

EEN CURSUS IN WONDEREN

OEFFEN-STUDIEGROEP

THEMA

Geven en ontvangen zijn in waarheid één (les 108)

De Cursus wil ons denken transformeren. Wij zijn gewend te denken in verschillen, in veelheid en in tegenstellingen (dualisme). Het ware denken, de Gedachte van God, is eenheid. Alleen door zó te gaan denken en dus in deze wereld eenheid te zien zullen we werkelijke vrede ervaren en kan onze gespleten denkkeest genezen.

Een manier om dit te leren is om te oefenen met een belangrijk idee uit de Cursus: 'Geven en ontvangen zijn in waarheid één'. De Cursus leert ons alles aan allen te *geven*, zodat we alles zullen *ontvangen* (de eerste les van de Heilige Geest). En alles geven betekent: iemand anders zien in zijn werkelijkheid, als Christus (vergeven, zegenen), en dus voorbij zien aan de overtuigingen die deze persoon wellicht over zichzelf heeft.

Deze waarheid heeft twee kanten, want hetzelfde geldt als we voor het ego kiezen: een ander beschuldigen betekent jezelf schuldig voelen, een ander kwetsen betekent jezelf pijn doen, een ander tekort doen betekent zelf een gemis aan liefde ervaren. Met de keuze voor het ego doen we dus altijd *onzelf* pijn (maar dát vertelt het ego er niet bij!).

Waarom komt alles wat we geven bij ons terug? Omdat we in werkelijk één van denkkeest zijn. Lichamelijk lijken we van elkaar gescheiden, maar in werkelijkheid, op het niveau van de denkkeest, zijn we allemaal met elkaar verbonden. Geest is één.

CITATEN

Visie steunt op het idee van vandaag. Het licht bevindt zich daarin, want het verzoent alle schijnbare tegenstellingen. En wat is licht anders dan de uit vrede geboren oplossing van al je conflicten en verkeerde gedachten in één begrip dat volledig waar is? ... Het is een staat van denken, zo eenduidig geworden, dat duisternis totaal niet kan worden waargenomen. En zodoende wordt wat hetzelfde is als één gezien, terwijl wat niet hetzelfde is, onopgemerkt blijft, omdat het er niet is. (WdI.108.1:1-3, 2:2-3)

De Heilige Geest communiceert alleen wat ieder aan allen kan geven. Hij neemt nooit iets terug, omdat Hij wil dat jij het behoudt. Daarom begint Zijn onderricht met deze les: *Wil je hebben, geef alles aan allen*. Dit is een allereerste stap, en de enige die je zelf moet zetten. (T6.V.A..5:10-13, 6:1)

Deze cursus biedt een heel directe en een heel eenvoudige leersituatie en verschaft de Gids die jou zegt wat te doen. Als je dat doet, zul je zien dat hij [de Cursus] werkt. De resultaten zijn overtuigender dan de woorden. Ze zullen jou ervan overtuigen dat de woorden waar zijn. (T.9.V.9:1-4)

LEESTIPS

Werkboekles 108

T20.VIII De visie van zondeloosheid

OEFENING

Op basis van werkboekles 108:

Geven en ontvangen zijn in waarheid één

Ga ergens rustig zitten, ontspan en sluit je ogen. Vraag hulp aan de Heilige Geest of aan Jezus tijdens de oefening. Herhaal voor jezelf:

*Geven en ontvangen zijn in waarheid één.
Ik zal ontvangen wat ik nu geef.*

Denk nu na over wat je ieder zou willen aanreiken. Dat wat je ieder wilt geven, zul je zelf ook ontvangen. Denk aan aspecten van de waarheid, zoals: liefde, stilte, innerlijke vrede, zachtmoedigheid, vreugde, kracht. Geef ook dat waar je zelf veel behoefte aan voelt! Je kunt je voorstellen dat je het aan iedereen geeft, of aan een bepaald persoon als je dat gemakkelijker vindt.

Zeg nu elke zin langzaam, en wacht daarna even. Bijvoorbeeld:

*Aan ieder bied ik stilte aan ...
Aan ieder bied ik innerlijke vrede aan ...*

Je zult merken dat na elke zin precies dat wat je gegeven hebt naar je terugvloeit en dat je dit in je denkgest ervaart. Doe dit een paar minuten met een aantal zinnen.

Sluit de oefening af met de herhaling van de les:

Geven en ontvangen zijn in waarheid één.

Probeer je dit in de loop van de dag te herinneren en let op de gevolgen voor jezelf van je houding en gedachten ten opzichte van anderen. Pijnlijke gedachten (oordelen, kwaadheid) doen jón pijn. Vergevende, liefdevolle gedachten geven jón vrede!