

EEN CURSUS IN WONDEREN

JAARGROEP DE CURSUS IN PRAKTIJK

THEMA

Heilig ogenblik

In het heilig ogenblik ben je in het heden, het nu, en daarmee raak je de eeuwigheid. Je kiest voor de Heilige Geest in je denkkeest. Doordat je los bent van het verleden vallen grieven en wraakgevoelens weg. In plaats daarvan ervaar je de Liefde van God en de eenheid met elkaar. Kiezen voor het heilig ogenblik vraagt alleen 'een beetje bereidwilligheid'.

CITATEN

Wil je leren hoe volmaakt en smetteloos het heilig altaar is waarop jouw Vader Zichzelf heeft geplaatst? Dit zul je inzien in het heilig ogenblik, waarin je gewillig en van harte ieder plan opgeeft behalve het Zijne. ... Waar en wanneer je maar wilt kun je aanspraak maken op het heilig ogenblik (T15.IV.4:1,2,4).

In het heilig ogenblik is niemand speciaal, want je persoonlijke behoeften dringen zich aan niemand op om je broeders verschillend te doen lijken. Zonder de waarden uit het verleden zou je hen allen als eender zien, en gelijk aan jezelf (T15.8:2-3)

In stilte krijgen alle dingen een antwoord, en wordt ieder probleem stil opgelost. ... Dus moet het zo zijn dat tijd er niet bij betrokken is en dat ieder probleem *nu* kan worden beantwoord. Maar ook moet het zo zijn dat in jouw staat van denken een oplossing onmogelijk is. Daarom moet God jou een middel hebben verschaft om een andere staat van denken te bereiken waarin het antwoord al aanwezig is. Dit is het heilig ogenblik. Hier zouden al je problemen naartoe gebracht en achtergelaten dienen te worden (T27.IV.1:1, 2:1-5).

Het heilig ogenblik komt niet louter voort uit jouw kleine beetje bereidwilligheid. Het is steeds het resultaat van je geringe bereidwilligheid gecombineerd met de onbeperkte macht van Gods Wil. Je hebt je vergist te denken dat het nodig is jezelf op Hem voor te bereiden (T18.IV.4:1-3).

LEESTIPS

T15.IV Het heilig ogenblik oefenen

T18.IV Een beetje bereidwilligheid

Werkboekles 189 Ik voel de Liefde van God nu in mij

OEFENING

Ik voel de Liefde van God nu in mij (les 189)

Ga rustig en ontspannen zitten, keer naar binnen en kijk of je een klein beetje bereidwilligheid kunt voelen om je eigen plannen en oplossingen op te geven en het heilig ogenblik te ervaren. Volg nu de instructies uit de werkboekjes:

Doe eenvoudig dit: wees stil en leg alle gedachten terzijde over wat jij bent en wat God is, alle ideeën die je hebt geleerd ten aanzien van de wereld, alle beelden van jezelf. Maak je denkkeest leeg van alles waarvan hij denkt dat het waar of onwaar, goed of slecht is, van iedere gedachte die hij waardevol acht en van alle ideeën waarvoor hij zich schaamt. Houd vast aan niets. Breng geen enkele gedachte met je mee die het verleden je heeft geleerd, en geen enkele overtuiging die je vroeger ooit aan wat ook hebt ontleend. Vergeet deze wereld, vergeet deze cursus, en kom met volkomen lege handen tot jouw God.

Zit nu een tijd in stilte...

Daarna sluit je de meditatie af en voelt even na.