

Krankheit und Angst

Neunzig Prozent aller Krankheiten sind das Ergebnis einer unterbewussten Angst des Körpers. Im gewöhnlichen Bewusstsein des Körpers gibt es eine mehr oder weniger verborgene Angst oder Unruhe – mit Blick auf die [möglichen] Folgen auch nur der kleinsten physischen Störung. Man könnte es in diese Worte voller Zweifel über die Zukunft übersetzen: „Und was wird geschehen?“ Diese Angst, diese Sorge muss man kontrollieren. Tatsächlich ist sie ein Mangel an Vertrauen in die Göttliche Gnade – das unverkennbare Zeichen, dass die Weihung¹ nicht vollständig und vollkommen ist.

Ein praktisches Mittel, diese unterbewusste Angst zu überwinden – immer dann, wenn etwas von ihr an die Oberfläche kommt – besteht darin, dass der aufgeklärtere, erleuchtete² Wesensteil dem Körper das Erfordernis eines vollständigen Vertrauens in die Göttliche Gnade auferlegt – die Gewissheit, dass diese Gnade in unserem [eigenen] Selbst wie auch in Allen immer zum Besten wirkt, und die Entschlossenheit, sich vollständig und vorbehaltlos dem Göttlichen Willen zu unterwerfen.

Der Körper muss wissen und davon überzeugt sein, dass seine Essenz göttlich ist und dass uns nichts etwas zu Leide tun kann, wenn dem Wirken des Göttlichen kein Hindernis in den Weg gelegt wird. Dieser Prozess muss ständig wiederholt werden, bis jegliche Wiederkehr von Angst aufhört. Und selbst wenn es der Krankheit dann gelingt in Erscheinung zu treten, wird ihre Kraft und Dauer erheblich vermindert sein – bis sie endgültig besiegt ist.

Die Mutter, Words of the Mother III (14. Oktober 1945)

Angst ist verborgene Zustimmung. Wenn ihr euch vor etwas fürchtet, bedeutet dies, dass ihr seine Möglichkeit eingesteht und so ihr Blatt³ stärkt. Man könnte sagen, dass es eine unterbewusste Zustimmung ist. Angst kann man auf viele Weise überwinden. Mut, Glaube und Wissen sind einige davon.

Die Mutter, Words of the Mother II (undatiert)

Liebe Mutter, wenn man eine Krankheit kommen sieht, wie kann man sie aufhalten?

Zunächst einmal dürft ihr sie nicht wollen – und nichts im Körper darf sie wollen. Ihr müsst einen sehr starken Willen haben, nicht krank zu werden. Das ist die erste Bedingung.

Die zweite Bedingung ist, das Licht zu rufen – ein Licht von Gleichgewicht, ein Licht von Frieden, Stille und Ausgeglichenheit – und dieses in alle Zellen des Körpers zu drücken⁴ und ihnen zu untersagen, Angst zu haben. Denn dies ist die zweite Bedingung.

¹ engl.: consecration

² engl.: more enlightened (nicht „erleuchtet“ im spirituellen Sinne)

³ im Sinne von „Blatt beim Kartenspiel“

⁴ engl.: to push

Also zunächst: nicht krank werden wollen, und dann: sich nicht vor Krankheit fürchten. Ihr dürft sie weder anziehen, noch erzittern. Ihr dürft die Krankheit nicht im Geringsten wollen. Doch der Grund dafür, dass ihr sie nicht wollt, darf nicht Angst sein; ihr dürft euch nicht fürchten. Ihr müsst eine ruhige Gewissheit haben und ein vollständiges Vertrauen in die Macht der Gnade, euch vor allem zu beschützen – und dann müsst ihr an etwas anderes denken und euch nicht mehr länger damit beschäftigen. Wenn ihr diese beiden Dinge gemacht habt – die Krankheit mit eurem ganzen Willen zurückzuweisen und ein Vertrauen hineinzubringen, das die Angst in den Zellen vollständig beseitigt, und wenn ihr euch dann mit etwas anderem beschäftigt und nicht mehr über die Krankheit nachdenkt, wenn ihr vergesst, dass es sie gibt... – wenn ihr wisst, wie ihr das tun könnt, dann könnt ihr sogar mit Menschen in Kontakt sein, die ansteckende Krankheiten haben, ohne dass ihr sie einfangt. Aber ihr müsst wissen, wie das geht.

Viele Menschen sagen: „Oh nein, ich habe keine Angst“. Sie haben keine Angst im Mental. Ihr Mental fürchtet sich nicht – es ist stark, es hat keine Angst. Doch der Körper zittert, und sie wissen es nicht – denn das Zittern setzt sich in den Zellen des Körpers fort. Er zittert mit einer furchtbaren Angst – und es ist genau dies, was die Krankheit anzieht. Dort müsst ihr die Kraft hinbringen – und die Stille eines vollkommenen Friedens und ein absolutes Vertrauen in die Gnade. Und manchmal müsst ihr mit einer ähnlichen Kraft alle Suggestionen aus eurem Denken verscheuchen, die euch einreden wollen, dass die physische Welt am Ende ja doch voller Krankheiten ist und diese ansteckend sind, und dass ihr, weil ihr mit einem Erkrankten in Kontakt wart, diese Krankheit ganz bestimmt fangen werdet – oder dass innere Methoden nicht machtvoll genug sind, um auf das Physische einzuwirken und alle anderen möglichen Dummheiten, die überall in der Luft liegen. Dies sind kollektive Suggestionen, die jeder vom einen zum anderen weitergibt.

Die Mutter, Questions and Answers (11. Mai 1955)

Was ist der Unterschied zwischen mentaler, vitaler und physischer Angst?

Wenn ihr euch der Regungen und Bewegungen eures Mentals, eures Vitals und eures physischen Anteils bewusst seid, wisst ihr es.

Im Mental ist es sehr einfach: es besteht aus Gedanken. Ihr beginnt zum Beispiel zu denken, dass es eine bestimmte Krankheit gibt, und dass diese Krankheit sehr ansteckend ist und ihr sie vielleicht einfangen werdet – und dass es, wenn ihr euch ansteckt, ganz schrecklich sein wird; und dann denkt ihr, was ihr tun müsst, um euch nicht anzustecken. Und so beginnt das Mental sich zu sorgen: Was wird morgen sein...? Und so weiter...

Was das Vital angeht, so fühlt ihr. Ihr fühlt es in euren Empfindungen. Ganz plötzlich ist euch heiß, ihr fühlt euch kalt, ihr schwitzt, oder es geschehen alle möglichen unangenehmen Dinge. Und dann fühlt ihr, wie euer Herz schneller schlägt und plötzlich habt ihr Fieber – und dann stoppt die Durchblutung und ihr werdet kalt.

Im Physischen – nun.... Wenn ihr die beiden anderen Ängste nicht mehr habt, könnt ihr euch der physischen Angst gewahr werden. Im Allgemeinen sind die anderen beiden viel stärker in eurem Bewusstsein. Sie verbergen die physische Angst vor euch. Doch wenn ihr keine

mentale oder vitale Angst mehr habt, dann bemerkt ihr sie. Es ist eine besondere, kleine Vibration, die in eure Zellen gelangt – und sie beginnen auf diese Weise zu zittern. Doch die Zellen sind nicht wie ein Herz, das sehr schnell zu schlagen beginnt. Es ist in den Zellen selbst: sie zittern; ein leichtes Beben. Und es ist sehr schwer zu kontrollieren. Doch es kann kontrolliert werden.

Die Mutter, Questions and Answers (22. Juli 1953)

Man beginnt nun, selbst unter Medizinern, allgemein anzuerkennen, dass zum Beispiel hygienische Maßnahmen nur in dem Maße effektiv sind, in dem man Vertrauen in sie hat. Nehmt den Fall einer Epidemie. Vor vielen Jahren hatten wir hier eine Cholera-Epidemie. Sie war schlimm, aber der leitende Amtsarzt im Hospital war ein sehr energischer Mann, und er entschied sich dafür, jeden zu impfen. Wenn er die geimpften Menschen entließ, sagte er zu ihnen. „Nun sind Sie geimpft, und es wird Ihnen nichts zustoßen – doch wenn Sie nicht geimpft wären, würden Sie ganz sicher sterben.“ Er sagte dies mit großer Autorität. Im Allgemeinen dauert eine solche Epidemie recht lange, und es ist schwierig, sie zu stoppen. Doch nach zwei Wochen, glaube ich, gelang es diesem Arzt, sie einzudämmen – jedenfalls ging es wundersam schnell. Aber er wusste sehr genau, dass die beste Wirkung seiner Impfung in dem Vertrauen bestand, das sie den Menschen gab.

Nun, vor kurzem haben sie etwas anderes herausgefunden, und ich finde das wunderbar. Sie haben entdeckt, dass es für jede Krankheit eine Mikrobe gibt, die diese heilt (ihr könnt es Mikrobe nennen, wenn ihr wollt – in jedem Fall eine Art Keim oder Bazillus). Aber das außergewöhnliche daran ist, dass diese „Mikrobe“ extrem ansteckend ist – sogar ansteckender als die Mikrobe, die die Krankheit verursacht. Und sie entwickelt sich – im Allgemeinen – unter zwei Bedingungen: in Jenen, die eine Art natürliche gute Gemütsverfassung und Energie haben, und in Jenen, die einen starken Willen haben, gesund zu sein! Ganz plötzlich fangen sie die „Mikrobe“ und sind geheilt. Und das wundervolle ist, dass – wenn einer in einer Epidemie geheilt wird – drei andere umgehend gesund werden. Und diese „Mikrobe“ findet man in allen, die geheilt sind.

Doch ich verrate euch etwas: Was die Menschen für eine Mikrobe halten, ist einfach die Materialisierung einer Vibration oder eines Willens aus einer anderen Welt. Als ich von diesen medizinischen Entdeckungen hörte, sagte ich mir: „Wahrlich, die Wissenschaft macht Fortschritte.“ Man könnte tatsächlicher sagen: „Die Materie schreitet fort“; sie wird immer empfänglicher gegenüber einem höheren Willen. Und was in ihrer Wissenschaft als „Mikroben“ übersetzt wird, wird man, wenn man zur Wurzel der Dinge vorstößt, einfach als einen bestimmten Vibrationszustand erkennen – und dieser Vibrationszustand ist die materielle Übertragung eines höheren Willens. Wenn ihr diese Kraft oder diesen Willen, diese Macht, diese Vibration (nennt es wie ihr wollt) in ein gegebenes Feld oder in bestimmte Umstände bringt, wird sie nicht nur in euch [selbst] wirken, sondern – durch Ansteckung – in eurer ganzen Umgebung.

Die Mutter, Questions and Answers (14. März 1951)

Sich von Angst befreien

Es gibt ein kleines Heilmittel, das sehr, sehr einfach ist. Denn es gründet sich ganz einfach auf einer kleinen Frage des eigenen gesunden Menschenverstandes... Ihr müsst eine kleine Beobachtung machen und euch sagen, dass, wenn ihr euch fürchtet, es so ist, als ob diese Angst die Sache, die ihr fürchtet, anzieht. Wenn ihr Angst vor Krankheit habt, ist das so, als ob ihr die Krankheit anziehen würdet. Wenn ihr Angst vor einem Unfall habt, ist das so, als ob ihr den Unfall anziehen würdet. Und wenn ihr ein wenig in euch hinein- oder um euch herumschaut, werdet ihr dies erkennen; es ist eine offensichtliche Tatsache. Wenn ihr also ein wenig gesunden Menschenverstand habt, dann sagt ihr: „Es ist dumm, Angst vor etwas zu haben – denn es ist, als ob ich diesem Ding ein Zeichen gäbe, zu mir zu kommen. Wenn ich einen Feind hätte, der mich töten will, würde ich nicht hingehen und ihm sagen: „Hier, ich bin derjenige, den du töten willst.““ Es ist ungefähr dies. Weil also Angst schlecht ist, werden wir keine haben. Und wenn ihr sagt, dass ihr nicht in der Lage seid, dies durch eure Vernunft zu verhindern, dann zeigt dies nur, dass ihr keine Kontrolle über euch habt und ihr eine kleine Bemühung unternehmen müsst, euch zu kontrollieren. Das ist alles.

Oh! Es gibt viele Wege, sich von Angst zu kurieren. Doch letztlich findet jeder seinen eigenen Weg, der gut für ihn ist. Bei manchen Menschen genügt es zu sagen: „Deine Angst ist eine Schwäche“ – und sie würden sofort einen Weg finden, dem mit Verachtung zu begegnen, denn sie verabscheuen Schwäche. Anderen kann man sagen: „Angst ist eine Suggestion feindlicher Kräfte; du musst sie vertreiben wie du feindliche Kräfte vertreibst.“ – und dies wirkt sehr gut. Für jeden ist es anders. Doch zuallererst müsst ihr wissen, dass Angst sehr schlecht ist. Sie ist eine sehr schlechte Sache; sie ist ein Lösungsmittel, sie ist wie Säure. Wenn ihr einen Tropfen davon auf etwas tut, frisst sie sich in die Substanz. Der erste Schritt besteht darin, die Möglichkeit von Angst nicht zuzulassen. Ja, das ist der erste Schritt. Ich kenne Menschen, die mit ihrer Angst angeben. Diese sind unheilbar. Also, sie sagen ganz natürlich „Ach, stell dir vor, ich hatte solch eine Angst“. Na und? Es ist nichts, worauf man stolz sein kann. Bei solchen Menschen kann man nichts tun.

Wenn ihr aber einmal erkennt, dass Angst nichts Gutes ist – dass sie weder nützlich noch edel noch eines einigermaßen erleuchteten⁵ Bewusstseins würdig ist – dann beginnt ihr, gegen sie zu kämpfen. Und wie ich sagte: Der Weg, der für den einen gut ist, ist nicht [unbedingt] gut für den anderen; ihr müsst euren eigenen Weg finden. Es hängt von der jeweiligen Person ab. Auch ist Angst etwas schrecklich Kollektives und Ansteckendes – sie ist ansteckend, man kann sie leichter einfangen als die ansteckendste Krankheit. Wenn ihr in einer Atmosphäre von Angst atmet, fühlt ihr euch sofort ängstlich – ohne überhaupt zu wissen warum und wie; einfach nur, weil da eine Atmosphäre von Angst war. Eine Panik bei einem Unfall ist nichts anderes als eine Atmosphäre von Angst, die sich über alle ausbreitet. Und sie ist sehr wohl heilbar. Es gibt viele Fälle von Panik, die vollständig unterbunden wurden – einfach deshalb, weil einige Menschen die Suggestion abwiesen und ihr mit einer gegenteiligen Suggestion entgegenwirken konnten. Für Mystiker ist das beste Heilmittel – sobald man beginnt, sich vor etwas zu fürchten – an das Göttliche zu denken. Dann schmiegt ihr euch in seine Arme oder an seine Füße und überlasst ihm die vollständige Verantwortung für alles, was geschieht – im

⁵ im allgemeinen, nicht im engeren spirituellen Sinne („Erleuchtungserfahrung“)

Inneren, im Äußeren, überall –, und die Angst verschwindet sofort. Das ist das Heilmittel für Mystiker. Es ist das einfachste von allen. Aber nicht jeder erfreut sich der Gnade, ein Mystiker zu sein.

Die Mutter, Questions and Answers (14. Oktober 1953)