

Die Spiegel  
deiner Seele



CHUCK  
SPEZZANO

Die  
Spiegel  
deiner Seele

Partnerschaft, Familie, Gemeinschaft:  
Entdecke, was das Innere heilt

Aus dem Amerikanischen übersetzt  
von Manfred Miethe

INTEGRAL

In der deutschen Übersetzung wurden Zitate und sinngemäße Wiedergaben entnommen aus dem Werk »Ein Kurs in Wundern«<sup>®</sup>,  
© 1994, 2008 Foundation for Inner Peace, Mill Valley, USA,  
deutsche Ausgabe Greuthof Verlag.

Nähere Informationen: [www.greuthof.de](http://www.greuthof.de)

*Ein Kurs in Wundern*<sup>®</sup>, EKIW<sup>®</sup> und *A Course in Miracles*<sup>®</sup>  
sind als Marken eingetragen.

Die in diesem Buch vorgestellten Gedanken stellen die persönliche Meinung und Interpretation sowie das persönliche Verständnis des Autors dar und nicht die der Rechteinhaber von *Ein Kurs in Wundern*<sup>®</sup>.



Verlagsgruppe Random House FSC<sup>®</sup> N001967.

Das für dieses Buch verwendete FSC<sup>®</sup>-zertifizierte Papier *Super Snowbright* liefert Hellefoss AS, Hokksund, Norwegen.

Integral Verlag

Integral ist ein Verlag der Verlagsgruppe Random House GmbH.

ISBN 978-3-7787-9245-2

Erste Auflage 2014

Copyright © 2014 by Chuck Spezzano

Titel des Originals: *The World is Your Mirror*

Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2014 by Integral Verlag,

München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Einbandgestaltung: Guter Punkt, München, unter Verwendung von Motiven von Accord/shutterstock (Augen) und Pavel L Photo and Video/shutterstock (Menschenkette)

Gesetzt aus der Sabon von te•ha grafik

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

[www.integral-verlag.de](http://www.integral-verlag.de)

*Dieses Buch widme ich  
Eric und Celia,  
den besten aller Freunde.*

»Diese Welt ist nicht von uns getrennt. Aufgabe unserer Zeit ist es, dies zweifelsfrei zu beweisen. Ist dies einmal getan, wird sich kein Sandkorn in einem Stundenglas jemals mehr auf eine Weise bewegen, die dir nicht gefällt.«

*Rumi*

»Ich bin mit allem untrennbar verbunden und doch unabhängig in meiner Herrlichkeit.«

*Rumi*

»Die Welt, die wir sehen, spiegelt lediglich unseren eigenen inneren Bezugsrahmen wider: die vorherrschenden Ideen, Wünsche und Gefühle in unserem Geist.«<sup>1</sup>

*Ein Kurs in Wundern*

# Inhalt

Einführung .....	11
1 Der Anfang .....	20
Der Nutzen .....	24
So wie ich es jetzt sehe .....	25
Mitbringsel .....	29
2 Ein Modell des Geistes .....	39
3 Alles steht in Beziehung .....	49
Was von Wert ist .....	55
Alle sind eingeladen .....	57
Dein magischer Spiegel .....	58
4 Wahrnehmung .....	66
Du siehst, was du sehen willst .....	68
Deine Wahrnehmung ist deine Investition .....	73
Du siehst, wonach du verlangst .....	74
Der Untergang des Egos .....	76
Alle und alles .....	81
5 Emotionen .....	83
Emotionen als Kommunikationsform .....	88
6 Die ganze Welt .....	93
Die Welt segnen .....	95
7 Die Identität, die wir erschaffen haben .....	100
Selbstidentität oder Liebe .....	106
8 Urteilen .....	111
9 Woher wir kommen .....	116
10 Ein Sprung im Spiegel .....	120

11 Recht haben . . . . .	126
12 Helfen . . . . .	129
13 Vergebung . . . . .	133
Heilsame Übungen . . . . .	136
14 Von der Niederlage zur Ganzheit . . . . .	141
15 Introjektion . . . . .	146
16 Verrat . . . . .	151
17 Die Wiederherstellung der Verbundenheit . . . . .	159
18 Von den oberen oder unteren Chakras abschneiden . . . . .	163
19 Die große Lüge deiner Lebensgeschichte . . . . .	167
20 Mutter und Vater . . . . .	175
Ebenen des Verständnisses . . . . .	180
21 Verantwortlichkeit . . . . .	184
Die beiden Kräfte . . . . .	189
22 Hör auf, dich zu beklagen . . . . .	193
23 Die Welt missverstehen . . . . .	196
24 Vergangene Leben . . . . .	200
25 Wie wir uns verbinden . . . . .	206
26 Macht . . . . .	214
27 Projektion . . . . .	222
28 Der Schmerz, der uns voneinander getrennt hält . . . . .	227
29 Der Mensch, der dich am schlimmsten verletzt hat . . . . .	234
30 Idole . . . . .	237
31 Segnen und lieben . . . . .	240
32 Der Himmel auf Erden . . . . .	242
33 Sinn und Zweck unseres Daseins . . . . .	246
34 Gott ist nicht mehr mein Kopilot . . . . .	252
35 Wohin wir gehen . . . . .	254
Wohin sich unser Bewusstsein entwickelt . . . . .	257

Unsere Bestimmung . . . . .	261
Einheitsbewusstsein . . . . .	264
Das uralte Ego . . . . .	270
36 Frieden ist die Pforte . . . . .	273
Heiligkeit, das Ziel der Einheit . . . . .	275
37 King Kong starb für eure Sünden . . . . .	279
Schlusswort . . . . .	289
Anmerkungen . . . . .	291
Dank . . . . .	295



# Einführung

Durch metaphysische Studien wurde ich Mitte der Siebzigerjahre des letzten Jahrhunderts mit der Idee bekannt, die Welt sei unser Spiegel. Ich erfuhr auch, dass Inneres und Äußeres miteinander verbunden sind. Dieser Gedanke fühlte sich für mich vollkommen richtig an. Er fand tief in meinem Wesen einen Widerhall, und obwohl ich nicht viel Erfahrung auf diesem Gebiet hatte, fühlte er sich doch schlüssig und wahr an.

In meinen Anfangsjahren als Therapeut und Psychologe bei der Marine gewann dieser Gedanke an Kraft. Mir fiel auf, dass sich die Erfahrung ihrer Welt veränderte, wenn meine Klienten signifikante Durchbrüche erlebten. Ihre Sicht auf ihre Mütter, ihre Väter und andere wichtige Personen veränderte sich, und zwar besonders dann, wenn sie sich selbst anders wahrnahmen.

Diese Beobachtung nahm im Fall eines jungen Matrosen konkrete Form an, der wegen Drogenproblemen in das Rehabilitationszentrum der Marine geschickt und meiner Therapiegruppe zugeteilt worden war. Ich ergänzte die Gruppensitzungen häufig mit individueller Therapie, und bereits in der ersten Sitzung erzählte mir der Matrose, dass sich die Welt aufgrund des unvermeidlich kommenden Kriegs auf einen nuklearen Winter zubewegte. Diese Sichtweise hatte er bereits in der Gruppe vertreten, aber als er mir in unserer Einzelsitzung davon berichtete, hatte ich eine plötzliche Eingebung: Das,

was er für die Welt vorhergesagt hatte, geschah bereits in seinem Geiste. Als er einen Augenblick lang innehielt, fragte ich ihn, was er bei dem, was er über die Welt sagte, fühlte.

Innerhalb von zehn Minuten sprach er nicht mehr nur über den nuklearen Winter, sondern auch zunächst über seine Selbstmordabsichten und dann ganz detailliert darüber, auf welche Weise er sich umbringen wollte. Ich konnte dann mit ihm in die Zeit zurückgehen, in der seine Depressionen angefangen hatten. Seine Depressionen und die Angst vor einem nuklearen Winter ließen sich nämlich auf ein frühes Trauma zurückführen. Als wir dieses Trauma heilten, lösten sich die Depressionen auf, und es war keine Rede mehr vom nuklearen Winter.

Das nächste Erlebnis, das mir den Gedanken bestätigte, dass Inneres und Äußeres verbunden sind, hatte ich etwa ein Jahr später. 1975 leitete ich eine Therapiegruppe für Marinesoldaten. An einem herrlichen Tag gegen Ende des Frühlings beobachtete ich, wie ein junger Rekrut ziemlich verzweifelt versuchte, die Aufmerksamkeit eines Feldwebels in der Gruppe zu bekommen. Aber jedes Mal, wenn er ihn ansprach oder etwas tat, um seine Aufmerksamkeit zu erregen, wandte sich der Feldwebel von ihm ab – und zwar energetisch wie physisch.

Im selben Augenblick sah ich aus dem Fenster und erblickte eine Vogelmutter mit einem Wurm im Schnabel auf dem Nestrand hocken. Alle kleinen Vögel piepsten mit weit aufgerissenen Schnäbeln, aber nur einer von ihnen schnappte nach dem Wurm. Immer wenn er schnappte, drehte sich die Vogelmutter weg, sodass der kleine Vogel ihn jedes Mal verpasste. Ich wandte mich wieder der Therapiegruppe zu

und sah, dass sich das, was draußen geschah, auch hier drinnen zwischen dem Feldwebel und dem Rekruten abspielte. Die Erkenntnis verblüffte mich dermaßen, dass ich nur noch schweigen konnte. Was ich beobachtet hatte, kam mir wie eine Offenbarung vor.

Die Gruppensitzung endete und es war Zeit zum Mittagessen. Ich wollte aber lieber ans Meer fahren, um über das nachzudenken, was ich gerade beobachtet hatte, und darüber, was für Implikationen sich daraus ergaben. Also stieg ich ins Auto und fuhr die zwanzig Minuten zum Meer bei La Jolla. Während der ganzen Fahrt dachte ich über die Vorstellung nach, dass alles, das Innere wie das Äußere, miteinander verbunden waren. Dann stieg ich aus dem Auto und ging zum Aussichtspunkt, von wo aus ich einen guten Rundumblick auf das Meer hatte. Der Himmel war wolkenverhangen, wie es im Frühling und Frühsommer in Südkalifornien über dem Meer häufig der Fall ist.

Als sich in meinem Geist alles zu einem Bild zusammenfügte, erkannte ich: »Ja, alles ist miteinander verbunden. Das Innere und das Äußere sind untrennbar miteinander verbunden.« Genau in diesem Augenblick, als diese Erkenntnis in mir konkrete Gestalt annahm, riss die Wolkendecke auf und bestätigte mir so, was ich gerade erkannt hatte. Ich wusste, dass mich das Universum beeindruckt wollte, indem es mir ein perfektes Beispiel für das gab, was ich gerade begriffen hatte. Ich fuhr in einem Zustand des Staunens und Erstaunens zurück. Draußen schien alles in höchstem Maße lebendig zu sein und zu pulsieren. Es spiegelte wider, wie ich mich im Innern fühlte.

Da erinnerte ich mich an ein Haiku aus meinen Studententagen von Martin Buxbaum: »Wie ich mich fühle, ist, wie der Wind weht.«

Im Verlauf der nächsten Jahre entwickelte ich für die Arbeit mit den jungen Männern, die mir zugeteilt wurden, eine bestimmte Methode. Ich arbeitete mit ihnen an ihren Problemen und Traumata, indem ich sie mithilfe ihrer Intuition zur Wurzel des Problems zurückführte. Nachdem sie mir das Ereignis, das ihrem Problem oder Trauma zugrunde lag, beschrieben hatten, bat ich sie, sich vorzustellen, wir würden einen Film drehen.

Dann erklärte ich ihnen, dass der erste Dreh der Szene wohl etwas zu heftig für das Publikum wäre, sodass wir sie wohl besser noch einmal aufnehmen sollten. Der nächste Dreh, den sie sich mit denselben Schauspielern und demselben Trauma vorstellten, war normalerweise schon ein bisschen besser. Ich schlug vor, dass wir noch eine dritte Fassung drehen sollten, um noch besser zu werden. Daraufhin stellten sie sich wieder eine Szene vor, die nun aber noch etwas positiver war. Ich ließ sie weitermachen, bis sie eine Fassung ihrer Szene gedreht hatten, in der alle glücklich und erfolgreich waren. Als die Szene immer positiver dargestellt und dadurch geheilt wurde, hatten sie eine Schicht des posttraumatischen Stresses bewältigt.

Schmerz und Stress des Traumas waren zwei der Gründe, weshalb sie Drogen nahmen. Meine Methode beseitigte die Ursachen ihres selbstzerstörerischen Problems und ermöglichte es ihnen, auf tiefere Ebenen ihres Heilungsprozesses vorzudringen. Im Laufe der Zeit, die wir miteinander

der verbrachten, bekamen sie ein immer besseres Verhältnis zu sich selbst. Und auch wenn das Verlangen nach Drogen nicht immer sofort verschwand, so nahm es doch ab. Meine Nachforschungen zeigten, dass das Verlangen innerhalb eines Jahres, nachdem sie das Rehabilitationszentrum verlassen hatten, entweder dramatisch abgenommen hatte oder sogar ganz verschwunden war. Ich konnte sehen, dass ihr Leben und ihre persönliche Situation immer besser wurden, nachdem wir das Problem in ihrem Geist korrigiert hatten. Als in ihrem Geist eine Integration stattgefunden hatte, erhöhte sich der Grad ihrer Bindungsfähigkeit, und als Folge davon nahmen Erfolg und das Gefühl von Verbundenheit dramatisch zu.

Es gab während dieser Zeit Hunderte bemerkenswerter Vorfälle dieser Art, aber es war der folgende, der den Gedanken, innen und außen seien miteinander verbunden, fest in mir verankerte. Was in der Welt geschieht, entspricht dem, was in meinem Geist geschieht. Also kann ich die Welt verändern, indem ich meinen Geist ändere.

Ich arbeitete mit einem Marinesoldaten, der gewaltige Probleme mit seinem Vater hatte, aber extrem an seiner Mutter hing und quasi mit ihr fusioniert war. Wir hatten bereits viele Stunden damit zugebracht, den Konflikt mit seinem Vater zu lösen, aber jetzt wurde es offensichtlich, dass es die symbiotische Beziehung zu seiner Mutter war, die ihn zurückhielt.

Ich empfing eine Inspiration, wie dieses Problem zu lösen war. Ich bat ihn sich vorzustellen, dass seine Mutter einen halben Meter vor ihm stehen würde und dass sich zwischen

ihnen all jene Schnüre befinden würden, die sie auf un gute Weise aneinander ketteten und voneinander abhängig machten, statt eine echte Verbindung zwischen ihnen zu schaffen. Dann sagte ich ihm, dass ich diese Schnüre mit dem Schwert der Wahrheit durchtrennen würde. Ich stellte mir vor, dieses Schwert in Händen zu halten. Mit einem gewaltigen Schlag durchtrennte ich die Schnüre. Sobald sie durchtrennt waren, fiel der Marinesoldat rückwärts um und landete auf dem Boden. So stark war die Wirkung dessen, was in seiner Vorstellung geschehen war. Als er aufstand, war die symbiotische Verbindung verschwunden, und er war bereit, sich der nächsten Thematik zuzuwenden.

Ein weiteres dramatisches Erlebnis hatte ich mit einer etwa siebzugährigen Freundin, die eine böartige Geschwulst von der Größe eines Fußballs hatte. Sie hatte mich gebeten, Therapiesitzungen mit ihr abzuhalten, und machte dabei gute Fortschritte. Im Rahmen des Heilungsprozesses wollten wir gemeinsam an einem Seminar teilnehmen. Während des Seminars führte uns der Leiter durch eine Heilmeditation, die etwa zwanzig Minuten lang dauerte. Während dieser Meditation schrumpfte die Geschwulst von der Größe eines Fußballs auf die eines Softballs.<sup>2</sup> Sie war immer noch inoperabel, da sie sich um eine Arterie geschlungen hatte, aber schließlich gelang es Katie, mithilfe spiritueller Heilmethoden, Therapien und bewusster Ernährung den Krebs zu besiegen. Die dramatische Schrumpfung ihrer Geschwulst verdeutlichte, was sich während der Heilmeditation in Katies Geist abspielte. Ihre Gedanken hatten gewaltige Auswirkungen auf ihre Welt und ihren Körper.

Ich hatte eine Freundin namens Mimi, mit der ich befreundet war, seit ich in Pittsburgh meinen Magister gemacht hatte. Eine Zeit lang, nachdem sie und ich nach San Diego gezogen waren, rief sie mich an. Sie schien mitten auf einer Stadtautobahn einen Nervenzusammenbruch erlitten zu haben. Ich fuhr mit einem Freund zu ihr, beruhigte sie und brachte sie anschließend zurück in ihre Wohnung, während mein Freund uns in meinem Wagen folgte. Schnell wurde mir klar, dass sie ihre starke mediale Veranlagung blockierte, weil sie Angst davor hatte. Ich schlug vor, sie möge doch am nächsten Abend zum Treffen einer Gruppe von Medien kommen, die regelmäßig zusammenkamen. Ich hatte das starke Gefühl, dass sie bei diesem Treffen Hilfe bekommen würde.

Mimi kam am nächsten Abend und war einverstanden, dass die Gruppe mit ihr arbeitete. Sie war so stark medial veranlagt, dass eine Seite ihres Gesichts grün und blau angelaufen war, als ihr erster Mann, dem sie sich völlig entfremdet hatte, vor einiger Zeit mit einem Kopfschuss ermordet wurde. Da sie getrennt waren und in verschiedenen Bundesstaaten lebten, erfuhr sie erst drei Tage später, was mit ihm geschehen war. Seither hatte sie alles in ihrer Macht stehende getan, um ihre medialen Fähigkeiten zu unterdrücken. Sie hatte so große Angst davor, dass es sie nicht zu kümmern schien, dass sie auf eine Psychose zusteuerte.

Da ich ihr Freund war, vertraute sie mir genug, um mit ihr zu arbeiten. Mit Unterstützung der Gruppe stimmte ich mich auf sie ein, nachdem sie die Augen geschlossen hatte. »Ich werde dir eine Geschichte erzählen«, sagte ich. »Du wirst immer in der Lage sein, meine Stimme zu hören, ganz

gleich, wohin die Geschichte dich auch führen mag.« Dann begann ich ihr die Geschichte einer irischen Frau zu erzählen, die aus Teeblättern las und deren Mann als Rangierer bei der Eisenbahn arbeitete. Die Frau war gerade am Ende einer Sitzung mit einer Nachbarin, als sie plötzlich eine schlimme Vorahnung hatte. Sie erblasste, schob den Tisch weg und lief zur Tür. Im selben Augenblick begann Mimi so laut zu schreien, dass wir fürchteten, die Nachbarn würden die Polizei rufen, weil sie dachten, es würde jemand umgebracht. Ich erzählte die Geschichte weiter und setzte mich so nah neben sie, dass sie meine Stimme trotz ihrer Schreie hören konnte.

Als das irische Medium zum Betriebswerk kam, lief sie instinktiv zu einem langen Zug. Noch während sie neben dem Zug herlief, wurde dieser plötzlich mit einem Ruck nach vorn geschoben, als zwei Waggons miteinander verbunden wurden. Sie lief auf die Stelle zu, an der die Wagen angekoppelt waren. Ihr Mann war zwischen den beiden aneinandergekoppelten Wagen eingeklemmt worden. Sie erreichte ihn, kurz bevor das Leben aus ihm wich. Sie konnte ihm noch sagen, wie sehr sie ihn liebte und wie viel er ihr bedeutete. Ich spann die Geschichte seiner letzten Minute auf Erden noch weiter aus, als ihre Schreie, die volle fünf Minuten lang erklangen waren, zu unser aller Erleichterung endlich abbrachen.

Die Anwesenden waren überrascht und die älteren und erfahreneren unter ihnen waren geradezu schockiert, aber als sich Mimi die Tränen aus den Augen wischte und ihre Nase putzte, konnte ich sehen, dass das Licht, das nun aus

ihren Augen schien, den gehetzten Blick eines verwundeten Tieres ersetzt hatte, der vorher da gewesen war. Sie war frei. Ihr Kanal war weit offen und sie fürchtete sich nicht mehr vor den dunklen Bildern, die sie in sich trug. Sie waren weg, hinweggewaschen von ihren Tränen und Schreien. Ihre Ängste tyrannisierten sie nicht mehr und sie versuchte nicht mehr, ihre medialen Fähigkeiten zu unterdrücken. Ihre Welt und ihr Leben veränderten sich in den nächsten Tagen dramatisch zum Besseren. Sie fand einen wunderbaren Job und fühlte sich, als sei sie wiedergeboren worden. Innerhalb von sechs Monaten begegnete sie dem Mann ihrer Träume, den sie ein Jahr später heiratete.

Zwar ist diese Geschichte ziemlich ungewöhnlich, aber das Prinzip ist klar. Was in uns lebt, hat direkten Einfluss auf unseren Körper und unsere Welt. Darin sind sich viele Therapeuten und Coaches einig, aber es gibt zu wenige von uns, um den Bedarf, den es in der Welt gibt, abzudecken. Vielleicht ist es für dich jetzt an der Zeit, die Prinzipien kennenzulernen, die dir helfen können, dich selbst zu befreien, damit du deine Welt und die Menschen in deiner Umgebung befreien kannst.

# 1

## Der Anfang

Ich bin ein praktisch veranlagter Mensch – zumindest auf manchen Gebieten. Wenn jemand eine Vision hat, will ich in den Worten von Sun Bear<sup>3</sup> nichts so Abgehobenes wie Luftschlösser, sondern etwas so Bodenständiges wie »Mais pflanzen«. Ich möchte, dass meine Vision auch einen praktischen Nutzen hat.

Ich merkte erst, dass meine Diplome in Psychologie, Philosophie und Soziologie einen praktischen Nutzen hatten, nachdem ich bereits zehn Jahre lang als Therapeut gearbeitet hatte. Ich fing an zu verstehen, dass meine Ausbildungen die Art und Weise beeinflussten, wie ich die Welt sah. Ich entdeckte, dass mein Wunsch, das Wirken des Geistes zu verstehen, hilfreich dabei war, eine Karte des Bewusstseins zu erstellen, womit ich in den späten Siebzigerjahren anfang. Ich wollte die verschiedenen Phasen verstehen, die wir durchmachen, während wir wachsen und heilen. Ich fand heraus, dass einzelne Menschen, aber auch Paare, Firmen, Länder und sogar die Welt dieselben evolutionären Schritte durchmachen. Ich suchte nach einem Modell, um zu verstehen, wie dies alles zusammenpasste, und nach einer Landkarte, die mir zeigte, wie wir unser Ziel erreichen können. »Wohin gehen wir?« und »Wie können wir so schnell wie möglich an unser Ziel gelangen?« waren Fragen, die mir nicht mehr aus dem Sinn gingen.

Meine Klienten halfen mir zu verstehen, was funktionierte und was nicht. Ich hatte Bücher über Hypnose, Gestalttherapie und NLP sowie Jay Haleys *Uncommon Therapy* gelesen. Sie alle halfen mir auf ganz praktische Weise bei der Arbeit mit meinen Klienten, aber ich brauchte noch mehr. Als ich 1977 meinen Doktor in Counseling Psychology machte, hatte ich bereits seit sechs Jahren als Therapeut gearbeitet. Einige Monate nach meinem Abschluss fiel mir *A Course in Miracles (Ein Kurs in Wundern)* in die Hände. Dies war buchstäblich die Antwort auf ein Gebet, in dem ich darum gebeten hatte, ein Buch zu finden, in dem ich während meines ganzen Lebens Unterweisung finden würde.

Und obwohl ich manchmal ein eher unbeständiger Schüler des Kurses gewesen bin, muss ich doch sagen, dass dieses Buch in Bezug auf Heilung und Spiritualität für mich eine Offenbarung war. Im Laufe der Jahre, in denen ich forschte und mit Menschen arbeitete, nahmen viele der in ihm enthaltenen Prinzipien konkrete Form an. 1977 hatte ich bereits neue Methoden und Prinzipien entdeckt, die ich in der psychologischen Fachliteratur nicht gefunden hatte, aber jedes Prinzip, das ich entdeckte, wurde entweder durch etwas bestätigt, das ich in *Ein Kurs in Wundern* las, oder war damit kompatibel. Ich war verblüfft, als ich entdeckte, dass das, was ich für meine eigenen Entdeckungen hielt, bereits in *Ein Kurs in Wundern* stand. Das machte mich für das, was ich darin las, noch offener.

Mit einundzwanzig kehrte ich der Religion den Rücken. Vorher war ich siebeneinhalb Jahre lang auf einer katholischen Schule gewesen. Diese Schule schien mir siebeneinvier-

tel Jahre lang meine wahre Bestimmung zu sein, aber plötzlich stimmte für mich alles nicht mehr, denn ich konnte keine brauchbare Methode finden, um auf diesem Weg weiterzugehen. Die Gottesdienste fühlten sich weiterhin richtig an, aber ich war nicht mehr inspiriert, einem religiösen Weg zu folgen, und von Form allein konnte ich nicht leben. Die Psychologie schien mir der Weg zu sein, auf dem ich meinen Wunsch zu helfen verwirklichen konnte. Als ich *Ein Kurs in Wundern* las, wurde mir klar, dass ich das Kind mit dem Bade ausgeschüttet hatte. Ich erkannte auch, dass ich der Religion vergeben musste, bevor ich entdecken konnte, dass Spiritualität etwas ist, was jenseits jeder Form existiert.

Während dieser Phase faszinierten mich übersinnliche Phänomene und ich betrieb eigene Forschungen auf diesem Gebiet. Das wiederum führte mich zur Metaphysik und zum Schamanismus, was mir half, gewisse Gebiete des unbewussten Geistes zu verstehen, die in meinen eigenen Erfahrungen und während therapeutischer Sitzungen auftauchten. Ich war enttäuscht von dem Dogmatismus, der sich heute so häufig als Religion ausgibt, der aber in Wahrheit lediglich frühe Stadien des psychologischen Wachstums und Reifens widerspiegelt. Aber als ich in die Welt von *Ein Kurs in Wundern* eintauchte, musste ich meine Vorurteile gegenüber dem Christentum aufgeben, Frieden mit Jesus schließen und ihn wieder in meinem Leben willkommen heißen.

Obwohl ich zuerst nicht viel von dem verstand, was in *Ein Kurs in Wundern* geschrieben wurde, ergaben doch die Teile, die ich verstand, eindeutig einen Sinn – besonders in therapeutischer Hinsicht, was für mich damals den größten Wert

hatte. Schließlich hatte ich sieben Jahre lang in den therapeutischen Schützengräben am Drogenrehabilitationszentrum der Marine mit Matrosen und Marinesoldaten gearbeitet, und manchmal mit mehr Fällen, als ich bewältigen konnte.

Während ich weiter *Ein Kurs in Wundern* studierte, entdeckte ich, dass mir dort weit mehr gezeigt wurde, als ich während meiner therapeutischen Arbeit selbst herausgefunden hatte. Im Anschluss an das, was ich selbst entdeckt hatte, schien mir *Ein Kurs in Wundern* der nächste logische Schritt zu sein. Ich begann damit, aus Prinzipien, die ich aus dem ableitete, was ich verstanden hatte, bestimmte Methoden und Techniken zu entwickeln. Während ich mich immer mehr in meine Studien von *Ein Kurs in Wundern* vertiefte, stellten sich diese Methoden als immer effektiver heraus.

Ich fing an zu begreifen, dass sich das Bewusstsein im Rahmen seiner Evolution immer mehr in Richtung Liebe und Dienst entwickelte. Ich fand heraus, dass der Geist während unseres Heilungsprozesses ganz von selbst spiritueller wird. Alles fügte sich zu einem Bild zusammen und nahm immer mehr konkrete Gestalt an. Während ich in meiner Forschungsarbeit Fortschritte machte, begann ich, intuitiv Bewusstseins Ebenen zu verstehen, die über meinen gegenwärtigen Entwicklungsstand hinausgingen. Aber immer, wenn ich ein neues Stadium erreichte, entdeckte ich, dass das, was ich mir vorgestellt und intuitiv erfasst hatte, wahr war. Zudem gab es immer noch mehr Material, um das Bild zu vervollständigen, das ich Jahre zuvor gesehen und gespürt hatte.

Ich kann nur sagen, dass ich immer noch lerne. Mein persönliches Lernprogramm entfaltet sich sowohl durch Coachings und Seminare überall auf der Welt als auch durch Meditation und *Ein Kurs in Wundern*. Es ist nicht leicht, über das volle Spektrum all dessen zu sprechen, was ich bisher gelernt habe, aber 1981 nahm ich eine Reihe von Kassetten mit dem Titel »The Journey« auf, die einige der heute so nützlichen Einsichten und Techniken enthielt, die ich entdeckt hatte.

Eine der sechs Kassetten trug den Titel: »Relationships – Your Magic Mirror«. Dies war der Beginn der Erkenntnis, dass uns jene Menschen in unserer Umgebung, besonders unsere Angehörigen, als Spiegel in unserem eigenen Heilungsprozess dienen. Anfang der Neunzigerjahre entwickelte ich eine Technik, in der ich das Prinzip der Projektion nutzte, um bei uns und unseren Angehörigen einen Wandel herbeizuführen, indem wir unsere Projektionen zurücknehmen und uns entscheiden zu helfen, statt uns selbst zu verurteilen und anzugreifen. Mit diesen Prinzipien und Methoden werden wir uns später noch ausführlich befassen.

## Der Nutzen

Im letzten Jahr meines Studiums an der Duquesne University in Pittsburgh hatte ich einen ziemlich altklugen Gedanken. Ich erkannte nämlich, dass ich zwei Denksystemen anhing, die miteinander in Wettstreit lagen. Das eine war das existenzialistische Weltbild. In diesem Modell, das mich sehr ansprach, ging es darum, ein heroisches und künstlerisches

Leben zu führen. Das andere Denksystem bezeichnete ich als kosmisches Modell. Ein Vorteil des »kosmischen« Modells, das ich heute als »spirituell« bezeichne, besteht darin, dass es von Sinn erfüllt ist. Während das existenzialistische Weltbild mit der Sinnlosigkeit der Existenz kämpft, hat das spirituelle Weltbild Antworten gefunden.

Je spiritueller etwas ist, desto mehr Wahrheit und Sinn sind in ihm zu finden. Im existenzialistischen Weltbild ist die Wahrheit etwas Relatives, im spirituellen ist sie absolut. Unser Verständnis der Wahrheit nimmt zu, je mehr wir geheilt und heil werden. Obwohl es mir zum damaligen Zeitpunkt so schien, als sei ich die Verkörperung des Existenzialismus schlechthin, erkannte ich doch, dass das spirituelle Weltbild einen viel größeren Nutzen hatte und dass ich mit ihm viel mehr erreichen konnte. Es war verbindend und vereinigend, auf Liebe und Partnerschaft aufgebaut und schloss alles und alle mit ein. Als Konsequenz dieser Einsicht entschied ich mich für das spirituelle Weltbild. Dennoch blieb das existenzialistische noch viele Jahre lang eine wichtige Strömung in meinem Geist, bevor ich es vollständig integriert und dadurch eine neue Ebene der Ganzheit erreicht hatte.

## So wie ich es jetzt sehe

So wie ich es jetzt sehe, geht es im Leben darum, unser Einssein zu realisieren. Das Einssein ist Liebe, Gott, das Absolute, das Ewige und das Licht. Laut der Quantenphysik existiert nur Licht, bis wir entscheiden, wozu dieses Licht

werden soll. Daraus bildet sich unsere Wahrnehmung, die sich vom Licht unterscheidet. Es ist unsere Wahrnehmung, die uns leiden lässt. Unsere Wahrnehmung spiegelt die Bilder unseres Geistes wider und beruht auf unseren Entscheidungen und Gedanken. Unsere Gedanken sind die Konsequenz unserer Ansichten über uns selbst (unserer Selbstkonzepte) und unsere Ansichten über uns selbst entstehen aus der Trennung. Unsere Selbstkonzepte werden zu unseren Glaubenssystemen, die aus statischen Entscheidungen bestehen, die wir ständig treffen und die Welt zu dem machen, was sie ist. Immer wenn wir einen Teil unseres Geistes beurteilen und ablehnen, fragmentieren wir unseren Geist und stärken unser Ego, das eine getrennte Selbstwahrnehmung ist, die sich ziemlich von dem Selbst unterscheidet, das wir im Einssein waren.

*Ein Kurs in Wundern* drückt dies sehr schön aus. Dort wird gesagt, dass das, was wirklich eins ist, nicht geteilt werden kann. Wir können uns nur vorstellen oder träumen, dass diese Teilung stattgefunden hat. Das entspricht den buddhistischen Prinzipien, denen zufolge wir aus dem Zustand des Einsseins in einen tiefen Traum gefallen sind. In der Bibel heißt es, Adam sei in einen tiefen Schlaf gefallen, aber nirgendwo steht, dass er wieder aufgewacht ist. In der Bibel heißt es weiter, dass Gott seine Rippe nahm und daraus Eva erschuf, nachdem Adam eingeschlafen war. Nun, Einheit kann keine Dualität erschaffen, weil die Gesetze der Logik sagen, dass Gleiches aus Gleichem entsteht.

Daher kann aus der Liebe und Einheit, die Gott ist, nur noch mehr Einheit als Erweiterung Seiner Liebe entstehen.

Die wahre Schöpfung besteht darin, dass sich die Liebe ausdehnt, um mehr Liebe zu erschaffen. Sie kann sich nie trennen, nur erweitern. Wie könnte auch der höchste Aspekt Gottes als Schöpfer einen psychologisch gesehen dermaßen großen Fehler wie den der Trennung machen? Dies ist nicht nur ein psychologischer Fehler, es ist ein grundsätzlicher Fehler, der die Wurzel jedes Problems ist.

Wenn die Trennung stattgefunden hat und die Verbindung verloren gegangen ist – oder besser gesagt, wenn wir wahrnehmen, dass die Verbindung verloren gegangen ist –, dann scheint es nur so zu sein. Bedenke bitte, dass die Trennung nicht wirklich stattgefunden hat, weil der Zustand des Einsseins nicht verloren gehen kann, er kann nur überdeckt werden. Wir können nicht aus dem Himmel oder dem Einen Sein hinausgeworfen werden. Gott kann uns nicht hinauswerfen. Was ist es für eine absurde Vorstellung, die Liebe könnte urteilen oder uns im Stich lassen! Das tut das Ego, und was das Ego tut, das projiziert es auf Gott und auf alle anderen.

Wenn die Verbundenheit verloren gegangen ist, beginnen Leid und Illusion, und wenn sie einmal weg ist, finden wir uns in einer Welt der Illusion wieder. Heilung kann stattfinden, und jeder Verlust und jede Verletzung können geheilt werden, weil sie letzten Endes nur Illusionen sind, Irrtümer der Wahrnehmung. Daher ist laut *Ein Kurs in Wundern* jede Heilung eine Heilung der Wahrnehmung. Unzählige Male habe ich gesehen, dass Heilung stattfinden kann, wenn die Irrtümer der Wahrnehmung geheilt werden. Der erste Schritt dazu besteht darin zu begreifen, dass wir für das verantwortlich sind, was wir wahrnehmen. Ich habe miterlebt, wie sich

alter, chronischer Schmerz in Minuten aufgelöst hat. Ich habe Wunder mit angesehen, die sich im Körper und in der Welt ereignet haben, wenn Probleme im Geist geheilt wurden. Der erste Schritt besteht aber immer darin, Verantwortung für das zu übernehmen, was wir sehen.

Als der erste Bruch in unserem Geist stattfand, fielen wir vom Himmel: Aus dem Gewahrsein des Einsseins und der köstlichen Freude, die dort herrscht, taumelten wir in die dunkle Nacht der Seele hinein, in Schmerz, Finsternis, Angst, Schrecken und Schuld. Was für ein böser Traum! Der Albtraum aller Albträume!

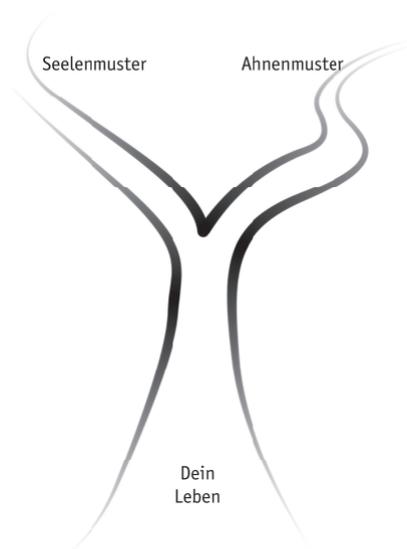
Wieso sind wir nicht einfach aufgewacht? Der Heilige Geist, der Trostspender, ein Aspekt des Schöpfers, der Seinen verlorenen Kindern Hilfe sandte, machte sich mit uns auf die Reise in die Zeit, damit wir nie völlig verloren sein würden. Wir konnten die Realität des Einen Seins nicht verändern, wir konnten nur glauben, dass wir es taten. Der Grund, warum wir nicht aufwachten, war einfach der, dass unser neugeborenes Ego uns ein scheinbar besseres Angebot machte. Es versprach uns, wir könnten Gott unserer eigenen Welt sein. Es versprach uns, den Schmerz, die Angst und die Schuld loszuwerden. Es trennte den Schmerz ab, was bedeutet, dass es ihn nicht wirklich loswurde, sondern nur vor uns verbarg und so den Teil des Geistes entstehen ließ, dessen wir uns nicht bewusst sind. Es wurde einen Teil der Angst und Schuld los, aber nicht alles, da das Ego aus Angst und Schuld aufgebaut ist. Es unterdrückte die Schuldgefühle und tat so, als wären sie nicht da, indem es sie auf andere projizierte und diese als »falsch« und »schlecht« bezeichnete.

Der »Fall« erzeugte in unserem Geist einen Bruch nach dem anderen und zerschlug ihn in immer kleinere Teile mit immer geringeren Fähigkeiten und einer immer eingeschränkteren Sicht. Deshalb haben wir heute verborgene Teile unseres Geistes, die sich in andere Richtungen bewegen als unser Wachbewusstsein. Diese Teile des Geistes haben Gedanken und Wünsche, die denen unseres Bewusstseins entgegengesetzt sind. Alle Probleme und Hindernisse, denen wir uns gegenübersehen, stammen aus diesem verborgenen Geist.

Nach dem zweiten Bruch ging die direkte Kommunikation mit dem Heiligen Geist verloren und wir waren nur noch fähig, Kommunikation und Führung durch unser Höheres Bewusstsein zu empfangen, aber die unzähligen Alarmrufe unseres Egos begannen die leise Stimme Gottes zu übertönen. Nach zahlreichen Fällen hüllten wir uns in Körper, um die Trennung zu vollenden. Als wir noch tiefer fielen, schlossen wir uns in den Glauben ein, dass wir unser Ego und unser Körper sind, statt zu erkennen, dass wir ein Ego haben und dass unser Körper ein Instrument des Lernens ist. Da wir unsere Identität vom Körper abhängig machten, fingen wir an, an den Tod zu glauben, aber wir fielen noch weiter und verloren uns mehr und mehr. In diese Finsternis kamen Erlöser, um uns den Weg nach Hause zu weisen.

## Mitbringssel

Wir kommen mit den Mustern unserer Ahnen, die noch geheilt werden müssen, in dieses Leben. Wir erben sowohl Gaben als



auch Probleme. Diese entsprechen dem Karma oder den Trennungsmustern, die wir auf der Seelenebene mitbringen, um sie zu heilen, und spiegeln sie wider. Du kannst eines oder beide Muster nutzen, um dich selbst auf den unbewussten Seelenebenen zu heilen. Stell dir vor, dein Ahnenmuster käme herab und würde sich mit deinen Seelenlektionen verbinden, sodass in einem Leben eine perfekte Kreuzung entsteht.

Wir sind gekommen, um uns selbst zu erkennen. Was verloren ging, kann wiedergefunden werden. Was ruiniert wurde, kann wiederhergestellt werden. Was weggeworfen wurde, kann wertgeschätzt und sich wieder angeeignet werden. Was in unserem Bewusstsein fragmentiert wurde, kann wieder ganz gemacht werden.

Der Himmel, der Einssein ist, kann wiedererlangt werden, da er immer noch in uns ist. Er ist nur von den Millio-

nen Brüchen in unserem Geist überdeckt worden, die unser Konzept von uns selbst erschaffen haben. Indem wir vergeben und integrieren, werden wir mehr und mehr ganz. Das ist das Gegenteil vom Wunsch unseres Egos nach Trennung. Das Ego setzt Selbstverurteilungen und Selbstangriffe ein, um Teile unseres Geistes abzuspalten und sie auf die Welt zu projizieren. Wir trennen uns von uns selbst und wir trennen uns von anderen. Wir distanzieren uns von anderen und stellen uns über sie. Das erzeugt Leiden für uns, für sie und für die Welt im Allgemeinen.

Die Alternative zu urteilen und trennen ist heilen. *Ein Kurs in Wundern* nennt den Weg zum Einssein »Sühne«. Dies ist ein Weg der Heilung. Wir gehen auf dem Weg nach oben, auf dem wir einmal herabgefallen waren. Wir alle – außer jenen, die noch fallen – befinden uns im Genesungsstadium. Aber im Allgemeinen sind wir alle wieder auf dem Weg nach Hause. Das Bewusstseinsniveau nimmt zu. In dieser Generation haben wir die Chance, den Sprung von der dissoziativen Unabhängigkeit zur gegenseitigen Abhängigkeit zu schaffen. Wir können uns über Gier, Schwelgen und Aufopferung des Individualismus erheben und wahre Selbstwerdung, Partnerschaft und Gemeinschaft erleben. Das kann zu einem goldenen Zeitalter voller Reichtum und Partnerschaft führen, wenn wir über die unterbewussten Themen hinausgehen und zu Seelen- und unbewussten Themen gelangen. Wir werden ein partnerschaftliches Bewusstsein brauchen, um uns diesen Brüchen zu stellen. (Aber das Unbewusste ist relativ einfach verglichen mit dem Unterbewussten.)



Chuck Spezzano

## **Die Spiegel deiner Seele**

Partnerschaft, Familie, Gemeinschaft: Entdecke, was das Innere heilt

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur, 304 Seiten, 13,5 x 20,6 cm  
ISBN: 978-3-7787-9245-2

Integral

Erscheinungstermin: Dezember 2014

### Die geheime Botschaft unserer Beziehungen

»Alles im Leben dreht sich um Beziehungen. Die meisten Probleme, denen wir begegnen, haben dort ihren Ursprung. Und nirgendwo sonst können wir so viel über uns und die Welt lernen.«  
Chuck Spezzano, der international renommierte Psychologe und Bestsellerautor, zeigt, wie jede Verbindung mit einem Mitmenschen unseren inneren Zustand spiegelt, unsere Probleme ebenso wie unser verborgenes Potenzial. Ob Partnerschaft, Familie, Beruf oder Gesellschaft – indem wir die geheimen Botschaften unserer Beziehungen richtig entschlüsseln, erhalten wir unschätzbar wertvolle Wegweiser für Selbstverwirklichung und persönliches Wachstum. Schritt für Schritt wird es möglich, unbewusste Probleme zu erkennen, aufzulösen und innerlich wieder heil zu werden – für ein Leben im Einklang mit unseren Mitmenschen und unserem wahren Selbst.