

# Inhalt

Vorwort.....	11
Einführung .....	13
1 Häufige Dynamiken, die schmerzhaften Ereignissen zugrunde liegen .....	15
2 Der Spiegel.....	32
3 Wichtige Dynamiken und Prinzipien der Heilung.....	35
4 Das Ego und das höhere Bewusstsein .....	42
5 Deine Gedanken erschaffen die Welt .....	48
6 Jeder Gedanke.....	52
7 Dein Bild der Welt.....	55
8 Die Welt, die ich sehe, existiert nicht .....	57
9 Es gibt keine Welt .....	60
10 Die Entscheidung für unsere Wahrnehmung .....	65
11 Wahrnehmung I .....	68
12 Verurteilung .....	72
13 Eigenverantwortung ist Reife .....	74
14 Wahrnehmung II.....	77
15 Der Traum .....	84
16 Die Welt, die du siehst .....	87
17 Die Verbindung zwischen Zurückweisung und Trennung.....	93
18 Veränderung .....	97
19 Über die Verfolgung hinaus.....	99
20 Schmerz .....	102
21 Illusionen über dich selber .....	105
22 Mein Gefängnis .....	107
23 Meine Welt .....	109
24 Verwirrung.....	111
25 Zeuge meines Denkens.....	114
26 Die Ursache der Welt .....	116
27 Gleiches zieht Gleiches an .....	119

28	Wahrnehmung wird durch Projektion erzeugt .....	121
29	Das Wesen der Gegenwart .....	123
30	Heilung der Vergangenheit .....	126
31	Unsere Heilung ist niemals abgeschlossen .....	128
32	Schmerz ist eine falsche Wahrnehmung.....	130
33	Heilung in Schichten.....	132
34	Wir führen es herbei, verstärken es und halten es dann für wirklich.....	134
35	Was ich tue .....	136
36	Die Auswirkungen der Verurteilung.....	137
37	Rückkehr zur Wahrnehmung.....	140
38	Das Hier und Jetzt.....	143
39	Niemand kann leiden.....	145
40	Netzwerke und Erlösung.....	148
41	Das Videospiel des Lebens .....	151
42	Das Muster zurückverfolgen.....	154
43	Illusionen über dich selber .....	159
44	Was mich rettet, kommt von mir.....	161
45	Deine endgültige Befreiung .....	163
46	Das Einzige.....	165
47	Die Lektion lernen.....	167
48	Was du in dir fühlst .....	170
49	Eine Welt, die ich nicht kontrollieren kann.....	171
50	Träumen.....	175
51	Verträge.....	176
52	Wir sind der Träumer des Traums.....	178
53	Die geistige Perspektive .....	180
54	Eine angemessene Reaktion.....	186
55	Die geistige Schau.....	188
56	Das Geheimnis der Erlösung.....	191
57	Wenn Selbste sterben .....	193
58	Götzen überwinden .....	196
59	Denn alles muss dem Sinn und Zweck dienen, den du ihm gabst.....	198
60	Die kommenden Zeiten .....	201
61	Die Frage nach Gott .....	204
62	Opfer und Trotz.....	207

63 Kreuzigung.....	210
64 Die Sicherheit, nach der du suchst .....	212
65 Deine Lebensgeschichte verändern .....	214
66 Die Augen Christi.....	218
Nachwort .....	220
Danksagungen.....	222



## Häufige Dynamiken, die schmerzhaften Ereignissen zugrunde liegen

**O**pfersituationen bescheren dem Ego reichen Lohn. Es ist mehr als nur Pech, wenn schlimme Dinge geschehen. Es ist eine Frage verborgener Entscheidungen. Wenn du „Pech“ hast, sind viele verborgene Dinge am Werk. Um sie zu verstehen, habe ich im Laufe der Jahre zahllose Menschen gebeten, einmal intuitiv der Frage nachzugehen, was in den Zeiten, in denen sie sich in einer Opfersituation befanden, tatsächlich geschehen ist. Die nachstehende Liste zeigt die häufigsten Antworten von Menschen, die schreckliche Dinge erlitten haben. Diese Antworten beschreiben, was tatsächlich geschehen ist und die Opfersituation herbeigeführt hat.

Während wir uns mit diesem Thema befassen, ist es hilfreich, einmal einige deiner eigenen Opfersituationen und die damit verbundenen unterbewussten Entscheidungen unter die Lupe zu nehmen. Rufe dir dazu die drei schlimmsten Opfersituationen in deinem Leben ins Gedächtnis. Wähle anschließend drei Zahlen zwischen 1 und 75. Die Zahlen stehen für die Dynamik, die jedem Opferereignis zugrunde liegt. Die erste Zahl wird dabei dem ersten Opferereignis, die zweite Zahl dem zweiten Opferereignis und die dritte Zahl dem dritten Opferereignis zugeordnet. Wenn du allmählich erkennst, was tatsächlich geschehen ist, vergib dir selbst und allen an der Situation beteiligten Menschen immer wieder, bis du im Frieden bist.

Die fünfundsechzig häufigsten Antworten lauten:

1. Trennung und Unabhängigkeit
2. Die Folge eines Kampfs
3. Der Versuch, ein Bedürfnis erfüllt zu bekommen
4. Der Versuch, eine Schuld zu tilgen
5. Groll
6. Der Versuch, etwas zu bekommen
7. Das Verlangen nach Rache
8. Eine Seelenlektion
9. Festhalten
10. Angst
11. Ein gespaltenes Bewusstsein
12. Die Möglichkeit, sich zu verstecken
13. Aufopferung
14. Drehbuch einer dunklen Geschichte
15. Vor deiner Lebensaufgabe davonlaufen
16. Hass
17. Selbsthass
18. Angriff auf einen anderen Menschen
19. Ein Ereignis, um die Position deines Egos zu stärken
20. Selbstangriff
21. Rebellion
22. Glaube an Sünde und Karma
23. Selbstsabotage
24. Die Weigerung, etwas zu akzeptieren
25. Schwelgen
26. Recht haben wollen
27. Der Versuch, zu kontrollieren
28. Familienrollen
29. Etwas beweisen wollen
30. Erwartungen
31. Rollen und Leblosigkeit
32. Selbstfolter
33. Verschwörungen gegen dich selbst und deine Lebensaufgabe
34. Dissoziation

35. Unwürdigkeit
36. Mangel an Ebenbürtigkeit
37. Konkurrenz
38. Götzen und die zerschlagenen Träume, die von ihnen herrühren
39. Wutausbrüche
40. Falsche Geisteshaltung und Widerborstigkeit
41. Urteil
42. Besonderheit und dunkler Glanz
43. Die ödipale Verschwörung
44. Projektion
45. Verlust
46. Ahnenmuster
47. Vergangene Leben
48. Schattenfiguren
49. Widerstand und Weigerung
50. Abwehrhaltung
51. Angriff auf GOTT
52. Falsche Entscheidungen
53. Verleugnung
54. Unabhängigkeit
55. Gefühle der Unzulänglichkeit
56. Den Plan des HIMMELS ablehnen
57. Übertragung
58. Verteidigung des Egos
59. Schuldzuweisung
60. Teufelskreise
61. Starrsinn
62. Familienverschwörung
63. Rückzug
64. Depression
65. Gefühle der Unzulänglichkeit
66. Angst vor Verlust
67. Angst vor Veränderung
68. Elend und Trostlosigkeit
69. Zurückweisung

35. Unwürdigkeit
36. Mangel an Ebenbürtigkeit
37. Konkurrenz
38. Götzen und die zerschlagenen Träume, die von ihnen herrühren
39. Wutausbrüche
40. Falsche Geisteshaltung und Widerborstigkeit
41. Urteil
42. Besonderheit und dunkler Glanz
43. Die ödipale Verschwörung
44. Projektion
45. Verlust
46. Ahnenmuster
47. Vergangene Leben
48. Schattenfiguren
49. Widerstand und Weigerung
50. Abwehrhaltung
51. Angriff auf GOTT
52. Falsche Entscheidungen
53. Verleugnung
54. Unabhängigkeit
55. Gefühle der Unzulänglichkeit
56. Den Plan des HIMMELS ablehnen
57. Übertragung
58. Verteidigung des Egos
59. Schuldzuweisung
60. Teufelskreise
61. Starrsinn
62. Familienverschwörung
63. Rückzug
64. Depression
65. Gefühle der Unzulänglichkeit
66. Angst vor Verlust
67. Angst vor Veränderung
68. Elend und Trostlosigkeit
69. Zurückweisung

- 70. Nehmen
- 71. Glaubenssätze
- 72. Mangel
- 73. Ein verborgenes Selbst
- 74. Das heimliche Verlangen, einen anderen Menschen zu kreuzigen
- 75. Kreuzigung

Diese Liste ist keineswegs vollständig, umfasst jedoch die wichtigsten Dynamiken, die das Ego üblicherweise benutzt, um Opfersituationen herbeizuführen, die uns zurückhalten und ihm die Möglichkeit geben, seine Macht zu vergrößern. Die meisten dieser Dynamiken werden ins Unterbewusstsein, einige aber auch in die Tiefen des Unbewussten oder des Seelenbewusstseins verdrängt.

### **1. Trennung**

Trennung ist gleichbedeutend mit dem Wunsch nach Unabhängigkeit. Trennung ist die Urdynamik des Egos, weil Trennung das Ego *erschafft*. Trennung ist gleichbedeutend mit Angriff und Selbstangriff. Alle anderen Dynamiken rühren von Trennung her. Der Wunsch nach Trennung und Unabhängigkeit ist unter jedem Problem, jeder Opfersituation und jedem Trauma zu finden. Unabhängigkeit ist eine Ebene, die wir alle in unserer persönlichen Entwicklung durchlaufen. Es gibt die wahre Unabhängigkeit, die uns ideenreich macht und auf unseren eigenen Füßen stehen lässt. Es gibt aber auch die Unabhängigkeit, die eine dissoziierte Kompensation für Angst, Bedürfnisse, Zurückweisung, Herzensbruch, Schuld und Aufopferung aus der Vergangenheit ist und die das Ego benutzt, um Schmerz zu übertünchen. Diese Form von Unabhängigkeit ist eine Rolle, die wie alle Rollen dissoziiert ist. Rollen sind Formen der Aufopferung, in denen du dich nicht gibst und deshalb auch nicht empfangen kannst, weil du dich in Wirklichkeit zurückgezogen hast. Trennung bringt Angst, Schuld, Groll und den Autoritätskonflikt ebenso hervor wie andere Ziele und Selbstkonzepte des Egos. Trennung erschafft Illusionen und Einsamkeit. Sie flößt uns Furcht ein, weil sie in Wahrheit ein Akt der Aggression – ein Akt des Losreißens – unsererseits ist. Anschließend projizieren wir unser Verhalten auf die Welt. Wir sind schuldig, weil wir auf einer Seelenebene versprochen hatten, die Menschen und die Situation zu retten, aber statt zu helfen, haben wir das Ereignis benutzt, um uns zu trennen. Wir hegen einen Groll, weil wir leiden

und anderen Menschen die Schuld daran geben. Tatsächlich geben wir ihnen jedoch die Schuld an dem, was *wir* getan haben. Der Autoritätskonflikt entsteht aus der Trennung heraus, weil wir uns trennen, um uns selbst als Autorität aufzuspielen. Dies geschieht ungeachtet der Meinung anderer Menschen und ungeachtet der Wahrheit, die der HIMMEL uns mitteilt. Wir wollen das Sagen haben. Trennung führt zu Konkurrenz, Kampf und Leblosigkeit.

## **2. Ein Kampf**

Jedes Trauma oder Problem ist auf einen Kampf zurückzuführen. Wir kämpfen, weil wir bestimmte Bedürfnisse erfüllt haben, Recht bekommen, unseren Willen durchsetzen, gewinnen, überlegen sein oder unser Ego verteidigen wollen. Ein Kampf ist auch ein Zeichen von Angst vor Erfolg und Nähe und deshalb eine Ausrede, um den nächsten Schritt nicht zu gehen, weil wir glauben, damit nicht umgehen zu können. Er kann auch von einem Präventivschlag herrühren, den wir geführt haben, weil wir glaubten, damit einen Angriff verhindern zu können, statt den Kampf zu verstärken.

## **3. Bedürfnis**

Der Wunsch, ein Bedürfnis erfüllt zu bekommen, das in der Vergangenheit nicht erfüllt wurde, steht bei jedem Trauma oder Problem an erster Stelle.

## **4. Schuld**

Wir bestrafen uns durch Traumen oder Probleme in dem fehlgeleiteten Versuch, eine Schuld zu tilgen. Schuld ist eine der großen Illusionen und liegt an der Wurzel jedes Problems.

## **5. Groll**

Wir legen einem anderen Menschen etwas zur Last. Es gibt kein Problem und kein Trauma, an dessen Wurzel nicht auch Groll zu finden ist.

## **6. Etwas bekommen**

Jede negative Situation ist ein Versuch, etwas von anderen Menschen zu bekommen. Manchmal wollen wir sogar etwas von Menschen aus der Vergangenheit bekommen, die nicht mehr da sind.

## **7. Rache**

Wenn wir verletzt wurden oder einen Herzensbruch erlitten haben, versuchen wir, unseren Schmerz zu lindern, indem wir einen anderen Menschen angreifen oder uns selbst verletzen, um einen anderen Menschen anzugreifen. Dieses Muster setzt sich auch mit anderen Menschen viele Jahre lang immer weiter fort, solange es nicht geheilt wird.

## **8. Seelenlektion**

Eine Seelenlektion ist ein Ereignis, das vom HIMMEL und unserem höheren Bewusstsein herbeigeführt wurde, damit wir eine für unsere persönliche und spirituelle Entwicklung wichtige Lektion lernen. Das Ego versucht, diese Ereignisse zu benutzen, um unseren Schmerz zu verstärken.

## **9. Festhalten**

Wir halten an einem Menschen, einem Ort oder einer Situation fest. Diese Anhaftung verhindert, dass wir empfangen und den nächsten Schritt gehen können. Wir fürchten, dass das alte Bedürfnis, das sich unter unserem Festhalten verbirgt, niemals erfüllt werden wird, wenn wir loslassen. Paradoxerweise besteht die einzige Möglichkeit, ein Bedürfnis erfüllt zu bekommen, darin, dass wir dort loslassen, wo wir festhalten.

## **10. Angst**

Angst sorgt dafür, dass wir uns klein machen und uns zurückhalten. Sie lähmt uns. Sie hat ihren Ursprung in Urteilen und Angriffsgedanken, die zur Folge haben, dass wir glauben, in der gleichen Weise von der Welt angegriffen zu werden. Angst ist eine der Wurzeln aller Probleme.

## **11. Gespaltenes Bewusstsein**

Ein gespaltenes Bewusstsein ist ein Konflikt, bei dem wir zwei gegensätzliche Dinge gleichzeitig wollen. Dies erzeugt Angst und hält uns davon ab, den nächsten Schritt zu gehen. Die Tatsache, dass wir leiden, zeigt, dass die verborgene Seite des Konflikts die Oberhand gewinnt und das herbeiführt, was wir auf der bewussten Ebene nicht wollen.