

EEN CURSUS IN WONDEREN

JAARGROEP DE CURSUS IN PRAKTIJK

THEMA

Het lichaam

Wanneer de Cursus het over het lichaam heeft, wordt daarmee niet alleen het fysieke lichaam bedoeld. De Cursus bedoelt daar ook het psychische zelf mee, dat aan het lichaam is gekoppeld. Dit psychische zelf (dat uit gedachten, overtuigingen en herinneringen bestaat) brengt emoties voort. Met 'lichaam' wordt dus het fysieke, emotionele en psychische zelf bedoeld, wat samen het valse zelf vormt, waarmee we ons ten onrechte geïdentificeerd hebben.

De Cursus wil je voorbij het lichaam brengen naar je werkelijkheid, die geest is. Daarvoor is het belangrijk op het niveau van de denkkeest te komen (de gespleten denkkeest die meent afgescheiden te zijn), omdat hier de keuze voor de Heilige Geest i.p.v. voor het ego kan worden gemaakt, en daarmee de keuze voor het ontwaken.

De Heilige Geest wil het lichaam gebruiken om je de lessen van de liefde te leren, d.w.z. dat je geen lichaam bent maar een kind van God, en daarom moeten we leren te vergeven en ons weer met elkaar te verbinden.

CITATEN

Het lichaam maakt eenvoudig deel uit van jouw ervaring in de fysieke wereld. Zijn vermogens kunnen worden overschat en dat gebeurt ook vaak. Toch is het haast onmogelijk zijn bestaan in deze wereld te ontkennen. Wie dit doet, begaat een bijzonder onwaardige vorm van ontkenning (T2.IV.3:8-11).

Onthoud dat de Heilige Geest het lichaam uitsluitend als een communicatiemiddel interpreteert... Het ego scheidt door middel van het lichaam. De Heilige Geest reikt door middel van het lichaam naar anderen... Dienend om te verenigen, wordt het een prachtige les in gemeenschap, die waarde heeft tot er gemeenschap is (T8.VII.2:1,3, 3:4).

Naarmate jij je door de Heilige Geest laat onderwijzen hoe je het lichaam louter voor communicatiedoeleinden kunt benutten, en niet langer de bruikbaarheid ervan voor afscheiding en aanval erkent die het ego erin ziet, zul jij leren dat je in het geheel geen lichaam nodig hebt. In het heilig ogenblik zijn er geen lichamen en ervaar je alleen de aantrekkingskracht van God (T15.IX.7:2).

Haat is specifiek. Er moet iets zijn om aan te vallen... Wie een broeder als een lichaam ziet, ziet hem als een symbool van angst. En hij zal aanvallen, omdat wat hij ziet zijn eigen angst is, buiten hemzelf, klaar om aan te vallen en luidkeels huilend om zich weer met hem te verenigen (WdI.161.7:1,2, 8:1,2).

Ik ben niet een lichaam. Ik ben vrij. Vrijheid is absoluut onmogelijk zolang jij een lichaam als jezelf beschouwt. Het lichaam is een beperking. Wie in een lichaam naar vrijheid zoekt, zoekt die waar ze niet kan worden gevonden... Het is voor jouw vooruitgang in deze cursus van wezenlijk belang dat jij het idee van vandaag accepteert en dat het jou heel dierbaar is (WdI.199.t,1:1-3, 2:1).

LEESTIPS

T8.VIII Het lichaam als middel of doel

Werkboekles 199 'Ik ben niet een lichaam. Ik ben vrij.'

OEFENING (op basis van les 199)

Ik ben niet een lichaam. Ik ben vrij.

Ga rustig en ontspannen zitten, ontspan en sluit je ogen. Keer met je aandacht dieper naar binnen en probeer je denkkeest leeg te maak te maken van al je beelden en gedachten over jezelf, en van je emotionele en je fysieke gewaarwordingen. Vraag hulp aan Jezus of de Heilige Geest in het ervaren van wat je werkelijk bent. Laat dan deze woorden van Jezus bij je binnenkomen:

Vrijheid is absoluut onmogelijk zolang jij een lichaam als jezelf beschouwt. Het lichaam is een beperking. Wie in een lichaam naar vrijheid zoekt, zoekt die waar ze niet kan worden gevonden. De denkkeest kan worden bevrijd wanneer die zichzelf niet langer als een lichaam ziet... De denkkeest die de Heilige Geest dient is in alle opzichten voor eeuwig onbegrensd... Hij rust in God. En wie kan bang zijn, als hij in Onschuld leeft en louter liefheeft... Wees vrij vandaag. En neem vrijheid mee als jouw geschenk aan hen die nog geloven dat ze in een lichaam gekluisterd zijn.

Jij bent Gods Zoon. Voor eeuwig leef jij in onsterfelijkheid. Wil jij je denkkeest hier niet naar terug doen keren? Oefen dan goed de gedachte die de Heilige Geest jou voor vandaag geeft:

Ik ben niet een lichaam. Ik ben vrij. Ik hoor de Stem die God gegeven heeft aan mij, en alleen hieraan gehoorzaamt mijn denkkeest.

Zit nu een tijdje in stilte en luister naar wat de Stem namens God jou vertelt over je wat jij bent...

Deze meditatie kun je de komende tijd regelmatig doen. Ze kan heel behulpzaam zijn wanneer je je 'in je ego getrokken' voelt (je voelt onvrede, grieven of oordelen) en moeite hebt daar weer van los te komen. Onthoud dat de les geen affirmatie is en dat het niet de bedoeling is om fysieke, emotionele of psychische reacties te ontkennen en weg te stoppen! Je kunt deze les gebruiken om hiervan los te komen (te disidentificeren) en zo in staat te zijn samen met de Leraar te *kijken* naar wat er in je gebeurt, in het besef dat je dit niet *bent*.