehlende Planung!

Zweimal will ich eine Viertelstunde geben, um heute einen großen Schritt auf das Ziel hin zu machen. Der Kurs nennt es meine Osterzeit. Zunächst mache ich mir klar, dass meine Verteidigung und meine Planung den Angriff auf mich wirklich machen. Meine Stärke liegt jedoch in der Wehrlosigkeit, daher bin ich bereit zu lernen, was meine Abwehr verbirgt. Dann ruhe ich aus von all dem Planen und den Gedanken, die die Wahrheit am Eintreten in meinen Geist verhindern.

Ich will empfangen, statt zu planen, ich will geben, anstatt zu organisieren. Kommen törichte Gedanken der Abwehr auf, will ich mich daran erinnern, dass ich keine Abwehr gegen meine Wirklichkeit brauche.

Kommentar 136

16. Mai

Krankheit *»ist eine Entscheidung, die du triffst, ein Plan, den du entwirfst, wenn die Wahrheit einen Augenblick lang in deinem eigenen irreführten Geist aufsteigt und deine ganze Welt zu wanken scheint und sich anschickt zu zerfallen«* (7:3). Krankheit ist also eine bewusste Entscheidung. Sie geschieht mir nicht, ohne dass ich daran Anteil habe. Anschließend wird meine Entscheidung sofort »vergessen«, damit der Körper mir zeigen kann, dass ich eins mit ihm bin. Meine ursprüngliche Absicht, getrennte Körper – auch für »mich« – zu machen, wird damit wahr gemacht.

So funktionieren alle Abwehrmechanismen gegen die Wahrheit. Krankheit scheint dabei wohl eine der wirksamsten zu sein, zeigt sie mir doch sehr überzeugend, dass die Trennung wahr ist, indem der Körper dem Geist diktieren kann, was er zu empfinden hat. Dabei ist es genau umgekehrt: Der Körper ist eine Konstruktion des Geistes, er kann niemals seinem »Macher« sagen, was er ist. Die Wahrheit ist unangreifbar: *»Abwehrmechanismen sind Pläne, das zu besiegen, was nicht angegriffen werden kann«* (11:6) und damit Wahnsinn.

Heilung ist Erinnerung. Deshalb ist es nicht sinnvoll, um Heilung des Körpers zu bitten, denn er kann niemals krank sein. Er regiert nicht auf Viren, Bakterien, Hitze und Kälte, Hunger oder Unfälle. Er ist noch nicht einmal zu irgendeiner Empfindung fähig! Der Körper ist lediglich nützlich, bis er nicht mehr gebraucht wird. Der Geist muss geheilt werden, denn er macht die Krankheit.

Daher ist es auch nicht ratsam, die Symptome der Krankheit zu untersuchen und ihnen irgendeine Bedeutung zu geben: »Was habe ich nicht verarbeitet? Weshalb habe ich gerade diese Krankheit und was will mir das sagen?« – Stattdessen nutze ich die Krankheit als Katalysator, ungeachtet ihrer Form oder »Schwere«, um mich zu erinnern: »Da habe ich wohl einen Fehler gemacht und ganz vergessen, wer ich wirklich BIN. Offenbar habe ich mich mit dem Körper verwechselt. Jedoch brauche ich mich nur daran zu erinnern, dass ich kein Körper bin, denn das, was ich sehe, empfinde, und erleide, bin ich nicht.« – Und auch das, was »mein kranker Nachbar« sieht, empfindet und erleidet, ist er nicht (vergleiche Strophe 7 des berühmten *Abendlieds* von Matthias Claudius: *»Verschon uns, Gott! mit Strafen, / Und lass uns ruhig schlafen! / Und unsern kranken Nachbar auch!«*).

Das gilt für jede Form von Krankheit: Der Körper selbst ist schon die Krankheit! Wir alle, die wir in dieser Welt zu sein glauben, haben uns damit strafen wollen – GOTT straft nicht! Auch darum macht es keinen Sinn, irgendjemanden wegen seiner Krankheit zu verurteilen. Im Gegenteil, der Kurs dient der Aufhebung *jeglicher* Schuld!

Ich verbringe zweimal 15 Minuten damit, mich daran zu erinnern, dass Krankheit nur ein Abwehrmechanismus gegen die Wahrheit ist. Immer dann, wenn ich feststelle, dass ich urteile, Angriffsgedanken hege oder Pläne gegen Bedrohungen schmiede, erinnere ich mich, dass ich mich mit meinem Körper verwechselt habe und in Wahrheit nicht krank sein kann.

Kommentar 137

17. Mai

Krankheit ist individuell. Heilung ist es nicht. Krankheit trennt und isoliert, Heilung verbindet und macht eins. Krankheit ist ein Spezialfall der Glaubensaussage: »Ich bin ein Körper«, Heilung hebt die Beschränkung auf. Krankheit unterliegt den Gesetzen der Welt, Heilung nicht.

Vergebung und Heilung sind eng miteinander verbunden. Vergebung bezieht sich auf »Sünden«, die nie geschehen sind, während Heilung auf »Krankheiten« angewendet wird, die nicht existieren. Beides bezieht sich auf den Geist, während Sünde und Krankheit sich auf den Körper beziehen. Ohne die Vorstellung eines individuellen Körpers sind Sünde und Krankheit undenkbar.

Die Krankheit splittert den Geist auf, denn der Kranke isoliert sich vom Ganzen, indem er aufzeigt, dass es ihm besonders schlecht geht – im Unterschied zu den anderen. Die einzig wahre Heilung besteht darin, diese scheinbare Grenze aufzuheben. Daher kann die Vorstellung von individueller Heilung nur ein Widerspruch in sich sein. So hatte meine hergebrachte Vorstellung von Heilung mit *wirklicher* Heilung nichts zu tun, denn sie bezog sich auf die Beseitigung von individuellen und körperlichen Symptomen.

Wahre Heilung findet jedoch ausschließlich im Geiste statt, denn der Körper kann dem Geist nicht befehlen, was er zu denken hat. Daher ist Heilung niemals individuell, hebt sie doch gerade die Isolation, welche die Krankheit zu beweisen sucht, auf: Ich werde niemals alleine geheilt, weil ich nicht alleine BIN.

Heilung ist eine Gabe, die ich empfangen und gebe.

Heute ist ein Tag der Heilung. Ich kann nur geheilt werden, wenn ich Heilung gebe. Morgens und abends will ich mich daher für jeweils 10 Minuten auf SEINE Gabe vorbereiten, indem ich mir klar mache, dass ich nicht allein geheilt werde und SEINE Gabe der Heilung mit der ganzen Welt teile. Dann bin ich still und empfangen die Gabe, um sie zu geben. Zu jeder vollen Stunde segne ich so meine Brüder eine Minute lang mit der Gabe der Heilung, weil ich nicht alleine geheilt werde.

Kommentar 138

18. Mai

Die Wirklichkeit und der HIMMEL, in dem GOTT und SEINE Schöpfung wohnen, haben kein Gegenteil. »Denn die Wahrheit ist wahr, und nichts sonst ist wahr« (4:6). In diesem EINSSEIN, der reinen Nicht-Dualität, kann es keine Wahl oder Entscheidung geben, denn es gibt keine Gegensätze, zwischen denen gewählt werden könnte. Jede Wahl ist daher eine Illusion und nichts weiter. Wählen ist unmöglich.

In einer Welt der Dualität jedoch ist Entscheiden und Wählen eine Notwendigkeit. Als einziges Ende der Gegensätze wird »der Tod« angesehen. Die Welt – einschließlich meiner angenommenen Identität – ist vergleichbar mit einem Fantasiegebilde oder einem Traum, in dem Gegensätze »das Leben« ausmachen. Fantasien können gesponnen und Träume können geträumt werden, aber keines von beidem kann ich wahr machen. Dennoch glaube ich fest an die Wirklichkeit der Welt, und so stehe ich ständig vor einer Unzahl von Wahlmöglichkeiten und Entscheidungen – und wähle. Das zeigt, wie buchstäblich unmöglich diese Situation ist und warum *Ein Kurs in Wundern* dies als Wahnsinn bezeichnet.

Dennoch *muss* ich in dieser Welt wählen. Die vielen Entscheidungen, die ich in der Welt treffe, sind jedoch in der Regel unbewusst. Das heißt nicht, dass das Unbewusste eine Wahl trifft, sondern dass eine Entscheidung getroffen und dann vergessen wird. Bei meinen bewussten Entscheidungen glaube ich zwar, dass ich wähle, aber in Wirklichkeit passiert nichts – ein Fantasiegebilde berührt die Wahrheit nicht. Daher gibt es nur zwei echte Alternativen für die Wahl: die Wirklichkeit des HIMMELS einerseits – oder die illusionäre Welt, das Fantasiegebilde, der Traum, andererseits. Da ich mich mit den scheinbaren Gegensätzen von Leben und Tod identifiziere, *muss* ich diese eine Wahl treffen, ja, ich treffe sie in jedem Augenblick. Habe ich den HIMMEL gewählt, stelle ich fest, dass es nie eine Wahl gegeben hat. Diese eine Wahl ist also ebenfalls eine Illusion, obwohl ich sie treffen muss.

Da die Welt aber nur den Tod als Ende aller Gegensätze deutet, erzeugt die eine notwendige Wahl zunächst Angst, also genau den Mechanismus, der die Unbewusstheit und dadurch die Illusion der Welt aufrechterhält. Spurlos verschwinden kann die Angst erst dann, wenn ihre nicht existierende, unwirkliche Ursache aufgedeckt wird. Die einzige Wahl, die getroffen werden muss – die Wahl des HIMMELS – geschieht daher immer *bewusst*.

Heute will ich, direkt nach dem morgendlichen Aufwachen, die Wahl bewusst treffen. Ich mache mir eindringlich klar, dass der HIMMEL die Entscheidung ist, die ich treffen muss. Diese Entscheidung treffe ich jetzt und ich bleibe bei dieser Entscheidung, weil der HIMMEL das Einzige ist, was ich will. Zu jeder vollen Stunde bekräftige ich dies erneut und verbringe am Abend noch einmal fünf Minuten damit, mir meine einzige Entscheidung vor Augen zu halten, indem ich das Pseudo-Dasein, an das ich bisher glaubte, ans Licht bringe und seine Fadenscheinigkeit, ja seine Falschheit, versuche zu erkennen.

Kommentar 139

19. Mai

Heute will ich mich daran erinnern, was ich BIN. Dazu verbringe ich morgens und abends jeweils fünf Minuten zunächst damit, dass ich mich an meine Absicht erinnere: *»Ich will die SÜHNE für mich akzeptieren, denn ich bleibe so, wie GOTT mich schuf«* (11:3). Anschließend versuche ich, mich mit meinem SELBST zu verbinden, das immer da ist und nie verborgen war. Es ist tief in meiner Erinnerung. Vielleicht stelle ich es mir als Licht im Zentrum meines SEINS vor und lasse mich in dieses Zentrum sinken. Ich weiß, dass meine Erinnerung auch meinen Brüdern dient, denn der Geist ist eins.

Akzeptiere ich die SÜHNE, akzeptiere ich die Wahrheit über mich. Dies geht weit über meine persönlichen Befindlichkeiten hinaus. Die SÜHNE betrifft alle meine Brüder, die vergessen haben, was sie sind. *Ein Kurs in Wundern* beschäftigt sich nicht mit individueller Erleuchtung, weil diese gar nicht möglich ist.

SÜHNE hat rein gar nichts mit dem herkömmlichen Sühnebegriff von Schuld, Strafe oder Buße zu tun. Im Kurs bezeichnet sie SEINEN Plan der Erlösung, der genau zu dem »Zeitpunkt« entstand, als der Gedanke der Trennung aufzukommen schien. Dieser Plan zur Versöhnung und Wiedervereinigung des einen SOHNES, welcher sich in vermeintliche Fragmente, voneinander abgespalten und von GOTT getrennt glaubt, obliegt dem HEILIGEN GEIST: ER erfüllt die Funktion als Mittler zwischen Wahrheit und Illusion. Im HIMMEL gibt es keine SÜHNE, da sie dort nicht gebraucht wird.

Die uralte Frage »Was bin ich?« (vergleiche Kommentar 91, aber auch 35 und 62) zeigt die Notwendigkeit für den Plan der SÜHNE auf. Denn wer kann eine solche Frage stellen, wenn er nicht verleugnet hat, was er in Wahrheit ist? Diese gewaltige Selbsttäuschung, die zu einer solchen Frage führt, zeigt deutlich auf, dass der »Teil« von mir, der diese Frage stellt, eine Illusion sein muss und daher nicht wirklich sein kann. Die SÜHNE beinhaltet deshalb, dass selbst durch eine Verleugnung dieser Größenordnung das, was ich BIN, nicht im Geringsten beeinflusst werden kann. Darauf beruht ihre Wirksamkeit.

Darum will ich die SÜHNE akzeptieren, weil ich diesen unmöglichen und wahnsinnigen Fragezustand nicht mehr will.

Kommentar 140

20. Mai

Heilung kann nur dort geschehen, wo Krankheit ist.

Unter Heilung verstehe ich üblicherweise das Verändern von Symptomen, die ich als »Krankheit« bezeichne, während die Abwesenheit der Symptome »Gesundheit« ist. Beides bezieht sich auf den Körper, und zwar sowohl in physischer als auch in psychischer Hinsicht. In diesem Sinne gibt es zwischen Krankheit und Gesundheit keinerlei Unterschied, eine Illusion wird lediglich durch eine andere ersetzt. Die eigentliche Krankheit bleibt unverändert bestehen: Es ist der Glaube an getrennte Existenzen.

Der Weg der Heilung führt mich fort von dieser falschen Wahrnehmung. Er mündet in die wirkliche Welt (siehe Kommentar zu 129), den glücklichen Traum, welcher zum sanften Erwachen führt. Erkenntnis, den letzten Schritt in das Wiedererkennen des HIMMELS, kann jedoch nur GOTT bewirken. Meine Aufgabe besteht allein in meinem Einverständnis zum SÜHNE- und Erlösungsweg der Vergebung dieser Welt.

Meine Welt ist nach wie vor in Zeit und Raum gefangen. Sie besteht aus der Existenz getrennter Körper, welche scheinbar unabhängig voneinander agieren und reagieren und teils eigene Gedanken und Gefühle hervorbringen. Diese sind angeblich frei. Sie sind jedoch gebunden an Erfahrungen, Bilder und Konzepte – und damit an Körper, seien diese nun »krank« oder »gesund«. Beide, meine physische, als auch meine mentale Welt, sind also gleichermaßen unwirklich und müssen erlöst und geheilt werden.

Um Krankheit zu heilen, muss die Heilung dort gesucht werden, wo sie ist und dann auf das angewendet werden, was wirklich krank ist. Der Körper ist es jedenfalls nicht, der Körper ist gehorsamer Diener: Er führt nur aus, was der Geist sehen will. Es ist der Geist, der die Krankheit macht und Heilung ist daher ebenfalls im Geist und nicht in den Erscheinungen der Welt zu suchen, in all den »Amuletten, Talismanen, Arzneien, Litaneien und magischen Mittelchen« (gemäß 10:1), die ich zur »Heilung« heranziehe.

Darum will ich heute mein Denken über die Heilung ändern, indem ich die QUELLE der Heilung aufsuche und nicht mehr Illusionen mit weiteren Illusionen austauschen will. In den ersten fünf Minuten des Tages nach dem Aufwachen höre ich auf IHN und lege alle Gedanken, die sich mit der Illusion beschäftigen, beiseite. Dazu betrachte ich nicht einzelne Gedanken, sondern lege sie als Ganzes weg.

Mit leeren Händen und offenem Geist (vergleiche Ü-II.306.2:2) komme ich zu IHM und bitte IHN, zu mir zu sprechen, denn die einzige Heilung liegt in der Erlösung der Welt. Ich bin still und höre auf die EINE STIMME, die von Heilung spricht und jegliche Ursache aller Krankheiten beseitigt. Ich nehme SEINEN Frieden an, welcher der meine ist.

Tagsüber erinnere ich mich zu jeder vollen Stunde für eine Minute an die eine Tatsache, dass nur die Erlösung heilt und bitte IHN, zu mir zu sprechen. Wenn der Abend kommt, will ich wieder fünf Minuten um SEINE ANTWORT bitten.

Kommentar 141

21. Mai

Heute beginnt die vierte Wiederholung. Sie dient bereits der Vorbereitung auf den zweiten Teil des Übungsbuches, in dem es weniger um Worte und Überlegungen geht, sondern darum, die universelle Erfahrung, welche das eigentliche Ziel von *Ein Kurs in Wundern* ist, direkt zu erreichen: »*Eine universelle Theologie ist unmöglich, aber eine universelle Erfahrung ist nicht nur möglich, sondern nötig*« (B-Einl.2:5).

Die bisherigen Lektionen haben bereits ein neues Denken auf dem Wege der täglichen stillen Zeiten und Wiederholungen eingeleitet. Eine kleine Bereitschaft, der Wahrheit Wert beizumessen, hat sich angedeutet, denn sonst würde ich keine Mühe auf die Lektionen verwenden. In dieser Wiederholung (wie auch in den folgenden Lektionen) wird diese Bereitschaft geübt: nämlich mehr und mehr auf die Wahrheit zu hören und alle Illusionen der Wahrheit zu überbringen. Worte und Gedankengänge stehen nun nicht mehr so sehr im Vordergrund, sondern eher meine Hinwendung zu IHM und meine Bereitwilligkeit, in der Stille SEINE STIMME zu hören, die mir – und damit allen meinen Brüdern – auf ewig versprochen ist.

Der Ablauf dieser Wiederholungen ist immer gleich: Zu Beginn des Tages verbringe ich fünf oder auch mehr Minuten damit, ruhig in meinem Geist zu sein und mich allein auf den Kerngedanken der Wiederholungen zu konzentrieren: »*Mein Geist birgt nur, was ich mit GOTT denke*« (Einl.2:2). Nur dieser Gedanke befindet sich in meinem Geist. Ich wiederhole ihn langsam und ohne Hast und konzentriere mich dabei auf seine Bedeutung. Denn alle Gedanken, die ich nicht mit IHM teile, sind Illusionen. Es sind Abwehrmechanismen, die meiner Selbsttäuschung dienen. Sie können nicht ändern, was ich wirklich BIN.

Anschließend lese ich die beiden Leitgedanken des Tages und verbringe ein bis zwei Minuten damit, auch sie langsam und ohne Zeitdruck zu wiederholen, um mir ihre Bedeutung zeigen zu lassen. Dabei höre ich auf IHN, anstatt eigene Überlegungen anzustellen.

Am Abend wiederhole ich diesen Ablauf wieder für fünf bis sieben Minuten. Tagsüber verwende ich stündlich ein bis zwei Minuten darauf, den Kerngedanken und die beiden Leitgedanken des Tages langsam zu sprechen und mich an IHN zu wenden.

4. Wiederholung

(121) »*Vergebung ist der Schlüssel zum Glück.*«

(122) »*Vergebung bietet alles, was ich will.*«

Kommentar 142

22. Mai

4. Wiederholung

Es ist nicht meine Aufgabe, meinen Geist von allen Gedanken, die ich nicht mit GOTT denke, freizumachen. Ich brauche keinen Platz zu schaffen für SEINE GEDANKEN. Ich brauche keine »Gedankenspülung« oder »Gehirnwäsche« vorzunehmen, um meinen Geist zu reinigen. Es ist vielmehr eine Tatsache, dass mein Geist bereits jetzt ausschließlich GEDANKEN enthält, die ich mit IHM teile. Beschäftigt sich mein Geist mit illusionären Gedanken, ist er also buchstäblich leer! Wozu soll ich ihn dann noch leer machen?

SEINE GEDANKEN, die ich mit IHM teile, sind SEINE Gaben an mich. Sie sind immer da und können nicht durch den bedeutungslosen Lärm meiner illusionären Gedanken entfernt werden. Daher will ich auf die Botschaft der Wahrheit hören, statt dem bedeutungslosen Rauschen eine nicht vorhandene Bedeutung zu geben.

GOTT hat kein Gegenteil, also kann mein Geist nichts enthalten, was das Gegenteil zu SEINEN GEDANKEN ist. Wende ich meine Aufmerksamkeit aber dem scheinbaren Gegenteil zu, sehe ich eine falsche Wirklichkeit, sehe ich nicht, was ich BIN. Es ist jedoch sinnlos, das zu verleugnen, was IST. Daher will ich mich dankbar an meine Wirklichkeit erinnern lassen:

Der Friede ist immer bei mir und mit mir.

(123) *»Ich danke meinem VATER für SEINE Gaben an mich.«*

(124) *»Ich will mich daran erinnern, dass ich eins mit GOTT bin.«*

Kommentar 143

23. Mai

4. Wiederholung

Bereits in einer der ersten Lektionen, in Lektion 8, habe ich gelernt, dass mein Geist leer ist, wenn er sich mit vergangenen Gedanken beschäftigt. Er denkt nur scheinbar nach. Sämtliche Gedanken, die ich nicht mit GOTT denke, fallen in diese Kategorie! Darum will ich nicht auf dieses unbedeutende Rauschen hören, das ich fälschlicherweise als meine Gedanken identifiziert habe, sondern ich will SEIN WORT empfangen. Ich habe immer die Wahl, den Fluss der LIEBE GOTTES zu mir – und damit, durch mich, zu der Welt und dem gesamten Universum – nicht mehr zu blockieren.

So wie ich SEIN WORT empfangen, so muss ich es weitergeben, um es zu behalten. Denn »private Gedanken« gibt es nicht. Daher kann SEIN GEDANKE, SEIN WORT nicht zurückgehalten werden ohne den (erfolglosen) Versuch, es zu verschleiern und zu verdecken. SEIN WESEN ist Ausdehnung, und somit ist ES auch meine IDENTITÄT. ER ist meine QUELLE und ich, als SEINE Ausdehnung, gebe SEINE grenzenlose LIEBE weiter an das ganze Universum – und damit an mich. In der Einheit gibt es weder Egozentrik noch Grenzziehung, im EINSSEIN gebe ich immer nur mir SELBST.

Ich entscheide mich, SEINER STIMME zu lauschen, denn SEINE LIEBE ist alles, was ich BIN. Sie ist näher als meine Hand und näher als mein Herz (vergleiche Lektion 125.7).

(125) *»In der Stille empfangen ich heute GOTTES WORT.«*

(126) *»Alles, was ich gebe, wird mir selbst gegeben.«*

Kommentar 144

24. Mai

4. Wiederholung

In dieser Welt nach Liebe zu suchen, ist einfach nur ein Irrtum. Die wahre und die einzige LIEBE, die es gibt, ist in mir, denn in meinem Geist kann es nichts geben, das zu GOTT in Widerspruch steht. Ich kann Liebe auch nicht »besitzen«, denn nur wenn ich sie gebe, kann ich sie haben. Liebe, die ich besitzen kann, besitzt auch mich und ist nicht liebevoll: Ich bin »besessen« von bestimmten und besonderen Dingen, seien es Menschen, Gegenstände, Situationen oder Ideen – und damit schließe ich alle anderen aus.

Das Ego ist ein gieriger Nimmersatt, der sich all das einverleibt, was ihm schmeckt und was er nur davon haben kann. Das Ego hat ständig Angst, zu kurz zu kommen, und ist ständig auf der Suche nach neuen »Liebesobjekten«. Dabei muss es zwangsläufig auswählen und selektieren: Dies hier ist mein eigenes Kind und ich »liebe« es sehr – jenes arme Hungerkind dort aus Afrika und aus dem Fernsehen ist zwar nicht mein Kind, aber ich »bemitleide« es zumindest. Beides ist keine Liebe, denn die LIEBE ist bedingungslos, an nichts und niemanden gebunden – auch nicht an Zeit und Raum – und schließt nichts und niemanden aus.

Alle Gedanken, alle Wahrnehmungen, die nicht liebevoll sind, können daher nicht wirklich sein, denn sie verschleiern nur die einzige LIEBE, die existiert: die LIEBE GOTTES. Die LIEBE GOTTES ist kein Attribut oder eine SEINER »Eigenschaften«: Sie ist SEIN WESEN, und damit auch das meine, so wie ich wirklich BIN.

Gibt es kein Gegenteil zu GOTT, werde ich nichts in der Welt der Trennung, einer Welt »*der Anfänge und der Enden*« (Vorwort, S. xviii), finden, was ich will. Denn das, was ER IST, das BIN auch ICH.

Was kann es in der Welt an Erstrebenswertem geben, wenn ich die LIEBE ohne Gegenteil BIN?

(127) »*Es gibt keine Liebe außer der LIEBE GOTTES.*«

(128) »*Die Welt, die ich sehe, birgt nichts, was ich will.*«

Kommentar 145

25. Mai

4. Wiederholung

»Die wirkliche Welt ist jener Geisteszustand, in dem Vergebung als der einzige Zweck der Welt gesehen wird« (T-30.V.1:1). Wenn ich diese Welt jetzt nicht sehe, so liegt das daran, dass die Vergebung, die alles bietet, was ich will (vergleiche Lektion 122), für mich nicht den Wert besitzt, den sie hat. »Vergebung ist der Schlüssel zum Glück« (Leitgedanke von Lektion 121), nur sie führt mich aus der Welt der Veränderungen, der Anfänge und Enden, des Leidens und des Todes zur wirklichen Welt (vergleiche Kommentar 140) – und darüber hinaus.

Ich kann nicht die Dinge meiner Welt wertschätzen und gleichzeitig die wirkliche Welt sehen! Meine Wertschätzung bindet mich an die Illusionen, die ich für wirklich halte. Selbst die vermeintlich »spirituellen« Dinge des Lebens – beispielsweise das Singen spiritueller Gesänge, rituelle Bewegungen und symbolische Verhaltensweisen – sind bestenfalls zeitlich beschränkte Hilfsmittel, also lediglich eine weitere Illusion, möglicherweise eine weitere »Schlaftablette«, deren Entzug nur wieder Albträume hervorrufen wird. Der Absturz ist dann vorprogrammiert.

Sich künstlich von der übrigen Welt abzuschotten, um sich mit »Gesinnungsgenossen« zu umgeben, das widerspricht völlig dem Weg von *Ein Kurs in Wundern*, der nichts und niemanden von der Vergebung ausschließt. Die wirkliche Welt – der glückliche Traum, welcher die Wahrheit des HIMMELS widerspiegelt – ist für alle da, wie könnte es anders sein!

Ich will keinen Rausch, keine Droge. Ich will mich nicht betäuben, ich will erwachen – gemeinsam mit allen meinen Brüdern! Zwar ist die wirkliche Welt immer noch eine Illusion, aber nur diese Illusion erzeugt keine weiteren Illusionen und lässt allen Schmerz, alles Leiden, allen Tod verschwinden. – Den letzten Schritt wird GOTT SELBST tun.

(129) »Jenseits dieser Welt ist eine Welt, die ich will.«

(130) »Es ist unmöglich, zwei Welten zu sehen.«

Kommentar 146

26. Mai

4. Wiederholung

Die Wahrheit verändert sich nie: Sie ist immer wahr. Mehr noch, sie ist *für immer* wahr. Sie ist wahr, sie wird immer wahr sein und sie war es immer. Meine Selbsttäuschungen können das nicht ändern. *»Genauso wenig kann ein Kind, das einen Stecken in das Meer wirft, das Kommen und das Gehen der Gezeiten ändern, des Wassers Wärmerwerden durch die Sonne, den Silberglanz des Mondes auf ihm in der Nacht«*, heißt es in der Einleitung zu dieser vierten Wiederholung (4:3). Daher kann ich nicht bei der Suche nach der Wahrheit scheitern.

Ein Scheitern bei der Suche nach meiner QUELLE wäre ungefähr so, als würde ich mich als einen getrennten Sonnenstrahl sehen, der die Sonne darum bitten müsste, dass sie mich scheitern lässt (vergleiche [Kommentar 84](#)). Die Sonne ist jedoch eins mit dem Strahlenkranz, der sie umgibt. Sie ist seine Ursache. Die SOHNSCHAFT GOTTES kann also niemals wirklich von ihrer URSACHE getrennt gewesen sein, denn sie ist deren Wirkung und immerwährende Ausdehnung. Ich bin kein einsames machtloses Kind meines VATERS – getrennt von seinen Brüdern. Gemeinsam leuchtet uns die Wahrheit NACH HAUSE, wo wir immer waren, sind und bleiben werden – EINS mit unserer QUELLE.

So lege ich alle meine Urteile über diese Welt der Trennung beiseite, weil sie nicht wahr sind. Welchen Wert hat die Beurteilung einer Illusion, außer um die Feststellung zu treffen, dass es eine Illusion ist? Nur meine Urteile und Trennungsgedanken verhindern, dass ich die Wahrheit finde. Früher oder später muss ich aber alles Urteilen und alles Trennende loslassen, eben *weil* es nicht wahr ist. Nur der Zeitpunkt steht mir frei, dies zu tun. Worauf also warten ...?

(131) *»Niemand kann scheitern, der die Wahrheit zu erreichen sucht.«*

(132) *»Ich mache die Welt von allem los, wofür ich sie hielt.«*

Kommentar 147

27. Mai

4. Wiederholung

Was hat einen höheren Wert für mich, als bedingungsloser Frieden, ein glücklicher und ruhiger Geist, ständige Fürsorge und Geborgenheit sowie unerschütterliche Ruhe und andauerndes Wohlbefinden (vergleiche Lektion 122)? Was sind dagegen die absoluten »Werte«, die ich derzeit so hoch schätze? Welchen Wert hat die Verurteilung meines Bruders, weil er mir vermeintlich etwas angetan hat? Welchen Wert haben dagegen die Dinge, die ich unbedingt zu benötigen glaube, die mich aufgrund ihrer Veränderlichkeit und Begrenztheit aber immer wieder enttäuschen?

Die Vergebung zeigt mir den Weg zur Unveränderlichkeit dessen, was ich BIN. Sie zeigt mir den mangelnden Wert meiner derzeitigen Urteile und Verurteilungen. Dabei verletze ich mich selbst, wenn ich mir das Herz schwer mache. Es schmerzt, wenn ich mich weigere zu verzeihen. Ich fühle mich unwohl, wenn ich ständig weiter »eingeschnappt« bin, wegen des Unrechts, das mir widerfahren ist. Welchen Wert hat es für mich, wenn ich mich weigere, meine Wunden heilen zu lassen? Die LIEBE hält keine Beschwerden fest, sie lässt sie los und vergibt das, was nie geschehen ist ...

Vergebung ist ein Geschenk an mich selbst, es ist die Entlassung aus meinem eigenen Schmerz. Daher will ich lernen, was Vergebung wirklich ist und mir ihre Wirkung zeigen lassen.

Ich will nicht mehr der Träumer dieses Spiels sein, sondern aus dem Traum erwachen, sein Spieler oder eine der Spielfiguren zu sein.

(133) *»Ich will dem Wertlosen keinen Wert beimessen.«*

(134) *»Lass mich die Vergebung wahrnehmen, wie sie ist.«*

Kommentar 148

28. Mai

4. Wiederholung

Das Ego-Denkensystem zeichnet sich durch eine Vielzahl von Ebenen der Verteidigung aus, um seine Wirklichkeit aufrechtzuerhalten. Die wesentliche Verteidigungsstrategie dieses Denksystems besteht in der Verschleierung dessen, was ich BIN. Es unterscheidet dabei strikt zwischen Angriff und Verteidigung. Der Angriff, gegen den die Verteidigung notwendig ist, kommt indes immer von außen. Da ich mich innerhalb des Ego-Denkensystems mit einem abgegrenzten Selbst identifiziere, welches beschützt und verteidigt werden muss, bemerke ich so nicht, dass jede Verteidigung ein Angriff auf mich selbst ist und meine Identifikation mit einem illusionären Selbst nur noch mehr festigt.

Ein besonders wirkungsvolles Gebiet der Verteidigung bieten Krankheiten jeglicher Art. Sie zeigen mir, wie verletzlich »ich« bin. Die Heilmittel der Welt (*Ein Kurs in Wundern* nennt sie »Magie«, vergleiche Kommentar_140) ändern nichts an meiner Identifikation, sondern ersetzen die eine Illusion nur durch eine andere: Die Symptome werden bekämpft, da sie ein Angriff auf »mich« sind. Krankheit ist somit ein Dauerkriegszustand: Sobald die eine Krankheit »besiegt« ist, scheint schon die nächste mit noch verheerenderen Folgen zu entstehen. Eine ganze Garnison von Krebszellen, Bakterien, Viren, Pilzen, Pollen und Parasiten hat es Tag und Nacht auf mich abgesehen.

Ich habe noch nicht voll akzeptiert, dass Krankheit nur im Geiste geschieht, denn mein Angstniveau ist immer noch sehr hoch. Lieber begnüge ich mich mit einem scheinbaren Waffenstillstand durch die Ausschaltung meiner »Angreifer« und die Beseitigung der »durch sie« hervorgerufenen Symptome.

Das einzig wirksame Heilmittel ist das Dämmern der Erkenntnis, dass das, was ich BIN, gar nicht angegriffen werden kann.

(135) *»Wenn ich mich verteidige, werde ich angegriffen.«*

(136) *»Krankheit ist eine Abwehr gegen die Wahrheit.«*

Kommentar 149

29. Mai

4. Wiederholung

Heilung geschieht, indem ich Heilung gebe, denn durch Geben und Empfangen erfahre ich, dass meine Schein-Identifikation mit einem von allen und allem abgetrennten Selbst nicht wirklich ist. Heilung geschieht durch die Heilung des Geistes, und da dieser nicht getrennt ist, bezieht sich Heilung nicht nur auf mich, sondern gleichermaßen auf alle meine Brüder und auf die ganze Welt. Heilung kann immer nur universell sein und nicht »persönlich«. Durch die Heilung trete ich wieder in Kommunion mit GOTT und dadurch auch mit allen meinen Brüdern. GOTT gibt SEINE LIEBE unablässig: Indem ich sie empfangen und gebe, geschieht Heilung.

In einem beliebten Kanon heißt es: *»Himmel und Erde müssen vergehn, aber die Musici bleiben bestehn.«* Übersetze ich »Himmel und Erde« in »Dualität«, »die Musici« hingegen in das, was *Ein Kurs in Wundern* als »vergessenen Gesang« (siehe T-21.I.6-9) beschreibt, dann bin ich dazu bereit, IHN in allem erkennen zu wollen. Nun vermag ich, das LIED des HIMMELS zu vernehmen und zu erschauen: *»Horch und sieh, ob du dich an ein altes Lied erinnerst, das du vor so langer Zeit gekannt hast und das dir lieber war und teurer als irgendeine Melodie, die du dich selbst lieb zu haben lehrtest«* (T-21.I.7:5).

In meiner Welt der Gegensätze sehe ich die Kommunion mit GOTT und meinen Brüdern jedoch nicht. Diese vermeintlichen Gegensätze erfordern immer eine Wahl, damit Heilung geschehen kann. Hier, wo ich gerade zu sein glaube, kann es dabei nur eine einzige Wahlmöglichkeit geben: Es ist die Wahl zwischen dem Ego-Denkensystem (mit seinem Grundgedanken der Trennung) und der Wahrheit (»hier auf Erden« die Schau als Widerspiegelung des HIMMELS). Dies ist die einzige Wahl, die ich überhaupt treffen kann, weil das die einzigen Alternativen sind, die es gibt.

(137) *»Wenn ich geheilt bin, bin ich nicht allein geheilt.«*

(138) *»Der HIMMEL ist die Entscheidung, die ich treffen muss.«*

Kommentar 150

30. Mai

4. Wiederholung

»Die notwendige Bedingung für den heiligen Augenblick ist nicht, dass du keine unreinen Gedanken hast. Sie ist jedoch, dass du keine hast, die du behalten möchtest« (T-15.IV.9:1-2).

Daher ist es nicht erforderlich, dass ich meine Gedanken unterdrücke oder gar bekämpfe, weil ich glaube, dass sie mich an der Erkenntnis hindern (vergleiche Kommentar 142). Es ist nicht *meine* Aufgabe, mein Denken zu ändern. Um SEINEN Plan der Erlösung anzunehmen und ehrlich zu akzeptieren, bedarf es nur der einen Entscheidung, dass ich diese Illusionen nicht mehr will. Wenn ich einmal – warum nicht jetzt? – wirklich überzeugt davon bin, dass ich keinerlei Illusion mehr will, noch nicht einmal die schönste (auch sie hat unausweichlich das »dicke Ende« im Schlepptau), erst dann bin ich bereit, die SÜHNE für mich anzunehmen.

Und da ich nicht alleine bin, als der EINE SOHN GOTTES, teile ich dieses Annehmen der SÜHNE mit allen meinen Brüdern. Nur gemeinsam entrinnen wir der hiesigen »Hölle«, um wieder in den HIMMEL einzugehen. Die Eintrittspforte des HIMMELS ist die wirkliche Welt (vergleiche Kommentare 54, 58, 75, 129, 130, 140, 145), die Schau der Sündenlosigkeit, der Unschuld und der Angstfreiheit. Diese Schau ist hier mein Ziel, denn die Welt, die ich zu sehen und zu erleben vermeine, existiert nicht:

»Diese Welt war schon vor langer Zeit vorbei. Die Gedanken, von denen sie gemacht ward, sind nicht mehr in dem Geist, der sie sich ausgedacht hat und eine kleine Weile liebte. Das Wunder zeigt nur, dass die Vergangenheit vorüber ist, und was wahrhaft vorüber ist, hat keine Wirkungen. Sich an eine Ursache zu erinnern kann nur Illusionen ihrer Gegenwart erzeugen, nicht Wirkungen« (T-28.I.1:6-7).

Die Welt kann also nicht das Problem sein, nur meine Gedanken und mein Festhalten an Schuld sind das Problem. Sämtliche Probleme sind nicht wirklich existent. Das einzige Heilmittel, das es daher geben kann, ist meine Entscheidung für die Erlösung und das Annehmen SEINES Plans. Ich will das Wunder des heiligen Augenblicks, denn jede sonstige Form der »Heilung« mag zwar vorübergehend ein Verschwinden bestimmter Symptome bewirken, ist aber nicht von Dauer. Der Grund dafür ist, dass an der eigentlichen Ursache nichts geändert wurde: Nach wie vor halte ich meine Brüder und mich für zerbrechliche und schützenswerte Wesen, die jederzeit und allerorten durch eine neue Krankheit dahingerafft werden können. – Erlösung kann so nicht geschehen.

(139) *»Ich will die SÜHNE für mich akzeptieren.«*

(140) *»Nur von der Erlösung kann man sagen, dass sie heilt.«*

Kommentar 151

31. Mai

Heute beginnt meine Osterzeit – die Auferstehung, die Befreiung von all meinen Urteilen. Denn diese beruhen nur auf scheinbarer Gewissheit. Obwohl genügend Erfahrungen mir zeigen, dass die Beweise für meine Beurteilungen recht unsicher sind, baue ich darauf mit hartnäckiger Gewissheit. Ich bin davon überzeugt, dass diese Welt wirklich wahr ist, und ich mich als besonderes Wesen in einem ständigen Überlebenskampf befinde: dass ich angegriffen werde und mich verteidigen muss, dass Schuld und Strafe für ein Funktionieren in dieser feindlichen Umgebung unabdingbar sind, und dass alle Wesen eines Tages sterben werden. Diese – einzigen – »Beweise« für meine Urteile kommen von den Sinnen des Körpers (vergleiche Kommentar zu Lektion 2).

Schon ein einfaches Experiment zeigt mir jedoch, dass meine Sinneseindrücke keine Grundlage für irgendwelche Urteile sein können: Ich habe noch nie in meinem Leben mein Gesicht gesehen! – Sicher, ich habe Spiegelbilder gesehen, ich habe andere Menschen gesehen, die alle ein Gesicht haben, aber »mein« Gesicht habe ich noch nie gesehen! Trotzdem bin ich felsenfest davon überzeugt, ein Körper mit einem Gesicht zu sein! Vielleicht bin ich sogar stolz auf diese intellektuelle Leistung – auf Schlüssen dieser Art beruht letztendlich die gesamte Wissenschaft und kommt damit zu den erstaunlichsten Erkenntnissen ...

Letztlich »weiß« ich jedoch, dass ich gar nicht urteilen kann, einfach deshalb, weil mir die Beweise fehlen. Das Ego-Denkensystem hegt tief in seinem Inneren einen grundlegenden Zweifel. Es redet mir ein, dass es wahr ist, zweifelt selbst aber an seiner Realität. Diesen Zweifel, der allen meinen Urteilen unterliegt, verdränge ich und ersetze ihn durch unerschütterliche »Gewissheit«.

Mein wahnsinniges Denksystem will ich heute aufgeben. Denn warum soll ich mich auf die unsicheren Beweise verlassen, welche die Sinne des Körpers mir bieten, wenn es einen RICHTER gibt, dem Zweifel völlig fremd sind? Kann denn GOTT an SICH SELBST zweifeln? Wohl kaum, denn Zweifel haben bei IHM keine Bedeutung. Was liegt also näher, als alle Urteile IHM zu übergeben und das anzunehmen, was ER – geläutert – zurückgibt? ER kann alles für SEINE Zwecke nutzen, selbst meine Illusionen. ER reinigt und läutert sie von dem, was nicht wahr ist und gibt mir das Wahre als Echo zurück.

15 Minuten am Morgen und am Abend widme ich dem heutigen Leitgedanken. Ich gebe jedes Urteil, jeden Gedanken, der mir in den Sinn kommt, IHM. Im Laufe des Tages will ich mich stündlich daran erinnern, dass alle Dinge ein Echo der STIMME FÜR GOTT sind und auf SEINE ANTWORT warten.

Juni

Bisher diente mein Üben vor allem dem Aufdecken von Überzeugungen des Ego und seines Denksystems. Die Aufhebung desselben war und ist ein unumgängliches Mittel zum eigentlichen Zweck, meinem letztendlichen Lernziel. Nun bereite ich mich auf etwas vor, das weit über mein bisheriges Üben hinausgeht.

Es stehen keine Techniken und Methoden mehr im Vordergrund, denn mittlerweile habe ich gelernt, dass Vergebung keine »Technik« ist, sondern viele Formen annehmen kann – abhängig von der jeweiligen Situation. Ich wende mich an IHN, in welcher Form auch immer dies zum Ausdruck kommt.

Kommentar 152

1. Juni

GOTT hat die Welt nicht gemacht. Dies ist eine der heutigen Kernaussagen. Sie folgt aus der Tatsache, dass nur die Wahrheit wahr ist und dass nichts anderes wahr sein kann (3:1). Das mag sich abstrakt anhören, aber es zeigt mit zwingender Logik, dass die Wahrheit kein Gegenteil haben kann und dass nichts wahr ist, was wie SEIN Gegenteil erscheint. SEINE Schöpfung kann nicht im Widerspruch zu IHM sein, darin ist kein Kompromiss möglich.

Die Welt ist meine Vorstellung und als solche habe ich sie gemacht. Es ist keine Arroganz, dies zu sagen. Arroganz wäre die Annahme, dass GOTT das Chaos gemacht und SEIN Gegenteil erschaffen hätte. Arroganz wäre der Glaube daran, dass ich ein Zerrbild GOTTES und ein Zerrbild meiner Brüder sowie ein Zerrbild dessen, was ich für mich halte, machen könnte. Arrogant wäre es, wenn ich diese Bilder für wirklich erklären würde.

Demut hingegen ist das Übernehmen meiner Verantwortung für diese Schein-Wahrheiten. Dies ist jedoch kein »Schuldeingeständnis«, denn nichts würde dem WILLEN GOTTES ferner liegen, DER nur SEINEN unschuldigen SOHN kennt und DER nur mein vollkommenes Glück will (vergleiche Ü-I.101). – Es ist vielmehr das Eingeständnis, dass es nur eine einzige Wahrheit geben kann. Gleichzeitig ist dies meine Erlösung.

Wenn ich dazu fähig bin, ein komplexes und nahezu perfektes Gebilde wie die Welt zu erzeugen, wenn ich in der Lage bin, mich so stimmig und überzeugend für Verlust, Schmerz und Tod entscheiden zu können, dann habe ich auch die Macht, mich anders zu entscheiden, indem ich mein »Machwerk« wieder aufhebe. Im Textbuch heißt es dazu: *»Das Geheimnis der Erlösung ist nur dies: dass du dir dieses selber antust«* (T-27.VIII.10:1).

Ein wesentliches Lernziel des Kurses ist die Unterscheidung zwischen dem, was gleich und dem, was verschieden ist, zwischen dem, was wahr und dem, was unwahr ist. Denn immer noch denke ich in Kategorien von gut und böse, richtig und falsch und »entscheide« dementsprechend. Jedoch lerne ich mehr und mehr, dass meine Urteile gar nicht gefragt sind. Schienen sie doch so wichtig zu sein für mein »Funktionieren« und für meine »Wahrheit«!

So beginne ich langsam, SEIN URTEIL anzunehmen, denn es gibt kein anderes. Ich tu also »mein Bestes« – und ich lasse IHN den Rest erledigen. Irgendwann werde ich feststellen, ER kocht das Essen, kümmert sich um die Kinder, schafft das Geld heran und macht alles, was notwendig erscheint. Damit habe ich Zeit, meine eine Funktion wahrzunehmen und mich für die Wahrheit zu entscheiden.

In den zwei Übungszeiten am Morgen und am Abend bekräftige ich die Tatsache, dass ich die Macht zur Entscheidung habe. Und dass ich die Macht nutze, mich als das zu akzeptieren, als was ER mich schuf (11:3-4). Ich verbringe eine Weile damit, meine Selbstkonzepte aufzugeben und bin still, um auf SEINE ANTWORT zu warten.

Kommentar 153

2. Juni

Wir sind die Sklaven einer Welt der Bedrohungen. Um uns herum gibt es tausend Gründe für ständige Panik, die nur künstlich unter Kontrolle gehalten wird. Ist das vielleicht maßlos übertrieben? – Nun, ich schaue mir einen kleinen Ausschnitt des »Bedrohungspotenzials« an. Und schnell werde ich fündig: treulose Partner, renitente Kinder, rücksichtslose Nachbarn, vermehrte Wohnungseinbrüche und Überfälle, neue Krankheitserreger, Anstieg der Arbeitslosigkeit, finanzielle Probleme, Hunger der Welt, Klima- und Naturkatastrophen, Religionskriege, vermeidbare Flugzeugabstürze, betrunkene Autofahrer, verdorbene Lebensmittel, schädliche Inhaltsstoffe in der Nahrung, tatsächliche oder angebliche Erderwärmung, vernichtende Wirtschaftskrisen und Aktiencrashes, gewissenlose Politiker – und so vieles mehr.

»Das Empfinden der Bedrohung, dem die Welt Vorschub leistet, ist so viel tiefer und geht so weit über die Raserei und die Intensität hinaus, die dir vorstellbar sind, dass du keine Ahnung hast von der ganzen Verheerung, die es angerichtet hat« (4:3). Mir war noch nicht einmal halbwegs bewusst, wie weitgehend dieses permanente Gefühl der Bedrohung ist!

Gegen all die möglichen Bedrohungen errichte ich Verteidigungslinien und merke somit überhaupt nicht, wie die Kreise von Angriff und Verteidigung den Geist versklaven. Aber – ich habe die Wahl: Will ich dieses Spiel von Macht und Ohnmacht weiter spielen, oder will ich mich nicht viel lieber mit SEINER Stärke verbinden, die mir zeigt, dass der immense Verteidigungsaufwand gar nicht erforderlich ist, weil ich nicht angegriffen werden kann? Will ich wirklich die Befreiung aus diesem Albtraum von Angriff und Verteidigung? Ich stelle mir vor, wie es wäre, wenn alle diese Anstrengungen nicht notwendig wären – und die Wahl ist einfach.

Heute führt *Ein Kurs in Wundern* eine neue Praxis ein, der nicht mehr das Drillmäßige der vergangenen Übungsanleitungen zu eigen ist. Die Struktur wird gelockert, die Übungen werden mehr und mehr zu einer freudigen Begegnung mit IHM. Diese Praxis wird nun bis zum Ende des ersten Teils des Übungsbuches beibehalten und in den folgenden Lektionen nicht mehr besonders erwähnt.

Die beiden längeren Übungszeiten am Morgen und am Abend behalte ich bei, aber sie haben keine feste Zeit: Es können fünf Minuten sein oder eine halbe Stunde. Ich wende mich an IHN, um mir zeigen zu lassen, was der heutige Leitgedanke bedeutet: Will ich SEINE Sicherheit, die sich in meiner Wehrlosigkeit zeigt? Dabei lasse ich mich von IHM tragen, ohne mich einzumischen.

Die stündlichen Zeiten sind ähnlich aufgebaut, nur kürzer. Regelmäßigkeit ist angebracht, solange ich mein Zusammensein mit IHM noch nicht zu meiner zweiten Natur gemacht habe. Mit zunehmender Übung gibt es jedoch für eine regelmäßige Struktur keine Notwendigkeit mehr, da ich mich in *jeder* Situation an IHN wende. Das ist das Ziel, zu dem die Kurspraxis führt.

Kommentar 154

3. Juni

In dieser Welt habe ich eine Funktion. Heute wird sie wieder etwas näher spezifiziert und mit dem bereits angesprochenen Prinzip des Gebens verbunden (vergleiche Lektionen 105, 108 oder 126). Meine Funktion kommt nicht von mir, denn ich habe keinen Überblick über SEINEN Plan, kenne ich ja noch nicht einmal meine eigenen Stärken und Schwächen. ER aber kennt mich ganz genau und weiß, wie und womit ich meine Funktion erfolgreich ausfüllen kann. Und so werde ich zum Botschafter GOTTES, indem ich SEINE Botschaft gebe, wie ER es für mich bestimmt hat.

Ich empfangen SEINE Botschaft, gebe sie und verstehe sie dadurch. Ich behalte sie nicht für mich. *Ein Kurs in Wundern* leitet nämlich nicht zu individueller Spiritualität und persönlicher Erleuchtung an (siehe auch die Kommentare zu 69 und 139). Der Kurs dient vielmehr dazu, die Welt zu erlösen, und nicht den individuellen Menschen. Es reicht also nicht aus, nur SEINE STIMME zu hören: Ohne SEINE Botschaft zu geben, bleibe ich der Illusion meiner Individualität verhaftet und bemerke nicht, dass SEINE STIMME die MEINE ist, die ER SEINEM geliebten EINEN SOHN geschenkt hat.

Es gibt nur EINE wirkliche STIMME: *»Das Prinzip der SÜHNE und die Trennung begannen zur selben Zeit. Als das Ego gemacht wurde, legte GOTT den Ruf nach Freude in den Geist. Dieser Ruf ist so stark, dass sich das Ego immer auflöst, wenn er ertönt. Deshalb musst du dich entscheiden, eine von zwei Stimmen in dir zu hören. Die eine hast du selbst gemacht, und diese stammt nicht von GOTT. Die andere aber ist dir von GOTT gegeben, DER dich bittet, nur auf sie zu hören. Der HEILIGE GEIST ist in einem ganz buchstäblichen Sinn in dir. SEIN ist die STIMME, die dich dorthin zurückruft, wo du vorher warst und wieder sein wirst«* (T-5.II.3.1-8).

Zunächst sieht die Funktion des Botschafters so aus wie die Rolle eines Missionars, der die frohe Botschaft in die Welt hinaus trägt und jedem predigt, der es hören will – oder auch nicht. Davon ist *Ein Kurs in Wundern* weit entfernt. ER kennt meine Stärken und Schwächen, und daher weiß ER auch, in welcher Form SEINE Botschaft am besten durch mich weitergegeben werden kann. Dies kann in Worten oder durch Handlungen geschehen – ER bestimmt, auf welche Weise. Und ich diene IHM gern.

Das Geben SEINER Botschaft ist der Schwerpunkt dieser Lektion. Ohne, dass ich die Botschaft gebe, kann das Ziel des Kurses nicht erreicht werden. Damit ist auch gemeint, dass die Leitgedanken angewendet werden müssen, denn es sind keine Glaubenssätze oder Affirmationen, die intellektuell verstanden werden (vergleiche *»Die Praxis«*). Das Verstehen geschieht, indem ich auf SEINE STIMME höre *und* die Botschaft gebe.

Dementsprechend konzentriere ich mich heute auf den Gedanken, dass ich Botschafter und Diener zugleich bin. Ich habe die Mittel, SEINE Botschaft zu geben, und allein dadurch erkenne ich, dass ich frei bin. Mit diesem Gedanken komme ich zu IHM und verbringe die Zeit mit IHM, um mich lehren zu lassen, was meine Funktion ist.

Kommentar 155

4. Juni

Was muss ich verändern, wenn ich einem spirituellen Pfad folge? Muss ich mich anders verhalten? Ist es notwendig, mich anders zu kleiden oder mir die Haare abzuscheren? Darf ich keine Tiere mehr töten (lassen) und muss ich mich vegetarisch ernähren? Ist es notwendig, dass ich auf weltliche Dinge zunehmend verzichte und in selbst gewählter Armut und Keuschheit lebe? Darf ich zum Beispiel als Frau (oder gegebenenfalls auch als Mann) keine Miniröcke mehr tragen und ist Schminken verboten? Muss ich auf das achten, was ich sage und darf ich mich nur noch »spirituell korrekt« ausdrücken?

Viele Wege verlangen das eine oder andere davon, *Ein Kurs in Wundern* tut das nicht. »*Du veränderst deine Erscheinung nicht, obschon du öfter lächelst*« (1:2). Das Lernprogramm des Kurses vollzieht sich in meinem Inneren und wirkt von dort aus in der Welt – ohne eigenes Zutun durch meine Aktivitäten. Das heißt nicht, dass ich nichts tue, es heißt aber, dass ich nichts aus mir selbst heraus tue.

Die Welt wurde dazu gemacht, die Wahrheit durch Illusionen zu ersetzen. Stelle ich nun fest, dass dies überhaupt nicht möglich ist, und dass ich die Folgen dieser Entscheidung nicht will, dann trete ich zurück und überlasse der Wahrheit die FÜHRUNG. Eine andere Wahl gibt es nicht. Der Kurs verlangt nicht radikal von mir, die Welt aufzugeben, denn das erzeugt nur Ängste und ein Gefühl von Verlust. Ich glaube nun einmal an die Wirklichkeit der Welt, sonst wäre ich nicht hier.

Mit dem Kurs wird deshalb ein sanfter Mittelweg eingeschlagen: »*Es gibt eine Art, in dieser Welt zu leben, die nicht hier ist, auch wenn sie es zu sein scheint*« (1:1). Ich lebe also weiterhin in der Welt, lasse ihr aber einen anderen Zweck geben. ER kann die Welt für SEINE Zwecke nutzen, um mich sanft zu erlösen und zu meiner QUELLE zurück zu führen. Alles, was ich demnach »tun« muss, ist, die Wahrheit zu meinem Führer in der Welt werden zu lassen. Die Wahrheit geht voran und ich folge. Dadurch werde ich zu SEINEM Boten, wie ich es in der gestrigen Lektion gelernt habe.

Um mich von IHM führen zu lassen, beschließe ich zurückzutreten, denn SEIN Plan und SEINE STIMME sollen mir konkret sagen, was ich wann und wo und mit wem in dieser Welt tun soll (vergleiche T-2.V.A.18). So verbringe ich heute die längeren Zeiten mit IHM, indem ich diesen Gedanken in mir trage und mit IHM teile. Und stündlich will ich mich an IHN wenden, um mich für die vergangene Stunde zu bedanken und um SEINE Anleitung für die folgende Stunde zu bitten.

Kommentar 156

5. Juni

Kann das Meer beschließen, vom Wasser getrennt zu sein? Kann sich ein Gedanke von dem Geist trennen, der ihn gedacht hat? An vielen Stellen des Textbuches und in vielen Lektionen, wie auch in der heutigen, betont der Kurs: *»Gedanken verlassen ihre Quelle nicht«* (1:3; vergleiche auch: T-19.IV.C.2; T-26.VII.4,13; Ü-I.45.2-3; Ü-I.85.3; Ü-I.132.5,10). Hat der Geist eine Idee, kann sich diese nicht von ihm trennen. Sie bleibt in dem Geist, der sie gedacht hat. Losgelöst vom Geist haben eine Idee oder ein Gedanke keine Bedeutung.

Ich BIN ein GEDANKE GOTTES. Daher kann ich nicht getrennt von IHM leben: GOTT ist das EINE LEBEN. Kein Lebewesen kann außerhalb des einzig wahren Lebens existieren: Alles ist EINS in IHM. Jedes Lebewesen teilt SEINE Eigenschaften, denn jede SEINER Eigenschaften muss geteilt werden von allem, was lebt (siehe 3:2), denn *»da, wo ER ist, muss sowohl Heiligkeit sein als auch Leben«* (3:1).

Jedes Lebewesen teilt SEINE HEILIGKEIT mit IHM. Was empfinde ich bei diesem Gedanken? Widerstand! – Ich soll heilig sein? Und ausgerechnet der Bruder, der mich gerade erst verletzt und gekränkt oder auf sonst eine Weise geschädigt hat, der soll SEINE HEILIGKEIT mit IHM teilen? Eine Kette von Gedanken geht mir durch den Kopf, die rechtfertigen will, dass weder ich noch er heilig sein können! Es ist genau diese Gedankenkette mit ihren Begründungen, die das Licht verbirgt, das ich BIN und das mein Bruder IST. Sie ist das Ergebnis beständigen Trainings und erheblicher Lernaufwendungen im Ego-Denkensystem. Das Ergebnis dieser Gehirnwäsche besagt: *»Ich bin ein Sünder, beladen mit Schuld, genau wie meine Brüder«*. *Ich armer Mensch, ich Sündenknecht* – so heißt nicht von ungefähr eine berühmte Kantate von Johann Sebastian Bach (BWV 55).

Was ist das Heilmittel für dieses sorgfältig gelernte Ego-Denkensystem? Ein Mittel wird mir in der heutigen Lektion angeboten: die Erinnerung an die Wahrheit. *»Wer geht mit mir? Diese Frage sollte man tausendmal am Tag stellen, bis die Gewissheit dem Zweifel ein Ende gesetzt und den Frieden begründet hat«* (8:1-2). Dann höre ich auf SEINE ANTWORT: *»Ich gehe mit GOTT in vollkommener Heiligkeit. Ich erhelle die Welt, ich erhelle meinen Geist und jeden Geist, den GOTT als eins mit mir erschaffen hat«* (8:5-6).

Kommentar 157

6. Juni

Mit der heutigen Lektion erfährt der Lehrplan einen Wendepunkt: *»Heute lernst du, die Freude des Lebens zu empfinden«* (1:6). Heute kommt eine neue Erfahrung, die mir zeigt, was die vergangenen Lektionen bedeuten und die mich auf die folgenden Lektionen vorbereitet. Diese Erfahrung schenkt mir einen Hauch des HIMMELS. Sie lässt mich einen Blick werfen auf das, was jenseits des Lernens liegt und lässt mich die Zeit für eine kleine Weile verlassen.

In den heutigen längeren Übungsphasen – welche, wie bereits gesagt, morgens und abends so lang wie nötig sein dürfen: *»Fünf Minuten werden jetzt zum wenigsten [...]. Zehn wären besser, fünfzehn Minuten gar noch besser. Und in dem Maße, in dem keine Ablenkung mehr auftritt [...], stellen wir fest, dass eine halbe Stunde als Zeit, die wir mit GOTT verbringen, zu kurz ist«* (Ü-I.153.15:3-5) – wiederhole ich im Geiste den heutigen Leitgedanken, dass ich jetzt in SEINE GEGENWART eingehen möchte. Dann warte ich *»in schweigender Erwartung und stiller Freude«* (4:3) auf SEINE Anleitung und die Erfahrung, die ER versprochen hat.

Durch diese Erfahrung lerne ich, die Welt und meine Brüder mit anderen Augen zu sehen. *Ein Kurs in Wundern* bezeichnet dies als »Schau« (vergleiche Kommentare 15, 29, 30, 37, 38, 42, 43, 56, 59, 60, 64, 78, 108, 132, 157), mittels der die wirkliche Welt gesehen wird (siehe auch T-13.VII). Die äußere Welt hat sich dabei nicht verändert, aber ich sehe sie anders. Diese Schau, zaghaft und unsicher zunächst, ist das Ziel des Kurses, denn ich kann sie der Welt geben. Und indem ich sie gebe, habe ich sie. Meine sonstigen Erfahrungen hingegen sind persönlicher Natur und können nicht gegeben werden, nur die Schau ist das, was ich gebe, denn *»damit rückt die Welt, in die du jetzt zurückkehrst, dem Ende der Zeit ein wenig näher, wird sie in ihrer Art dem HIMMEL ein wenig ähnlicher«* (7:1).

Während der heilige Augenblick meiner Begegnung mit IHM weder gelernt noch gelehrt wird, kann die Schau als Erinnerung daran gegeben werden. Sie wird bei mir bleiben, ist aber nicht zu verwechseln mit der Wahrheit des HIMMELS, auch wenn es innerhalb der Illusion von Zeit und Raum einen »letzten« heiligen Augenblick geben wird, der die Schau transzendiert, nämlich dann, wenn restlos alles vergeben ist. GOTTES SOHN ist unschuldig! Dies ist die Voraussetzung für das Erkennen SEINES LETZTEN URTEILS.

Zu jeder vollen Stunde will ich erneut den Leitgedanken anwenden – mein »GOTTES-Dienst« beschränkt sich damit nicht nur auf die »Auszeiten« am Morgen und am Abend. Diese regelmäßige Wiederholung lässt mich das Gelernte auf den Alltag und jede Situation darin ausdehnen.

Kommentar 158

7. Juni

Erkenntnis ist vollkommene Gewissheit. Sie steht keinerlei Deutung offen und bezeichnet in *Ein Kurs in Wundern* den Zustand des HIMMELS. Sie enthebt den Geist jeglichen Fragens: Der erkennende Geist fragt nicht, er weiß. Erkenntnis wurde jedem Geist, jedem Lebewesen gegeben, denn Erkenntnis IST. Erkenntnis ist LEBEN, ist SEIN. Daher kann der Geist Erkenntnis nicht verlieren.

Erkenntnis ist demnach nicht das Ziel des Kurses, da sie in einer Welt der Wahrnehmung überhaupt nicht möglich ist, sie ist außerhalb der Zeit. Daher kann Erkenntnis nicht gegeben werden – sie ist ja bereits jedem Lebewesen zu eigen. In der Welt jedoch wird Erkenntnis durch die Schau widerspiegelt, und diese kann sehr wohl gelehrt und gegeben werden. Der Kurs nennt es Vergebung. Sie ist sein Thema.

Der einzige Ausweg für mich ist deshalb der HEILIGE GEIST, die STIMME GOTTES. ER ruht in der Wahrheit und nimmt andererseits die Illusion wahr, ohne allerdings an sie zu glauben. SEINE Funktion ist Vergebung. Hiermit lehrt ER mich, wie ich mein Denken umkehren und meine Fehler verlernen kann. Die Vergebung nimmt wahr, dass das, wovon ich dachte, mein Bruder habe es mir angetan, nicht geschehen ist. Sie verzeiht keine Sünden und macht sie nicht wirklich, sondern sieht einfach, dass die Sünde nicht wahr ist – und lässt sie deshalb los. Was dann frei ist, ihren Platz wieder einzunehmen, das ist der WILLE GOTTES.

SEINE Schau sieht keine Trennung und so sieht sie keine verschiedenen Lebewesen und damit auch keine Körper. Sie schaut auf meinen Bruder und sieht keine Sünde. Dies ist, was ich gebe, um mich SELBST wiederzuerkennen. Indem ich die Illusion über meinen Bruder infrage stelle und SEINE berichtigende ANTWORT akzeptiere, erfahre ich das Wunder: Ich gebe meinem Bruder seine Sündenlosigkeit zurück, um meine eigene Sündenlosigkeit zu sehen. Denn – wie ich gebe, so empfangen ich.

Die Offenbarung der Wahrheit, die Erinnerung an das, was ich wirklich BIN, steht fest. Auch der Zeitpunkt steht fest, der Geist, MEIN GEIST, hat ihn bereits festgelegt, denn *»Zeit ist ein Kunstgriff, ein Taschenspielertrick, eine Riesenillusion«* (4:1). Die Welt ist bereits geschehen und ich lasse sie nur im Geiste Revue passieren. Jede Gelegenheit der Vergebung bringt mich jedoch diesem Zeitpunkt ein wenig näher. Mein Kursziel ist also nicht das endgültige Zurückkehren in die Erkenntnis, sondern die Schau der wirklichen Welt, indem ich sie jedem meiner Brüder anbiete.

Heute übe ich, meinen Brüdern die Schau zu geben, indem ich sie nicht als Körper sehen will. Hierbei lasse ich mich sowohl morgens, als auch abends – und auch während der stündlichen Wiederholungen – durch SEINE Anweisung führen.

Kommentar 159

8. Juni

Der Leitgedanke der heutigen Lektion ist nahezu identisch mit dem der gestrigen. Gestern lernte ich zu geben, wie ich empfangen, heute gebe ich die Wunder, die ich im heiligen Augenblick empfangen habe. Hier wird die weitere Praxis des Kurses deutlich: In den längeren und kürzeren Übungszeiten komme ich in Kontakt mit meinem SELBST und erfahre, was der Kurs als »heiligen Augenblick« (vergleiche Kommentare zu Lektion 132, 150 und 157) bezeichnet. Erfahrungen kann ich zwar nicht geben, Wunder aber schon.

Der Kontakt mit dem SELBST ist buchstäblich mein »Schatzhaus« für die Welt. Hier begegne ich IHM auf meinem »inneren Altar«, hier finde ich, was einzig wertvoll ist. Es unterliegt keinen Illusionen und daher kann ich es der Welt als Wunder weitergeben.

Meine Schätze für die Welt sind also die Wunder, die auf CHRSTI Schau beruhen, denn diese Schau ist das eine Wunder, dem alle anderen Wunder entspringen. CHRSTI Schau ist die Betrachtung der wirklichen Welt, sie ist das Wunder, das meine Einheitserfahrung zum Ausdruck bringt und das gegeben werden kann. *»CHRISTI Schau ist der heilige Boden, in dem die Lilien der Vergebung ihre Wurzeln schlagen«* (8:1). Aus diesem Wunder heraus kann ich die Vergebung meinen Brüdern anbieten.

Eine Lilie, als Symbol für die Unschuld, welche der Verkündigungengel Maria überreicht, ist ein beliebtes Motiv für Weihnachtskarten. Manch alter und neuer Meister hat die Lilie dabei schon fürsorglich eingetopft – sie kann jedoch in niemand anderem als mir Wurzeln schlagen. *Ein Kurs in Wundern* richtet sich an *mich*.

Meine heutige Übungspraxis unterscheidet sich nicht von derjenigen der vorhergehenden Lektionen: Ich nutze den Leitgedanken, um still zu werden und in der Stille meinen inneren Altar zu erreichen, und damit das Schatzhaus, welches bereits alle Wunder beinhaltet. Hier erfahre ich, dass mir bereits alles gegeben ist. Diese Erfahrung des heiligen Augenblicks drückt sich in der Welt als Kontemplation aus, was von seinem lateinischen Ursprung *contemplare* her nichts anderes heißt als »anschauen« oder »betrachten«: Der Kurs nennt es Schau (siehe oben und Kommentare gestern und vorgestern). Die Wunder, die diese Schau hervorbringt, will ich jedem meiner Brüder geben.

Kommentar 160

9. Juni

Was ist der Gegensatz zwischen dem Gefühl von Angst und dem Empfinden, zu Hause zu sein? Das ist wohl klar ersichtlich. Heute will ich das jedoch nicht nur verstehen, sondern auch erfahren. Gefühle des Ärgers, der Einsamkeit oder der Hilflosigkeit sind nicht nur einfache Gefühle, die auftauchen und wieder verschwinden. Es sind Formen der Angst. Alles, was nicht unbedingte Freude oder bedingungsloses Glück ist, bezeichnet der Kurs als Angst. Ego und Angst sind identisch, denn was ich als unangenehm empfinde, ist die Identifikation mit diesen Gefühlen. Ich sage nicht, dass da dieses oder jenes Gefühl ist, sondern ich sage: »Ich bin verärgert!«, »Ich bin einsam!« oder: »Ich bin hilflos!«

Ich bin jedoch nicht das Ego. Ich bin nicht diese wechselhaft auftauchenden und wieder verschwindenden Gefühle. Ich bin nicht die Gedanken, die diese Gefühle hervorrufen. Aber ich identifiziere mich damit. Damit gebe ich das auf, was ich wirklich BIN und ersetze es durch Angst. Ich lasse zu, dass »ein Fremder« meinen Platz einnimmt und mich aus meinem angestammten Zuhause verdrängt. Und ich bemerke es noch nicht einmal.

Heute stelle ich die Erfahrung der Angst und die Erfahrung des zu Hause Seins einander gegenüber. Ich stelle mir vor, ich sei tief in mir daheim, unabhängig von allen äußeren Erscheinungen und Ereignissen. Ich BIN bei GOTT und ER umhüllt mich vollständig mit SEINER LIEBE. ER gibt mir ein Gefühl der absoluten Sicherheit und Geborgenheit, der Gemeinsamkeit und Zugehörigkeit, der Anerkennung und des bedingungslosen Geliebtheits. Ich fühle mich wohl behütet und in Frieden.

Nun betrachte ich die Formen der Angst, welche versuchen, den Frieden meiner inneren Heimat zu zerstören. Sie kämpfen um Einlass und klopfen an der Tür meines Geistes an – aber sie können nicht herein! Dennoch stelle ich fest, dass ich diesen Gefühlen immer wieder Macht gebe und dass ich immer wieder damit einverstanden bin, meine Ängste und Sorgen als eine »natürliche« Reaktion auf die Ereignisse der Welt zu sehen. Ich lasse mir von ihnen vermitteln, getrennt von meinem Zuhause zu sein, hier in dieser Welt – und damit getrennt von GOTT und von meinem wahren SELBST. Ich habe die Angst meinen Platz einnehmen lassen.

Nun stelle ich die Frage: *»Wer ist der Fremde?«* (4:1). Ist es die Angst in ihren vielfältigen Formen oder bin ich es? Was ist die Lüge und was ist die Wahrheit, wer ist zu Hause und wer ist außerhalb – das, was ich BIN oder das, was ich nicht bin, das Ego, die Angst?

Ich höre auf SEINE ANTWORT, die in meiner Frage schon enthalten ist, und sinke tief in meinen Geist, zu dem einzigen Platz, der hier mein Zuhause ist. Dankbar erinnere ich mich dort daran, was ich in Wirklichkeit BIN: EINS mit meinem SCHÖPFER.

Kommentar 161

10. Juni

»Vollständige Abstraktion ist der natürliche Zustand des Geistes« (2:1). Dieser Zustand hat jetzt, wo ich nur das Konkrete sehe und nur auf Fragmente des Ganzen schaue, für mich keinerlei Bedeutung. Aussagen wie »Alles ist eins« werden in Diskussionen zwar gerne als »Argument« genutzt, weil sie gerade modern sind, aber das ist nur ein Nachplappern von Aussagen, die irgendwo gelesen oder gehört worden sind. Sie bleiben »leere Töne« (vergleiche 4:6).

Was kann ich mir unter »vollständiger Abstraktion« vorstellen? Eigentlich nichts, denn Vorstellungen sind immer konkret. Um eine Ahnung davon zu bekommen, könnte ich folgendes Gedankenexperiment durchführen: Ich betrachte einen roten und einen grünen Apfel. Eine erste Abstraktion besteht darin, sie einfach nur als »Äpfel« – und nicht als zwei unterschiedliche Dinge – anzusehen. Nun lege ich noch eine Birne hinzu und abstrahiere weiter: Es handelt sich um »Obst«. Dazu noch ein Stück Käse und ich abstrahiere: »Lebensmittel«. Diese Abstraktionen führe ich weiter und setze sie für alles, was ich wahrnehme, denke oder mir vorstellen kann, fort. Nichts davon ist ein unterscheidbares Ding, sondern wird abstrahiert, also als Ganzes gesehen. Dann habe ich immer noch nicht die »vollständige Abstraktion« begriffen, aber möglicherweise eine Ahnung davon.

Da ein Teil des Geistes sich in einem unnatürlichen Zustand befindet, weil er konkret denkt, kann auch nur das Konkrete genutzt werden, um Vergebung, meine einzige Funktion hier, zu üben. Konkretisierung führt zu Symbolen, und da Symbole Trennung bedeuten (das ist schließlich das Wesen von Symbolen), sind es Symbole für Angst. Angst an sich hat keinerlei Bedeutung, aber da ich sie an Symbolen festmache, *gebe* ich ihnen Bedeutung. Eines der wesentlichen Symbole, die ich zum Zwecke der Angst nutze, sind Körper. Ich identifiziere mich mit einem Körper und sehe alle meine Brüder als Körper. »*Körper greifen an, der Geist aber nicht*« (6:1). Ärger, Furcht oder Hass müssen immer konkret sein, es muss ein Ding (Symbol) geben, das angreift oder angegriffen werden kann – und das ich als wirklich ansehen kann.

Daher will ich heute über diese Symbole hinaus schauen und mich meinem natürlichen Zustand annähern, indem ich eines der Symbole auswähle und darum bitte, es anders zu sehen. »*Ein Bruder ist alle Brüder. Jeder Geist enthält alle Geister, denn jeder Geist ist eins*« (4:1-2). Sehe ich die Wahrheit in einem meiner Brüder, sehe ich sie in allen und auch in mir. Also wähle ich einen meiner Brüder aus, der mir gerade in den Sinn kommt, und betrachte sehr konkret, was ich in ihm sehe: seinen Körper, sein Äußeres, sein Verhalten, die Gefühle, die er in mir auslöst. Ich stelle fest, dass ich nicht DAS in ihm sehe, was er wirklich IST: mein Erlöser. Denn er erinnert mich daran, dass ich ein Symbol aus ihm gemacht und die verschiedenen Formen der Angst auf ihn projiziert habe. Also bitte ich ihn: »*Gib mir deinen Segen, heiliger SOHN GOTTES*« (11:7), denn ich will mit CHRISTI Augen auf ihn schauen und SEINE vollkommene Sündenlosigkeit sehen, die die meine ist. Ich warte still auf SEINE Antwort, wobei ich den Gedanken als Leitlinie nutze.

Kommentar 162

11. Juni

Wie erkenne ich die Wahrheit über das, was ich gemeinsam mit allen Lebewesen BIN? Wodurch akzeptiere ich die Unschuld aller meiner Brüder und meine eigene? Wie erkenne ich GOTT als meinen SCHÖPFER und meine QUELLE an? Wie lasse ich die Vergangenheit und ihre Projektion auf die Zukunft los? Wie vergebe ich alle Formen und Ereignisse der Welt?

Solange da noch ein »Selbst« als angenommene Wirklichkeit existiert, das sich einordnet, als Entscheider betrachtet, als Handelnden ansieht, vergibt oder nicht vergibt, auf die Stimme des Egos oder des HEILIGEN GEISTES hört, mit irgendetwas anfängt oder wieder aufhört, geboren wurde und sterben wird, bleibt nur eines zu tun – zu vergeben, immer wieder aufs Neue.

Bis das »Selbst« merkt, dass es nichts zu tun braucht, und damit auch als Vorstellung nicht mehr benötigt wird, sodass es selbst vergeben werden kann.

Es bedarf nur eines einzigen Gedankens, der die Wahrheit zum Ausdruck bringt. Dieser Gedanke ist die am meisten wiederholte Aussage im ganzen Kurs, er wurde bereits in den Lektionen 94 und 110 vorgestellt. Im Textbuch (Kapitel 31.VIII.5:1) wird er als »glückliche Gewohnheit« bezeichnet, mit der ich auf alle Versuchungen reagieren kann. Es ist die einfache Anerkennung einer einfachen Tatsache, die die Wahrheit bringt:

»Ich bin, wie GOTT mich schuf« (T-31.VIII.5:2).

»Heilig ist fürwahr, wer sich diese Worte zu eigen macht, sich mit ihnen in seinem Geist erhebt, sie sich tagsüber ins Gedächtnis ruft und sie nachts mit sich in den Schlaf nimmt« (3:1). Dieser eine Gedanke genügt, weitere Gedanken sind nicht erforderlich. Denn in diesem einen Gedanken ist die gesamte Zielsetzung des Kurses vereint. Er ist die ANTWORT auf alles, was mir zu widerfahren scheint, auf alle Vorstellungen, die ich von mir und meinen Brüdern habe. Dieser GEDANKE, diese ERINNERUNG, erlöst die Welt. Und mich mit ihr.

In den heutigen längeren und kürzeren Übungszeiten nutze ich nur diesen einen Gedanken. Ich öffne mich SEINER Antwort auf meine Bitte hin, mir die Wahrheit dieses einen Gedankens zu zeigen. Jegliche Vorstellungen, jegliche Abschweifungen und jegliche Gefühle, die während der Übungszeiten meinen Geist stören sollten, betrachte ich kurz im Lichte dieses Gedankens und bitte IHN, mir stattdessen diese eine Wahrheit zu offenbaren. Allen Zweifeln und Überlegungen begegne ich ruhig mit diesem einen Gedanken. So werde ich still und warte – auf SEINE EINE ANTWORT.

Kommentar 163

12. Juni

Im ersten Satz der Lektion heißt es: *»Der Tod ist ein Gedanke, der viele, oft unerkannte Formen annimmt«*. Und dieser (Todes-)Gedanke ist das Gegenteil des Lebens. Der Tod kann nicht existieren. Dabei bezieht sich *Ein Kurs in Wundern* jedoch nicht auf den Körper, obwohl ich sofort daran denke, wenn vom Tod die Rede ist. Der Körper kann sowieso nicht sterben, da er überhaupt nie gelebt hat, er ist nichts anderes als ein Fantasiegebilde. Dennoch und gerade deshalb ist jede Sorge um den Körper eine Form des Gedankens an den Tod, denn ich sage damit aus, dass »ich« sterbe, wenn ich nicht aufhöre zu rauchen, mich nicht gesund ernähre oder nicht endlich abnehme. Ich drücke damit meinen Wunsch aus, etwas anderes zu sein als das, was ich wirklich BIN.

Jeder Ärger, jede Unzufriedenheit, ist eine Form des Todesgedankens, denn ich will, dass etwas aufhört oder in irgendeiner Form anders sein muss. Ich will irgendetwas loswerden. Auch Beklommenheit, Zweifel, Angst oder Neid sind somit bestimmte Formen des Gedankens an den Tod. Nur der Tod gibt mir die Hoffnung, dass alles einmal enden wird und um wenigstens diese scheinbare Sicherheit nicht aufzugeben, gehe ich in meiner vermeintlichen Not Kompromisse ein: Ich fühle mich dazu genötigt, einige Formen des Todesgedankens zu behalten und andere loszuwerden.

Entweder halte ich am Gedanken des Todes fest und verleugne, was ich BIN – oder aber: Ich LEBE. Ist der Tod wirklich, dann muss es etwas geben, das stärker ist als der WILLE GOTTES. Selbst GOTT muss sich diesem beugen, das LEBEN SELBST muss tot sein. Und SEINE Schöpfung damit ebenfalls. Wie absurd ist dieser Gedanke!

Wie gehe ich nun mit den einzelnen Formen des Todesgedankens um? Was mache ich, wenn ein geliebter Mensch gestorben ist oder ich gerade einen großen Verlust erlitten habe? Es ist wenig hilfreich, sich in solchen Situationen einzureden, dass der Tod nicht existiert, und Trauer oder Schmerz mit entsprechenden Affirmationen zu bekämpfen. Damit verleugne ich nur, dass ich immer noch an den Tod glaube. Ich kann jedoch auf meinen *Glauben an die Wirklichkeit* dieser Ereignisse schauen. Ich kann in Betracht ziehen, dass ich von einem Trugbild, einem Traum, getäuscht werde. In meinem Inneren gibt es, vielleicht ganz schwach, eine Ahnung, dass ich mich irre. Das macht den Weg frei, mich an IHN zu wenden und IHN zu bitten, mir SEINE Sichtweise zu geben.

Heute wende mich von all den Äußerlichkeiten ab, die sterben können, und wende mich stattdessen nach innen – wo ich wirklich BIN und wo das wahre LEBEN ist.

Kommentar 164

13. Juni

Tod oder LEBEN – beides findet allein im Geist statt. Gestern ging es um den Tod, den Eckpfeiler des Ego-Denkensystems, in der heutigen Lektion wird das Ego kaum erwähnt. Im Mittelpunkt der heutigen Lektion steht der heilige Augenblick (siehe auch Kommentar 159), wenn dieser Begriff auch nicht explizit erwähnt wird.

Der heilige Augenblick findet immer nur JETZT statt. Es ist ein Augenblick der Ewigkeit innerhalb der Zeit. Hier könnte *Ein Kurs in Wundern* eigentlich enden, denn genau das ist seine Zielsetzung. Der heutige Tag ist nun ausdrücklich und ohne jegliche Umwege diesem Ziel gewidmet: *»So schauen wir heute, jetzt, in diesem Augenblick, auf das, was für immer da ist, nicht in unserer Sicht, aber in den Augen CHRISTI«* (1:2).

Die Anleitung für die Praxis hat sich seit den letzten Lektionen nicht geändert, zuletzt wurde sie in Lektion 153 erwähnt: Die längeren Übungszeiten am Morgen und am Abend sollen nicht kürzer sein als fünf Minuten, können aber auch eine halbe Stunde und länger betragen. Sie dienen dazu, auf SEINE STIMME zu lauschen: *»Die Welt verblasst mit Leichtigkeit vor SEINER Sicht. Ihre Geräusche werden schwach. Eine Melodie von weit jenseits der Welt wird zunehmend deutlicher, ein alter Ruf, auf den ER eine alte Antwort gibt«* (2:1-3).

Das Ergebnis des Übens ist reine, bedingungslose Freude, solange ich die Übungszeit IHM gebe und mit IHM meine Zeit verbringe. Es ist ein heiliger Augenblick, welcher in der wirklichen Welt stattfindet.

Heute ist es mein einziger Wille, dieses Ziel zu erreichen. Ich kann nicht scheitern, denn ich erfahre eine Unterstützung, die nicht von dieser Welt ist: *»Wie heilig ist dein Üben heute, wenn CHRISTI dir SEINE Sicht gibt und für dich hört und in deinem Namen auf den Ruf antwortet, den ER hört!«* (3:1). Ich beginne damit, indem ich alles infrage stelle, was ich zu wollen glaube und diese Dinge beiseitelege. Dabei halte ich keine *»unbedeutenden Schätze«* (8:2) zurück und schaffe dadurch einen *»reinen und offenen Raum«* (8:2) in meinem Geist, in dem ER mir SEINE Gaben anbieten kann.

Was will ich anderes als GOTTES Gaben? Welche der vergänglichen Dinge, die die Welt mir anbietet, wie wertvoll ich sie auch immer erachte, könnten wertvoller sein? Die Gaben der Welt verblassen im Lichte dessen, was ER mir anbietet.

Kommentar 165

14. Juni

Die gestrige Lektion diene dazu, das aufzugeben, was ich nicht will. Aber was will ich wirklich? Worum bitte ich? – Nun, die Gedanken von Elend, Schmerz und Tod sind derzeit das, was ich sehen will, es ist meine eigene Entscheidung, dass sie meine QUELLE verschleiern.

Meine einzig wahre QUELLE ist der GEDANKE GOTTES. ER hat mich geschaffen und niemals verlassen. ER ist es, der meinen *»Geist mit Glück und Liebe erhellt«* (2:6). Warum ersetze ich diesen GEDANKEN GOTTES durch meine privaten Gedanken von Elend, Schmerz und Tod, um eine Welt zu sehen, die ich gar nicht mehr will?

Deshalb bitte ich heute um den HIMMEL. Denn das ist es, was ich wirklich will. Es ist jedoch nicht notwendig, dass ich mir sehr sicher bin, dass ich den HIMMEL tatsächlich will. Es ist auch nicht erforderlich, dass dies das Einzige ist, was ich will. Weder brauche ich mich vorzubereiten, bevor ich die Bitte äußern darf, noch muss ich erst meine Zweifel ausräumen, damit die Bitte ehrlich wird. Auch ein Verständnis dessen, was der HIMMEL überhaupt ist, wird nicht benötigt.

Ich bitte inständig um den HIMMEL, mein Verlangen genügt.

Das Verständnis, das Fehlen von Zweifeln, die Sicherheit und die Überzeugung kommen immer mehr hinzu, wenn ich einmal auch nur eine Spur des HIMMELS erfahren habe. Ich selbst kann dies nicht herstellen, aber die Erfahrung zeigt mir, was ich wirklich will. Mit der Erfahrung kommen Sicherheit und Überzeugung.

Meine Aufgabe ist es daher nur zu bitten, alles andere wird mir dazugegeben. *»Dieser Kurs beseitigt alle Zweifel, die du zwischen IHN und deine Gewissheit SEINER stelltest«* (7:6). Daher will ich mich an IHN wenden, statt in die Falle zu laufen, das Kursergebnis selbst vorwegnehmen zu wollen.

Kommentar 166

15. Juni

Die Rolle des »tragischen Opfers« scheint eine der beliebtesten Rollen dieser Welt zu sein. Wie es aussieht, lohnt es sich, diese Rolle immer und immer wieder zu spielen. Was für ein »erhebendes« Gefühl, bedauert und bemitleidet zu werden! Und welche »Größe« liegt doch darin, mit den ständigen Anfechtungen der Welt fertig zu werden!

Ist diese Rolle wirklich tragisch? Oder ist sie einfach nur – dumm?

GOTTES WILLE für mich ist es, meine Funktion anzunehmen und meine Funktion ist Glück. Glaube ich tatsächlich, dass es einen anderen Willen als den SEINEN geben könnte: nämlich meinen? GOTT vertraut mir vollständig. ER vertraut mir alle SEINE Gaben an, ungeachtet irgendwelcher Figuren, die ich meine Brüder und mich darstellen lasse, irgendwelcher Fantasiekulissen, die ich mir ausdenke, ungeachtet jeglicher Handlung, die gespielt wird, und ungeachtet meiner Vorstellung, dass ich SEINEN WILLEN nicht anerkennen könnte. ER verlässt mich niemals, auch nicht für einen einzigen kurzen Augenblick. ER ist immer bei mir.

Was sind SEINE Gaben? ER gibt mir das, was ich wirklich BIN, mein wahres SELBST, SEINE eine SCHÖPFUNG: vollständig und geheilt, heilig und ohne jeden Mangel. ER ist immer bei mir, unabhängig davon, wo ich mich auf meiner »Reise durch Zeit und Raum« (Ü-I.42.2:3) gerade zu befinden scheine. Es ist SEIN Geschenk des wahren Glücks, das ich weitergeben kann, denn ich HABE und BIN alles, um es zu geben.

Trotzdem wähle ich die Figur des »tragischen Helden«. Wozu? Glaube ich tatsächlich, dass die Welt nun mal »so« ist, und dass ganz »besondere« Umstände ausgerechnet mich zu diesem tragischen Helden machen und dass ich daran nichts ändern kann?

*»Ich bin verantwortlich für das, was ich sehe.
Ich wähle die Gefühle, die ich erfahre,
und ich entscheide mich für das Ziel, das ich erreichen möchte.
Ich bitte um alles, was mir zu widerfahren scheint,
und ich empfangen, wie ich gebeten habe« (T-21.II.2:3-5).*

Heute will ich SEINE Gaben empfangen, indem ich sie gebe. Denn dadurch bekomme ich: indem ich gebe.

Kommentar 167

16. Juni

Ein Kerngedanke des Kurses lautet: *»Ideen verlassen ihre Quelle nicht«* (3:6 – siehe auch Kommentar zu [Lektion 156](#)). Eine Idee macht sich also nicht außerhalb des Geistes selbstständig, der sie denkt. Sie kann daher auch nicht das Gegenteil dieses Geistes sein, sondern hat alle seine Eigenschaften. Das ist der Grund dafür, dass der Tod nicht existiert. Es gibt nur Leben: *»Es gibt keinen Tod, weil das, was GOTT erschuf, SEIN Leben mit IHM teilt. Es gibt keinen Tod, weil ein Gegenteil zu GOTT nicht existiert. Es gibt keinen Tod, weil der VATER und der SOHN eins sind«* (1:5-7).

Der Begriff »Tod« hat hier eine viel weitgehendere Bedeutung, als dies üblicherweise der Fall ist. Alles, was nicht pures unbedingtes Glück ist, beinhaltet den Glauben an die Existenz des Todes. Selbst der kleinste Seufzer, jede noch so geringe Unstimmigkeit, jedes latente Gefühl des Unbehagens zeigt den Glauben an den Tod. Denn: Der Tod ist der große Gegenspieler des Lebens, er ist der Motor der Veränderung. Er steht für die Idee, dass alles einen Anfang und ein Ende haben muss – und damit für den Gedanken, dass etwas anders sein soll, als es ist. Das wahre Leben verändert sich jedoch niemals, es beginnt nicht und es endet nicht. Es ist.

Die Aussage *»Es gibt keinen Tod«* ist jedoch nicht dazu gedacht, dass ich sie wie ein Mantra bei jeder Gelegenheit vortrage. Ohne die tiefe innere Sicherheit, dass dies nicht nur ein Lippenbekenntnis, sondern die einzige Wahrheit ist, erzeugt das Herunterbeten eines solchen Mantras lediglich Widerstände und Abwehrhaltungen, weil es jeglicher persönlichen Erfahrung widerspricht. Der Konflikt zwischen den konkreten Erfahrungen in der Welt und dem Anspruch dieser Aussage ist daher vorprogrammiert.

Wenn ich versuche, mit verbundenen Augen zu sehen, nur weil jemand behauptet: »Die Dunkelheit existiert nicht!«, wird dieser Versuch unweigerlich scheitern und aufgrund dementsprechender Anstrengungen nichts als Enttäuschung hervorrufen.

Der Kurs geht da einen anderen Weg. *»Es gibt keinen Tod«*, die außerordentlich häufige Wiederholung dieses Satzes (siehe auch Ü-I.163.9:5, T-1.IV.4:2, T-27.II.6:8, T-29.VI.4:9, H-17.9:10, H-28.4:2, B-5.6:9) dient in der konkreten Situation nur dazu, sich bewusst zu machen, dass der Glaube an den Tod durchaus präsent ist (T-3.VII.5:11). Dieser Glaube ist meine Verantwortung, denn er wurde mir nicht gegeben, ich habe ihn gemacht. Das ist keine »Sünde«, sondern nur ein Irrtum. Und Irrtümer können aufgehoben werden.

Genau dies will ich heute tun: Ich möchte IHN bitten, mir – statt meines Glaubens an das Sterben der vermeintlich verschiedenen Lebensformen – das EINE Leben zu zeigen, welches ich mit GOTT teile, damit der Irrtum unter SEINER ANLEITUNG korrigiert werden kann. Dabei will ich mit »meiner Anleitung« nicht im Wege stehen.

Kommentar 168

17. Juni

Erlösung allein aus Gnade oder zuzüglich verdienstvoller Taten? – Dies war und ist immer noch eine Kontroverse innerhalb der christlichen Konfessionen.

Der Begriff »Gnade« hat im herkömmlichen Sprachgebrauch etwas Willkürliches an sich. Gnade kann gewährt oder auch entzogen werden. Es besteht jedenfalls kein Anspruch auf Begnadigung. Mein Verhalten und meine »Verdienste« können hierbei zwar als Entscheidungsgrundlage zur Gewährung dieser Gnade herangezogen werden, wobei das aber nicht zwingend erforderlich ist. Die Möglichkeit der Gewährung von Gnade begründet somit ein eindeutiges Macht- und Abhängigkeitsverhältnis. »Gnade vor Recht« drückt aus, dass das Gewähren von Gnade ausschließlich im freien Ermessen des Gebers liegt.

Die Gnade GOTTES im Sinne von *Ein Kurs in Wundern* ist etwas völlig anderes. Sie ist ein Ausdruck dessen, was ER IST. Und sie ist das einzige Mittel, SEINE LIEBE zu geben. Diese – einzig wahre – LIEBE ist deshalb nicht wählerisch, sondern allumfassend. Sie hängt nicht davon ab, was ich glaube, gerade zu sein oder ehemals getan zu haben. Der Beweis SEINER LIEBE hängt nicht von meinen Irrtümern und Sünden ab. GOTTES Gnade ist ein immerwährendes Geben ohne jegliche Willkür, daher wird sie niemals entzogen. Sie ist SEIN Geschenk seit Anbeginn der Zeiten und darüber hinaus.

Ein Geschenk kann ich freudig annehmen oder auch zurückweisen. Ich kann es missverstehen und dadurch nicht als Geschenk erkennen. Es kann auch sein, dass ich glaube, eines Geschenkes nicht würdig zu sein. Möglicherweise glaube ich sogar, ich würde durch das Annehmen des Geschenkten etwas verlieren, zum Beispiel meine »Unabhängigkeit«. Es gibt genug Beispiele aus dem Alltag, dass Geschenke verschmäht werden ...

ER schenkt mir mein SELBST und ich habe Anspruch auf das Geschenk SEINER Gnade. Im Gegensatz zu dem Kommuniongebet der katholischen Eucharistiefeyer (*»Herr, ich bin nicht würdig, dass du eingehst unter mein Dach«*) ist es unerheblich, ob ich mich »würdig« fühle, SEINE Gnade anzunehmen – denn: *»Unser Glaube liegt im GEBENDEN, nicht in unserem eigenen Annehmen«* (5:2).

Will ich SEINE Gnade heute wirklich zurückweisen und weiterhin vergessen, was ich immer schon BIN?

Kommentar 169

18. Juni

»Durch Gnade lebe ich. Durch Gnade werde ich befreit. Durch Gnade gebe ich. Durch Gnade werde ich befreien.« (15:3-6)

Dies ist die Kernaussage der heutigen Lektion. SEINE Gnade kann ich nicht verdienen, sie ist SEIN immerwährendes Geschenk allumfassender LIEBE und niemals abwesend. Aber ich kann mich entscheiden, dieses Geschenk anzunehmen oder abzulehnen. Gnade kann auch nicht erlernt werden, hat also mit dem Lernprozess, den der Kurs anbietet, nichts zu tun. Denn Lernen findet *hier* statt, in der Domäne des Ego-Denkensystems – in der WIRKLICHKEIT ist für Lernen kein Platz.

Hier, in der Welt, lerne ich, die Gnade im heiligen Augenblick (vergleiche Kommentar 164) anzunehmen. Dieser Lernprozess erfolgt mit dem Hilfsmittel der Vergebung. Ich lerne zu vergeben, was mich daran hindert, SEINE Gnade anzunehmen.

Ist das Annehmen der Gnade schon die Offenbarung der EINHEIT, von der im Kurs gesagt wird, dass der Zeitpunkt bereits vom Geist bestimmt ist? Dann wäre kein Lernen nötig, es wäre sogar überflüssig, denn die Offenbarung steht ja fest. *»Und dennoch legen wir dir dringend nahe, Zeugnis für das WORT GOTTES abzulegen, um die Erfahrung der Wahrheit und ihren Anbruch in jedem Geist zu beschleunigen, der die Wirkungen der Wahrheit auf dich wahrnimmt« (4:3).*

Offenbarung bedeutet, dass Zeit und Raum verschwinden und nur noch die EINHEIT, die einzig wirklich ist, übrig bleibt. Jegliche Illusionen lösen sich ins Nichts auf, das sie sind. Die Wirkungen der Erfahrung der Wahrheit jedoch, von der hier die Rede ist, wird von »jedem Geist« wahrgenommen. Wahrnehmung ist aber Bestandteil der Welt.

Es geht also nicht um die Offenbarung, sondern um den heiligen Augenblick als Erinnerung an die WAHRHEIT.

Das Annehmen der Gnade ist also temporär. Jedes Annehmen der Gnade führt zu der Erfahrung der Widerspiegelung der EINHEIT in dieser Welt im heiligen Augenblick. Anschließend kehre ich »zurück« in die Welt: *»Sei dankbar, dass du zurückkehrst, wie du auch froh warst, einen Augenblick zu gehen, und nimm die Gaben an, die die Gnade dir vermittelt hat« (14:1).* In der Welt spiegele ich diese Erfahrung wider und gebe damit die Gnade jedem Geist. Es ist die Erfahrung, die ich widerspiegeln, nicht irgendein intellektuelles Verstehen. Denn Worte können die Erfahrung nicht vermitteln: *»Welche Bedeutung aber können die Worte denen übermitteln, die immer noch die Stunden zählen und sich nach ihnen erheben, arbeiten und schlafen gehen?« (10:4).*

Die Kernaussage ist also zweigeteilt. Zunächst nehme ich das Geschenk der Gnade im heiligen Augenblick an. Anschließend gebe ich diese Gnade an jeden Geist. Dies ist meine Funktion hier. Es ist die einzige Funktion, die ich hier habe. Sie begründet das GLÜCK, das ich BIN. Daher will ich meine einzige Funktion heute annehmen.

Kommentar 170

19. Juni

Was hindert mich denn daran, die immerwährende Gabe »von Gottes Gnaden« anzunehmen? Ein wesentlicher Grund dafür ist, dass es diese Gabe gar nicht geben kann: Die Gnade eines grausamen Gottes ist schließlich wenig glaubwürdig. Sie erzeugt Unsicherheit durch meine Angst, dass sie jederzeit wieder entzogen werden kann.

Jede Selbstverteidigung ist daher gerechtfertigt, und Angriffe gibt es schließlich genug, um das zu »beweisen«. Also liegen meine Sicherheit und meine Freiheit darin, andere zu meiner eigenen Verteidigung zu verletzen.

Die LIEBE hingegen fordert mich auf, alle Waffen niederzulegen. Das macht sie sehr »gefährlich«, beraubt sie mich doch meines wirkungsvollsten Schutzschildes, der Angst. Das Niederlegen der Angst ist daher die allergrößte »Bedrohung«, der ich ausgesetzt bin. Folgerichtig wird deshalb die LIEBE nun mit allen Merkmalen der Angst versehen: Es entsteht ein Idol der Angst und Grausamkeit, nämlich ein Gott der Rache und des Angriffs, indem alle diese Eigenschaften auf IHN projiziert werden. Jede Verteidigung ist somit letztlich eine Verteidigung gegen GOTT.

Wie kommt es zu diesem Gott der Grausamkeit? Die Annahme des Ego – als Ausdruck des einen Trennungsgedankens – hat mich von GOTT trennen und dadurch die EINHEIT zerstören wollen! Dafür wird sich mein jetziges Gottessurrogat nun bitter rächen, weshalb ich mich entsprechend schützen muss. So lebe ich mit der Angst vor Angriffen, welche ich dem Ärger zuordne, der mir aus der Welt entgegenschlägt (vergleiche T-6.1.3: *»Projektion bedeutet Ärger, Ärger begünstigt Angriff, und Angriff fördert Angst.«*). Diese Welt habe ich jedoch nur aus mir selbst heraus gemacht, um mich vor »Gott« zu verstecken.

Eine Möglichkeit, meine Angst vor diesem projizierten Gott zu kaschieren, scheint zu sein, die Welt – also die Angst! – mit allen Attributen der Wertschätzung zu versehen, mich damit zu beschäftigen und die (Ego-)Dinge zu »lieben«, die ich gemacht habe.

Die andere – und einzige – Möglichkeit zu erfahren, dass meine Gedankengebilde nicht wahr sind, liegt jedoch darin, alle ausgeklügelten Mechanismen der Ablenkung und Verteidigung niederzulegen. Dies kann ein schrecklicher Moment sein. Aber dann stelle ich fest, dass ich nur das Opfer meiner eigenen Mauern der Verteidigung war.

Ich brauche keine Angst zu haben. Ich BIN der unschuldige SOHN GOTTES und mein VATER liebt SEINEN SOHN. So will ich heute darum bitten, dies zu sehen: zu sehen, dass in GOTT keine Grausamkeit ist. Und daher auch nicht in mir.

Kommentar 171

20. Juni

5. Wiederholung

Die kommenden Wiederholungen der letzten insgesamt 20 Leitgedanken beginne ich immer mit diesem Satz:

»GOTT ist nur LIEBE, und daher bin ich es auch« (10:8).

Jeden der jeweiligen Leitgedanken schließe ich in diese Worte ein. Ich werde die Übungsform beibehalten, die bereits in den letzten Lektionen verwendet wurde. So lange wie möglich widme ich meine Aufmerksamkeit den Gedanken des Tages, mindestens aber fünf Minuten zu Beginn und am Ende des Tages. Dies dient dazu, den Geist zu beruhigen und mein Üben IHM zu geben. Die Worte selbst dienen nur der Einleitung, haben aber für das Üben an sich eher wenig Bedeutung. Sie sollen mir nur helfen, zum Ziel zurückzufinden, wenn ich abschweife.

Die Leitgedanken als Übungsmittel stehen somit nicht im Vordergrund, mein Ziel ist vielmehr die Erfahrung. Darauf warte ich. Die Worte dienen zwar der Geistessammlung, aber ich gehe auch immer wieder darüber hinaus, um IHM mein Üben zu übergeben.

Tagsüber will ich zu jeder Stunde innehalten und die Worte der Leitgedanken wiederholen, um eine kleine Weile still zu sein.

Mein VATER ist LIEBE und so BIN ich – diese beiden Gedanken gehören zusammen.

ALLES ist LIEBE, denn es gibt nichts außer GOTT und SEINE Schöpfungen. Es gibt nichts außer IHM und der Ausdehnung SEINER LIEBE. Alles hallt in SEINER STIMME wieder. Die einzige Entscheidung, die ich heute – und an jedem Tag – zu treffen habe, ist daher, ob ich diese eine Wahrheit akzeptieren will oder nicht. Will ich heute leben als ein Ausdruck der LIEBE GOTTES oder versuche ich, etwas anderes zu sein, was nur in meiner Vorstellung möglich ist?

(151) »Alle Dinge sind ein Echo der STIMME FÜR GOTT.«

(152) »Die Macht der Entscheidung ist mein.«

Kommentar 172

21. Juni

5. Wiederholung

Diese Wiederholungen sind schon eine Vorbereitung auf den zweiten Teil des Übungsbuches, denn mehr und mehr werde ich auf die Erfahrung zielen und immer weniger der Worte bedürfen. Bisher diente das Üben vor allem dem Aufdecken von Überzeugungen des Ego-Denkensystems und deren Aufhebung. Das war aber nur ein erstes und unumgängliches Mittel zum eigentlichen Zweck, dem letztendlichen Lernziel. Ich bereite mich daher jetzt auf etwas vor, das über mein bisheriges Üben hinausgeht.

Ich hatte bisher meine Zweifel, und so manche Übung habe ich nur halbherzig gemacht. In vielen Fällen habe ich die klaren Anweisungen, wie die Übungen durchgeführt werden sollen, gar nicht beachtet. Nun aber sollte es mir langsam klar werden: Will ich Ergebnisse, ist es erforderlich, dem Kursprogramm zu folgen!

In den beiden heutigen Leitgedanken sehe ich, dass ich die LIEBE, die ich BIN, erfahren kann, wenn ich meine Verteidigungsmechanismen niederlege, da es nichts zu verteidigen gibt! Habe ich meine Waffen gestreckt, was kann ich dann anderes sein, als ein Diener GOTTES?

Wie gerne diene ich meinem VATER und trage SEINE Botschaft der LIEBE in die Welt! ER liebt SEINEN SOHN und SEIN SOHN liebt IHN. Wie gerne gebe ich diese Botschaft meinen Brüdern, die EINS mit mir sind! Was kann es Schöneres in der Welt geben?

(153) *»In meiner Wehrlosigkeit liegt meine Sicherheit.«*

(154) *»Ich bin unter den Dienern GOTTES.«*

Kommentar 173

22. Juni

5. Wiederholung

Das, was ich wirklich BIN, das SELBST und damit meine wahre IDENTITÄT, hat rein gar nichts mit dem Ego-Selbst zu tun, mit dem ich mich zurzeit noch identifiziere. Das SELBST ist einfach eine Ausdehnung GOTTES.

Jedoch sogar hier, in einer Welt der Dualität, kann ich mich an meine wahre IDENTITÄT als SOHN GOTTES, als den EINEN CHRISTUS, erinnern. Es ist das, was ich wirklich BIN. Und genau das ist es, wohin *Ein Kurs in Wundern* mich führt! Ab dieser Erinnerung ist es nicht mehr weit, es auch zu erkennen. Dieses Erkennen ist ein Begriff, den *Ein Kurs in Wundern* im Sinne von: »unmittelbar wissen« benutzt. Dieses nicht mittelbare Wissen, das heißt, ohne ein Mittel (Körper) zum Zweck (Erlösung) zu benötigen, ist mein natürlicher Zustand. Damit ist auch die wahre Natur aller »anderen« erkannt – als das SELBST, das ich wirklich BIN, als der EINE SOHN.

Da gibt es keinen Erkennenden oder etwas Erkanntes, kein Bewusstsein oder Nicht-Bewusstsein, sondern einfach nur den unveränderlichen Zustand der EINHEIT des VATERS mit SICH SELBST.

So lasse ich mich von IHM führen und vertraue darauf, dass ER mich auf diesem Wege umschließt.

Die Reise zurück zu meinem VATER erscheint mir zwar immer noch sehr lang zu sein, aber jeder einzelne Schritt bringt mich wieder ein klein wenig näher zu IHM. Jedes Mal, wenn ich mich auch nur für die Zeit einer Minute an IHN erinnere, bringt mich das näher. Jedes Mal, wenn ich mein Herz in bedingungsloser Liebe meinem Bruder öffne, bringt mich das näher. Jeder Morgen und jeder Abend, an dem ich mir die Zeit zum Üben nehme und mit IHM in der Stille verweile, um IHM zuzuhören, bringt mich näher.

(155) *»Ich will zurücktreten und IHM die Führung überlassen.«*

(156) *»Ich gehe mit GOTT in vollkommener Heiligkeit.«*

Kommentar 174

23. Juni

5. Wiederholung

Diese letzte »Reise ohne Entfernung« (vergleiche T-8.VI.9:7) unternehme ich nicht allein. ER geht diesen ganzen Weg mit mir – ER kennt den Weg und bietet mir an, alle Ängste und Zweifel mit mir zu teilen, denn ER kennt alle vermeintlichen Hindernisse.

Wer ist »ER«? – Das hängt ganz davon ab, welches Symbol ich für meine Führung zur Wahrheit wähle. Ist es Jesus oder der HEILIGE GEIST? Ist vielleicht eher der Erzengel Djibril das Symbol meiner Wahl? Oder mein Schutzengel? Ist es die Madonna? Wähle ich doch lieber Buddha? Möglicherweise gibt es auch ein anderes hilfreiches Bild für mich, um die LIEBE wiederzufinden.

»Der Name Jesu CHRISTI als solcher ist nur ein Symbol. Aber er steht für Liebe, die nicht von dieser Welt ist. Er ist ein Symbol, das sicher verwendet werden kann als Ersatz für die vielen Namen all der Götter, zu denen du betest« (H-23.4:1-3).

»ER«, das ist SEIN EINER GEDANKE, der mich zur Versöhnung »in mir selbst« führt. Im Gegensatz zu meinen »äußeren« Göttern, Götzen und sonstigen Dingen, die ich in irgendeiner Angst machenden Konkurrenz zu mir sehe (vergleiche Kommentar 161), vermitteln Symbole, welche die EINHEIT übersetzen, wahren Trost. Sie stellen eine Brücke zwischen GOTT und der Welt dar, die ich vertrauensvoll betreten kann, denn diese LEHRER verbinden, anstatt zu trennen. Sie sind ein geistiges Prinzip und stellen mein wahres SELBST dar. Sie können mir die Freiheit des KINDES GOTTES zeigen, wenn ich dazu bereit bin, *alle* Illusionen – und dazu gehören letztlich auch Symbole – verschwinden zu lassen.

Jesus, mein »älterer Bruder«, bietet sich mir als Symbol für die Freiheit an. Er kritisiert meine seltsamen Bemühungen nicht mit erhobenem Zeigefinger, gerade weil er die Reise kennt und sie bereits beendet hat. Er versteht daher, dass die Illusionen für mich tief empfundene Realität sind. Als mein Erlöser kommt er JETZT zu mir, um mich NACH HAUSE zu führen – weiß er doch, dass die Reise erst beendet ist, wenn wir alle den Weg der Erlösung gegangen sind: *»Ein Erlöser aber muss bei denen bleiben, die er lehrt, muss sehen, was sie sehen, und dennoch dabei den Weg im Sinn behalten, der ihn hinausgeführt hat und der jetzt dich mit ihm hinausgeleitet wird. GOTTES SOHN ist gekreuzigt, bis du mit mir den Weg entlanggehst« (Einl.6:5-6).*

In meiner stillen Zeit heute will ich mir der Anwesenheit meines Erlösers gewahr sein. Mein älterer Bruder ist an meiner Seite, wenn ich in meines VATERS GEGENWART eingehe. Alle meine Ängste und Zweifel werden beseitigt und ich erfahre einen Frieden, der nicht von dieser Welt ist. Wenn ich schließlich »in die Zeit« zurückkomme, biete ich jedem dankbar an, was mir gegeben wurde und auch meinem Bruder gehört.

(157) *»In SEINE GEGENWART möchte ich jetzt eingehen.«*

(158) *»Heute lerne ich geben, wie ich empfangen.«*

Kommentar 175

24. Juni

5. Wiederholung

Jedes Mal wenn ich mich daran erinnere, dass die LIEBE in mir zu Hause ist und nicht die Angst, wird CHRISTUS in die Welt wiedergeboren. Und so geschieht es auch mit jedem meiner Brüder. Statt sie auf das jämmerliche und vergängliche Bild festzunageln, das ich mir von ihnen gemacht habe – und das sie sich damit von sich selbst gemacht haben – erstehen wir alle in CHRISTUS auf, im Lichte SEINER immerwährenden LIEBE.

Als CHRISTUS bezeichnet *Ein Kurs in Wundern* den vollkommenen SOHN GOTTES, SEINE eine und einzige Schöpfung, die für immer wie ER SELBST und EINS mit IHM ist. So wurde Jesus am Ende seiner Reise zu dem, was wir alle sind. Er ging auf dem Weg voran, damit wir ihm folgen (vergleiche B-5.3:1-2).

Ich habe daher jederzeit die Wahl – für mich und für alle meine Brüder: Kreuzigung oder Auferstehung!

»Jeden Tag, jede Stunde, jede Minute, ja sogar jede Sekunde entscheidest du dich zwischen Kreuzigung und Auferstehung, zwischen dem Ego und dem HEILIGEN GEIST. Das Ego ist die Entscheidung für die Schuld, der HEILIGE GEIST ist die Entscheidung für die Schuldlosigkeit. [...] Du bist schuldig oder schuldlos, gebunden oder frei, unglücklich oder glücklich« (T-14.III.4:1-2,6).

Ich gebe die Wunder der Unschuld, der Freiheit und des Glücks, die ich erhalten habe. Und indem ich sie gebe, erinnere ich uns *alle* als EINS daran, dass wir in der LIEBE zu Hause sind – und die Angst hier der Fremde ist.

Das Wunder ist jedes Mal die Feier unserer Heiligen Kommunion, als die Verbindung von VATER, SOHN und HEILIGEM GEIST. Das Wunder ist jedes Mal unser Weihnachts- und Osterfest zugleich. Das Wunder ist jedes Mal unser gemeinsamer GOTTES-Dienst.

(159) *»Ich gebe die Wunder, die ich empfangen habe.«*

(160) *»Ich bin daheim. Die Angst ist hier der Fremde.«*

Kommentar 176

25. Juni

5. Wiederholung

Bereits im Vorwort von *Ein Kurs in Wundern* werden seine zentralen Aussagen erläutert:

»Nur Geist mit Geist kann sich wirklich verbinden, und wen GOTT als eins verbunden hat, den kann kein Mensch trennen« (T-17.III.7:3).

»Allerdings ist nur auf der Ebene des CHRISTUSGEISTES wahre Vereinigung möglich und tatsächlich nie verloren gegangen. Das ‚kleine Ich‘ sucht sich durch äußere Bestätigung, äußere Besitztümer und äußere ‚Liebe‘ zu erhöhen. Das SELBST, DAS GOTT erschaffen hat, braucht nichts. Es ist auf ewig vollständig, sicher, geliebt und liebend. Es sucht mit anderen zu teilen, statt zu bekommen; sich auszudehnen, statt zu projizieren. Es hat keine Bedürfnisse und will sich nur aus dem gegenseitigen Bewusstsein der Fülle heraus mit anderen verbinden« (Vorwort, »Was er besagt«, 7. Absatz, S.xx).

In manchen Ausprägungen des traditionellen Christentums wird im Zusammenhang mit der Aussage *»Was nun GOTT zusammengefügt hat, das soll der Mensch nicht scheiden«* (Mt 19,6) gefordert oder zumindest empfohlen, die »Sünde« der Ehescheidung zu vermeiden, die Lebensgemeinschaft der Ehe gilt als unauflöslich. Der Kurs deutet diese Aussage anders: GOTT hat uns alle als EINS im Geiste verbunden, denn ER kennt keine Welt der Formen. Nur das »kleine Selbst« kennt überhaupt Sünde, Besonderheit und Trennung und hat das Bedürfnis, sich abzusichern und durch besondere Beziehungen sowie besondere Besitztümer aufzuwerten. Der SOHN GOTTES hingegen, das von GOTT geschaffene SELBST, kennt keinen Mangel: Im HIMMEL gibt es keine Bedürfnisse.

»In der Welt« brauche ich jedoch meine Brüder, um mit ihnen gemeinsam geheilt zu werden und *»in den HIMMEL«* zu kommen. Heilung kann nur für alle und von allen sein. Der Kurs ist kein persönlicher Heilsweg (vergleiche Kommentare [69](#), [139](#), [154](#)), vielmehr lehrt er, dass es so etwas wie eine individuelle Erlösung nicht gibt, denn *»das Individuum«* ist eine Illusion. Jesus, als mein *»älterer«* Bruder, und der HEILIGE GEIST sind zwar meine FÜHRER auf dem Weg, aber ich finde sie nicht im Außen – sie sind meine innere STIMME. Ich empfangen sie für uns alle als Ganzes. Der Segen, den ich weitergebe, fällt auf mich zurück, denn meine Heiligkeit als das, was ich BIN, ist das Heil der Welt und darin sind wir alle – als EINS – gesegnet.

(161) »Gib mir deinen Segen, heiliger SOHN GOTTES.«

(162) »Ich bin, wie GOTT mich schuf.«

Kommentar 177

26. Juni

5. Wiederholung

»Tod, wo ist dein Stachel? Hölle, wo ist dein Sieg?«, fragt der Apostel Paulus im ersten *Brief an die Korinther* (15,55). Die Welt, die ich sehe, ist meine Hölle, und ich bin nichts anderes als mein eigener »Teufel«. Alle meine Projektionen, die ich als unerlöst, missionierungsbedürftig, schützenswert oder als Hilferuf sehe, sind nur meine eigenen inneren Bilder.

Es ist *mein* Traum.

Wie in einem Kasperletheater weise ich den unterschiedlichen Darstellern bestimmte Charaktere zu: Da ist das böse Krokodil, der lustige Kasper, die schöne Prinzessin. Sie alle werden sterben, denn sie haben nie wirklich gelebt.

Kenneth Wapnick sagt: »Wir müssen nicht mit der Metaphysik des Kurses vertraut sein, der zufolge es buchstäblich niemanden im Äußeren gibt, ein solches Bewusstsein steht [erst] am Ende der Reise« (*Die Essenz von Ein Kurs in Wundern*, S. 93). Es geht also immer nur darum, dass ich mir selbst mit SEINER Hilfe vergebe – wem sonst sollte ich vergeben, als dem »Teufel«?

Ich darf mich schon jetzt darüber freuen, dass mit mir gemeinsam alle meine Brüder, ja alle Lebewesen, bereits erlöst und frei sind. Ich darf daran glauben, dass es weder Tod noch Teufel gibt und dass Jesus zu mir sagt: »Du bist meine Stimme, meine Augen, meine Füße, meine Hände, durch die ich die Welt rette. Das SELBST, von dem ich zu dir rufe, ist nur dein eigenes. Zu ihm gehen wir gemeinsam« (Einl.9:2-4). Wir sind eins mit IHM, DER unsere QUELLE ist. Und der HEILIGE GEIST ist das »Lösungsmittel« für den klebrigen Egotraum der Zeit. Das wahre LEBEN hingegen braucht keine Lösungen. Es *ist*.

CHRISTUS arbeitet durch mich, um die Welt aus meiner höllischen Sicht der »getrennten Seelen« zu retten. Dann wird dieses für mich wahr: »Für die Hölle ist kein Platz in einer Welt, deren Lieblichkeit so intensiv und umfassend sein kann, dass es nur ein Schritt von dort zum HIMMEL ist« (T-31.VIII.8:3). Das ist, was ich wirklich will. Ich will die wirkliche Welt!

(163) »Es gibt keinen Tod. GOTTES SOHN ist frei.«

(164) »Jetzt sind wir eins mit IHM, DER unsere QUELLE ist.«

Kommentar 178

27. Juni

5. Wiederholung

Wie so häufig betont der Kurs die Wichtigkeit regelmäßiger Zeiten der Stille, die ich gemeinsam mit GOTT verbringe. Diese stillen Zeiten geben mir die Gelegenheit, einen Schritt aus der Zeit herauszutreten und sie in der Zeitlosigkeit zu verbringen. Die damit verbundene Erfahrung ist älter als Zeit und Raum, sie zeigt mir mein SELBST, die »ewige Gegenwart«, die nie abwesend ist. Hier wird mir unmittelbar die Bedeutung der Aussage Jesu: »Ehe denn Abraham ward, bin ich« (Joh 8,58) klar.

Im traditionellen *Vaterunser* heißt es: »Dein Reich komme, dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden.« GOTTES WILLE geschieht, SEIN REICH ist da, im HIMMEL, widergespiegelt in meinem glücklichen Traum hier auf Erden, in der wirklichen Welt.

»Der heilige Augenblick ist eine Miniatur des HIMMELS, die dir vom HIMMEL geschickt wird« (T-17.IV.11:4). Die Erfahrung dieses heiligen Augenblicks suche ich friedlich, ruhig und vertrauensvoll in meiner stillen Zeit. Da ist keine Anstrengung, kein Erzwingen, keine Angst vor dem Versagen.

Ich kann SEINE Gaben nur zulassen, ohne mich einzumischen. Ich füge nichts hinzu, sondern versuche nur, das Leugnen des GEDANKENS GOTTES zu beenden, der die ganze Wahrheit über mich ist – ich BIN dieser GEDANKE.

(165) *»Lass meinen Geist den GEDANKEN GOTTES nicht verleugnen.«*

(166) *»Mir sind die Gaben GOTTES anvertraut.«*

Kommentar 179

28. Juni

5. Wiederholung

»GOTT ist nur Liebe, und daher bin ich es auch.«

Diese wunderbaren Worte kommen allein in dieser fünften Wiederholung 32-mal vor. Wiederholung ist eine der wichtigsten Techniken für ein Training – auch für eine Geistesschulung. Zwar habe ich meinen Geist schon sehr gut trainiert, aber leider mit den falschen Gedanken. Meine enorme Lernfähigkeit habe ich damit schon unter Beweis gestellt.

Lernen kostet eine bewusste Anstrengung und die häufige Entscheidung, die Kurs-Gedanken für den Tag zu erinnern und zu wiederholen, in meinen stillen Zeiten mit ihnen zu meditieren und sie in meinem Alltag anzuwenden. Es ist ein Kurs, und ein Kurs beruht auf Ausbildung. Und Ausbildung beruht auf konsequentem Training. Wenn ich von ganzem Herzen meine Übungen absolviere, gibt es Ergebnisse: *»So werden wir, wenn wir ans Ende dieser Wiederholung kommen, begriffen haben, dass die Worte, die wir sagen, wahr sind«* (Einl.11:5). Deshalb erinnere ich mich heute sehr oft daran, dass es nur EIN wahres LEBEN gibt und dass ich es mit GOTT teile. Diese Gnade ist mir gegeben und ich darf jederzeit Anspruch darauf erheben.

Ich lasse mich jedoch auch nicht entmutigen, wenn ich meine Übungen wieder einmal vergessen habe: Die Worte sind nur mein innerer »Trainer«, der den Geist wieder auf sein Ziel ausrichtet. Die Übungspraxis ist nur mein »Trainingsprogramm«, um den Geist für eine Erfahrung frei zu machen.

Keinesfalls mache ich ein stumpfsinniges Ritual aus meiner Übungspraxis. Rituale beziehen sich auf Worte und Handlungen. Sie sind eine Weile hilfreich, können aber leicht an diesen Worten und Handlungen hängen bleiben, obwohl sie keine eigene Bedeutung haben und nur Mittel zum Zweck sind: *»Wir wenden die Worte an und versuchen immer wieder, über sie hinaus zu ihrer Bedeutung zu gelangen, die weit jenseits ihres Klanges liegt. Der Klang wird schwächer und verschwindet, wenn wir der QUELLE der Bedeutung näherkommen. HIER ist es, dass wir Ruhe finden«* (Einl.5.Wh.12:4-6).

(167) *»Es gibt ein Leben, und das teile ich mit GOTT.«*

(168) *»DEINE Gnade ist mir gegeben. Ich erhebe jetzt Anspruch auf sie.«*

Kommentar 180

29. Juni

5. Wiederholung

Ein Kurs in Wundern führt mich immer wieder zurück zu der Erinnerung an das, was ich wirklich BIN. Dieses Erinnern ist meine einzige Funktion. Ich teile sie mit der ganzen Welt, indem ich auch meine Brüder an ihr wahres SELBST erinnere. Das Ziel meiner Übungen ist, diesen Zustand der rechten Gesinnung («Rechtgesinntheit», wie es der Kurs nennt) zu erfahren und offen für ein Wunder zu sein. Ein kurzer Moment, ein heiliger Augenblick, genügt. Ich werde daran erinnert, dass ich LIEBE BIN, denn GOTT IST LIEBE. Weder kann es Grausamkeit in GOTT noch Grausamkeit in mir geben.

Die Worte allein, dass GOTT nur LIEBE ist und SEIN SOHN deshalb auch, können keine Gewissheit bringen. Erst meine Übungspraxis öffnet den Geist für die notwendige Erfahrung: Sie beseitigt meine erlernten Vorstellungen und Glaubensüberzeugungen und bereitet ihn so auf die Erfahrung vor, die immer da ist und geduldig wartet. Erst in dieser Erfahrung finde ich das, was ich wirklich will: den Frieden des HIMMELS, hier und jetzt in dieser vermeintlich »höllischen« Welt. Der Kurs bezeichnet diese – nun verwandelte – Welt als »wirklich«. Sie bietet mir das Drehbuch der Erlösung an, im Gegensatz zu meinem bisherigen Drehbuch der Zerstörung.

Gegen Ende des Textbuches gibt es ein Kapitel über die »neue Deutung« meines selbstgeschriebenen Ego-Drehbuches aus Sünde, Schuld und Angst: *»Deine dunklen Träume sind nur die sinnlosen und isolierten Drehbücher, die du im Schlafe schreibst. Suche nicht bei separaten Träumen nach Bedeutung«* (T-30.VII.6:16-17). Darum überlasse ich alle dunklen Traumgebilde IHM und SEINER Lesart. Bereits in Lektion 158 habe ich erfahren: *»Zeit ist ein Kunstgriff, ein Taschenspielertrick, eine Riesenillusion, in der Figuren wie durch Zauberei kommen und gehen. Doch hinter den Erscheinungen gibt es einen Plan, der sich nicht ändert. Das Drehbuch ist geschrieben«* (Ü-I.158.4:1-3).

In Lektion 169 lerne ich deshalb SEINE Deutung und damit meine Erlösung aus dem Traum kennen: *»Welchen Zeitpunkt auch der Geist für die Offenbarung festgesetzt hat, ist völlig unerheblich für das, was ein konstanter Zustand sein muss, auf ewig, wie er immer war, und der auf ewig bleiben wird, wie er jetzt ist. Wir übernehmen lediglich die Rolle, die uns vor langem zugewiesen wurde und die er als vollkommen erfüllt wahrnahm, der das Drehbuch der Erlösung schrieb in seines Schöpfers Namen und im Namen des SOHNES seines Schöpfers«* (Ü-I.169.9:2-3).

(169) *»Durch Gnade lebe ich. Durch Gnade werde ich befreit.«*

(170) *»In GOTT ist keine Grausamkeit, und keine ist in mir.«*

Kommentar 181

30. Juni

Die nächsten zwanzig Lektionen sind bereits eine Vorbereitung auf den zweiten Teil des Übungsbuches. Bisher wurden viele Techniken und Methoden angeboten, die sich mehr oder weniger eng an Worten orientierten. Mir wurden dadurch nach und nach die Hindernisse vor meinem einzigen Ziel, dem Frieden GOTTES, bewusst: Es sind genau diese selbst aufgestellten Hürden, die mir die Erinnerung an das, was ich wirklich BIN, erschweren. Meine Verpflichtung war jedoch noch schwach, meine Ziele waren noch unterschiedlich und meine Hingabe war nicht vollständig.

Nun werden meine Ziele vereinheitlicht und auf das EINE Ziel ausgerichtet. Der Schwerpunkt liegt jetzt darauf, ein Gefühl des Friedens zu erlangen, das jenseits aller Worte liegt. Dies wird meine Motivation wesentlich verstärken und intensivieren, mich dem EINEN Ziel hinzugeben. Dazu werden mir meine immer noch bestehenden Abwehrhaltungen gezeigt, über die ich jeden Tag ein Stück hinausgehen will, indem ich meine strikte Kontrolle aufgebe und mich zunehmend an IHN wende.

In dieser Lektion wird mir gezeigt, dass ich bisher in meinen Beziehungen zu anderen vorzugsweise ihre Fehler sehe. Dies zeigt mir eine sündige Welt und bezeugt zuverlässig meine eigene Sündhaftigkeit. Will ich jedoch meine eigene Sündenlosigkeit sehen, muss ich sie in meinem Gegenüber sehen. Dies ist keine naive Sicht auf die Welt, sondern ermöglicht mir, an den Fehlern anderer Menschen vorbei zu schauen auf das, was sie wirklich *sind*. Die Konzentration auf ihre »Sünden« hingegen sperrt ihr wahres SELBST aus – und mein wahres SELBST ebenfalls.

Jede Wahrnehmung hat eine zentrale Ausrichtung (vergleiche 2:1). *»Richte dein Augenmerk nicht mehr auf die Sünden deines Bruders, und du erfährst den Frieden, der vom Glauben an die Sündenlosigkeit kommt«* (2:5). Das Ziel der jetzigen und der folgenden 19 Lektionen heißt: Vertraue in die Sündenlosigkeit, entferne so deine Blockaden und erfahre GOTTES Frieden. Es genügt, wenn dies nur für einen kurzen Zeitraum geschieht. Ich sollte noch nicht versuchen, dies die ganze Zeit über zu üben.

Kenne ich jemanden, dem ich nicht verzeihen kann? Gebe ich nur fünf Minuten, die Vergebung zu üben? Will ich für eine kleine Weile bereit sein, mein Urteil über ihn loszulassen, die Vergangenheit zu vergessen und auch nicht an die Zukunft zu denken – dafür aber die Unschuld in ihm zu suchen, um ihn als heiliges KIND GOTTES zu sehen, das SEINE LIEBE verdient?

Wenn mein Geist während meiner stillen Zeiten beginnt, sich auf das Fehlverhalten zu konzentrieren, wiederhole ich schnell: *»Es ist nicht dies, worauf ich schauen möchte. Ich vertraue meinen Brüdern, die eins mit mir sind«* (6:4-5).

Morgens und abends nehme ich mir mindestens fünf (idealerweise dreißig und mehr) Minuten und tagsüber, falls möglich, zu jeder vollen Stunde ein bis zwei Minuten, um meinen Bruder als sündenlos und unschuldig zu sehen – genauso wie mich.

Juli

Lektion 181 sowie die Lektionen des Juli (mitsamt der nunmehr sechsten und damit letzten Wiederholung gegen Ende des Monats) bereiten mich schon auf den zweiten Teil des Übungsbuches vor. Worte – und damit auch die übrigen Symbole – haben nun immer weniger Bedeutung, denn die Erfahrung, auf die *Ein Kurs in Wunden* abzielt, befindet sich jenseits von Worten und Symbolen.

Unmittelbare Zielsetzung der Lektionen ist es, meine Abwehrhaltungen aufzuheben, und sei es auch nur für kurze Zeit. Denn die daraus resultierenden Erfahrungen motivieren mehr, als Worte dies jemals könnten.

Kommentar 182

1. Juli

Der zweite Sündenfall des Menschen, nachdem er sich bereits gegen Gott, seinen Vater, (durch das Essen der verbotenen Frucht) versündigt hatte, war der Brudermord: Kain erschlägt seinen Bruder Abel. Gott sagt daraufhin zu Kain: »Unstet und flüchtig sollst du sein auf Erden« (1 Mos 4,12). Ob eine Bibelfigur oder ein anderer berühmter »Held«, sei es nun *Odysseus*, *Ahasver*, *Der Fliegende Holländer* oder *Forrest Gump* – das Thema des suchenden, ständig getriebenen, ewigen Wanderers ist zeitlos. Und auch der adrenalin-süchtige »Speed-Junkie« sucht offensichtlich etwas, das ihn vom Alltag befreit.

Aber keine noch so schöne Landschaft und kein noch so begehrenswertes »Gegenüber« kann hier auf Erden dauerhaft meine Sehnsucht stillen. Das ist der Grund dafür, dass selbst die »romantische« Liebe zwischen zwei Menschen letztendlich immer Schmerzen schafft. Der Dramatiker Friedrich Hebbel schrieb: »*Liebe und Freundschaft der meisten Menschen ist ein Füllen der eigenen Leere mit fremdem Inhalt*« (Tagebücher II). Mein Liebesidol wird mich schmerzhaft enttäuschen: ob durch Ernüchterung oder durch »Liebesentzug« – spätestens aber durch Verlust und Tod. Kein »Götze« kann mich retten, denn ich kann vor meiner eigenen Leere nicht davonlaufen! – Treffend beschreibt es Goethe in dem Gedicht *Rastlose Liebe*: »*Alle das Neigen / Von Herzen zu Herzen, / Ach, wie so eigen / Schaffet das Schmerzen! / Wie soll ich fliehen?*«

Ich bin ein rastloser Wanderer in dieser von mir gemachten Welt, in der ich nicht zu Hause bin, denn alles, was ich je gemacht habe, ist die Hölle (vergleiche 3:7). Niemals kann ich hier wahrhaft heimisch sein! Daher drückt diese wunderbar poetische Lektion meine große Sehnsucht nach Ruhe und Frieden aus. Und sie gibt mir Hoffnung: »*CHRISTUS wird jedesmal, wenn ein Wanderer sein Heim verlassen möchte, als kleines Kind wiedergeboren*« (10:1). Die Welt ist nicht mein Heim. Kein anderer Mensch ist mein Heim. Ich bin selbst in mir nicht daheim. Erst muss ich als kleines unschuldiges Kind im Geiste wiedergeboren werden – und alle meine Brüder werden es dadurch auch: Wir sind der EINE CHRISTUS.

Meister Eckhart soll einmal gesagt haben, dass die Menschen aufhören sollten, nach GOTT zu suchen. Vielmehr sollten sie leer werden und sich von IHM finden lassen. Erst wenn ich nicht mehr in der Welt, also außerhalb von mir, mein Glück und meinen Frieden suche, wird ER mich finden können: »*Suche nicht außerhalb von dir. Denn es wird misslingen, und du wirst bei jedem Male weinen, wenn ein Götze fällt. Der HIMMEL kann nicht dort gefunden werden, wo er nicht ist, und es kann keinen Frieden geben außer dort. Kein Götze, den du anbetest, wenn GOTT dich ruft, wird je an SEINER Stelle Antwort geben. Es gibt keine andere Antwort, mit der du sie ersetzen und das Glück finden kannst, das SEINE Antwort bringt*« (T-29.VII.1:1-5, vergleiche auch Kommentare 11 und 26).

Kommentar 183

2. Juli

Auf den ersten Blick könnte ich diese Lektion für eine Art Mantra-Meditation halten. Es geht jedoch gerade nicht darum, stumpfsinnig ein sinnentleertes, möglicherweise von einem Guru zugewiesenes, Mantra zu wiederholen, um den Geist zu leeren. Im Gegenteil: Ich erinnere meinen Geist an seine große Sehnsucht nach GOTT und meine Anrufung ist eine bewusste Einladung an IHN. Es ist meine wahre IDENTITÄT, die IHN anruft, da die Rückkehr zu IHM das Einzige ist, was ich wirklich will! Das Übungsbuch diktiert dabei nicht, welcher symbolische Name für GOTT zu verwenden ist, sei es: »VATER UNSER« oder auch »LIEBE«, »FREIHEIT«, »FRIEDE« und »FREUDE«, »WAHRHEIT«, »LICHT«, »QUELLE« ... Am besten ist, ich frage den HEILIGEN GEIST danach.

Im Grunde ist GOTTES NAME unaussprechlich und geht unendlich weit über meinen kleinen Horizont hinaus, und dennoch ist ER näher bei mir als mein Herz: *»ER spricht von näher als dein Herz zu dir. SEINE STIMME ist näher als deine Hand. SEINE LIEBE ist alles, was du bist und was ER ist: das Gleiche wie du, und du das Gleiche wie ER. Es ist deine Stimme, auf die du hörst, während ER zu dir spricht. Es ist dein Wort, das ER spricht. Es ist das Wort der Freiheit und des Friedens, der Einheit des Willens und des Sinns und Zwecks, ohne jede Trennung noch Spaltung im einzigen GEIST des VATERS und des SOHNES«* (Ü-1.125.7:2-3, 8:1-3 – vergleiche Kommentar 143).

Friedrich Hölderlin formulierte es 1802 in seiner Hymne *Patmos* so: *»Nah ist / Und schwer zu fassen der Gott. / Wo aber Gefahr ist, wächst / Das Rettende auch.«* Ich bin nur scheinbar in Gefahr, denn ich BIN bereits erlöst und »gerettet«, mitsamt allen meinen Brüdern – Ich BIN bei IHM. ICH war nie woanders, denn es gibt nichts außer GOTT und SEINEM SOHN, als EINS: *»Das Universum besteht aus nichts außer dem SOHN GOTTES, der seinen VATER anruft«* (11:4).

SEINEN heiligen NAMEN anzurufen heißt daher nichts anderes, als MEINEN heiligen NAMEN anzurufen: *»Ein Vater gibt seinem Sohn seinen Namen und erklärt den Sohn so mit sich identisch. Seine Brüder teilen seinen Namen mit ihm, und so sind sie mit einem Band vereint, an das sie sich wenden, was ihre Identität betrifft. Der NAME deines VATERS erinnert dich daran, wer du bist, sogar in einer Welt, die es nicht erkennt, und obwohl du dich nicht daran erinnerst«* (1:3-5).

»Im Namen des Vaters und des Sohnes ...«, so habe ich einst meine Gebete eingeleitet. Der NAME GOTTES ist mein einziges GEBET und damit meine Befreiung. Es enthält alle anderen Gebete in sich (vergleiche 10:1-2) und ich will mich heute so oft wie möglich daran erinnern.

Kommentar 184

3. Juli

Es gibt eine Fülle von Namen und Bezeichnungen in dieser Welt für die voneinander getrennten Wesen und Dinge, Subjekt und Objekte. Ich habe den nicht zusammengehörenden Dingen Namen und damit eine Bedeutung gegeben, die sie nicht haben: *»Das ist die Summe des Erbes, das die Welt verleiht. Und jeder, der denken lernt, dass es so ist, akzeptiert die Zeichen und Symbole, die behaupten, die Welt sei wirklich«* (6:1-2).

Auch die Körper, die ich sehe und für meine getrennt von mir existierenden Mitmenschen halte, bekommen erst durch bestimmte Namen und Bezeichnungen eine »eigene« Bedeutung. Und – diese Mitmenschen haben diese Namen anscheinend akzeptiert. Dadurch hat der Geist die EINHEIT gleich doppelt verleugnet und sucht sie nun in Beziehungen zwischen Körpern. Aber gerade dadurch begrenze ich mich selbst: *»Die besondere Beziehung ist eine Einrichtung, um dein Selbst auf einen Körper zu begrenzen und deine Wahrnehmung anderer auf den ihren«* (T-16.VI.4:4).

Wohl jeder hat die *»Lehren der Welt«* (12:5) mit ihren verschiedenen Entwicklungsphasen und Grunderfahrungen zu absolvieren, bevor er überhaupt beginnen kann, diese erlernten »Errungenschaften« wieder infrage zu stellen. Ich muss wohl erst die Welt erfahren haben, um dann sagen zu können, dass ich sie nicht mehr will – da es mich nicht wirklich glücklich machen konnte.

Was ich wirklich will, ist der Friede GOTTES. In IHM gibt es keine unterschiedlichen Wesen und Dinge mit eigenen Namen. GOTT hat keinen Namen, aber in SEINEM NAMEN sind alle Lebewesen und ist die ganze Schöpfung vereint: *»VATER, unser NAME ist der DEINE. In IHM sind wir mit allen Lebewesen vereint und mit DIR, DER DU ihr einziger SCHÖPFER bist«* (15:1-2). Klingt das widersprüchlich? Der Kurs verlangt nicht, alle Namen zu verleugnen und nicht mehr zu benutzen. Denn dann wäre hier keine Kommunikation mehr möglich. Aber es wird verlangt, sie nicht als meine Wirklichkeit zu akzeptieren.

Heute will ich mich dankbar daran erinnern, dass nichts, außer GOTT und SEINE EINE Schöpfung, existiert. Ich suche die Bedeutung SEINES NAMENS und will in meinen stillen Zeiten nur den EINEN NAMEN nutzen, um meine Sicht zu einen.

Kommentar 185

4. Juli

Der heutige Leitgedanke zeigt den Grund, warum ich mich auf den Weg zur wirklichen Welt gemacht habe: *»Ich will den Frieden GOTTES«*. Aber meine ich das wirklich ernst? Oder plappere ich das nur vor mich hin und mache mir etwas vor? Die Lektion beginnt daher mit den Worten: *»Diese Worte zu sagen ist nichts. Doch diese Worte zu meinen ist alles«* (1:1-2).

Will ich meinen Willen überprüfen, brauche ich mir nur eine Nachrichtensendung anzuschauen. Kann ich hinter den alltäglichen »Sensationen« etwas wahrnehmen, das mir mit Gewissheit sagt: »Das ist nicht wahr, es ist in Wirklichkeit niemals geschehen?« Bin ich überhaupt dazu bereit, auf meine Sensationsgier und das damit verbundene »prickelnde« Gefühl zu verzichten?

Vielleicht stelle ich auch fest, dass so alltägliche und im Grunde lächerliche Dinge, wie nicht verschlossene Zahnpastatuben oder die Frage, wer den Müll wegbringt, mir den Frieden rauben. Kann ich ehrlich und ernsthaft die Frage stellen: *»Ist es das, was ich anstelle des HIMMELS und des Friedens GOTTES lieber haben möchte?«* (8:8). Eine wesentliche Versuchung wird von Gedanken gebildet wie diesem: »Ich will ja Frieden, das Problem liegt nur an [beliebige Person einsetzen]!« Wenn ich den Frieden jedoch wirklich will, dann werde ich ihn haben – und niemand anderes als ich selbst kann ihn mir wegnehmen.

Frieden kann ich jedoch niemals für mich alleine haben: *»Der Geist, der meint, das Einzige, was er will, sei Frieden, muss sich mit anderen Geistern verbinden, denn genauso wird der Frieden erlangt«* (6:1). Um Frieden zu haben, muss ich also bereit sein, meine Bedürfnisse mit jedem Herzenswunsch, mit jeder Hoffnung und mit jedem Verlangen jedes Geistes zu verbinden. In ihrer aller Wunsch nach Frieden – in welcher Form auch immer – erkenne ich meinen eigenen Wunsch. In der Beziehung mit anderen ist es daher meine Aufgabe, die universelle Sehnsucht eines jeden Herzens zu erinnern und mich in dieser ERINNERUNG mit der anderen Person zu verbinden – selbst wenn diese dabei völlig ahnungslos ist.

Kommentar 186

5. Juli

Die Erlösung der Welt hängt von mir ab – Welch unerhörte Arroganz, so etwas zu behaupten! In der heutigen Lektion werden jedoch lediglich all die mehr oder weniger schönen Bilder, die ich von mir und den anderen gemacht habe, hinterfragt. Diese Bilder stellen meine Welt dar, die einzige Welt, die es für mich gibt. Solange ich mich noch auf irgendeine Weise daran klammere, ist eine Lösung nicht möglich, ich will offenbar noch nicht wirklich frei davon werden – das ist Arroganz!

Der Analyse meines bisherigen Lebenslaufs zufolge habe ich gelernt, dass meine derzeitigen Verhaltensweisen entweder einem genetischen Programm entsprechen oder einem angelernten Muster folgen, das bereits in der Kindheit geprägt wurde. Wie auch immer: Ich bin das Opfer meiner eigenen Herkunft und Geschichte.

»Esoterischere« Deutungen scheinen mir da ein annehmbareres Bild zu zeigen: Alles ist perfekt, nämlich genauso, wie »meine Seele« es sich angeblich bestellt hat. Ich habe das bekommen, was ich wollte und somit macht alles in dieser Welt einen tieferen, daraus resultierenden Sinn. Selbst GOTT ist dabei nur einer meiner vielen Mitspieler (vergleiche [Kommentar_29](#)).

Beides ist nicht wahr: Weder bin ich ein Opfer meiner Vergangenheit, noch existiert mein perfekt erfülltes »Traum-Drehbuch« wirklich. Beides sind nur Projektionen – oder auch Übertragungen, wie es in der Tiefenpsychologie und Psychoanalyse heißt – eines scheinbar gespaltenen Geistes. Das ist Arroganz! *»Die Arroganz macht ein Bild von dir, das nicht wirklich ist«* (6:1).

Es gibt daher nur eine Lösung, wie ich meiner »Kreuzigung« – dem Festnageln auf die vorgestellten Bilder meiner Welt – entkommen kann: mich davon zu dissoziieren. *»ER verlangt nicht, dass du in irgendeiner Weise anders sein sollst, als du bist. Was könnte Demut anderes verlangen? Und was sonst als dies könnte die Arroganz verweigern?«* (3:3-4). Ich will anerkennen, dass meine Einbildungen nicht das sind, was ich wirklich will. Nur so kann mein Selbstbild – mitsamt all seinen Schatten in Form von Projektionen – aufgelöst und vergeben werden. Nur so kann ich mich wieder daran erinnern, wer ich wirklich BIN: SEIN heiliger SOHN! ER ist bereits in SEINEM NAMEN vom Kreuze auferstanden.

Kommentar 187

6. Juli

Am Ende der vorherigen Lektion heißt es: *»Vergebung ist eine irdische Form der Liebe, die, da sie im HIMMEL ist, keine Form hat. Was jedoch hier gebraucht wird, wird hier so gegeben, wie es gebraucht wird. [...] Die Erlösung der Welt hängt von dir ab, der du vergeben kannst. Das ist deine Funktion hier«* (Ü-I.186.14:2-3,5-6).

Die Form der Vergebung kann ich also nicht bestimmen, das ist nicht meine Aufgabe. Meine Aufgabe ist nur die Bereitwilligkeit, das aufzugeben, was ich nicht mehr will, und es IHM zu übergeben. Nur in IHM und mit IHM und durch IHN kann ich vergeben und damit die Welt erlösen. Vergebung ist meine einzige Funktion hier: Daher ist die Erlösung der Welt das Einzige, was ich wirklich will!

Vergebung ist kein Opfergang: Ich gebe nicht etwas ab und werde dadurch ärmer. Vergebung ist kein weltlicher Handel! Ich kann überhaupt nichts »geben«, was ich damit nicht auch »bekomme«, da sowieso schon alles MIR gehört, selbst in meinen Träumen von der Welt – sonst wären Wunder nicht möglich. Dies ist so, weil *»Dinge nur die Gedanken darstellen, die sie machen«* (2:3). Die Dinge meiner Traumwelt sind deshalb genauso wenig wirklich, wie die Gedanken, durch welche sie scheinbar erzeugt werden.

In Wirklichkeit gibt es nichts anderes als die eine wahre IDEE im Geiste. Wahre GEDANKEN denke ich deshalb nur mit meinem SCHÖPFER und nur sie dehnen SEINE Schöpfung aus. Da es also nur den einen GEIST gibt, in welchem der SOHN mit dem VATER verbunden ist, wie sollte ER je »etwas anderes« verlieren können?

Ein Ort existiert in mir, wo ich dies erfahren kann: Es ist mein »innerer Altar«, der auch der innere Altar meines Bruders ist. Dort bringe ich ein symbolisches »Lilien-Opfer« dar, mit diesem *»weißen und heiligen Zeichen dafür, dass der SOHN GOTTES unschuldig ist«* (T-20.I.2:1). »Unschuldig sein« ist einfach nur ein anderes Wort für Nicht-Getrennt-Sein und die Widerspiegelung von EINHEIT. Somit bringt mir mein Bruder genau dasselbe (nicht das gleiche!) »Opfer«: *»Die Lilien, die dein Bruder dir anbietet, werden auf deinen Altar gelegt, mit denjenigen neben ihnen, die du ihm anbietest. Wer könnte sich fürchten, auf eine so liebliche Heiligkeit zu schauen? Die große Illusion der Angst vor GOTT vermindert sich bis auf ein Nichts vor der Reinheit, auf die du hier schauen wirst. [...] Die Seligkeit, die du erblickst, wird jeden Gedanken der Form fortnehmen«* (9:1-3,5).

Die Ausdehnung SEINER LIEBE ohne denkbare Gegenteil ist des HIMMELS Segen. Diese Widerspiegelung des HIMMELS leuchtet in mir (vergleiche 10:5), so bin ich gesegnet und so segne ich die Welt. – Es gibt nichts außerhalb von dem, was ich wirklich BIN: *»Vergiss nicht, dass du nur dir selbst gibst«* (6:1).

Kommentar 188

7. Juli

In *Ein Kurs in Wundern* kommt das Wort »Erleuchtung« insgesamt nur fünfmal vor, zum letzten Mal in dieser Lektion. Erleuchtung bewirkt keine Veränderung, sondern ist einfach nur das Wiedererkennen des Lichts in mir, welches das Einzige ist, das ich von meiner QUELLE mitgebracht habe. *»Nur der Geist ist der Erleuchtung fähig. Der reine Geist ist schon erleuchtet, und der Körper als solcher ist zu grobstofflich«* (T-2.V.6:3-4). Dieses Licht ist der Friede, den ein Teil von mir verlassen hat, obwohl es manchmal so aussieht, als ob der Friede mich verlassen hätte. Es ist der Teil von mir, der scheinbar getrennte Geist, der fest an Trennung glaubt. Ich verhalte mich dabei ähnlich wie ein Kind, das sich die Augen zuhält und glaubt, weil es nun nicht mehr sehen kann, sei es selbst auch unsichtbar.

Genauso, wie das Kind immer noch sichtbar bleibt, ist auch der Frieden immer noch da. Er war nie abwesend und wird nie abwesend sein. *»Der Frieden GOTTES leuchtet jetzt in dir sowie in allen Lebewesen. In Schweigen wird er universell anerkannt. Denn das, worauf deine Innenschau blickt, ist deine Wahrnehmung des Universums«* (5:5-7). Das Kind versucht, die Außenwelt auszublenden, um dabei alles (einschließlich seiner selbst) »verschwinden« zu lassen. Meine Innenschau geht noch weiter, denn ich suche nach DEM, was nie abwesend sein kann, noch nicht einmal in der Illusion. Es ist die Suche nach dem Licht in mir. Es muss in mir leuchten, schließlich leuchtet dieses Licht im gesamten UNIVERSUM, der Ausdehnung SEINER LIEBE und SEINES Friedens.

Mein Universum ist dagegen eine Welt der voneinander Getrennten: Sie kämpfen um ihr Überleben, verstricken sich in gegenseitige Abhängigkeiten und Schuldzuweisungen und buhlen um Liebe. Aber dabei handelt es sich nur um Dunkelheit, die vom kleinsten Lichtstrahl hinweg geleuchtet wird: *»Der Eckstein der Schöpfung GOTTES bist du, denn SEIN Denksystem ist Licht. [...] Je mehr du dich dem Kern SEINES Denksystems näherst, desto heller wird das Licht. Je näher du dem Fundament des Denksystems des Ego kommst, desto dunkler und undeutlicher wird der Weg. Doch sogar der kleine Funke in deinem Geist genügt, ihn zu erhellen«* (T-11.Einl.3:2,4-6).

Die Lektion zeigt mir, wie ich von all den Gedanken des Glaubens an Trennung und Unfrieden Abstand nehmen kann, um den einzig wahren und ehrlichen GEDANKEN, nämlich denjenigen, die ich mit GOTT denke, Raum zu geben: *»Setze dich still hin, und schließe deine Augen. Das Licht in dir reicht aus. Es allein hat die Macht, dir die Gabe des Sehens zu geben. Schließe die Außenwelt aus, und lass deine Gedanken zum Frieden in dir eilen. Sie kennen den Weg. Denn ehrliche Gedanken, unbefleckt vom Traum irdischer Dinge außerhalb von dir, werden zu den heiligen Boten von GOTT SELBST«* (6:1-6).

Wieder im Lichte SEINES Friedens zu sehen, ist alles, was ich wirklich will. Das LICHT leuchtet bereits in mir – wie in jedem meiner Brüder. Ich muss ES mich nur wiederfinden lassen.

Kommentar 189

8. Juli

»Es gibt eine Distanz, die du getrennt von deinem Bruder behalten möchtest, und diesen Raum nimmst du als Zeit wahr, weil du noch immer glaubst, du seist außerhalb von ihm« (T-26.VIII.2:1). Ich kann eine lange Liste anfertigen mit den Namen all der Menschen und »sonstigen Dinge«, von denen ich glaube, durch Geschichten aus der Vergangenheit getrennt zu sein, sie noch nicht vergeben zu haben. In einem astrologischen Fachbuch wird beispielsweise ausgeführt, dass ich je sechs Planeten meiner Kindheit in Form von sechs bestimmten Personen zu »erlösen« hätte. Sei es nun aus astro-, psycho- oder sonst welchen logischen Gründen: Die Liste wird nicht aufhören, weil mir immer wieder neue (und damit schon wieder alte) Personen und Situationen einfallen werden, denen ich noch zu vergeben hätte – niemals bin ich im JETZT!

Wenn ich jedoch in einem heiligen Augenblick – also jetzt – GOTTES LIEBE erfahre, ist die Heilung über alle Zeit hinaus bei mir und bei allen meinen Brüdern – auch wenn es mir nicht unbedingt bewusst ist: *»Überall, wohin du gehst, wirst du ihre [die auf meiner Heilung beruhenden] vielfältigen Wirkungen erblicken. Doch all die Zeugen, die du erblickst, werden weitaus weniger als alle sein, die es wirklich gibt. Die Unendlichkeit kann nicht verstanden werden, indem man einfach ihre separaten Teile aufzählt«* (T-27.V.11:6-8).

Es macht somit wenig Sinn, eine Vergebungsstrichliste zu führen, denn bei SEINEM Erlösungswerk kann ich keine Kontrolle ausüben. Das Einzige, was ich tun kann, ist, IHM meine Bereitwilligkeit und meine große Sehnsucht zurück NACH HAUSE anzubieten. Und ich muss mir keine Sorgen machen, denn: *»Ist ER es nicht, DER den Weg zu dir weiß? Du brauchst den Weg zu IHM nicht zu wissen. Dein Teil ist einfach der, alle Hindernisse, die du zwischen den SOHN und GOTT den VATER gestellt hast, still für immer beseitigen zu lassen«* (8:1-3). Deshalb vertraue ich darauf, dass ER Mittel und Wege finden wird, mir SEINE unbedingte, uneingeschränkte und unendliche LIEBE zu zeigen – auf eine Weise, die ich verstehen kann.

Obwohl ich immer noch von den Erscheinungen der Welt geblendet werde, kann ich ein Licht in mir (und in allem, dem ich in irgendeiner Form begegne) sehen (vergleiche 1:1-3). Obwohl ich immer noch eine große Angst vor GOTTES LIEBE (vergleiche T-19.IV.D) und der EINHEIT mit IHM und allen meinen Brüdern habe, versuche ich immer mehr, diesem Kurs zu vertrauen, weil ich mir ja nichts sehnlicher wünsche, als SEINE LIEBE jetzt in mir zu fühlen. Vielleicht wird sie mir offenbart werden, wenn ich nicht im Geringsten damit rechne ... Dann wird die Welt eine andere sein – sie *ist* eine andere: *»Die LIEBE GOTTES in dir zu fühlen heißt, die Welt neu zu sehen, vor Unschuld leuchtend, lebendig vor Hoffnung und gesegnet mit vollkommener Barmherzigkeit und Liebe«* (1:7).

Kommentar 190

9. Juli

»Die Welt, die du siehst, tut nichts. Sie hat überhaupt keine Wirkungen. Sie stellt nur deine Gedanken dar« (6.1:3).

Diese Aussagen stellen alles auf den Kopf, was ich je über die Welt dachte (siehe auch [Kommentar_150](#)). Sie dienen jedoch nicht der Spekulation, mir auszumalen, wie ich das zu meinem Vorteil in der Welt ausnutzen kann. Ihr einziger Zweck besteht darin, sie auf die Welt, also auf mein Denksystem, anzuwenden.

Wie soll das gehen?

Zunächst einmal bedürfen diese Aussagen einer gewissen Akzeptanz. Ich muss sie nicht glauben, ich kann mich ihnen auch widersetzen. Aber ich kann mich an IHN wenden mit der Bitte, mir die Wahrheit zu zeigen. Denn die Aussagen führen zu einer wesentlichen Folgerung: Wenn etwas davon zutrifft, dann hat jeder Schmerz, ungeachtet dessen, wie groß oder klein er mir erscheinen mag, keinerlei äußere Ursache. Jeglicher Schmerz, ungeachtet der Ursache, die ich ihm zuschreibe, stellt nur meine Gedanken dar!

Vom Standpunkt meines derzeitigen Denksystems aus gesehen, ist das völlig absurd. Aber nun habe ich eine Wahl: Ich kann mich entweder für das Denksystem des Ego entscheiden und jeden Schmerz als Wirkung einer äußeren Ursache sehen, auf die ich keinen Einfluss habe – oder aber ich entscheide mich für SEIN Denksystem, das mir die Macht des Geistes zurückbringt, indem ich mir zeigen lasse, was die wahre Ursache des Schmerzes ist. Ich kann mich immer an JEMANDEN wenden, DER die Wahrheit kennt – und IHN bitten, mir SEINE Deutung des aktuellen Schmerzes zu zeigen.

ER wird mich daran erinnern, was ich wirklich BIN. Denn nur die Erinnerung an meine wahre Herkunft und an meine wahre Heimat macht den Weg für die GEDANKEN GOTTES frei, welche nur Liebe und Freude sind. Und die Freude GOTTES kann sich weder Traurigkeit noch Schmerz überhaupt vorstellen.

Wenn ich SEINE Freude wähle, wähle ich das, was ich wirklich will. Ich wähle den HIMMEL und damit dessen Widerspiegelung auf Erden: die wirkliche Welt. Hier gibt es weder Angst vor der Schuld durch Sünde, noch Angst vor Bestrafung durch Leiden, denn es gibt keine Vergangenheit und keine Zukunft: Die wirkliche Welt ist dieser heilige Augenblick – jetzt!

Kommentar 191

10. Juli

Womit identifiziere ich mich? Was betrachte ich als mein Selbst? Wer oder was bin ich? Was bezeichne ich als meine Identität? Die Frage »Wer bin ich?« (siehe auch Kommentare 91 und 139) drückt sich in modernen Zeiten häufig als Bedürfnis nach »Selbstfindung« aus. Und was tut man nicht alles, um dieses Bedürfnis zu befriedigen. Da werden zum Beispiel langjährige Beschäftigungsverhältnisse aufgegeben, um das Glück in völlig anderen Tätigkeiten zu finden. Da wird dann beispielsweise der »Sinn des Lebens« im Ausland gesucht, in einer völlig neuen und fremden, aber zumeist »sonnigeren« Umgebung. Da werden Wellness- und sonstige Alternativvorkehrungen gesucht, die eine Antwort auf meine Identifikationsfrage herbeizaubern sollen. Und da werden Kurse besucht, die endlich *die* ultimative Antwort geben sollen. In manchen Berufskreisen wird sogar eine Frühpensionierung angestrebt, weil ja schließlich ein Recht auf Selbstfindung zu existieren scheint.

Die Antwort auf die nach wie vor aktuelle Frage »Wer bin ich?« ist entscheidend. Es ist nicht möglich, *keine* Antwort darauf zu geben, denn sie bestimmt meine Welt, sie bestimmt meine Urteile und Wertschätzungen, meine Wahrnehmungen, ja, mein ganzes Leben – oder eher das, was ich dafür halte. Sie bestimmt, ob ich erkenne, wer ich BIN, oder ob ich mich mit etwas identifiziere, das ich nicht bin – und damit den Frieden und das Glück verleugne.

Geht es mir bei der Suche nach Antworten nicht häufig so wie dem Mann (vergleiche Kommentar zu Lektion 86), der seinen verlorenen Schlüssel im Lichtschein der Laterne sucht? Und der nur deshalb unter der Laterne sucht, weil dort ein – wenn auch trübes und funzeliges – Licht herrscht und nicht, weil er dort den Schlüssel verloren hat? Es widerspricht jeglicher Vernunft, dort zu suchen, wo es nichts zu finden gibt. Das bestätigt immer wieder nur den ewig gleichen Grundsatz des Ego-Denkensystems: Suche, aber finde nichts. (vergleiche T-16.V.6:5). Das Ego-Denkensystem *ist* nicht vernünftig. Es ist einfach nur eine, nämlich meine, (Fehl-)Schöpfung. Genau deshalb hindert mich auch nichts daran, es wieder abzulegen.

Weiß ich keine Antwort oder habe ich bisher nur mehr oder weniger unbefriedigende Antworten gefunden, die nichts verändern, wende ich mich an DEN, der die ANTWORT kennt: ER weiß, ich nicht. SEINE Antwort ist immer gleich:

»Ich bin der heilige SOHN GOTTES SELBST. Ich kann nicht leiden und kann nicht in Schmerz sein, kann nicht Verlust erleiden und kann nicht darin versagen, alles zu tun, worum die Erlösung bittet« (7:3-4).

Es ist meine Angelegenheit, ob ich SEINE Antwort akzeptiere, zumindest aber erwäge, oder ob ich eine andere Antwort als meine bisherigen »Selbstfindungsmaßnahmen« suche.

Kommentar 192

11. Juli

Was ist die Wirklichkeit? Was meint der Kurs mit »Schöpfung«, wenn diese nichts mit der Welt oder dem Universum, wie ich es kenne, zu tun hat? Was bedeutet es, dass GOTT sich zu SEINEM SOHN ausdehnt? Und was heißt eigentlich »Einheit«, wie soll ich verstehen, dass GOTT kein Gegenteil hat, obwohl doch nichts vorstellbar ist, das kein Gegenteil hat, da Wahrnehmung ohne Gegenteil und Abgrenzung gar nicht möglich ist?

Keine dieser Fragen hat im Denksystem der Welt irgendeine Bedeutung. Weil keine Antwort auf diese Fragen irgendeine Bedeutung hat, solange die Welt existiert und als real angesehen wird. Es ist nicht hilfreich, über etwas zu spekulieren, für das es in der Welt keine Worte gibt. GOTTES Wahrheit, SEINE Wirklichkeit, entzieht sich allen Worten – es handelt sich nicht um »Dinge«.

Und dennoch habe ich eine Funktion in der Welt, die auf die EINE Wahrheit hin ausgerichtet ist. Sie ist ganz konkret und lässt sich auch in den Worten der Welt ausdrücken und daher verstehen: Vergebung. Vergebung ist die einzige Funktion, die ich hier habe und von der mein VATER wünscht, dass ich sie erfülle.

Ich bin dazu bereit, mich aus meiner Welt der getrennten Erscheinungen befreien zu lassen. Und diese Welt – wie könnte es anders sein – wird damit ebenfalls erlöst sein. Damit werde nicht nur ich zum Erlöser der Welt, die Welt wird ebenso zu meiner Hoffnung auf Erlösung.

Im traditionellen *Vaterunser* heißt es: *»Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.«* GOTT vergibt jedoch keine Schuld, da ER keine Schuld kennt. Sie kann nur in einer Welt der Gegensätze existieren, in der getrennte Dinge sich angreifen und schaden können, in der der Eine die Ursache des Leidens eines Anderen sein kann. GOTT kennt kein Gegenteil, also kann die Schuld keine Bedeutung haben. Aber ich kann daran glauben, dass ich durch die Schuld des Anderen verletzt worden bin. Und ich kann so eine Ursache für meine Angst sehen, die gar keine Ursache ist. Nicht die Schuld gilt es zu vergeben, sondern den Glauben daran, dass etwas außerhalb von mir mich verletzen kann.

Mit der Vergebung zweifle ich in der jeweils konkreten Situation an, dass meine Empfindungen von Angst, Zorn oder Hilflosigkeit von den wahrgenommenen Umständen verursacht werden. So schaffe ich Raum für IHN, der die Wahrheit ist. Denn der Friede, den die Wahrheit schenkt, ist mein Wille – genau wie der SEINE.

Kommentar 193

12. Juli

In jeder Lektion gibt es einen zentralen Gedanken, der ihr zugrunde liegt. Es sind scheinbar sehr unterschiedliche Gedanken und mir kommt es so vor, als hätte ich jeden Tag etwas Neues gelernt. Schließlich handelt es sich um einen Kurs. Ist es nicht das Wesen eines Kurses, ständig etwas hinzuzulernen, bis ich das Kursziel erreicht habe?

Hier unterscheidet sich *Ein Kurs in Wundern* von herkömmlichen Kursen, bei denen es um zusätzliches Wissen oder das Erlernen und Beherrschen neuer Fähigkeiten geht, denn: Der eine zentrale Gedanke ist und war immer gleich, nur die Form mag sehr unterschiedlich sein. Welcher Gedanke ist das? Der Kurs lehrt mich, dass es dieser eine Gedanke ist:

»Vergib, und du wirst dieses anders sehen« (3:7).

So manche Begegnung und so manches Ereignis führen mich zu der Frage, was sie für eine Lektion für mich beinhalten und ob ich eine Lehre daraus ziehen kann. Es mag noch so verführerisch sein, eine besondere Wichtigkeit oder gar irgendwelche schicksalhaften Wendungen in den mehr oder weniger dramatischen Geschichten meines körperlichen Daseins zu sehen, aber sie sind alle gleichermaßen bedeutungslos: Sie sind weniger als ein Windhauch, sie sind – nichts.

Und das gilt für alle großen, kleinen, bedeutenden, nichtssagenden, berühmten oder gewöhnlichen Körper und Geschehnisse. Es gilt für solch alltägliche Dinge wie eine verlorene 10 Centmünze genauso wie für den weltweiten Börsencrash. Es gilt für die kurze Schmerzempfindung beim Entfernen eines Splitters genauso wie für die langwierige und schmerzhafteste Wurzelbehandlung auf dem Zahnarztstuhl. Es gilt für den romantischen Traum einer Liebesnacht im Mai genauso wie für den Albtraum einer Bombennacht im II. Weltkrieg.

Meine Reaktion auf jedes dieser Ereignisse ist immer gleich:

»Ich will vergeben, und dieses wird verschwinden« (13:2).

Damit leugne ich nicht die Tatsache des Ereignisses. Es ist auch kein »Zauberspruch«, den ich aufsage. Ich bringe einfach die Wahrheit zum Ausdruck und lasse zu, dass ER mich zu der Erfahrung dessen führt, die ich wirklich und stattdessen will.

Kommentar 194

13. Juli

Ratgeber zum Überleben in der sogenannten »Krise« sind – neben Büchern zur Wunscherfüllung in allen Lebenslagen – immer sehr begehrt. Ob Survival-Training oder Selbstversorgungs-Tipps, ob Formulierungshilfen für Affirmationen oder Leitfäden für positive Denkansätze, einmal ganz abgesehen von einer inflationären Flut an Finanzfibeln: Ich glaube, mich gar nicht genug gegen alle zukünftigen Eventualitäten absichern zu können. Soll ich als Kursschüler nun keinerlei Ratschläge mehr annehmen, alle »weltlichen« Wegweiser meiden? Nein, darum geht es nicht! Es geht um meine zunehmende Erfahrung, dass ich GOTT vertrauen kann, da ER mir niemals etwas Böses will. Im HIMMEL gibt es keine Gefahr, nicht einmal die leiseste Vorstellung davon.

In Lektion 135 heißt es deshalb: *»Ein geheilter Geist plant nicht«* (Ü-I.135.11:1), während im wohl bekanntesten Gebet der Christenheit darum gebeten wird, dass mein Vater mich nicht »in Versuchung« führen, sondern stattdessen von dem »Bösen« erlösen soll. Die erste Aussage übergibt meine Zukunft in GOTTES HAND, die zweite in die Hand eines selbst entworfenen Gottesbildes – denn wer mag sich einen gütigen Vater ausmalen, der sein Kind wahlweise irreführt oder erlöst?

Meine einzige Versuchung ist der Glaube daran, von IHM getrennt zu sein, indem ich mich beispielsweise für einen Körper halte. In dem Moment, in dem heiligen Augenblick, in dem ich jedoch weiß, dass ich Geist BIN, bin ich von selbst geheilt, denn der Geist kann nicht wirklich als in verschiedene Teile und Fragmente aufgespalten existieren.

In diesem heiligen Moment verschwinden all die alten Gedanken und Gebete. Auch alle Traurigkeit ist vergessen, denn Trauer ist im Grunde nichts anderes als ein grausamer mentaler Streich, den ich mir selbst spiele: Meine »Gegenwart« – mitsamt der damit lückenlos verbundenen Zukunft – vergeht in Sehnsucht, weil ich mir den »geliebten Mangel«, nämlich das Fehlen des geliebten Wesens und der glücklichen Zeiten, in einer endlosen Kette von Momenten vorstelle. Aber diese Momente sind »nicht jetzt«. Nur jetzt lösen sich alle Lasten der Vergangenheit in GOTTES HAND auf, sind nie gewesen. Und ich nehme meine ganze Welt mit: *»Wer sich GOTT anvertraut, [...] legt die kranken Illusionen der Welt mit den seinigen zugleich weg und bietet beiden Frieden an«* (8:4-5).

Die Vergangenheit ist vergangen, sie existiert nur (noch) in meiner Vorstellung. In diesem Sinne hat sie nie existiert, denn sie ist nicht die Ursache für die Gegenwart. Ich gebe sie daher IHM. Die Zukunft existiert (noch) nicht, ich nehme sie nur in Gedanken und Vorstellungen vorweg, indem ich die Vergangenheit auf die Zukunft projiziere und dabei die Gegenwart übersehe. Daher will ich jetzt jeden Augenblick, einen nach dem anderen, in SEINE Hände legen – und die Welt ist erlöst, gemeinsam mit mir.

Kommentar 195

14. Juli

»Wir danken GOTT, unserem VATER, dass alle Dinge in uns ihre Freiheit finden werden« (4:4).

Dankbarkeit ist die Freiheit von den Dingen. Groll hingegen ist die Abhängigkeit von den Dingen. Beides ist gänzlich unvereinbar. Ein »Danke« nur unter Vorbehalt, vielleicht innerlich noch zähneknirschend und wahlweise mit erzwungenem Lächeln oder zwischen zusammengepressten Lippen hervorgezischt – das hat mit Dankbarkeit nichts zu tun!

Mein VATER gibt mir mein »tägliches Brot« schon »heute« und ich müsste IHM nicht darum bitten, hat ER mir des HIMMELS Gaben doch niemals entzogen! Ich hingegen habe SEINE Gabe, die Macht des Geistes dazu benutzt, mir eine illusionäre Welt der Dualitäten und des voneinander Getrennten vorzustellen, denn: *»Alle Gewalt ist dir gegeben auf Erden wie im HIMMEL. Es gibt nichts, was du nicht tun kannst« (Ü-I.191.9:1-2).*

Meine Dankbarkeit kann nicht irgendeiner Besonderheit huldigen, nach dem Motto: »Zum Glück geht es mir besser als ...! Gott sei Dank habe ich nicht diese schlimme Krankheit wie ...! Gut, dass ich mehr Geld habe als ...!« Wahre Dankbarkeit kann niemanden ausschließen, denn sie erkennt an, dass kein Lebewesen ein Körper ist, dass es daher keine Trennung zwischen mir und irgendeinem anderen Lebewesen gibt und wir eins mit IHM sind. Mein Dank schließt nichts aus, denn jeder Ausschluss wäre ein Dank für nichts.

Wahre Dankbarkeit hängt daher wesentlich davon ab, wie ich die Welt und alle meine Brüder sehe. Sie wird damit zu einem wesentlichen Lernschritt auf dem Weg zu IHM. Sie ersetzt meine üblichen Reaktionen wie Ärger und das Verlangen nach Vergeltung und Strafe sowie auch jegliche Form von Angst. Das heißt aber in keinsten Weise, dass ich mich für den Angriff meines Bruders bedanken und damit seine Tat gutheißen soll, es bedeutet vielmehr die Erkenntnis, dass meine Verletzung nicht von einem getrennten Wesen kommt und ich daher in Wirklichkeit gar nicht verletzt werden kann. Ich danke für das, was mein Bruder IST – gemeinsam mit mir. Die Dankbarkeit ersetzt alle verletzenden Gedanken, da sie sich auf SEINE Gaben bezieht. *»GOTT hat für uns gesorgt und nennt uns SOHN. Kann es mehr als dieses geben?« (9:5-6).*

Diese Dankbarkeit ist damit ein irdisches Echo SEINER HIMMLISCHEN LIEBE. Sie schenkt jedem meiner Brüder, jedem Lebewesen, die LIEBE, die ihnen immer gehörte und immer gehören wird. Dadurch ebnet meine Dankbarkeit den direkten Weg zu IHM und zu SEINER LIEBE, nicht nur für mich, sondern für alle meine Brüder.

Kommentar 196

15. Juli

Bei dem karfreitäglichen Passionsritual gehören auf den Philippinen die Selbstgeißelung und die Kreuzigung einiger Teilnehmer zur religiösen Praxis. Auf diese martialische Weise wird für schlechte Taten gebüßt, ein Sühne-Opfer gebracht oder an Jesu' Erlösungstod erinnert. Dieses blutrünstige Theater spiegelt jedoch nur die Gedanken des Ego-Denkensystems wider, welches behauptet, Angriff sei wirklich. Also muss ich mich verteidigen, indem ich selbst angreife, um frei zu sein: *»Der trübselige, hoffnungslose Gedanke, dass du andere angreifen und selbst entrinnen kannst, hat dich ans Kreuz genagelt«* (5:1).

Dahinter steckt eine abgrundtiefe Angst vor GOTT: Denn ich habe IHN angegriffen, ich habe SEINE Wirklichkeit zerstört, indem ich IHM einen Teil entrissen habe – mich. Wenn ich angreifen kann, um frei zu sein, dann wird GOTT dies auch tun. Daher suche ich nun verzweifelt nach Möglichkeiten, IHN zu besänftigen, sei es durch »gute Taten«, oder sei es durch extreme Formen der Buße (wie die körperliche Selbstgeißelung), denn es zeigt IHM, dass ich meine gewaltige Schuld eingestehe.

Diese wahnsinnige Vorstellung des Ego-Denkensystems ist die Basis für den Glauben, mein Angriff könne mich befreien. Ich sehe von mir getrennte Körper und projiziere damit das Empfinden von Bedrohung nach »außen« – mein Bild von Gott eingeschlossen. Dadurch wird mein Angriff gerechtfertigt. Aber ich werde nicht frei, denn es gibt kein Außen!

Der erste Schritt der Vergebung besteht in der Einsicht, dass kein Angriff von außen kommen kann. Nur meine eigenen Gedanken können mich verletzen. Zunächst muss die Verantwortung mir – wenn auch nur kurz und zaghaft – zurückgegeben werden. Dann ist die Angst vor GOTT nicht mehr gerechtfertigt und es gibt keinen Grund dafür, mich vor Rache und Vergeltung der Welt zu fürchten, da ich sie nicht verletzen kann. So kann ich GOTT wieder in meinem Geist willkommen heißen.

Diesen Schritt zur Einsicht will ich heute tun. Ich bin bereit, mir bei jedem Impuls des Angreifenwollens oder bei jeder Angst, weil ich mich von jemandem bedroht fühle, klar zu machen, dass ich mich nur selbst kreuzigen kann. Ich will in Betracht ziehen, dass der andere nicht die Ursache für meine Angst ist. Denn dann kann ich mich an IHN wenden und um SEINE Sicht bitten. So wird jeder Angriff heute zum Meilenstein der Erlösung – für meinen Bruder und mich.

Kommentar 197

16. Juli

In der vorigen Lektion habe ich gelernt, dass mich nur meine eigenen Gedanken verletzen können. Mein erster Schritt zur vollständigen Befreiung besteht also darin, die Verantwortung für meine Gedanken der Bedrohung zu übernehmen – mit SEINER Hilfe.

Nun folgt der zweite Befreiungsschritt. Er beginnt damit, dass ich meine in »huldvoller Vergebung« und »herzenswarmer Güte« dargebrachten Gaben nicht ohne Bedingungen gebe. Wird mir keine Dankbarkeit entgegen gebracht, ziehe ich sie sogar zurück.

Ob ich nun eine alte Dame zum Arzt fahre, ein Kind vor dem Ertrinken rette, Nachbars Lumpi versorge, wenn ersterer verweist ist oder meine Organe post mortem zur Verfügung stelle – immer erwarte ich Dankbarkeit. Selbst bei einem Gutenmorgengruß rechne ich damit, dass er erwidert wird. Ich erwarte Wertschätzung und Anerkennung für meine Dienste und Gaben und ich bin enttäuscht oder verärgert, wenn meine Anstrengungen nicht entsprechend gewürdigt werden.

Die erste Lektion des HEILIGEN GEISTES heißt: *»Damit du hast, gib allen alles«* (T-6.V.A). Sie stellt meine Wahrnehmung wieder auf die Füße. Es ist der einzige Schritt, den ich selbst tun muss. Damit ist allerdings nicht gemeint, dass ich mein letztes Hemd opfern soll. Alles, was ich der Welt (und damit auch mir) wirklich schenken kann, ist die Vergebung. Und für diese Gabe ist die Welt mir dankbar. Im Geiste aller meiner Brüder gibt es einen Teil, der mit dem meinen verbunden ist und mir dankt – selbst wenn ich es nicht sehen kann. Erst die freudige Vergebung dessen, was nie geschehen ist, zeigt mir schließlich das, was ich wirklich BIN.

Anders als die Opfergaben des Ego werden GOTTES LIEBESGABEN uneingeschränkt und ohne Vorbehalt empfangen. Und so kann ich auch nur geben wie ER, uneingeschränkt und ohne Vorbehalt. GOTT dankt mir für jede meiner Gaben, denn ich kann nur mir selbst geben. Dankbar und frei von allen Dingen erkennt der SOHN GOTTES nun seine wahre IDENTITÄT.

So will ich freudig diesen zweiten Schritt tun und der Welt die Befreiung anbieten – die auch meine Befreiung ist. Ich biete allen in Dankbarkeit meine Vergebung an, damit sie die vermeintlichen Sünden wegnimmt. So erkenne ich, dass ich nur geben kann wie ER, ohne jede Vorbedingung. SEINE Gaben, einmal gegeben, sind immer mein. Und so gebe ich, ohne etwas zurückzuverlangen.

Kommentar 198

17. Juli

Illusionen zeigen etwas, das nicht existiert. In der Psychotherapie werden sie als Sinnestäuschungen verstanden. Solche Täuschungen können keine Wirkungen haben, aber sie können weitere Täuschungen hervorrufen, welche wiederum weitere Täuschungen hervorrufen können. Wird also eine Illusion als wirklich angesehen, entsteht eine Kette von scheinbaren Wirkungen, die ich als wahr ansehe. Es ist nicht sinnvoll, meinen tiefen Glauben an die Wirklichkeit von Illusion einfach abzutun oder zu verleugnen. Aber es ist äußerst hilfreich, die Wirklichkeit und damit die Wirksamkeit von konkreten Illusionen infrage zu stellen.

Eine grundlegende Täuschung besteht in dem Glauben, dass ich verletzt werden kann. Dies ist aufgrund dessen, was ich wirklich BIN, völlig unmöglich – ungeachtet der scheinbaren »Beweise«, die es dafür geben mag. *»Der Geist kann nicht angreifen, aber er kann Phantasien machen und den Körper anweisen, sie auszuagieren«* (T-6.IV.3:5). Illusionen bringen Illusionen hervor, und das schließt diese »Beweise« ein.

Nehme ich für mich das Recht in Anspruch, zu verurteilen und daraufhin anzugreifen, um zu verletzen, muss ich auch daran glauben, dass ich verletzt werden kann. Durch jede Verurteilung, von der kleinsten Abneigung bis zum abgrundtiefen Hass, mache ich mich selbst zum Gefangenen der Illusion – und damit der Angst und Bedrohung. Glück und Frieden sind nun unmöglich.

Befreiung bietet mir nur eine Illusion, die keine weiteren Illusionen hervorbringt: Vergebung. Für den geheilten Geist oder GOTT ist Vergebung unmöglich, denn ER kennt keine Verurteilung. Aber ich benötige diese letzte Illusion, damit meine Brüder und ich aus der Gefangenschaft befreit werden.

Ich habe in einer konkreten Situation also nur zwei Möglichkeiten: Ich kann verurteilen und damit die Illusion weiter ausdehnen, oder ich kann die Vergebung akzeptieren, und damit die einzige Gabe annehmen, die der HEILIGE GEIST für mich von GOTT bereithält. Gibt es irgendeinen vernünftigen Grund, die Gaben GOTTES zu verweigern, den damit verbunden Frieden abzulehnen und den Versuch zu unternehmen, stattdessen (im Extremfall) Tod und Verderben wahr zu machen? Mit jeder Verurteilung, die ich vornehme, sage ich, dass der Tod wirklich ist, und nicht das LEBEN, das GOTT mir und meinen Brüdern geschenkt hat.

Ist das wirklich mein Wille?

Kommentar 199

18. Juli

Der heutige Leitgedanke des Kurses eignet sich wunderbar als ständig präsenter Übungsgedanke, der nicht nur heute, sondern auch zukünftig auf alle denkbaren Situationen angewendet werden kann: »*Ich bin kein Körper. Ich bin frei.*« Es ist ein wesentlicher Gedanke des Kurses, was schon daran erkennbar ist, dass dieser Gedanke in der kommenden sechsten Wiederholung alle Übungen einschließt.

Meine Identifikation mit dem Körper macht jegliche Freiheit unmöglich. Diese Identifikation ist erlernt und ich hatte nie eine Veranlassung, sie infrage zu stellen. In meinem näheren und weiteren Umfeld gibt es keinerlei Hinweise darauf, dass dies ein Irrtum ist. Schließlich sind die »Beweise« dafür, dass mein Körper den »Geist« enthält, der »mich« ausmacht, erdrückend. Die moderne Wissenschaft hat das »Ich« inzwischen vom Herzen ins Gehirn verlagert und diesen Körperteil – als Sitz des »Bewusstseins« – zu dem gemacht, was ich »bin«. Der Geist wird zu einer Funktion des Gehirns degradiert.

Und doch ist der Körper nichts weiter als ein Werkzeug, ein »Gerät«, um in dieser Welt der Illusionen zu kommunizieren, solange Kommunion nicht möglich ist. Der Körper ist nicht das Behältnis für den Geist – es ist genau umgekehrt: Der Körper ist ein Denkmodell des (scheinbar) getrennten Geistes. Der holländische Kardiologe Pit van Lommel vergleicht daher das Bewusstsein mit einer Fernsehendung: Wenn der Fernsehapparat, also der Körper einschließlich Gehirn, »kaputt« ist, wird man nichts sehen. Das Gerät ist nur ein Empfänger, und wenn man es ausschaltet, existiert »die Sendung« trotzdem weiter.

Der Geist ist seiner Natur nach völlig frei. Er kennt keine Begrenzungen oder Beschränkungen, keine Angst und keine Gründe anzugreifen – wenn er dem HEILIGEN GEIST dient und damit in GOTT ruht. Tut er das nicht, ist er scheinbar gespalten und schränkt seine Freiheit selbst ein. Das wichtigste Hilfsmittel für diese Einschränkungen ist der Körper als Ausdruck und Manifestation der Angst, die dazu dient, die »Spaltung« aufrechtzuerhalten.

Darum will ich den heutigen Leitgedanken dazu nutzen, den Geist IHM zurückzugeben und um SEINE Sichtweise zu bitten. Er wird mir helfen, mich in konkreten Situationen daran zu erinnern, welche Rolle der Körper in dieser Situation spielt: der eigene Körper mit seinen Empfindungen, Gefühlen und Gedanken, der Körper meines Gegenübers oder all die Körper, die in irgendwelche Konflikte verwickelt sind, welche nichts unmittelbar mit mir zu tun haben.

Kommentar 200

19. Juli

»Der Tod ist die Voraussetzung für das Leben«, das ist eine vielfach akzeptierte Aussage. Betrachte ich die Welt mit dieser Aussage im Hinterkopf, finde ich viele Beweise für ihren Wahrheitsgehalt. Es gibt nichts, das in der Welt ewig ist, alles endet im Tod oder in der Zerstörung – mich eingeschlossen. Es ist nur eine Frage der Zeit. »Leben« ist auf den Tod anderen »Lebens« angewiesen. Ohne den Tod gibt es keine Nahrung, keinen Fortschritt, keine Entwicklung, keine Veränderung zum Besseren.

Wie kann ich in einer solchen Welt Frieden finden, obwohl ich weiß, dass ich am Ende alles verlieren werde? Hierin liegt der Grund für bittere Enttäuschungen, tiefe Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit, denn welches Glück auch immer ich in der Welt finde, es wird vergehen.

Was ist denn mit den »schönen Dingen des Lebens«? Den Partnerschaften, den liebevollen Beziehungen, den Karrierezielen, den sozialen Aktivitäten, den spirituellen Erlebnissen oder den vielen anderen Dingen, die das Leben »lebenswert« machen und ihm einen Sinn geben? Keine Frage, sie bieten kurz Trost, täuschen aber letztlich nur darüber hinweg, dass das Glück in dieser Welt nicht gefunden werden kann, und lassen mich die tiefe Verzweiflung aus dem Bewusstsein verdrängen.

Wenn ich wieder einmal einem »Anderen« Macht über die Bedürfnisse meines Lebens eingeräumt habe, die er niemals dauerhaft befriedigen kann, werde ich daher keinen Frieden haben ([Kommentar 103](#)). Ich habe ihn zu »meinem Abgott«, zu einer Art Elternfigur gemacht. Und ich habe mich davon abhängig gemacht, dass diese selbst ernannte Autorität ein – von mir – bestimmtes Verhalten an den Tag legt. Ähnlich, aber in einem scheinbar umgekehrten Machtverhältnis, verhält es sich mit meinem Körper. Er ist ebenfalls ein »Anderer« – in diesem Falle »mein Baby«, das volle Aufmerksamkeit verlangt und mir dazu dienen soll, dass ich ihm ständige Fürsorge und Verständnis entgegenbringen muss.

Aber nur der Frieden GOTTES ist unvergänglich, es ist der einzige Frieden, der existiert.

Sollte ich also die Welt verleugnen, auf die sinnlosen »Glücksmomente« verzichten, einfach sterben oder auf den Tod warten? Nein, das wäre der falsche Weg. Damit gäbe ich der Welt eine Bedeutung, die sie nicht hat. Der Frieden GOTTES beginnt in dieser Welt und führt mich zu IHM zurück, DEN ich nie verlassen habe: indem ich die widersprüchlichen Ziele aufgebe, die ich bei der vergeblichen Suche nach Glück mit den Dingen der Welt verbinde.

»Doch musst du dein Denken ändern über den Sinn und Zweck der Welt, wenn du Entrinnen finden willst« (5:2). Ich kenne den Sinn der Welt nicht. Stelle ich meine diffusen Meinungen und Vorstellungen über die Dinge und ihren Zweck in Zweifel, bin ich frei, SEINE Sichtweise auf die Welt zu erfahren. Ich erfahre, dass die Welt für mich nur den Zweck hat, sie mit anderen Augen zu sehen – ihr einziger Zweck heißt: Vergebung.

Kommentar 201

20. Juli

6. Wiederholung

Nun beginnt die letzte Wiederholungsserie und damit die Überleitung zum zweiten und eher kontemplativen Teil des Übungsbuches. Schon für diese Wiederholung wird keine besondere Struktur oder Übungsform vorgegeben. Sie ist daher der Art der Übungen im zweiten Teil sehr ähnlich.

Jeder der wiederholten Gedanken enthält den ganzen Lehrplan und *»würde allein für die Erlösung reichen, würde er nur wahrhaftig gelernt«* (1:3). Ich lasse keinen dieser Gedanken aus, denn obwohl sie scheinbar unterschiedlich sind, verschmelzen sie alle letztlich zu EINEM GEDANKEN.

Die längeren Übungszeiten am Morgen und am Abend sollten mindestens eine Viertelstunde dauern. Nach Möglichkeit sollte ich stündlich die Übung des Tages wiederholen. So oft ich mich daran erinnere, wiederhole ich den Leitgedanken auch zwischen den stündlichen Übungen.

Jede Übung beginnt und endet jeweils mit diesem zentralen Kursthema (3:3-5), das mich an meine eine Funktion erinnert: die Welt, die ich sehe, zu transzendieren.

»Ich bin kein Körper. Ich bin frei. Denn ich bin nach wie vor, wie Gott mich schuf.«

Dann wiederhole ich langsam und sorgfältig den Leitgedanken, der mir für den Tag gegeben wurde. Anschließend schließe ich die Augen, werde still und vergesse alles, was ich glaube zu verstehen oder zu wissen. Worte spielen keine Rolle, also versuche ich, über Worte hinaus zu gehen. Ich gebe mein ganzes Üben IHM, meinem LEHRER und lasse IHN mich lehren. ER steht immer bereit, wenn ich mich an IHN wende.

Gewinnt dennoch das nichtige Denken der Welt Oberhand in meinen Geist, so begegne ich jedem dieser Gedanken mit den Worten: *»Diesen Gedanken will ich nicht. Stattdessen wähle ich: _____«* (6:1). Dann wiederhole ich den jeweiligen Leitgedanken des Tages.

Heute beginne ich mit dem ersten Leitgedanken, den ER mir zur Wiederholung gibt:

(181) *»Ich vertraue meinen Brüdern, die eins mit mir sind.«*

Kommentar 202

21. Juli

6. Wiederholung

Wir alle haben die gemeinsame Sehnsucht, nach Hause zu kommen. Es ist kein bewusstes Streben, aber irgendwo tief im Inneren verlangt es uns nach einer Zeit oder einem Ort, den wir mit »Heimat« assoziieren – ohne diesen Begriff überhaupt zu nutzen oder ihm eine besondere Bedeutung zu geben.

Der »verlorene Sohn« möchte nach Hause. Schon 1430 dichtete Heinrich von Laufenberg: *»Ich wollt, daß ich daheime wär / und aller Welt nicht diene mehr. / Ich mein' daheim im Himmelrich, / da ich Gott schauet ewiglich. [...] Daheim ist Leben ohne Tod / und ganze Freude ohne Not.«*

Ob Hochmittelalter oder jetzt: Die Wahrheit leuchtet uns gemeinsam NACH HAUSE, wo ich EINS mit unserem VATER BIN. Getrennt von IHM und meinen Brüdern schein ich ein machtloses Einzelwesen zu sein, ein Sonnenstrahl ohne Sonne und ohne Ausdehnung (Kommentare 84, 146). Wenn der Groll des Nichtvergebens in Form von Zeit (Vergangenheit) und Raum (Trennung) meinen Geist umwölkt, kann kein Wunder geschehen, dann ist Erlösung unmöglich. Sie ist nur möglich, wenn ich einen heiligen Augenblick – also jetzt – still bin, alles Äußere, jeglichen Groll, jegliche Vorstellung, jegliches gedankliche Bild, ja jeglichen Gedanken sich lösen und entschwinden lasse.

Das klingt nach aktiver Abwendung von allen Gedanken, negativen Gefühlen und äußeren Einflüssen – nach viel Arbeit also, die erst nach jahrzehntelanger Meditationspraxis Früchte trägt. Doch hier geht der Kurs einen anderen Weg: Das Lernen und die praktische Anwendung der Lektionen dienen dazu, die kleine Bereitschaft aufzubringen, nach Hause zu gehen und das EINZIGE, was wahr ist, zu akzeptieren. Den Weg kenne ich nicht, also wende ich mich an IHN, DER den Weg kennt. Ich brauche GOTT den Weg nicht zu zeigen, ich brauche mich nur führen zu lassen und SEINE STIMME weist mir den Weg.

»Stille« bedeutet, dass ich nichts anderes will, als SEINE STIMME zu hören. Dies kann genau jetzt sein oder in 30 Jahren: *»Erlösung ist augenblicklich. [...] Wenn du noch einen kleinen Raum zwischen dir und deinem Bruder beibehalten möchtest, möchtest du noch ein wenig Zeit, in welcher die Vergebung für ein Weilchen vorenthalten wird«* (T-26.VIII.3:1,8).

(182) *»Ich will einen Augenblick lang still sein und nach Hause gehen.«*

Kommentar 203

22. Juli

6. Wiederholung

GOTT gab mir SEINE STIMME, um mich heimzurufen. Ich habe also eine STIMME, über DIE ich ständig mit IHM kommunizieren kann. Wenn ich GOTTES NAMEN anrufe, wähle ich SEINE GEDANKEN, welche keine Sünde kennen. Ich wähle damit meinen eigenen und einzig richtigen Namen.

- Ich rufe nach SEINER Stärke – statt mit der Schwäche meines kleinen Ichs vorlieb zu nehmen.
- Ich rufe nach der Macht des GEISTES – statt an meine Hilflosigkeit, Bedürftigkeit und Ohnmacht zu glauben.
- Ich rufe nach meiner Freiheit als GOTTES SOHN – statt meine Egozentrik in der Enge besonderer Beziehungen zu pflegen.
- Ich rufe nach der Gewissheit, sicher in GOTTES HAND zu ruhen – statt meinen Ängsten und Zweifeln zu vertrauen.
- Ich rufe nach der WAHRHEIT und dem LEBEN – statt meine Illusionen von Krankheit, Magie und Tod für wirklich zu halten.
- Ich rufe nach dem LICHT in mir – statt orientierungslos zwischen den Schatten der Dunkelheit herumzuirren.

Wenn ich den NAMEN GOTTES anrufe, wähle ich SEINE LIEBE, SEINEN Frieden und die Freude und das Glück des HIMMELS.

Der NAME GOTTES ist kein bestimmtes Symbol. Welches Symbol ich wähle, ist unerheblich, solange ich es mit der EINZIGEN WAHRHEIT assoziiere. Mit diesem Namen klopfe ich an die Tür zu IHM, die scheinbar verschlossen ist und mir den Weg versperrt. Der NAME ist der Schlüssel, der mir zeigen wird, dass diese Tür niemals verschlossen war. ER wird sie für mich öffnen – wenn ich IHN lasse. Denn eine solche Tür hat niemals existiert ...

(183) *»Ich rufe GOTTES NAMEN und meinen eigenen an.«*

Kommentar 204

23. Juli

6. Wiederholung

Auf den ersten Seiten des Textbuches ist zu lesen: *»Du bist GOTTES Werk, und SEIN Werk ist ganz und gar liebenswert und ganz und gar liebevoll. So muss ein Mensch in seinem Herzen über sich selbst denken, weil das ist, was er ist«* (T-1.III.2:3-4). Wer ist mit diesem Menschen gemeint? Bin ich als körperlich-geistiges Wesen angesprochen, das sich von anderen körperlich-geistigen Wesen unterscheidet, und ist mit dem Herzen ein physisches Organ gemeint? Diese Frage lässt sich leicht beantworten, denn die Welt ist ein unwirkliches Machwerk, eine Projektion des Trennungsgedankens und ich bin sowohl der Erfinder der Welt, die ich sehe – also der Träumer des Traumes – als auch ihr vermeintliches Opfer, der »Held« dieses Traumes (T-27.VII, VIII).

ICH jedoch bin GOTTES wirkliches Werk, eine Ausdehnung SEINER LIEBE und ER ist mein SCHÖPFER. Das, WAS ich wirklich BIN, ist also der SOHN GOTTES. Der SOHN GOTTES trägt SEINEN NAMEN, aber er kann sich nicht selbst erschaffen. Deshalb sagt der *Ein Kurs in Wundern* ganz deutlich: *»Es ist ebenso nötig zu begreifen, dass du die Welt gemacht hast, die du siehst, als auch, dass du dich nicht selbst erschaffen hast«* (T-21.II.11:1). Hierbei geht es nicht um eine zeitliche Abfolge – MEIN VATER kennt keine Zeit und daher kann auch SEIN SOHN nicht der Zeit unterworfen sein: ER ist nicht auf die kurze Spanne einer leiblichen »Existenz« auf diesem Planeten begrenzt. SEIN SOHN braucht keine langen Jahre der Entwicklung, um sein GÖTTLICHES Erbe zu erlangen, es ist jetzt da. SEIN SOHN ist kein Produkt irgendeiner Vergangenheit und braucht deshalb auch die Zukunft nicht zu fürchten. SEIN SOHN ist frei von allen Begrenzungen, von all den – Kraft seines träumenden Geistes – hervorgebrachten Illusionsblasen.

SEIN SOHN ist zwar kein physischer Mensch mit einem Herzen, aber der HEILIGE GEIST kann *»all die kleinen Namen und Symbole, die die Welt der Dunkelheit beschreiben«* für SEINE Zwecke verwenden (Ü-I.184.11:1).

Hier in dieser Traum-Welt sind deshalb Wunder mein Erbe. Solange ich noch nicht DAS, WAS ich BIN, wiedererkennen kann, brauche ich sie als Rückerinnerung an meine wahre und einzige HEIMAT. Das schrittweise Aufheben meiner Besonderheit »als Mensch« nicht zu blockieren und die LIEBE GOTTES in mein Herz einzulassen, heißt, SEIN Erbe anzunehmen. Meine wahre IDENTITÄT, in der ich mit GOTT verbunden bin, bedarf keiner Wunder.

(184) *»Der NAME GOTTES ist mein Erbe.«*

Kommentar 205

24. Juli

6. Wiederholung

Was könnte ich anderes wollen, als SEINEN Frieden? Nein, das ist keine Frage. Es ist der Grund, warum ich diesen *Kurs in Wundern* seit mindestens 205 Tagen lerne.

Mein »kleines Ich«, das dem Ego-Denkensystem entspringt (und daher *nicht* der Macher der Welt ist), kennt nur Schuldgefühle, Opfereisen, Einsamkeit und die Suche nach Besonderheit. Mein Leben scheint ein ständiges Auf und Ab zu sein, denn meine Hochs muss ich stets mit der Angst vor den unvermeidlichen Tiefs bezahlen. Die ekstatischen Hochgefühle meiner Berg- und Talfahrt haben nichts mit der wahren Freude und der Seelenruhe SEINES Friedens zu tun. Denn die Freuden der Besonderheit stellen immer Bedingungen und bringen deshalb ihren Schatten gleich mit. GOTTES Frieden hingegen kennt keine Bedingungen. SEIN Frieden ist so rein und unschuldig wie der junge Morgen. Die wahre Freude des inneren Friedens bleibt von äußeren Situationen völlig unberührt.

Es gibt eine schöne Geschichte aus dem alten Japan: Zen-Meister Hakuin wurde von seinen Nachbarn als »einer, der ein reines Leben führt«, gepriesen. In seiner Nachbarschaft soll ein wunderschönes Mädchen gewohnt haben, das eines Tages schwanger war. Selbst auf starken Druck der aufgebracht Eltern mochte es jedoch nicht gestehen, wer der Kindsvater war. Endlich, nach langem Drängen, nannte sie Hakuin. Voller Vorwürfe gingen die erbosten Eltern daraufhin zu dem Alten. Alles, was er dazu sagen hatte, war: »Soso.«

Nach der Geburt des Babys brachte man es sofort zu ihm. Obwohl er mittlerweile seinen guten Ruf verloren hatte, kümmerte er sich in allerbesten Weise um das Kind. Seine letzten Schüler verließen ihn nun auch noch, denn bei einem solch unmoralischen Meister wollten sie nicht bleiben. Und so war er eines Tages ganz alleine mit dem Kind. Er sah sich in seinem leeren Kloster um und sagte zu sich: »Soso.«

Irgendwann konnte es die junge Mutter dann doch nicht mehr aushalten und beichtete ihren Eltern, dass der echte Vater ein junger Fischverkäufer war. Die zerknirschten Großeltern gingen wieder zu Hakuin und entschuldigten sich wortreich. Die Antwort des alten Zen-Meisters war nur: »Soso.«

Dieses Gleichnis zeigt mir: Nichts kann mir den unerschütterlichen Frieden und die Gelassenheit rauben, wenn ich weiß, dass ich in GOTT BIN.

(185) »*Ich will den Frieden GOTTES.*«

Kommentar 206

25. Juli

6. Wiederholung

Nicht einmal der Macher der Welt, sogar des ganzen Universums, kann sein eigener Schöpfer sein. Die Welt und alles, was er gemacht und nun zu sehen scheint, kann nicht wahr sein und daher gibt es keine wirkliche Ursache dafür. »Ich«, als der vermeintliche Mitspieler in diesem »Monopoly-Traum«, versuche möglichst viele Besitzrechte zu erwerben, denn das Ziel meines Spiels ist es, ein Imperium aufzubauen und alle anderen Mitspieler in die Insolvenz (*insolvens*, lat., »nicht lösend«), im Sinne von den »Schuld-Schein« nicht einlösen könnend, zu treiben.

Diese Schuldsuche gründet deshalb auf nichts. Das »Ich«, mit dem ich mich identifiziere, ist ein Produkt des Ego-Denkens und deshalb nicht wahr. Auch die Illusionen von Raum und Zeit, die ich als »Welt« bezeichne und für wahr halte, mitsamt all ihren Körpern, welche die Wirklichkeit meiner Brüder ersetzen – nicht eines dieser Machwerke ist wahr. Also hat nichts davon eine Ursache – nichts davon existiert.

Nach dem Auftreten des Trennungsgedankens erfolgte die erste scheinbare Spaltung des Geistes durch das Hervorbringen eines Bewusstseins und damit der Wahrnehmung (siehe T-3.IV.2). Es entstand das Ego – und der Geist wurde zum Wahrnehmenden statt zum Mitschöpfer. Als Antwort darauf gab GOTT die STIMME des HEILIGEN GEISTES, die mir den *rechtgesinnten* Weg zurück zeigt und so die Trennung unmittelbar aufhebt. Als Reaktion auf diese Recht- und Falschgesinntheit projizierte der *falschgesinnte* Geist die Rache für die Täterschaft der Trennung auf ein furchterregendes Gottesbild, um sich als Opfer zu sehen: Die Schuld war geboren, um die scheinbare Trennung aufrecht zu erhalten.

Aber selbst nach diesem Schritt gibt es immer nur ein einziges Ego – wenn auch die nunmehr folgende Spaltung diejenigen Fragmente und »Geistessplitter« zu entwickeln scheint, die zur Vielfalt des Universums, der Körper und der individuellen »Ichs« führen. Mit einem dieser »kleinen Ichs« identifiziere ich mich. Gleichgültig, wie weit das Ego sich nun noch weiter zersplittert – schließlich ist es der Ausdruck des Trennungsgedankens: Es gibt nur ein Ego und einen Geist. An ihn wendet sich *Ein Kurs in Wundern*, wenn er »du« sagt.

Die Aufhebung der Spaltung, die Erlösung der Welt, hängt davon ab, ob ich meine Funktion wahrnehme, die SEINE STIMME mir zuweist. Ich bin nicht dieses winzige Geistessplitterchen, für das ich mich halte. Daher ist es wahre Demut, wenn ich die Rolle akzeptiere, die ER im Erlösungsplan für mich vorgesehen hat, statt die Rolle als machtloses Opfer zu spielen, die das Ego mir zuweist.

(186) »Die Erlösung der Welt hängt von mir ab.«

Kommentar 207

26. Juli

6. Wiederholung

Wem muss ich zuerst vergeben, meinem Bruder oder mir? Die Frage stellt sich nicht, wenn ich anerkenne, dass es kein Vorher-Nachher gibt und auch keinen von mir getrennten Bruder.

Von dem SciFi-Autor Robert Heinlein gibt es die Kurzgeschichte *All You Zombies*, in welcher das Waisenkind *Jane* via Zeitreise-Paradox und Geschlechtsumwandlung zugleich ihre Mutter, Großmutter, Tochter, Nichte sowie auch ihr Vater, Großvater, Sohn und Neffe ist. Würde man *Janes* Familienstammbaum aufmalen, könnte man sehen, dass alle Zweige und Wurzeln sich holografisch als der ganze Baum abbilden, alle sind ein und dieselbe Person. *Jane* ist somit nicht nur ihre eigene Mutter und ihr eigener Vater, sondern füllt die komplette Familie aus.

Ähnlich verhält es sich mit den Figuren meines nächtlichen Traumlebens. Der Tiefenpsychologe Carl Gustav Jung hat eruiert, dass alle Figuren meines gesamten Traum-Kosmos' nichts anderes sind, als ich selbst, der Träumer. Ich bin der Träumer. Da macht es wenig Sinn, meinen Traumakteuren irgendwelche Prädikate zu verleihen und für oder gegen sie Partei zu ergreifen. Das wäre ungefähr so, als spielte ich gegen mich selbst Schach (vergleiche auch T-23.Einl.6:1 und Kommentar zu [Lektion 28](#)).

»Geben und Empfangen sind in Wahrheit eins. Ich werde empfangen, was ich jetzt gebe« (Ü.I.108.8:1-2). Wenn ich meinen Bruder segne, segne ich mich selbst. Wenn ich mich segne, segne ich die Welt. Denn es gibt keine Welt, losgelöst von meinen Wünschen (Ü-I.132.5:1). Das Gegenteil von Segen wäre Fluch. Dieses Wort kommt im Kurs nur an wenigen Stellen vor, zum Beispiel hier: *»Wenn Sünde wirklich ist, dann ist Erlösung dein bitterlicher Feind geworden, und GOTTES Fluch liegt auf dir, der SEINEN SOHN gekreuzigt hat«* (Ü-I.101.4:5). Wie der Leitgedanke derselben Lektion jedoch aussagt, ist SEIN WILLE nur vollkommenes Glück für mich.

Wenn ich GOTTES Glück und Segen für mich annehme, dann bin ich auch ein Segen für die Welt, dann glaube ich an ihre und meine Unschuld und Sündenlosigkeit: *»Der Segen GOTTES leuchtet auf mich aus dem Innern meines Herzens, wo ER wohnt. Ich brauche mich nur an IHN zu wenden, und jeder Kummer schmilzt dahin, während ich SEINE grenzenlose LIEBE zu mir akzeptiere«* (1:2-3).

(187) *»Ich segne die Welt, weil ich mich selber segne.«*

Kommentar 208

27. Juli

6. Wiederholung

Jetzt ist die einzige Zeit, die es gibt. Die Vergangenheit ist vergangen, sie ist nur eine Vorstellung im Geiste, die sich auf nichts Wirkliches bezieht und daher keine Ursache für irgendetwas sein kann. Die Zukunft ist noch nicht geschehen, sie ist nur eine Projektion der Vergangenheit, sie folgt nicht auf irgendetwas. Der Frieden GOTTES ist immer *jetzt*, er war nicht und er wird nicht sein. Er *ist* immer, denn GOTT IST, völlig unabhängig von jeder zeitlichen Vorstellung.

Wenn es heißt, dass der Frieden GOTTES in mir »leuchtet«, dann muss ich also nur kurz die Augen zumachen, um ihn zu sehen? – Ja. – Kann ich ihn auch hören, indem ich zum Beispiel tief durchatme und alles loslasse, was um mich herum so zu passieren scheint? – Ja. – Ich kann ihn auch fühlen, riechen und schmecken? – Ja. – Der Frieden GOTTES hängt von keinem der Sinne ab und unterliegt keinen Bedingungen. Ich kann ihn daher immer jetzt sehen, hören, schmecken, riechen, empfinden, erfahren.

Ist der Frieden für mich nicht präsent, bedeutet das nicht, dass er kommt und geht, mal da ist und mal nicht. Der Frieden GOTTES ist immer da, immer jetzt. Will ich ihn nicht, scheint er abwesend zu sein. Ich habe ihn dann aber einfach nur ausgeblendet.

Bin ich jedoch still, jenseits der verschiedenen Wünsche und Begehrlichkeiten, die sich üblicherweise widersprechen, ist auch die ganze Welt mit mir still. Und der Frieden ist da. »Stille« ist nicht die Abwesenheit von Geräuschen, abseits der geschäftigen Welt in der Einöde, oder die Abwesenheit von Gedanken und Gefühlen. Sie ist mitten im Alltag möglich, denn genau dort findet Vergebung statt – und damit Stille.

Der Frieden GOTTES ist »*in meinem Herzen, das Zeugnis ablegt für GOTT SELBST*« (2:4), und damit ein Sinnbild für meinen inneren Altar. Genauso wie ich in dieser Welt, aber nicht von dieser Welt, BIN. In diesem Sinne ist mein Körper ein Tempel, eine Zuflucht, ein Treffpunkt, wo ich IHM jederzeit begegnen kann. Denn diese Welt an sich birgt nichts, was ich wirklich will. Schon in Lektion 129 wird mir deshalb die einzige Wahl vorgeschlagen, die ich hier habe, wenn ich diesem »Nichts« keinen Wert mehr beimessen will: »*Jenseits dieser Welt gibt es eine Welt, die ich will. Ich treffe die Wahl, jene Welt statt dieser hier zu sehen, denn hier ist nichts, was ich wirklich will*« (Ü-I.129.7:3-4).

(188) »*Der Frieden GOTTES leuchtet jetzt in mir.*«

Kommentar 209

28. Juli

6. Wiederholung

Die LIEBE GOTTES hat mich erschaffen (1:2). Und »*Erschaffen heißt lieben*« (T-7.I.3:3). Es ist die Natur der LIEBE, dass sie sich über alle Grenzen ausdehnt und immer mehr von SICH SELBST schafft. SIE schafft SICH SELBST als gleich. Meine wahre IDENTITÄT als SOHN GOTTES lässt mich daher nur LIEBE sein, denn das, was GOTT erschafft, ist wie ER SELBST.

Meine Gaben sind GOTTES Frieden und ewige Freude, dank SEINER grenzenlosen LIEBE. *LIEBE ist alles, was ich BIN* (1:3). Es kann daher nichts in mir geben, das nicht LIEBE ist. Dieses »Etwas« in mir, das mich immer wieder ängstlich und depressiv oder gelangweilt und kraftlos oder auch wütend und gehässig sein lässt, ist nur eine Illusion, es kann nur ein Hirngespinnst sein.

Solange ich in einem Körper zu sein glaube, muss ich zwischen lieblosen und wunderbaren Ausdruckskanälen wählen, ich muss etwas ausdrücken. Zwar kann ich mich dabei selber lähmen und meine Schöpferkraft fast bis auf null reduzieren, niemals jedoch kann ich sie vernichten (siehe T-1.V.1:3-6).

Meine Lieblosigkeiten sind deshalb nicht echt, das bin ich nicht! Ich bin nur LIEBE und kann in Wirklichkeit auch nur das weitergeben, was ich BIN: LIEBE – selbst wenn mir das oft gar nicht bewusst ist. So bitte ich um Wunder anstelle meiner Lieblosigkeiten, ich bitte darum, auch in dieser Welt EINHEIT und Reinheit zu erfahren.

Von Helen Schucman gibt es ein frühes Gedicht *Begrüßung (Die Gaben Gottes)*:

»Sag nur: ‚Ich liebe dich‘ zu allen Lebewesen, und / sie breiten ihren Segen über dich, / damit in Sicherheit du immer bleibst, gewiss, / dass du zu GOTT und ER zu dir gehört.

Was anders als ‚Ich liebe dich‘ kann denn der Gruß / des CHRISTUS sein an CHRISTUS, DER nur SICH / willkommen heißt? Was sonst bist du als GOTTES SOHN, / der CHRISTUS, den ER zu SICH SELBST willkommen heißt?«

Heute will ich mein Herz öffnen, um GOTTES LIEBE zu verströmen.

(189) *»Ich fühle GOTTES LIEBE jetzt in mir.«*

Kommentar 210

29. Juli

6. Wiederholung

GOTT kennt keine Schmerzen jeglicher Art, seien sie nun körperlich oder seelisch-geistig. Diese sind einzig und alleine meine Idee, sie spielen sich nur in meinen Gedanken ab. Betrachte ich meine jeweiligen Befindlichkeitsstörungen wie etwa Kopfschmerzen, Magenverstimmung, Muskelverspannungen oder Husten und Schnupfen – all das spielt sich in meinen tief sitzenden Vorstellungen von mir und der Welt ab. Es sind Gedanken, die ich getrennt von GOTTES GEDANKEN denke.

Unabhängig davon, ob ich nun daraufhin Medikamente einnehme, mich einer Reiki-Behandlung unterziehe oder mich operieren lasse, ich maskiere damit nur ein Symptom, statt IHN um die Heilung des Geistes zu bitten. Das heißt aber keinesfalls, dass »weltliche« Behandlungsmethoden unterlassen werden sollten, im Gegenteil, davon ist dringend abzuraten!

Auch wenn ich unter schwersten oder chronischen Schmerzen leide, will ich in der Kurspraxis verleugnen, dass es entweder »Gottes Zorn« oder gar seine Nichtexistenz sein könnte, die mich dies erdulden lässt. Ich will lachen bei dem Gedanken, dass GOTT zornig sein könnte und erkennen, dass der Schmerz mir nur zeigt, dass meine Meinung über das, was ich zu sein glaube, falsch ist (siehe auch Ü-I.190.2:3). Daher will ich mich nicht auf die Hoffnung konzentrieren, dass die Schmerzen vergehen, sondern vor allem auf die Heilung des Denkens, welches sie verursacht hat.

»Wollt ihr mein Geheimnis wissen?« – mit dieser Frage soll der hochbetagte Jiddu Krishnamurti in einer seiner letzten Reden die Zuhörerschaft überrascht haben. Alle waren gespannt, denn viele kamen schon seit Jahren zu den Vorträgen. Sollte der Meister endlich den ultimativen Erlösungs-Code mitteilen? »Hier ist mein Geheimnis«, sagte Krishnamurti, »ich habe nichts gegen das, was geschieht.« Er wusste um die Bedeutungslosigkeit der Erscheinungen, welche auch Schmerzen mit einbeziehen. Es gibt nichts, gegen das es sich zu kämpfen lohnt. Es gibt keine Identifikation mit den »Dingen«, auch nicht mit den Schmerzen.

Dies steht im Einklang mit *Ein Kurs in Wundern*, der die Dissoziation von sämtlichen Trennungseignissen – gleich welcher Art – lehrt und damit die Assoziation mit solchen Ereignissen als eigentliche Krankheit bezeichnet. Nur das Enttarnen dessen, was ich nicht bin, führt zur wahren IDENTIFIKATION. Ich bin LICHT und LIEBE, ein Ausdruck SEINER Freude. Angst, Schmerz und Leid in jeder Form ist Dunkelheit. Daher kann ich kein Schmerz sein. Ich bitte IHN darum, mir zu zeigen, was ich wirklich BIN.

(190) »Ich wähle GOTTES Freude anstatt Schmerzen.«

Kommentar 211

30. Juli

6. Wiederholung

Wenn von meinem Selbst die Rede ist, denke ich als erstes an das kleine Selbst, mit dem ich mich identifiziere – ein genau abgegrenztes und damit besonderes Wesen unter Quadrillionen von Quadrillionen anderer Lebewesen. Es ist insbesondere definiert durch meinen Körper, der mich augenscheinlich von anderen Wesen unterscheidet. Viel wichtiger aber sind meine privaten Gedanken und Gefühle, die nur mir gehören. Dazu kommen die wertvollen Erfahrungen, die mein Wissen und meine Fähigkeiten ausmachen sowie meinen Charakter formen. Dieses besondere Wesen, das ich meine zu sein, sehe ich als erfolgreich an oder als gescheiterte Existenz. Alle diese Dinge machen mein Selbstbild aus – besser gesagt: mein Selbsturteil.

Merke ich eigentlich nicht, dass dieses Selbst, das ich vermeintlich bin, stets die Dunkelheit sucht und in Angst und Schrecken lebt, weil seine Besonderheit ständig bedroht ist und weil sich »Gott« für die Trennung von ihm rächen wird – auch dann, wenn ich gar nicht an Gott glaube? Es ist ständig unzufrieden, weil es sich im Wettbewerb mit anderen kleinen Selbstern befindet und dabei ständig bemühen muss, sein Recht auf ein wenig Glück zu behaupten.

Alle diese kleinen Selbstern spielen ihre besonderen Rollen und kämpfen um das vermeintliche Glück, das durch eine Unzahl von Symbolen zum Ausdruck gebracht wird. Es ist ein begrenztes Glück, ein knappes Gut, das durch diese Beschränkungen automatisch Kampf erfordert. Mit wahren GLÜCK, unbegrenzt und allgegenwärtig, hat das nichts zu tun – so wenig wie das kleine eingebildete Selbst etwas mit mir und dem, was ich wirklich BIN, zu tun hat. Und so wenig, wie die anderen Selbstern etwas mit meinen Brüdern zu tun haben.

Meine wahre IDENTITÄT ist unabhängig von irgendeiner Rolle, die irgendein abgetrenntes Selbst – mich eingeschlossen – spielen mag. Denn meine wahre IDENTITÄT ist der heilige SOHN GOTTES. Und DIESE umfasst alle Lebewesen!

Mein wahres SELBST ist mit GOTT verbunden und von solch einer Macht und Größe, dass ich befreit auflachen könnte, wenn ich SEINER auch nur ein wenig gewahr würde. Weltliche Selbstherrlichkeit ist IHM völlig unbegreiflich: *»In Schweigen und in wahrer Demut suche ich GOTTES Herrlichkeit, um sie in dem SOHN zu erblicken, den ER als mein SELBST erschuf«* (1:2).

(191) *»Ich bin der heilige SOHN GOTTES SELBST.«*

Kommentar 212

31. Juli

6. Wiederholung

Die Formen meines Lebens können sich jederzeit ändern. Aber nicht der Inhalt. Der Inhalt meines Lebens ist Vergebung. Vergebung ist die Widerspiegelung SEINER LIEBE in dieser Welt und damit das Loslassen jeglicher Schuld. Nur so befreie ich die Welt von meinen Illusionen. Keine Form könnte das jemals tun, denn jede Form ist selbst Teil dieser Illusionen. Der Inhalt ist also alles, was ich suche. Und alles, was ich in Anspruch nehme, ist die Funktion, die GOTT mir gab – unabhängig von meinem jeweiligen Tun und meiner jeweiligen Situation. Ich bin kein Körper und keine Form. Ich bin frei. Und deshalb bin ich auch an keinerlei Erscheinung und keinerlei Art von Einbildung gebunden.

In Hermann Hesses Erzählung *Klein und Wagner* gibt es eine schöne Schilderung dieses Loslassens. *Klein*, die Hauptfigur der Erzählung, beschließt, sich das Leben zu nehmen und erkennt während seines »Selbst-Mordes«, dass er eine überflüssige Dummheit begeht und dass sein »Sterben« nicht notwendig ist: *»Die ganze Kunst war: sich fallen lassen! Das leuchtete als Ergebnis seines Lebens hell durch sein ganzes Wesen: sich fallen lassen! Hatte man das einmal getan, hatte man einmal sich dahingegeben, sich anheim gestellt, sich ergeben, hatte man einmal auf alle Stützen und jeden festen Boden unter sich verzichtet, hörte man ganz und gar nur noch auf den Führer im eigenen Herzen, dann war alles gewonnen, dann war alles gut, keine Angst mehr, keine Gefahr mehr. [...] Ruhe von außen gab es nicht [...] Aber es gab eine andere Ruhe, im eigenen Innern zu finden. Sie hieß: Laß dich fallen! Wehre dich nicht! Stirb gern! Lebe gern!«* (Suhrkamp-Jubiläumsausgabe, Ffm. 1977). *Klein* begegnet all den Gestalten und Gesichtern seines Lebens wieder, seien es die der Liebe oder die des Leidens. Er erkennt, dass alle rein und ohne Schuld sind – wie er selbst.

Mit »Stirb!« ist das »Entwerden« der Egowelt von Schuld und Trennung gemeint. Etwas Ähnliches sagt der Leitgedanke von [Lektion 132](#) aus: *»Ich mache die Welt von allem los, wofür ich sie hielt.«* Loslassen ist also eine notwendige Vorstufe zur Vergebung, der eigentlichen und einzigen Funktion, die ich hier habe.

Heute will ich allen aufkommenden Gedanken von Sünde, Schuld und Angst dadurch Einhalt gebieten, dass ich sie nicht beachte und wertschätze. Ich will sie nicht von mir weisen und bekämpfen, sondern sie einfach nur vorbeiziehen lassen und IHM übergeben. *»Die Hölle in den HIMMEL zu verwandeln ist die Funktion der Lehrer GOTTES, denn was sie lehren, sind Lektionen, in denen der HIMMEL gespiegelt wird«* (H-14.5:9).

(192) *»Ich habe eine Funktion, von der GOTT möchte, dass ich sie erfülle.«*

August

Die letzten Wiederholungen von Teil I des Übungsbuches sind am 8. August beendet.
Mit Lektion 221 beginnt dann der zweite und komplementäre Teil des Übungsbuches.

Kommentar 213

1. August

6. Wiederholung

Die täglichen Nachrichten in den Zeitungen, im Internet, Fernsehen oder Radio drehen sich zum überwiegenden Teil um »Katastrophen«: kleine Aufgeregtheiten, haarsträubende Ungerechtigkeiten, Betroffenheit erzeugende Schicksale und unfassbare Tragödien. Schlechte Nachrichten verkaufen sich einfach am besten, denn irgendwo tief in uns empfinden wir ein wohliges Gefühl für den Reiz von Katastrophen, die unsere vermeintliche Existenz bestätigen und »beweisen«, wer oder was wir scheinbar sind: ein bedrohtes Splitterchen in einem feindlichen Universum, das unablässig bemüht ist, seinen klitzekleinen Wirkungsbereich zu kontrollieren. Wir lieben dieses Selbstbild, denn es bestätigt unsere größte und zugleich absurdeste Errungenschaft: die Unabhängigkeit.

Die täglichen Nachrichten, oft noch garniert mit professionellen Kommentaren, sind genauso Lektionen wie die »persönlichen Schlagzeilen« des Tages: der Ärger auf der Arbeitsstelle, die Unsicherheit über die berufliche Zukunft, der Streit mit dem Partner, mit den Nachbarn und mit anderen Mitmenschen, die Zumutungen des Amtsschimmels oder die Unpässlichkeiten körperlicher Empfindungen. Es sind alles gleichermaßen Lektionen – und nichts weiter.

Ob ich dies alles einfach nur als unschön und unfair oder auch als unerträglich, infam und verwerflich empfinde – unabhängig von der scheinbaren Banalität oder auch Brisanz dieser Vielfalt an Geschehnissen und völlig losgelöst von den Bedeutungen, die ich irgendeinem Ereignis zuspreche: Es hat nichts mit dem zu tun, was ich wirklich BIN. Es dient einzig und alleine der Vergebung, auch wenn mir manches noch so sehr unter die Haut gehen mag. Das Drehbuch jeglicher Illusionen ist längst geschrieben und abgedreht, und ich schaue mir lediglich das noch einmal an, was in Wirklichkeit nie passiert ist.

Nicht eine einzige dieser »katastrophalen« Heimsuchungen, Plagen und Belästigungen hat eine äußerliche Ursache, denn »da draußen« geschieht nichts (T-18.VI.1:1, siehe auch [Kommentar_11](#)). Das alles spielt sich ausschließlich in meinem Geist ab. Also bin ich dafür verantwortlich. Aber halt – es geht nicht um dieses kleine »Ich«, welches meine privaten Gedanken denkt, meine Gefühle fühlt und sich mittels eines Körpers durch die Welt bewegt. Dieses Ich ist für gar nichts verantwortlich, denn es ist weniger als eine winzige Facette des Ego-Denkensystems.

Ich habe nur eine einzige Wahl, mit den Ereignissen und dem damit verbundenen Groll umzugehen: Vergebung. Dies ist die einzig sinnvolle Funktion, die ich hier in der Welt habe. Statt die »Katastrophen« mit meinen Urteilen und Bedeutungen zu sehen, bitte ich IHN um SEINE Sichtweise und entschieße mich, stattdessen auf die Stimme der Vernunft zu hören. Ich lasse ein Wunder zu und lerne SEINE Lektionen der LIEBE, anstelle der Ego-Lektionen des Hasses.

(193) *»Alle Dinge sind Lektionen, von denen GOTT möchte, dass ich sie lerne.«*

Kommentar 214

2. August

6. Wiederholung

Allen Watson schreibt in seinem Kommentar (frei übersetzt): *»Die Vergangenheit ist nicht mehr hier, sie ist vergangen. Nur meine geistige Verbundenheit mit dem Vergangenen, mein Beharren auf irgendwelchen Vorfällen und das mehr oder weniger bewusste Wiederholen und ständige »Wiederkäuen« vergangener Ereignisse können einen Einfluss auf die Gegenwart haben. Das, was ich dabei fühle, kommt nicht aus der Vergangenheit, sondern nur von meinem gegenwärtigen Nachdenken über die Vergangenheit.«*

Die Zukunft ist noch nicht hier, sie wird geschehen – oder auch nicht. Nur meine Fantasien zu dem, was passieren könnte und meine Befürchtungen oder Hoffnungen über das, was noch nicht stattgefunden hat, können einen Einfluss auf die Gegenwart haben. Das, was ich dabei fühle, kommt jedenfalls nicht aus der Zukunft, sondern nur von meinem gegenwärtigen Nachdenken über die Vergangenheit. Nein, das ist kein fehlerhafter Ausdruck – denn die Zukunftsfantasien sind nichts weiter als eine Projektion der Vergangenheit!

So steht die Zeit niemals still, sie bewegt sich im Grunde immer rückwärts und »geht« in Richtung Vergangenheit: Zum einen, ob bewusst oder meistens völlig unbewusst, weil meine vergangenen Erfahrungen – gleich einer installierten Programmierung – ständig abgeglichen und aktualisiert werden. Zum anderen, weil alles, was eben noch Zukunft war, schon wieder Vergangenheit ist, sonst hätte ich sie nicht wahrnehmen können.

Wie soll ich mit Zukunftsängsten umgehen? Nun, ich kann versuchen, die kausalen Gedankenketten, welche mich in meinen zunächst nur vagen Ängsten festhalten, rein logisch zu lösen. Hierzu fange ich mit einer meiner Befürchtungen an, zum Beispiel: »Ich habe Angst davor, dass ich vielleicht entlassen werde.« – »Und dann?« – »Dann habe ich nicht mehr genug Geld.« – »Und dann?« – »Dann kann ich auch meine Wohnung nicht mehr bezahlen.« – »Und dann?« – »Dann sitze ich auf der Straße.« – »Und dann?« – »Dann muss ich frieren und habe außerdem nicht mehr genug zu essen.« – »Und dann?« – »Dann werde ich bestimmt krank.« – »Und dann?« – »Dann erfriere ich im nächsten Winter, vorausgesetzt, dass ich nicht schon vorher an den gesundheitlichen Folgen meiner schlechten Verfassung gestorben bin ...« – Spätestens hier wird klar, dass der ganze Ideengang in die Angst vor dem physischen Tod und damit dem Ende meiner besonderen Existenz mündet.

Der Tod des Ego-Denksystems tritt jedoch nicht mit dem Ablegen des Körpers ein. Also habe ich eine andere Wahl. Ich kann jeden einzelnen meiner Gedanken IHM übergeben und um SEIN Urteil bitten. Dann bin ich befreit von allen Schatten der Vergangenheit und allen dunklen Wolken, die am Horizont der Zukunft aufziehen. *»Die Vergangenheit ist vergangen, die Zukunft noch nicht da. Nun bin ich befreit von beiden«* (1:2-3).

(194) *»Ich lege die Zukunft in GOTTES HAND.«*

Kommentar 215

3. August

6. Wiederholung

»GOTT sagt dir, SEINEM SOHN, Dank, dass du bist, was du bist: SEINE EIGENE Vervollständigung und die QUELLE der Liebe, mit IHM zusammen. Deine Dankbarkeit IHM gegenüber ist mit der SEINEN für dich eins. Denn die Liebe kann keinen Weg außer dem Weg der Dankbarkeit beschreiten, und diesen gehen wir, die wir den Weg zu GOTT beschreiten.« So endete Lektion 195 (Ü-I.195.10:4-6).

Dankbarkeit ist mit Groll, also mit jeder Form von Angst und Widerstand, unvereinbar. Wenn ich Angst habe vor dem, was ich wirklich BIN, kann ich keine Dankbarkeit annehmen und wertschätzen. Ich lehne dadurch meine wahre Identität ab und ersetze sie durch ein Bild von mir, das keinerlei wirkliche Grundlage hat. Die Folge davon ist, dass ich Lieblosigkeit und Zurückweisung lehre, denn ich habe automatisch auch meine Mitmenschen durch Bilder ersetzt, die von Angst, Angriff und Bedrohung geprägt sind. Schon mein Glaube daran, überhaupt hier in der Welt zu sein, ist Groll. Mein Glaube an die Welt und an das, was ich hier scheinbar darstelle, ist Groll, denn die Welt ist auf Groll aufgebaut.

Die Welt aber ist nicht böse oder schlecht, sie stellt eher eine Art Labyrinth für mich dar und ähnelt einem Irrgarten. Das ist auch genau der Grund, warum ich Wunder brauche und warum ich *Ein Kurs in Wundern* lernen will! So oft wie nur möglich will ich IHN daher bitten, mir den Weg zu GOTT zu zeigen:

»Was möchtest du, dass ich tue? / Wohin möchtest du, dass ich gehe? / Was möchtest du, dass ich sage, und zu wem?« (Ü-I.71.9:3-5)

So lege ich jede Situation vertrauensvoll in die Hände des HEILIGEN GEISTES und bitte darum, dass ich geführt werde, das zu tun, was am besten dazu dient, ein Wegbereiter SEINER Liebe zu sein. Und ich bin voller Dankbarkeit, dass ich der STIMME FÜR GOTT vollständig vertrauen kann, denn es ist die Stimme der Vernunft. Daher kann ich mich jederzeit auf SEINE STIMME verlassen. ER lässt mich niemals im Stich.

Mein VATER wird nie aufhören, mich zu lieben, und ich werde nie aufhören, IHN zu lieben (T-10.V.10:6). Diese LIEBE in mir macht mich wahrhaft frei (Ü-I.209.1:5). Sie befreit mich von meinen selbst auferlegten Fesseln der Schuld. Die LIEBE fließt durch mich hindurch, befreit mich von jeglichem Schmerz und erfüllt mich mit Freude und Dankbarkeit. Die LIEBE ist mein Befreier.

Heute will ich akzeptieren, dass die LIEBE GOTTES in mir ist. Ich will ihre Anwesenheit spüren und sie feiern. Ich will froh sein, dass LIEBE ist, was ich BIN. All die großen und kleinen Dinge, die mir Schwierigkeiten bereiten, die mir zu sagen scheinen, ich – und damit auch jedes »andere« Lebewesen – sei weniger als LIEBE, will ich verleugnen.

(195) *»Liebe ist der Weg, den ich in Dankbarkeit beschreite.«*

Kommentar 216

4. August

6. Wiederholung

Opferlamm und Tempelpriester, Isaak und Abraham, Opfer und Täter – und auch Retter! – all das scheint ein Anschlag auf meine Freiheit zu sein.

Doch mein VATER ist LIEBE. Die LIEBE braucht nicht zu opfern, damit irgendetwas wieder gutgemacht werden kann. GOTT weiß nichts von irgendeiner Sünde, welche immer Besonderheit und Trennung beinhaltet. Deshalb muss ER auch niemanden des Paradieses verweisen, denn ER spaltet sich nicht selbst. Und darum ist selbst Jesus nichts Besonderes und muss nicht – an meiner statt – gequält, gekreuzigt und geopfert werden. Auch ich muss mich nicht kreuzigen oder kreuzigen lassen, was letztlich das Gleiche ist. Niemand muss und kann überhaupt gekreuzigt werden!

Bei dem traditionellen *Kreuzzeichen* werden eine Vertikal- und eine Horizontalachse in der Bewegung ausgeführt, was die Berührung zwischen Himmel und Erde symbolisieren soll. *Ein Kurs in Wundern* ist dagegen kompromisslos, was die »Wirklichkeit« von Himmel und Erde angeht. Nur der HIMMEL ist wahr. Dennoch ist dieser Kurs weder weltabgewandt noch lebensfeindlich. Ganz im Gegenteil: Alles »Irdische« wird als Vergebungsaufgabe genutzt, als Versöhnungsschule des EINEN von Trennung träumenden SOHNES GOTTES. ER ist der CHRISTUS – »wir alle« als EINS.

In Wirklichkeit gibt es »uns«, als individuelle Figuren, ebenso wenig wie das ganze »Theaterstück« – auch, wenn ich das immer noch gerne glauben möchte, um meine Rolle besonders gut zu spielen. Genauso wenig gibt es einen Gott, der dieses physische Universum erschaffen hat, sei es mit oder ohne irgendein Kreuzigungsspektakel. Diese Welt kann nur so etwas wie ein Traum sein, eine Illusion, die Vorstellung einer »teuflischen« Wahrnehmung! Und der Teufel ist dabei ein Symbol für die Trennung. Symbole sind keine Wahrheit, es sind Vorstellungen von etwas, das nicht existiert.

Daher lehrt mich der Kurs, diese Welt mit anderen Augen zu sehen, mit den Augen des HEILIGEN GEISTES und mit SEINER Schau der Vernunft. Nur dadurch kann sie sich in die wirkliche Welt, in einen glücklichen Traum verwandeln. Das ist das Wunder. Das Lernmittel hierzu ist alles, was mir begegnet, alles was hier »passiert«. Hier werden mir meine Lektionen Tag für Tag vorgeführt, um mich SEINE GEDANKEN zu lehren.

Immer habe ich die einzig wirkliche Wahl: Will ich die anderen, und damit auch mich selbst, mit Groll kreuzigen – oder will ich die anderen, und damit auch mich selbst, in LIEBE auferstehen lassen?

(196) »Nur mich selber kann ich kreuzigen.«

Kommentar 217

5. August

6. Wiederholung

Die Erlösung, die der Kurs mir anbietet, ist einzigartig. Einerseits gibt der Kurs mir die volle Verantwortung zurück, andererseits zeigt er mir meine totale Abhängigkeit von GOTT auf. Einerseits wollte ich den Trennungstraum des Geistes (*mind*) und auch das Erwachen aus diesem Traum wirklich machen, andererseits ist meine wahres SELBST (*spirit*) immer mit GOTT verbunden und kann niemals getrennt von IHM sein. (Zu »*mind*« und »*spirit*«: siehe Kommentare 96, 97, 105, 114.)

»Wer sollte für meine Erlösung danken außer ich selbst? Und wie, wenn nicht durch die Erlösung, kann ich das SELBST finden, DEM mein Dank gebührt?« (1:2-3). Das träumende Selbst (*mind*) lässt sich erwecken und dankt dem SELBST (*spirit*), das ES wirklich ist, für seine Erlösung.

»Du reist nur in Träumen, während du in Sicherheit zu Hause weilst. Danke jedem Teil von dir, den du gelehrt hast, sich deiner zu erinnern. So sagt der GOTTESSOHN seinem VATER für seine Reinheit Dank« (T-13.VII.17:7-9). Die Dankbarkeit, die ich fühle, wenn ich zu dem, was ich wirklich BIN, zu erwachen beginne, geschieht aufgrund der Erfahrungen, die ich mache. Ich bin derjenige, der dankt, und ich bin auch derjenige, dem Dank gegeben wird. Es ist schwer, dies zu verstehen. Aber das ist auch nicht erforderlich, um zu erwachen. Es ist aber notwendig, dies zu erfahren.

Von einem kristallklar aufblitzenden heiligen Augenblick bis zum nächsten wird mir, innerhalb des Traums von Zeit und Raum, mehr und mehr bewusst, dass der liebevolle und rechtgesinnte Teil in mir sich in Richtung des inneren Friedens und der SELBST-Akzeptanz bewegt. Es ist ETWAS, das immer da gewesen war, mehr als nur ein Teil von mir: Es ist meine wahre IDENTITÄT. Ich öffne meinen Geist dieser LIEBE und jetzt, genau in diesem Moment, fühle ich eine tiefe und unaussprechliche Dankbarkeit, weil ich bereit bin, diese LIEBE zu empfangen.

Und so sage ich, wenn ich eine Zeit lang still geworden bin: »Danke!« Danke dafür, dass dieser Kurs zu mir gekommen ist, dass ich ihn lesen, lernen und im Alltag anwenden kann, zum Beispiel, wenn ein Zitat genau im richtigen Moment in meinem Kopf auftaucht.

Der Kurs lehrt, dass ich wach bin. Die Wahrheit lebt immer noch ungetrübt in meinem Geist. Der HEILIGE GEIST ist die Verbindung dieses rechtgesinnten Teils meines Geistes, dem, was mein wahres SELBST ist, zu GOTT.

Die STIMME FÜR GOTT ist auch die STIMME meines SELBST. ES hat den Kurs in die Welt gebracht, ES macht den Kurs für mich, ES lässt mich sanft erwachen. Alles, was mich in die richtige Richtung weist, ist ein Geschenk von IHM, meinem SELBST.

(197) *»Nur meine Dankbarkeit kann ich verdienen.«*

Kommentar 218

6. August

6. Wiederholung

In jeder Situation kann ich um ein Wunder bitten, denn ich habe gelernt: *»Die Liebe hegt keinen Groll«* (Ü-I.68). In jeder Situation kann ich üben: Wie reagiere ich auf unliebsame Unterbrechungen? Wie benehme ich mich, wenn ich beim Einkaufen oder im Restaurant schlecht bedient werde? Wie gehe ich mit den Abendnachrichten um? Wie begegne ich dem »Haste mal n' Euro?« des bettelnden jungen Mannes, der sich offensichtlich schon einiges zusammengeschnorrt hat? Wie denke ich über die superreichen Finanzjongleure? Wie reagiere ich bei rücksichtslosen Autofahrern, die meine Spur schneiden? Wie rede ich über andere Menschen (Freunde, Nachbarn, Kollegen), wenn sie gerade nicht anwesend sind?

Dies soll keineswegs ein »Beichtspiegel« sein, kein Schuldbekenntnis als Bedingung für eine anschließende Absolution. Es soll einzig und allein dazu dienen, meine vom Groll hervorgerufenen Gedanken zu entlarven, um sie IHM zu übergeben: *»Alles, was ich tue, tue ich mir selbst an. Wenn ich angreife, leide ich. Wenn ich jedoch vergebe, wird die Erlösung mir zuteil«* (Ü-I.216.1:2-4).

Jeder Groll, vom leichten Ärger bis zur rasenden Wut, vom kleinsten Unbehagen bis zur extremen Angst, entspringt meinem Urteil. Für mein Urteil gibt es zwei Quellen im scheinbar gespaltenen Geist (*mind*, vergleiche gestrigen Kommentar): das Ego-Denkensystem – als Symbol für den Trennungsgedanken mit allen daraus folgenden Ableitungen und Folgerungen – und das Denksystem des HEILIGEN GEISTES – als Symbol für die Erinnerung an die WAHRHEIT. Nur das Ego ist die Quelle des Grolls, denn alle seine Urteile sind auf Groll aufgebaut. Aus dem Denksystem des HEILIGEN GEISTES kann niemals Groll entstehen. SEINE Urteile spiegeln immer die LIEBE des reinen Geistes (*spirit*) wider.

In jedem Augenblick, in jeder beschriebenen Situation, habe ich die Wahl: Höre ich auf die Stimme des Ego oder höre ich auf die Stimme der Vernunft, auf die STIMME des HEILIGEN GEISTES? Welches Urteil nehme ich in der gegebenen Situation an? Wie will ich die augenblickliche Situation sehen?

Es gibt nur einen Geist. Es ist der Geist, der ich BIN – als SOHN meines VATERS – gemeinsam mit allen meinen Brüdern. Jedes Urteil, das ich annehme, ist daher ein Urteil, das sich auf alle Brüder bezieht – mich eingeschlossen: Greife ich einen Bruder an, greife ich mich selbst an. Verletze ich einen Bruder, verletze ich mich selbst.

Ein Kurs in Wundern führt mich bis kurz vor das Erwachen, bis vor die Pforte des HIMMELS. Nicht darüber hinaus, denn die Erkenntnis liegt jenseits der Erlösung. Die einzige Wahl, die ich hier habe, ist, mich von jedem Urteil des Ego befreien zu lassen, das Urteil des HEILIGEN GEISTES anzunehmen und die Welt damit zu erlösen.

(198) *»Nur meine Verurteilung verletzt mich.«*

Kommentar 219

7. August

6. Wiederholung

»Der Körper ist ein winzig kleiner Zaun um einen kleinen Teil einer herrlichen und vollständigen Idee« (T-18.VIII.2:5). Dieser Satz beinhaltet mehrere Aussagen:

- Der Körper ist der Versuch, etwas Vollständiges zu teilen.
- Der Körper ist eine winzige Begrenzung, die das Vollständige weitgehend ausschließen soll.
- Der Körper ist eine Idee, denn »alles ist eine Idee« (T-5.I.2:4, [Kommentar_105](#)).

Ist es möglich, GOTTES Schöpfung, SEINE EINE »herrliche und vollständige Idee«, zu begrenzen? Bin ich wirklich davon überzeugt, dass ich IHM die Idee eines winzigen Zauns entgegensetzen kann, der IHN ausschließt? In der Tat: Genau das ist meine tiefe unbewusste Überzeugung. Der Körper ist dabei die wichtigste Idee in dem Versuch, die EINHEIT dessen, was wirklich ist, zu torpedieren. Nehme ich hingegen den Gedanken »Ich bin kein Körper, ich bin frei« ([Ü-I.199](#), [Kommentar_201](#)) an, ist das Kursziel erreicht. Daher bildete dieser Gedanke in allen Lektionen dieser letzten Wiederholungen den Rahmen für den jeweiligen Leitgedanken. Und zukünftig kann dieser Leitsatz als Erinnerung in allen Alltagssituationen verwendet werden, die ich vergeben will.

Was macht die Vorstellung vom Körper und das Aufgeben dieser Idee so wesentlich? Im Vergleich zu allen Dingen dieser Welt bildet die Idee des Körpers etwas ganz Besonderes: sie stellt meine Identifikation dar, steht also in direktem Zusammenhang mit dem, was ich als »Ich« bezeichne. Spreche ich vom Ich, verbinde ich damit unweigerlich die Idee des Körpers. Alles, was dem Körper geschieht, geschieht vermeintlich mir. Das Ich scheint sich nämlich innerhalb des Körpers zu befinden, und folgt man den Gedankengängen der modernen Wissenschaft, ist es sogar eine Funktion des Körpers – genauer gesagt, nur eines kleinen Teils des Körpers, nämlich des Gehirns. Der Zaun wird noch ein wenig enger gezogen.

Die frohe Botschaft ist: In Wahrheit existiert kein separates »Ich«, gefangen in einem Körper. Es existiert kein einzelnes Segment des HIMMELS, kein isoliertes Fragment meines Geistes. Es gibt nichts voneinander Getrenntes.

Die Idee des Körpers lässt sich nicht einfach durch ein paar Affirmationen beseitigen. Er entstand durch einen enormen Prozess des Lernens. Im Prozess des Verlernens ist daher die konsequente und regelmäßige Anwendung des Gedankens »Ich bin kein Körper, ich bin frei« in jeglicher Form wesentlich, ohne jedoch den Körper zum Maßstab für irgendwelche Fortschritte zu machen. Meine Aufgabe ist nur die Anwendung des Gedankens – die Wirkung kommt von IHM. Ausschließlich.

(199) »Ich bin kein Körper, ich bin frei.«

Kommentar 220

8. August

6. Wiederholung

Es ist unmöglich, mit den Mitteln, die die Welt bietet, Frieden zu finden. Denn alles – ohne Ausnahme – ist in dieser Welt vergänglich, nichts ist ewig. Die Veränderung ist das einzig beständige Merkmal, auf dem die Welt gründet. Veränderung jedoch ist Anfang und Ende, Geburt und Tod, Krieg und Nicht-Krieg, aber niemals Frieden. Und auch die Veränderung wird vergehen, wenn die Welt dereinst verschwindet. So endet alles in dieser Welt im Tod.

Suche ich den Frieden in irgendwelchen veränderlichen Formen der Welt, werde ich daher mit Gewissheit alles verlieren. Es mag sein, dass ich die Gefühle von Hoffnungslosigkeit und tiefer Verzweiflung, die das zwangsläufig hervorruft, so sehr verdrängt habe, dass sie mir nicht bewusst sind. Aber jeder Erfolg, jede Errungenschaft, jede vermeintliche Quelle des Friedens in dieser Welt trägt solche Gefühle in sich. Die Suche nach Frieden jenseits von GOTT ist hoffnungslos, und je eher ich das begreife, desto eher finde ich wahres Glück.

Wenn dies so ist, dann ist es nur eine Frage der Vernunft, die Welt aufzugeben. Das heißt jedoch nicht, sie zu ignorieren und die »Notwendigkeiten« oder Bedürfnisse der Welt abzulehnen. Vor allem heißt es keinesfalls, den Körper zu verlassen, also zu sterben. *»Die Welt wird nicht durch den Tod verlassen, sondern durch die Wahrheit«* (T-3.VII.6:9). Der Tod kann demnach niemals die Lösung sein, denn er ist ja gerade Bestandteil der Welt.

Der Frieden GOTTES hat nichts mit Weltabgewandtheit oder Todessehnsucht zu tun.

Die Welt aufzugeben heißt, die Ziele aufzugeben, die ich der Welt unterstelle. Es bedeutet, meine Urteile infrage zu stellen. Und es heißt weiterhin, SEINEM Weg zu folgen – denn es ist auch mein Weg, weil es keinen anderen Weg gibt. Jeder Weg, den ich ohne SEINE Führung gehe, führt direkt in die Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung und letztlich in den Tod, denn alleine kann ich dem größtenwahnsinnigen Reich des Ego nicht entkommen.

Also beginne ich den Tag mit dem Gedanken: *»Es gibt keinen Frieden außer dem Frieden GOTTES«* (Ü-I.200). Ich bitte IHN, meine Widerstände gegen diese Aussage durch SEINEN Frieden zu ersetzen. Tagsüber bitte ich IHN zu regelmäßigen Zeiten, die bisher geschehenen Ereignisse zu vergeben, indem ich sie durch den Leitgedanken ersetze. Und ich beschließe den Tag mit dem Leitgedanken, wie ich ihn begonnen habe.

Ich kann auf SEINEM Weg nicht scheitern.

(200) *»Es gibt keinen Frieden außer dem Frieden GOTTES.«*

Teil II des Übungsbuches

»*Sitze in Schweigen und warte auf deinen VATER*« (Einleitung 5.5).

Dies ist die einfache Anweisung zur Durchführung der letzten Lektionen bis zum Ende des Jahres. Bisher standen Worte, Methoden und Techniken im Vordergrund, um den Weg zu weisen und ihn in täglicher Praxis zu gehen. Lernen ist mit Arbeit verbunden, und in diesem Sinne beinhaltet *Ein Kurs in Wundern* alle Merkmale, die man von einem Kurs erwarten kann. Alles Üben war bisher darauf ausgerichtet, dass ich den Weg einschlage, den ER mir anbietet und den ich nicht kenne. Nun aber habe ich SEINEN Weg akzeptiert, habe das erforderliche Vertrauen entwickelt, SEINER FÜHRUNG zu folgen und meine Kontrolle zu lockern. Ich habe gelernt, welchen Wert Hingabe an IHN, der die Wahrheit kennt, hat: ER ist die Wahrheit und ER hat sie für mich, denn ich bin nicht getrennt von IHM.

Keine Angst, der Kurs verlangt keine Perfektion. ER ist die Perfektion – gemeinsam mit mir – und das genügt. Von mir wird nur die kleine Bereitschaft verlangt, IHM zu folgen. Denn den letzten Schritt kann GOTT nur selbst tun (vergleiche Kommentar zu Lektion 43, 129, 140, 145), er entzieht sich völlig meiner Kontrolle. Dass ER diesen letzten Schritt tut, ist SEIN ewiges Versprechen – was bleibt also, als schweigend auf IHN zu warten?

Die Leitgedanken der Lektionen sowie auch ihre Texte dienen nur noch der Einleitung und Einstimmung für die stillen Zeiten. Es geht nicht darum, über diese Worte nachzudenken, sondern sie unmittelbar wirken zu lassen, um anschließend auf IHN zu warten. ER wird die notwendigen und versprochenen Schritte tun, nicht ich – sofern ich IHN lasse und mich nicht einmische.

Die praktische Anwendung der restlichen Lektionen kann so aussehen:

- Ich halte wie gewohnt zwei stille Zeiten ein, morgens nach dem Aufwachen und abends vor dem Schlafengehen. Die Dauer ist nicht wichtig, es können fünf Minuten sein oder auch eine Stunde. Ich lege keine Dauer fest. Die Worte der jeweiligen Lektion sind eine Einladung an IHN, ein Gebet, um SEINEN NAMEN anzurufen. Dann beginnt die stille Zeit, in der ich einfach auf IHN warte.
- Auch möglichst zu jeder Stunde zitiere ich innerlich den Leitgedanken der jeweiligen Lektion. Er hilft mir, mich für eine kurze Zeit an IHN zu erinnern.
- Jeder Versuchung, die tagsüber auftritt, jedem Ärger, jedem Unwohlsein und jeder Stresssituation begegne ich genau mit diesem Leitgedanken, um IHN anzurufen.
- Eine Form der Anwendung von Worten bleibt jedoch erhalten: Regelmäßig werden Erläuterungen zu einem besonderen Kursthema eingestreut, welche die jeweils zehn nachfolgenden Lektionen begleiten. Diese Erläuterungen sollte ich täglich lesen, um danach eine Weile darüber nachzudenken.

Die nun folgenden Kommentare beschäftigen sich mit den 14 besonderen Kursthemen, welche im Kurs jeweils in Form einer Frage überschrieben sind. Die Texte der Lektionen selbst werden zumeist nicht mehr kommentiert. Sie bedürfen eigentlich keiner Kommentare, da sie nicht der Erläuterung dienen, sondern durch sich selbst wirken.

Da alle der 14 Themen (Ü-II.1.-14.) jeweils in fünf Absätze eingeteilt sind, liegt es nahe, die restlichen 140 Kommentare (von 221 bis zu 360) auf diese einzelnen Absätze zu beziehen, wobei es – in der Regel – der Reihe nach zwei Kommentare zu jedem Absatz gibt.

Zunächst wird an dieser Stelle das erste Thema – Vergebung – für die nächsten zehn Lektionen behandelt. Die weiteren Themen folgen im Laufe der Zeit.

Und bei jeder Lektion bekräftige ich meine Absicht: Ich will nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 221

9. August

Vergebung (Ü-II.1:1-4)

Das erste besondere Thema befasst sich mit Vergebung. Es ist das zentrale Thema des Kurses, es ist die Methodik des Kurses und es ist etwas völlig anderes als das, was man landläufig unter Vergebung versteht. Letztere wird in *Das Lied des Gebets*, in den *Ergänzungen zu Ein Kurs in Wundern*, als »Vergebung-zum-Zerstören« bezeichnet, während die Vergebung des Kurses »Vergebung-zum-Erlösen« ist (L-2.II und L-2.III, vergleiche auch Kommentare 126 und 134). Der entscheidende Unterschied zwischen beidem ist, dass herkömmlich Schuld vergeben wird: Jemand hat mir geschadet, er ist die Ursache für meinen Schaden, es ist seine Schuld, aber ich vergebe ihm und sehe von einer berechtigten Bestrafung ab. Die Vergebung des Kurses jedoch zeigt, dass es keine Schuld gibt. Das, was jemand mir vermeintlich angetan hat, ist nie geschehen.

Vergebung des Kurses wird damit zu einer veränderten Sichtweise auf den anderen, meinen Bruder, und damit auf mich selbst. Diese andere Sichtweise stellt meine gegenwärtige Geisteshaltung über mich infrage und schafft damit die Voraussetzung, meine wahre IDENTITÄT anzunehmen.

Ist es aber nicht Verleugnung, wenn ich sage, das, was mein Bruder mir vermeintlich angetan hat, sei nie geschehen? In der Tat, es wäre Verleugnung (im Sprachgebrauch des Kurses sogar »unwürdige Verleugnung«), wenn ich das wahrgenommene Ereignis einfach mit den Worten: »Es ist nie geschehen« ignorierte – denn es ist ja geschehen, zumindest bin ich davon überzeugt.

Die durch Vergebung veränderte Sichtweise verleugnet jedoch nicht das Ereignis selbst, sondern mein Verhältnis zu dem Ereignis: Ich dachte, mein Bruder hätte mir etwas angetan, aber mein Denken ist nicht wahr! Nicht das Ereignis – und damit der »Angriff« meines Bruders – ist die Ursache für meine »Schädigung« oder »Verletzung«, sondern mein Denken! »Wahre Verleugnung« bezieht sich also nicht auf das auslösende Ereignis, sondern auf die Wirklichkeit des Ereignisses.

Mein irrtümliches Denken ist also das, was mich verletzt. Es verhindert den Frieden, der mein angestammtes Erbe ist. Daher will ich nicht auf meiner wahrgenommenen »Wirklichkeit« bestehen, da ich den Frieden erfahren will.

ER wird mich lehren, was SEINE Wirklichkeit bedeutet.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 222

10. August

Vergebung (Ü-II.1:5-7)

Angenommen, jemand bricht in mein Haus ein, verwüstet einige Zimmer und entwendet viele Wertsachen. Ich empfinde Verlust und fühle mich in meinen eigenen vier Wänden nicht mehr sicher. Dies sind Tatsachen, die sich nicht verleugnen lassen. Warum habe ich diese Empfindungen? Empfindungen von Angst, Bedrohung und Verlust entstehen aufgrund meiner Identifikation mit dem Ego-System und daher mit meinem Körper und meinen Besitztümern. Mein Wohlergehen ist also von einer falschen Identifikation abhängig. Der Einbruch ist der »Beweis« dafür, dass es einen triftigen Grund für diese Empfindungen geben muss: Der Einbrecher ist schuldig!

Was bewirkt Vergebung in einer solchen Situation? Sie verleugnet nicht die Tatsache des Ereignisses, sondern zeigt, dass dieses Ereignis nicht der Grund für mein Empfinden ist! Kein Ereignis kann den Frieden stören, der ich BIN. Das, was ich wirklich BIN, kann nicht angegriffen oder bedroht werden. Die Vergebung löst also diese Kette von falscher Ursache und Wirkung, die durch das Prinzip von Schuld und Sünde gebildet wird. Dadurch werde ich frei, die Wahrheit über mich und meine Brüder anzunehmen und meine irrtümliche Identifikation ersetzen zu lassen.

Die Vergebung verlangt nicht von mir, das, was mein Bruder mir angetan hat, anders beurteilen zu müssen. »*Liebet eure Feinde*« (*Bergpredigt* Mt 5.44; Lk 6,27.35) verlangt nicht, dass ich die »Sünden« meines Bruders gutheißen oder einfach ignorieren soll. Ich soll auch nicht zu einem »besseren« Urteil zu kommen. Das Beurteilen überlasse ich IHM. Meine Aufgabe ist es, in der konkreten Situation um eine andere Sichtweise zu bitten. Als Ergebnis erfahre ich, dass die Sünde gar nicht existiert. Nichts kann meinen Frieden stören – außer meiner eigenen Entscheidung. Meine »Feinde« werden zum Auslöser der Vergebung.

Was ist Sünde anderes als ein Irrtum über mich und meine Brüder, eine fehlerhafte Identifikation? Irrtümer können jedoch berichtigt werden – im Gegensatz zu Sünden. Denn da ist »nur« ein Irrtum im Denken, der berichtigt wird. Alle absurden Ideen sind vergeben, die Sünden sind vergangen. Sie haben nie existiert.

Und wieder versucht ein PS-Bolide, mich auf der Autobahn von der linken Spur zu fegen. Angst, Wut und Trotz sind jedoch nicht mein Wille, weil sie nicht SEIN Frieden sind. Die Vergebung zeigt mir, dass mein Bruder vielleicht einen Irrtum begangen hat, aber er ist nicht die Ursache für meine Empfindungen. Mein Irrtum ist meine falsche Identifikation, und diese ist meine Entscheidung. Der Irrtum meines Bruders beweist nicht, dass ich recht habe. Also lasse ich in logischer Konsequenz den Gedanken an die Wirklichkeit seiner Sünde los. So kann in einem letzten Schritt SEIN WILLE den Platz einnehmen, den bisher der Glaube an die Sünde belegt hat. Dieser WILLE ist stets gegenwärtig, denn ER ist stets bei mir. So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 223

11. August

Vergebung (Ü-II.1.2:1-3)

Was ist ein unversöhnlicher Gedanke?

Ich habe bereits gelernt, dass meine Gedanken keinerlei Bedeutung haben (Kommentare 10 und 11), aber keineswegs neutral sind (Kommentare 16 und 17). Diesen Nachbarn halte ich für rücksichtslos, sein Sohn ist für mich ein Rüpel und mein Chef ist zweifelsfrei ein verständnisloser Dummkopf. Gedanken, die solche Wahrnehmungen hervorrufen, können nicht neutral genannt werden – obwohl sie bedeutungslos sind.

Ein unversöhnlicher Gedanke ist bedeutungslos, weil ich ihn ohne GOTT »denke«, aber ich habe dennoch versucht, ihm eine Bedeutung zu geben. Dadurch habe ich ihn zu einem »persönlichen« oder »privaten« Gedanken gemacht, der nicht miteinander geteilt werden kann. Ein »persönlicher« Gedanke kann nur von einem »persönlichen« Geist gedacht werden. Nun halte ich an diesem Gedanken fest, denn er begründet meine Identifikation mit »meinem persönlichen« Geist, dem »individuellen Ich«, das ich glaube zu sein. Der Gedanke ist unversöhnlich geworden, denn wenn ich die Bedeutung aufgebe, die ich ihm gegeben habe, empfinde ich das als Angriff auf mein »Ich«. Und nun ist mein »persönlicher« Geist verschlossen und weigert sich standhaft, befreit zu werden, statt auf SEIN Angebot, vernünftig zu werden, dankbar einzugehen.

Da private Gedanken nicht miteinander geteilt beziehungsweise nach innen ausgedehnt werden können, werden sie nach außen projiziert: Der Nachbar ist rücksichtslos, sein Sohn ein ... Lieber möchte ich wohl noch ein wenig in meiner persönlichen Hölle schmoren.

Was macht den Gedanken unversöhnlich? Welche Bedeutung habe ich dem Gedanken gegeben? Die Bedeutung hängt eng mit der ursprünglichen »Sünde« der kleinen verrückten Idee zusammen: dem Trennungsgedanken und seiner Ausdehnung. Die daraus resultierende Schuld wird nach außen projiziert, und letztlich lande ich dann bei dem Nachbarn, seinem Sohn und dem Chef ... die Verzerrungen der Wirklichkeit werden immer enger, immer absurder, immer angsterregender – und das alles nur, um meine vermeintliche Schuld loszuwerden.

Will ich wirklich noch länger in dieser selbst gemachten Hölle verweilen? Oder will ich erkennen, dass ich nur in GOTT lebe und dass mein »Leben« nichts mit dem LEBEN zu tun hat? SEINE STIMME ruft mich: »Wache auf!«, der HIMMEL IST – hier und jetzt. Ich BIN – gemeinsam mit allen meinen Brüdern – schon dort.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 224

12. August

Vergebung (Ü-II.1.2:4)

Die Belehrungen der alten Zen-Meister waren nicht immer sehr sanft, aber im wahrsten Sinne oft treffender bis schlagkräftiger Natur. Nicht selten holten sie den Schüler mit einer schallenden Ohrfeige oder auch mit einem verbalen Stockschlag ins Hier und Jetzt.

Es gibt eine schöne Geschichte aus: *Die Freiheit des ZEN* von Zensho W. Kopp (Darmstadt 2007, S.21): »Eines Nachmittags räumten einige Schüler das Zimmer von Soji Enku auf und redeten über dies und das. Der Meister saß an seinem Schreibtisch und drehte sich langsam auf dem Drehstuhl mal nach links, mal nach rechts und schien völlig teilnahmslos. Plötzlich hielt er mit einem Ruck an, deutete mit seinem Finger auf die Wand und sagte: ‚Was ist denn das für ein Fleck da? Wo kommt denn der plötzlich her?‘ Alle schauten dorthin und fragten: ‚Was für ein Fleck?‘ - ‚Da, dieser Fleck an der Wand. Seht ihr ihn denn nicht?‘ Auf einmal nahm er seine Brille ab und sagte völlig erstaunt: ‚Oh, er ist weg.‘ Dann setzte er die Brille wieder auf und sagte: ‚Na so was, jetzt ist er wieder da.‘ Daraufhin schaute er die Brille an und sagte: ‚Oh, was ist denn da für ein Fleck auf meiner Brille?‘ Alle waren sehr betreten und still danach. Sie hatten die wunderbare Belehrung verstanden.«

Der Fleck auf meiner Brille ist die Art und Weise, wie ich meinen Bruder sehen möchte. Und wie ich demnach auch mich – beziehungsweise das, was ich derzeit dafür halte – sehen möchte. Der Kurs bietet mir eine andere SEHHILFE an: Ich muss meine Brille nur IHM zur Klärung meiner durch Raum und Zeit getrübbten Sichtweise übergeben.

Das Ziel des Ego ist die Verzerrung der WAHRHEIT, denn nur so kann es mich vergessen lassen, welche Quelle die Schuld hat, die ich empfinde und nach außen projiziere. So komme ich auch gar nicht erst auf die Idee, nach innen zu schauen und festzustellen, dass die Schuld keine Ursache hat. Der Blick ist starr auf den Fleck auf meiner Brille gerichtet, denn er dient perfekt dem vorgegebenen Ziel. Was sollte sich jemals zwischen Brille und Augen schieben, um die banale Ursache für das aufzudecken, was meine Sichtweise ausmacht – wenn ich das Ziel, nämlich Schuldvermeidung durch Verzerrung, gar nicht infrage stelle?

Ich habe jedoch immer die Möglichkeit, eine andere Wahl zu treffen, ein anderes Ziel zu wählen. Das Ziel bestimmt meine Wahrnehmung. Ich kann in meinem Bruder und damit in mir das vor Unschuld leuchtende Antlitz CHRISTI sehen. Dann sehe ich alles so, wie es IST. Mein VATER liebt MICH so, wie ich BIN. ER wird mir offenbaren, was ich stattdessen sehen soll – wenn ich IHN bitte.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 225

13. August

Vergebung (Ü-II.1.3:1-3)

Das wichtigste Ziel des Ego ist die Verzerrung der WIRKLICHKEIT, denn SIE ist sein größter Feind. Es kann SIE nicht vernichten, aber dafür sorgen, dass SIE zur Unkenntlichkeit verzerrt wird, um nicht erinnert zu werden. Und nun fürchtet sich das Ego vor der WIRKLICHKEIT, denn es hat IHR durch eine kleine verrückte Idee (T-54.3:1) die Macht entrissen – glaubt es. Das Ego hat sich selbst zum Schöpfer gemacht. Es kann »Leben« schaffen durch die großartige Erfindung der körperlichen Fortpflanzung. Es kann sogar mehr als der SCHÖPFER: Es kann »Leben« vernichten durch die einzigartige Erfindung des Todes.

Nun fürchtet das Ego die gnadenlose Rache des entmachteten Gottes (vergleiche Kommentare [13](#), [22](#), [170](#)). Die unerträgliche Schuld für die vermeintliche Tat dehnt es nach außen aus, also genau in die Gegenrichtung des Geistes: Es entsteht Wahrnehmung durch Projektion statt Erkenntnis. Das Ego ist nicht mehr schuldig, diese Rollen übernehmen die Formen und Figuren »da draußen«. Aber die Angst, die aus der Schuld folgt, bleibt. Nur die Ursache hat sich nach außen verschoben.

So wird verständlich, warum private Gedanken unversöhnlich scheinen: sie folgen treu der Zielsetzung ihres »Herrn«, denn ohne das Ego-Denkensystem haben sie keinen Wert und keine Bedeutung – also keine Existenz. Alleine die Zielsetzung führt zu hektischen Aktivitäten: Wird eine Vorstellung als wahr angesehen und nicht infrage gestellt, erscheinen wie aus dem Nichts eine Fülle an Gedanken und Gefühlen, die diese Vorstellung schützen, indem sie die WIRKLICHKEIT verzerren. Hat mir jemand etwas angetan oder ist er mir einfach nur unsympathisch, werden alle Hebel in Bewegung gesetzt, um diese Sichtweise zu unterstützen. Die Schuld wird zweifelsfrei außen gesehen, und das Plappern im Kopf sowie das »Bauchgefühl« tun alles, damit das so bleibt. Alle Vernunftgründe, die das in Zweifel ziehen könnte, werden ignoriert und beiseitegeschoben.

Das gilt jedoch nicht nur für die verschiedenen Formen des Hasses und der Angst. Auch die »romantische« oder besondere Liebe gehört in diese Rubrik, denn sie geht davon aus, dass ich etwas von der einen Person »da draußen« brauche, was ich nicht habe (siehe auch Kommentare [182](#), [193](#)). Sie ist also letztlich die Quelle eines Mangels, den ich empfinde. Kann der »geliebte Partner« den Mangel nicht (mehr) beseitigen, ist die »Liebe« vorbei.

Ziehe ich die Verzerrungen durch die Aufgeregtheit unversöhnlicher Gedanken der LIEBE des VATERS vor? Oder bin ich gewillt, gemeinsam mit meinem Bruder unsere EINHEIT zu finden und damit die LIEBE zu erwidern? Bin ich bereit, ein anderes Ziel anzunehmen, indem ich die Wirklichkeit der Schuld in meinem Bruder – und damit in mir – in Zweifel ziehe?

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 226

14. August

Vergebung (Ü-II.1.3:4)

Wenn ein Tor zum HIMMEL erschiene und eine Stimme verkündete: »Passiere einfach dieses Portal und schon bist du im Paradies!«, würde ich durch das Tor gehen?

Die bekannte Parabel Vor dem Gesetz von Franz Kafka handelt von dem Versuch eines Mannes, Einlass »in das Gesetz« zu erlangen. Der Mann erfährt von einem Türhüter, dass dies zwar möglich sei, aber nicht zum gegenwärtigen Zeitpunkt. Tage, Jahre, schließlich sein ganzes Leben lang, wartet der Mann darauf, dass ihm dieser »mächtige« Türhüter Zutritt gewährt. Er bettelt um Einlass, versucht sogar ihn zu bestechen – vergeblich.

Kurz bevor der Mann dann stirbt, fragt er den Türhüter noch, warum denn in all den vielen Jahren niemand außer ihm selbst Einlass verlangt habe. Die Antwort ist, dass dieser Eingang ausschließlich für ihn bestimmt gewesen sei. Er werde nun geschlossen.

Ein unversöhnlicher Gedanke lässt nicht einfach durch das Tor gehen, denn er ist nicht an der WIRKLICHKEIT interessiert. Sein Ziel der Verzerrung ist sein einziger Antrieb, und für dieses Ziel sucht er Zeugen. Alles, was im Widerspruch zu seinem Ziel steht, wischt er achtlos beiseite bis hin zu wütenden Versuchen, Widerstände zu zerstören. Vordergründig mag er ein anderes Ziel oder Interesse vorgeben, aber das wird ihn nicht daran hindern, sein eigentliches Ziel mit aller Macht zu verfolgen. Ein Leben lang hat der Mann versucht, Einlass in das Gesetz zu erlangen, aber alle seine Versuche waren ausschließlich darauf ausgerichtet, **nicht** durch die Tür zu gehen. Das Gesetz war nicht sein eigentliches Ziel.

Diese unversöhnlichen Gedanken begegnen uns jeden Tag in den verschiedensten Abstufungen. Sie sind »normal« und werden nicht infrage gestellt – im Gegenteil, die meisten dieser Gedanken werden als notwendig für das Leben in der Welt angesehen. Die Schuld »da draußen« wollen wir nicht hinterfragen stellen, sie ist undenkbar und erscheint sogar bedrohlich. Abgesehen davon gibt es einen mächtigen Zeugen, der die unversöhnlichen Gedanken wirkungsvoll bekräftigt: das soziale Umfeld, das uns alles beigebracht hat, was zum Überleben erforderlich ist.

Ohne die unversöhnlichen Gedanken, die meine Identifikation mit dem einsamen Ich in der bedrohlichen und gefährlichen Fremde aufrechterhalten, könnte ich erkennen, wo ich wirklich zu Hause bin. Ein Zuhause, das nicht mit den Gesetzen der Welt zu tun hat. Ein Zuhause, das auf mich wartet. Es muss nicht erst erbaut werden. GOTT erwartet mich dort mit offenen Armen (2:2). Nichts hält mich davon ab und niemand hält mich dabei auf, in SEINE LIEBE zurückzukehren - außer den Türstehern, meinen unversöhnlichen Gedanken.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 227

15. August

Vergebung (Ü-II.1.4:1-3)

Die Vergebung tut gar nichts. Ich hingegen glaube, etwas tun zu müssen. Aber ich brauche und kann gar nichts – alleine – tun. Absichtliches »Nicht-Tun« ist jedoch ein Widerspruch in sich und führt häufig zu Missverständnissen.

Folgt man den üblichen Aussagen diverser Satsangs im Lande, so kann ich gar nichts tun, denn alles ist sowieso nur eine »Erscheinung im Bewusstsein«. Das klingt überzeugend, ist aber wörtlich genommen höchst unpraktisch. Insbesondere die direkte oder indirekte Aufforderung, dass ich überhaupt nichts tun kann, sorgt vielleicht eher für Schuldgefühle, weil ich glaube, nicht so weit zu sein, wie ich »müsste«. Außerdem weiß ich gar nicht, wie »nichts tun« gehen soll.

Bei der Vergebung geht es aber überhaupt nicht um das »Nicht-Tun«. Der Kurs beschreibt somit nur folgerichtig, dass ich alles einfach IHM überlassen darf.

Das »Nicht-Tun« ist also

- sowohl eine Zielbeschreibung im praktischen Sinne
- als auch eine Beschreibung der EINHEIT, denn »Tun« ist eine duale Angelegenheit.

Aber, der Kurs ist praktisch: Die Welt und ihre Wirkungen sind nie geschehen. Eine Trennung hat es nie gegeben. Dennoch muss ich mich eine Weile mit ihnen so befassen, als seien sie wirklich. *»Die Illusion bringt Illusion hervor. Außer einer. Vergebung ist eine Illusion, die eine Antwort auf die anderen ist«* (Ü-I.198.2:8-109). Hier geht es noch um Urteilen, aber es zeigt den Weg des Kurses: Illusionen sind zwar nicht wirklich, sie existieren nicht – das mag so sein, aber ich glaube an ihre Wirklichkeit.

»Auch ist es nicht notwendig, dass wir uns mit etwas aufhalten, das nicht unmittelbar fassbar ist« (T-26.III.1:14). Also befasse ich mich eine Weile mit Illusionen, als seien sie wirklich, um schließlich durch Vergebung zu erkennen, was sie sind. Vergebung ist ebenfalls eine Illusion, aber eine, die keine anderen hervorbringt. Sie ist sozusagen der Dorn, mit dem alle anderen Dornen beseitigt werden, damit man ihn zum Schluss selbst wegwerfen kann, da diese letzte Illusion nun nicht mehr benötigt wird (vergleiche Kommentar [134](#)).

Und so ist es auch mit dem Tun: Ich weiß nicht, was Nicht-Tun ist, und dass Tun oder Machen etwas höchst Dualistisches ist. Also tue ich etwas, um das Nicht-Tun zu erkennen: Ich vergebe in den unterschiedlichen Formen, die der Kurs diesbezüglich vorschlägt, wohl wissend, dass ich nichts zu tun brauche und getrost alles IHM überlassen kann. Bis ich es dann »tue«, in einem heiligen Augenblick des Nicht-Tuns.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 228

16. August

Vergebung (Ü-II.1.4:4-5)

Es mag sehr seltsam klingen, aber der, dem ich am allerwenigsten vergeben kann, ist niemand Anderer als ich selbst. Gerne werden daher »die Anderen« vorgeführt. Selbst Helen Schucman, die den Kurs aufschrieb, entging diesem Schicksal nicht, wurde sie doch oft als Prototyp eines komplizierten und unter seinen persönlichen Lebensumständen Leidenden dargestellt. So bringe ich oft »andere« ins Spiel, wenn es auch nur den Hauch einer Kritik an meiner Person geben könnte, und nehme stattdessen mich – beziehungsweise das, was ich dafür halte – aus dem Scheinwerferlicht.

Der Schmerz der Trennung scheint zwar nahezu unerträglich zu sein. Und trotzdem: Immer noch will ich urteilen – und sei mein »Urteilsspruch« auch mit noch so feiner Ironie behaftet! Manchmal bewerte ich eben sehr subtil. Dabei kann ich mich im Grunde nur selbst nicht leiden, bin nicht zufrieden mit meiner vermeintlichen Rolle.

Immer mehr kommt mir dieses Leben jedoch wie eine Art Gesellschaftsspiel vor. Ich identifiziere mich mit einem dieser bunten Hütchen oder Figürchen, welche nach einer gewürfelten Laune über das Spielfeld hüpfen. Das scheint »meine« Farbe zu sein. Ich freue mich, wenn ich vorankomme und ärgere mich entsprechend, wenn es »mein« Holz- oder Plastikmännchen aus der Bahn wirft, reagiere säuerlich, wenn ich wie beim Monopoly nur noch Häuser in der »Badstraße« kaufen kann oder es sogar heißt, dass ich »direkt in das Gefängnis« gehen soll.

Nein, »Mensch, ärgere dich nicht!« – gehe lieber direkt *aus* dem Gefängnis!

Denn immer mehr erkenne ich auch, dass niemand anders als ich selbst der Spieler bin und zugleich auch der Erfinder dieses seltsamen Spiels. Und dass ich auch alle Mitspieler bin. Auf einmal schnurrt das Täter-/Opfer-/Retter-Drama auf einen einzigen Punkt zusammen. Diesen einen Punkt übergebe ich meinem wahren RETTER, der mich immer mehr über dieses ganze Spiel- und Schlachtfeld erhebt. Denn ich vertraue darauf, dass ich mit SEINER Hilfe schließlich sehen kann, was wahr ist. Und wer ich wirklich BIN – gemeinsam mit meinen Brüdern.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 229

17. August

Vergebung (Ü-II.1.5:1)

»Ich brauche nichts zu tun« – aber: »Es ist viel Arbeit zu tun«, heißt es im Kurs.

Dieser scheinbare Widerspruch löst sich auf, wenn ich sehe, wie viel Arbeit es kostet, einmal wirklich nichts zu tun und nichts hinzuzufügen. Kann ich die Dinge geschehen lassen, ohne von meiner Seite ein Urteil hinzuzufügen? Ändert sich etwas an meiner Wertschätzung, wenn ich ein Haus in der »Schlossallee« kaufen kann statt in der »Badstraße« oder kann ich beides wertfrei akzeptieren? Im Zen wird dieses »Nicht-Hinzufügen« zum Beispiel mit intensiver gegenstandsloser Meditation geübt, manchmal tagelang ununterbrochen. In den neueren Advaita-Strömungen konfrontiert man sich mit der Frage nach dem Handelnden, um festzustellen, dass es das »Ding« gar nicht gibt.

Ein Kurs in Wundern wiederum nutzt zunächst eine Vielzahl an Methoden, die Lektionen bestehen anfangs zum großen Teil daraus und auch im Textbuch sind sie zu finden. Sein zentraler Übungsgegenstand sind mein Bruder und mein Körper: Sehe ich meinen Bruder nicht als Körper und vergebe ich ihm damit meinen Irrtum, bin auch ich selbst kein Körper. Mein Bruder wird zu meinem Erlöser.

Auch wenn das Wort »Meditation« nur zweimal im Kurs vorkommt (T-18.VII.4:9 und Ü-I.124.8:4), bringt der Kurs die Meditationsarbeit in meinen Alltag: Die täglichen Episoden sind ihr Gegenstand. Es gibt keine schönen Meditationsphasen jenseits des Alltags, damit im täglichen Leben dann alles – völlig unberührt davon – seinen gewohnten Gang nimmt.

Die Korrektur wird vollbracht, indem ich die kleine Bereitschaft aufbringe, all mein Tun IHM zu übergeben. Mein ERLÖSER und BESCHÜTZER wird mich führen, GOTT macht dann den letzten Schritt. Das »Ich« des Ego-Denksystems ist an dem Prozess überhaupt nicht beteiligt, da das Ego nur ein Sammelsurium von Vorstellungen ist.

Ein Ego an sich existiert nicht. Das, was ich BIN, an irgendetwas festmachen zu wollen, kann nicht funktionieren. Es hieße, die Aufmerksamkeit auf »etwas« zu richten, um sagen zu können: »Das bin ich!« Genau das macht dann das Ego scheinbar existent, als ein Etwas, dem durch Identifikation »Wirklichkeit« gegeben wird.

Der Kurs ist Therapie, die mir mit Hilfe von Erfahrungen beibringt, dass ich nicht das Ego bin. Erst dadurch werde ich frei, die wirkliche Welt zu sehen, die ja niemals abwesend war. Und mache damit »eine universelle Erfahrung« (B-Einl.2:5, vergleiche Kommentar 141). Methodisch wird es letztlich paradox, aber damit kämpfen alle nicht-dualistischen spirituellen Systeme: Die größte Schwierigkeit von *Ein Kurs in Wundern* ist seine Einfachheit.

So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Kommentar 230

18. August

Vergebung (Ü-II.1.5:2-3)

»Wenn der Frieden endlich zu denen kommt, die mit der Versuchung ringen und dagegen kämpfen, der Sünde nachzugeben; wenn das Licht schließlich in den Geist kommt, der sich der Kontemplation hingibt; oder wenn das Ziel schließlich von irgendjemandem erreicht wird – dann geht es stets mit nur der einen glücklichen Einsicht einher: ‚Ich brauche nichts zu tun.‘« (T-18.VII.5:7)

Dieses »Wenn« kann ich getrost im Sinne des Kurses umformulieren – in ein »Denn«. Der Apostel Paulus gibt mir die Begründung für diese Gewissheit::

»Ich bin überzeugt: Was wir in der gegenwärtigen Zeit noch leiden müssen, fällt überhaupt nicht ins Gewicht im Vergleich mit der Herrlichkeit, die Gott uns zugedacht hat und die er in der Zukunft offenbar machen wird. Die ganze Schöpfung wartet sehnsüchtig auf den Tag, an dem die Kinder Gottes vor aller Augen in dieser Herrlichkeit offenbar werden [...] Er gab aber seinen Geschöpfen die Hoffnung, dass auch sie eines Tages von der Versklavung an die Vergänglichkeit befreit werden und teilhaben an der unvergänglichen Herrlichkeit, die Gott seinen Kindern schenkt. Wir wissen, dass die ganze Schöpfung bis jetzt noch stöhnt und in Wehen liegt wie eine Frau bei der Geburt.« (Röm 8,18-19,21-22. Fassung: Gute Nachricht-Bibel)

Es ist SEIN Auftrag an mich – an wen sonst? –, die Freiheit und das Glück, das mir geschenkt wird, zu erreichen. Es ist der Auftrag an mich – an wen sonst? –, SEINE Botschaft des Friedens, die SEIN Licht mir bringt, weiterzureichen.

Doch – wer bin ich? SEIN »Denn« richtet sich an das, was ich wirklich BIN!

Immer wenn ich glaube, dass etwas Bestimmtes in der Welt zu tun sei, dass jemand oder etwas in Ordnung gebracht oder in der Welt ein bestimmtes Ziel erreicht werden müsste, dann täusche ich mich über MICH. Und ich muss mich somit über mich selbst, über meinen Bruder, über die Welt und auch über meine wahre Beziehung zu GOTT getäuscht haben.

Deshalb kann es auf die Wahrnehmung von Konflikten, Mängeln und Fehlern nur eine einzige sinnvolle Reaktion geben – die Erinnerung an das, was ich wirklich BIN.

Habe ich mich erinnert, dann mag in einer konkreten Situation tatsächlich auch ein Handeln in der Welt erfolgen, doch wird es nun aus dem inneren Frieden und SEINER LIEBE heraus geschehen und nicht länger aus dem Versuch, einen innerlich empfundenen Konflikt oder einen Mangel durch ein Handeln in der Außenwelt korrigieren und beheben zu wollen.

Denn ER hat MIR schon vergeben und der Friede ist schon da. So will ich nun still sein und auf IHN warten.

Die Autoren

Gregor Geißmann, Jahrgang 1955

Anfang der Siebziger fiel mir erstmalig ein Buch über Zen in die Hände. Das Thema »Nicht-Dualität« schien die Antwort auf die schon länger auftauchenden Fragen nach dem *Woher* und *Wohin* zu sein, die mein katholisches Elternhaus oder der Religionsunterricht für mich nicht beantworten konnten.

Also las ich in den folgenden Jahren alles, was zu dem Thema auf den Markt kam. Viel war das zum damaligen Zeitpunkt nicht. Auf die Idee, Meditation zu praktizieren, kam ich erst sehr viel später, denn schließlich hatte ich gelesen, dass Zen ohne einen Lehrer/Meister nicht möglich ist. Einen solchen Lehrer hatte ich nie.

Mitte der Achtziger schwenkte mein Interesse langsam zum christlichen Zen. Daneben tauchten Bücher auf, die sich mit inneren Stimmen und gechannelten Botschaften in christlicher Terminologie befassten. Ich machte die Erfahrung, dass die christlichen Begriffe aus Kindheit und Jugend nicht spurlos verschwunden waren und nach wie vor ihre erlernten Bedeutungen behalten hatten.

Anfang der Neunziger las ich eine kleine Anzeige in einer Zeitschrift, dass bald das Werk *Ein Kurs in Wundern*, aufgeschrieben durch Helen Schucman nach dem Diktat einer inneren Stimme, in deutscher Sprache erscheinen wird. – »Schon wieder so ein gechanneltes Werk!«, dachte ich. Es interessierte mich nicht sonderlich. Dann sah ich 1995 wieder eine kleine Anzeige, kurz und knapp war zu lesen: »*Ein Kurs in Wundern* ist da«. Ich ging sofort in meine bevorzugte Buchhandlung, dort schnurstracks zum Regal, kaufte das Buch (es war noch eingeschweißt), ohne vorher einen Blick hinein zu werfen und begann zu Hause zu lesen. Mitte des Jahres, im Urlaub in den schottischen Highlands, begann ich bei traumhaftem Blick auf die Berge mit der ersten Lektion: »*Nichts von dem, was ich sehe, bedeutet etwas.*«

Ende der Neunziger entstand bei der aufkommenden Internetbegeisterung die Webseite www.ggeissmann.de, ein Jahr später die erste Version des Gesprächsforums, das nach mehreren Providerwechseln noch heute unter forum.globalchange.de existiert.

Gudrun Stammeler, Jahrgang 1954

Bei einem Psychologie-Kongress begegnete mir *Ein Kurs in Wundern* namentlich zum ersten Mal. Es vergingen noch Jahre bis zur deutschen Erstausgabe des Kurses, die ich mir erwartungsfroh kaufte – um sie gleich am nächsten Tag wieder zurückzugeben: »SÜHNE« und »JÜNGSTES GERICHT«, davon hatte ich in meiner katholisch geprägten Kindheit schon zu viel gehört ...

Das Leiden an dieser Welt wurde indes immer unerträglicher: Ich hatte mich inzwischen dem Tierschutz verschrieben und war entsetzt, wütend und traurig über die Art und Weise, wie mit wehrlosen Mitgeschöpfen umgegangen wird. Es musste doch eine andere Sichtweise geben, denn jedes Mal, wenn ein Problem scheinbar gelöst war, erschienen hundert neue.

Ein ehemaliger Arbeitskollege, dem ich dafür sehr dankbar bin, brachte mich schließlich wieder »auf Kurs« und seitdem hat mich dieses – im wahrsten Sinne des Wortes – wunderbare Werk nicht mehr losgelassen. 2007 meldete ich mich dann in Gregor Geißmanns Forum an. Ich fühle mich Gregor und allen Forumsmitgliedern sehr verbunden, da hier so viel zu lernen war und ist. Danke!

Ausführliches Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	<u>5</u>
Vorbemerkung	<u>6</u>
Die Praxis	<u>7</u>
Januar	<u>9</u>
Kommentar 1	
1. Januar	<u>10</u>
Kommentar 2	
2. Januar	<u>11</u>
Kommentar 3	
3. Januar	<u>12</u>
Kommentar 4	
4. Januar	<u>13</u>
Kommentar 5	
5. Januar	<u>14</u>
Kommentar 6	
6. Januar	<u>15</u>
Kommentar 7	
7. Januar	<u>16</u>
Kommentar 8	
8. Januar	<u>17</u>
Kommentar 9	
9. Januar	<u>18</u>
Kommentar 10	
10. Januar	<u>19</u>
Kommentar 11	
11. Januar	<u>20</u>
Kommentar 12	
12. Januar	<u>21</u>
Kommentar 13	
13. Januar	<u>22</u>
Kommentar 14	
14. Januar	<u>23</u>
Kommentar 15	
15. Januar	<u>24</u>
Kommentar 16	
16. Januar	<u>25</u>
Kommentar 17	
17. Januar	<u>26</u>
Kommentar 18	
18. Januar	<u>27</u>

Kommentar 19	
<i>19. Januar</i>	<u>28</u>
Kommentar 20	
<i>20. Januar</i>	<u>29</u>
Kommentar 21	
<i>21. Januar</i>	<u>30</u>
Kommentar 22	
<i>22. Januar</i>	<u>31</u>
Kommentar 23	
<i>23. Januar</i>	<u>32</u>
Kommentar 24	
<i>24. Januar</i>	<u>33</u>
Kommentar 25	
<i>25. Januar</i>	<u>34</u>
Kommentar 26	
<i>26. Januar</i>	<u>35</u>
Kommentar 27	
<i>27. Januar</i>	<u>36</u>
Kommentar 28	
<i>28. Januar</i>	<u>37</u>
Kommentar 29	
<i>29. Januar</i>	<u>38</u>
Kommentar 30	
<i>30. Januar</i>	<u>39</u>
Kommentar 31	
<i>31. Januar</i>	<u>40</u>
Februar	<u>41</u>
Kommentar 32	
<i>1. Februar</i>	<u>42</u>
Kommentar 33	
<i>2. Februar</i>	<u>43</u>
Kommentar 34	
<i>3. Februar</i>	<u>44</u>
Kommentar 35	
<i>4. Februar</i>	<u>45</u>
Kommentar 36	
<i>5. Februar</i>	<u>46</u>
Kommentar 37	
<i>6. Februar</i>	<u>47</u>
Kommentar 38	
<i>7. Februar</i>	<u>48</u>
Kommentar 39	
<i>8. Februar</i>	<u>49</u>
Kommentar 40	

9. Februar	<u>50</u>
Kommentar 41	
10. Februar	<u>51</u>
Kommentar 42	
11. Februar	<u>52</u>
Kommentar 43	
12. Februar	<u>53</u>
Kommentar 44	
13. Februar	<u>54</u>
Kommentar 45	
14. Februar	<u>55</u>
Kommentar 46	
15. Februar	<u>56</u>
Kommentar 47	
16. Februar	<u>57</u>
Kommentar 48	
17. Februar	<u>58</u>
Kommentar 49	
18. Februar	<u>59</u>
Kommentar 50	
19. Februar	<u>60</u>
Kommentar 51	
20. Februar	<u>61</u>
Kommentar 52	
21. Februar	<u>62</u>
Kommentar 53	
22. Februar	<u>63</u>
Kommentar 54	
23. Februar	<u>64</u>
Kommentar 55	
24. Februar	<u>65</u>
Kommentar 56	
25. Februar	<u>66</u>
Kommentar 57	
26. Februar	<u>67</u>
Kommentar 58	
27. Februar	<u>68</u>
Kommentar 59	
28./29. Februar	<u>69</u>
März	<u>70</u>
Kommentar 60	
1. März	<u>71</u>
Kommentar 61	
2. März	<u>72</u>

Kommentar 62	
3. März	<u>73</u>
Kommentar 63	
4. März	<u>74</u>
Kommentar 64	
5. März	<u>75</u>
Kommentar 65	
6. März	<u>76</u>
Kommentar 66	
7. März	<u>77</u>
Kommentar 67	
8. März	<u>78</u>
Kommentar 68	
9. März	<u>79</u>
Kommentar 69	
10. März	<u>80</u>
Kommentar 70	
11. März	<u>81</u>
Kommentar 71	
12. März	<u>82</u>
Kommentar 72	
13. März	<u>83</u>
Kommentar 73	
14. März	<u>84</u>
Kommentar 74	
15. März	<u>85</u>
Kommentar 75	
16. März	<u>86</u>
Kommentar 76	
17. März	<u>87</u>
Kommentar 77	
18. März	<u>88</u>
Kommentar 78	
19. März	<u>89</u>
Kommentar 79	
20. März	<u>90</u>
Kommentar 80	
21. März	<u>91</u>
Kommentar 81	
22. März	<u>92</u>
Kommentar 82	
23. März	<u>93</u>
Kommentar 83	
24. März	<u>94</u>

Kommentar 84	
25. März	<u>95</u>
Kommentar 85	
26. März	<u>96</u>
Kommentar 86	
27. März	<u>97</u>
Kommentar 87	
28. März	<u>98</u>
Kommentar 88	
29. März	<u>99</u>
Kommentar 89	
30. März	<u>100</u>
Kommentar 90	
31. März	<u>101</u>
April	<u>102</u>
Kommentar 91	
1. April	<u>103</u>
Kommentar 92	
2. April	<u>104</u>
Kommentar 93	
3. April	<u>105</u>
Kommentar 94	
4. April	<u>106</u>
Kommentar 95	
5. April	<u>107</u>
Kommentar 96	
6. April	<u>108</u>
Kommentar 97	
7. April	<u>109</u>
Kommentar 98	
8. April	<u>110</u>
Kommentar 99	
9. April	<u>111</u>
Kommentar 100	
10. April	<u>112</u>
Kommentar 101	
11. April	<u>113</u>
Kommentar 102	
12. April	<u>114</u>
Kommentar 103	
13. April	<u>115</u>
Kommentar 104	
14. April	<u>116</u>
Kommentar 105	

15. April	<u>117</u>
Kommentar 106	
16. April	<u>118</u>
Kommentar 107	
17. April	<u>119</u>
Kommentar 108	
18. April	<u>120</u>
Kommentar 109	
19. April	<u>121</u>
Kommentar 110	
20. April	<u>122</u>
Kommentar 111	
21. April	<u>123</u>
Kommentar 112	
22. April	<u>124</u>
Kommentar 113	
23. April	<u>125</u>
Kommentar 114	
24. April	<u>126</u>
Kommentar 115	
25. April	<u>127</u>
Kommentar 116	
26. April	<u>128</u>
Kommentar 117	
27. April	<u>129</u>
Kommentar 118	
28. April	<u>130</u>
Kommentar 119	
29. April	<u>131</u>
Kommentar 120	
30. April	<u>132</u>
Mai	<u>133</u>
Kommentar 121	
1. Mai	<u>134</u>
Kommentar 122	
2. Mai	<u>135</u>
Kommentar 123	
3. Mai	<u>136</u>
Kommentar 124	
4. Mai	<u>137</u>
Kommentar 125	
5. Mai	<u>138</u>
Kommentar 126	
6. Mai	<u>139</u>

Kommentar 127	
7. Mai	<u>140</u>
Kommentar 128	
8. Mai	<u>141</u>
Kommentar 129	
9. Mai	<u>142</u>
Kommentar 130	
10. Mai	<u>143</u>
Kommentar 131	
11. Mai	<u>144</u>
Kommentar 132	
12. Mai	<u>145</u>
Kommentar 133	
13. Mai	<u>146</u>
Kommentar 134	
14. Mai	<u>147</u>
Kommentar 135	
15. Mai	<u>148</u>
Kommentar 136	
16. Mai	<u>149</u>
Kommentar 137	
17. Mai	<u>150</u>
Kommentar 138	
18. Mai	<u>151</u>
Kommentar 139	
19. Mai	<u>152</u>
Kommentar 140	
20. Mai	<u>153</u>
Kommentar 141	
21. Mai	<u>154</u>
Kommentar 142	
22. Mai	<u>155</u>
Kommentar 143	
23. Mai	<u>156</u>
Kommentar 144	
24. Mai	<u>157</u>
Kommentar 145	
25. Mai	<u>158</u>
Kommentar 146	
26. Mai	<u>159</u>
Kommentar 147	
27. Mai	<u>160</u>
Kommentar 148	
28. Mai	<u>161</u>

Kommentar 149	
29. Mai	<u>162</u>
Kommentar 150	
30. Mai	<u>163</u>
Kommentar 151	
31. Mai	<u>164</u>
Juni	<u>165</u>
Kommentar 152	
1. Juni	<u>166</u>
Kommentar 153	
2. Juni	<u>167</u>
Kommentar 154	
3. Juni	<u>168</u>
Kommentar 155	
4. Juni	<u>169</u>
Kommentar 156	
5. Juni	<u>170</u>
Kommentar 157	
6. Juni	<u>171</u>
Kommentar 158	
7. Juni	<u>172</u>
Kommentar 159	
8. Juni	<u>173</u>
Kommentar 160	
9. Juni	<u>174</u>
Kommentar 161	
10. Juni	<u>175</u>
Kommentar 162	
11. Juni	<u>176</u>
Kommentar 163	
12. Juni	<u>177</u>
Kommentar 164	
13. Juni	<u>178</u>
Kommentar 165	
14. Juni	<u>179</u>
Kommentar 166	
15. Juni	<u>180</u>
Kommentar 167	
16. Juni	<u>181</u>
Kommentar 168	
17. Juni	<u>182</u>
Kommentar 169	
18. Juni	<u>183</u>
Kommentar 170	

19. Juni	<u>184</u>
Kommentar 171	
20. Juni	<u>185</u>
Kommentar 172	
21. Juni	<u>186</u>
Kommentar 173	
22. Juni	<u>187</u>
Kommentar 174	
23. Juni	<u>188</u>
Kommentar 175	
24. Juni	<u>189</u>
Kommentar 176	
25. Juni	<u>190</u>
Kommentar 177	
26. Juni	<u>191</u>
Kommentar 178	
27. Juni	<u>192</u>
Kommentar 179	
28. Juni	<u>193</u>
Kommentar 180	
29. Juni	<u>194</u>
Kommentar 181	
30. Juni	<u>195</u>
Juli	<u>196</u>
Kommentar 182	
1. Juli	<u>197</u>
Kommentar 183	
2. Juli	<u>198</u>
Kommentar 184	
3. Juli	<u>199</u>
Kommentar 185	
4. Juli	<u>200</u>
Kommentar 186	
5. Juli	<u>201</u>
Kommentar 187	
6. Juli	<u>202</u>
Kommentar 188	
7. Juli	<u>203</u>
Kommentar 189	
8. Juli	<u>204</u>
Kommentar 190	
9. Juli	<u>205</u>
Kommentar 191	
10. Juli	<u>206</u>

Kommentar 192	
<i>11. Juli</i>	<u>207</u>
Kommentar 193	
<i>12. Juli</i>	<u>208</u>
Kommentar 194	
<i>13. Juli</i>	<u>209</u>
Kommentar 195	
<i>14. Juli</i>	<u>210</u>
Kommentar 196	
<i>15. Juli</i>	<u>211</u>
Kommentar 197	
<i>16. Juli</i>	<u>212</u>
Kommentar 198	
<i>17. Juli</i>	<u>213</u>
Kommentar 199	
<i>18. Juli</i>	<u>214</u>
Kommentar 200	
<i>19. Juli</i>	<u>215</u>
Kommentar 201	
<i>20. Juli</i>	<u>216</u>
Kommentar 202	
<i>21. Juli</i>	<u>217</u>
Kommentar 203	
<i>22. Juli</i>	<u>218</u>
Kommentar 204	
<i>23. Juli</i>	<u>219</u>
Kommentar 205	
<i>24. Juli</i>	<u>220</u>
Kommentar 206	
<i>25. Juli</i>	<u>221</u>
Kommentar 207	
<i>26. Juli</i>	<u>222</u>
Kommentar 208	
<i>27. Juli</i>	<u>223</u>
Kommentar 209	
<i>28. Juli</i>	<u>224</u>
Kommentar 210	
<i>29. Juli</i>	<u>225</u>
Kommentar 211	
<i>30. Juli</i>	<u>226</u>
Kommentar 212	
<i>31. Juli</i>	<u>227</u>
August	<u>228</u>
Kommentar 213	

1. August	<u>229</u>
Kommentar 214	
2. August	<u>230</u>
Kommentar 215	
3. August	<u>231</u>
Kommentar 216	
4. August	<u>232</u>
Kommentar 217	
5. August	<u>233</u>
Kommentar 218	
6. August	<u>234</u>
Kommentar 219	
7. August	<u>235</u>
Kommentar 220	
8. August	<u>236</u>
Teil II des Übungsbuches	<u>237</u>
Kommentar 221	
9. August	<u>239</u>
Kommentar 222	
10. August	<u>240</u>
Kommentar 223	
11. August	<u>241</u>
Kommentar 224	
12. August	<u>242</u>
Kommentar 225	
13. August	<u>243</u>
Kommentar 226	
14. August	<u>244</u>
Kommentar 227	
15. August	<u>245</u>
Kommentar 228	
16. August	<u>246</u>
Kommentar 229	
17. August	<u>247</u>
Kommentar 230	
18. August	<u>248</u>
Die Autoren	<u>249</u>
Ausführliches Inhaltsverzeichnis	<u>250</u>