

## Kapitel 13

### ***Beobachtung und Erfahrung***

13.1 Du wirst niemals vollkommen **verstehen**, was Einheit bedeutet, doch du wirst dahin gelangen, zu **fühlen**, was Einheit bedeutet, das verspreche ich dir. Das ist das Ziel, auf das wir in diesem Kurs hin arbeiten, denn wenn du einmal das **Gefühl** der Einheit erfahren hast, wirst du kein Verständnis mehr darüber brauchen. Das ist alles, wofür die Übungen, die dich dazu auffordern, deinen Körper zu beobachten, da sind. Sie sind die Vorbereitung auf das, was noch kommen wird: die Vorbereitung darauf, das zu fühlen, was nicht von deinem Körper kommt. Unsere nächste Übung geht einen Schritt weiter und ist lediglich eine Erweiterung der ersten. Bei dieser Übung wirst du anfangen zu erkennen, dass deine Brüder und Schwestern nicht ihre Körper sind, genauso wenig, wie du der deine bist. Das ist eine natürliche Erweiterung davon, deinen Körper in Bewegung zu beobachten, weil, sowie dein Körper mit anderen zu interagieren scheint und du diese Interaktion beobachtest, du dich selbst und andere in einem neuen Licht „sehen“ wirst. Dein Körper wird mit denen der Anderen, mit denen er interagiert, mehr verbunden erscheinen, weil die Körper zusammen gruppiert sind, wenn du sie beobachtest. Es werden nicht nur Andere sein, die du beobachtest, sondern du beobachtest dich selbst **und** andere, wenn du dich und „sie“ zusammen platzierst, wo du gerade bist. Dieses scheinbare Miteinander von Körpern ist nur ein erster Schritt, der dich über die Illusion von Körpern hinaus zu einem Miteinander von Geistern führen wird.

13.2 Wenn du beobachtest – immer mit deinem Herz und nicht mit deinem Verstand - und anfängst, andere in deine Beobachtung mit einzubeziehen, bitte ich dich, dich nur auf eine Sache zu konzentrieren. Dies ist eine einfache und auch unterhaltsame Übung. Sie fordert dich nur dazu auf, dich eine Sache zu fragen: Frage dich selbst, was du über den Geist der Person, die du beobachtest, bereits weißt. Du wirst überrascht sein über das Wissen, das du bereits hast und über die Freude, die es dir bringt, dich daran zu erinnern.

13.3 Dies sind nur Übungen darin, das Gedächtnis wieder in Erinnerung zu rufen und je mehr du sie praktizierst, umso mehr wird wahre Erinnerung zu dir zurück kehren. Strenge dich bei diesen Übungen überhaupt nicht an, besonders nicht dabei, dich an den Geist zurück zu erinnern. Lass die Eindrücke einfach zu dir kommen und wenn sie dich zum Lächeln bringen, wisse, dass du fühlst, wie dein Gedächtnis zurückkehrt. Wenn du bei dem Versuch, die Erinnerung an den Geist aufzurufen, bemerkst, dass sich deine Stirn vor Konzentration in Falten legt, strengst du dich an und musst für dieses Mal davon Abstand nehmen, die Übung zu versuchen. Doch wenn du dieser Übung auch nur ein ganz klein wenig beständige Praxis widmest, wird sie für dich bald zur Gewohnheit werden, denn du wirst die Freude, die sie bringt, ständig erfahren wollen.

13.4 Während du das Verlangen verspüren magst, das, was du fühlst, in Worte zu fassen, geht es bei dieser Übung nicht darum, Gefühlen Worte zu verleihen oder sie dafür zu benutzen, um den Geist zu beschreiben. Es ist am besten, Worte aus dieser Erfahrung heraus zu lassen, weil, wenn du das nicht machst, wirst du bald einige Merkmale einem Geist zuschreiben und einem anderen nicht, einfach um zwischen ihnen zu unterscheiden. Das Ziel

hier ist, dir zu zeigen, dass sie nicht in derselben Weise unterschieden oder verglichen oder definiert werden können, wie du in der Vergangenheit ihre Körper definiert hast.

13.5 Du wirst bald erkennen, dass das, was du von dem Geist erinnerst, Liebe ist. Du wirst ihr zu Beginn viele Namen geben wollen und magst sie noch nicht einmal als Liebe erkennen, denn sie wird ohne die Sehnsucht und die Traurigkeit kommen, die du so oft mit ihr in Verbindung bringst. Während das Gefühl der Liebe, das dich überkommt, sich von dem einen wie Mut anfühlen mag und von einem anderen wie Güte und während dies alles Teil dessen ist, wozu du ermutigt wirst, es zu fühlen, wird nur gebeten, dass du die Gefühle kommen lässt und mit ihnen die Erkenntnis, dass, während keine zwei Geister genau gleich zu sein scheinen, sie aber auch nicht „verschieden“ sind. Die Liebe von jedem wird dich mit Glück erfüllen, weil sie bereits vollkommen ist und keine Bedürfnisse hat und daher weder mit einem Gefühl von Verlangen noch von Traurigkeit irgendeiner Art verbunden ist. Weil sie vollständig ist, wird sie nichts von dir erbitten, sondern wird dir ein warmes Willkommen anzubieten scheinen, als seist du ein lang vermisster Freund, der nach Hause zurückkehrt.

13.6 Und das bist du. Das ist der neue „Beweis“, der dir, wenn auch nicht wissenschaftlich oder nachprüfbar, den Nachweis bringen wird, den du suchst, um die Wahrheit dessen zu bestätigen, was dir hier erzählt wird. Alles, was dafür nötig ist, diesen neuen Beweis zu erbringen, ist, deinem eigenen Herzen zu vertrauen. Bist du bereit zu glauben, was dein Herz dir sagen möchte?

13.7 Diese Übung sollte keine Zeit in Anspruch nehmen und weder deinen Schritt verlangsamen, noch den Fluss deiner Unterhaltung stören. Alles, worum sie dich bittet, ist, dir des Geistes bewusst zu werden und diesem Gewahrsein zu erlauben, in dir zu weilen. Wenn du Widerstand dabei verspürst, diese Übung auszuprobieren, erinnere dich daran, dass du bereits weißt, dass du mehr bist als dein Körper und frage dich selbst, ob es Sinn macht, nicht alles zu tun, was du kannst, um dir dieses „Mehr“, von dem du weißt, dass du es bist, bewusster werden zu lassen.

13.8 Auch wenn du es zu Beginn nicht verstehen wirst, weil du keine Erfahrung hast, sondern nur Erinnerung daran, dich selbst in dieser Weise zu fühlen, wirst du schließlich erkennen, dass die Erinnerungen vom Geist von Anderen, die du dir ins Gedächtnis zurückerufst, Erinnerungen beinhalten, die deine eigenen sind, Erinnerungen, die von deinem eigenen SELBST sind. Denn kein Geist existiert, der nicht Teil von dir ist, oder du von ihm. Wenn du dich durch diese Erinnerungen abgelenkt fühlst, schiebe sie nicht als unerwünschte Störungen in deinem Tagesablauf beiseite, sondern wisse, dass alles, was dich von dem kleinen selbst ablenkt, von dem du glaubst, dass du es bist, die Minuten wert ist, die du für seine Betrachtung gibst.

13.9 Welche weiteren Einwände könntest du haben, wenn wir dich hier nicht bitten, irgendeiner anderen Anweisung außer der deines eigenen SELBST zu folgen? Wir laden die Wiederkehr dessen ein, was du weißt, und lassen dein wahres SELBST dich sanft dorthin zurück führen, wo du sein willst und in Wahrheit bereits bist.

13.10 Dein Ego wird deinen Versuchen, auf dein Herz zu hören, großen Widerstand entgegenbringen und wird sie als große Dummheit bezeichnen, eine Verschwendung von Zeit, die für bessere Dinge genutzt werden könnte. Doch weder ist Zeit erforderlich, noch ist

es Geld oder der Gebrauch irgendeines anderen Dinges, das du wertschätzt. Und es gibt noch nicht einmal das geringste Risiko, dass du dich bei dem, was du zu tun gebeten wirst, blamieren könntest.

13.11 Könnten einige deiner vorgefassten Ansichten über Andere und über dich selbst erschüttert werden? Oh ja, und zu recht. Frohen Herzens wirst du sie loslassen und, wenn du dir selbst vertraust, werden alle Beweise, die du in deinem Leben gegen deinen Bruder angesammelt hast, genauso losgelassen werden.

13.12 Jeder von euch wird es anfangs schwierig finden, die Unschuld und die Sündenlosigkeit von Anderen und von sich selbst zu akzeptieren, denn deine Erinnerung wird keinen Hinweis auf vergangene Missetaten, Irrtümer oder Fehler enthalten. Niemand wird dir oder irgendwem sonst irgendwelche Verletzungen zugefügt haben. Weder Scham noch Angst ist hier, und kein Groll irgendwelcher Art. Kein Grund für Schuld wird in dieser Erinnerung existieren. Denn hier ist Vergebung bereits vollbracht – und wenn die Erinnerung der Vergebung zu dir zurück kehrt, kann dann die Erinnerung an deinen VATER oder dein eigenes SELBST noch weit entfernt sein?