

## Kapitel 10

### ***Gebrauch und Verstehen***

10.1 Lasst uns zuerst darüber nachdenken, was es ist, was der Körper gebrauchen würde. Auch wenn du dich als sein Sklave fühlst und unter der Last seiner Kontrolle, wer ist das **Du**, das er kontrollieren würde? Wie kann er dich dazu bringen, etwas anderes zu tun, als du zu tun wählst? Lerne diese Lektion gut, denn hierin liegt die Behandlung für jede Krankheit und die Hoffnung für jede Heilung. Während der Körper dir zu erzählen scheint, was du fühlst und dir gebietet, in Übereinstimmung mit seinen Gefühlen zu handeln, wie kann dies so sein? Der Körper an sich ist neutral. Doch solange du dem Körper zuschreibst, dass er dir Lust bringt, wird der Körper dir auch Schmerzen bringen. Du kannst nicht das eine ohne das andere wählen, weil die Wahl dieselbe ist. Der Körper ist ein Werkzeug, das dafür gemacht worden ist, damit du es nutzt, die Illusion deiner Trennung aufrechtzuerhalten. Dass er scheinbare Macht hat, kann nur sein, weil du denkst, dass du deine Macht in ihn gelegt hast. Wenn das wahr wäre, würde er tatsächlich große Macht ausüben. Doch was du gemacht hast, kann nicht mit der Macht der Schöpfung ausgestattet werden, ohne dass du dich damit verbindest. Wie, glaubst du, könntest du mit irgendetwas mehr verbunden sein, als du es mit deinem eigenen Körper bist? Wenn du nicht einmal mit dieser Präsenz, die du dein Zuhause nennst, verbunden bist, wie sollst du dich dann mit anderen verbinden?

10.2 Wir müssen nun auf das Konzept von Beziehung zurückkommen, denn der Gedanke von miteinander verbundenen Körpern, in einer Einheit, die näher ist als die Einheit, die du mit dem Körper empfindest, den du dein eigen nennst, ist in der Tat lächerlich. Sich verbinden geschieht in Beziehung, nicht in der physischen Form. Eine Verbindung ist nicht die Auslöschung einer Sache, um eine andere zu machen – sich miteinander verbinden macht jeden ganz und in dieser Ganzheit eins mit allen. Diese Einheit hat nie wirklich aufgehört zu sein, doch solange du nicht erkennst, dass sie existiert, werden ihre Vorzüge für dich nicht verfügbar/zugänglich sein. So sehr ich es mir wünsche, dass es so sei, doch dass ich dir die Wahrheit über deine Existenz erzähle, ist in sich nicht genug, um dir das bewusst zu machen, was du so lange vor dir selbst versteckt hast. Ich kann dir nur sagen, wo du nachschauen sollst und dir zahllose Jahre der Suche, wo die Wahrheit nicht ist, ersparen, wenn du nur dort suchen wirst, wo ich dich einlade zu finden.

10.3 Es gibt Aspekte in dem, was ich dir erzähle, die du bereitwillig annimmst und andere, die du nicht verstehst und mit denen du eine Weile warten möchtest, bevor du sie in die Tat umsetzt. Was du wirklich nicht verstehst, ist Ganzheit. Alle Dinge existieren in Ganzheit, einschließlich des Denksystems, das du gemacht hast, um die Illusion zu beschützen, die du so wertschätzt. Dein Denksystem ist der Wahrheit gänzlich fremd, doch als ein System vollkommen konsistent. Du kannst nicht einen Glaubenssatz aufgeben und einen anderen beibehalten, weil du, wenn du einen Teil beibehältst, alles beibehältst. Das wird zu einem scheinbaren Misserfolg führen, das zu lernen, was ich dich lehren möchte. Das, was Gott wollte, dass ich lehre, kannst du nicht scheitern, zu lernen, noch kannst du es teilweise lernen. Das Denksystem der Wahrheit ist genauso vollkommen konsistent wie das Denksystem der Illusion und du kannst nicht das herausnehmen, was du willst und den Rest liegen lassen. Daher werden wir weiterhin die Unterschiede in den beiden Denksystemen

aufzeigen, so dass deine Ideen anfangen können, sich zu verändern, bis am Ende dein Herz die Führung übernimmt und diese eine Entscheidung trifft, die du treffen musst. Dein Herz – nicht zu verwechseln mit der Pumpe, die den Körper antreibt, sondern das Zentrum deines Selbst – hat kein Denksystem getrennt von deinem eigenen und muss in der Realität vorhanden sein, in der du zu sein glaubst.

10.4 Der Beginn jeder Transformation findet an der Quelle statt und das gilt für die Illusion genauso wie für die Wahrheit. Du siehst deinen Körper als dein selbst und dein selbst als „Quelle“ von allem, was du während all deiner Tage auf dieser Erde getan und gefühlt hast. Doch deine wirkliche QUELLE befindet sich im Zentrum deines SELBST, dem Altar für deinen SCHÖPFER, das SELBST, das du in Einheit mit CHRISTUS teilst. CHRISTUS ist der „Teil“ GOTTES, der in dir weilt, nicht in Trennung sondern in der ewigen Ganzheit, in der GOTT und du zusammen in Wahrheit existieren.

10.5 Für diejenigen von euch, die lange gereist sind, genauso wie für diejenigen von euch, die gerade anfangen, ist dieses Aufgeben des Körpers als dein Zuhause und als die Quelle all dessen, was du bist, die größte Hürde, die es zu überwinden gilt. Wenn du den Körper beobachtest und an ein Leben ohne ihn zu denken wagst, begegnest du immer und immer wieder seiner Wirklichkeit. Gerade wenn seine Wahrnehmung dich zu verlassen beginnt, könnte es sein, dass du von Kopfschmerzen, Rückenschmerzen oder anderen scheinbaren Krankheiten geplagt wirst. Das ist das getrennte selbst, das du gemacht hast, das dich zurück zum Körper ruft, um dir zu beweisen, dass er unüberwindbar ist. Viele Menschen versuchen an diesem Punkt, sich diese Krankheiten wegzudenken und wenn sie dabei keinen Erfolg haben, sehen sie dies als weiteren Beweis ihrer Verwurzelung in ihrem Körper an. Hütet euch vor allen **Versuchen/Ansätzen/Bestrebungen**, den Körper weg zu denken und Wunder herbei zu denken. Dieses Verlangen zeigt nur, dass du die Quelle der Heilung nicht kennst und nicht bereit bist, geheilt zu werden.

10.6 Dass du noch nicht bereit bist, bedeutet nicht, dass du nicht bereit sein wirst, genauso wie etwas verloren zu haben, nicht bedeutet, dass es nicht mehr existiert. Doch dein getrenntes selbst möchte jeden Beweis seines Scheiterns anführen, etwas anderes zu sein als getrennt und dir prompt die Unmöglichkeit aufzeigen, du könntest etwas anderes sein, als du bist – ein Körper. Das ist die „Tatsache“, die es dir ständig in dein Ohr flüstert, die Lüge, von der es möchte, dass du sie glaubst, dass alles andere, was du hier lernen möchtest, genauso unmöglich ist wie dies. Du hörst auf diese Stimme, denn sie war dein ständiger Begleiter und Lehrer in deiner Trennung, als du nicht erkanntest, dass das, was sie dich lehrte, ist, getrennt zu sein. Sei davor gewarnt, dass sie unentwegt versuchen wird, sich einzumischen, solange du irgendeinen Wert auf das legst, was sie dir sagt.

10.7 Denke an jemand Anderen, einen Lehrer oder ein Elternteil, dessen „Stimme“ du hörst, während du durch deine Tage gehst. Ob du diese Stimme hören willst oder nicht, ob diese Stimme weise oder dumm war, alleine schon die Wiederholung dieser Stimme hält sie in deiner Erinnerung. Das mag die Stimme sein, die sagt, „Steh gerade“ oder „Du bist etwas Besonderes“ oder „Aus dir wird nie etwas.“ Viele von euch mögen Therapien benutzt haben, um die negativen Botschaften, die ihr hört, zum Verstummen zu bringen und es nach großen Anstrengungen geschafft haben, das, was negativ war, durch Botschaften einer positiveren Art zu ersetzen. Und dies sind nur die Botschaften einer äußeren Quelle! Deine eigenen

Gedanken sind viel beharrlicher und eindringlicher als diese. Sie sind länger und beständiger bei dir gewesen. Es erfordert Wachsamkeit, sie abzuschütteln.

10.8 Ich erzähle dir das nicht, um dich zu entmutigen, sondern um dich zu ermutigen, nicht aufzugeben. Deine Aufgabe ist jetzt die denkbar heiligste und der ganze Himmel ist mit dir. Alles, was benötigt wird, ist deine anhaltende Bereitwilligkeit. Alles, was dich scheitern lassen kann, ist aufzugeben. Ich gebe dir diese Beispiele, die dich dahin bringen zu sagen: „Es wird nicht einfach sein“, aber ich sage dir, es wird auch nicht schwierig sein, wenn du dich nur an dies erinnerst: Deine Bereitwilligkeit ist alles, was benötigt wird. Wenn dein getrenntes selbst dir zuflüstert: „Dein Körper ist eine Tatsache“, ist alles, was du dir selbst sagen musst: „Ich bin immer noch willens, etwas anderes zu glauben.“

10.9 Sei dir auch deines Verlangens nach einer Belohnung bewusst. So wie du fühlst, dass du GOTT und deinem wahren SELBST näher kommst, so wie dir bewusster wird, dass du ein „guter“ Mensch bist und einer, der versucht, noch besser zu werden, wirst du anfangen, dich nach deinen Belohnungen umzuschauen. Später wirst du auf diese Zeit zurückschauen und lächeln und laut über die Ahnungslosigkeit hinter diesem Verlangen lachen, das nur offensichtlich macht, dass du einfach nur am Anfang des Lehrplans stehst. Eine Belohnung für Güte haben zu wollen, und dafür, angestrongter zu versuchen, GOTT näher zu sein als dein Bruder oder deine Schwester, sind alles Verlangen deines getrennten selbst, das etwas für sich selbst und all seine Mühen haben möchte. Das ist nur ein Stadium, durch das du hindurch gehen wirst, obwohl einige hier lange verweilen können. Du wirst hier bleiben, bis du erkennst, dass alle gut sind und dass du Gottes gute Gnade nicht mehr verdienen kannst als dein Bruder. Du wirst hier bleiben, bis du erkennst, dass GOTT bereits allen alles gegeben hat.

10.10 Erkläre wiederum nur deine Bereitwilligkeit. Eine Bereitwilligkeit, daran zu glauben, dass du alles hast, was du brauchst, ungeachtet der „Tatsache“, dass es nicht so aussieht. Deine Bereitwilligkeit ist alles, was gebraucht wird, um dich durch dieses Stadium hindurch und in das nächste hinein zu bewegen. Sei eher ermutigt als entmutigt, dass GOTT dir hier nicht alle deine Wünsche erfüllt. Denn diese sind noch nicht deine wahren Wünsche und die Belohnungen, die du dir hier aussuchen würdest, sind wie Staub gegenüber jenen, derer du gewahr werden wirst, wenn du weitergehst.

10.11 Lasst uns hier für einen Moment über Wunder sprechen. Einfach gesagt, sind Wunder eine natürliche Folge von Verbindung. Magie ist dein Versuch, Wunder **auf eigene Faust** zu vollbringen. In den frühen Stadien deines Lernens wirst du versucht sein, das Spiel „so tun, als ob“ zu spielen. Du wirst nicht glauben, dass du nicht dein Körper bist, aber möchtest so tun, als ob du es nicht wärst. Du magst dann versucht sein, zu glauben, dass, weil du so tust, als wärst du kein Körper, du so tun kannst, als würdest du die Qual eines Kopfschmerzes oder die Kälte eines Wintertages nicht fühlen, und dieses „so tun, als ob“ mag dich sogar etwas weniger Schmerz oder etwas weniger Kälte fühlen lassen. Aber dieser Versuch, dich selbst zu betrügen, wird von deinem getrennten selbst willkommen geheißen, das weiß, dass „so tun, als ob“ es nicht geschehen lassen wird.

10.12 Diese Versuche, dich selbst zu betrügen, beruhen vielmehr auf deinem Mangel an Verständnis als auf deinem Mangel an Glauben. Du würdest nicht immer noch weiterlesen, wenn du glaubtest, du wärest dein Körper und nur das allein. Du weißt seit langem, dass du

mehr als Fleisch und Knochen bist. Glaube ist nicht dein Problem. Das Verständnis ist es. Obwohl du an GOTT glaubst, verstehst du GOTT nicht. Obwohl du an mich glaubst, verstehst du nicht, wie diese Worte von mir gekommen sind. Obwohl du an einen Himmel und ein Leben nach dem Tode glaubst, verstehst du nicht, was oder wo sie sind. Und an etwas zu glauben, was du nicht verstehst, lässt dich geringstenfalls sonderbar und im schlimmsten Fall wahnhaft fühlen. Du willst glauben und so glaubst du. Aber du willst auch „Recht“ haben in Bezug auf das, was du glaubst. Das Praktische bei deinem Glauben an Gott, an mich, an den Himmel und das Leben nach dem Tode ist, dass du denkst, du könntest hier nicht widerlegt werden. Wenn du unrecht hast, wirst du einfach verrotten, nachdem du gestorben bist und keiner wird erfahren, wie falsch du gelegen hast! Wenn du unrecht hast, hast du wenigstens an etwas geglaubt, das dir Trost gespendet und dir am Ende nicht geschadet hat.

10.13 Das ist jedoch nicht so leicht gesagt über das Konzept, nicht getrennt zu sein. Das Einzige, was du wirklich schwer zu glauben findest, ist, dass du in Einheit mit deinen Brüdern und Schwestern bist, genau jetzt, heute. An GOTT zu glauben, ohne GOTT zu verstehen, ist eine Sache. An deine Einheit mit deinem Nächsten zu glauben, ohne weder Einheit noch deinen Nächsten zu verstehen, ist etwas Anderes. Dieser Glaube wird dir nicht zwangsläufig Trost bringen oder keinen Schaden zufügen. Was ist, wenn du an die Güte deines Nächsten glaubst, und dieser Glaube nicht gerechtfertigt ist? Was, wenn du vertraust und herausfindest, das Vertrauen war nicht angebracht? Was, wenn du einfach leichtgläubig bist und zum Narren gehalten wirst? Was, wenn du dich irrst?

10.14 Eine ähnliche Angst befällt dein Herz, wenn du in Betracht ziehst, den Glauben an deinen Körper aufzugeben. Daran zu glauben, dass du nicht dein Körper bist, während du in ihm herumläufst, ist etwas ganz anderes, als an GOTT zu glauben. Hier würden alle verfügbaren Beweise erklären, dass du dich irrst. Jeder Beweis deiner Augen und Ohren, genauso wie die Beweise der Wissenschaft würden dir sagen, dass du dein Körper bist. Selbst die Geschichte würde diese Tatsache scheinbar beweisen, wenn du zurückblickst und sagst, dass selbst Jesus starb, bevor er wieder als reiner Geist auferstehen konnte.

10.15 Ich bin hier, dich erneut zu lehren, weil ich das beispielhafte Leben war. Glaubst du, dass ich, als ich auf der Erde lebte, ein Körper war, oder glaubst du, dass ich der SOHN GOTTES war, bevor ich in die menschliche Form hineingeboren wurde, während der Zeit, in der ich in menschlicher Form existierte und nachdem ich wieder auferstand? Das wird richtigerweise das Rätsel des Glaubens genannt: CHRISTUS ist gestorben, CHRISTUS ist auferstanden, CHRISTUS wird wiederkommen. Was fehlt bei dieser Äußerung? CHRISTUS wurde geboren. Nirgendwo im Rätsel des Glaubens wird angeführt, dass CHRISTUS ein Körper geworden ist.

10.16 Dir wurde nicht gesagt, dass der Körper nicht existiert, nur dass er nicht du ist. So wie alle Werkzeuge, die du gemacht hast, ist er eine Täuschung, weil du keinen Bedarf für Werkzeuge hast. Doch solange du glaubst, du hättest ihn, ist der Körper ganz wirklich für dich. Den Körper ganz aufzugeben, ist eine Wahl, die du nicht treffen musst. Wenn dein Lernen sich entwickelt, wirst du sehen, dass dies möglich ist, aber es mag Gründe geben, dies nicht zu wählen. An diesem Punkt wird von dir jedoch nur verlangt, dass dein Körper als das gesehen wird, was er ist – sowohl in Bezug darauf, wofür du ihn gemacht hast als auch in Bezug auf die Art und Weise, in der du jetzt geführt werden kannst, um ihn zum Wohle aller zu nutzen.

10.17 Für viele schien die Wahl zu sein: „Willst du lieber Recht haben oder glücklich sein?“ Nur das Ego würde Rechthaben dem Glücklich sein vorziehen. Wenn du deinen Körper beobachtest, beobachte auch seine Handlungen in Bezug auf die Entscheidungen, die er trifft. Frage dich: „Welche Entscheidung mag zu dieser Situation oder diesem Ereignis geführt haben?“ Denn Entscheidung ist immer beteiligt **vor** dem Ereignis. Nichts geschieht dem SOHN GOTTES zufällig. Diese Beobachtung wird dir helfen, die Verantwortung für dein Leben in deine Hände zurückzulegen, wo sie hingehört. Du bist nicht hilflos, noch bist du der Laune von Kräften jenseits deiner Kontrolle ausgeliefert. Die einzige Kraft jenseits deiner Kontrolle ist dein eigener Geist und das muss nicht sein. Wenn du beginnst, dich selbst zu fragen, „Welche Wahl könnte stattdessen zu Glück führen?“, wirst du beginnen, einen Unterschied in der Antwort deines Körpers demgegenüber zu sehen, was äußere Ereignisse zu sein scheinen und dann einen Wandel in den äußeren Ereignissen selbst.

10.18 Dein Geist mag es immer noch vorziehen, lieber Recht zu haben als glücklich zu sein, daher ist es wichtig, dass du deinem Herz die Führung dabei überlässt, diese neue Wahl zu treffen. Wenn du dich in einer Situation wiederfindest, die dir nicht gefällt, biete deine Bereitwilligkeit erneut an, etwas Glück in ihr zu finden. Diese Anweisungen an dein Herz werden beginnen, einen Unterschied in deinem Geisteszustand zu machen.

10.19 Was du als deinen Geisteszustand bezeichnen würdest, ist eher eine allgemeine Stimmung, eine Gemütslage, eine Laune – und dieser Zustand wird aus deinem Herz heraus bestimmt. Die Gedanken deines getrennten selbst kümmern sich wenig darum und würden solche Bedenken als irrelevant für sein Wohlbefinden bezeichnen. Sein Überleben, **wie es ist**, ist seine einzige Sorge. Die Sorge bezieht sich nicht nur auf Bedürfnisse wie Nahrung und Unterkunft, sondern auf das Überleben des Denksystems des getrennten selbst. Glück hat darin keine Priorität, aber Recht zu haben, ist für es sehr wichtig. Es würde lieber ernst und schwermütig sein als heiter und unbeschwert. Dem Leben mit Ernst zu begegnen ist eine Hauptstrategie des getrennten selbst, das seine eigene Ernsthaftigkeit als notwendig ansieht, um seine Trennung aufrechtzuerhalten. Freude ist wirklich die größte Bedrohung für das getrennte selbst, denn sie stammt aus der Einheit und verstärkt die Anziehungskraft der Einheit auf Kosten der Anziehungskraft der Trennung.

10.20 Du erkennst nicht, wie schnell das getrennte selbst hineinstürmt, um jede Bewegung weg von der Trennung und hin zur Einheit zu sabotieren. Viele von euch haben erkannt, dass ihr durch die Entscheidungen, die ihr treffen wolltet, eure Chancen auf Glück auf ein Minimum und eure Chancen auf Unglück auf ein Maximum zu bringen scheint. Ihr schaut sehnsuchtsvoll auf Zeiten des Glücks zurück und fragt euch, was falsch gelaufen ist und warum ihr den glücklichen Zustand nicht aufrechterhalten konntet. Man mag viele praktische Gründe für den Niedergang deines Glückes anführen, aber in der Einsamkeit, die mit diesem Verlust einhergeht, wirst du dich fragen – zumindest für einen Moment – warum die Wahl für die praktischen Gründe getroffen werden musste. Doch wenn das getrennte selbst zurückschauen und sehen kann, dass es gewählt hat, lieber Recht zu haben als glücklich zu sein, wird es sich selbst trotz seines Unglücklichseins beglückwünschen und sagen: „Ich habe das Richtige getan.“ Es wird sich selbst als Sieger über die albernen Träume des Glücks sehen und sagen, wie froh es ist, dass es zur Vernunft gekommen ist, bevor es zu spät war.

10.21 Jeder von euch ist sich einer Schwelle bewusst, nach deren Überschreiten es keinen Weg zurück mehr gibt. Diese Schwelle ist oft ein derart erfüllendes Glück, dass du, nachdem du es einmal erfahren hast, sagst: „Ich werde diese Verzweiflung nicht mehr auf mich nehmen.“ Für andere ist diese Schwelle das Gegenteil, eine Erfahrung solch großen Schmerzes, dass sie lieber sterben würden, als auf solche Art und Weise weiterzumachen. Auch Süchtige wählen nur eine anders geartete Schwelle, bei der sie nach der Erfahrung des Vergessens des getrennten selbst durch Drogen, Alkohol oder sogar durch unentwegtes Arbeiten oder Shopping sich weigern, zu der Realität des getrennten selbst zurückzukehren. Wenn sie diese nicht verlassen können, werden sie sie ausblenden. Einige, an dieser Schwelle, kehren zurück. Sie verweigern sich selbst die Freude oder den Schmerz oder das Vergessen, welche die Rückkehr unmöglich machen würden und schätzen sich glücklich, nicht an den Ort zu gehen, von dem aus eine Veränderung unausweichlich werden würde.

10.22 Das getrennte selbst hat sich derart in die Angst eingenistet, dass die bekannten Ängste seines Daseins besser zu sein scheinen als die unbekannt Ängste irgendeiner anderen Art der Existenz. Dass eine Alternative gewählt werden könnte, die überhaupt keinen Platz für Angst ließe, kommt ihm nicht in den Sinn, denn ohne Angst zu sein, ist etwas, das es nie kennengelernt hat.

10.23 Wenn der Körper der Oberflächenaspekt deiner Existenz ist und Angst unter der Oberfläche liegt, erkenne den Nutzen dieser Übung: Stelle den Körper vor dich hin, wo du sein stiller Beobachter sein kannst. Während du schaust, wie deine Hände ihre Arbeit verrichten oder wie der Schatten sich auf dem Boden formiert, während du hin und her gehst, wirst du die einzige Trennung lernen, die für dich sinnvoll sein kann.

10.24 Deine erste wichtige Entdeckung wird sein, dass alles, was du hörst, nicht durch deine Ohren zu dir kommt. Du wirst sehen, dass du voller Gedanken bist – Gedanken **über** deinen Körper, dieselbe Art Gedanken, die du über den Körper von jemand Anderen haben könntest. Der Unterschied wird sein, dass diese Gedanken scheinbar nicht in deinem Kopf entstanden sind. Du magst zum ersten Mal oder auf eine andere Art und Weise klar erkennen, dass du deine Gedanken immer ohne Beihilfe deiner Ohren gehört hast. Du magst jetzt sagen: „Ja klar, das ist die Art und Weise, wie wir unsere Gedanken hören – es ist die Natur des Denkens.“ Aber hast du vorher jemals über die Natur deiner Gedanken nachgedacht oder hast du sie einfach für selbstverständlich gehalten?

10.25 Gedanken werden weder gesehen noch gehört und doch sind sie ständig bei dir und zwar besonders dann, wenn du dein Experiment durchführst, vom Körper Abstand zu nehmen. Das ist der Grund, warum wir dieses Experiment durchführen. Ob du dich selbst als erfolgreich oder als hoffnungsloser Fall bei der Durchführung dieses Experiments ansiehst, du wirst erneut klar erkennen, dass deine Gedanken zutreffender definieren, wer du bist, als es dein Körper tut. Ob sie ziellos umherirren oder recht fokussiert sind, deine Gedanken sind eher die Quelle von allem, was du bist und allem, was du tust, als es der Körper ist, den du beobachtest.

10.26 Du magst über dich selbst lachen, bei diesem albernem Experiment mitzumachen, doch du wirst merken, dass das Bedürfnis über dich selbst zu lachen, ganz aufrichtig ist und nicht aus Bosheit gezeugt wird. Es wird ein glücklicheres selbst da sein, das scheinbar denkt, dass dieses Spiel Spaß macht und sich überhaupt keine Gedanken macht über den Erfolg des

Spieles. Auch dieses Lachen, genauso wie das Gefühl von Spaß, das es auslöst, wird ohne Beteiligung des Körpers aufsteigen.

10.27 Du wirst bald eine Fähigkeit entwickeln, ohne die Augen deines Körpers zu sehen. Auch das wird zuerst wie ein albernes Spiel erscheinen, ein Trick deiner Einbildungskraft. Du wirst anfangs nur das beobachten, was du „sehen“ kannst – deine Arme und Beine, dein Schatten, der fällt, wenn du gehst – doch nach und nach wirst du dahin gelangen, den Körper als Ganzes zu sehen. Du wirst ihn von hinten sehen, während du ihm über seinen Tag hin nachfolgst, ohne dass dir anfangs bewusst wird, dass dies geschieht. Und du wirst herausfinden, dass dir, während du beobachtest, deine Umgebung bewusster wird und es wird dir bewusster, dass dein Körper Teil von allem ist, was geschieht. Da ist dein Körper und da sind noch sechs weitere, die die Straße überqueren. Da ist dein Körper, sitzt an einem Schreibtisch, in einem Gebäude mit vielen anderen. Du wirst erkennen, wie selten dir zuvor die Straße bewusst war, die du entlang gegangen bist, die Gebäude, zwischen denen du dich bewegst, der offene Himmel über dir, all die „Anderen“, die sich mit dir durch die Straßen bewegen. Du wirst dich eher mehr als ein Teil von allem fühlen als weniger und von diesem Gefühl überrascht sein.

10.28 Mach jetzt weiter, denn dies ist nur ein Anfang. Probiere es aus, einfach weil es Spaß macht, ohne der Entmutigung Raum zu gewähren. Das ist keine Prüfung und du kannst nicht versagen. Du spielst einfach nur. Spiele damit, dich selbst von oben zu beobachten. Kannst du auf dich selbst „herunter“ schauen? Und kannst du weiter nach vorne hüpfen und vor dich gelangen, so dass du deinen Körper auf dich zukommen siehst?

10.29 Dieser Körper, den du als dein „selbst“ beanspruchst ist nichts als eine Form – wie kann es sein, dass du ihn nicht sehen kannst?

10.30 Was du erfahren wirst, wenn du weitermachst, ist, dass das Gefühl des Tunnelblicks des getrennten selbst der erweiterten Sicht des vereinigten SELBST Platz macht. Wenn du **fühlst**, dass dies geschieht, wirst du anfangen, dir auch über Gefühle bewusst zu werden, die nicht an den Körper gebunden sind. Wie die Gedanken, die du weder siehst noch hörst mit den Augen und Ohren deines Körpers, so werden auch diese Gefühle nicht von den Körpersinnen abhängen.

10.31 Du wirst Einiges an Widerstand gegenüber diesem Experiment entdecken. Du wirst feststellen, du bist zu seriös, um dieses Spiel zu spielen, und dass du bessere Dinge zu tun hast. Doch so sehr du Widerstand leistest, die Idee wurde gepflanzt und du wirst feststellen, dass du, manchmal scheinbar „gegen deinen Willen“, trotz deiner Entscheidung, es nicht zu tun, daran teilnimmst. Wenn du einmal anfängst, die Auswirkungen des Experiments zu erfahren, wird dir auch Angst begegnen, besonders wenn du das Spiel zu ernst nimmst. Es wird Zeiten geben, in denen du nicht lachen willst, wenn du in dir den Drang danach verspürst und andere Zeiten, in denen du nach den leichtesten Augenblicken einer erweiterten Sicht wieder dankbar deinen Tunnelblick willkommen heißen wirst. Du wirst erleichtert sein, dass deine Füße immer noch den Boden berühren und dass die Grenze deines Körpers immer noch intakt ist. Doch wirst du den Drang in Erinnerung haben, sanft über dich und auch über die erweiterte Sichtweise zu lachen. Du wirst dich erinnern, dass für einen Augenblick dein Körper keine Grenze zu sein schien, die dich innerhalb seiner

Beschränkungen hielt. Dann wirst du dich erinnern, dass dies nur ein KURS in Erinnern ist und dass Erinnerung die Sprache des Herzens ist.

10.32 Viele von euch werden hier rebellieren, weil sie glauben, dass dies nicht ist, wofür sie sich angemeldet haben. Du willst vielleicht nur über diesen KURS lesen, und nicht verpflichtet sein, ihn zu machen. Du wirst es bei der Theorie belassen wollen und ihn nicht anwenden. Du wirst nach den Informationen fragen und sagen, dass du die Erfahrung lieber nicht haben möchtest. Du wolltest nur die Reisebeschreibung und nicht die tatsächliche Reise. Dies ist es, was zu viele von euch gesucht haben und viele von euch wehren sich immer noch dagegen zu erkennen, dass du mehr erhalten hast, als das, womit du gerechnet hast. Eine Pforte wurde erreicht, eine Schwelle überschritten. Was dein Verstand immer noch leugnen will, kann dein Herz nicht leugnen. Ein kleines Fünkchen der Erinnerung ist zu dir zurückgekommen und wird dich nicht dem Chaos überlassen, das du vorzuziehen scheinst. Sie wird dich weiterhin rufen, sie anzuerkennen und wachsen zu lassen. Sie wird in der allersanftesten Weise an deinem Herzen ziehen. Ihr Flüstern wird in deinen Gedanken gehört werden. Ihre Melodie wird in deinem Geist spielen. „Komm zurück, komm zurück“, wird sie dir sagen. „Komm nach Hause, komm nach Hause“, wird sie singen. Du wirst erkennen, es gibt einen Platz in dir, wo du vermisst und ersehnt wirst und sicher bist und geliebt. Im Haus deines Wahnsinns ist der Raum geschaffen worden für ein wenig Frieden.