

EEN CURSUS IN WONDEREN

JAARGROEP DE CURSUS IN PRAKTIJK

THEMA

Eén probleem, één oplossing

De Cursus leert ons dat er in werkelijkheid maar één probleem is: de gedachte dat we afgescheiden zijn van God en op onszelf en alleen. Deze gedachte bevindt zich in de denkkeest en niet buiten ons. Alle verschillende ‘problemen’ die we tegenkomen zijn een uitdrukking (projectie) van dit ene onderliggende probleem. Het gaat erom te leren herkennen dat de afscheidingsgedachte *altijd* het onderliggende probleem is.

Al onze ‘problemen’ lijken buiten onszelf te liggen. Elke grief zegt: het probleem ligt buiten me en als dit anders was zou ik vrede hebben. Dit is een doelbewuste strategie van het ego om onze aandacht af te leiden van de denkkeest, omdat we alleen in de denkkeest tegen het ego kunnen kiezen.

Wanneer we ons wenden tot de Heilige Geest in de denkkeest – de Godsherinnering – ervaren we dat er geen afscheiding is. Ons ene probleem is al opgelost. We moeten ons dat alleen steeds weer herinneren. Alleen dit geeft innerlijke vrede.

CITATEN

Niemand kan alle problemen oplossen die de wereld schijnt te bevatten. ... Ontreddering en depressiviteit zijn onvermijdelijk wanneer je ze beziet. Sommige duiken onverwacht op, net wanneer je denkt dat je de vorige hebt opgelost. Andere blijven onopgelost onder een wolk van ontkenning en steken van tijd tot tijd de kop op om je te achtervolgen...

Als je zou kunnen inzien dat jouw enige probleem afscheiding is, ongeacht de vorm die het aanneemt, zou je het antwoord kunnen aanvaarden omdat je het belang ervan inzag (WdI.79.5:1,3,4,5, 6:2).

Een probleem dat opgelost is, kan jou geen last bezorgen. Zorg er alleen voor dat je niet vergeet dat alle problemen hetzelfde zijn. Wanneer je dit onthoudt, zul jij niet door hun vele vormen worden misleid. Eén probleem, één oplossing. Aanvaard de vrede die deze eenvoudige uitspraak brengt (WdI.80.3: 2-6).

Besef je dat het ego jou noodzakelijkerwijs aanzet tot een reis die alleen maar tot een gevoel van nietswaardigheid en neerslachtigheid kan leiden? Zoeken en niet vinden brengt bepaald geen vreugde. ... De Heilige Geest doet jou een andere belofte, een die tot vreugde zal leiden. Want Zijn belofte is steeds: ‘Zoek en je *zult* vinden’, en onder Zijn leiding kun je niet het onderspit delven (T12.IV.4:1,2,4,5).

Dit is de omslag die ware waarneming brengt: wat naar buiten werd geprojecteerd, wordt vanbinnen gezien, en daar laat vergeving het verdwijnen. ... Hier [in de denkkeest] zijn alle illusies naar de waarheid gebracht, en op het altaar gelegd. Wat buiten je wordt gezien, moet wel buiten het bereik van vergeving liggen, want het lijkt voor eeuwig zondig. ... Maar binnenin je denkkeest gezien, liggen schuld en vergeving voor een ogenblik zij aan zij, op één

altaar naast elkaar. Daar worden ziekte en de enige remedie ertegen tenslotte in één helende helderheid verenigd (VvT4.6:1,3,4,7,8).

LEESTIPS

Werkboekles 79 Laat me inzien wat het probleem is, zodat het kan worden opgelost.

Werkboekles 80 Laat me inzien dat mijn problemen zijn opgelost.

T12.IV Zoeken en vinden

OEFENING

Op basis van werkboekles 80:

Laat me inzien dat mijn problemen zijn opgelost.

Ga rustig zitten, sluit je ogen en ontspan. Vraag hulp aan je innerlijke Leraar, Jezus of de Heilige Geest.

Neem nu een grote of kleine kwestie voor ogen die jij op dit moment als een probleem ervaart. Begin met je denkkeest te onderzoeken in hoe jijzelf het probleem waarneemt. Wat zijn jouw oordelen en opvattingen over de kwestie? Wat is er volgens jou 'misgegaan', of wat moet er veranderen? Probeer waar te nemen hoe jij het probleem en de oplossingen buiten de denkkeest ziet, op het niveau van het lichaam en de wereld. Word je ook gewaar van mogelijke gevoelens van onmacht, frustratie, kwaadheid of pijn.

Probeer nu al jouw oordelen en interpretaties los te laten. Keer dieper naar binnen en zeg:

Laat me inzien dat dit probleem is opgelost.

Blijf een tijdje in stilte zitten terwijl je de Heilige Geest de ruimte geeft om jouw waarneming te corrigeren en je vrede te geven....

Daarna sluit je de meditatie af.