

Hoe is *A Course In Miracles* tot stand gekomen?

Korte ontstaansgeschiedenis

Het verhaal van *A Course in Miracles* begint in 1965 met Helen Schucman en Bill Thetford, de een een joodse die zichzelf atheïste noemde, de ander een agnosticus. Beide zijn als psycholoog werkzaam in het academische ziekenhuis van de Columbia University. Daar heerste onder collega's een erg vijandige en competitieve sfeer. Op een morgen zei Bill tegen Helen voordat ze weer zo'n vergadering vol aanval en strijd binnen zouden gaan: *'there must be another way'*, er moet toch een andere manier zijn en ik ben vastbesloten die te vinden. En Helen zei al evenzeer tegen haar gewoonte in: ik zal je helpen zoeken. Anders gezegd: ze stapten uit hun gewone strijd en maakten zichzelf open om een ander antwoord te ontvangen, een dat niet door hun ego werd ingegeven: overgave.

Daarna begon een reeks paranormale ervaringen, visioenen en dergelijke bij Helen. Een van de laatste was een ervaring in een grot waar ze binnenging en een perkamenten boekrol zag die ze met moeite opende en in het middenpaneel las: GOD IS, ze rolde hem naar links af en er begonnen talloze kleine lettertjes te verschijnen, en naar rechts idem dito. Toen hoorde ze de stem, die haar al vertrouwd begon te raken, zeggen: links zul je heel het verleden kunnen lezen, rechts zul je de toekomst kunnen lezen. Ze aarzelde geen moment voor ze de rol dichtrolde en heel beslist zei dat ze niet in het verleden of de toekomst geïnteresseerd was. 'Ik houd me maar bij dit.'

De stem klonk heel bevestigend toen die zei: *'Ditmaal heb je het voor elkaar. Bedankt.'* En dat was het dan.

Wat gebeurde hier? Helen maakte een keuze voor God en niet voor de interessantigheden van verleden of toekomst, m.a.w. ze maakte een niet-ego keuze, en daarmee heeft ze niet alleen voor zichzelf maar voor miljoenen mensen gekozen. Je zou kunnen zeggen dat haar keuze voor GOD IS een vorm van totale overgave is: ze heeft het verleden losgelaten met zijn strijd en de toekomst met zijn angst, en heeft voor leven met God in het heden gekozen.

Daarna begon die stem haar te dicteren. Op een avond belde Helen in paniek Bill op. 'De stem blijft maar zeggen **"dit is een cursus in wonderen maak aantekeningen alsjeblieft"**, wat moet ik daarmee? Als psycholoog hoorde ze nu stemmen en vreesde ze gek te worden. Bill gaf het enig wijze antwoord in zo'n situatie mogelijk: 'Doe wat die stem zegt en laten we daarna samen bekijken wat je zo opschrijft. Als het onzin is, moet je misschien onder behandeling. Als het zinnig is, kun je kijken of je ermee door wilt gaan en wat het te zeggen heeft.' Als het onzin was konden ze het ook altijd nog gewoon weggooien.

Helen kende een soort steno wat ze voor het dicteren gebruikte. Elke morgen kwamen ze vroeger op kantoor en dan las Helen aan Bill haar aantekeningen voor die Bill dan uittikte. Dit ging zeven jaar lang zo door.

Zo ontstond geleidelijk het boek dat we als *A Course in Miracles* kennen, als antwoord op hun verzoek naar een betere weg.

Helen was ambivalent jegens de *Course* en zijn auteur, Jezus. Haar ego was evenzeer in strijd met de inhoud van het boek als haar Hoger Zelf zich had overgegeven aan toewijding voor deze taak. Bills functie was dan vooral er een van aanmoediging en steun, zonder dat was de *Course* nooit afgekomen, had Helen er het bijltje bij neergegoid. Hij vertelt dat hij soms maar met een hand kon typen omdat hij met de andere arm Helen moest steunen en overeind houden bij het voorlezen.

∞ Willem Glaudemans over "Een Cursus in Wonderen" ∞

De *Course* werd niet in trance of zo doorgegeven of gechannel, het was geen automatisch schrift of iets van dien aard. Het was een soort innerlijke bandrecorder die behoorlijk snel werd afgespeeld. Het steno was dus noodzaak. Helen was volkomen bij bewustzijn, kon haar dagelijkse klussen doen en middenin een zin de telefoon opnemen en het dicteren ging gewoon verder waar het gebleven was. En wat dit precies betekent wordt duidelijk wanneer je weet dat het grootste deel van de tekst in jambische pentameters, ofwel Shakespeare's sonnettenritmiek, is gesteld. Alleen als Helen weigerde verder te gaan kon ze gespannen en angstig raken en kreeg ze bezorgde slapeloze nachten, tot ze weer het noteren op zich nam, meestal aangespoord door haar man Louis die haar ongedurigheid zat werd. De stem accepteerde, anders gezegd, de onwilligheid van haar ego niet. Het hele proces van het neerschrijven van de *Course* is een constant verhaal van strijd en overgave.

Beiden zagen ze het als een heilige plicht en mede daarom is de *Course* zo accuraat neergeschreven en uitgetikt. Het dicteren ging door tot september 1972. Toen was, na zeven jaar, de **Tekst**, het **Werkboek**, de **Handleiding voor leraren** en de **Verklaring van Termen** gereed. Dit zijn de delen waaruit de *Course* bestaat, zoals je uit deze titels kunt horen is het werkelijk als een cursus opgezet.

Maar wat moesten Helen en Bill er verder mee. Ze begrepen dat dit fantastische materiaal niet alleen voor hun beiden gegeven was. Maar hoe verder?

Toen kwam Kenneth Wapnick op het toneel. Op het nippertje werd hij tegengehouden, want hij stond op het punt monnik te worden in een klooster in Israël. Omdat hij nog wat te regelen had, was hij even terug in de V.S. en kwam toen in aanraking met de *Course*. Hij las enige pagina's en wist dat dit het antwoord was op zijn levenslange zoektocht naar God. Hij werd, als zovelen na hem, overweldigd door de schoonheid en diepgang van het boek. Hij is degene geweest die hoofdletters, alinea-indeling, punten en komma's, paragrafen en hoofdstuktitels aangebracht heeft. Pas begin 1975 was hij daarmee klaar.

En wat toen?

Er diende een uitgever gevonden te worden. Helen en Bill kwamen in aanraking met Judy Skutch die talloze contacten had, maar telkens als iemand zich aandiende als uitgever, was het innerlijke antwoord dat Helen, Bill, Ken en Judy kregen een duidelijk: nee. Uiteindelijk werd hun gezegd dat alleen iemand die volkomen en uitsluitend de *Course* was toegewijd de uitgever ervan kon zijn. Het viertal besefte dat zij dan op dat moment de enig aangewezen personen zouden zijn. Aldus werd besloten, onder de paraplu van de Stichting van Judy, die nu formeel de uitgever van *A Course in Miracles* is en ook de supervisie heeft over de vele vertalingen. En achteraf zie je waarom alleen iemand die al zijn tijd aan de uitgave van de *Course* wijdt, dit kan doen: het is een volledige dagtaak!

De *Course* kwam als een antwoord, voor Helen, Bill, Ken en Judy. Helen overleed in 1981, Bill in 1988, Judy is president van de Foundation for Inner Peace die *A Course in Miracles* (hierna ACIM) uitgeeft, en Ken idem van de Foundation for ACIM en schrijft veel over ACIM en geeft lezingen en workshops enz. en bemoeit zich inhoudelijk met de vertalingen van ACIM.

Inmiddels zijn er over de hele wereld al meer dan een miljoen exemplaren van verkocht, wat niet wil zeggen dat er evenveel studenten zijn. Bij velen blijft het boek geruime tijd in de kast staan, anderen gaan enthousiast van start, maar ontdekken al snel dat het boek nogal radikaal is en van je vraagt dat je je hele denken, al je beelden en gedachten loslaat, alles wat je denkt dat je zelf bent, wie God is en wat de wereld is. Je hele binnenwereld wordt op z'n kop gezet, en dat is iets waar niet iedereen meteen zin in heeft. De *Course* doet dat dan ook geleidelijk, pas als het te laat is voor je ego ga je doorkrijgen wat dit boek eigenlijk van je wil. Daarom worden veel studenten zo kwaad op dit boek, dat ze het wegslijten. Een subtielere manier van verzet is: vergeten, uitstellen en vertragen. Bill Thetford had als grap dat er een vervolg op de *Course* geschreven was

Centrum voor Bewustwording en Genezing

Neuropsychiatrie, begeleiding, cursussen en workshops, Een Cursus in Wonderen, Aditudinal Healing, The Work
Tel. 0184-684340, www.krystyna.nl, E-mailadres: info@krystyna.nl

met de titel: *The ego strikes back.*

Wie is de werkelijke auteur van de Course?

Al staat het er nergens expliciet, het is volkomen duidelijk dat degene die hier aan het woord is Jezus is. Hij spreekt immers over zijn kruisdood en over Kerstmis in de ik-vorm en is bezig de misvattingen daaromtrent recht te zetten. Hij noemt zich een oudere broeder voor ons. Ook Helen voelde dit zo. De kracht, autoriteit, twijfellose zekerheid, helderheid, liefde, mildheid van de gezaghebbende toon waarin de Course gesteld is, verraadt zijn afkomst. Niemand die de Course doet is in staat dit te ontkennen of de kracht ervan te ontlopen. Maar de Course zegt even duidelijk dat je niet hoeft te geloven dat Jezus de auteur ervan is om er baat bij te hebben. Daartoe moet je de Course doen. Maar wanneer je dit wel gelooft, helpt dat wel.

De Course is ongelooflijk mild en geduldig met ons ego, omdat de auteur ervan weet dat wanneer hij ons ego zou aanvallen of onder druk zou zetten, ons ego al zijn weerstanden tevoorschijn zouoveren en er van enig open leerproces geen sprake meer zou zijn.

De Course is in een taal gesteld die we zonder angst kunnen aanvaarden, wat niet wil zeggen dat we ondanks dat niet regelmatig in verzet komen tegen de inhoud ervan.

In de Course worden maar twee menselijke emoties onderscheiden:

liefde en angst,

die elkaar wederzijds uitsluiten;

*alles wat angst is is geen liefde,
ze kunnen niet naast elkaar en tegelijkertijd bestaan.*

De Course gaat nog een stapje verder en zegt:

*van deze twee is alleen de liefde werkelijkheid,
omdat dat het enige is wat God geschapen heeft.*

Ons ego denkt daar natuurlijk heel anders over omdat het bestaat bij gratie van de angst, bij gratie van het feit dat we dat als onze werkelijkheid aannemen en in het ego geloven. Als er maar twee menselijke emoties bestaan, zijn er ook maar twee menselijke uitingen: een uiting van liefde of een uiting van angst en die laatste noemt de Course:

een vraag om liefde.

Uitingen van angst kunnen allerlei vormen aannemen zoals woede, irritatie, verwijten maken, wrok, enz. enz. Al deze uitingen zien als een VRAAG om liefde zal er voor zorgen dat we de ander meteen anders tegemoet treden. Je beantwoordt een vraag om liefde meestal meteen met liefde, zie je het als een aanval dan zul je eerder geneigd zijn een tegenaanval te doen en reageer je dus vanuit je eigen ego op de ego-uiting van de ander. En dat geldt ook voor al onze eigen uitingen. Wanneer we onze woede zien als een uiting van angst en dus een vraag om liefde zullen we ook veel milder met onszelf omgaan.

Wat houdt ACIM in?

De basisfilosofie van De Course wil maar een ding: onze denkgeest helen, hij is gericht op de radicale omvorming van onze denkpatronen en overtuigingen, de manier waarop we in het leven staan, hoe we over onszelf, anderen, God en de wereld denken.

De Course is er op uit om ons dingen te laten afleren, patronen ongedaan te maken.

*'Het leren van deze cursus vereist de bereidwilligheid
iedere waarde of norm die je aanhangt
ter discussie te stellen.'* (T24.Intr.2:1, p.499)

Hoor goed: iedere waarde of norm, niet een paar, niet een groot aantal, nee iedere waarde of norm. De Course is, zoals gezegd, heel radikaal. Wanneer we daartoe bereid zijn en ons laten afleren door de Course, dan zullen we langzaam maar zeker de blokkades in onze geest kunnen opheffen die onze ware aard voor ons versluieren en verborgen houden, namelijk: liefde.

*"Deze cursus werd gezonden
om voor ons het pad van licht te openen
en ons stap voor stap te leren
hoe we terug kunnen keren naar het eeuwige Zelf
waarvan we dachten dat we dat verloren hadden."
(WrV.in.5:4, p.330).*

Het is anders gezegd een cursus in her-inneren wie we werkelijk zijn.

Welke componenten heeft de Course?

Een tekstboek met de uiteenzetting van de filosofie, een werkboek voor leerlingen met 365 lessen om de noodzakelijke omslag in denken geleidelijk tot stand te brengen, en een Handleiding voor leraren, gevolgd door een Verklaring van termen dat nogmaals op heldere wijze per onderwerp gerangschikt de basisideeën van de Course uiteenzet. Waar moet je beginnen? Waar je behoefte ligt. Als je bij de lessen begint wordt je pas in les 39 voor het eerst expliciet naar het Tekstboek verwezen: 'de tekst waarvoor dit werkboek geschreven is'. Wel wordt herhaaldelijk benadrukt dat de Tekst het noodzakelijke kader is waarbinnen het Werkboek gestudeerd en geoefend kan worden.

Van welke bestaande denksystemen maakt de Course gebruik?

De Course maakt gebruik van psychologische concepten: het onbewuste, nl. we houden onbewust, d.w.z. voor ons bewustzijn verborgen, wie we werkelijk zijn. We projecteren ons diepe schuldgevoel omtrent onze schijnbare afgescheidenheid van God op onze medemensen en op de wereld, die er daardoor een van aanval en verdediging, van oorlog, pijn en lijden wordt, en daarom zijn we bang. In principe eerst en vooral bang voor God, ten tweede bang voor de wereld om ons heen, bang voor straf enz. We menen dat we onszelf van die schuld kunnen bevrijden door die op anderen te projecteren, maar, zegt de Course, dat kan niet werken, want wat jij bij de ander kunt doen, kan een ander ook bij jou doen, m.a.w. je dacht dat je sterk kon worden door te projecteren, maar het is een zeker teken van zwakte. Iedere ontmoeting, leert de Course, is een heilige ontmoeting omdat duidelijk wordt dat hoe jij de ander benadert, de ander ziet, de ander behandelt, precies hetzelfde is als hoe jij jezelf benadert, ziet, behandelt. Ieder is voortdurend volkomen elkaars spiegel, het principe van projectie of weerkaatsing. En dat principe kunnen we gebruiken om onszelf via de Heilige Geest te bevrijden van onze ego-benadering door onze

Centrum voor Bewustwording en Genezing

∞ Willem Glaudemans over "Een Cursus in Wonderen" ∞

projecties te onderkennen en terug te nemen; óf we kunnen daarin blijven steken en het juist als bevestiging zien van ons gelijk: zie je wel dat die ander slecht is, zie je wel dat ik weer gekwetst wordt. Waarom zou ik anders gaan denken, laten die anderen dat eerst maar eens doen! Ik kijk wel uit! Wil je gelukkig zijn of gelijk hebben, vat de Course deze keuze samen.

De Course komt overeen met Oosterse religieuze concepten in het idee dat de wereld een illusie is, een boze droom waaruit we eens zullen ontwaken. Het doel van het leven is niet in deze stoffelijke wereld gelegen, maar in de bevrijding van onze gehechtheden aan deze wereld en ons ontwaken tot de onbeperkte zaligheid van wie we werkelijk zijn, maar wat we zijn vergeten. Het idee dat de wereld een boze droom is vinden we ook in de gnostische geschriften, bij Shakespeare, Schopenhauer enz. enz.

De Course maakt gebruik van christelijke termen, omdat dit de grootste culturele invloed van de laatste 2000 jaar is geweest en omdat veel van de christelijke denkbeeldencorrigeerde moeten worden omdat ze een ego-Invulling gekregen hebben: een straffende god, bijv. is een creatie van het ego, het lijden van Jezus als middel tot verlossing is een ego-misvatting voortkomend uit schuldgevoel. Echter veel christelijke termen zoals vergeving, wonder, verzoening, zonde en boete krijgen een nieuwe inhoud. Wonder is geen goddelijk ingrijpen om een lichamelijke genezing tot stand te brengen, een wonder is een omslag in onze waarneming die ervoor zorgt dat onze denkpatronen geheeld worden: waar je eerst angst zag, ben je nu open om liefde te zien. En wil je niet liever een wonder dat je ziel bevrijdt, dan een dat je tijdelijke lichamelijke behuizing voor een moment opknapt?

De Course brengt nu deze drie elementen en nog ongenoemde andere bijeen tot een afgerond systeem: hij neemt de essentieel oosterse onderscheiding tussen realiteit en illusie en past die toe op psychologisch niveau, zeggende dat het alleen onze psychologische illusies en projecties zijn die ons een wereld voorschotelen die niet bestaat en die ervoor zorgt dat we geblokkeerd raken voor de hemelse werkelijkheid, die de enige werkelijkheid is. Vervolgens leren we deze blokkades op te heffen binnen de context van de christelijke terminologie en de nadruk op relaties als middel ter verlossing. De Course is non-dualistisch, en heeft dat gemeen met de Advaita Vedanta en sommige gnostische stromingen. Het betekent dat de filosofie van de Course ons normale dualistische denken overstijgt en wederom radikaal wijst naar een wereld die deze onderscheidingen te boven gaat, een wereld waar eenheid is.

De Course heeft dingen gemeen met Boeddhisme, Hindoeïsme, Christendom, Bhagavad Gita, Gnosis, Plato, Freud, Jung, Assagioli. Misschien is het beter om te zeggen dat dit alle uitingen zijn van dezelfde godsgeest, via mensen. En tegelijk is de Course volkomen uniek in zijn vorm.

Met dit al heeft de Course een ongelooflijk vermogen om onze geest te helen en om te vormen. Wonderen vinden dan vanzelfsprekend plaats, want 'wanneer ze niet geschiedt is er iets misgegaan', stelt de Course met gebruikelijke directheid, misgegaan nl. in ons denken.

De Course pakt ons denken en laat ons geen mogelijkheid om afgeleid te raken door interessantigheden als: de schepping, de evolutie, het heelal, wetenschap, historie, technologie, theologie enz. Daar houdt hij zich niet mee bezig. De Course is voor alles heel praktisch en heeft niet tot doel om een nieuwe theologie, een nieuwe kerk of een school in het leven te roepen.

De Course is voor alles een innerlijke weg, een programma van zelf-studie.

Centrum voor Bewustwording en Genezing

Neurochirurgie, begeleiding, cursussen en workshops, Een Cursus in Wonderen, Aditudinal Healing, The Work
Tel. 0184-684340, www.krystyna.nl, E-mailadres: info@krystyna.nl

Waarin is de Course uniek?

De Course zegt met kenmerkende bescheidenheid dat het slechts een vorm van deduizenden vormen is van de universele cursus die ieder mens eens moet doen, nl. de terugkeer naar God. De Course is uniek in het feit dat het een leraar in de Cursus meegegeven heeft: de Heilige Geest. Ook in zijn ongelooflijk logische metafysica is de Course uniek. Het zou hier te ver voeren daar dieper op in te gaan. Dat vereist uitgebreidere studie die niet ieder die de Course als leefboek neemt ondernemen wil. De Course is ook uniek in zijn vorm: de praktische Cursusvorm is gekomen om ons denken te corrigeren, over god, over liefde, over de wereld, over de rol van Christus in het verlossingsplan, over concepten als schuld, boete, zonde en vergeving. De Course vult deze begrippen met nieuwe, of beter gezegd, door ons vergeten oerbetekenis.

De Course is uniek in zijn ongelooflijk strakke onontkoombare logica gepaard aan een fantastisch poëtische uitdrukkingstaal. Die logica die er inderdaad voor zorgt dat je niet anders kunt dan je gewone fundamenteën van je dagelijkse denken opgeven. Op een zeker moment geef je je gewonnen aan de gezaghebbende logica van de Course, je voelt en weet: het kan inderdaad niet anders zijn dan hier staat, de Course leidt je van de ene oorspronkelijke waarheid naar de volgende, onontkoombaar, het is een fantastisch bouwwerk, een prachtig denksysteem, maar niet een circulair of gesloten denksysteem, dat kan alleen het ego maken. Dit bouwwerk is bedoeld om het uiteindelijk vaarwel te zeggen nadat het zijn functie heeft volbracht: nl. een volkomen omkering van je denken tot stand gebracht te hebben waarna je werkelijk de wereld anders bekijkt, anders leeft, anders bent, want je herinnert je wie je werkelijk bent. De Course noemt ons normale denken een 'upside down thinking', wij zetten alles ondersteboven, de Course zet het weer recht. Wij geloven in de geldigheid van schuld en angst en vergeten dat we projecteren. De Course prent ons onze ware onschuld in en toont ons vandaar af redenerend een andere wereld. Denk je eens in dat je ten diepste een onschuldig perfect kind van God bent, als je dat voor een moment werkelijk zou geloven, zou je hele wereld veranderen, je zou je bijv. permanent volkomen veilig voelen, je zou je schijnbare veiligheid niet meer hoeven ontlenen aan het bestrijden van anderen, je zou niet meer hoeven aanvallen in daad of gedachte, je zou daarmee niet tegen jezelf zeggen dat je eigenlijk zwak bent, want alleen iets wat zwak is behoeft verdediging, je zou geen schuldgevoel hebben over je aanval op anderen en je zou dat schuldgevoel niet meer hoeven projecteren op anderen om het kwijt te raken, noch zou je het hoeven verdringen en ontkennen, een ander mechanisme van het ego. Je zou, kortom, niet alleen volkomen veilig zijn omdat je door niets bedreigd kunt worden, je zou ook volkomen gelukkig zijn, volkomen vreugdevol en volkomen liefdevol. Dit komt allemaal voort uit één gedachte:

het aanvaarden van je ware identiteit als kind van God. Maar wie gelooft dat werkelijk.

*'Deze woorden uitspreken betekent niets,
zegt de Course, ze menen betekent alles.
(W185.1:1-2, p.348).*

Het is het verschil tussen hemel en hel.

De Course is dus bevrijdend, en maakt je los van allerlei muizenissen, zorgen, onjuiste verantwoordelijkheden, problemen. Omdat hij laat zien wat er op angst is gebaseerd en laat zien dat dit niet Gods werkelijkheid is, maar de illusiewereld van het ego. We kunnen niet werkelijk zien, stelt de Course, we zien alleen de woorden die wij op de werkelijkheid geschreven hebben en niet de woorden van God. Pas als we onze woorden, onze projecties van schuld en angst terugnemen, dan pas gaan we zien. Dit noemt de Course 'vision'. Voor die tijd kunnen we niet zien, zijn we zelfs niet tot werkelijk denken in staat. Wat we zien is het verleden dat we op ons heden en onze toekomst hebben gelegd.

Kun je met de Course van je ego afkomen?

Als je met de Course bezig gaat, écht bezig gaat, dan is het onvermijdelijk dat de gebieden in je leven waar je ego de overhand heeft met rasse schreden verminderd zullen worden. Je ego gaat op de terugtocht, omdat je je beter bewust bent wanneer je ego aan het woord is en wanneer de Heilige Geest, of je Ware Zelf. Dit wil niet zeggen dat je daarmee in één klap van je ego verlost bent, ik ben nog niemand tegengekomen die de Course heeft gedaan en helemaal geen ego meer heeft. De Course werkt namelijk precies op die gebieden waar je de Heilige Geest toestaat jou te helen. Dat wat jij 'achterhoudt' of niet bereid bent aan Hem over te dragen, op die gebieden zal je ego het voor het zeggen hebben. Al weet ik uit eigen ervaring dat het leven, zeg maar de regie van God, je steeds weer situaties aanreikt waarin je geconfronteerd wordt met je keuze en je wederom de mogelijkheid krijgt aangeboden

anders te kiezen. *'Please brother, sister, choose again'* blijft de Course heel mild vragen.

Anders gezegd, het komt op onze bereidwilligheid aan in hoeverre de Course werkzaam kan zijn in ons leven.

De Course helpt je om dagelijks en op elk moment in je leven je bewust te zijn van welke keuze je maakt: liefde of angst.

Dan nog kun je voor je ego-angst-gedachten kiezen en bijv. kwaad blijven in een situatie, maar het lijkt of niet meer je hele wezen bij die kwaadheid betrokken is, of je er a.h.w. met één beentje buiten staat, je bewust bent dat er een andere keuze mogelijk is, maar dat je daar even geen zin in hebt. Je bent dus niet meer totaal overgeleverd aan de valstrikken van je ego. Je beseft binnen de situatie dat er een andere keuze is, maar je kiest er nog voor om boos te blijven. Het grappige is dat je boosheid dan al minder ernstig is, dat je die minder zwaar neemt, en dat hij daarom minder lang duurt. Je stapt er eerder uit. Je hele wezen is niet meer boos, je ziet dat er een opgewonden deel in je is dat staat te sputteren.

Hoe gaat de Course met gevoelens om?

De Course heeft het niet over onderdrukken van je gevoelens, of ontkennen, de Schrijver van de Course heeft ook Freud gelezen, en weet wat dat betekent. Overigens gaat de Course uit van het bestaan van maar twee emoties: liefde of angst, die elkaar wederzijds uitsluiten en waarvan er maar één werkelijk bestaat: liefde.

De ander is een bouwsel van illusie. Er zijn dan ook maar twee menselijke uitingen volgens de Course: een vraag om liefde, meestal verpakt in een emotie als: woede, irritatie, schaamte, schuldgevoel, verwijten maken enz.; en een uiting van liefde, als antwoord op een van de vorige uitingen. Dit maakt heel het gevoelsleven oneindig veel eenvoudiger en gaat zo voorbij aan alle complexiteiten die ons ego daar graag bij invoert om ons zo nog een paar eeuwen langer bezig te houden. En inderdaad als je ermee aan het werk gaat ontdek je dat er altijd een angst ten grondslag ligt aan welke emotie dan ook die geen liefde is. Ik ben kwaad op iemand omdat hij dit of dat doet, maar in wezen ben ik bang, bang dat ik de controle over die ander verlies, bang om gekwetst te worden enz.

De Course heeft een aantal stappen om los te komen van angst:

- 1) Ik erken mijn gevoelens, gedachten, verwachtingen, angsten.
Ik accepteer dat ik ze heb en neem daar verantwoordelijkheid voor.
- 2) Ik ontken dat ze wezenlijke invloed of macht over mij hebben,
ik ben geen slachtoffer van de wereld zoals ik die zie.
- 3) Ik vervang deze gedachten van het ego door de gedachten die de Heilige Geest mij wil laten denken, dit vereist slechts een *'little willingness'*, een klein beetje bereidwilligheid, een openheid voor het wonder van de verandering in waarneming, want daarop is al onze angst terug te voeren.
- 4) Daarmee bekrachtig ik mijn ware identiteit als kind van God *"I am blessed as a Son of God."*

Dit zelfde proces in vier andere stappen:

Ik heb onvrede met mezelf

Ik heb vrede met mijn onvrede

Ik heb vrede met mezelf

Ik ervaar Gods vrede in mijn Zelf

Hoe kan ik mijn ego overwinnen?

Ik doe ontzettend mijn best mijn ego te bestrijden, maar het lukt me niet. Dat klopt. Een prachtig concept van de Course is: niet je ego bestrijden, want wie kan er dan winnen? Strijd is immers een middel van het ego, m.a.w. wanneer je je ego bestrijdt doe je niets anders dan je ego met je ego laten vechten, en dat is iets waar alleen je ego verzot op is. Het is een ego-wet: zoekt en gij zult niet vinden, vecht en ge zult niet overwinnen.

Tegelijkertijd spiegelt het je voor dat je erg goed onderweg bent, dat je flinke vorderingen maakt in je spirituele groei. Maar in feite is het een slimme valkuil.

Wat is de weg van de Course?

a) bestrijd je angst niet, onderken het bestaan ervan, accepteer het feit dat je angstig bent, ga je daar vooral niet schuldig over voelen, of jezelf voor op de kop geven.

b) vraag dan de Heilige Geest om de waarheid naast je angst te leggen, simpel de waarheid van God. En daarnaast kan de angst geen standhouden, ze wordt eenvoudig weggeblazen. Probeer maar als je het niet gelooft. Want liefde heeft geen tegengestelde.

Waarom is de Course zo dik (1250 pagina's)?

Het antwoord is eenvoudig: omdat ons ego zo gecompliceerd is en de neiging heeft dingen ingewikkeld te maken. De Course heeft voor elke misvatting van ons ego een antwoord, omdat hij stelt dat de misvatting precies op die plek gecorrigeerd moet worden waar hij is begaan. En die correctie of dat antwoord is in wezen steeds hetzelfde.

De Course herhaalt zichzelf op elke pagina, alleen de vorm is steeds een andere. Ons ego is zo taai en onwillig dat de Course voortdurend via alle andere ingangen dan de voordeur, poogt binnen te komen wanneer die gesloten blijkt. Alle problemen, zegt de Course, hebben maar één antwoord, en dat antwoord is: de keuze voor liefde.

Leraren en leerlingen van de Course, van God?

To teach is to demonstrate, zegt de Course. We zullen elkaars leraren zijn, altijd, ieder moment, of we willen of niet. Het gaat daarbij niet om wat we zeggen of vertellen, maar wat we demonstreren. Wellicht hebben sommigen ervaring met mensen die met de mond liefde prediken, maar in houding en werkelijke boodschap angst demonstreren, en dat is wat we oppikken, want dat is wat ze onderwijzen. **'Je kunt niet geven wat je zelf niet hebt.'** Anders gezegd: dat gebied van je wezen wat je overgeeft aan de Heilige Geest zal gecorrigeerd worden. En dat is wat je werkelijk onderwijst. En pas door te geven weet je wat je zelf ontvangen hebt: liefde.

Geen zonde?

De taal van de Course is heel mild en niet veroordelend, de Course spreekt van vergissingen die hersteld of gecorrigeerd kunnen worden, niet van zonde of fouten die worden veroordeeld. De Jezus in de Course sluit daarbij naadloos aan op de Jezus zoals die uit de oudste bijbelhandschriften in het Aramees naar voren komt. De historische Jezus heeft niet van zonde gesproken, noch over het kwaad. Hij gebruikte de woorden katha en bisha hetgeen betekent: met je pijltje naast de roos schieten en de plek waar je pijltje dan in het zand terecht komt. Niets geen schuld of zondebesef dat je verlamt om het nog eens te proberen. Nee, daarentegen een heel ruime en ruimhartige psychologie: wanneer je fouten mag maken, heb je de mogelijkheid te leren

Centrum voor Bewustwording en Genezing

om raak te schieten. *'Please brother try again.'* Deze zelfde mildheid tref je op iedere pagina van de Course aan.

Sta ik machteloos in een angstwekkende wereld?

De Course is heel scherp in het bepalen van waar de reactie op gebeurtenissen plaatsvindt. De gebeurtenis, het feit in de werkelijkheid is in wezen neutraal, onze reactie niet, die is er een van angst of liefde een andere keuze is er niet. Onze reacties op wat we zien op het achtuur-journaal. Het water is neutraal, het ligt alleen op een andere plek dan gewoonlijk, we noemen dat overstroming of watersnoodramp. Onze reactie is er een van angst, of van deernis met de slachtoffers wanneer we zelf droge voeten zullen houden. Daarvoor zijn we verantwoordelijk, gelukkig, zodat we er ook in kunnen veranderen. Waren we daar niet verantwoordelijk voor, zou de buitenwereld werkelijk bepalen hoe we ons voelen en wat we denken, dan zouden we willoos en machteloos slachtoffer van de buitenwereld zijn.

Hoe kun je ermee werken?

Dagelijks toepassen van de ideeën uit ACIM-werkboek.

In de lessen zit een ongelooflijk prachtige opbouw die volkomen rekening houdt met al onze ego-weerstanden en angsten. Het begint ermee dat we anders kunnen leren kijken door te verklaren dat we om ons heen niets van betekenis zien, stap twee dat we zelf alle betekenis gegeven hebben aan alles wat we zien, dat we derhalve niet werkelijk begrijpen wat we zien, dat onze gedachten die deze blik op de wereld tot stand brengen in wezen zonder betekenis zijn, en dat we daarom ook om een andere reden emotioneel onderste boven raken dan we denken, nl. omdat we het verleden zien en niet het heden en dat roept onze angst op. Dan worden we uitgenodigd uit te spreken dat God deze wereld die we zien en die zonder betekenis is, niet geschapen heeft.

Gelukkig maar! Als dat zo is, dan moet er een andere manier van kijken zijn, en de les houdt ons voor uit te spreken dat we vastbesloten zijn die manier te vinden. Ik kan vrede zien in plaats van wat ik hier zie, is een volgende les. En daarna wordt voor het eerst verwezen naar onze ware aard, maar op een subtiele manier: mijn geest is deel van die van God, ik ben heel heilig. Mijn heiligheid omhult alles wat ik zie, en daar komt een eerste aanduiding van wat ware visie is om de hoek kijken. enz. enz. Je hoort hier al de ongelooflijk subtiele en geleidelijk opbouw in. Je zult merken, als je deze lessen gaat doen, dat er a.h.w. enige ruimte komt tussen jou en de wereld, tussen jou en hoe je over de wereld denkt, tussen jou en je ontelbare associaties, anders gezegd je gehechtheden en investeringen in de wereld laten langzaam los.

De Course is voorzichtig met ons en onze angsten, ze vertellen niet meteen in de eerste les dat je in wezen een heilig kind van God bent, het ego zou weglopen en niet meer gecorrigeerd willen worden. Of het gaat ermee aan de haal en zet zichzelf op een troontje. Het ego is taai en wil zich niet zomaar opgeven dus de Course benadert het omzichtig en met alle égarde, maar evenwel niet aflatend en tegelijk heel direct.

De Course is zowel uitnodigend en mild als bijzonder streng en radicaal.

Alleen al het besef dat je een keuze hebt tussen ego-denken en Heilige Geest-denken is van eminent belang en zorgt ervoor dat je leven drastisch gaat veranderen. Je bent niet langer meer overgeleverd aan de visie van je ego als de enig mogelijke visie op de werkelijkheid, dat inzicht alleen al is gigantische winst. Je gaat zoetjesaan beseffen dat er wel degelijk 'an other way' moet zijn. Dat kan je uitweg uit de chaos en je toegang tot vrede zijn.

Is ACIM voor iedereen bedoeld en weggelegd?

Nee. De Course zegt dat iedereen wel ooit de universele cursus moet doen, maar dat deze vorm niet voor iedereen het beste antwoord op zijn vragen is. De Course bevestigt dat de Heilige Geest voor iedereen een hoogst persoonlijk leerplan heeft wat het leven hem/haar aan zal reiken. Tegelijk is duidelijk dat de Course niet voor niets nu in deze wereldgekomen is, omdat er wezenlijke behoefte aan bestaat. Daarnaast: de Course spreekt vele mensen op verschillende

Centrum voor Bewustwording en Genezing

Neurochirurgie, begeleiding, cursussen en workshops, Een Cursus in Wonderen, Aditudinal Healing, The Work
Tel. 0184-684340, www.krystyna.nl, E-mailadres: info@krystyna.nl

∞ Willem Glaudemans over "Een Cursus in Wonderen" ∞

faculteiten aan: gevoelige mensen zullen geraakt worden door de prachtige subtiele poëtische en gevoelige taal en om wat de Course met je gevoelens doet. Verstandelijk ingestelde mensen zullen zeker bevredigd worden door de glasheldere onontkoombare logica van de Course. Intuïtief ingestelde mensen zullen zich door de Course gesteund weten door de nadruk die er wordt gelegd op het luisteren naar je innerlijke stem, je innerlijke leraar. Mensen die het van nuchtere feiten en concrete gewaarwording moeten hebben en bij wie dat hun eerste uitzicht op de wereld is: zij zullen zeker bevredigd worden door het 'down-to-earth' karakter van ACIM en door de heel concrete praktische lessen die op telefoons, pennen, tafels en stoelen gericht worden.

Waarom hebben we in godsnaam een ego, waarom zijn we ooit van God afgescheiden?

De Course zegt hiervan dat het ego vele vragen stellen kan die deze Course niet beantwoordt. Waarom? Allereerst omdat we in werkelijkheid niet van God gescheiden zijn, zegt de Course, en dat het zoeken naar een antwoord op deze vraag het hele idee van afgescheidenheid realiteit zou verschaffen. Ten tweede dat een eventueel antwoord op onze schijnbare afgescheidenheid weer de oorspronkelijke vergissing activeren zou, iets als een gedachte: hoe zou het zijn om het eens zonder God te proberen, uit een soort interessantheid. Het antwoord daarop vinden we elke dag om ons heen, in onze blik op de buitenwereld, in onze gedachten die we zonder God denken. De Course concentreert zich, ten derde, liever op het helen van de vergissing en daarin klopt het om geen aandacht te geven aan de oorspronkelijke gedachte van afscheiding. Ten vierde, de Heilige Geest is onmiddellijk als Gods antwoord gekomen toen de afscheiding schijnbaar gebeurde:

*"Into eternity,
where all is one,
there crept a thiny mad idea
at wich the Son of God remembered not to laugh."*

*In de eeuwigheid waar alles een was,
sloop een nietig dwaas idee binnen
waarom de Zoon van God vergat te lachen.
(I.27.VIII.6:2-4).*

We hebben het idee veel te serieus genomen en daardoor heeft het gevolgen gekregen. Jezus zegt in ACIM: houdt je er niet mee bezig, het heeft geen zin, verlossing kan alleen in het heden gevonden worden, niet door het verleden te doorzoeken. Dat zei Jezus ook al in gnostische teksten in 100 na chr. opgetekend, toen zijn leerlingen vroegen, 'wat was er voordat de hemel en de aarde er waren?':

*'Maar ik zeg jullie,
waar jullie naar zoeken
en waar jullie naar vragen,
zie het is binnenin jullie.'
(Gesprek met de Verlosser).*

Willem Glaudemans (1954) was werkzaam als medevertaler van o.a. van de Nag Hammadi-geschriften en als eindredacteur van "Een cursus in wonderen".

Hij gaf en geeft vele lezingen, cursussen, workshops en trainingen over vergeving en de Cursus.

Opgenomen met de toestemming van de auteur d.d. 24-11-2001

Centrum voor Bewustwording en Genezing

Neurochirurgie, begeleiding, cursussen en workshops, Een Cursus in Wonderen, Aditudinal Healing, The Work
Tel. 0184-684340, www.krystyna.nl, E-mailadres: info@krystyna.nl