

Studiehulp

DE WERKING VAN HET EGO

De essentie van het pad van de Cursus is om naar het ego in jezelf te kijken, zonder je ermee te identificeren. Om die reden moet de werking van het ego worden blootgelegd. Dit kan confronterend zijn. Je kunt dit alleen doen met de hulp van de Heilige Geest of Jezus. Het is goed je te realiseren dat je het ego niet b́ent. Maar zolang je er niet naar kijkt, blijf je ermee geïdentificeerd. Deze uitleg kan je helpen om meer zicht te krijgen op hoe het ego werkt, en hoe het – door middel van vergeving – gecorrigeerd kan worden.

De kern: aanval en oordelen

Het ego is de gedachte van afscheiding in onze denkkeest. Het functioneert als een eigen denksysteem met als doel zichzelf in stand te houden. Het ego werkt door middel van *aanval* en *oordelen*.

Aanval is de kern van wat het ego doet. Meestal vindt de aanval plaats in verholde vorm, wat betekent dat hij wordt gerechtvaardigd. Het ego vertelt je dat het gaat om een noodzakelijk ‘verdediging’. De aanval is in de kern altijd kwaadaardig en agressief, hoe hij er van buiten ook uitziet. Wanneer de Cursus het over aanval heeft, bedoelt hij dat je Gods Zoon (jijzelf en ieder ander) niet in zijn werkelijkheid ziet. Wanneer je iemand anders of jezelf ziet als een lichaam en/of een ego, is dat dus een aanval op Gods Zoon (en daarmee ook een aanval op God).

Oordelen is het middel waarmee ego zichzelf aan de gang houdt. Het oordeel vormt de rechtvaardiging van de aanval.

Mechanisme van aanval en verdediging

Het mechanisme van het ego is te vergelijken met een trein die gaat rijden, heel snel en onbewust:

EGOTREIN

| 1° stap <u>Afscheiding</u> | 2° stap <u>Kwetsbaarheid</u> | 3° stap <u>Projectie</u> | 4° stap <u>Woede</u> | 5° stap <u>Aanval</u> |
|--|--|--|---|--|
| Je ziet jezelf als afgescheiden van God (schuld, angst) | Hierdoor zie je jezelf als kwetsbaar (aanval op jezelf) (angst) | Dit gevoel van kwetsbaarheid projecteer je uit: Je voelt je aangevallen door een ander <i>oordeel</i> | Jouw eigen projectie (interpretatie) leidt tot woede (onvrede, irritatie) <i>oordeel</i> | Als ‘verdediging’ val je de ander aan (meer schuld en angst) <i>oordeel</i> |

Elk moment dat je kiest voor de stem van het ego in je denkkeest, kies je voor afscheiding (stap 1). Meestal ben je je niet bewust van die keuze, maar dat maakt niet uit. Je keuze heeft altijd onmiddellijk gevolgen en leidt tot de volgende stappen. De trein gaat rijden. Stap 5 versterkt stap 1 en opnieuw alle volgende stappen. Door jouw aanval op een ander (stap 5) versterk je je gevoel van afscheiding (stap 1), en daarmee je schuld, gevoel van kwetsbaarheid etc. Zo rijdt de egotrein rondjes op een gesloten circuit waarbij het zichzelf steeds versterkt. Elke stap in dit traject gaat onvermijdelijk gepaard met oordelen (over jezelf, anderen, God en de werkelijkheid). Al die oordelen zijn onjuist en elk oordeel leidt tot een nieuw oordeel. Stap 3, *projectie*, is de grootste truc van het ego. Projectie gebeurt onmiddellijk en volkomen onbewust. Je ontkent je aanval op jezelf en de bijbehorende gevoelens van schuld en angst, en

deze projecteer je nu buiten je. Vanaf dit moment lijkt het alsof jouw gevoelens van onvrede en ellende veroorzaakt worden door iets of iemand in de buitenwereld in plaats van door je eigen keuze in de denkgest. Jouw projectie bepaalt dus jouw waarneming. ('Projectie maakt waarneming' T21.in.1:1.) Dat betekent dat projectie jouw waarneming vervormt, waardoor je illusies ziet in plaats van de werkelijkheid.

Je projectie leidt onherroepelijk tot aanval. De aanval kan verschillende vormen aannemen en openlijk of verhuuld zijn, hij kan fysiek zijn, met woorden of in gedachten. Dat zijn allemaal aanvallen. De wereld van het ego is een wereld waarin iedereen elkaar constant aanvalt, zich aangevallen voelt en dus bang is.

Correctie

Zolang je gelooft dat de oorzaak van je onvrede buiten je ligt, is correctie niet mogelijk.

Omdat de egotrein een gesloten circuit rijdt, kan het mechanisme alleen doorbroken worden van 'buitenaf'. Hiervoor heb je je innerlijke leraar nodig, Jezus of de Heilige Geest. Vanuit jezelf (= vanuit het ego) kun je de trein niet stoppen.

Alleen vergeving zorgt ervoor dat de trein stopt. Het ego blijft gaande door middel van zijn eigen, onjuiste, oordelen. Daarom houdt vergeving op de eerste plaats in: je eigen oordelen opgeven. Op het moment dat je totaal stopt met oordelen, stopt de egotrein onmiddellijk.

Zonder oordelen heeft de trein geen brandstof meer om door te rijden.

In plaats daarvan doe je een stap terug, je *kijkt* naar je egobewegingen en je vraagt correctie aan Jezus of de Heilige Geest. Deze ziet alleen de werkelijkheid: onschuld en liefde. Dat geldt voor jouzelf en alle anderen. Jouw eigen waarneming van illusies, gebaseerd op de oordelen en interpretaties van het ego, wordt zo vervangen door de ware waarneming van de Heilige Geest. Het gevolg is dat je innerlijke vrede ervaart.

Vergeving is dus eigenlijk heel eenvoudig. Het feit dat je het misschien moeilijk vindt, laat zien hoe sterk je met het ego geïdentificeerd bent.

Vergeving houdt dus altijd in dat je je oordelen opgeeft en zo voorbij ziet aan de illusies die je zelf gemaakt had. In praktijk kent vergeving verschillende vormen of ingangen, afhankelijk van de stap waar je was op het moment dat je correctie vraagt. Bij elke vorm van correctie heb je de hulp van je innerlijke leraar nodig.

Vormen van vergeving

- Afzien van aanval, verdedigingloosheid; je broeder niet als tegenstander/schuldig zien, het gelaat van Christus (onschuld) zien in hem en daarmee ook in jezelf; verbinding. (correctie van stap 5).
- Je gevoelens loskoppelen van de ander/de situatie buiten je; al je gevoelens liefdevol accepteren en zien als een signaal om naar binnen te gaan en hulp te vragen (correctie van stap 4).
- Je projecties terugnemen; verantwoordelijkheid nemen voor jouw keuze om jezelf verkeerd waar te nemen (correctie van stap 3).
- Valse zelfbeelden opgeven en laten corrigeren. Je weer identificeren met je onschuld, onkwetsbaarheid, compleetheid, heiligheid (correctie van stap 2).
- De Verzoening voor jezelf aanvaarden. Terugkeer naar het besef van eenheid met God en met elkaar (Christus-bewustzijn) (correctie van stap 1).

Wanneer je in de egotrein zit die rondjes rijdt, gebeurt alles tegelijk en heel snel. Dus je hebt geen zicht op wat er precies gebeurt. Daarom moet je eruit stappen door hulp te vragen aan Jezus of de Heilige Geest, die voor correctie zorgt.

Wanneer je je bewust blijft van je ware Identiteit is vergeving niet nodig. De egotrein gaat niet rijden en de vijf stappen vinden niet plaats. Onder leiding van de Heilige Geest heb je visie of ware waarneming en zie je de werkelijkheid in jezelf en anderen. Dus vergeving is niet nodig omdat niets gecorrigeerd hoeft te worden.

Vergeving herstelt de eenheid

Het ego is een destructief mechanisme dat de verhouding met elkaar teniet doet en de waarneming van elkaar vervormt. Jouw projecties staan vóór de werkelijke Identiteit van de ander en daarom zie je hem niet. Dat betekent dat de werkelijkheid wordt teniet gedaan en verbrijzeld. Je ziet fragmenten en stukjes in plaats van het geheel.

Vergeving herstelt de eenheid. De werkelijkheid wordt weer door jou waargenomen. Daarom is vergeving belangrijk. Vergeving herstelt de eenheid met elkaar en met God. Het leidt tot de terugkeer naar de Hemel, naar de staat vóór de denkbeeldige afscheiding plaatsvond. Het is essentieel voor het pad dat je gaat.

© Margot Krikhaar www.margotkrikhaar.nl