

■ A Christian Science perspective on daily life ■

Pain is not inevitable

HOW OFTEN when we're hurt or sick does pain seem unavoidable? We may try to manage it – to relieve it, lessen it, or distract ourselves from it. But we feel pretty much stuck with it for the time being. There is, however, another option.

Over the years, several scientific studies have explored the relationship of pain to a patient's mental state. One study in particular that caught my attention was done on patients with chronic back pain. Neuroscientists observed that patients experienced more pain in proportion to the level of concern for them expressed by loved ones in the room. This study, showing that mental conditions are a factor, indicates that pain does not have only a physical cause with an inevitable effect.

Christian Science goes a step further and says that pain is not caused by God and therefore has no legitimate law behind it. Understanding the nature of God as pure Love helps us see that no law of His could inflict suffering on His loved children, including you and me. I had an experience several years ago which brought this to light.

My 17-year-old daughter came to me one night and tearfully told me she had a painful earache. She asked me to pray for her.

Right away, I had a sweet assurance that through God's help my daughter could be and would be freed of the pain, just as God had met all the healthcare needs of our family in the past.

I shared that with my daughter, hugged her, and then pulled up a chair as she got into bed. I sat by her bed and prayed with my understanding of God and how He had made my daughter – His daughter – in His likeness, spiritual and perfect. I insisted that her suffering was not God's will and that the present power of His love precluded its authority, even its reality.

I voiced some of these ideas to my daughter and backed them up with readings from the Bible and from "Science and Health with Key to the Scriptures" by Mary Baker Eddy. I sang hymns to her, too. But

most important, I held my thought fast to the fact of God's present and all-powerful love, which denied any power or reality to matter. Finally, during a moment of silent prayer, the following words came distinctly and profoundly to my thought: *There is no pain in Love, and we live in Love.*

That was it.

Instantly, my daughter quieted, then fell asleep. The next morning she told me that in that moment that night, this psalm came to her thought: "Be still, and know that I am God" (Ps. 46:10). She felt the peace of God's presence and power. With that, the pain vanished.

This healing proved to be a landmark in her conviction that God is real and reliable.

Emotional and even physical suffering may come from thinking that we are separated from God and His care, perhaps through some wrong we have done.

But the Bible describes God as casting all our sins behind His back (see Isa. 38:17). And it is impossible for us to ever really become separated from omnipresent Love, the source and sustainer of our life.

The book of Revelation records a vision of a new heaven and new earth in which God and His children are united and there is "no more death, neither sorrow, nor crying, neither ... any more pain" (21:3, 4). Referring to this revelation, Mary Baker Eddy wrote, "This is Scriptural authority for concluding that such a recognition of being is, and has been, possible to men in this present state of existence, – that we can become conscious, here and now, of a cessation of death, sorrow, and pain."

With sweet encouragement she added: "Take heart, dear sufferer, for this reality of being will surely appear sometime and in some way. There will be no more pain, and all tears will be wiped away. When you read this, remember Jesus' words, 'The kingdom of God is within you.' This spiritual consciousness is therefore a present possibility" (Science and Health, pp. 573-574).

I HAD A SWEET ASSURANCE THAT GOD COULD HELP MY DAUGHTER.



Get a FREE copy of the *Christian Science Sentinel*, a magazine of practical spirituality.

CHRISTIAN SCIENCE[®]
Sentinel

Get a FREE copy!

www.cssentinel.com

A German translation of today's article on Christian Science

Eine christlich-wissenschaftliche Perspektive für den Alltag

Schmerzen sind nicht unvermeidlich

Wenn wir verletzt oder krank sind, scheinen Schmerzen oft unvermeidlich zu sein. Wir können versuchen, sie zu ertragen, zu lindern oder uns von ihnen ablenken zu lassen. Aber es sieht so aus, als ob wir sie erst einmal in Kauf nehmen müssen. Es gibt jedoch noch eine andere Möglichkeit.

Im Laufe der Jahre haben mehrere wissenschaftliche Untersuchungen die Beziehung zwischen Schmerzen und der seelischen Verfassung von Patienten erforscht. Mir fiel besonders eine Studie über Patienten auf, die an chronischen Rückenschmerzen litten. Die Neurowissenschaftler stellten fest, dass die Schmerzen der Patienten proportional zu der von den Angehörigen im Krankenzimmer geäußerten Besorgnis waren. Dieser Studie zufolge sind Schmerzen nicht allein auf eine körperliche Ursache mit unvermeidlichen Auswirkungen zurückzuführen, sondern unterliegen auch mentalen Einflüssen.

Die Christliche Wissenschaft geht einen Schritt weiter und erklärt, dass Schmerzen nicht von Gott stammen und sich daher nicht auf ein rechtmäßiges Gesetz gründen. Wenn wir verstehen, dass Gottes Wesen reine Liebe ist, dann gelangen wir zu der Erkenntnis, dass Sein Gesetz Seinen geliebten Kindern kein Leid zufügen kann, und das trifft auch auf Sie und mich zu. Vor einigen Jahren hatte ich ein Erlebnis, das mir das deutlich vor Augen führte.

Eines Abends kam meine siebzehnjährige Tochter zu mir und sagte unter Tränen, sie hätte Ohrenschmerzen. Sie bat mich, für sie zu beten.

Ich war sofort voller Zuversicht, dass meine Tochter mit Gottes Hilfe von Schmerzen frei sein konnte und auch sein würde, denn Gott hatte unserer Familie bisher immer in allen Krankheitsfällen geholfen.

Ich sagte das meiner Tochter, umarmte sie, und als sie ins Bett ging, zog ich einen Stuhl heran. Ich saß an ihrem Bett und betete mit meinem Verständnis von Gott, nämlich dass Er meine Tochter – Seine Tochter – zu Seinem Gleichnis geschaffen hat, geistig und vollkommen. Ich hielt daran fest, dass ihr Leiden nicht gottgewollt war und dass die gegenwärtige Macht Seiner Liebe die Rechtmäßigkeit, ja selbst die Wirklichkeit ihres Leidens von vornherein ausschloss.

Ich sprach mit meiner Tochter über diese Gedanken, und zur Bekräftigung zitierte ich Stellen aus der Bibel und aus „Wissenschaft und Gesundheit mit Schlüssel zur Heiligen Schrift“ von Mary Baker Eddy. Ich sang ihr auch Kirchen-

lieder vor. Das wichtigste war jedoch, dass ich mein Denken auf Gottes gegenwärtige und allmächtige Liebe gerichtet hielt, die der Materie jegliche Macht und Wirklichkeit absprach. In einem Augenblick stillen Gebets kam mir zum Schluss noch folgender Gedanke deutlich und eindringlich in den Sinn: Es gibt keinen Schmerz in der göttlichen Liebe, und wir leben in dieser Liebe.

Das war's.

Meine Tochter wurde sofort still und schlief dann ein. Am nächsten Morgen erzählte sie mir, dass ihr in jenem Augenblick am Abend folgender Psalm in den Sinn gekommen war: „Seid stille und erkennet, dass ich Gott bin!“ (Ps 46:11). Sie fühlte den Frieden von Gottes Gegenwart und Macht. Damit verschwanden die Schmerzen.

Diese Heilung erwies sich als ein Wendepunkt für sie, denn sie war nun überzeugt, dass Gott wirklich ist und wir auf Ihn vertrauen können.

Seelisches und sogar körperliches Leiden entspringt manchmal der Auffassung, dass wir vielleicht ein Unrecht begangen hätten und deshalb von Gott und Seiner Fürsorge abgeschnitten seien.

Aber die Bibel sagt über Gott, Er werfe alle unsere Sünden hinter sich zurück (siehe Jes 38:17). Und es ist unmöglich, dass wir jemals von der allgegenwärtigen Liebe, dem Ursprung und Erhalter unseres Lebens, wirklich getrennt sein können.

Im Buch der Offenbarung wird von der Vision eines neuen Himmels und einer neuen Erde gesprochen, in der Gott und Seine Kinder vereint sind, und „der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid noch Geschrei noch Schmerz“ (21:4). Mary Baker Eddy schrieb in Bezug auf diese Offenbarung: „Das ist die biblische Vollmacht für die Schlussfolgerung, dass für die Menschen eine solche Erkenntnis des Seins in diesem gegenwärtigen Daseinszustand möglich ist und war – dass wir uns hier und jetzt dessen bewusst werden können, dass Tod, Leid und Schmerz aufhören.“

Dann fügte sie die folgenden ermutigenden Worte hinzu: „Fasse Mut, lieber Leidender, denn diese Wirklichkeit des Seins wird ohne Zweifel irgendwann und auf irgendeine Weise erscheinen. Es wird kein Schmerz mehr sein, und alle Tränen werden abgewischt. Wenn du das liest, denke an Jesu Worte: ‚Das Reich Gottes ist inwendig in euch.‘ Dieses geistige Bewusstsein ist deshalb eine gegenwärtige Möglichkeit“ („Wissenschaft und Gesundheit“, S. 573-574).

Das Buch *Wissenschaft und Gesundheit mit Schlüssel zur Heiligen Schrift* von Mary Baker Eddy ist in Englisch und 16 weiteren Sprachen, einschließlich Deutsch, erhältlich. Alle Übersetzungen enthalten den englischen Text auf der gegenüberliegenden Seite. Sie können *Wissenschaft und Gesundheit* und andere christlich-wissenschaftliche Literatur in den Leseräumen der Christlichen Wissenschaft in aller Welt kaufen. Oder schreiben Sie an The Christian Science Publishing Society, P.O. Box 1875, Boston, MA 02117-1875 USA.