

# Inhalt

<i>Vorwort</i>	9
<i>Einleitung</i>	15
<b>1 Einführung in den reinen Nondualismus</b>	20
Die Illusion der Zeit	40
Fünf Hauptunterschiede zwischen New Age und <i>Ein Kurs in Wundern</i> ®	42
<b>2 Wahre Vergebung versus Vergebung-zum-Zerstören</b>	48
Wahre Vergebung	53
Die Schritte der Vergebung	59
Vergebung-zum-Zerstören	62
Die Dynamik der Projektion	65
Selbstvergebung	69
<b>3 Dein tägliches Leben als Klassenzimmer nutzen</b>	72
Übung zum Wahren Gebet	80
Wie ich den Kurs fand und Gary traf	89
Tägliche Übung zum Umgang mit einer irritierenden Situation	93
<b>4 Depression und Suizid: Wie man mentalen Schmerz überlebt und heilt</b>	105
Depression	109
Übung zur Selbstbefragung	115

Verantwortung für unser Denken übernehmen	121
Geschichten von Personen, die mit Suizid zu tun hatten	125
<i>Sharons Geschichte</i>	125
Das Geschehene akzeptieren	131
Welchen Prozess Sharon nach Gregs Tod durchlief	133
<i>Debras Geschichte</i>	135
Welchen Prozess Debra nach Sams Tod durchlief	137
<i>Brads Geschichte</i>	139
Was Brad davor »rettete«, sich das Leben zu nehmen	141
Kinder und Cybermobbing	145
Ein Kommentar zu Suizid aus der Sicht von <i>Ein Kurs in Wundern</i> ®	151
Kann Suizid von einer rechtsgesinnten Entscheidung herrühren?	155
Ärztlich assistierter Suizid	156
Was für die Legalisierung des ärztlich assistierten Suizids spricht (aus demselben Beitrag):	157
<b>5 Wende das Blatt in deinem Drehbuch</b>	164
Die Geschichte von Rodney King und George Floyd – Lektionen der Vergebung	166
Wie du tagtäglich das Blatt in deinem Drehbuch wendest	178
Der Zustand der Gnade	195
<b>6 Wie Beziehungen der Heilung dienen:</b>	
<b>Besondere versus heilige Beziehung</b>	197
Die heilige Beziehung	199
Die besondere Beziehung	204
Besondere Beziehungen zu Dingen	211

Woher man weiß, ob man in einer Beziehung bleiben oder sie beenden soll	214
Die Macht zu wählen	217
Zum Umgang mit Kindern	224
Authentisch sein in seinen Beziehungen	226
Ein paar Tipps zur Authentizität	227
Einsamkeit	228
<b>7   Wie man etwas aus spiritueller Sicht betrachtet</b>	<b>233</b>
Spirituelle Sicht und die Botschaft der Kreuzigung	236
Eine ungewöhnliche Begegnung	240
Das Wunder	250
<b>8   Jenseits des Körpers</b>	<b>258</b>
Von der Bedeutsamkeit des Lachens	260
Jesu Botschaft von der Auferstehung	268
Sei der Beobachter deines Traums	271
<b>9   Traumjob Vergebung</b>	<b>283</b>
Nur für Gott wachsam sein	286
Der Friede Gottes	287
Eine Vergebungsgeschichte	297
Gary und ich	302
<i>Quellenangaben &amp; Anmerkungen</i>	306
<i>Notfall-Adressen zur Suizidprävention</i>	310
<i>Weiterführende Leseempfehlungen</i>	311
<i>Die Foundation for Inner Peace</i>	313
<i>Biografie der Autorin</i>	314
<i>Stimmen zum Buch</i>	316