

Aus „Ein Kurs in Wundern“

Eine Übung zum Meditieren, um sich mit dem Gefühl des Verluste eines geliebten Menschen und dem Tod an sich auseinander zu setzen und diesen zu verarbeiten.

Lektion 163 – Es gibt keinen Tod.

Der SOHN GOTTES ist frei.

Wie kannst du dich sicher und geborgen fühlen – ohne Sorgen und Probleme – wenn du glaubst, in einer Welt zu leben, in der nur eines sicher ist – der Tod? Deshalb ist für alle, die in einer vergänglichen Welt zu leben meinen, der heutige Leitgedanke die einzige Hoffnung:

Es gibt keinen Tod. Der SOHN GOTTES ist frei.

Dieser Gedanke widerspricht allem, wofür deine Welt steht. Er widerspricht allem, was du je hier erlebt hast, allen Erfahrungen, die du je hier gemacht hast. Und genau dies ist notwendig, um deinen Geist zu heilen.

Was sind all deine Traurigkeit und Angst, alle Beklommenheit, aller Zweifel und Ärger, Sorge und Neid und viele weitere Zustände, in denen du dich so oft erleben musstest, anderes als der Glaube, dass der Tod wirklich sei? Er scheint der rachsüchtige, angsterregende Herrscher dieser Welt zu sein, der alles Leben hier beendet. Und für die Leidenden scheint er die Erlösung zu sein, da der Tod sie endlich von der „Bürde“ des Lebens befreit.

Doch wenn du dir sagen lässt, dass dies nur eine Welt der Illusionen ist, dann wird dir allmählich klar werden, dass der Herrscher über Illusionen selbst nur eine Illusion sein kann. Denn was bedeuten für die Wahrheit Illusionen? Mögen sie nun freudig oder beängstigend sein, sie sind für die Wahrheit einfach nur bedeutungslos. Das ist alles.

Wenn du heute aufrichtig übst, wirst du einen großen Schritt zur Befreiung deines Geistes von allen Illusionen tun. Du wirst beginnen, über die kindliche Naivität zu lächeln, mit der in dieser Welt an den Tod geglaubt wird. In der Tat ist es nicht anders, als wenn Kinder sich vor Schatten fürchten, die sich bewegen und sie zu bedrohen scheinen.

Die heutige Übung lässt deinen Geist erinnern, dass er frei ist von solch kindlichen Ängsten. Und – so wie du – werden auch alle deine Brüder befreit, wenn sie erfahren, dass der Tod keine Macht über sie hat.

Setze dich für min 5 Minuten jede Stunde kurz hin schließe die Augen und wiederhole den oben angeführten Leitsatz der Übung: *Es gibt keinen Tod – der Sohn Gottes ist frei*