

CHUCK SPEZZANO
Spirituelle Hilfe bei Brustkrebs
und anderen schweren Erkrankungen



Hinweis:

Die in diesem Buch enthaltenen Informationen sollen Kraft für den Prozess der Heilung geben. Ich habe festgestellt, dass Menschen, die Verantwortung für ihre Situation übernehmen, in der besten Ausgangsposition sind, wenn es darum geht, sie zu transformieren. Dennoch können natürlich weder dieses Buch noch die anderen empfohlenen Bücher eine qualifizierte ärztliche Beratung ersetzen. Ziehe im Rahmen deines Heilungsprozesses einen Facharzt zu Rate. Die in diesem Buch enthaltenen Informationen und Empfehlungen werden vom Leser in freier Entscheidung und auf eigene Verantwortung angewandt. Weder der Autor noch der Verlag können für mögliche Schäden, Verluste oder Schadenersatzansprüche haftbar gemacht werden, die sich aus der sachgemäßen oder unsachgemäßen Anwendung der hierin enthaltenen Informationen oder aus Empfehlungen zur Inanspruchnahme medizinischer Hilfe, Buchempfehlungen oder Informationen auf den Webseiten von Drittanbietern ergeben.

CHUCK
SPEZZANO

Spirituelle Hilfe bei
Brustkrebs
und anderen schweren
Erkrankungen



Übersetzung aus dem Englischen:

Ulrike Kraemer

Originaltitel:

**Issues Surrounding Breast Cancer
and Other Major Illness**

Copyright © 2015 by Chuck Spezzano

1. Auflage 2015

Verlag Via Nova, Alte Landstr. 12, 36100 Petersberg

Telefon: (06 61) 6 29 73

Fax: (06 61) 96 79 560

E-Mail: info@verlag-vianova.de

Internet: www.verlag-vianova.de

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Satz: Sebastian Carl, Amerang

Verzierungen: © Milos Dizajn – shutterstock_150103664

Druck und Verarbeitung: Appel und Klinger, 96277 Schneckenlohe

© Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-86616-327-0



Dieses Buch ist meiner Schwester
Carol Gladstone
gewidmet.

Inhalt



Einführung	9
Schmerz.....	10
Der Mutterleib.....	11
Prinzipien der Heilung.....	13
Die Brüste “begraben”	26
Ablehnung des Weiblichen	27
Deine Selbstanteile retten.....	29
Dankbarkeit	32
Ein Tag der Segnungen.....	33
Ein Tag der Freundlichkeit und Großzügigkeit.....	34
Die unverzeihliche Sünde heilen.....	35
Die Wahrheit sagen.....	37
Die Lektion lernen	40
Die Angst vor dem nächsten Schritt heilen.....	42
Halbherzigkeit und Mangel an Verpflichtung	44
Selbsteinbeziehung.....	45
Der Wahrheit die Ehre geben	47
Selbstkreuzigung.....	49
Todesversuchung.....	50
Bedürfnisse heilen.....	51
Die Mauer auf deinem Weg	54
Wer braucht deine Hilfe?	55
Die Grafik deines Lebens	56
Anhaftung und Festhalten loslassen	57
Kreuzigung heilen.....	59
Erlösung.....	61

Die Psychodynamik von Krankheiten	64
Dynamiken.....	64
Die unbewussten Aspekte von Krankheiten.....	79
Ahnemuster	79
Zunichtemachen.....	82
Vergangene Leben oder Traumbilder.....	83
Deinen verhängnisvollen Makel heilen	85
Dunkle Geschichten	86
Verschwörungen.....	87
Schattenfiguren.....	88
Götzen.....	89
Die ödipale Verschwörung.....	90
Introjektion	92
Desillusionierung und geplatzte Träume	93
Selbstauslöschung.....	95
Wunder	97
Die dunkle Nacht der Seele.....	101
Der Säurerückfluss der Hölle.....	102
Andere Welten	104
Ein Wiedersehen mit dunklen Geschichten und Verschwörungen.....	105
Das Christus-Bewusstsein	108
Wahrnehmung heilen.....	109
Andere Dimensionen.....	111
Gott vergeben.....	113
Geister.....	114
Gleichzeitige Leben	115
Chronische und schwere Krankheiten – unbewusste Muster	117
Die Einheitsebene des Unbewussten	117
Unglück, tiefe Verzweiflung, Trostlosigkeit und Entfremdung.....	119
Wutanfall.....	121
„Masche“	123
Falsche Geisteshaltung.....	124
Angst vor Veränderung.....	127

Der Autoritätskonflikt.....	128
Der Teufelskreis aus Götzen, Schmerz, Groll und Selbstkonzepten.....	130
Der Kampf mit Gott	133
Astrale Themen	136
Verträge mit dem Ego und Geschäfte mit dem Teufel.....	137
Heilung astraler Einflüsse.....	139
Nachwort	142
Danksagung.....	143

Einführung



Jeder Körperteil spielt nicht nur eine funktionelle, sondern immer auch eine symbolische Rolle. Als Körperteil erfüllen Brüste auf der körperlichen, kulturellen, emotionalen, sexuellen und psychologischen Ebene einen bestimmten Zweck. Als Symbol reichen sie tief ins metaphorische Bewusstsein hinab: auf die Ebene des Unterbewusstseins, in dem alle Ereignisse seit unserer Geburt gespeichert sind, und auf die Ebene des Unbewussten, in dem Ahnenmuster, Seelenmuster und kollektive Muster abgelegt sind.

Ich möchte einige der Erkenntnisse vorstellen, die ich im Laufe meiner über vierzigjährigen Arbeit in einem Heilberuf insbesondere in Bezug auf Brustkrebs gewonnen habe. Darüber hinaus möchte ich einige der unterbewussten Themen ansprechen, die bei Krankheit, traumatischen Erlebnissen und Problemen eine Rolle spielen. 1974 wurde ich in Hypnose ausgebildet. 1975 entwickelte ich die Intuitive Methode als Alternative zur Hypnose. Zu diesem Zeitpunkt begann das Abenteuer. Auf die intuitiven Antworten, die ich bei der Arbeit mit Klienten auf meine Fragen erhielt, war ich völlig unvorbereitet. Die vielen unterschiedlichen Antworten brachten mich dazu, ein neues Modell der Heilung zu entwickeln. In diese Arbeit stieg neun Jahre später auch meine Frau Lency ein, und gemeinsam entwickelten wir das Modell der *Psychology of Vision*. Seit 1975 widme ich mich der Erforschung des Unterbewusstseins, des Unbewussten und nun zunehmend auch der spirituellen Aspekte des Bewusstseins.

In den Jahren 1979 und 1980 besuchte ich Vorträge von Dr. Brugh Joy und Dr. Paul Brenner, die ganzheitliche Medizin praktizierten, sowie von Dr. O. Paul Simonton, der in Texas eine Krebsklinik leitete, die nach ganzheitlichen Ansätzen arbeitete. 1979 begann ich auf ihren Wunsch

hin mit einer sehr engen Freundin zu arbeiten, die an einem inoperablen Tumor erkrankt war. Sie bat mich, neben ihrem Ernährungskonzept und einem spirituellen Heilungsansatz eine Therapie mit ihr zu machen. Ich war sehr erstaunt, welche Themen aus dem Leben meiner Freundin mit ihrer Krebskrankung in Zusammenhang standen, und ich begann, auch mit anderen Klienten häufiger an gesundheitlichen Themen zu arbeiten. In den Jahren 1982 und 1983 unterrichtete ich an einem Institut für ganzheitliche Gesundheit in Südkalifornien und gab Kurse über *Die Psychodynamik schwerer Erkrankungen* und *Die Heilung von Beziehungen*. Im zweiten Kurs ging es um die Zusammenhänge zwischen Krankheiten und Beziehungsproblemen und darum, wie man die Beziehungen innenwohnende Kraft nutzen kann, um Krankheiten zu heilen. Ich unterrichtete diese Kurse in einem dynamischen, praxisorientierten Workshop-Format, bis ich Ende 1983 nach Hawaii zog. Seit dieser Zeit habe ich mit Klienten sowohl in Einzelsitzungen als auch in Workshops immer wieder an gesundheitlichen Themen gearbeitet. Die Verbindung zwischen Körper und Geist fasziniert mich noch heute.

Schmerz

Das Wesen von Schmerz besteht darin, dass du ihn zwar in der Gegenwart fühlst, er in Wirklichkeit aber aus der Vergangenheit herrührt. Der Schmerz, den du erfährst, röhrt von Schmerz, Emotionen, Leiden und dunklen Glaubenssätzen her, die du in die Gegenwart mitgebracht hast. Wenn du ein Problem hast oder in irgendeiner Weise leidest, kannst du dich daher fragen, wo der Ursprung deines Problems liegt. Wenn du zu der ursprünglichen Situation zurückkehrst, kannst du die damit verbundenen Emotionen fühlen, bis sie sich in ein Gefühl des Friedens verwandelt haben. Du kannst auch vergeben, bis die Situation sich auflöst, oder eine der zahlreichen anderen heilenden Übungen anwenden, die in diesem Buch vorgestellt werden.

Der Mutterleib

Wenn du einen Blick auf das Karma und die Lektionen werfen möchtest, die du in dieses Leben mitgebracht hast, um sie zu heilen, brauchst du dir lediglich alles anzuschauen, was dir vom Zeitpunkt deiner Empfängnis bis zum Alter von zehn Jahren widerfahren ist. Wenn du im Alter von drei Jahren oder neun Jahren ein traumatisches Kindheitserlebnis hattest, dann muss im dritten oder neunten Monat im Mutterleib ein entsprechendes schmerhaftes Ereignis stattgefunden haben. Es ist die Wurzel des Problems in diesem Leben. Ein Ereignis, das nur auf der Kindheitebene, aber noch nicht im Mutterleib geheilt wurde, bringt Schicht um Schicht neue Emotionen zur Oberfläche. Dies setzt sich so lange fort, bis du es entweder oft genug geheilt hast oder bis du zum entsprechenden Zeitpunkt im Mutterleib zurückkehrst und es dort heilst. Wenn du also zu einem Problem zurückkehrst, das du im Alter von sieben Jahren hastest, dann verfolge es weiter bis zum siebten Monat im Mutterleib und heile es auch dort. Im Mutterleib sind wir kleine mediale Schwämme, die alles aufnehmen, was andere Menschen und vor allem unsere Eltern fühlen. Alle diese Dinge sind ein Teil des Films, den wir ausgehend von unseren uralten Selbstkonzepten über unser Leben drehen. Wenn es uns gelingt, die Muster aus unserer Zeit im Mutterleib zu klären, dann haben wir die Themen, die unsere Seele uns in diesem Leben gestellt hat, weitgehend gelöst.

Anmerkung des Verfassers

Die Anhänger der neurolinguistischen Programmierung (NLP) lehnen die Negierung beim Gebrauch heilender Worte der Kraft ab, weil sie fürchten, sie zu verstärken. Ich habe allerdings entdeckt, dass es eine Ausnahme zu dieser Regel gibt. Wenn Worte spiritueller Kraft ein negatives Wort beinhalten, dann wird die Negativität dadurch nicht verstärkt, sondern es bewirkt, dass Heilung geschieht. Wenn du beispielsweise einen

Menschen bittest, etwas nicht zu tun, dann bleibt das Tun am stärksten in seinem Gedächtnis haften. Wenn du aber sagst, dass es nichts zu fürchten gibt, dann heißt es dazu in *Ein Kurs in Wundern* (Lektion 48): „Das Bewusstsein, dass es nichts zu fürchten gibt, zeigt, dass du dich irgendwo in deinem Geist – wenn auch nicht unbedingt an einem Ort, den du jetzt schon wiedererkennst – an GOTT erinnert hast und SEINE Stärke den Platz deiner Schwäche hast einnehmen lassen.“

Prinzipien der Heilung



1. Das Gefühl heilen, nicht geliebt zu werden

Auf einer bestimmten Ebene röhrt jede Krankheit von dem Gefühl her, nicht geliebt zu werden. Sehr häufig handelt es sich dabei um ein chronisches Muster. Wenn es in deinem Leben zum jetzigen Zeitpunkt einen Menschen gibt, der dich deiner Meinung nach nicht genug liebt, dann hat es auch in deiner Kindheit einen Menschen gegeben, von dem du glaubst, dass er dir nicht genug Liebe gegeben hat.

Jede Situation, in der du das Gefühl hast, nicht geliebt zu werden, röhrt von einem Ort her, an dem du geglaubt hast, lieblos gewesen zu sein. Es ist paradox. Du hast erst dann das Gefühl, genug geliebt zu werden, wenn du die Liebe gibst, die du brauchst. Du glaubst, dass jemand anderer dich nicht genügend liebt, aber dein Unterbewusstsein erzählt eine ganz andere Geschichte. Du hast dir niemals wirklich für die Zeiten verziehen, in denen du selbst nicht genug Liebe geschenkt hast. Die damit verbundene Schuld hindert dich daran, Liebe, Gesundheit und andere Aspekte der Liebe, wie etwa Geld oder Anerkennung, für deine Arbeit zu empfangen. Sobald du akzeptierst oder dir dafür vergibst, dass du dein eigenes Gefühl der Herzlosigkeit als Kind nach außen projiziert hast, wirst du feststellen, dass ein ganz neues Maß an Liebe dich erwartet. Du hast die Liebe mitgebracht, die du brauchst, und es war dir bestimmt, sie deinen Eltern zu geben. Wenn sie diese Liebe gehabt hätten, dann hätten sie sie dir gegeben. Eine der wichtigsten Lektionen im Leben besteht in der Erkenntnis, **dass du die Gabe der Liebe und der Fürsorge besitzt und dass es ein Teil deiner Lebensaufgabe ist, sie anderen Menschen zu schenken.** Sobald du sie deinen Eltern schenkst, erkennst du, dass du sie allen Menschen schenken kannst. Der Schlüssel zu einem glücklichen

und erfüllten Leben besteht darin, deine Lebensaufgabe zu leben und wahre Liebe zu besitzen.

Brüste sind Symbole der Liebe und Fürsorge. Die an Brustkrebs erkrankten Frauen, mit denen ich gearbeitet habe, hatten das Gefühl, von ihrer Mutter (linke Brust) oder ihrem Vater (rechte Brust) keine Fürsorge erhalten zu haben. Wenn du selbst Mutter oder Vater bist, dann weißt du jedoch, dass, wenn du etwas zu geben hast, du es allen voran deinen Kindern gibst. Wenn deine Eltern also Liebe und Fürsorge zu geben gehabt hätten, dann hätten sie sie dir gegeben. Sie haben sie dir nicht gegeben, weil sie sie selbst nicht besessen haben. Ich habe entdeckt, dass, wenn du das Gefühl hattest, nicht genug geliebt zu werden, ***du selbst diese Gabe der Liebe in dir trägst, um sie anderen Menschen zu geben.*** Unter deinen Klagen, deinem Groll und den Gefühlen der Vernachlässigung bist du derjenige, der die Gaben der Liebe und der Fürsorge in sich getragen hat und immer noch in sich trägt. Dazu gehört auch, dass du unabhängig davon, ob du Mann oder Frau bist, die Gabe der Mutterliebe oder der Vaterliebe in dir trägst. Du bist hier, um deinen Eltern das zu geben, was ihnen im Leben gefehlt hat und was sie nicht zu geben hatten, und auf diese Weise dich selbst und andere Menschen zu retten. Das lässt dich vom Opfer zu einem leuchtenden Stern werden. Es ist Teil deiner Lebensaufgabe. Wenn du deine Gaben mit deinen Eltern teilst, dann weißt du, dass du sie in dirträgst, um sie allen Männern und Frauen zu geben. Wenn das Thema deine Mutter betrifft, dann bist du hier, um diese Fürsorge nicht nur ihr, deinen Töchtern und deinen Schwestern, sondern allen Frauen zu geben. Wenn das Thema deinen Vater betrifft, dann kannst du, statt darüber zu klagen, dass er dich nicht geliebt und dir keine Fürsorge geschenkt hat, ihm deine Gaben der Liebe und der Fürsorge geben und ihn damit vor sich selbst retten. Das hätte zur Folge, dass du diese Gaben allen Männern geben kannst.

Es ist ein großer Schritt in Richtung emotionaler Reife, wenn du erkennst, dass deine Eltern, dein Partner und deine Kinder nicht auf dieser Welt sind, um deine Bedürfnisse zu erfüllen. Das Gegenteil ist der Fall. Du bist hier, um ihnen zu helfen und sie zu lieben. Nur dann wirst

du dich selbst geliebt fühlen. ***Nur wenn du die Liebe gibst, nach der du dich sehnst, wirst du das Gefühl haben, selbst genug Liebe zu empfangen.*** Nur wenn du die Anerkennung zollst, die du selbst erstrebst, wirst du das Gefühl haben, selbst genug Anerkennung zu bekommen. Nur wenn du gibst, kannst du Erfüllung erfahren. Andernfalls reicht die Liebe, die dir geschenkt wird, nie aus, um dir das Gefühl zu geben, dass du von deinen Eltern oder von deinem Partner geliebt wirst. Die einzige Möglichkeit, das Gefühl mangelnder Liebe oder mangelnder Anerkennung zu überwinden, besteht darin, diese Liebe und diese Anerkennung selbst von ganzem Herzen zu geben. Nur das kann dein Gefühl, nicht geliebt zu werden, tiefgreifend verändern und dir echte Erfüllung schenken.

Wenn Menschen das Gefühl haben, als Kind vernachlässigt worden zu sein, dann ist dies ein Missverständnis, eine Fehldeutung dessen, was geschehen ist. Aller Schmerz ist ein Fehler, und Fehler können berichtigt werden. ***Der Schlüssel liegt darin, diese Fehldeutung überwinden zu wollen*** und über deine Wutanfälle und Forderungen hinauszugelangen. Das bedeutet, dass du Kontrolle, dissozierte Unabhängigkeit und den Wunsch, deinen eigenen Willen durchzusetzen, loslassen müsstest. Das Ego hat sich hinter diesen Dingen verschanzt, und sie hindern dich daran, die Liebe und den Erfolg zu haben, nach denen du dich vorgeblich sehnst. Du kannst alles haben, was du willst, wenn du bereit bist, deine Unabhängigkeit aufzugeben. Diese Art von Unabhängigkeit erzeugt ein gespaltenes Bewusstsein, und wenn dein Bewusstsein nicht gespalten wäre, dann hättest du alles, was du dir wünschst.

Die einzige Möglichkeit, das zu bekommen, was du willst, besteht darin, es zu geben. Genau die Dinge, die du dir von deinen Eltern gewünscht hast, die sie dir aber nicht geben konnten, trägst du als Gaben in dir, um sie ihnen zu geben, sie zu retten und die Welt voranzubringen. Der Plan für deine Lebensaufgabe hat sich bereits in deiner Herkunftsfamilie gezeigt. Was deine Familie brauchte, hast du auf einer Seelenebene mitgebracht, um dich jeder Herausforderung in deinem Leben zu stellen. Du brauchst lediglich den Schritt in emotionaler Reife zu gehen, der darin besteht, von deinen Eltern nicht zu erwarten, dass sie dir diese Dinge

geben. Wenn du es von deinen Eltern erwartest, dann erwartest du es auch von deinem Partner und vom Leben. Das bewirkt, dass du nimmst, und Herzensbruch ist die Folge.

Ein weiteres häufiges Missverständnis, das oft schon im Mutterleib beginnt, besteht darin, das Handeln oder die Gefühle deiner Eltern so zu interpretieren, als hätten sie dich nicht gewollt. *Das Gefühl, nicht gewollt oder nicht geliebt zu werden, ist wie alle deine anderen Emotionen ein Fehler.* Aller Schmerz ist eine Fehldeutung deinerseits, und es gibt eine andere Sichtweise auf ein Ereignis, die nicht mit Schmerz verbunden ist. Deine Eltern hatten Angst, es hat ihnen an den notwendigen Mitteln oder an Zuversicht gemangelt, sie haben sich unzulänglich oder schuldig gefühlt oder sich geschämt, oder sie fühlten sich von ihren Eltern oder ihrem Partner zurückgewiesen, und du glaubtest, es würde bedeuten, dass sie dich nicht lieben. Sie hätten dich natürlich gewollt, wenn sie Zuversicht, Fülle, Findigkeit und Liebe besessen hätten. *Du hast ihre Gefühle falsch gedeutet, und das hatte zur Folge, dass du sie nicht wolltest.* Diese Entscheidung hat in dir das Gefühl ausgelöst, nicht gewollt zu sein. Wenn du erkennst, dass deine Emotionen von deiner eigenen Entscheidung herühren und nicht von dem, was sie gefühlt oder getan haben, dann fällt es dir leicht, dir selbst und ihnen zu vergeben und zu erkennen, dass alles ein großes Missverständnis war. Dieses Missverständnis war der Grund dafür, dass du der Liebe deiner Mutter oder deines Vaters die Tür verschlossen hast. Hinter dieser Tür liegt ein ganzes Leben voller Liebe, und du kannst sie jetzt öffnen. Du kannst zulassen, dass sie dein gesamtes Leben erfüllt. Dadurch entsteht ein hohes Maß an Zuversicht und Unwiderstehlichkeit. Wenn du glaubst, dass deine eigenen Eltern dich nicht wollten, dann glaubst du auch, dass niemand dich wirklich wollen oder lieben kann, und schreibst so das Gefühl der Vernachlässigung in dir fest. Dies ist das entscheidende Missverständnis, das dein Gefühl, vernachlässigt worden zu sein, hervorgerufen hat. Wenn deine Eltern nicht vernachlässigt worden wären, wärest auch du nicht vernachlässigt worden. Das Spiel kann jedoch hier und mit dir ein Ende haben. Du kannst das Gefühl der Vernachlässigung für alle Menschen heilen, denn sobald

du es überwindest und deine Gaben der Liebe, der Hingabe und der Fürsorge zutage förderst, kannst du sie mit deinen Eltern teilen. Diese Liebe kannst du dann durch die Zeit bis in die Gegenwart und zurück in die Vergangenheit bis zum Zeitpunkt deiner Empfängnis und von dort durch deine Ahnenreihe und noch weiter zurück in deine „anderen Leben“ und ins kollektive Feld senden.

Unter deinem Groll und deiner Klage darüber, dass dir keine Fürsorge zuteil wurde, unter dem Schmerz und der Einsamkeit, die mit dem Mangel an Fürsorge einhergehen, verbirgt sich deine Gabe der Fürsorge, der Hingabe und der Liebe. Wenn du diese Gabe mit deinen Eltern teilst, dann gibt es niemanden, dem du sie nicht geben kannst. Dann machst du weder deinen Partner noch deine Freunde und Kinder zu Geiseln deiner Bedürfnisse. Ein Bedürfnis kann nur erfüllt werden, wenn du selbst die entsprechende Gabe einbringst. Wenn du gibst, dann gibst du dir selbst, und damit steht die Tür zum Empfangen für dich offen. Ein Bedürfnis zeigt ein gespaltenes Bewusstsein. Du willst etwas und willst es gleichzeitig nicht. Du willst, dass dein Bedürfnis erfüllt wird, willst jedoch nicht die Unabhängigkeit aufgeben, die seine Erfüllung verhindert. Dein Ego überredet dich, unabhängig zu bleiben und das, was du brauchst, einfach zu nehmen. Die Folge sind Verletzung und Herzensbruch, weil niemand will, dass man von ihm nimmt. *Verletzung und Herzensbruch können dir nur widerfahren, wenn du versuchst, von einem anderen Menschen etwas zu bekommen oder zu nehmen.* Ich habe viele Fälle erlebt, bei denen das Missverständnis, das zu Gefühlen des Nicht-gewollt-Seins geführt hat, bei der Geburt oder bereits im Mutterleib stattgefunden hat. Die Berichtigung dieses einfachen, aber weitreichenden Fehlers kann dein gesamtes Lebensmuster verändern. Du kannst zu jedem Trauma zurückkehren und es Schicht um Schicht in dem Maße befreien, in dem du das Ereignis auf eine wahrere Weise betrachten willst. Erkläre mit den Worten von *Ein Kurs in Wundern* (Lektion 34): „Ich könnte stattdessen Frieden sehen.“

2. Akzeptanz

Dieses sehr machtvolle Prinzip der Heilung beseitigt den Widerstand und die Trennung, die Schmerz und Probleme hervorrufen. Wenn du annimmst, findet ein natürlicher Prozess des Loslassens statt und du wirst vorangebracht. Beginne mit der gegenwärtigen Situation. Zu dieser Übung gehört, allen Gefühlen oder Erinnerungen zu vertrauen, die in dir hochkommen, weil auch sie angenommen werden müssen. Akzeptiere, dass du diese Krankheit hast, denn dich gegen sie zu wehren bedeutet, in der Leugnung zu verharren und dafür zu sorgen, dass keine Veränderung stattfinden kann. Akzeptiere dann die Symptome der Krankheit und der Therapie. Du kannst Schritt für Schritt vorgehen, indem du einfach den Punkt akzeptierst, an dem Schmerz, Schwierigkeiten oder Widerstand auftreten. Tust du es nicht, bleibst du an dieser Stelle stecken. Wenn du ihn akzeptierst, wirst du paradoxalement vorangebracht. Du kannst die Übung an einem schönen, stillen Ort durchführen. Du kannst sie im Geist durchführen, indem du zu jeder neuen Emotion, jedem Groll, jeder Szene und jeder Situation vorangehst, die akzeptiert werden muss. Du kannst sie auf einem Blatt Papier durchführen, indem du den Widerstand niederschreibst, der in dir hochkommt, und ihn durchstreichst, wenn du ihn akzeptiert hast.

Denke daran, dass Dinge manchmal in Schichten hochkommen. Manchmal kann die Emotion oder vorgestellte Situation sich zunächst auch verschlimmern. Das bedeutet, dass die Emotion oder Situation möglicherweise tief eingepresst oder verdrängt wurde. Vertraue darauf, dass das, was hochkommt, notwendig ist, um Heilung zu bewirken, und nimm es an. Nehmen wir zum Beispiel einmal an, dass ein Gefühl der Schuld in dir hochgekommen ist, das beim nächsten Schritt erneut hochkommt, aber ein wenig schwächer oder stärker ausgeprägt ist. Wenn es sich nach mehrmaliger Wiederholung nicht zumindest geringfügig in die eine oder andere Richtung verändert, dann benutzt du es zu einem bestimmten Zweck, dem du zumindest unterbewusst mehr Wert beimesst als deinem Wunsch nach Heilung.

Sobald du deine Krankheit vollständig angenommen hast, führe die Übung ein weiteres Mal durch. Kehre diesmal zu dem schlimmsten Ereignis zurück, das sechs bis achtzehn Monate vor Ausbruch der Krankheit stattgefunden hat. Kehre dann zu den drei schlimmsten Ereignissen in deinem Leben zurück. Nimm alles an, bis du bei einem Gefühl vollkommenen Friedens angelangt bist. Denke daran, dass die Alternative zur Akzeptanz darin besteht, in der Sache steckenzubleiben. Dies setzt selbstzerstörerische Muster in deinem Leben in Gang, und außerdem greift es die Menschen an, die du liebst, denn du kannst gegen dich selbst nichts unternehmen, ohne gleichzeitig auch sie anzugreifen. Wenn es sich – was nicht selten der Fall ist – um sehr umfassende Prozesse handelt, ist es empfehlenswert, die Übung auf ein Ereignis pro Tag zu begrenzen.

Du kannst die Heilkraft der Akzeptanz nutzen, um dich selbst zu befreien. Akzeptiere zuallererst, dass du diese Krankheit hast. Stelle dir vor, dass sie dir im Raum gegenübersteht, und wenn du bereit bist, lasse zu, dass sie näher kommt. Du hast sie bekämpft, und das verstärkt sie und verleiht ihr Macht. Lasse nun zu, dass sie Schritt für Schritt zu dir zurückkehrt. Sie ist deine eigene Fehlschöpfung, und du kannst sie berichtigen. Jedes Mal, wenn du sie akzeptieren kannst, gehst du einen weiteren Schritt. Jedes Mal, wenn du in deinem Widerstand verharrst, erinnere dich daran, dass, wenn du ihr Widerstand leistest, du unverändert darin steckenbleibst. Wenn du dich dafür entscheidest, sie zu akzeptieren, gelangst du einen Schritt voran. Dies kann die Angst, den Schmerz und die Schuld heilen, die mit dieser Krankheit verbunden sind. Sobald du sie voll und ganz akzeptiert hast, wird dein gespaltenes Bewusstsein geeint. Sobald du sie akzeptiert hast, strömt ihre Macht in dich ein, verwandelt sich in Ganzheit, die einem positiven Zweck dient, hebt dein Bewusstsein und kann nicht gegen dich benutzt werden. Wenn dieser Prozess abgeschlossen ist, akzeptiere die vermeintliche Tatsache, dass du nicht genügend geliebt wurdest. Nehmen wir einmal an, dass dieses Gefühl mit deinem Partner und mit einem Elternteil zu tun hat. Akzeptiere es vollkommen. Sobald du etwas akzeptierst, bleibst du nicht länger an diesem Punkt stecken. Es ist nicht mehr der Rede wert. Du lässt es los, und es wird ins richtige Licht gerückt.

Du bist nicht länger emotional gelähmt. Du gehst den nächsten Schritt, der stets eine Verbesserung bringt. Sage dir immer wieder: „Es muss einen besseren Weg geben.“ Akzeptanz und diese Worte tragen dazu bei, dass die Zwiebelschale der Illusion Schicht um Schicht abgelöst wird.

Frage dich, wenn du es wüsstest, wie alt der Anteil deiner selbst ist, den du nicht angenommen hast und von dem du glaubst, er sei herzlos gewesen. Nimm zuerst die Tatsache an, dass du dich verletzt gefühlt hast, damit du den nächsten Schritt gehen kannst. Ziehe dann die Möglichkeit in Betracht, dass du derjenige warst, der herzlos gewesen ist. Deine Herzlosigkeit liegt unter Orten verborgen, an denen du glaubtest, emotional verletzt worden zu sein. Dingen, die du nicht akzeptieren kannst, leitest du Widerstand und machst sie stärker. Du könntest diesen Anteil deiner selbst ganz einfach akzeptieren, damit du die Lektion lernen kannst. Verzeihe dir selbst und lebe dein Leben weiter. Gehe der Frage nach, was in deinem Leben dich verletzt oder irgendeine Form von Negativität in sich trägt. Du kannst es Schritt für Schritt akzeptieren, bis du das Gefühl hast, dass du es voll und ganz angenommen hast, es ins richtige Licht gerückt wurde und dein Leben von neuem Fluss geprägt ist. Akzeptanz bringt dich über die Blockade in deinem Leben hinaus, und jede Krankheit ist der Ausdruck einer Blockade. In *Ein Kurs in Wundern* (Lektion 155) heißt es dazu: „Ich will zurücktreten und ihm die Führung überlassen.“

3. Machtkampf heilen

Jede Krankheit ist ein Kampf, der sowohl auf unterbewussten als auch auf unbewussten Ebenen stattfindet. Sie ist ein innerer Kampf, ein Kampf mit einem Menschen, der dir wichtig ist, sowie ein Kampf mit dem Himmel. Eine Krankheit bedeutet, dass du verlierst, um zu gewinnen. Eine Krankheit ist eine Situation, in der alle verlieren, und du benutzt sie, um die Menschen in deiner Umgebung und die Situation, in der du dich befindest, zu kontrollieren. Du spielst auch Spiele, in denen alle verlieren, um grundlegende Bedürfnisse erfüllt zu bekommen und um Vernachlässi-

gung, Verlust oder einen Mangel an Aufmerksamkeit wettzumachen. Du kämpfst um Kontrolle, darum, deinen Weg durchsetzen zu können und Recht zu haben, und weil du deinen Gegner in diesem Kampf dazu bringen willst, deine Bedürfnisse zu erfüllen. Du hast nicht darauf geachtet, welches der wahre oder der beste Weg ist. Du willst deinen eigenen Weg gehen. Der beste Weg ist meist der Weg, der deinen eigenen Weg und den Weg – oder zumindest die Energie – deines Gegners in einem Kampf miteinander zu neuer Ganzheit verbindet. Diese neue Integrität lässt alle Beteiligten empfangen und gewinnen. Die größte und am tiefsten verborgene Dynamik bei jedem Machtkampf besteht darin, dass du Angst hast, den nächsten Schritt zu gehen, und sowohl deinen Gegner als auch den Kampf als Ausrede und Ablenkung benutzt, um ihn nicht gehen zu müssen. Der Kampf verbirgt deine Angst vor dem nächsten Schritt und davor, nicht damit umgehen zu können. Der nächste Schritt bringt jedoch immer ein neues Maß an Zuversicht und Verbundenheit mit dir selbst, dem betreffenden Menschen und dem Himmel. Er bringt ein höheres Maß an Fluss und Erfolg. Da eine Krankheit Teil eines Kampfes ist, steht sie zudem für einen Ort, an dem du dich vor einem neuen Kapitel in deinem Leben fürchtest. Jedes Kapitel ist ein Schritt voran. Du hast vielleicht das Gefühl, ihm nicht gewachsen zu sein, aber gemeinsam mit dem Himmel bist du allem gewachsen. Unzulänglichkeit ist eine Grundvoraussetzung für ein spirituelles Leben. Der Himmel möchte dir jede Hilfe zuteilwerden lassen, sobald du die Überzeugung deines Egos aufgibst, dass du alles aus eigener Kraft schaffen musst, denn daher röhrt deine Angst.

Dein Kampf mit dir selbst ist die Angst davor, wer du wirklich bist, die Angst vor deiner Größe, deinen Gaben, deiner Lebensaufgabe und deiner Bestimmung. Jeder Schritt voran gibt dir die Möglichkeit, dein Licht in höherem Maße leuchten zu lassen, und du benutzt diesen Kampf, um dich zu verstecken und vor deiner Lebensaufgabe davonzulaufen.

Der Himmel möchte dir – angefangen bei deinem spirituellen Vermächtnis – alle guten Dinge zuteilwerden lassen, aber du willst lieber deine Unabhängigkeit bewahren und deinen eigenen Weg gehen.

Verlieren, um zu gewinnen, ist eine schlechte und äußerst schmerz-

hafte Erfolgsstrategie. Es ist eine Form von Aufopferung. Nun ist die Zeit gekommen, sie aufzugeben, dich wieder mit dem Himmel, mit dir selbst und mit dem Gegner in deinem Kampf zu verbinden und bereit zu sein, den nächsten Schritt hin zu einem besseren Weg zu gehen. Deine Bereitschaft durchschneidet die Angst und bringt dich voran, weil sie in Liebe und Vertrauen investiert.

Jeder Kampf ist ein Versuch, deine Bedürfnisse erfüllt zu bekommen, Recht zu haben, zu gewinnen, etwas zu beweisen, das du selbst nicht wirklich glaubst, und den nächsten Schritt nicht gehen zu müssen, weil du dich davor fürchtest. „Ich könnte stattdessen Frieden sehen.“

4. Schuld heilen

Schuld verwandelt einen Fehler in eine Falle der Selbstbestrafung. Es gibt kein Problem, das nicht auch ein Versuch ist, Schuld durch Selbstbestrafung zu tilgen. Jede Opfersituation, die gleichfalls ein Versuch ist, Schuld zu tilgen, führt letztendlich dazu, dass du dich noch schlechter fühlst. Dich schlecht zu fühlen ist gleichbedeutend mit Schuld, sodass ein eigener Teufelskreis aus Schuld, Opfer, Schuld und so weiter entsteht.

Schuld ist ein Missverständnis. Du benutzt sie, weil du dich davor fürchtest, den nächsten Schritt zu gehen. Sie sabotiert dich. Du benutzt chronische Schuld, um Gott zu bekämpfen. Du entwickelst ein Geschick dafür, Schuld zu verbergen, weil du sie nicht ertragen kannst. Du leugnest und dissoziierst sie, projizierst sie in Form von Groll und Urteilen nach außen auf andere Menschen, kompensierst sie, indem du versuchst, ein guter Mensch zu sein, indem du hart arbeitest und indem du dich aufopferst. Wie alle Illusionen ist auch Schuld ein Fehler, und du könntest sie benutzen, um dir bewusstzumachen, dass du einen Fehler machst und dass dieser Fehler berichtigt werden kann. Weil Schuld ein Fehler ist, den du benutzt, um an Ort und Stelle zu verharren, könntest du sie tatsächlich einfach loslassen. Alles, wofür du dich selbst bestrafst, kann vergeben werden, *damit du die Lektion endlich lernst und den nächsten Schritt*