

Betekenis kleuren

Groen: de tekst van de les

Geel: de teksten uit de cursus die extra aanvulling geven

Geen kleur: toelichting van Jan en Gertrude

Les 12

Ik voel onvrede omdat ik een betekenisloze wereld zie.

1. Dit idee is zo belangrijk omdat het de correctie inhoudt van een van de voornaamste vervormingen in je waarneming. 2Jij meent dat je vrede wordt verstoord door een angstaanjagende wereld, of een treurige wereld, of een gewelddadige wereld, of een waanzinnige wereld. 3Al deze eigenschappen schrijf je haar zelf toe. 4Op zichzelf is de wereld zonder betekenis.

Aan de hand van het ‘nieuwe’ beeld van de wereld dat we in les 5-11 opgebouwd hebben kijken we opnieuw naar de onrust, de ongelukkigheid, die het zien van een betekenisloze wereld ons lijkt te geven. Dan wordt het meteen duidelijk dat *de onvrede die ik voel niet veroorzaakt wordt om de reden die ik denk maar omdat ik iets zie wat er nu niet is*. We kijken met ‘verledengedachtes’ ofwel aannames. Deze oordelen/ideeën gebaseerd op een niet werkelijk bestaand verleden plakken we als beeld over onze *Ene Werkelijkheid*.

Dus wat ik waarneem als een waanzinnige wereld vol dood, angst, haat, schuld is het directe gevolg van mijn eigen verbeelde oordelen; we voelen geen onvrede omdat de wereld dit opwekt maar omdat we onze eigen verbeelde pijn erover heen geplakt hebben. Zo zien we onze pijn buiten ons want op zichzelf is de wereld neutraal.

P.In.IV.1:3Oordelen is een beslissing, telkens opnieuw genomen, tegen de schepping en haar Schepper. 4Het is de beslissing om het universum waar te nemen zoals jij dat zou hebben geschapen.

We hebben zelf dus besloten een wereld van tegenstellingen buiten ons te zien. Ten diepste voelen we ons schuldig maar om onze eigen ‘onschuld’ te waarborgen geven we ‘hullie’ de schuld. Om de echte oorzaak van schuld en pijn te vergeten projecteren we dit in een ogenschijnlijke wereld die ons pijn ‘doet’.

We hebben er dus een hele kluwen van gemaakt maar in werkelijkheid ervaren we onvrede en pijn omdat we de simpele lekkerheid, de innerlijke vrede van het stille, geborgen *zijn* in God missen. Maar gelukkig kan die stille, vredige ingruond van ons *Nu-Zijn*, deze *ervarenheid* nooit van ons weg of werkelijk verstoord worden.

Net zo min als dit gefantaseerde huwelijksbed-drama je echt pijn kan doen is het even onmogelijk dat je er ooit *geluk* uit zou kunnen halen. Omdat we in werkelijkheid de schepping/Zoon van God zijn kan nep-geluk ons onmogelijk bevredigen omdat dit nooit duurzame vrede en geluk zal geven. We weten niet meer hoe we deze heerlijkheid waaraan we nog een herinnering bij ons dragen, terug kunnen vinden. Hiervoor moeten we dus hulp vragen en daarbij niet langer vertrouwen op ons ‘eigen’oordeel. Strikt genomen oordelen we dan over oordelen en zo lijkt de ‘laag’ tussen jou en geluk steeds dikker te worden waardoor we meer van hetzelfde (ongeluk) ervaren.

In les 11 bij de ogen open/dicht meditatie hebben we geoefend met het verblijven en schouwen vanuit je *eigenste eigen*, dat stille plekje waar de godsherinnering woont. Waar je de Stem van God kan horen als de *stille openheid* onder en voorbij alle waarnemingen. Deze herinnering bevindt zich dus niet als een gedachte in je hoofd maar is juist de kennendheid van gedachten van je onvoorstelbare onbegrensde DG.

T8.5. Het doel van het leerplan is, ongeacht de leraar die je kiest: ‘Ken uzelf.’ 2Iets anders valt er niet te zoeken. 3Ieder is op zoek naar zichzelf en naar de kracht en de heerlijkheid die hij meent te hebben verloren.

De heerlijkheid die je denkt verloren te hebben kan je niet vinden volgens de waarden van een waanzinnige wereld. Deze normen verdelen alleen maar in goed en slecht. Zoals Shakespeare al zei: *‘there is nothing either good or bad, but thinking makes it so’*. Sta dus open om zicht te krijgen op hetgeen je gelooft; wat is de oorzaak van deze betekenisloze beelden van *losstaande* dingen en onware gedachtes?

T5VII.6. Ik moet de verkeerde keuze hebben gemaakt, want ik ben niet in vrede. Ik heb deze keuze zelf gemaakt, maar ik kan ook anders kiezen.

Weet je nog, zoals we reeds bespraken in les 11; onbehagen is een hulp van de HG. Die zegt dan vriendelijk: 'Hé je vergist je, je hebt een verleden-gedachte geloofd. Maar het verleden is een manier van denken, kies **NU** maar opnieuw om *anders te denken* en wat je wilt geloven'.

Nu is elk moment vlekkeloos, rein en fris. Het ego probeert dit meteen met verleden/toekomst gedachtes te besmetten. Het zal wanneer je onvrede ervaart zeggen: 'zie je wel, je doet het alweer fout. Het gaat je nooit lukken dat is toch duidelijk'. En ook deze gedachte kan alleen maar gekend worden omdat *jij* daar bent als het *licht* zelf. Hoe verkleurend en misvormend de bril ook is, zonder licht dat erdoor heen schijnt zie je toch echt niks.

Eigenlijk is onvrede het zachte stemmetje van jouw godsherinnering dat jammert: 'hoor mij alsjeblieft, je bent ongelukkig want je mist liefde'. Als je bereid bent de betoverende, vertekenende ego-bril af te zetten weet je weer dat de zon toch écht licht geeft aan de maan en niet andersom.

Met *rede*-beschouwd kan het *kennen* van een lichaam simpelweg niet vastzitten aan een lichaam, in een hoofd of hersenen. Het *kennen* moet vooraf gaan aan het lichaam, het *gekende*. Dit is de betekenis van *ideeën verlaten hun bron niet*. Ofwel *Ik zeg u: vóór Abraham was, ben Ik.* (Johannes 8:57-59)

Lichamen zijn onware ideeën die onze DG *niet verlaten kunnen*. Het wonder zal je zeggen: hoe moeilijk kan het zijn deze *ingrond*, dit Zelf terug te vinden? Het moet er toch nog steeds zijn, *JIJ* bent dat...

Dus is er maar één uitgang uit dit huwelijksbed-drama; we zullen ons voor hulp moeten richten tot dit innerlijke, zichzelf kennende liefdes-licht en ons niet langer laten leiden door waanideeën. De erkenning dat deze betekenisloze wereld alleen bestaat in mijn fantasiegedachten is de noodzakelijke eerste stap naar verlossing.

les 53.2. (12) Ik voel onvrede omdat ik een betekenisloze wereld zie.

Waanzinnige (fantasie verleden) gedachten (geloven) verstoren je vrede. Ze brengen een (fantasie droom)wereld voort waarin nergens orde is. Een (droom) wereld die een weergave van chaotisch denken is, wordt door niets dan chaos geregeerd, en chaos kent geen (liefde delen) wetten. In zo 'n (fantasie)wereld kan ik niet in vrede (van het eeuwige heden zijn) leven. Ik ben dankbaar (weer te mogen inzien) dat deze (met gelabelde verbeelden fantasie gedachten gemaakte) wereld geen werkelijkheid is en dat ik haar helemaal niet hoeft te zien (als waar), tenzij ik (de droommaker in mij) besluit haar waarde te verlenen(blijven geloven). En ik besluit (op dit moment hulp te vragen) geen waarde te verlenen aan (gelabelde verbeelden fantasie gedachten te willen zien) wat totaal waanzinnig en zonder betekenis is.

2. Deze oefeningen doe je met je ogen open. 2Kijk om je heen, ditmaal heel langzaam. 3Probeer een tempo te vinden waarbij je blik in een rustig en redelijk regelmatig ritme van het een naar het ander glijdt. 4Laat de tijd tot je blik verder glijdt niet beduidend langer of korter worden, maar probeer liever doorlopend eenzelfde gelijkmatig tempo aan te houden. 5Wat je ziet, doet er niet toe. 6Dit leer je jezelf wanneer je alles waar je blik op rust evenveel aandacht en evenveel tijd geeft. 7Dit is een eerste stap om te leren aan alles evenveel waarde toe te kennen.

Als je er voor openstaat dat je *nu al*, op dit moment vanuit die onpersoonlijke, stille ervarenheid kijkt kan je zien dat ons *kennen* zélf niet beïnvloed wordt door welke gedachte en welk beeld dan ook. Dan is het mogelijk om deze hele zelfbedachte wereld te aanschouwen en te doorzien als een dwaze wens om ons in het huwelijksbed-script los van God te wanen en onze eigen 'tegendraadse liefdes versie' te beleven.

Wanneer je alles wat je waarneemt dezelfde waarde toekent blijkt de veelheid van sensaties, van alles wat losstaand van elkaar lijkt, te vervloeien tot slechts één totale waarneming van beeld, geluid en geur, tot één 'gegons en gebons' (Martin Kojc *Het leerboek des levens*). Dit kan ver gezocht lijken omdat onze ego-stem de beelden die we met de ogen 'zien' gewoon zal blijven benoemen waardoor we alles toch echt lijken te ervaren als een wereld vol verschillen. Dit is niet de waarheid maar deze dubbelheid behappen kost tijd.

Wees bereid om je aandacht niet meer te laten meeslepen waardoor je die chaotische, gelabelde beelden-wereld als waar beleeft. Blijf **Thuis**, bij dit moeiteloos zichzelf kennende 'er-zijn' van onze DG die zich voordoet als stilheid, de *ingrond* van alle waarnemingen. Verwijl in dat stille, *label-loze* schouwen 'a.h.w. van boven het slagveld' nu ook met open ogen.

En blijf bovenal bereid al je zogenaamde privé-gedachten te doorzien en te vergeven als *niet waar*. Wat je via je, ogen, oren, je tastzin lijkt waar te nemen komt niet van een wereld buiten je want niemand kan zijn 'zintuigen uit'. Niemand kan *uit* zijn eigen gewaarzijn om dat 'buiten' te ervaren. Probeer maar of je deze openheid, *je kennendheid van gedachten*, kan uitzetten...

Kijk goed naar alles wat er langskomt in je gewaarzijn. Zonder dat je het totaalbeeld in stukjes hakt met benoemingen weet je sowieso niet wat je ziet. Dus alles wat we kennen/ervaren blijken gedachten te zijn.

En de zintuigen 'tuigen zonder zin' ofwel letterlijk: *tuigen* om ons *zijn* aan banden te leggen. Een soort van kokervisie dus waardoor we onszelf als beperkt kunnen ervaren i.p.v. als het eeuwig vrije gewaarzijn zelf dat zichzelf kent als liefde. Door God geschapen met een Vrije Wil geven we dus *vrij-willig* heel wat op om onszelf als niet-vrij en speciaal te ervaren. Dit is letterlijk een keus voor op-zijn-kop waarneming.....

Zo weet ik moeiteloos, wanneer ik mijn gedachten niet geloof, dat ik geen 68-jaar oude man uit Den Haag ben maar dat Jan en zijn wereld plaatjes zijn die verschijnen in mij als *ene* DG. Zo herkent de zon zijn eigen licht en weet weer dat de maan die hij denkt te zien uit zijn eigen licht bestaat. Hoe verscheurd die maan ook lijkt te zijn, hij kan ons innerlijk 'zonne-'vredeslicht niet verstoren. Hij is betekenisloos want hij bestaat gelukkig niet echt.

T11.IV. 1. Vergeet nooit {} 3Jouw (Zichzelf Kennende) Zelf heeft geen verlossing nodig, maar jouw denkgeest(kennendheid van gedachten) moet leren wat verlossing is. 4Je wordt niet verlost van iets (in die betekenisloze wereld), maar je wordt verlost voor de (innerlijke) heerlijkheid. 5 Heerlijkheid is jouw erfgoed, jou gegeven door je Schepper opdat je die zou uitbreiden. 6Als je echter een deel van je Zelf haat (onware gedachten geloven), gaat heel je inzicht verloren, omdat je zonder liefde kijkt naar wat God als jezelf geschapen heeft.

Heel het verleden, onze (persoonlijke) geschiedenis dat jaren, eeuwenlang lijkt, bestaat slechts uit ego-gedachtes die je **nu** aanneemt als waar. Zo doet het zich voor alsof het ook jaren zal gaan duren om onszelf van deze gewoonte los te maken. Ook dit is allemaal *niet waar*. Het is heel goed mogelijk om voortdurend gewaar te zijn van het vredige, tijdloze hier-en-nu. Behalve een grote bereidheid om elk moment waakzaam te zijn is er geen speciaal gedrag noch specifieke handeling nodig om de Stem van God te horen. Het vergt zeker vastberadenheid en training om steeds te (h)erkennen dat er zich niets buiten jou bevindt, laat staan iets wat jou gelukkig kan maken. En: ook moedeloosheid en wanhoop vallen onder onbehagen en zijn dus HULP.

Wat ik 'schouwend verwijlen' noem is geen, wat wel eens gedacht wordt, tranceachtige toestand. Een soort mist waardoor je jezelf afvlakt en de wereld, je gevoelens, op afstand houdt. Een vlucht voor de realiteit van alledag waarbij je verantwoordelijkheden kan ontlopen bijvoorbeeld onder het mom van spiritueel zijn. De betekenis van 'boven het slagveld kijken' is *een stap terugdoen* en niet meer de 'grote mond' van het ego je houding laten bepalen. Het betekent dat je niet meer *in focust* of inzoomt op de labels als waar. Je laat je niet leiden door je oordelen, je eigen ideeën waar alles toe dient maar bent bereid ze onder ogen te zien en een andere, niet-veroordelende interpretatie toe te laten. Dit moeiteloze, oordeel-loze schouwen naar alles wat er in die pijnwereld voorbij lijkt te komen leert ons zo de stabiele ontspannen *gewaarzijn-sfeer* bij ons te weten als ons 'eigenste eigen'.

H21. woorden dienen als middel zolang ze nog niet in staat zijn stilte te horen. Als je het lastig vindt om die sfeer 'te pakken te krijgen' is het heel behulpzaam om als mantra zinnen te gebruiken die naar deze innerlijke veilige haven wijzen. Dit helpt om niet meegesleept te worden door je ego-gedachten. Maar gebruik ze niet mechanisch, zorg dat je tot je laat doordringen wat ze zeggen. Het is zoals les 185 aangeeft: **1. Deze woorden uitspreken is niets. 2Maar deze woorden menen is alles.**

H20. Een vredige DG is geen geringe gave, maar moet worden gewenst. {} Vrede is in elk opzicht totaal anders dan alle voorgaande eraringen.

Bereidwilligheid en vastberadenheid worden zeker beloond! Onware gedachtes zullen zich transformeren omdat je betekenisloze gedachtes zult doorzien. Ze verliezen hun waarde omdat onze innerlijke *lekkerheid* als vrede en vreugde wél echt vervullend blijkt in tegenstelling tot al je pogingen om dit in wereldse dingen te vinden. Echter de verleiding om de ego-mail te openen is er ook want deze innerlijke stilheid is voor het ego juist betekenisloos; '*het is toch wel saai zo en de wereld heeft best ook leuke dingen te bieden*'. Dan kan het soms lijken alsof de lekkerheid toch wél komt van de dingen die je doet. Ook kan je in 'lastige' situaties, i.p.v. éerst Gods Koninkrijk te zoeken, in de verleiding komen eerst op eigen (=ego)kracht de oplossing trachten te vinden en je vast te houden aan de uitkomst die je zelf, persoonlijk voor ogen hebt.

Les 74. 5. Sluit je ogen, nadat je op deze manier je denkgeest gezuiverd hebt, en probeer de vrede te ervaren waarop jouw werkelijkheid je recht geeft. 2Laat je erin verzinken en voel hoe ze jou omsluit. 3Je zou in de verleiding kunnen komen deze pogingen voor een vorm van afzijdigheid aan te zien, maar het verschil laat zich gemakkelijk ontdekken. 4Als je succes hebt, zul je een intens gevoel van vreugde en een verhoogde alertheid ervaren, in plaats van een gevoel van sufheid en futloosheid. 6. Vreugde is het kenmerk van vrede. 2Door deze ervaring zul jij weten dat je die hebt bereikt. 3Als je voelt dat je wegglijdt in afzijdigheid, herhaal dan snel het idee voor vandaag en probeer het opnieuw. 4Doe dit zo vaak als nodig is. 5Je zult er zeker bij winnen als je weigert in afzijdigheid te vluchten, zelfs als je de vrede

die je zoekt niet ervaart. 7. Zeg tegen jezelf {}: 2Er is geen wil dan Die van God. 3Vandaag zoek ik Zijn vrede. 4Probeer dan te vinden wat je zoekt. {} liefst met de ogen dicht.

Door de **rede**-lijkheid van onze ware blik met de HG zul je zien hoe de waarheid voor je op het blanco doek van je DG geschreven wordt. Wanneer je bereid bent voorbij je eigen definities en ideeën te kijken geeft dit je de kans om de stille waarheid en de gloed van liefde 'te zien' voorbij aan alle vorm, kleur en geur wat een onbeschrijflijk geluk geeft! Wat je in eerste instantie als leegte zou kunnen beleven blijkt gevuld met lieflijkheid en vreugde. En dit zal uiteindelijk geen voorbijgaande ervaring zijn want dit is wat altijd 'bij' je blijft omdat je dáár 'woont'.

Stukje bij beetje lost de gewoonte van het lichaam-gericht denken op. En stukje bij beetje wordt de waarde van onze fantasiegedachten uitgewist. Wat dan de ogen van het lichaam je nog voorspiegelen kan je niet meer bedreigen.

Wat het ego als **rede**-lijk bestempelt blijkt uiteindelijk altijd te verdelen en pijn te geven dus kan je het beter als **rede**-loos beschouwen. **Rede** in de ware zin wijst daarentegen altijd naar liefde!

3. Zeg tegen jezelf, terwijl je rondkijkt: 2Ik denk dat ik een beangstigende wereld zie, een gevaarlijke wereld, een vijandige wereld, een treurige wereld, een verdorven wereld, een krankzinnige wereld, enzovoort, waarbij je elke beschrijvende term gebruikt die je maar te binnen schiet. 3Als er termen in je opkomen die eerder positief dan negatief lijken, neem die dan op. 4Je zou bijvoorbeeld aan 'een goede wereld' of 'een bevredigende wereld' kunnen denken. 5Komen zulke termen bij je op, gebruik ze dan samen met de rest. 6Je zult nu waarschijnlijk nog niet begrijpen waarom deze 'aardige' bijvoeglijke naamwoorden in deze oefeningen thuishoren, **maar vergeet niet dat een 'goede wereld' ook een 'slechte', en een 'bevredigende wereld' ook een 'onbevredigende' veronderstelt.** 7Alle termen die in je denkgeest opkomen, zijn als onderwerp voor de oefeningen van vandaag geschikt. 8Hun ogenschijnlijke kwaliteit doet er niet toe.

Na les 11 waarin duidelijk gemaakt is dat de wereld die je ziet het resultaat is van wat je gelooft zijn les 12 en 13 een uitdrukkelijke oproep; *wil je echt geluk proberen te vinden in een beangstigende, deprimerende wereld?* Is het werkelijk mogelijk alleen de 'goede' kanten van een 'slechte' wereld te ervaren?

In les 2 en 3 hebben we ontdekt dat jij het zelf bent die, middels oordelen en labels, aan alles betekenis toekent. Wanneer de wereld zich als bedreigend en pijnlijk in jouw ogen voordoet betekent dit dat je *het heden* kwijt bent en er jouw aannames en ideeën overheen geplakt hebt.

les 184.6. Dit is het totaal van het erfgoed dat de wereld schenkt. 2En ieder die leert denken dat dit zo is, aanvaardt de tekens en symbolen (de labels) die bevestigen dat de (onware) wereld werkelijk is. 3Dat is waarvoor ze (de gelabelde beelden) staan. 4Ze (de beelden/labels) laten er geen twijfel over bestaan dat wat benoemd is, er is. [] 6Wat ontkent dat het waar is (HG, ware waarneming), is maar een illusie, want het (onware waarneming) is de ultieme werkelijkheid. 7Eran twifelen is (volgens het ego) dwaasheid, de aanwezigheid ervan (de gelabelde beelden) aanvaarden is een bewijs van gezond verstand. 7. Dat is wat de (onware) wereld (willen zien) jou leert. 2Het is een leerfase waar ieder die komt (ieder als 'pop') doorheen moet gaan.

Als je werkelijk vrede zoekt wat betekenen 'goed' of 'slecht' dan nog als je overal de labels afhaalt? Wanneer je het hele schouwspel aanvaard als een marionettenspel hoef je geen waarde meer te verlenen aan alle 'Jan- en Katrijntje verhalen'. Dan is alles een uitnodiging om er aan voorbij te zien. Houd je aandacht *natuurlijk, breed* dan zie je vanzelf woord-en labelloos en merk je onmiddellijk de onzin van alle onderling onder/af-scheidende benoemingen zoals 'boom, arbre, tree.' Jijzelf weet dan moeiteloos dat het steeds om hetzelfde 'onbenoembare er-zijn' gaat wat zonder een oordeel niet te scheiden is van zijn omgeving. Dan onderga je de sfeer van iets ondefinieerbaars waarin alle sensaties, van zien, ruiken, horen en voelen zijn samengesmolten tot als het ware één 'lichaam-loos zintuig'; puur Gewaarzijn, jouw *kennen-zijn*. Ook al ziet alles er **nu** 'frisgewassen' onschuldig en nieuw uit, toch was dit altijd al zo. Je was het alleen maar vergeten, door je onware en on-**rede**-lijke ego-denken te geloven leek het verloren.

In *ware zin* blijkt dan dat geen enkel label wat betekent, ook niet de zogenaamd positieve. Deze roepen altijd ook de negatieve kant op doodeenvoudig omdat ze niet te scheiden zijn.

Wanneer je voor ego-denken kiest krijg je onherroepelijk beide kanten van de medaille te zien want met labels kijken ofwel *oordelen betekent vergelijken*. Dan kan alleen met tegenstellingen en daarvoor hakt het ego de wereld in stukjes met de belofte dat je gelukkig wordt door één kant na te streven. Pas wanneer je geleerd hebt

om werkelijk waar- en niet-waar te leren onderscheiden heb je op een zinvolle manier leren vergelijken. Want dan weet je weer het verschil tussen pijn en vreugde.

T13.XI.6 Je zult in de Hemel geen herinnering hebben aan verandering en omslag. 2Alleen hier heb je contrast nodig. 3Contrasten en verschillen zijn noodzakelijke leermiddelen, want daarmee leer jij wat je vermijden en wat je nastreven moet. 4Wanneer je dit geleerd hebt, zul je het antwoord vinden dat de behoefte aan enig onderscheid doet verdwijnen. 5De waarheid komt uit eigen wil tot het hare. 6Wanneer je hebt geleerd dat jij de waarheid toebehoort, zal ze zonder enige vorm van onderscheid zacht over je uitvloeien. 7Want je zult geen contrast nodig hebben om je te helpen inzien dat dit en dit alleen is wat jij wilt.

Wat een wonder als je opnieuw hebt leren kijken! Als *openheid zélf*, als Gewaarzijn wat zichzelf kent in- en voorbij aan alles. Het verbijsterende van een *boom* die samenvalt met de *hemel*, *fluitende vogels* en een voorbijkomende *brommer* zijn dan de weergave van jouw woordloos *gelukkig-zijn-nu*.

Ontdaan van bewoordingen, volkomen vrij en gedragen door allesomvattende liefde; deze sprankelende levendigheid is de *werkelijke wereld*.

(VvT. In.2:5) Hij stelt uitdrukkelijk: Een universele theologie is onmogelijk, maar een universele ervaring (innerlijke eigenste eigenheid) is niet alleen mogelijk, maar zelfs noodzakelijk.

Er hoeft en kan dus helemaal niks veranderd worden aan de wereld zelf. Het enige wat nodig is, is de **bereidheid** tot een verandering van standpunt. Van het idee 'ik ben een lichaam en kijk uit lichaamszogen' naar het eeuwig volmaakte en onpersoonlijke *kennen-zijn* van een wereld/lichamen. Dit élk moment, in iedere situatie te leren beoefenen brengt je het vermogen om alle ideeën over goed/slecht, man/vrouw, leven/dood te passeren. Deze ideeën laten *jou* dan los, ze kleven steeds minder aan je waardoor je natuurlijker en soepeler wordt. Moeiteloos voltrekt zich dan de verschuiving van het zien van een betekenis-lege wereld naar de *volheid* van een wereld die de enige *ware gedachte* weerspiegelt: *de Vrede van God*. **T22.4.8 God rust met jou in stilte, niet verdedigd en totaal niet verdedigend, want alleen in deze staat van stilte schuilt kracht en macht.** 9Hier kan geen zwakheid binnendringen, want hier is geen sprake van aanval en dus ook niet van *illusions*. 10Liefde rust in zekerheid. 11Alleen onzekerheid kan defensief zijn. 12En alle onzekerheid is twijfel over jezelf.

4. Zorg ervoor dat je de tijdsduur niet varieert bij de toepassing van het idee van vandaag op wat je plezierig en wat je onplezierig vindt. 2Voor het doel van deze oefeningen is daartussen geen verschil. 3Voeg aan het eind van de oefenperiode toe: 4Maar ik voel onvrede omdat ik een betekenisloze wereld zie.

Doordat we, als Zoon van God, onze Vrije Wil van louter liefde-delen met onze Schepper gedissocieerd hebben en in plaats daarvan ervoor gekozen hebben beelden 'buiten' onszelf te zien lijkt het nu alsof we vastzitten in deze plaatjes-wereld van contrasten. De verkleurende en vervormende bril lijkt aan ons vastgegroeid te zijn en het is alsof we écht niet zonder kunnen. Nog sterker, we beseffen niet meer dat we door een filter van aannames en oordelen kijken en ervaren dat als natuurlijk. Daarom ervaren we een betekenisloze wereld vol kortstondige bevredigingen waarin plezier altijd opgevolgd wordt door ellende en waarin leven het tegengestelde is van dood. Maar de kracht van ons verlangen zal ons leiden tot werkelijke vervulling. Dit heimwee zal gestild worden wanneer we mogen herkennen dat *leven* geen tegenstelling heeft en synoniem is aan allesomvattende, onveranderlijke liefde die zichzelf moeiteeloos kent zonder meer.

(T12.1.1:4) Weet dat je niet (nooit) rechtstreeks op iets reageert, maar (altijd) op jouw (gedicteerde) interpretatie daarvan. 5Je interpretatie wordt (als verleden label) zodoende de rechtvaardiging voor je reactie.

De enige stabiliteit die het ego te bieden heeft is constante verandering door wisselende interpretaties en oordelen. Daar is het juist van afhankelijk maar *jij* niet!

Het ene moment heb je plezierige, mooie, fijne gedachten maar O jé, deze kunnen elk moment zonder aankondiging omslaan in nare en lelijke. De waanzin om ons valse zelfbeeld ten koste van **alles** te willen handhaven kan gelukkig ook weer 'ontleerd' worden waardoor je vanzelf je natuurlijke vermogens weer tot je beschikking krijgt. Wat een geluk dat we **nu** in onszelf de Ware Gedachte van de Stem van God weer mogen leren herkennen waardoor we elke veroordelende gedachte kunnen 'betrappen' als gedichteerd door de 'poppenspeler' in onze DG. Wanneer we weer waarde gaan toekennen aan dat innerlijke, stabiel en stille Zijn leren we deze onware gedachten steeds sneller te pareren met: 'deze gedachte betekent niks'. Door

wonderbereidheid zullen moeiteloos en spontaan zulke ware gedachten dan als hulp bij je opkomen om tegenwicht te bieden aan elke pijngedachte.

5. Wat geen betekenis heeft, is noch goed noch slecht. 2Waarom zou een betekenisloze wereld dan je vrede verstoren? **3**Als je zou kunnen aanvaarden dat de wereld geen betekenis heeft en zou toelaten dat de waarheid er voor jou op geschreven wordt, zou dit je onbeschrijfelijk gelukkig maken. **4**Maar omdat ze zonder betekenis is, **voel jij je genoodzaakt erop te schrijven wat ze van jou moet zijn. 5**En dat is wat jij erin ziet. **6**En dat is wat in waarheid geen betekenis heeft. **7**Onder jouw woorden staat het Woord van God geschreven. **8**Nu roept de waarheid onvrede in je op, maar wanneer jouw (privé) woorden zijn uitgewist, zul je de Zijne zien. **9**Dat is het uiteindelijke doel van deze oefeningen.

Als God/ Eerste Oorzaak Alomvattend is kán dualiteit niet bestaan. Steeds veranderende beelden en labels moeten dus wel onwaar zijn. Wat zien we dan eigenlijk anders dan schaduwfiguren tegen de onveranderlijke achtergrond van onze blanco kennendheid? Projecties op het 'doek' van ons moeiteloze en stille Gewaarzijn want: **Niets werkelijks kan bedreigd worden, niets onwerkelijks bestaat. (Voorwoord)** Laat de betekenis hiervan wérkelijk tot je doordringen, niet alleen als een technisch, intellectueel inzicht. Want ook je intellect is uiteindelijk een onware gedachte. Het is de roeispaan (= doenerschap) die Odysseus nog moest achterlaten in het land waar geen roeispanten bestaan. Dit betekent overgave aan 'ik weet het niet', louter **nu zijn**. Sta jezelf toe de impact al oefenend tot je te laten doordringen, doorvoel het en laat je omarmen door de 'lekkerheid' van ons *eigenste eigen* want dit is de uitgang uit angst en pijn. Durf, al is het maar voor een moment, de betekenisloosheid van al je ideeën, oplossingen en oordelen te zien. Van alle mijn- en dijn gedachten die alleen een in stukjes gehakte wereld van pijn laten zien. Om gewoon te **Zijn** heb je geen woorden, geen labels nodig. Laat de simpelheid hiervan je niet afpakken door het ego-verhaal dat ons als vanzelfsprekend de hele tijd onzin mag dicteren. Waar komt anders zo'n 68 jaar verleden-verhaal vandaan? Laat je er niet inluizen door de ogenschijnlijke redelijke logica hiervan. Herinner je dat je de Vrede van God (= Geluk) zoekt en geen gelijk!

Iedere keer dat we notie nemen van onze onveranderlijke, innerlijke stilheid, lost afgescheidenheid op. Wanneer je zonder commentaar naar de leugenbeelden en verhalen kijkt lossen alle ogenschijnlijk losstaande dingen op in een totaalbeeld.

Ook al zegt de egostem: *'Hoezo onveranderlijk? Er komen steeds weer gedachten op. Helemaal niet stil dus!'* Maar ook dit commentaar is slechts een 'leugending', een onderdeel waarop je niet inzoomt waardoor het oplost in het ene totaalbeeld. Zoals ik bij de lezingen laat zien met de poppen: handje eronder, 'ja echt?..... en weg is ie weer'

Het onbehagen die bij zo'n gedachte opkomt fungeert als je wekker om je aandacht terug te brengen naar je moeiteloze, onpersoonlijke en ongedefinieerde Zijn.

Soms roepen 'woorden van waarheid' direct wrevel en onvrede op; het ego voelt nattigheid en zijn alarmbellen gaan rinkelen. Laat je hierdoor niet ontmoedigen, het is een teken dat er wat begint te verschuiven. Goed teken dus, gewoon doorgaan!

Dit simpele 'aanstaan'; ons eigenste eigen, dit stille gewoon Zijn is waar we werkelijk 'thuiszijn'. Daar kan je nooit uitvallen, dit kan je nooit kwijtraken. Want 'Thuis' is ons Ene Zelf dat we delen met God en iedereen, het hele Zoonschap. **Ik ben één Zelf, verenigd met mijn Schepper (les 95)**

T2.1. 5. Het is voor het wonder niet belangrijk welke leugens jij gelooft, het kan ze alle met hetzelfde gemak genezen. 2Het maakt geen onderscheid tussen de waarheid aan de ene en de dwaling aan de andere kant. **3**Sommige wonderen kunnen van groter omvang lijken dan andere. **4**Maar denk dan aan het eerste principe van deze cursus: wonderen kennen geen rangorde naar moeilijkheid. **5**Inwerkelijkheid word je door geen enkele uiting van een gebrek aan liefde ook maar enigszins aangetast. **6**Die kan uit jou en uit anderen komen, van jou naar anderen of van anderen naar jou uitgaan. **7**Vrede is een eigenschap in jou. **8**Je kunt die niet buiten je vinden. **9**Ziekte is een vorm van uiterlijk zoeken. **10**Gezondheid is innerlijke vrede. **11**Ze maakt dat je door een gebrek aan liefde van buitenaf niet kunt worden geschokt, en geeft je door jouw aanvaarding van wonderen het vermogen de omstandigheden te corrigeren die voortvloeien uit een gebrek aan liefde in anderen.

Ook al lost in werkelijkheid de hele droomwereld zich in minder dan een tel op, in de praktijk van ons leven van alledag zal dat iets genuanceerder blijken. Doordat we zo lang geïnvesteerd hebben in 'woordenkennis' zal het ego zich niet zonder slag of stoot gewonnen geven. Het één keer echt 'zien' is meestal niet voldoende om de ogenschijnlijke verworvenheden van het uiterlijk zoeken op te geven. Met één of een paar inzichten hoeft meestal het **afgescheidenheidsgevoel nog niet verdwenen** te zijn en **moet daar nog aan gewerkt worden**. Het

vereist bereidheid tot oefening en training om iedere onware gedachte te blijven doorzien als leugen voordat je het simpele Zijn moeiteloos mag blijven ervaren als ons Zelf. Wát de egostemmen tegelijkertijd ook maar blijven beweren. Het ego-denken zal beslist proberen met verleden/toekomst gedachten het stabiele blanco *nu-zijn* te saboteren. Maar net zoals een vliegtuig niet continu boven je hoofd blijft hangen, kunnen ook gedachten als 'ik ben bang' en 'ik ben blij' niet continu in jouw 'luchtruim' hangen. Het zijn gewoon *voorbijgangers* in ons Gewaarzijn die zonder ons Kennen geen enkel zelfstandig bestaansrecht hebben.

Wanneer de Jan Klaassens en Katrijntjes zich beseffen dat God de gezamenlijke ingronnd is van hun bestaan houdt in theorie, met het doorzien van de poppenspeler, alle strijd op. Wanneer in beiden God is herkend verdwijnen zowel de poppenspeler als de Jan K's en Katrijntjes want wat twee leek wordt nu gerealiseerd als één. Maar nogmaals om alle *gevoel* van afgescheidenheid kwijt te raken, het gevoel een lichaam/persoon in een wereld te zijn voert verder dan louter een theoretisch inzicht.

Blijf dus kijken naar het feit dat alle waarnemingen jouw onpersoonlijke *aandacht-zijn* nodig hebben om gekend te worden. Oefen dit door je 'zintuigen te verbreden' zodat het niet bij theorie blijft maar tot ervaren wordt. Wees er elke seconde klaar voor, elke ego-poging om je te besluipen of te bombarderen met venijn of juist zoetgevooidheid te passeren met: 'betekent niks'. Vergeef ze als *niet-waar* en richt je aandacht weer op je stille, onveranderlijke *aanstaan*, voor, na en tijdens elke gedachte.

Totdat je ziet en ervaart dat al die wisselende ego-gedachten altijd weer vanzelf verdwijnen zoals ze gekomen zijn zonder dat jouw kennen-zijn er op enige manier door verandert of besmet raakt.

H.19. 2Waarneming kan elk beeld maken dat de denkkeest wenst te zien. 3Vergeet dit niet. 4Hierin is of de Hemel of de hel gelegen, naar jij verkiest.

6. Het is genoeg om drie of vier keer te oefenen met het idee van vandaag. 2Bovendien moeten de oefenperioden de minuut niet overschrijden. 3Zelfs dat kun je nog te lang vinden. 4Houd met de oefeningen op zodra je een gevoel van spanning ervaart.

Het is aan te raden deze oefeningen spelenderwijs in je eigen tempo te doen en niet met ego-strengheid. Vastbeslotenheid in dit verband betekent een besluit wat je met de HG hebt genomen. Daar komt geen strengheid aan te pas, want daarin spreekt het ego wat jou juist wil straffen. Dat geeft spanning en stress wat vermomde angst en schuldgevoelens zijn. De hindernissen voor het gewaarzijn van liefde weghalen kan niet met straf gepaard gaan want dat houdt nou juist de blokkades in stand. De Cursus nodigt je uit een 'gelukkige leerling' te zijn.

T21.1. 3. Het is niet nodig te leren door pijn. En milde lessen worden vol vreugde aangeleerd, en blijmoedig onthouden. Wat jou gelukkig maakt, wil je leren en niet vergeten.

Zoals we in les 11 al aangaven kan je wat de Cursus wil onderwijzen niet op dezelfde wijze tot je nemen als wereldse kennis. De Cursus is gericht op *waar* zelfonderzoek dus is intellectuele kennis vanuit waarheids-perspectief juist betekenisloos.

Hier gaat het erom jezelf te leren zien en ervaren als abstracte denkkeest zonder daarvoor waarnemingen of ego-gedachten nodig te hebben. Om helder te leren kijken en onderscheiden bij het gedachtenonderzoek heb je zeker je denken nodig. Dat is wat de Cursus de *Rede* noemt. Deze is nooit gericht op het vergaren van wereldse of zelfs 'spirituele' kennis om de kennis maar alleen op de heldere logica van de liefde. D.w.z. leren herkennen wat pijn doet en wat duurzame vreugde geeft. Ook gebruiken we het denken/intellect als hulpmiddel om de aandacht *juist* te richten maar uiteindelijk heb je, om jezelf als *louter zijn* te ervaren, helemaal geen intellect nodig.

Goed kijken is *niet intellectueel* maar gewoon goed observeren wat je gelooft, denkt (te weten) en voelt, zonder te analyseren. Louter analytisch onderzoek kan nooit bevredigend zijn omdat dit er alleen op gericht is *uit te pluizen om in stukjes te hakken*. Het zoekt de oorzaak op verhaalniveau om daar een schuldige aan te wijzen. Dit is een ego-valkuil want dan blijf je letterlijk met de brokken zitten. Het houdt je in het verhaal gevangen omdat er een standpunt binnen het verhaal aangenomen wordt terwijl wijzelf als grenzeloos Gewaarzijn daar **niet** in vastzitten maar juist 'boven het slagveld' staan. Zijn wijzelf als onvoorstelbaar en grenzeloos Gewaarzijn niet de echte Waarnemer vanuit de enige neutrale 'positie'?

Het hele intellect is gewoon iets wat als gedachten, als benoemingen langskomt in ons *kennen*. Eigenlijk hoort het bij het lichaam als middel om speciaalheid en afscheiding te verzekeren. Maar onder beheer van de HG is het een instrument wat je helpt om *voorbij* het instrument te leren kijken. Het is onderdeel van de droom en maakt deel uit van de gekende wereld waarin wel degelijk een doener lijkt te zijn. Uiteindelijk laat je het als de

roeispaan van Odysseus moeiteloos los gewoon omdat **zijn** zonder meer het 'lekkerst' blijkt. We hebben het niet nodig om liefde te delen met God.

Zowel ware als onware gedachten komen uiteindelijk voort uit het Ene Zelf wat we delen met God. En uiteindelijk lossen alle onware gedachten, nooit bestaand hebbend, op en blijft louter Gods alomvattende Vrede over.

Maar dit vanuit de poppenspeler gedicteerde alles beoordelende mechanisme is in onze beleving nog niet meteen losgeweekt als je technisch snapt hoe het zit. Wanneer onze DG ten onrechte als beperkt door tijd en ruimte wordt gezien neemt het de vorm aan van het onware denken. In feite wordt ons Gewaarzijn niet beperkt door tijd en ruimte want zijn dat zelf geen gedachten? Strikt genomen is er dus geen onware gedachte. Alleen God is.

Wat wij als de 'doener' beschouwen is eigenlijk niveauverwarring. Het is een vervorming van de keuzemaker in onze denkkeest, *wijzelf* als de Zoon van God, als de poppenspeler. Maar juist omdat die zich verdroomd heeft als lichamen/personages in een toneelstuk heeft hij zijn macht weggegeven. Daar waar de macht zit, als keuzemaker, heeft hij verdrongen en op verhaalniveau is er geen enkele werkelijke macht. Slechts een illusie van macht die alleen maar schuld oproept en je daarmee in het script gevangen houdt.

Pas wanneer je de HG, jouw nog helemaal gave, niet dromende, *zijnsdeel* in God, als je mentor aanvaard is werkelijk diepgaand onderzoek naar de aard van deze schijnwereld mogelijk. Dan zal ook geleidelijk de bereidheid groeien deze 'als echt' los te laten. Het vereist moed om het oude standpunt los te laten en vergeven vraagt om voortdurende waakzaamheid. Hulp vragen hierbij is noodzakelijk want bij dit onderzoek komt onze grootste angst, het 'autoriteitsprobleem' bloot te liggen; onze vrees voor God onze Vader, Liefde zelf. Dát is nou juist de reden dat de poppenspeler in onze denkkeest zichzelf nog niet echt wil kennen want wij hebben 'hem' juist aangesteld om dit verborgen te houden. Zo 'beschermt' hij ons tegen God/Liefde zelf.

In het *droomverhaal* hebben wij God 'schijnbaar' ooit aangevallen, 'achter het behang geplakt' en zo verloochend. Onbewust denken we dat God hierom wel erg kwaad op ons moet zijn en ons zal straffen wanneer we als *de verloren zoon* met 'hangende pootjes' terug willen naar Huis. Daarom **willen we niet echt naar Huis**. Zolang we ons door die angst gevangen laten houden doordat we er *zelf betekenis aan geven* houdt deze ons uit het ervaren van ons simpele NU-ZIJN. Wat we steeds al waren en dus gewoon nu óók al moeten zijn!

Wees dus bereid te accepteren dat jij in werkelijkheid niet een 'pop' bent, de held in een verhaal, maar de poppenspeler zelf. Zo haal je je werkelijke macht weer terug. Maar alleen als je de HG daarin de leiding laat. Dan pas kunnen we weer werkelijk leren *zien*; door het Absolute 'Zoon van God' Bewustzijn dat geen 'tegen-delen' kent. Het Ene Goddelijke Bewustzijn is al wat IS, en niets anders.